

6/24

13.12.2024

Eläkkeensaajien Keskusliiton jäsenlehti
Pensionstagarnas Centralförbunds medlemstidning

Eläkkeensaaja ^{EKL}

Sata nestoria koolla
Jämsänkoskella
s. 12



teema

**JÄRJESTÖTOIMINTA &
VAIKUTTAMINEN**



Niin muuttuu maailma, Eskoni!

– Eläkeläisyhdistysten tulee mukautua yhteiskunnan muutoksiin

Muutokset yhteiskunnassa ovat tulleet entistä monimutkaisemmiksi. Ihmisten tarpeet, kiinnostukset ja vapaa-ajanviettotavat ovat muuttuneet ja muuttumassa. Näin ollen kansalaistoiminnan ja myös eläkeyhdistysten tarkoitus on muuttunut ja monipuolistunut. Aiemmin hyviksi havaitut tavat toimia eivät välttämättä enää riitä, vaan tarvitaan uusia ja erilaisia, yhdistyksille sopivia, ratkaisuja tulevaisuudessa toimimiseen.

Vuonna 2022 käynnistynyt suuri soteuudistus muutti kuntien tehtäviä ja toi mukanaan eläkeyhdistyksille uuden tärkeän yhdyspinnan, hyvinvointialueet, joissa yhdistyksenkin on toimittava. Enää ei riitä yhteydenpito vain omaan kuntaan, vaan tarvitaan myös osaamista hyvinvointialueen tarjoamien mahdollisuuksien kartoittamiseen.

Eläkeläisyhdistysten monipuolinen toiminta henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi on suuriarvoista. Se ehkäisee ja hidastaa tarvetta sairaanhoitoon ja hoivaan. Sekä kunnat että hyvinvointialueet tukevat tätä työtä toiminta-avustuksilla ja tarjoamalla mahdollisesti myös koulutusta ja ammatillista ohjausta. Kuntien ja hyvinvointialueiden tuki yhdistyksille vaihtelee sekä kunnittain että hyvinvointialueittain. Yhdistyksissä kannattaa paneutua huolella oman kunnan ja hyvinvointialueen tarjoamiin avustuksiin ja muuhun tukeen.

Piirijärjestön tehtävänä on jakaa oman alueensa yhdistyksille kaikki mahdollinen tieto hyvinvointialueiden tarjoamista mahdollisuuksista,

avustusten hakuajoista ja siitä, millaisiin tarkoituksiin avustukset ovat tarkoitettu.

Piirien on hyvä myös seurata aktiivisesti alueensa hyvinvointialueiden vanhusneuvostojen toimintaa ja olla niihin yhteydessä. Eläkeläisliittojen hyvinvointialueilla toimivien niin sanottujen Pikku-Eetujen merkitys eläkeläisten asioiden ajajana on kasvanut.

Toiminnan jatkuva kehittäminen luo menestyä. Onnistunut ja kiinnostava toiminta vaatii jatkuvaa kehittämistä, jotta se olisi myös tulevaisuudessa yhdistyksen menestystekijä.

Suomalaiset elävät aiempaa pidempään ja ovat parempikuntoisia kuin koskaan aikaisemmin. Yhdistysten jäsenten entistä laajempi ikähahtari haastaa yhdistykset miettimään entistäkin tarkemmin oman toimintansa kohderyhmiä ja tuottamaan selkeästi eri kohderyhmille suunnattua toimintaa.

Samanlaista kaikille -periaatteen sijaan erilaiset kohderyhmänsä tunteva ja niiden mukaisesti toimintaa tarjoava yhdistys pärjää jatkossakin koko ajan kiihtyvässä kilpailussa eläkkeensaajan vapaa-ajasta.

Paikalleen pysähtynyt yhdistys, vaikka toimikin nyt kiinnostavasti ja monipuolisesti, on ongelmien edessä nopeammin kuin osaamme kuvitellaan. Tänään kiinnostava toiminta voi olla huomenna menneisyyttä.

Toivotan hyvää joulua ja onnellista uutta vuotta kaikille lehtemme lukijoille!

Ledarartikel på svenska, sidan 39.

PÄÄKIRJOITUS

Simo Paassilta

päätöimittäjä
Eläkkeensaajien Keskusliiton puheenjohtaja

EKL Eläkkeensaaja

55. vuosikerta

Eläkkeensaaja-lehti, PL 168, 00531 Helsinki
www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti

ILMESTYMISAIKATAULU 2025

Número	1	2	3	4	5	6
Toimituksellinen aineisto	31.12.	17.2.	7.4.	21.7.	9.9.	27.10.
Ilmoitusvaraukset ja aineisto	22.1.	12.3.	7.5.	13.8.	2.10.	19.11.
Lehtirekisterimuutokset	29.1.	19.3.	14.5.	20.8.	8.10.	26.11.
Ilmesty	14.2.	4.4.	30.5.	5.9.	24.10.	12.12.

MEDIAINFO, ILMOITUSHINNAT JA ILMOITUSMYynti
www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti/ilmoitusmyynti
Satu Välimaa, 09 6126 8428, 045 110 4122, satu.valimaa@ekl.fi

OSOITTEENMUUTOKSET, LEHTIREKISTERI
jasenasiat@ekl.fi, 09 6126 840
Huom! Jäsen ilmoittaa muutoksistaan omaan yhdistykseensä, joka toimittaa tiedot edelleen liittoon.

PÄÄTOIMITTAJA
Simo Paassilta, 050 522 1201, simo.paassilta@gmail.com

TOIMITUSIHTTEERI
Anneli Velho, 09 6126 8444, 044 263 7021, anneli.velho@ekl.fi

TAITTO Vitale Ay / Taina Leino
PAINO Sanoma Manu Oy, Tampere

ISSN 0355-6557
Lehti on Aikakausmedia ry:n jäsen.

EKL Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry

Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf

Haapaniemenkatu 14, 2. krs. PL 168, 00531 Helsinki
toimistoaika ma 8.30–16, ti 9.30–16, ke–pe 8.30–16
puhelinpalvelu ma–pe 10–15, puh. 09 6126 840
sähköposti: etunimi.sukunimi@ekl.fi

Kenelle lähetän mitään aineistoja? KENEEN OTAN YHTEYTTÄ?

Lehden irtonumerot esimerkiksi yhdistysten tapahtumiin
Lehtinippulautaus pitää olla meillä viimeistään 2,5 viikkoa ennen lehden ilmestymispäivää.
satu.valimaa@ekl.fi

Lehtijutut ja niihin liittyvät kuvat
toimitus@ekl.fi

Yhdistysten ja piirien ilmoitukset kuten kokouksut, kiitosilmoitukset ja muut maksulliset ilmoitukset
satu.valimaa@ekl.fi

Maksuttomat: ansiomerkillistat ja yhdistysten merkkipäivätiedot
sissi.kahkonen@ekl.fi
Huom! Piireissä tapahtuu -tiedot vain numeroihin 1 ja 4

Kilpailutoimintaan liittyvät jutut
marja.raitojarju@ekl.fi

Juntumaa Inari	järjestöjohtaja	040 905 1940
Kivinen Eero	sosiaalipoliitt.asiantuntija	041 522 1696
Kokko Timo	toiminnanjohtaja	09 6126 8420
Kähkönen Sissi	johdon assistentti	09 6126 8421
Lehtimäki Marja-Leena	hallintojohtaja	09 6126 8430
Lemola-Palm Nonna	järjestösuunnittelija	050 573 6068
Manninen Inka	järjestösuunnittelija	050 352 4385
Mohammed Rafi	taloushallinnon assistentti	09 6126 8431
Nissinen Ulla	toimistosihteri	09 6126 8432
Noresvuo Paula	järjestösuunnittelija	050 522 1946
Raitoharju Marja	järjestösuunnittelija	040 450 6565
Utriainen Jarkko	järjestösuunnittelija	09 6126 8434
Vartiainen Pekka	järjestösuunnittelija	09 6126 8436
Velho Anneli	viestinnän suunnittelija	09 6126 8444
Viitanen Juha	järjestösuunnittelija	09 6126 8442
Välimaa Satu	myyntisihteri	09 6126 8428

KÄPYLÄN TYÖVÄENTALO

Vipusentie 19 A, 00610 Helsinki
Varaukset EKL, 045 110 4122
Talonmies 050 537 2683
www.ekl.fi/tietoa-meista/

EKL OTTAA KANTAA JA VAIKUTTAA

TIEDOTE 25.10.2024

Tarvitsemme perusteellisen selvityksen sukupolvien välisistä tulonsiirroista

Sosiaalisesti kestäväälle yhteiskunnalle hyvinvointi ja sen jakautuminen sukupolvien välillä ovat olennaisia kysymyksiä. Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry vaatii nyt tämän asian selvittämistä perin pohjin.

Eläkepoliittista keskustelua on maassamme jo vuoden ajan väärittänyt maan hallituksen lokakuussa 2023 työmarkkinajärjestöille antama toimeksianto neuvotella Suomen seuraava eläkeuudistus. Tavoitteena on neuvotella uudistus, joka vakauttaisi julkista taloutta pitkällä aikavälillä noin miljardilla euroa (0,4 prosenttiyksikköä) suhteessa bruttokansantuotteeseen.

Asian johdosta on eläkkeistä ja eläkkeensaajista tullut kestopuheenaihe yhteiskuntaan. Valitettavan monissa puheenvuoroissa on niin sanottu suuret ikäluokat leimattu kylmäkiskoiksi oman edun tavoittelijoiksi, joita ei nuorempien sukupolvien hyvinvointi kiinnosta.

Keskeisin argumentti edellä mainituissa leimaamisissa on ollut se, että maksettujen eläkemaksujen tuotto ei jakaudu tasaisesti eri ikäpolville ja sukupuolille. Naiset ja vanhimmat sukupolvet hyötyvät eniten maksamistaan eläkemaksuista. Leimakirveiden heiluttelijat ovat ainakin osin päässeet tavoitteeseensa ja saaneet nuorempien sukupolvien edustajat liikkeelle ja esittämään valtavia leikkauksia vanhempiensa ja isovanhempiensa eläkkeisiin.

Eläkkeensaajien Keskusliitto kannustaa eri sukupolvia käymään keskustelua sosiaalisti oikeudenmukaiseen yhteiskuntaan liittyen nyt ja tulevaisuudessa. EKL haluaa kuitenkin kiinnittää huomiota siihen, että nuorisomme on esityksiä tehdessään ottanut pöydälle vain yhden palan sukupolvien välisistä tulonsiirroista. Jos vertailemaan lähdetään, niin olisi oikeudenmukaista tehdä se tarkastelemalla koko kakkua. Eläkkeet ovat vain osa sukupolvien välisiä tulonsiirtoja.

Arvioitaessa sukupolvien välistä tilannetta yleisemmin ja kokonaisuutena tulee katsoa, mikä merkitys on eläkkeiden lisäksi verotuksella, lapsilisillä, ilmaisella koulutuksella, opintoetuksilla, työttömyysturalla, subventoidulla päivähoidolla jne.

Suomessa ei ole tehty sukupolvien välisten tulonsiirtojen kattavaa arviointia. EKL vaatii asian selvittämistä nyt pikaisesti ja perusteellisesti. On kaikkien etu, että tiedetään kokonaisuus ja sen osatekijät. Näin vältetään väärinkäsityksiltä sekä tahallisuilta ja johdattelevilta väärinymmärryksiltä. Kun arvio on tehty, niin jatketaan keskustelua faktapohjalta.

EKL kannustaa eläkeuudistusta neuvottelevia työmarkkinajärjestöjen edustajia hakemaan hallituksen vaatiman tavoitteen täyttämistä työeläkevaroilta saatavien sijoitustuottojen kasvattamisella. Maan hallitus voisi tehdä asiassa osansa etsimällä keinoja syntyvyyden kasvuun sekä maahanmuuttajien nykyistä korkeamman työllisyyden edistämiseen.

Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry:n valtuuston kokous

ELÄKKEENSAAJIEN KESKUSLIITTO EKL:N LAUSUNNOT, KANNANOTOT JA TIEDOTTEET

16.10.2024	Lausunto Eduskunnan sosiaali- ja terveysvaliokunnalle kuntoutusetuuksista
15.10.2024	Lausunto Eduskunnan sosiaali- ja terveysvaliokunnalle vanhuspalvelulaista
11.10.2024	Lausunto paloturvallisuuslaitteita koskevista sisäministeriön asetuksista
27.9.2024	Lausunto eduskunnan valtiovarainvaliokunnan verojaostolle
20.8.2024	Lausunto luonnoksesta hallituksen esitykseksi laeiksi vuoden 2025 tuloveroasteikosta, tuloverolain muuttamisesta ja väliaikaisesta muuttamisesta sekä eräiden muiden verolakien muuttamisesta

Lausunnot, kannanotot ja tiedotteet ovat kokonaisuudessaan luettavissa EKL:n sivuilla:

www.ekl.fi > Tiedotteet ja
www.ekl.fi > Edunvalvonta > Vaikuttaminen

Edunvalvontaa ja ajankohtaista s. 4–7

10

Moni eläkeläinen on sateenkaari-seniore

Valokuva: Ilkka Vuorinen / Vanhustyön keskusliitto.

14

Koulutuksesta tukea järjestön hallitustyöskentelyyn

Kuva: Maaseudun Sivistysliiton kuva-arkisto.

30

Meillä kaikilla oli niin mukava – osallistu sinäkin ensi vuonna

Elinvoimaa Janakkalassa

JOULU-TERVEHDYKSET ss. 20–27

TOIMINNAN-
JOHTAJALTA

Hölmöläisten peiton jatkoa...

Pirkko-Liisa Surojegin toimitti ja kuvitti vuonna 2003 teoksen Suomen lasten hölmöläissadut. Surojegin kuvaa kirjassaan Hölmölää ja hölmöläisiä seuraavasti:

"Hölmölään väki on kunnan kansaa. Perusteellisesti se harkitsee kaiken ennen kuin ryhtyy mihinkään. Niin pyritään välttämään vahinkoja. Hölmöläisten ajatuksenjuoksu on tosin hiukan hidasta ja omalaatuista, mutta se ei ole kovin vaarallista, sillä he ovat ahkeraa ja perin rehellistä väkeä. Hölmölä he tosin ovat, mutta kukaan veijari ei heitä petä, vaan he kompastuvat omiin touhuihinsa. Kaiken kattaa hyväntahtoinen huumori ja lämmän elämännäkemyks. Siksi heille kesken hyviä yrityksiään alituisesti sattuu kommelluksia, jopa niin lystikkäitä, että niille vieläkin nauretaan kaikkialla muualla paitsi Hölmölässä."

Hölmöläiset jatkoivat liian lyhyttä peittoa, jotta se yltäisi korville, leikkaamalla sen päästä suikaleen ja ompelemalla sen toiseen päähän. Tätä erinomaista kuvasanontaa käytetään puhuttaessa toiminnasta, joka näennäisesti lisää jonkin asian kuten esimerkiksi rahan määrää, mutta ei tosiasiallisesti sitä tee.

Maan hallitus on kertonut säästävänsä isoja rahoja sosiaaliturvamenoihin, leikkaamalla muun muassa asumistukea ja työttömyysturvaa. Tämä, jos mikä, on alkanut näyttämään hölmöläisten peitonjatkamiselta. Asumistukimenot on saatu reippailla heikennyksillä laskuun mutta samaan aikaan ovat toimeentulotukimenot kasvaneet. Työttömyysturvan leikkauksia on perusteltu sillä, että näin saadaan työttömät nopeammin töihin. Totuus on kuitenkin se, että työttömyyden määrä on kasvanut lähes ennätysvauhtia.

Kelan tilastot paljastavat hallituksen tekemien säästöjen ja muiden toimien yhteisvaikutukset. Tilastoista näkyy, että toimeentulotukimenot ovat kasvaneet tänä vuonna voimakkaasti. Kuukausitasolla nousu on ollut huhtikuusta alkaen luokkaa kymmenen miljoonaa euroa. Perustoimeentulotukeen oli käytetty tammi-syyskuussa 63 miljoonaa euroa enemmän verovaroja kuin viime vuonna samaan aikaan.

Edellä mainittu kasvu on osunut samaan aikaan kohtaan, kun hallituksen räätälöimät asumistuen kiristykset ovat alkaneet vaikuttaa monen perheen tukeen laskevasti ja samaan aikaan myös työttömyysturva on leikattu. Hallitus on leikannut asumistukea siten, että korvausprosentti pienenee 80 prosentista

70:een. Lisäksi on tuen perusomavastuuta nostettu ja enimmäismenot pudotettu Helsingissä muun pääkaupunkiseudun tasolle.

Kela säästi yleisen asumistuen menoissa reippaat 12 miljoonaa. Se maksoi syyskuussa yleistä asumistukea runsaat 132 miljoonaa euroa, kun viime vuoden vastaavana aikana sitä maksettiin 145 miljoonaa euroa. Samana ajanjaksona Kela käytti perustoimeentulotuen maksuihin runsaat 66 miljoonaa euroa, kun viime vuonna samaan aikaan vastaava meno oli noin 55 miljoonaa euroa, kasvua on siis noin 11 miljoonaa euroa.

Asumistuen saajien määrä on laskenut tähän syksyn tultaessa viime vuoden tasosta, kun vielä kesällä määrä oli viimevuotista korkeampi. Samaan aikaan perustoimeentulon saajien määrä on kääntynyt kasvuuksi. Syyskuussa sitä sai 117 000 kotitaloutta, noin 7 000 kotitaloutta enemmän kuin viime vuoden syyskuussa.

Eläkkeensaajan asumistukea sai vuoden 2022 joulukuussa yhteensä 206 975 henkilöä. Hallituksen lakiesityksen mukaan se leikkaa eläkkeensaajan asumistukea 203 000 henkilöltä ja lakkauttaa sen kokonaan 7 600 henkilöltä. Yksittäiseen tuensaajaan keskimäärin kohdistuva leikkaus oli esityksen mukaan reilut 15 euroa kuukaudessa.

EKL ilmoitti lausunnossaan, että emme voi hyväksyä esityksen mukaista muutosta eläkkeensaajan asumistukeen. Eläkkeensaajille kohdistetaan jo ennestäänkin isoja taloudellisia paineita tänä vuonna ja lähitulevaisuudessa, esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksujen korottamisen, eläkkeiden verotuksen kiristämisen sekä lääkekaton omavastuun korottamisen myötä.

Hölmölässä asui viisas mies nimeltään Matti, joka pelasti kylän väen aina ongelmatilanteissa. Mistä saataisiin vastaava Matti myös maamme hallitukseen? Tästä meinaan kohta Joulupukille kirjoittaa.

Kiitos kaunis henkilökunnalle jaksamisesta ja kovasta työmoraalista. Kiitos hallinnolle viisaista ja rohkeista päätöksistä, kiitos jokaiselle jäsenellemme sekä kaikille yhteistyökumppaneille kuluneesta vuodesta.

Toivotan lämmintä joulunaikaa sekä entistä parempaa uuttavuotta kaikille!

Timo Kokko

11

Hölmölässä asui viisas mies nimeltään Matti, joka pelasti kylän väen aina ongelmatilanteissa. Mistä saataisiin vastaava Matti myös maamme hallitukseen? Tästä meinaan kohta Joulupukille kirjoittaa.



Eduskuntaryhmistä edustettuina tilaisuudessa olivat kokoomus (Mia Laiho), sosiaalidemokraatit (Aki Lindén), vasemmistoliitto (Minja Koskela), vihreät (Hanna Holopainen) ja kristillisdemokraatit (Mika Poutala). Kuva: Timo Vuori.

EETU ry talousarvioesityksestä:

Veronkorotuksilla ja sosiaaliturvien leikkauksilla on kielteinen vaikutus eläkeläisten talouteen

Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry jätti eduskuntaryhmille kannanottonsa vuoden 2025 talousarvioon ja lausuntotoimeenpäättämiseen tiistaina 8.10.2024. Eläkeläisliitot ilmaisivat eduskuntaryhmille syvän huolensa veronkorotusten ja leikkausten yhteisvaikutuksista eläkeläisten arkeen ja talouteen.

EETU jakaa saman käsityksen kansan enemmistön kanssa Suomen vaikeasta taloudellisesta tilanteesta ja velkaantumisesta. – Talouden sopeutus- ja leikkaustoimenpiteitä tehdessä on kuitenkin huomioitava se, että eläkeläisillä on työikäisiä rajalliset mahdollisuudet nostaa henkilökohtaisilla toimillaan tulotasoaan. Useimmilla ei ole käytännössä tätä mahdollisuutta jo pelkästään iän ja terveyden vuoksi, muistutti EETUn puheenjohtaja Kari Kantalainen eduskunnan päättäjiä.

Eläkeläisten verotus ei saisi olla palkansaajien verotusta korkeampaa. Nyt hallitus esittää eläketuloon veronkiristystä eläketuloiluissa 27 000–54 000 euroa vuodessa.

Jo ennestään osalla eläkeläisistä veroaste on korkeampi kuin palkansaajilla, vaikka palkansaajien osalta luvuissa huomioitaisiin myös työeläkemaksut. Lisäksi kahden ylimmän eläketuloaluokan vuosittainen alarajan tarkistus on jäädytetty.

– Tämä päätös on eriarvoistava ja sotii verotuksen yhdenvertaisen kohtelun periaatetta vastaan. Eläke-

läisten verotus ei saisi olla palkansaajien verotusta korkeampaa, painotti Kantalainen EETUn yhteistä linjaa.

EETU kritisoi suunnitelmia leikata kotitalousvähennyistä. Leikkauksella arvioidaan olevan negatiiviset vaikutukset eläkeläisten arkeen. Kotitalousvähennyksen yhtenä tavoitteena on mahdollistaa ikääntyneiden asumisen omassa kodissa pidempään. Kuitenkin nyt esitetty leikkaus kotitalousvähennyksen kohdistuu erityisesti kotitalous-, hoiva- ja hoitotöihin, joihin osa eläkeläisistä tarvitsee ulkopuolista palvelua.

Arviolta noin 200 000 eläkeläisen asumistukeen esitetään leikkauksia. Monen eläkeläisen kohdalla myös terveydenhuollon asiakasmaksujen ja lääkkeiden sairaskorvausmaksun kalenterivuoden omavastuun korotukset tietävät lisäkuluja. Arvonlisäverotukseen tehtiin jo aikaisemmin kuluvana vuonna korotus. Kaikkien ehdotettujen toimenpiteiden yhteisvaikutus voi olla eläkeläiselle vuositasolla useita satoja euroja.

EETUn puheenvuorossa ilmaistiin huoli STEA-avustusten leikkauksien vaikutuksista. SOSTEN jäsenjärjestöt, joihin EETUn järjestökin lukeutuvat, tekevät vaikuttavaa ja ennaltaehkäisevää työtä, jolla edistetään ikääntyneiden suomalaisten terveyttä ja hyvinvointia. Työ tapahtuu pääosin järjestöjen vapaaehtoisten kautta, minkä vuoksi järjestöjen taloudellisen tukeminen on kustannustehokasta valtiolle.

Hyvinvointialueita koskeva uutisointi on ollut pääasiassa negatiivista: yt-neuvotteluita, leikkauksia palveluihin, hyvinvointialueiden budjettien alijäämät, henkilöstöpula ja niin edelleen. EETU kannustaakin kehittämään omalääkäri- ja hoitajamallia, joka voisi tuoda säästöjä terveydenhuoltoon ja samalla parantaa hoidon laatua.

– Olisi myös tärkeää, että hyvinvointialueudistuksen onnistuneista käytännöistä voitaisiin välittää julkisuuteen enemmän positiivista tietoa, totesi EETUn puheenjohtaja Kantalainen.

EETUn puheenvuoron lopuksi toivotettiin hallituksen Kasvuriih-hankkeelle menestystä. Kasvuriih-hankkeen tavoitteena on etsiä keinoja ja ideoita talouskasvun saamiseksi.

Kansanedustajien puheenvuoroissa vakuutettiin, että huoli jaetaan eläkeläisten kanssa ja viestiä vietään eteenpäin valioikeuteen ja eduskuntaryhmiin. Samalla puheenvuoroissa myönnettiin, että nyt suunnitellut leikkaukset osuvat eläkeisiin.

Timo Vuori

EETU
PIO

Lausunnot, kannanotot ja tiedotteet ovat kokonaisuudessaan luettavissa EETU ry:n sivuilla: www.eetury.fi > Lausunnot ja kannanotot

Kela|Fpa

INDEKSITARKISTUS TYÖELÄKKEISIIN VUODELLE 2025

Vuodelle 2025 tulee palkkakertoimen pisteluvuksi 1,673 ja työeläkeindeksiin pisteluvuksi 3077. Palkkakertoimen nousu noin 2,2 % ja työeläkeindeksi noin 1,3 % vuoteen 2024 verrattuna.

Maksussa olevat työeläkkeet tarkistetaan vuosittain työeläkeindeksillä ja työeläkelainsäädännössä olevat tulo- ja ansiorajat palkkakertoimella. Työeläkeindeksistä ja palkkakertoimesta säädetään työntekijän eläkeläisissä (395/2006; TyEL).

Kansaneläkeindeksi tuo 1,0 prosentin korotuksen vain osaan Kelan etuuksista – monet etuudet pysyvät vuoden 2024 tasolla.

Kela on vahvistanut kansaneläkeindeksin pisteluvun 1.1.2025 alkaen. 1,0 prosentin suuruinen indeksitarkistus tehdään vuodenvaihteessa vain osaan etuuksista. Etuuksiin voivat vaikuttaa myös muut sosiaaliturvaan tulevat muutokset.

Suurin osa Kelan etuuksista on sidottu kansaneläkeindeksiin. Kansaneläkeindeksi seuraa elinkustannusindeksiä, jonka Tilastokeskus laskee keskeisten hyödykkeiden hinta-

tietojen perusteella. Näin etuuksien ostovoima pyritään säilyttämään hintojen muutuessa.

HALLITUS ESITTÄÄ MUUTOKSIA LÄÄKEKORVAUSTEN ALKUOMAVASTUUSEEN 1.1.2025 ALKAEN

Hallitus esittää, että lääkekorvausten alkuomavastuu korotettaisiin 50 eurosta 70 euroon. Lisäksi hallitus esittää, että lääkekorvausten alkuomavastuu sidottaisiin kansaneläkeindeksiin, jolloin alkuomavastuu tarkistettaisiin jatkossa vuosittain. Tutustu asiaan Kelan sivuilla: bit.ly/kela_laakekorvaukset

HALLITUS SUUNNITTELEE MUUTOKSIA KELA-KORVAUKSIIN VUONNA 2025

Suunnitelmissa on muun muassa valinnanvapauskokeilu 65 vuotta täyttäneille. Kokeilussa yli 65-vuotiaat maksaisivat yksityisen yleislääkärin vastaanotokäynnistä summan, joka vastaa julkisen terveydenhuollon asiakasmaksua. Summa olisi ensi vuonna noin 28 euroa. Tutustu asiaan Kelan sivuilla: bit.ly/kela_kokeilu

Taloussanomien 17.10.2024, Outi Kokko:

Näin verotus iskee eläkkeisiin ensi vuonna – katso, oletko voittaja vai häviö

- Useimpien eläkkeensaajien kuukausitulot kasvavat ensi vuonna noin 20 eurolla.
- Työeläkkeisiin esitetään ensi vuodelle 1,3 prosentin indeksikorotusta.
- Verotus kiristyy erityisesti noin 4 000 euron eläkkeissä, syöden indeksikorotuksen.
- Suomalaisten keskieläke on noin 2 000 euroa, harvempi kuin joka kymmenes eläkkeensaaja saa yli 4 500 euroa kuukaudessa.

Koko artikkeli on luettavissa täältä:

www.is.fi/taloussanomien/art-2000010766271.html

ELÄKETURVAKESKUS (ETK) 15.10.2024

Suomen eläkejärjestelmä seitsemänneksi paras, luotettavuudessa yhä ykkönen

Suomen eläkejärjestelmä on sijoittunut seitsemänneksi kansainvälisessä Mercer CFA Institute Global Pension Index -vertailussa. Suomen sijoitus tippui yhden sijan edellisvuodesta. Eläkejärjestelmien hallinnon luotettavuudessa Suomea pidetään kuitenkin edelleen vertailun parhaimpana. Tänä vuonna vertailuun osallistui 48 maata. – Suomen pisteet eläkkeiden riittävyyden osalta ovat tänä vuonna edelleen melko hyvät, 77 pistettä sadasta. Se on hitusen vähemmän kuin viime vuonna, mutta pisteet kertovat silti selvästi, että eläkejärjestelmämme tuottaa kohtuullista toimeentuloa eläkkeensaajalle, Eläketurvakeskuksen (ETK) yhteyspäällikkö Mika Vidlund arvioi. Vidlund kiinnittää enemmän huomiota eläkejärjestelmän taloudelliseen kestävytyteen.

– Kestävytydessä pisteemme tippuivat selvästi viime vuoteen verrattuna. Eläkejärjestelmän taloudellinen kestävyys on nyt hyvin ajankohtainen kysymys, kun Suomen eläkeneuvotteluissa parhaillaan pohditaan eläketurvan rahoitusta.

– Mercer-vertailu viittaa siihen, että eläketurvan toimintaympäristö on Suomessa kärkimaita haasteellisempi. Suomen edellä olevat maat ovat kaikki rahoitussellisesti kestävyydeltään vertailun kärkeä.

TOP 10 – eläkejärjestelmät • Global Pension Index 2024				
Sija	Eläkkeiden riittävyys	Järjestelmän kestävyys	Hallinnon luotettavuus	
1. Hollanti	(84.8)	1. (86.3)	4. (81.7)	5. (86.8)
2. Islanti	(83.4)	7. (82.0)	1. (84.3)	10. (84.4)
3. Tanska	(81.6)	4. (84.0)	2. (82.6)	23. (76.3)
4. Israel	(80.2)	14. (75.7)	3. (82.6)	11. (84.1)
5. Singapore	(78.7)	10. (79.8)	6. (74.3)	12. (83.0)
6. Australia	(76.7)	21. (68.4)	5. (79.5)	7. (86.1)
7. Suomi	(75.9)	13. (77.0)	12. (64.2)	1. (90.8)
8. Norja	(75.2)	11. (77.2)	14. (63.6)	2. (88.3)
9. Chile	(74.9)	19. (71.2)	10. (70.9)	6. (86.5)
10. Ruotsi	(74.3)	16. (75.2)	7. (73.7)	30. (73.6)

Lähde & lisätieto: www.mercer.com/globalpensionindex

Mercerin poliittikassasuoritus säilyneet muuttumattomina. Se ehdottaa Suomelle vähimmäiseläketurvan parantamista sekä kotitalouksien säästämisasteen kasvattamista ja velkaantumistasen vähentämistä.

Suomen kehityskohteeksi Global Pension Index listaa myös rahastoinnin lisäämisen. Lisäksi Suomelle ehdotetaan eläkeoikeuksien jakamista puolisoisten kesken avioerojen yhteydessä.

Eläketurvakeskus
PENSIONSSKYDDSCENTRALEN

Lue koko artikkeli ETK:n sivuilta: bit.ly/etk_mercer

Pohjoismaiset eläkeläisjärjestöt kokoontuivat Hanasaassa

SELKO-SIVU

NSK:n tapaamisen seminaari- osuudessa kuultiin esitykset ikäihmisten osallistumisesta digipalveluiden suunnitteluun ja Suomen eläkeuudistuksesta.

Kahdeksan pohjoismaisen eläkeläisjärjestön yhteistyötoimikunnan NSK:n (Nordiska Samarbetskommittén) syyskokous ja seminaari järjestettiin tällä kertaa Suomessa.

Hanasaaren kulttuuri-keskuksessa 23.–24. lokakuuta pidetyn hallituksen kokouksen ja seminaarin käytännön järjestelyistä vastasivat Eläkeläiset ry ja Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry.

Seminaarissa tutkijatohtori Emilia Viklund esitteli Åbo Akademin Vaasan yksikön ja Uumajan yliopiston yhteistä tutkimusprojektia, jossa viidenkymmenen ikäihmisen joukko osallistui digitaalisen sovelluksen kehittämiseen. – Ikäystävällisille digitaalisille palveluille on suuri tarve. Valtaosaa nykyisistä verkkopalveluista ja laitteista ei ole luotu tätä ajatellen. Ja nekin, jotka ovat, eivät välttämättä ole sellaisia, joita ikääntyneet tarvitsisivat tai haluaisivat.

Kolmevuotisen projektin tuloksena syntyi sovellus, joka kokoaa erilaisia tapahtumia, toimintaa ja menovinkkejä.

Tutkimukseen osallistuneiden kokemukset vaihtelivat. Ikäihmisten äänen kuulemistä ja mahdollisuutta kokeilla uutta pidettiin hienona. Kiinnostus teknologiaan ja luottamus omaan osaamiseen kasvoivat.

Kaikkien odotukset eivät kuitenkaan täyttyneet. Osa ryhmäläisistä koki pettymystä

ja epävarmuutta omasta osallistumisestaan. Kolmevuotinen projekti oli myös pitkä, eivätkä kaikki pystyneet olemaan mukana täysipainoisesti, vaikka olisivat halunneetkin.

– Saadut kokemukset ovat arvokkaita ja prosessi oli opettavainen meille kaikille, Emilia Viklund summasi. – On suuri

tarve edelleen kehittää tapoja, joilla ikääntyneet saadaan mukaan teknologian suunnitteluun.

Kokousedustajat kuulivat myös Työeläkevakuuttajat TELAn toimitusjohtajan Suvu-Anne Siimeksen esitellyn valmisteilla olevasta Suomen eläkeuudistuksesta.

Siimes peräänkuulutti keskustelua siitä, kenen hyväksi uudistusta ollaan tekemässä. Halutaanko ratkaista lyhyemmän aikavälin kilpailukykyongelmia ja eläkevakuutusmaksuihin kohdistuvia paineita vai ajatella sitä, minkälaiset eläkkeet tulevat aikanaan olemaan niillä nuorilla, joiden tuottoisimmat työvuodet sijoituvat 2040- ja 2050-luvuille.

– Nämä ovat isoja kysymyksiä sukupolvien välisen tulojonon kannalta sekä nyt että kaukaisemmassa tulevaisuudessa.

Sukupolvien ketjussa olemme riippuvaisia toisistamme, Siimes muistutti.

– Nuoremmalla sukupolvela voi esimerkiksi olla vaikea ymmärtää sitä, että joku muu vanhempi ikäluokkahan on kustantanut tämän järjestelmän, joka mahdollistaa heidän opintonsa ja terveydenhuoltonsa.

Tuomas Talvila

Pohjoismaisen yhteistyötoimikunnan NSK:n jäsenjärjestöjä ovat Faglige Seniorer (Tanska), Landsförelag Pensjonista (Färsaaret), Landssamband eldri borgara (Islanti), Pensjonistförbundet (Norja), Svenska Kommunala Pensionärens Förbund (Ruotsi), Pensionärens Riksorganisation PRO (Ruotsi) sekä Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ja Eläkeläiset ry.



Eläkeläisjärjestöjen Pohjoismainen yhteistyötoimikunta oli koolla Hanasaaren kulttuurikeskuksessa. Keskellä edessä on NSK:n puheenjohtaja, ruotsalaisen PRO:n puheenjohtaja Åsa Lindestam. Kuva: Tuomas Talvila.

Riskinotto kuuluu työeläkerahastoihin, vaikka se voi kuulostaa eläkeläisestä oudolta

Janne Pelkonen

Mytti suomalaisten turvallisuusuhakuisuudesta elää vielä vahvana, eikä aivan syyttä. Sijoitusgurut parhainta julkisuudessa aina, kun Suomen Pankki julkaisee tilastoja siitä, miten suomalaisten pankkitileillä makaa yli sata miljardia euroa. Tämä riskien kaihittamisen kulttuuri tuli minulle yllätyksenä, kun sain tänä syksynä eteeni meillä Työeläkevakuuttajat

Telassa teetetyt tutkimuskyselyt. Kysyimme, pitäisikö työeläkevakuuttajien voida ottaa enemmän riskejä sijoitustoiminnastaan, jotta työeläkkeiden rahoitus olisi kestävämmällä pohjalla?

Työikäisistä vain 27 prosenttia ja yli 75-vuotiaista 31 prosenttia oli sitä mieltä, että riskinoton ja samalla mahdollisten tuottojen kasvattaminen olisi hyvä idea. Eläkeläisten kohdalla hyvätulaiset, miehet, yli 82-vuotiaat ja yrittäjät

taustaiset olivat jonkin verran enemmän valmiita sijoitustoiminnan riskien kasvattamiseen.

Asia on tärkeä, koska työmarkkinaosapuolten neuvottelupöydässä nyt suunniteltu työeläkeuudistus tulee ehkä nojamaan juuri sijoitusuudistukseen. Sen tarkoituksena on lisätä yksityisalojen työeläkevakuuttajien riskinottoa ja parempien tuottojen mahdollisuuksia. Julkisten alojen eläkevakuuttaja Keva on vastikään jo lisännyt sijoitustoimintansa tuottohakuisuutta.

Työeläkkeiden rahoituksen isoin riski on tällä hetkellä väestömuutos. Ihmiset elävät yhä pidempään, mutta tätä eläkepommiä on jo purettu aiemmissa eläkeuudistuksissa. Vauvakato taas on todellisuutta, kun syntyvyys on laskeutunut Suomessa hieman yli kymmenessä vuodessa noin 30 prosenttia. Onneksi kasvanut maahanmuutto antaa toivoa.

Sote-palveluiden takana ei ole rahastoja, joiden pääoman tuotolla voidaan maksaa ikäsidonnaisia hoivapalveluita. Työeläkejärjestelmässä on sen sijaan säästetty etukäteen: viime vuonna menojen katteeksi otettiin rahastoista noin 2,5 miljardia euroa enemmän kuin sinne laitettiin.

Pitkällä aikavälillä vain noin neljäsosa ihmisille maksetuista eläkkeistä katetaan rahastoista, joten aivan kaikkia kuviteltavissa olevia tulevaisuuden rahoitushaasteita ei kuitenkaan pystyttäisi hoitamaan vain yksityisalojen riskinottoa sääteleviä vakavaraisuussäännöksiä tuunaamalla.

Riski ja eläkerahat eivät tietenkään kuulosta hyvältä yhdessä, mutta ehkä eläkeläistenkin huolia voisi helpottaa, jos tulevaan eläkeuudistukseen kuuluva sijoitusuudistus tehtäisiin maltilla. Olennaista on päättää riittävästä riskinotosta, jotta eläkevastuut saadaan katettua. On myös tärkeää tiedostaa, että pelkästään ”sukan varteen” säästäminen ei riitä eläkejärjestelmässä, vaan parempia tuottoja tarvitaan.

Eläkejärjestelmän vastuut rahastoista eläkkeistä kertyvät ja purkautuvat hyvin pitkällä aikavälillä. Sijoitusuudistus kannattaa toteuttaa ja mallilliseen riskinostamiseen on hyviä keinoja. Lopputuloksena työeläkerahastojen osakepaino voisi jonkin verran vielä kasvaa ja sijoitustoiminta olisi vähemmän myötäsyklisiä eli taloussuhdanteiden määrittämää. Tällä hetkellä osake- ja osake-tyyppiset sijoitukset muodostavat

noin 57 prosenttia koko sijoitusomaisuudesta.

Hallitus vaatii, että eläkeuudistus vahvistaisi julkista taloutta kokonaisuudessaan noin miljardilla eurolla, johon pelkkä sijoitusuudistus ei ehkä riitä. Sijoitusten riskinoton lisääminen voi vaikuttaa myös hallituksen asettamaan toiseen tavoitteeseen eli uuden sääntöpohjaisen vakautusjärjestelmän toimintaan, joka on vielä hämärän peitossa.

Jos ja kun riskejä kasvatetaan, tietysti tuottojen mahdollista vaihteluakin pitää sietää uudella tavalla. Iso kysymys sääntöpohjaisen vakautusjärjestelmän kohdalla on, voisiko esimerkiksi työeläkkeiden vuosittainen indeksitarkistus riippua jatkossa osaltaan myös rahastojen sijoitustuottojen vaihtelusta?

Mallit on todellakin valttia, koska työeläkkeet täytyy lopulta maksaa, kuten ne on luvattu, eikä eläkeoikeutta voida mennä sorkkimaan jälkikäteen. Tämä on tärkeää nykyisten ja myös tulevien eläkeläisten näkökulmasta.

Eläkkeet ja Kelan etuudet muuttuvat vuonna 2025

Ensi vuonna eläkkeisiin ja Kelan etuuksiin tulee joitakin muutoksia. Tästä artikkelista saat tietoja joistakin tulevista muutoksista. Osaa muutoksista ei ole vielä hyväksytty lakiin. Tässä artikkelissa olevat käsitteet indeksi, palkkakerroin ja muut ovat olleet esillä tämän lehden aiemmissa selkosivuissa.

Eläkkeensaajan asumistuki heikkenee

Eläkkeensaajan asumistukeen tulee heikkennys. Se koskee suurinta osaa tuen saajista. Nykyisen suunnitelman mukaan valtio kiristää omaisuuden ja tulojen vaikutusta eläkkeensaajan asumistuen määrään. Eläkkeensaajan asumistuki pienenee keskimäärin 15 euroa kuukaudessa noin 200 000 tuensaajalla. Ensi vuonna kuitenkin eläkkeensaajan asumistukea saa edelleen omistusasuntoon. Eläkkeensaajan asumistukeen kohdistuu niin sanottu lisäomavastuu, jos tulot ylittävät tietyn rajan. On todennäköistä, että lisäomavastuuseen tulee 2,2 prosenttiyksikön korotus.

Asumistuen omaisuusraja muuttuu

Omaisuusraja on tietty euromäärä omaisuudessa, jonka ylittävä osuus vaikuttaa yksin asuville sekä kahden hengen taloudessa asuville. Tämä tarkoittaa, että entistä pienempi omaisuus voi pienentää eläkkeensaajan asumistukea. Aiemmin Kela on huomioinut omaisuusrajan ylittävistä määrät 8 prosenttia. Ensi vuonna siitä huomioidaan 15 prosenttia.

Eläkkeensaajan asumistukea koskee indeksin jäädytys. Tämä merkitsee sitä, että suurimpiin huomioitaviin kustannuksiin ei tule korotuksia ensi vuodelle. Näin tuen määrä pysyy ensi vuonna samana kuin vuosina 2023 ja 2024.

Kansaneläkkeen maksu ulkomaille voi loppua

Hallituksen esityksen mukaan Kelan vanhuus- ja työkyvyttömyyseläkkeiden maksaminen moniin Euroopan maihin, kuten EU-maihin, Eta-maihin, Sveitsiin ja Isoon-Britanniaan loppuu vuonna 2025. Samalla päättyy oikeus eläkettä saavan hoitotukeen. Muutos ei koski perhe-eläkeitä, lapsikorotusta ja rintamalisän maksua, eikä se vaikuta työeläkkeiden maksamiseen. Korotukset eläkkeisiin ja palkkakertoimeen Sosiaali- ja terveysministeriö on vahvistanut vuoden 2025 työeläketurvaa koskevat indeksit. Ensi vuonna työeläkeindeksin korotus tarkoittaa noin 1,3 prosentin korotusta eläkkeisiin.

Kelan eläkkeisiin ja useimpiin etuuksiin vaikuttaa kansaneläkeindeksi. Ensi vuonna indeksin korotus tarkoittaa 1 prosentin korotusta. Korotus ei koske kaikkia Kelan etuuksia, esimerkiksi eläkkeensaajan asumistukea se ei koske.

Palkkakerroin vaikuttaa siihen, paljonko vuoden ansiotaso vaikuttaa alkavaan eläkkeeseen. Vuoden 2025 palkkakerroin nousee noin 2,2 prosenttia.

Saat parhaiten tiedon etuuksista ja eläkkeestä joko Kelasta tai omasta työeläkeyhtiöstäsi.

Eläkkeensaajan asumistukeen tulee heikkennys

- Kansaneläkkeen maksu ulkomaille voi loppua
- Työeläkkeisiin tulee 1,3 prosentin korotus
- Kansaneläkkeisiin ja useisiin etuuksiin tulee 1 prosentin korotus
- Kelan selkosivut löytyvät osoitteesta: www.kela.fi/web/selkokieli/selkokieli
- Voit kysyä lisää Kelasta, omasta työeläkeyhtiöstäsi tai Eläkkeensaajien Keskusliitosta Eero Kiviseltä (041 522 1696, eero.kivinen@ekl.fi)



JANNE PELKONEN työskentelee Työeläkevakuuttajat Telan yhteiskuntavaikuttamisen pääliikkeenä. Twitteristä hänet löytää tunnukseksi @jiipelkonen.

Saako Pelkonen ratkottua aikamme suuret mysteerit? Se selvinnee Salaisuusien jäljillä -videosarjassa, jossa Pelkonen lähtee selvittämään Suomen hyvinvoinnin suuria arvoituksia.

www.tela.fi/salaisuusien-jaljilla

Työeläkevakuuttajat Tela ry on kaikkien Suomessa toimivien työeläkevakuuttajien edunvalvontajärjestö. Se on perustettu 1964.

Arkioppiminen vapaaehtois työssä

Oppiminen on merkittävä ja välttämätön osa ihmisen elämää. Oppiminen ei suinkaan liity aina opiskeluun. Suurin osa oppimisesta tapahtuu informaalina oppimisena eli arkioppimisena, esimerkiksi vuorovaikutuksessa muiden kanssa erilaisissa sosiaalisissa yhteisöissä. Oppiminen on erityisen tärkeää eläkkeelle jäämisen jälkeenkin. Se tukee terveyttä ja pitää mielen virkeänä².

ARKIOPPIMISEN MERKITYS

Oppimista on hyvä ymmärtää laajemmasta näkökulmasta. Se ei ole pelkkää tiedon vastaanottamista. Se on myös esimerkiksi omien käsitysten, ennakkoluulojen ja identiteetin muovaamista. Oppimista tapahtuu ihmisen tullessa osaksi uutta yhteisöä, kun hän oppii ja omaksuu yhteisön tapoja, uskomuksia ja arvoja³. Oppimista voi tapahtua huomaamattomasti, tarkoituksellisesti, pikkuhiljaa tai suuren oivalluksen kautta. Joskus oppimista voi olla vaikeaa huomata.

VAPAAEHTOISTYÖ ON POTENTIAALINEN OPPIMISYMPÄRISTÖ

Vapaaehtoistyössä pääsee tutustumaan sellaisiin ihmisiin, asioihin ja ajatuksiin, joihin ei ehkä muutoin elämässään törmäisi. Vapaaehtoisena toimiminen lisää myös merkittävää vapaaehtoisten hyvinvointia, muun muassa vähentämällä yksinäisyyttä sekä lisäämällä sosiaalisia kontakteja ja merkityksen tunnetta⁴. Vapaaehtoisuustyö toimii oivana keinona pysyä yhteiskunnan menossa mukana ja ylläpitää elinikäistä oppimista myös työelämän jälkeen.

4 Kansalaisareena. (Julkaisuaika tuntematon). Tuen puute ja resurssipula uhkaavat romahduttaa vapaaehtoistoiminnan selviää laajasta kyselystä. Haettu 31.1.2024 osoitteesta: kansalaisareena.fi/tuen-puute-ja-resurssipula-uhkaavat-romahduttaa-vapaaehtoistoiminnan-selviää-laajasta-kyselysta/

mukana ja ylläpitää elinikäistä oppimista myös työelämän jälkeen.

JYRÄNKÖLÄN SETLEMENTTI RY:N VAPAAEHTOISTEN KOKEMUKSET

Tarkastelin kandidaatintutkimukseni oppimista vapaaehtoistyössä. Tutkimustani varten haastattelin heinolalaisen Jyränkölän Setlementin vapaaehtoista. Selvitin heidän käsityksiään siitä, millaista oppimista vapaaehtoistyössä tapahtuu, millaisissa tilanteissa ja mikä merkitys tällä oppimisella on.

Rohkeutta ja taitoa arkiseen ihmisten kohtaamiseen

Kaikki haastateltavat kokivat, että merkittävien vapaaehtoisuustyössä opittu asia oli vuorovaikutustaitojen kehittyminen. Sen koettiin muun

muussa antavan rohkeutta ja taitoa arkiseen ihmisten kohtaamiseen. Vapaaehtoistyöntekijät kertoivat oppineensa käsittelemään erilaisia ihmisiä. Esimerkiksi hiljainen ja arka ihminen saatiin avautumaan ja aitoon vuorovaikutukseen vapaaehtoistyöntekijän kanssa.

Lisää rohkeutta, sosiaalisuutta ja avoimuutta

Rohkeuden, sosiaalisuuden ja avoimuuden lisääntyminen näkyi vapaaehtoistyöntekijöiden arjessa esimerkiksi puhe- ja vuorovaikutustaitojen kehittyneenä. He kokivat oppineensa luomaan ympärilleen avointa ja positiivista ilmapiiiriä myös vapaa-ajalla. Esimerkiksi sattumanvaraisille vastaantulijoille juttelemalla ja

piristämällä heidän päivänsä. Yhdessä vapaaehtoistyön kautta kehittyväksi vuorovaikutustaidoksi koettiin myös tilan antaminen muille. Etenkin kuuntelemisen taidon koettiin kehittyvän vapaaehtoistyötä tehdessä.

Ryhmäytymistaitojen kehittyminen

Ryhmäytymistaidot ja ryhmään sosialisoitumisen taidot kehittyivät toimittaessa erilaisissa ryhmissä ja niitä perustettaessa. Ryhmässä koettiin saatavan paljon oppeja muilta ihmisiltä ja etenkin uuteen ryhmään saavuttaessa opittavaksi tulivat erilaisen ryhmien omat käytännöt.

Vaikutus omaan maailmankuvaan ja ajatteluun

Vapaaehtoistyön koettiin vaikuttaneen merkittävästi omiin

käsityksiin asioista, ihmisistä ja maailmasta – elämästä ylipäätään. Vapaaehtoiset kokivat saaneensa laajempaa kuvaa yhteiskunnasta ja ihmisistä. Työn koettiin myös antaneen perspektiiviä omaan elämään ja avartaneen omia näkökantoja. Elämän raadollisuutta ja varjopuolia sekä muita erilaisia elämäntilanteita seurattessa reflektointi myös omaa elämää, mikä lisäsi kiinnostisuutta omaan elämään hyvinvointiin.

Vapaaehtoistyöntekijät huomasivat ajattelutavoissaan paljon muutoksia, jotka heijastuivat omaan käyttäytymiseen. Erilaisiin tilanteisiin saatettiin nyt reagoida eri tavalla, kun ymmärrettiin millaisia asioita erilaisten elämäntilanteiden taustalla saattoi olla. Ihmisten auttaminen oli tuonut oivalluksia.



Suurin osa oppimisesta tapahtuu arkioppimisena esimerkiksi vuorovaikutuksessa muiden kanssa.



Taito toimia ja työskennellä erilaisten ihmisten kanssa

Vapaaehtoistyön koettiin opettaneen erilaisten ajattelutapojen ja ajatusmaailmojen ymmärtämistä sekä hyväksymistä – ihmiskäsitys ja -tuntemus laajenivat.

Opittiin asettumaan toisen ihmisen asemaan. Opittiin esimerkiksi havainnoimaan ympäristöä liikuntarajoitteisen tai näkövammaisen perspektiivistä. Erilaisten ihmisten tapaamisen ja oman ajattelun kehittymisen vuoksi myös omien ennakkoluulojen ja oletusten katsottiin väistyneen. Muiden auttaminen oli myös kehittänyt omaa empatiataitoa.

Uusia arjen tietoja ja taitoja

Uusia arkisia tietoja kerryttiin muiden kanssa keskustellessa ja esimerkiksi ruokakelussa uusia tuotteita tutkaillessa. Digitaatioja opittiin digitaalissa tietoteknisissä ongelmien ratkoen. Työn lomassa opittiin myös uusia tapoja tehdä jo ennestään tuttuja asioita. Spesifimpää tietotaitoa kertyi vapaaehtoistyöntekijöille suunnatuilla kursseilla ja luennoilla, jotka käsitelivät esimerkiksi hygieniasaamista, muistisairauksia, liikkumisen apuvälineitä tai ajankohtaisia vanhustaluuksia.

Mukaan uusiin yhteisöihin

Eräs vapaaehtoinen koki vapaaehtoistyön auttaneen myös ulkopaikkakunnalta muuttanutta sopeutumaan uuteen kotikaupunkiin ja luomaan uusia ihmissuhteita. Vapaaehtoistyön kautta pääsi

Haastateltavat kokivat, että merkittävien vapaaehtoistyössä opittu asia oli vuorovaikutustaitojen kehittyminen.

tutuksi kaupungin jokaiseen kolkkaan, niin ihmisiin kuin paikkoihin. Toinen viittasi kuulleen maahanmuuttajien perustelevan omaa vapaaehtoistyön tekoaan sillä, että sitä tehdessä oppii myös helposti suomen kielen.

Oppimisen lähteenä vuorovaikutus muiden kanssa

Oppimisen koettiin tapahtuvan pääasiassa yhteisöllisesti toinen toisiltaan oppien ja tukea saaden. Vapaaehtoistyöntekijät oppivat oman ryhmän asiakkailtaan ja toisinpäin. Oppimisen koettiin tapahtuvan pääosin yhdessä työtä tekemällä. Työssä koettiin tapahtuvan oman ajattelun kehittymistä ja sitä tekemällä saatiin myös erilaisia elämään liittyviä oivalluksia. Oivallukset liittyivät esimerkiksi siihen, miten pienillä asioilla on haastavissa tilanteissa merkitystä ja kuinka pienillä asioilla ihmistä voi auttaa.

Oppimisen merkitys

Kokemuksen ja koulutusten tuomat opit tukivat työn tekemistä ja antoivat varmuutta toimia erilaisissa tilanteissa. Opiteilla asioilla koettiin olevan paljon merkitystä oman elämänsänteen ja käsitysten muovaamiseen sekä ymmärryksen kehittämiseen.

Erilaisten ihmisten tapaamisen koettiin rikastuttavan omaa elämää ja ajattelua. Toisten ihmisen, etenkin vanhusten arvostuksen mainittiin kasvaneen.

OPPIMINEN KANNATTA JOKA IÄSSÄ

Säännöllisen vapaaehtoistyössä toimimisen ja sitä kautta oppimisen katsottiin vaikuttavan ihmisten vireyteen ja toimintakykyyn. Eläkeikäiset haastateltavat kokivat tällaisen toiminnan ja uuden oppimisen pitävän heitä kiinni arjessa ja virkeinä.

Tutkimusten mukaan ikäihmiset, jotka harrastavat lajeja, joihin liittyy jatkuvaa oppimista ja vaativaa keskittymiskykyä ylläpitämistä, elävät todennäköisesti iäkkäiksi terveinä⁵. Elinikäisen oppimisen ylläpitämisellä voidaankin tukea ihmisten aktiivista ikäännyttymistä⁶. Vapaaehtoistyö tarjoaa loistavan ympäristön arkioppimiselle ja vaikuttaa monin muinkin tavoin positiivisesti terveyteen!

Jos arkeesi mahtuisi lisätä toimintaa ja yhteisöllisyyttä, älä epäröi kokeilla vapaaehtoistoimintaa!

lines Volanen

5 Huottilainen, M. (2019). Näin aivot oppivat. Jyväskylä: PS-kustannus.
6 Tarkio, F.-S. (2021). Elinikäinen oppiminen vanhuudessa: Aktiivinen ikääntyminen oppimisen kautta. Euroopan komissio. Haettu 12.3.2024 osoitteesta: epale.ec.europa.eu/fi/blog/elinikäinen-oppiminen-vanhuudessa-aktiivinen-ikäntyminen-oppimisen-kautta

1 Säljö, R. (2004). Oppimiskäytännöt: Sosiokulttuurinen näkökulma. Juva: WS Bookwell Oy.
2 Huottilainen, M. (2019). Näin aivot oppivat. Jyväskylä: PS-kustannus.

3 Hakkarainen, K. & Paavola, S. (2006). Kollektiivisen asiantuntijuuden mahdollisuuksia ja rajoituksia – kognitiiviteollinen näkökulma. Teoksessa Parviainen, J. (2006).

Ihmisen syvimpiä tunteita on tulla oikein nähdyksi.



Moni eläkeläinen on sateenkaariseniори

Sateenkaariseniorit ovat seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöihin kuuluvia ikäihmisiä. Kansainvälisten tutkimusten mukaan seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön arvioidaan kuuluvan 4–10+ % väestöstä. Suomessa sateenkaarisenioreiden arvioitu laskennallinen määrä voisi siten olla noin 50 000 henkilöä. Sateenkaariseniorit saattavat kokea yksinäisyyttä tai näkymättömyyttä. Toisaalta sateenkaarevuus on myös voimavara ja ilon aihe.

Historian vaikutus sateenkaarisenioreihin

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjä on yhteiskunnassamme usein tarkasteltu lain näkökulmasta. Esimerkiksi naisten ja miesten homoseksuaaliset teot kriminalisoiva laki astui voimaan Venäjän Suomen suuruhtinaskunnassa vuonna 1894. Tämä homoseksuaalisten tekojen kriminalisointi poistettiin rikoslaita vasta vuonna 1971. Sairausluokituksesta homoseksuaalisuus poistettiin vuonna 1981.

Sateenkaariseniorit ovat siten eläneet aikaa, jolloin heitä ei hyväksytty ja heitä pidettiin sairaina, vaarallisina sekä rikollisina. Tämä on voinut jättää syvät jäljet heidän elämänsä, joka voi näkyä esimerkiksi varauksellisuutena kohtaamisissa ja haasteena luottaa uusiin ihmisiin.

Sateenkaarisenioreiden näkymättömyys ja mahdolliset haasteet elämässä

Sateenkaarihistorian vuoksi monet sateenkaariseniorit ovat joutuneet nuoruudessaan ja aikuisuudessaan piilotta-

maan sateenkaari-identiteettinsä. Moni voi yhä olla "kaapissa" eli ei uskalla, pysty tai halua kertoa omasta identiteettistään muille. Voimme jokaisen pohtia, millä tuntuisi, jos ihmisuhteemme olisi ollut lailla kielletty ja yhteiskunnan

asenne meitä kohtaan kielteinen.

Lakien lisäksi meillä on yhä paljon kirjoittamattomia sääntöjä ja näkemyksiä siitä, miten ihmisten tulisi elää, käyttäytyä ja toimia. Näitä sääntöjä kutsutaan normeiksi. Yksi esi-

merkki normeista on heteronormi, jossa heterous nähdään muita seksuaalisia suuntautumisia toivotumpana, luonnollisempana ja parempana. Jos henkilö ei mahdu näihin normeihin, hän voi kohdata ulosulkeamista, kiusaamista ja



syrintää sekä kokea turvattuutta, yksinäisyyttä ja huononmuuden tunnetta. Euroopan Unionin perusoikeusviraston tutkimuksen mukaan Suomessa 21 % sateenkaarisenioreista on kokenut syrjintää ja 43 % häirintää jollain elämänalueellaan.

Yhteiskunnallinen ilmapiiri ja negatiiviset asenteet vaikuttavat sateenkaarisenioreiden mielenterveyteen ja hyvinvointiin. Ne estävät sateenkaarisenioreita esimerkiksi haikautumasta palveluiden piiriin, sillä pelko syrjinnästä tai häirinnästä on liian suuri. 30 % sateenkaarisenioreista onkin jättänyt sotepalveluja käyttämättä tämän pelon vuoksi. Yhdessä historia, yhteiskunnallinen ilmapiiri ja normit vahvistavat sateenkaarisenioreiden näkymättömyyttä. Meillä jokaisella on kuitenkin

sisäsytynyt tarve tulla nähdyksi ja kuulluksi.

Martti Lindqvist, teologi ja kirjailija, on todennut: – Ihmisen syvimpiä tunteita on tulla oikein nähdyksi, ei niinkään hyvänä tai pahana vaan ennen kaikkea totena, että joku voisi katsoa minua tarkasti, kuulla minua ja tulla minua kohti. Kaikkein tärkeintä on, että siinä hetkessä voin avata itsestäni sen, mikä on totta ja minulle olemassa. Muuten olen vaarassa kadota – ensin multa ja sitten ehkä myös itseltäni.

Mitä me kaikki voimme tehdä sateenkaarisenioreiden hyvinvoinnin eteen?

Varmin tapa vaikuttaa, on aloittaa itsestämme! Voimme esimerkiksi pohtia omia mahdollisia ennakkoluulojamme

Meillä on yhä paljon kirjoittamattomia sääntöjä ja näkemyksiä siitä, miten ihmisten tulisi elää, käyttäytyä ja toimia.

ja oletuksiamme. Oletamme, että miehen puoliso on aina nainen tai perheen muodostavat vain lähiomaiset? Keskusteluissa voimme käyttää sukupuolittamattomia sanoja, kuten puoliso, lapsi, läheinen. Oleellista on, että kunniotamme jokaisen oikeutta määritellä oma identiteettinsä ja kuinka avoimesti siitä haluaa muille kertoa. Yhtä tär-

keää on kutsua jokaista sillä nimellä, jolla hän itse toivoo tulevansa kutsutuksi. Hyväntahtoisuus välittyy kyllä pienistäkin teoista ja sanoista. Ystävällinen ja toista arvosta kohtelu vie pitkälle.

Nähkäämme moninaisuus rikkautena! Sateenkaarisenioreiden elämästä löytyy lukuisia positiivisia asioita. Perhe saattaa muodostua läheisistä

ystävistä ja sosiaaliset verkostot voivat olla vahvoja oman yhteisön sisällä. Sateenkaariseniorit voivat kokea vapautta eläessään perinteisten roolien ulkopuolella. Heidän parisuhteensa ovat yhtä onnellisia kuin muidenkin ja lapset sateenkaari-perheissä voivat yhtä hyvin kuin muissakin perheissä. Sateenkaariseniorit rikkauttavat kaikkien elämää yhteiskunnassamme ja antavat esimerkillään tilaa oman näköiseen elämään.

Outi Valonen, geronomiharjoittelija (Metropolia ammattikorkeakoulu) Sateenkaariseniorit näkyviksi -hanke

Suvi Kehälina, vastaava projektikoordinaattori Sateenkaariseniorit näkyviksi -hanke

Valokuvat: Ilkka Vuorinen / Vanhustyön keskusliitto.



Sateenkaariseniorit näkyviksi VANHUSTYÖN KESKUSLIITTO

Sateenkaariseniorit näkyviksi -hanke

MISTÄ ON KYSE?

Sateenkaariseniorit näkyviksi -hanke on Vanhustyön keskusliiton kolmevuotinen kehittämishanke, jota toteutetaan Pohjois-Pohjanmaalla vuosina 2024–2026. Hankeen kautta pyritään vahvistamaan sateenkaarisenioreiden osallisuutta ja hyvinvointia sekä lievittämään yksinäisyyden ja näkymättömyyden kokemuksia. Hankkeen tavoitteena on lisäksi ammatillisten tietotaidon lisääminen sateenkaarisenioreita koskettavista kysymyksistä.

MITÄ HANKKEESSA TEHDÄÄN?

Hanke järjestää sateenkaarisenioreille vertais- ja vapaaehtoisuustoimintaa Pohjois-Pohjanmaalla, kuten vertaisryhmiä, kahdenkeskisiä vertaiskeskusteluita sekä avoimia tilaisuuksia. Lisäksi hanke tekee yhteistyötä alueen sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kanssa ja tarjoaa koulutuksia mm. sateenkaarisenioreiden kohtaamisesta. Hankkeessa tehdään myös selvitys pohjois-pohjanmaalaisten sateenkaarisenioreiden hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä alueen ammattilaisten kokemuksista ja osaamisesta sateenkaarisenioreihin liittyen. Hanke toimii yhteistyössä Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueen, Sateenkaariseniorit ry:n sekä Transfeminiinittien ry:n kanssa.

HANKKEEN TAUSTAA

Ikäntyneiden määrän kasvaessa, kasvaa myös sateenkaarisenioreiden määrä. Sateenkaariseniorit ovat haavoittuvassa asemassa niin ikään luomien haasteiden kuin vähemmistöön kuulumisen takia. On keskeistä, että ikääntyneiden palvelut koetaan turvallisiksi ja saavutettaviksi kaikille. Ammatillisten tietotaitoa lisäämällä vahvistetaan ymmärrystä ikääntyneiden moninaisista tarpeista ja elämäntilanteista.

Palveluiden yhdenvertaisuuden edistämisen lisäksi on kuitenkin tärkeää tarjota vertaistukea. Tutkimusten mukaan yksinäisyyttä kokevat sateenkaariseniorit kaipaavat erityisesti vertaistensa seuraa, mutta Pohjois-Pohjanmaalla tällaisia tukimuotoja ei ollut tarjolla ennen hankkeen käynnistymistä.

Haluatko mukaan toimintaan? Kerromme mielellämme lisää!

Suvi Kehälina
vastaava projektikoordinaattori
050 570 5786 / suvi.kehalina@vtkl.fi

Outi Valonen
projektikoordinaattori
050 343 4241 / outi.valonen@vtkl.fi

Hankkeen verkkosivut:

www.vtkl.fi/sateenkaariseniorit



Sateenkaariseniorit ry

Sateenkaariseniorit ry on valtakunnallinen yhdistys, jonka tavoitteena on edistää ikääntyneiden seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ihmisten oikeuksia, osallisuutta ja hyvinvointia. Yhdistys toimii sateenkaarisenioreiden äänenä yhteiskunnassa, osallistuu yhteiskunnalliseen keskusteluun sekä pyrkii vahvistamaan sateenkaarisenioreiden yhdenvertaisuutta ikääntyneiden palveluissa.

Sateenkaariseniorit ry järjestää monipuolista vertaistoimintaa sateenkaarisenioreille valtakunnallisesti niin etäyhteyksillä kuin kasvotustenkin. Lisäksi yhdistys ylläpitää vertaispuhelinpalvelua Senioriluuria, johon sateenkaariseniorit voivat olla yhteydessä luottamuksellisesti ja anonyymisti.

Senioriluuuri tarjoaa matalan kynnyksen juttuseuraa ja vertaistukea sateenkaariseniorilta toiselle. Senioriluuuri palvelee arkin klo 8–16 sekä perjantai-iltoin klo 18–20 numerossa 045 255 8301. Palvelua toteutetaan yhteistyössä Elisän, Telian ja DNA:n kanssa.

LISÄTIETOJA

- FRA, Euroopan union perusoikeusvirasto, FRA 2023. EU LGBTIQ survey III. LGBTIQ Equality at a Crossroads: Progress and Challenges.
- Hagman, Sandra 2016. Seitsemän kummaa veljestä – Kertomuksia suomalaisen homoseksuaalisuuden historiasta. Tallinna: Gaudeamus Oy
- Heiskanen, Lotta & Huldén, Anders. Sateenkaari-parien parisuhde 2018. Väestöliitto. www.hyvaksymys.fi/artikkeli/sateenkaari-parien-parisuhde/
- Jalava, Jenni 2013. Opinnytytö. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen toiveet ja tarpeet yhdenvertaiseen vanhuuteen.
- Sateenkaarihistorian ystävät. Suomen sateenkaarihistorian aikajana. sateenkaarihistoria.fi/aikajana/. Viitattu 14.10.2024
- Saanko olla totta? Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus 2011. Tuovinen, Liisa & Ståhlström, Olli & Nissinen, Jussi & Hentilä, Jorma (toim.). Tallinna: Gaudeamus Oy

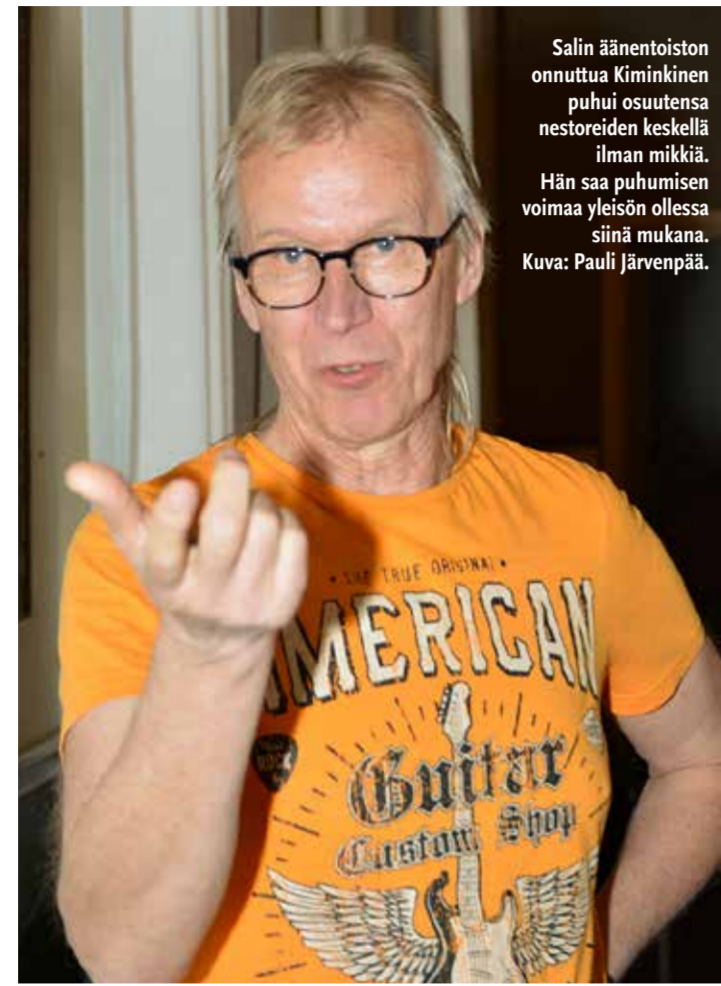


www.sateenkaariseniorit.fi

Sata nestoria koolla Jämsänkoskella

Vuonna 1937 rakennettu Iveslinna sai arvoisensa vierasjoukon 5.11.2024, kun ikämiehet kokoon tuivat sinne EKL:n vuotuisen Nestorit-juhlan. Ilmoittautuneita juhlaan oli tarkalleen ottaen 107, mutta tuo sata nestoria kuulostaa sopivan juhralvalta. Itseasiassa, onko missään EKL:n järjestämässä tapahtumassa osallistujien sukupuolijakauma ollut 100/o miesten "eduksi". Miesten viikolle ajoitetun juhlan järjestämisessä EKL:n yhteistyökumppanina toimi Jämsänkosken Eläkkeensaajat ja juhlan pääpuhujaksi saatiin maalaislääkäri, tohtori Tapani Kiminkinen.

Juhlalliset olivat tilat, ja juhlailla oli myös vieraiden vastaanotto, sillä sisääntuloa juhlasaliin siivittivät **Joonas Hirvelän** ja **Päivi Hakasen** musiikki sekä tuoreen kahvin tuoksu. **Pauli Järvenpää** Jämsänkosken Eläkkeensaajista lausui tervetuliaissaan ja hoiti Iveslinnan esittelyn. Iveslinna oli monille uusi kokemus, mutta monille myös tuttu tanssi- ja juhlapaikka. Seudun EKL-yhdistykset ovat pitäneet juhlaan tässä koossa rakennuksessa, jonka sisääntuloaulassa on täytetty ilves toivottamassa tulijat tervetulleiksi. Onneksi se on



Salin äänentoiston onnutta Kiminkinen puhui osuutensa nestoreiden keskellä ilman mikkiä. Hän saa puhumisen voimaa yleisön ollessa siinä mukana. Kuva: Pauli Järvenpää.

täytetty, sillä alun perin aulaan oli suunniteltu sijoitettavan häkki ja siihen elävä ilves! Ennen lounastaukoa ehdittiin vielä käydä läpi EKL:n ter-

veiset, Nestorit-laulu sekä Nestorit-paneeli, jossa oli mukana **Matti Hellsten** Porvoon, Eläkkeensaajista, **Tuomas Perkiö** Vaasan Eläkkeen-

saajista, **Juha Kippola** Ylivieskan seudun Eläkkeensaajista ja **Matti Nieminen** Yläneen Eläkkeensaajista. Paneelikeskustelu toi esille sen, että ryhmässä mukana olevien lisäksi koko yhdistys hyötyy Nestorit-toiminnasta. Ja myös sen, että ryhmiin liittyvät tulevat mukaan toimintaan täysin omasta tahdostaan ja innostuksestaan.

Musiikin säestämänä siirryttiin lounaalle. Jos omasta lounastausta sai nipistettyä aikaa, niin tarjolla oli maksuttomina Iveslinnan museot: Jämsänkosken urheilujoukkueiden museo, sodan aikana sotasaaralana toimineen Iveslinnan sotamuseo ja jääkiekkomuseo.

Lounaan ja mahdollisen museokierroksen jälkeen päästiin iltapäivän ohjelmaan ja kenties monien mielestä itse asiaan. Ensin ruokaa sulateltiin Jämsän Eläkkeensaajien Harmaat-mieskuoron esityksellä. Jykevältä kuulosti ja niin myös pääpuhujan, maalaislääkäri Kiminkisen tunnin mittainen Suoraa puhetta miehen terveydestä -luento. Tohtorin puheita sulateltiin vielä muutamalla Harmaitten esitelmällä laululla.

Sitten päästiinkin jo loppusanoihin ja lähtökahveihin, tosin jo ennen loppusanoja iso osa vieraista pomppasi ylös

tuoleistaan lähtökahveja varten. Vielä julkistettiin ensi vuoden Nestorit-juhlan paikka ja soitettiin uusi eläkkeensaajien laulu, sanoittaja-säveltäjä **Sauli Alipirjälän** kappale Varttuneiden ruuhkavuodet. Nämä juhlat tuntuivat juhlilta, sen takasivat kunniakas Iveslinna ja arvokas osallistujajoukko.

Tervetuloa vuoden 2025 Nestorit-juhlaan Ylivieskan seudun Eläkkeensaajien vieraisiksi!



Ilkka Harmaala Ylivieskasta on jäänyt vasta eläkkeelle. Hän tutustui Nestorit-toiminnan vetäjään Suomen Ladun kautta. Hän kertoo odottavansa nestoreiden tapaamisia joka kerta. Kuva: Pauli Järvenpää.



Panelistit keskustelivat Nestorit-toiminnasta. Kuva Pauli Järvenpää.

Talvi kutsuu pilkille ja kalaseuraan!

Monen kalastuksen harrastajan lempikauti on käsillä, sillä pian pääsee taas pilkille! Jos tätä lukiesaa ei jätätä vielä ole, pahinta kuomotusta voi poistaa laitureilla pilkkimällä, samalla pilkkivälineistöä testaten. Itse kalastettu kala on edullista ja mitä parhaita lähiruokaa. Kalastukseen kannattaa myös lainsäädäntö: jokainen saa maksutta pilkkiä, sillä pilkkiminen kuuluu yleiskalastusoikeusimme.

Pilkinän monipuolisuus viehättää

Koskaan ei ole liian myöhäistä aloittaa kalastusharrastusta, joten jos omaat ostavaa intoa pilkkimiseen, tule mukaan oppimaan! Seuraavassa muutama vinkki pilkki-inspiraatiota ruokkimaan.

Paikallisista kalastusseuroista löydät apua ja vinkejä harrastuksen aloittamiseen. Lähde mukaan pilkkikurssille tai kysy, pääsisitkö joskus osaavien matkaan kalalle. Varustautua voi vaikka maailman tappiin, mutta näillä pääset hyvin alkuun:

- Pilkkivapa, joka on varustettu vaikkapa aloittelijalle hyvin sopivalla pystypilkillä sekä värikoukulla. Kehimisvavalla siimasotkut saa helpommin vältettyä, eikä siima tartu avannon ympärystään jäähileisiin kiinni.
- Halutessa karpäsentoukkia tai survaisentoukkia syötiksi.
- Jääkaira. 4 tuumaa on hyvä yleiskoko ensimmäiseksi kairaksi ahvenpilkillä (huom! naiselle myös kevyempi kantaa).

Jos tunnistat kilpailuvietin itsessäsi, pilkkikilpailut ovat todennäköisesti juuri sinun juttusi.

- Pihdit, joilla on hyvä irrottaa koukku syvemältä kalan kidasta; pihdeillä on kätevä myös tainnutta kalat.
- Sakset tai puukko, joilla on hyvä verestää saalis.
- Pilkkijakkara.
- Jäänaskalit.

Jos tunnistat kilpailuvietin itsessäsi, **pilkkikilpailut** ovat todennäköisesti juuri sinun juttusi. Lähestulkoon jokaiselta paikakunnalta löytyy talvikaan paikallisten kalastusseurojen järjestämiä pilkkikilpailuja, joten kannattaa ottaa rohkeasti yhteyttä kilpailuvastaavaan tai mennä paikalle avoimiin kilpailuihin. Kilpailujen kautta oppii ja koet mukavaa samanhenkistä yhteisöllisyyttä. Eläkkeensaajissa on



Pilkillä voi saada vaikka kuoreen, joka on mainio ruokakala.



Komea made ilahdutti nuorta pilkkijää.

myös monilla paikallisyhdistyksillä pilkkikisoja pitkin talvea, käyhän tutustumassa!

Pilkkintää on tehty kautta aikain ns. sokkona, ja hyvällä menestyksellä. **Kaikuotainten käyttö** pilkillä on kuitenkin viime vuosina lisääntynyt, ja ihan ymmärrettävästi. Luotaimen avulla pilkkijä saa näet myös "silmit" jään alle. Luotaimen avulla selviää nopeasti, onko pilkkireiän alla autiota vai onko pilkin ympärillä ehkä arkoja kaloja pohtimassa nappaamista. Joululahjavinkki innokkaimmille!

Mateen pilkkintä se vasta on jännää puuhaa. Tämä hämääaktiivinen vesiemme mörkö tuntuu napatessaan todella siiman päässä ja on talvikauden herkkä. Madeapajille kannattaa suunnata viimeistään iltahämärissä, jolloin kalat aktivoituvat. Parhaiten mateita tulee usein pimeän laskeuduttua. Madetta pilkitään

Pilkillä virkistyy mieli ja kroppa.

varta vasten tehdyllä made-morrilla tai isolla jigipäällä.

Kirjoloihen pilkkintä on jännittävä talvinen kalastusmuoto. Vahva kirjolohti tarjoaa vastusta siiman päässä ja jäälle nostamisessa kannattaakin muistaa maltti. Kirjolohta istutetaan paikoin lampiin ja järviin kalastajien iloksi ja näissä erityiskalastuskohteissa kalastaminen vaatii erillisen luvan. Kirjolohta voi pilkkiä läpi talven, mutta kalojen aktiivisuus ja saalisvarmuus ovat parhaimmillaan ensijäällä ja viimeisillä jäyllä, sekä hetken istutusten jälkeen.

Turvallisuus matkaan mukaan

Pilkille suunnatessa kannattaa muistaa yksinkertaiset turvallisuusvinkit. Etenkin kevättäät ovat arvaamattomia. Tosipäikän tullessa naskalit auttavat paljon enemmän kaulalla kuin kotiin jätettyinä. Myös kaverista on turvaksi. Reppuun tai ahkioon kannattaa pakata heitto-

köysi. Potkukelkka on hyvä kulkupeli lumettomalla tai vähälumisella jäällä ja hangen kantaessa. Reikien kairaus on helpottaa paljon apukahvalinen akkukaira. Tällöin kannattaa senkin kanssa muistaa turvallisuus eli muista pitää peukalo apukahvan päällä, ei ympärillä, niin ei tarvitse palata kotiin yhdeksän sormen kanssa.

Kalenterista on helppo hakea tapahtuma oman alueen perusteella. Lähde sinäkin mukaan tutustumaan oman paikkakuntasi toimintaan ja liity jäseneksi kalastusseuraan.

Teksti ja kuvat: Johanna Antila, koordinaattori, Suomen Vapaa-ajankalastajien Keskusjärjestö

Oppia ikä kaikki, myös kalastukseen

Toimintaympäristön, lakien ja tiedon tarkentuuksa on meidän kaikkien tarpeen aika ajoin päivittää omaa osaamista. Vapaa-ajankalastajissa tarjoamme jäsenillemme maksuttomia koulutuksia sekä materiaalia niin yhdistystoiminnan tueksi kuin omissa kalastusharrastuksissa kehityksesi. Koulutuksia järjestetään esimerkiksi järjestötoiminnasta ja sen hyvästä hallinnosta, sosiaalisen median käytöstä ja tapahtumaviestinnästä. Näistä saa apua moneen tarkoitukseen.

Kalastustapahtumia ja hyvää seuraa

Ensi vuonna Vapaa-ajankalastajat kutsuu kaikkia suomalaisia laajasti mukaan kalastusharrastuksen pariin ja tutustumaan lukuisiin kalastusseuroihin maassamme. Seurojen toiminnasta löytää mukavaa tekemistä ja kalakavereita, jopa ystäviä. Seurojen järjestämää toimintaa aina kilpailuista opastaviin kursseihin, koulutuksiin ja lasten kalastustapahtumiin löydät helposti uudesta Vapaa-ajankalastajien tapahtumakalenterista osoitteesta **vapaa-ajankalastaja.fi/tapahtumat**.

Kalenterista on helppo hakea tapahtuma oman alueen perusteella. Lähde sinäkin mukaan tutustumaan oman paikkakuntasi toimintaan ja liity jäseneksi kalastusseuraan.

Teksti ja kuvat: Johanna Antila, koordinaattori, Suomen Vapaa-ajankalastajien Keskusjärjestö

Miksi liittyä mukaan kalastusseuraan?

- mielekästä tekemistä arkeen kalastuksen parissa
- uusia kalakavereita ja jopa ystäviä
- mahdollisuus jakaa omaa osaamista muille ja oppia itse uutta
- mahdollisuus vaikuttaa omalla alueella kalastusasioissa
- hyödyt jäseneduista

Lisää vinkejä monipuoliseen kalastusharrastukseen:

vapaa-ajankalastaja.fi



Vapaa-ajankalastajien Tule seuraani -teemavuosi 2025–26 kutsuu suomalaiset tutustumaan kalastusseurojen toimintaan.

Koulutuksesta tukea järjestön hallitustyöskentelyyn

Järjestön hallitusosaaaja -koulutus tarjoaa tietoa ja taitoa valtakunnallisen ja alueellisen järjestön hallitustyöskentelyyn. JHO-koulutus tarjoaa mainion mahdollisuuden myös vertaisoppimiseen ja verkostoitumiseen.

Järjestön hallitusosaaaja -koulutus pähkinänkuoressa

- Tarvittu valtakunnallisen tai alueellisen järjestön hallituksen jäsenille, sekä vasta aloittaneille että jo kokemusta keränneille konkareille.
- Koulutus soveltuu parhaiten isoille järjestöille, joilla on palkattuja toimihenkilöitä ja joissa hallitus johtaa järjestöä strategisella tasolla.
- Koulutuksessa perehdytään mm. hallitustyön tapoihin ja rooleihin sekä strategiseen johtamiseen ja vuorovaikutukseen. Muita käsiteltäviä teemoja ovat hyvä hallintotapa, talouden hallinta sekä ennakointitaidot.
- Koulutus koostuu yhdestä lähipäivästä ja kolmesta verkkotapaamisesta. Lisäksi on ennakotehtävä ja oppimistehtäviä verkko-oppimisympäristössä koulutuksen aikana.
- Koulutuksen suorittamisesta saa todistuksen ja 2 opintopistettä.
- Koulutusten järjestämisestä vastaavat: Opintokeskus Sivis, Maaseudun Sivistysliitto, TJS-opintokeskus, Työväen Sivistysliitto ja Svenska Folkskolans Vänner
- Osallistumismaksu 250 euroa.

Järjestön hallitusosaaaja -koulutus auttaa sinua onnistumaan suuren järjestön hallitustyössä. Osaamisen lisäksi tarvitset kykyä nähdä pitkän kehittämisskaaren päähän.

JHO-koulutus antaa hallituksen jäsenelle hyviä työkaluja hallitustyön tueksi. Koulutus keskittyy järjestön johtamisen erityispiirteisiin, mikä tekee siitä erityisen tärkeän kaikille keskeisissä luottamustehtävissä toimiville, kertoo **Sirpa Lintunen**, järjestötoiminnan asiantuntija MTK:sta.

Suosittelun JHO-koulutusta osaksi valtakunnallisten järjestöjen luottamushenkilöiden koulutusohjelmaa.

Järjestön hallitusosaaaja -koulutuksia järjestetään useita vuodessa. Seuraavat koulutukset:

18.1.–13.2.2025 Helsinki (suomen- ja ruotsinkieliset koulutukset)
5.4.–11.5.2025 Helsinki
4.10.–5.11.2025 Tampere



JÄRJESTÖN
HALLITUSOSAAJA

LISÄTIETOA:
järjestönhallitusosaaaja.fi
Pia Mustonen
koulutussuunnittelija
Maaseudun Sivistysliitto
pia.mustonen@msl.fi



MAASEUDUN SIVISTYSLIITON KUVA-ARKISTO.

Asialliset hommat on hoidettu –

kiitos ja näkemiin!

Koko tämän vuosituhannen ovat kansalaisjärjestöt eläneet isoa murroksen aikaa ja nyt ovat viimeiset ajat toimia, jos halutaan olla voittajia tässä murroksessa. Kansalaisjärjestöt, jotka kokoaivat kansalaisia eli meitä yhteensä yhteen toimimaan, harrastamaan, vaikuttamaan ja tuottamaan jäsenilleen moninaista hyvää tarvitsevat nyt uutta potkua, ideoita, rohkeutta ja sitä kautta tapoja toimia.

Liittokokous vuonna 2021 Turussa, antoi perustamalleen tulevaisuustyöryhmälle tehtäväksi, ei sen enempää eikä vähempää, kuin varmistaa Eläkkeensaajien tulevaisuus. Työryhmä esitteli työnsä tuloksia valtuustolle lokakuun lopulla. Tulossa on niin piireille kuin yhdistyksillekin monipuolisia keinoja vaikuttamiseen, viestintään, hallinnon keventämiseen ja piirien sekä yhdistysten toiminnan uudistamiseen.

Uusi strategia esittelee vaikuttavan, elinvoimaisen ja monimuotoisen EKL:n. Vaikuttamme yhteiskunnalliseen päätöksentekoon erityisesti jo valmisteluvaiheessa, teemme henkistä ja fyysistä hyvinvointia edistävää ja ylläpitävää työtä ja olemme aktiivisia eläke- sekä sosiaali- ja terveyspoliittisessa keskustelussa. Elinvoimaisuus varmistetaan uudistamalla kaikilla toiminnan tasoilla ja siirtämällä osamista ja hiljaista tietoa uusille toimijasukupolville, otetaan käyttöön henkinen isovanhemmus. Monimuotoisuus on erillaisuuden hyväksymistä, yhdenvertaisuuden tunnistamista ja yhteisöllisyyttä sekä iloa.

Piirien ja yhdistysten uudistamiseen on valmistunut "Opas tulevaisuuteen", joka julkaistaan marras-joulukuussa tämän vuoden loppuun

mennessä. Opas tarjoilee uusia toimintatapoja yhdistyksille ja piireille esimerkiksi ruohonjuuritason vaikuttamiseen, uusien toimijoiden saamiseen, uuden kokeiluun ja kaikille turvallisemman tilan tarjoamiseen mukana oleville.

Vaikka koko kansalaisjärjestökenttä on muuttumassa, on sen tarjoama yhteisöllisyys perusta ihmisten hyvinvoinnille. Edelleen tarvitaan kokonaisuuden sopivia tiloja, mutta yhteisöllisyys on myös muuttunut. Korona opetti meidät myös virtuaaliseen yhteydenpitoon. Omasta kokemuksesta voi sanoa, että vaikka emme fyysisesti olisikaan samassa tilassa voi yhteisöllisyyttä kokea myös diginä. **Tahko Pihkala** vaati aikoinaan, on rakennettava kävelyteitä, että ihmiset voivat liikkua. Ajatus oli silloin mullistava ja omituinen, tänään kuljemme tyytyväisinä kävelyteillä. Meidän pitää olla tämän päivän Tahko Pihkaloita ja vaatia uusia digikävelyteitä kaikkien ikäihmisten käyttöön.



Eläkkeelle siirtyvä järjestöjohtaja Petra Toivonen. Kuva: Anneli Velho.

Viime metreille saakka on kalenterini ollut täynnä, siitä kiitos aktiivisille eläkkeensaajille. Nyt on minun aikani siirtyä katsomoon. Tosin eläkkeelle siirtyminen ei ole jäädyttelyä vaan kiihdyttelyä. Alkaa ne varttuneiden ruuhkavuodet.

"Sen tiedän varmasti, en tule vanhaksi, vanhushan on aina mua monta, monta vuotta vanhempi."

Petra Toivonen



EKL:n valtuuston puheenjohtaja Mirja Janérus ja eläkkeelle siirtyvä järjestöjohtaja Petra Toivonen. Kuva: Anneli Velho.

Innostusta ilmassa

Tavataan ja tutustutaan toisiimme

Innostuneena siirryn Eläkkeensaajien keskusliitolle töihin! Olen useina vuosina ollut mukana suunnittelemassa EKL:n jäsenkoulutusta aiemmissa työtehtävissäni.

EKL on tuttu myös vanhempainvapaa-ajaltani. Vapaana toimittajana kirjoittelin EKL:n lehteen mm. selkokielestä, yhteisöllisestä asumisesta sekä aktiivien paikallista teatteritoiminnasta. Toimittajanakin siis pääsin tutustumaan jäsenistön aatoksiin, toiveisiin ja innostuksiin.

Olen toiminut pitkään vapaan sivistystyön kentällä, viimeisimpänä Työväen Sivistysliitossa aikuisten perustaitokoulutusyksikön päällikkönä. Aiemmin olen paljon vetänyt erityisesti järjestökoulutuksia. Lempiteemojani ovat olleet päätöksenteko, järjestöjohtaminen ja suunnittelu, vapaaehtoisten johtaminen ja viestintä.

Kouluttamisen lisäksi olen suunnitellut ja vetänyt hankkeita. Ennen aikuisopintomaailmaa toimin ensimmäisen työelämävuosikymmeneni eduskunnassa useammankin sd-kansanedustajan avustajana. Päätöksentekoon pyrin itse vaikuttamaan demariopiskelijoiden pääsihteerinä. Aiempaa työkokemusta on karttunut myös mm. mansikoiden poimimisesta ja hampurilaisten paistamisesta. Paljon opin myös kaupan myyjänä.

Työn ulkopuolella olen kahden eloisan lapsen äiti. Esiköiden aloitti juuri koulutien. Asun Helsingin kantakaupungissa, joten erämökkeillä täytyy Lapissa asti. Välillä ehdin uida, lukea romaaneita ja improvisoida, joskus jopa yleisölle.

EKL:ssa aion mm. kehittää hankkeiden vaikuttavuuden seuranta, se on myös rahoitusten jatkuvuuden kannalta olennaista itsellemmekin muistuttamassa merkityksellisyydestä.

Opetustuntien karttuminen on tärkeää myös yhteiskunnallisesti, ovathan vapaan sivistystyön ja opintokeskusten leikkaukset jo osuneet meihinkin. Valtion koulutustuilla on kuitenkin iso merkitys sille, että suomalainen kansalaisyhteiskunta on vahva, ja haluamme osoittaa sen tarkeyden jatkossakin.

Mahdollisuus vaikuttaa elinympäristöön, yhteisöihin ja yhteiskuntaan on tärkeää hyvinvoinnillekin; se, että tunnemme olevamme osa yhteisöä. EKL:n kaltaisten toimijoiden työ on siksi kokoaan laajempaa. Keskustelen myös mielelläni eri tilaisuuksissa siitä, miten innostavaa yhteiskunnallinen vaikuttaminen on.

Tapaamisiin!
Täianomaisin loppuvuoden toivotuksin
Inari Juntumaa
järjestöjohtaja, EKL
040 905 1940



**JALKAHOIDOT
KOTIKÄYNTINÄ**
Uusimaa ja Helsinki
60 € + matkakulut
Sky-Kosmetologi
Heidi Leino
0400 963 222

Eläkkeensaaja-
lehden
ILMOITUSMYynti
045 110 4122

**ENSI KEVÄÄN VAALEISSA
ON MAHDOLLISTA KÄÄNTÄÄ
SUOMEN SUUNTA.
SINUA TARVITAAN
– TULE MUKAAN!**

SINUN PUOLELLASI



PILKILLE?
KISOIHIN?
KURSSILLE?
LASTEN
KANSSA
KALAAAN?

**Kalastus-
TAPAHTUMIA**
jokaiseen
makuun

Vapaa-ajankalastajien
**TAPAHTUMA-
KALENTERI**

Löydä oma tapasi kalastaa: vapaa-ajankalastaja.fi/tapahtumat

Suurenmoiset sävelet konsertti
Solistit: Matti Korkiala, Johanna Rantsi ja Jarno Kokko



Suuria tunteita upeiden iskelmien myötä!

Su 9.2.25 klo 15 Risto Rytö -sali, HUITTINEN
La 15.2.25 klo 15 Laurentius-sali, LOHJA
La 22.2.25 klo 18 Poleeni, PIEKSÄMÄKI
Su 23.2.25 klo 15 Joensuu Konservatorio, JOENSUU

Liput: lippu.fi, R-kioskit ja p. 040 740 6354 sekä ovelta
Ryhmäkampanja 25 euroa voimassa 31.12. asti p. 040 740 6354