

## Länsi- Pohjan senioriopettajat ry:n

## toimintakertomus/toimintasuunnitelmaa vuodelle 2022

**TILI:** Länsi-Pohjan senioriopettajat ry, FI65 4730 5220 0215 03

Koronatilanteen vuoksi toimintasuunnitelma oli epävarma, mutta aika näytti millaisia ryhmätapahtumia voimme järjestää. Tarkoitus on aina järjestää monipuolista toimintaa ja huomioida OSJ ry:n teema, ”LISÄÄ LIIKETTÄ 2022”. Huomioimme myös pikkujoulussa 2021 saamiemme ehdotuksia jäseniltä. Niistä saamme ideoita tulevillekin vuosille.

### TAMMIKUU

\***Hallituksen kokous** 1/2022, ma 10.01.2022 klo 10.00 Tornion kaupungintalon 1. krs., monitoimitila.

### HELMIKUU

\***Matkanjohtaja- koulutus**, ma 07.- ti 08.02.2022, klo 9-16 molempina päivinä.

OSJ:n järjestämä **koulutustilaisuus** Teams – kokouksena. **Kouluttaja: Pauli Verhelä.** Ohjelmassa oli kuusi eri diasarjaa ja paljon asiaa.



\*Sääntömääräinen **VUOSIKOKOUS** ti 22.02.2022 klo 12:00-13:50 Tornion kaupungintalo, monitoimitila. Ruokailu ennen kokousta klo 11.30 -12:00 kaupungintalon ravintolassa 9. krs. Yhdistys maksoi sen. Kuvissa ei näy kaikki kokoukseen osallistuneita jäsenet.



Yhdistyksen pj. Jouni Kukkonen, vuosikok.pj Marja-Leena Hyvärinen, sihteeri Raija Kontio

\***Hallituksen järjestäytymiskokous** 2/2021 klo 14:15 - 15:58, monitoimitila.



Heli Kauppila, Kerttu Ståhlberg, Hilikka Pääkkönen, Marja-Leena Hyvärinen, Jouni Kukkonen, Pekka Tilja, Raija Kontio

## MAALISKUU

\* Rovaniemen senioriopettajat tulivat to 17. 03. vierailulle Kemiin. Ohjelmassa oli Kemin LumiLinna(t), jonka ravintolassa, Lumihutale, ruokailimme ja vietimme yhteistä aikaa. Oli tervetulosanat, juontajan puheet sekä säestäjä ja laulattaja, kun lauloimme yhteislauluja. Lisäksi olivat opastetut kierrokset Kulttuuritalon Taidemuseossa ja Historiallisessa museossa. Tilaisuus oli myös jäsenillemme. Koko tapahtuma onnistui erittäin hyvin ja oli päivä; *"Eloisasti eläkkeellä."*





**\*" LISÄÄ LIKETTÄ", Kemissä pe 25.03.22 klo 10-11, Tutoris Erikoiskuntoutus, Valtakatu 21-23, Fysioterapeutin ohjaama lihaskuntojumppa, jossa 45 min aktiivista tekemistä ja 15 min kehonhuoltoa ja venyttelyä.**



## HUHTIKUU

**\*" LISÄÄ LIKETTÄ", Torniossa pe 01.04.22 alkaen klo 10, HyväFiilis kuntosali Lapparin tiloissa, Vesaisenkatu1., liikuntaohjaaja Paula Pahtaharju, oli keppijumppaa/kehon huoltoa. Kahvitarjoilu. Lopuksi HyväFiiliksen yrittäjä Sanna Vanhapiha esitteli liikuntatilat ja kertoi toiminnasta.**





Taustalla on Tornionjoki



**\* Hallituksen kokous 3/2022, ma11.04.2022 klo 10, Kemissä, Hotelli Merihovin kabinetissa.**



**\*13.04. 22 OSJ ry:n VUOSIKOKOUS, HELSINKI, AKAVATALO.** Vuosikokouksessa, 22.2.22, nimettiin hallituksemme kaksi varsinaista edustajaa kokoukseen ja kaksi varajäsentä . PJ. Jouni Kukkonen on OSJ:n hallituksen jäsen ja osallistui vuosikokoukseen ja hallituksestamme Kerttu Ståhlberg ja Raija Kontio. Oli mahdollisuus kokouksen päätyttyä käydä Tallinnassa laivaristeilyllä.



OSJ:n pj Pekka Koskinen



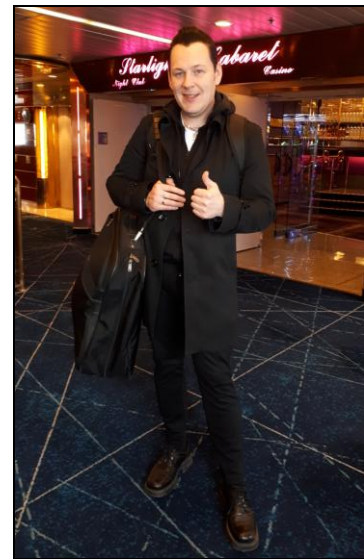
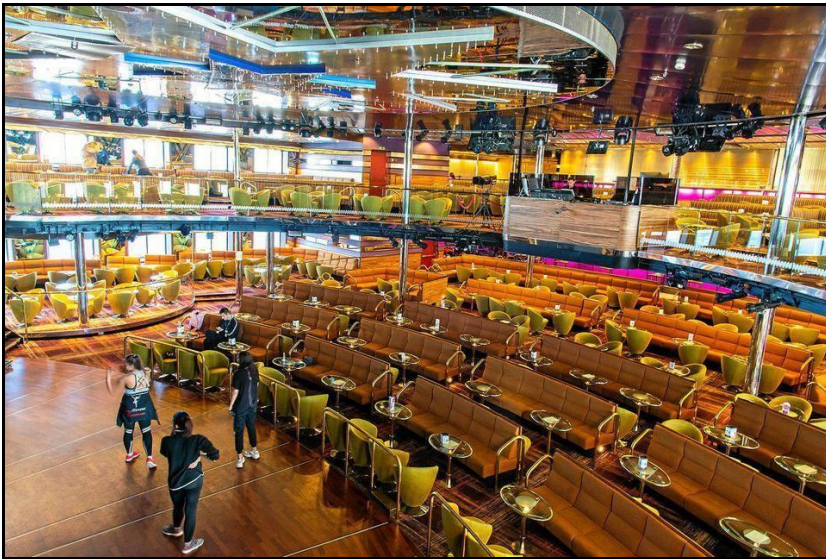
Ilmoittautuminen Valopihan aulassa, lounas Akavatalon ravintolassa, klo 13.15-13.30 Turvan tietoisku vakuutuksista Valopihalla. Klo 13.30 OSJ:n pj. **PEKKA KOSKINEN** avasi **VUOSIKOKOUKSEN**, kokouksen puheenjohtajaksi valittiin **Arja Keltomäki**, sihteeriksi Tuula Laine ja Katja Helo. Käytiin läpi huolellisesti kaikki sääntömääräiset asiat. Kokouksen jälkeen oli iltapäiväkahvit Valopihan aulassa.

**OHEISOHJELMANA** risteily Tallinnaan. Risteilylle ilmoittautuneiden bussit satamaan lähtivät Messukeskuksen edestä n. klo 15.45. Länsiterminalissa Tallink Siljan merkitylle tiskille oli ilmoittautuminen. Nousu Victoria I- laivaan n. 18.50. Aluksi oli yhteinen päivällinen ravintolassa Grill House. Jokainen voi haluamallaan tavalla viettää loppuilltaa. **Nyt kun on OSJ:n vuoden 2022 teemana on "Lisää Liikettä"**, kannatti siirtyä laivan Starlight yökerhon tanssimusiikkia kuuntelemaan.



ONNENTÄHTI





**Sali täyttyi ja alkoi "Lisää Liikettä" Kari Hirvosen ja Onnentähti tanssi- ja iskelmäyhtyeen kyydissä.**

Tämä sali kertyi väkeä täyteen ja oli huippuhyvä laulaja yhtyeensä kanssa viihdyttämässä meitä ja olikin **"TÄYTTÄ ELÄMÄÄ TÄNÄÄN."** [Kari Hirvonen](#) on suomalainen laulaja ja vuoden 2003 [Tangokuningas](#) Hirvonen voitti kuninkuuden 20-vuotiaana (v. 2003) ylivoimaisesti ja oli miesten sarjassa ainoa, joka sai täydet kymmenen pistettä. Nyt hän ansaitsi 10+. **Onnentähti** on kesällä 2012 perustettu suomalainen tanssi- ja iskelmäyhtye. He saivat yleisön tanssimaan, Vuoden teemana, **"Lisää Liikettä", toteutui hyvin! To 14.4., klo 10.30 laiva saapui Helsingin Länsisatamaan. Päiväjunalla paluu Kemin asemalle, kesto oli pitkä.**

**\*Teatteriretki 30.04.22 Oulun teatterissa esitys klo 13.00, Lee Hall, BILLY ELLIOT, TARINA ITSEKSI TULEMISESTA.** *Billy Elliot* -suurmusikaali on pienen kaivoskaupungin sydämessä asuvan 11-vuotiaan pojan kasvutarina. Työläisperheen poika Billy löytää kutsumuksensa tanssista ja alkaa tavoitella unelmaansa balettitanssijana perheensä vastustuksesta huolimatta. Maailmalla menestynyt musikaali kertoo Billyn matkan nyrkkeilykehästä balettitunnille. Pojan rakkaus tanssia kohtaan yhdistää lopulta hänen perheensä, inspiroi koko yhteisöä ja muuttaa pienen pojan elämän. Billy Elliot on musikaali nähdynsä tulemisesta ja hyväksymisestä sellaisena kuin on. Billy Elliotin ohjaa **Heta Haanperä** ja koreografiasta vastaa **Petri Kauppinen**. Billy Elliotina nähdään vuorotellen oululaiset **Aslak Kipinä** ja **Kimi Lumme**. *Oulun teatterin musikaali toteutetaan tuotantoyhteistyössä JoJo – Oulun Tanssin Keskuksen, Balettikoulu Sinikellon ja Oulun ammattikorkeakoulun kanssa. Musiikkituotanto yhteistyössä MD Companyn kanssa.* **Musikaalin esitteestä poimintoja; Heta Haanperä, ohjaaja, "YHTEINEN MATKA OMAN TIEN LÖYTÄMISEKSI."** **Petri Kauppinen, koreografi, "TANSSI SIIVITTÄÄ ARJEN YLI". Eeva Kontu ja Joonas Mikkilä, kapellimestarit, "LASTEN EÄKENÖOVÄ ENERGIA VOIMAANNUTTAA."** **jatkuu...**

**ENNEN MUSIKAALIA OLI RUOKAILU 11:30 RADISSON BLU HOTELLISSA, ravintolan kabinetissa.  
Vastapäätä Radissonia ROHKEASTI UUSIUTUVA KAIKKIEN TEATTERI.**







**BILLY ELLIOT** on muistutus lapsuudenunelmista ja siitä, että nämä hennot nuoret tarvitsevat meitä aikuisia tekemaan ja uskomaan lastemme voimaan tehdä sen, minkä elämässään haluavat.

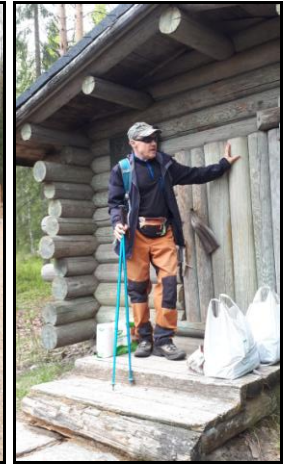
## TOUKOKUU

\***Hallituksen kokous** 4/2022, ma 23.05.2022 klo 10.00 Tornion kaupungintalon 10. krs., pieni neuvotteluhuone.

\***Ma 30.05.2022 "LISÄÄ LIKETTÄ"**, Patikointiretki Keminmaa Keski-Penikka, matkailuoppaan Pentti Korpelan opastuksella.

**Pentti Korpela;** "Mietin pitkään, mikä voisi olla tarpeeksi mielenkiintoinen kohde ja päädyin Keminmaan Keski-Penikkaan. Siksi, että paikka on hyvin erämainen lähellä rannikkoa, näköalat ovat mahtavat, luonto monipuolisen jylhää, on muinaisrantoja, kallioita, luolia ja autiotupia, suolakeutta ja järvi. Jääkärikämpä on historiallisesti arvokas. Vieressä on laavu, lähde ja vanha laskettelurinne. Laskettelurinteellä on oma historiansa. Palovartijan torni vaaran huipulla (185 m) tavallaan huipentaa retken näköaloillaan. Lähellä tornia on geologisesti näyttävä kallio, jossa on pieni luola. Palotornin juurella on autiotupa ja tulistelupaikka. Koko reitin pituus olisi noin 4 km. Viimeiset 500 metriä on kivikkoa, joka ei sovellu kaikkein huonokuntoisimmille. Jos osa ei jaksaa nousta huipulle, he voivat esim. jäädä jääkärikämpän laavulle tulistelemaan. Parkkipaikalta on jääkärikämpälle 400 metriä. Alueella on kolme parkkipaikkaa. Suosittelen keskimmäistä. Itäisin parkkipaikka on suurin ja sielläkin on laavu. Keski -Penikka on suosittu koko perheen kohde eli takuuvarmasti hienosta kohteesta on kyse." *Lopuksi paistettiin makkarat jääkärikämpän laavulla, yhdistys tarjosi ne.*

Kuvakertomus patikoinnista seuraavalla/seuraavilla sivuilla.



Parkkipaikat vasemmassa laidassa, Pekka Tilja ja oppaamme PENTTI KORPELA, tästä kaikki alkoi.



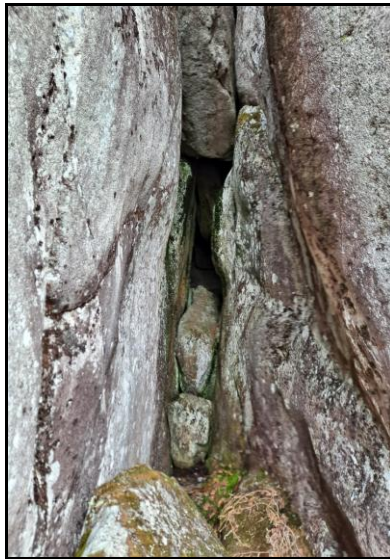
Penikan vaarat ovat entisiä saaria, jotka maankohoamisen myötä ovat tulleet osaksi manteretta.

Penikoiden huippulaet ovat tulleet näkyviin veden alta 8000 eKr. Kivalon varajonon Keski-Penikka on 184,4 metriä korkea kalliohuippu. Siellä on Palotorni/ näköalatorni ja autiotupa.





Palotornin huipulta takaisin kivikkoisen pirunpeltopolun kautta laavulle makkaranpaistajien luo herkuttelemaan ja nauttimaan yhdessäolosta. Muutamat kävivät ennen alastuloa kalliokuilulla.



**"Täyttä elämää tänään ja eloisasti eläkkeellä."**



**MUKAVASTI YHDESSÄ JA HYVÄÄ KESÄÄ KAIKILLE!**

HEINÄKUU

**\*KUHMON 52. KAMARIMUSIIKKI, to 14.- la 16.07.2022,  
KUHMOSSA SOI ILLUUSION TAIDE.**

**To 14.7.** Päivän teema: SANKARI/TTAR/EN MATKA/1. Konsertti *Supersankareita* klo 18-20 Kuhmo-  
talossa.

**Pe 15.7.** Päivän teema: AJATON KELLO/2. Konsertti *Ikuinen valo* klo 13- 14 Kuhmon kirkossa.

**Pe 15.7. 3.** Konsertti *Valkeat yöt* klo 20 - n. 23:30 Kuhmo-  
talossa

Kahtena päivänä oli yhteensä kolme konserttia, ruokailut sekä omaa aikaa.

**MAJOITUSPAIKKA** Holiday Club Katinkulta, VUOKATISSA (2 yötä).

**La 16.7.** aamiaisen jälkeen kotiinpaluu, matkan varrella pidimme ruokailutauon Kajaanissa ravintola  
RANCHissa ja Utsjoella oli kahvitauko **MERILÄN KARTANOSSA**, jossa isäntä **Asko Merilä** kertoi  
tervankuljetuksesta ja muustakin historiasta. Koko matkan teimme kemiläisen Heiskasen liikenteen bussilla,  
kuljettajana **Saku Marttila**.

Jatkuu...



Menomatkalla asfaltoinninn takia meitä ohjattiin ja perässäme oli tietenkin pitkä autojono. Kuvassa on kuljettajamme SAKU MARTTILA. Ennen Vuokattiin menoa ruokailimme Kajaanissa ravintolassa Ranch. Sitten Vuokattiin hotelliin HOLIDAY CLUB KATINKULTA.



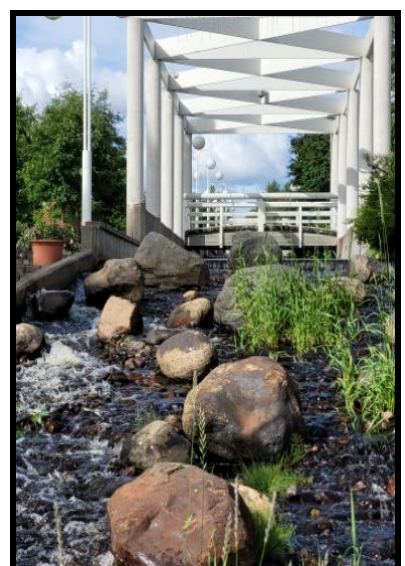
Kuvat konserteista ovat vähäiset, kun esitysten aikana kuvaaminen ja nauhoittaminen olivat kiellettyjä.





Oli 23 eri soittajaryhmää ja n. 20 eri säveltäjän sävellystä (v. 1681->). Kesän teema oli ILLUUSION taide . Kaikkineen konsertit olivat kiitettävän hyvät. Tuli halu, ensi kesänä uudestaan kamarimusiikin pääkaupunkiin konsertteihin.

Muutama kuva hotellista ja rantamaisemista. Hotellissa on kylpylä, keilasali, sulkapallokenttä, tenniskenttä, kauneussalonki, ravintolola, pizzeria, kauppoja, R-kioski. Ulkona uimaranta, golfkenttä, ja kävelyreittejä.



Kotimatalla kävimme ruokailemassa Kajaanissa Rannchissa. Utajärvellä Oulujoen rannalla olevassa Merilän kartanossa kahvilla, oli etekäteen varattu suolaista ja makeaa. Yrittäjä Asko Merilä kertoi talon ja ajan historiasta ja tervankuljetuksesta. Ryhmäkuva otettiin Oulussa. Matka onnistui hyvin!

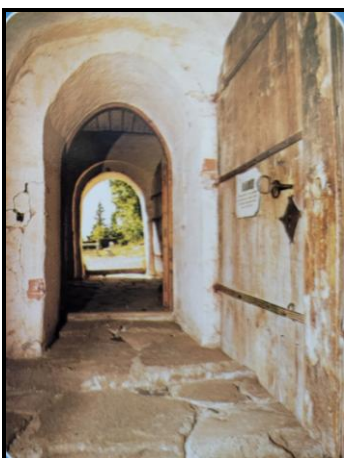


## ELOKUU

\* Su 14.08.2022, klo 10.00 Keminmaan vanhassa kirkossa, **PYHÄN MIKAELIN KIRKKOSSA**, Perinnejumalanpalvelus. **Kirkkoherra Ari Rautakoski pitää jumalanpalveluksen, kanttorina oli Tero Ylönen, suntiona Vesa Sandberg.** Noudatettiin vuoden 1938 ilmestyneen virsikirjan ja edellisen messusävelmistön mukaista kaavaa. Silloin tyyli edusti 1950- tai 60-lukua. Rautakoski esitteli kirkon historian jumalanpalveluksen jälkeen.

**Keminmaan vanha kirkko** eli Pyhän Mikaelin kirkko rakennettiin todennäköisesti vuosina 1520–1553 Kemin emäseurakunnan kolmanneksi kirkoksi. Kirkko on toiseksi pohjoisin keskiaikainen kivikirkko Suomessa, pohjoisin sellaisenaan säilynyt keskiaikainen kivikirkko ja viimeisiä katolisen ajan kirkkorakennuksia. Kirkon kuorissa nähtävänä on v.1629 kuolleen **kirkkoherra Nikolaus Rungiuksen muumioitunut ruumis.**

\***Kirkon jälkeen kävimme Keminmaan PITÄJÄMUSEOSSA**, jossa aluksi kahvit ja oppaana oli Leo Lampela. Museo kertoi tavaroineen ja kuvineen hyvin ajan historiasta, samoin oppaamme antoi kiitettävän katsauksen museon esillä olevista asioista.



Pyhän Mikaelin kirkko, oviaukko, vanhan oven teksi ja jalkapuu.

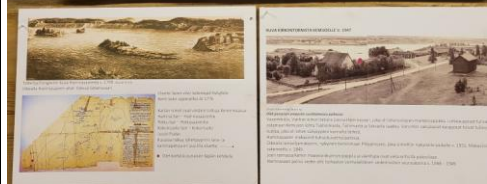
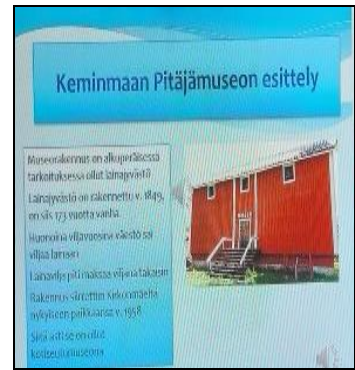


Kaikki osallistujat eivät näy kuvassa. Kirkkoherra Ari Rautakoski, kanttori T. Ylönen, suntio V. Sandberg .



Muumio kirkkoherra Nicolaus Rungius (kuva netistä).

**Keminmaan kotiseutumuseo eli Keminmaan pitäjämuseo** on toinen Keminmaan kahdesta paikallismuseosta Valmarin museon ohella. Kemijoen rannassa Keminmaan vanhan kirkon, Pyhän Mikaelin Kirkon vieressä sijaitseva Keminmaan kotiseutumuseo on alun perin Kemin pitäjän manttaalikunnan **lainajyvämäkasiini**, joka on otettu käyttöön 1849. Museossa on esillä Keminmaan elinkeinoista ja historiasta kertovia esineitä, joiden kautta esitellään mm. Kemijoen vanhaa jokikalastusperinnettä. Museota ylläpitää Keminmaa-seura ry, jonka pj on Leo Lampela. Lampela oli oppaanamme, Sanni-Helena Liwata huolehti kahvituksen.





.....

**\*Meriretki to 18.08.2022, PERÄMEREN JÄHTI, klo 14-17, Sataman Krouwi, ruokailu sataman KROUWISSA klo 12:30.**

Käytiin katsomassa Pikku Valkiakarin seutuvia tutkien Kemijokisuun saaristoa KIPPARI OLLIN johdolla. ”Risteilyn loppupuolella piipahdettaan Laitakarin vanhan Sahasaaren satamassa eli Rauhanlahdessa... poristaan Sahasaaren historiaa nisukahvien kera.” Perämeren **Jähti** on rakennettu vuosien 2005-2007 välillä Kemissä. Laiva on rakennettu vanhan 1800-luvun laivanrakennusperinteen mukaisesti, noudattaen mahdollisimman pitkälle aikakaudelta säilynyttä tietoa. Aluksen ravintola on avoinna retken ajan, ravintolassa on A-oikeudet ja pientä purtavaa ostettavissa.





# Sataman Krouwi ja Perämeren Jähti



- ▶ Viihtyisä ja rento kahvila-ravintola Sisäsataman sydämessä
- ▶ Historian havinaa kuvina ja esineinä
- ▶ Lounas ja listaruokaa
- ▶ Yksityistilaisuudet



- ▶ Seilataan vanhan ajan malliin
- ▶ Aidosti purjehtiva talonpoikaisalus
- ▶ Purjehdusretket Perämeren kansallispuistoon
- ▶ Lähisaariston kierrokset, Laitakarin vanha sahasaari, Pirtumatala
- ▶ Yritys- ja yhdistysretket

Rantabulevardi 10, 94100 Kemi   



Oulun seudun OSSON hallitus



Ruoka maisui hyvin ja Krouwi on mielenkiintoinen ravintola.







## Historiallinen sahasaari • Historical sawmill island 1862-1966

### **Laitakari**

**O**let saapuneet Laitakariin. Täällä löydät lumosaan yhdistelmän koskemattoma luontoa, puusto-  
maisia ailoja ja menneisissä kulttuurijäänteissä. Täällä on olemassa Raahenlahdessa näit  
jo vilkkaan saaren aineluontaisista rima- ja josta. Saarella voi nähdä harvinaista ympäristöä  
ja hiljaisuutta, tutkia menneisyyden jälkiä tai vain kaikkialla laavulla.

Aikuisen ensimmäinen höyrysaaha aloitti toimintansa Laitakarissa vuonna 1862, seitsemän vuotta  
ennen Kiemin kaupungin perustamista. Saarella onkin ollut keskeinen rooli Kiemin teollisuuden ja  
kulttuuriperinnön kehittämisessä. Saahan toiminnan huipputuona 1930-luvulla saha työllisti  
yli 300 työntekijää ja parhaimmillaan saarella asui 400 asukasta. Laitakari oli iso kylä, josta löytyi  
myös koulu ja posti. Saahan toiminta loppui vuonna 1939. Asutusta saarella oli kuitenkin vuoteen  
1966 saakka, jonka jälkeen luonto on uudelleen valloittanut sen.

Lisätietoja Laitakarista: [www.laitakari.fi](http://www.laitakari.fi) ja kirjo "Laitakari – sahan ja leivän saari" kirjasta.

**You** are on the island of Laitakari, a fascinating combination of untouched nature, parklike rec-  
reational spaces and diverse cultural remnants. If you arrived at the bay located just behind  
your back, you might already have caught a glimpse of the unique structure of wooden slats  
which were man-made to expand the island's surface. During your stay on Laitakari just enjoy the  
tranquility of the island, the remnants of times gone by or simply sit down at one of the camp fires  
for a bite to eat.

In 1862, the region's first steam sawmill opened on Laitakari - seven years before the city of Kemi  
was founded. The island played a central role in Kemi's industrial and sociocultural development.  
During its heyday in the 1930's, more than 300 men and women were working on the island and  
Laitakari hosted a population of up to 400 people. The island was a satellite village which even  
had its own general store and post office. The sawmill was shut down in 1939, but it was not until  
1966 that the last inhabitants left the island and nature started to reclaim what was once hers.

Additional information (in English): [www.laitakari.fi](http://www.laitakari.fi)

- Historiallinen kuva
- 1. Saha
- 2. Saahajärvi
- 3. Puukammi
- 4. Ompelimo
- 5. Koulun
- 6. Työväestalon aineet
- 7. Saunanrakenteet
- 8. Kämppä
- 9. Kämppä
- 10. Kämppä
- 11. Kämppä
- 12. Kämppä
- 13. Kämppä
- 14. Puukammi
- Historialliset paikat
- 1. Saha
- 2. Ompelimo
- 3. Kämppä
- 4. Kämppä
- 5. Puukammi
- 6. Puukammi
- 7. Puukammi
- 8. Puukammi
- 9. Puukammi
- 10. Puukammi
- 11. Puukammi
- 12. Puukammi
- 13. Puukammi
- 14. Puukammi



Kahvittelimme paluumatkan alussa, Jähti lähti kohti Perämeren sisäsatamaa.

**KIITOKSET KIPPARI OLLILLE HYVÄSTÄ OPASTUKSESTA JA KOKO TURVALLISESTA MATKASTA!**

## SYYSKUU

\***Hallituksen kokous** 5/2022, ma 05.09.2022 klo 10 Kemissä, Hotelli Merihovin kabinetissa.

\* **La - su 10.- 11.09.2022 VALTAKUNNALLISET SENIORIOPETTAJAPÄIVÄT SEINÄJOELLA.**

Päiville ilmoittautuneita oli yli 200 eri yhdistyksistä. Lauantaina aluksi oli ilmoittautuminen ja lounas **Seinäjoki-salin** aulassa ja ravintolassa. Seinäjoki-sali on Seinäjoen kaupungin Marttilan kaupunginosassa sijaitseva konsertti- ja kokoussali. Se sijaitsee Kampusrannassa Seinäjoen itärannalla noin kilometrin Seinäjoen keskustasta länteen. Seinäjoki-sali on osa Seinäjoen ammattikorkeakoulun hallintorakennusta Kampustaloo. **Salissa alkoi lauantain koulutuspäivä, joka sisälsi mielenkiintoisia ja hyviä puheenvuoroja/luentoja, erikoisen hyviä musiikkiohjelmia ja väliaikakahvit. Koulutuspäivä päättyi ja oli n. kolmen tunnin tauko. Juontaja: Erkki Honkala**



Caminitos-kvartetti

Tervetuloa Seinäjoelle, Seinäjoen senioriopettajat ry:n pj. Katriina Honkala





Seinäjoki 10.9.22

• OSJ:n terveiset edunvalvonnasta

**\*Koulutuspäivän avauspuheenvuoro:** **\*OSJ: terveiset edunvalvonnasta puheenjohtaja Pekka Koskinen kansanedustaja Paula Risikko, sivistys ja osaaminen ovat elämässä tärkeitä sekä tahto, rohkeus ja yhteistyö.**

**\*Sosiaalinen media ja sivistys – onko niillä mitään tekemistä keskenään, päätoimittaja – kirjailija Markku Mantila**



Sivistys – mitä se on?

Sivistys on koulussa tai muuten saatua oppia, tietoa ja taitoa, mutta myös ihmisen henkistä, sisäistä kehittyneisyyttä ja kypsyyttä.

Kulttuuri tarkoittaa yhteisön tai koko ihmiskunnan henkisten ja aineellisten saavutusten kokonaisuutta, yhtä hyvin eliitti-, populaari- ja talonpoikaiskulttuuria, tieteitä ja taiteita.

Tuli Suomen kirjakieleen sanasta siveä eli nuhteeton, säädyllinen

Itsenäistyvä Suomi osasi lukea

- Jo vuonna 1917 lähes jokainen suomalainen osasi lukea
- 1065 painoi valkolakin päähänsä vuonna 1917
- Keväällä 2022 valmistui 24 700 ylioppilasta

Suomi on koko historiansa uskonut koulutukseen ja sivistykseen, sanomalehdistöllä ollut suuri vaikutus lukutaidon kehitykseen

*Sosiaalinen media ja sivistys – onko niillä mitään tekemistä keskenään?*

Markku Mantila

Seinäjoen senioriopettajapäivät

Seinäjoki 10.9.2022

OSJ:n ajankohtaiset järjestöasiat toiminnanjohtaja Tuula Laine ja järjestösihteeri Katja Helo

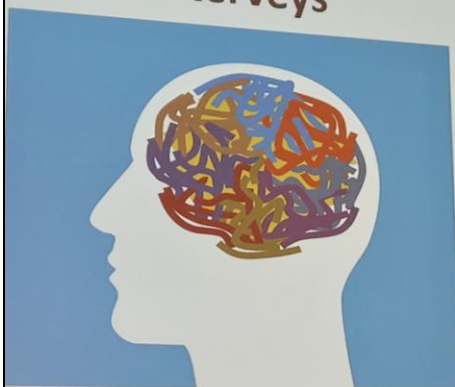


## Yhteinen teemavuosi luo yhteisöllisyyttä

- OSJ:n yhdistyksistä lähes kaikki (67) järjestivät teemavuoden toimintaa!
- Tavoitteena motivoida vähän liikkuvia yli 65-vuotiaita jäseniä lisäämään liikettä arkeensa omaan tilanteeseensa sopivalla tavalla.
- Yhteistyökumppanimme Ikäinstituutin Ikiliikkuja-hanke on tuottanut materiaaleja yhdistysten ja jäsentemme käyttöön ja järjestänyt koulutusta etäjumpan ohjaukseen
- Lisäksi huhtikuussa ja elokuussa OSJ ja paikallisyhdistykset osallistuivat hankkeen viestintäkampanjaan
- Teemavuoden materiaalit löytyvät OSJ:n verkkosivuilta ja niitä voivat jäsenemme ja paikallisyhdistykset hyödyntää jatkossakin!

## OSJ:n vuoden 2023 teema:

### Aivoterveys



Teema koskettaa meitä kaikkia ikään katsomatta, aivoterveysteemme voimme monin tavoin itse pyrkiä vaikuttamaan.

Tiedotamme teemavuoden toteuttamisesta lisää vuoden lopulla.



**Koulutuspäivän päätös, pj. Pekka Keskinen. *Vielä ohjelmaa...* KURTUT SUORIKSI – LEVIÄTTE LAKEURELTA, Seinäjoen Kaksiriviset.**



**Iltajuhla Hotelli – Ravintola Almassa, illallinen, musiikki yhdessäoloa. Taikuri Al Dante, Helena Taijala TST - orkesteri**



**Sunnuntain** kolmesta eri vaihtoehdosta voi jokainen valita etukäteen tilaisuuden, johon halusi osallistua. Meidän ryhmä valitsi Hotelli-Ravintola Alman Simuna -salin ohjelman; **Johanna Anttila lauloi ja säesti laulunsa eri soittimilla**, apulaisprofessori/erikoistutkija Jenni Kulmalan luento Gerontologian ajankohtaisia tuulia, **Lisää liikettä päivään**, suunnittelijaopettaja LitM Kirsti Tammivaara.



Pienikin muutos kannattaa, mutta parhaan tuloksen saat, kun rakennat itsellesi mielekkään hyvien elintapojen cocktailin

**FINGER** INTERVENTIOAIKATAULU

<b>RAVITSEMUS:</b> 8 ryhmätapaamista, 2 yksilötapaamista		
<b>LIIKUNTA:</b> 1-2viik. lihaskunto 2-4viik. aerobinen	<b>LIIKUNTA:</b> 2viik. lihaskunto 4-6viik. aerobinen	<b>LIIKUNTA:</b> 2-4viik. lihaskunto 5viik. aerobinen
<b>KOGNITIIVINEN HARJ.</b> 8 ryhmätapaamista Osaamisen harjoittelu	<b>KOGNITIIVINEN HARJ.</b> 2 ryhmätapaamista Osaamisen harjoittelu	
<b>SYDÄN- JA VERISUONISAIRAUKSIEN TARKKA SEURANTA JA HALLINTA</b> Hoitoja: 6 tapaamista, Lääkäri: 2 tapaamista		

SEULONTAKÄYTTÖ  
1. BASELINE KÄYTTÖ  
2. BASELINE KÄYTTÖ  
SATUNNAISTAMINEN

INTERVENTIION TIEDOTUSTILAUS

MINI-INTERVENTIO 6 TAVANOMAINEN TERVEYSNEUVONTA

25% enemmän paranemista kokonaiskognitiivisessa interventoryhmässä

Ngandu et al, Lancet, March 12, 2015

Tulevaisuuteen kannattaa kuitenkin katsoa positiivisin mielin

“Ajattelen, että elämälläni on suunta ja tarkoitus”

**30% pienempi riski muistisairauteen**

Sutin ym. 2018



Lisää liikettä

**Yhteinen päivien päätös.** Tangonuori Veet Pari (16v.), järjestelytoimikunta, päätöslounas Alman ravintolassa. **Oli kiitettävän hyvät valtakunnalliset senioriopettajapäivät Seinäjoella!**



**Veturikorttelia asemaseudulla kehitetään laajennetaan edelleen.**



**Vastaavat päivät ovat 30.9.-1.10.2023 TAMPEREELLA**

\*\*\*\*\*

## LOKAKUU

Ti 04.10. 2022 Lapin senioriopettajien kutsuvierailulle Rovaniemelle.

**Tutustumiskohteet olivat;** Napapiiri, Arktikum, Pilke ja Korundi, lisäksi lounasateria Arktikumissa

sekä päätöskahvit Korundissa. Matkan teimme Heiskasen liikenteen bussilla, kuljettajana oli **Mikko Tavi**. Tilaisuus oli varsinaisesti jäsenillemme, oli mukana myös muutama ystävä. Rovaniemeltä tulevat tulivat kyytiimme Rovaniemen linja-autoasemalta ja *oppaanamme koko matkan oli heidän jäsen Marja Hyvönen*. Matka oli onnistunut **KULTTUURIMATKA**. ----->

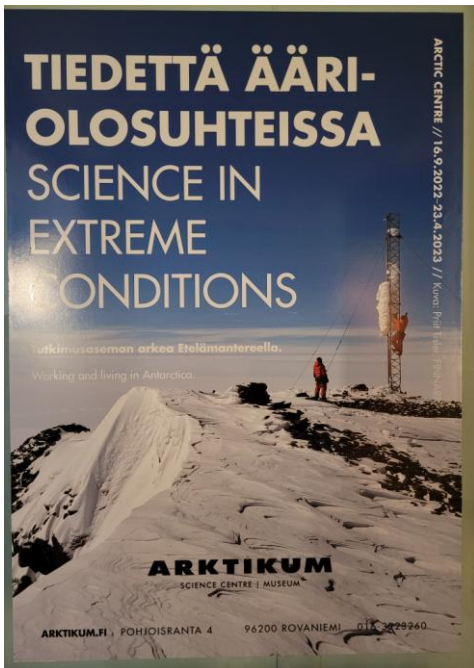
## NAPAPIIRI YMPÄRISTÖINEEN



ARKTIKUM ja PILKE

Marja Hyvönen, opas







# KORUNDI



**PALA TAIDETTA**

LOUNSAALUUNNÄHÄ VIININ TÄSKEIN  
KÄYTTELY Keskiviikkona klo 18:00

**AVOINNA / OPEN**  
TI-PE / TUE-FRI 11-18  
LA-SU / SAT-SUN 11-16

**TAIDETORSTAI  
ART THURSDAY**  
16-18 / 0 €

**OSOITE / ADDRESS**  
LAPINKKVIJÄRTIE 4,  
ROVANIEMI

**WWW.KORUNDI.FI**  
**+358 16 322 2822**  
**INFO@KORUNDI.FI**

**KORUNDI**  
KORUNDIHOUSE  
KORUNDIHOUSE

**I II**  
**KORUNDI**  
Kulttuuritalo • House of Culture



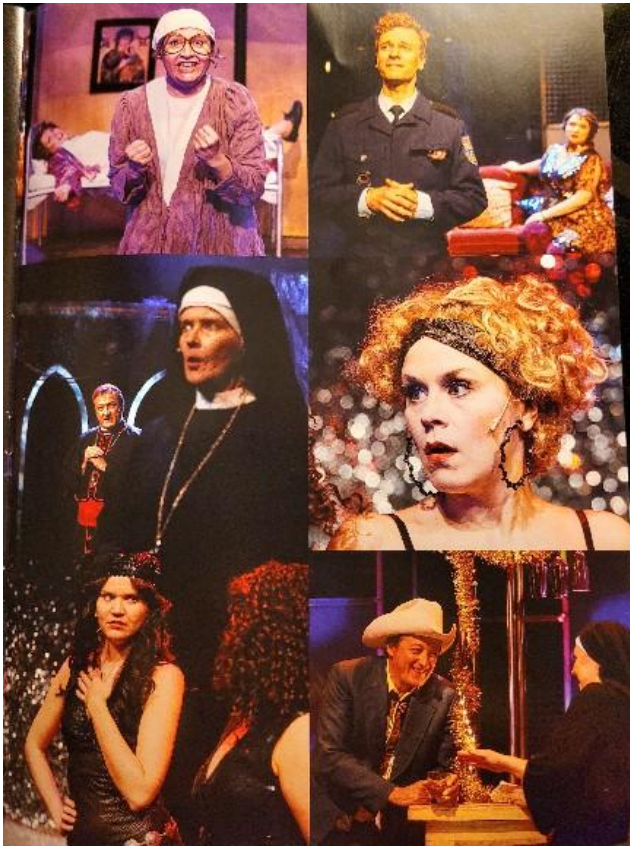
**\* La 29.10. 2022 ROVANIEMEN TEATTERISSA klo 13.00 musikaaliversio NUNNIA JA KONNIA.**

Matkan teimme bussilla. Ennen esitystä kävimme ruokailemassa Teatteriravintola VÄNMANNISSA. Esitys on rikollisen hauska musikaalikomedia unelmista, vapaudesta sekä sisarusten voimista. 1990-luvun hittielokuvan musikaaliversio on valloittanut katsojat ympäri maailmaa ja nyt tämä sähkövä musikaalikomedia nähdään Rovaniemen Teatterissa. Tarinassa eletään 1970-luvun loppua ja räiskyvällä laulaja Deloris Van Cartierilla on haaveena olla maailman upein discokuningatar. Unelma vain ei ota toteutuakseen ja Deloris joutuu ongelmiin nähdessään rikollisliigaa johtavan miesystävänsä tekemän murhan. Deloriksen on paettava ja nuoruudesta tuttu poliisi Hiki-Ricky piilottaa hänet talousvaikeuksien kanssa painivaan luostariin.

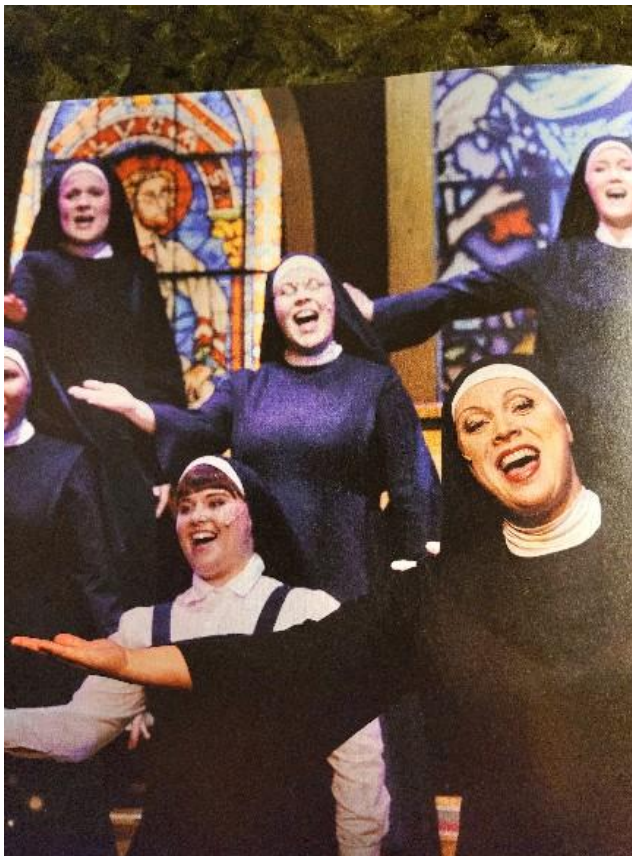
Vauhtiin sekä viihteeseen tottunut Deloris ei sopeudu luostarin ankaraan kuriin ja yhteentörmäykset järjestetystä rakastavan Abbedissan kanssa ovat täynnä kipinöitä.







Nämä kuvat ovat käsiohjelmasta, kun esityksen aikana ei saa kuvata.



## MARRASKUU

**\*" LISÄÄ LIKETTÄ", Kemissä pe 18.11.22 klo 11, Tutoris Erikoiskuntoutus, Valtakatu 21-23,** Kyseessä oli ns. **lihaskuntojumppa**, jossa 45min aktiivista tekemistä ja 15min kehonhuoltoa ja venyttelyä. Ohjaajana oli entuudestaan tuttu fysioterapeutti *Senja Valikainen*.



**\*" LISÄÄ LIKETTÄ", Torniossa pe 18.11.22 alkaen klo 11, HyväFiilis kuntosali Lapparin tiloissa, Vesaisenkatu1., "Keskivartalon treeni tehdään lattialla matolla helpoilla lihaskuntoliikkeillä, jotka treenaavat vatsaa, selkää ja kylkiä. Liikkeet soveltuvat kaikentasoisille liikkujille. Liikkeet voi tehdä omaan tahtiin. Kehonhuolto sisältää helppoja venyttely-/liikkuvuusliikkeitä, jotka huoltavat kehoaja parantavat liikkuvuutta koko vartalossa."**Ohjaaja *Sanna Vanhapiha*.



## JOULUKUU

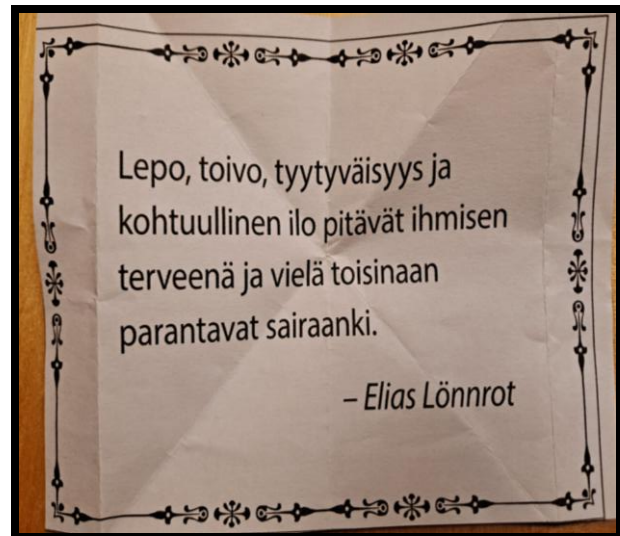
### \*01.12.2022 PIKKUJOULU KEMIN LUMILINNASSA

\*Kokoonnuimme talon ala-aulassa klo 13:00 alkoholittoman glögin kera ja teimme kierroksen ympärivuotisessa LumiLinnassa. Siirryimme 2.kerroksen LUMIHIUTALE ravintolaan, jossa meille oli varattu molemmat kabinetit: Syksy ja Talvi. Aliksi oli PJ. Jouni Kukkosen tervetulosanat.

***Muusikot Esa Rautiainen ja Elina Söderström esittivät lauluja syksystä joulun, he huolehtivat myös yhteislauluistamme.*** Haimme jouluisen buffetlounaan ravintolan puolelta ja nautimme aterian kabineteissa. Musikot jatkoivat esiintymistään vielä tuokion ja lauloimme myös yhetislauluja. Kerttu jakoi laatimiansa värssyt taiteuissa papereissa ja viidellä oli paperissa numero, joka tuotti pienen palkinnon. Kerttu ja Raija kertoivat alustavasta vuoden 2023 toimintasuunnitelmasta, pj. Jouni kiitti osallistujia ja toivotti hyvää joulun aikaa.







*\*Hallituksen kokous 6/2022, ke 14.12.2022 klo 10.30 Tornion kaupungintalon 10. krs., pieni neuvotteluhuone.*

**KIITOS KAIKILLE JÄSENILLE JA YSTÄVILLE  
OSALLISTUMISESTANNE VUODEN 2022 TOIMINTAAN!**  
*Länsi-Pohjan Senioriopettajat ry:n hallitus*

