

Rakasta minua nyt

Lähetysjuhlat
Kuopiossa 25.-27.5.

► Tutustu ohjelmaan tapahtumaliitteestä



Jutta Urpilainen
ja rauhantyö.

► Sivu 8



Jani Tossavainen ja
sadan kilon juhla.

► Sivu 12



Riemu-festari
tulee taas.

► Tapahtumaliite



VAALIT

päivittävät kirkkoa

Tehokkain tapa tehdä kirkosta oman näköinen on asettua ehdolle seurakuntavaaleihin nyt. Myös oman valitsijayhdistyksen valinta on tärkeää.

Oman seurakunnan ehdokkaaksi voi ilmoittautua aina syyskuulle saakka. Itselle sopivan ehdokaslistan valinta tai uuden listan kerääminen kannattaa kuitenkin aloittaa hyvissä ajoin.

Tänä vuonna seurakuntavaaleissa halutaan panostaa erityisesti monipuolisten ehdokkaiden saantiin. Seurakuntien tulevat päätökset vaativat monenlaista osaamista ja kiinnostusta vaikuttaa seurakuntien tulevaisuuteen.

Vaalien teema on #minunkirkkoni. Tehokkain tapa vaikuttaa oman seurakunnan päätöksiin on pyrkiä luottamushenkilöksi seurakunnan päättäviin elimiin.

”Valitsijayhdistysten kannattaa miettiä jo perustamisvaiheessa ja viestiä selkeästi ne teemat, joita yhdistys ajaa ja joiden takana sen edustajat ovat. Valitsijayhdistysten taustalla voi olla puolue, herätysliike tai jokin aate, joka yhdistää sen jäseniä tai sellainen voidaan perustaa vaikkapa kaupungin osan äärelle. On tärkeää, että valitsijayhdistysten taustatahoista kerrotaan



Keskustelukulttuuria ylläpitävät luottamushenkilöt Matti Jantunen (vas.) ja Pekka Niiranen.

SEURA RYTKÖNEN

avoimesti”, seurakuntavaalien kampanjapäällikkö **Hanna Piira** Kirkon viestinnästä kehottaa.

Vuoden 2018 seurakuntavaaleissa valitsijayhdistyksillä onkin mahdollisuus ensimmäistä kertaa tehdä vaaliohjelmaansa näkyväksi myös verkossa. Osoitteessa www.seurakuntavaalit.fi on avattu palvelu, jonka kautta vaaliohjelman voi käydä kirjaamassa haluamiinsa asioita. Samaan yhteyteen voi lait-

taa myös yhteyshenkilön tiedot, jolloin ehdokkuutta harkitsevan on helppo ottaa yhteyttä lisäkysymyksiä varten. Listan kuvaus on miettimisen arvoista.

”Halusimme tarjota verkossa paikan, jossa seurakunnassa vaikuttamisesta kiinnostuneet henkilöt ja valitsijayhdistysten ehdokaslistojen kokoajat voivat kohdata toisensa”, Hanna Piira sanoo.

ELSI SALOVAARA
SARI JORMANAINEN

”Tule päättämään, kuka valitaan seurakuntaan töihin, millaista toimintaa järjestetään ja mihin rahoja käytetään.”

Nilsiässä juhlitaan valoisaa seurakuntakotia

Nilsiäläisillä on juhlan paikka: remontoitu seurakuntakoti avaa ovensa helluntaina.

NILSIÄLÄISET iloitsevat remontin valmistumisesta ja siitä, että remonttiin ylipäättään satsattiin. Seurakuntakoti on valmistunut vuonna 1972 ja sitä on laajennettu vuonna 1982.

Kappalainen **Raili Pursiainen** kertoo, että uusi hissi tulee tarpeeseen.

”Kaikki nykyiset toiminnot pyritään sovittamaan uusin tiloihin, ja myös toimitukset tulevat samoihin tiloihin. Remontissa on erityisen hienoa lasiovet, jotka tuovat tilaan valoa. Lopputulos vaikuttaa todella hyvältä, ja työn jälki on siistiä”, Pursiainen kiittelee.

Merkittävimmät korjaustoimenpiteet olivat koko rakennuksen kokonaisvaltainen ilmanvaihtoremontti, kiinteistön

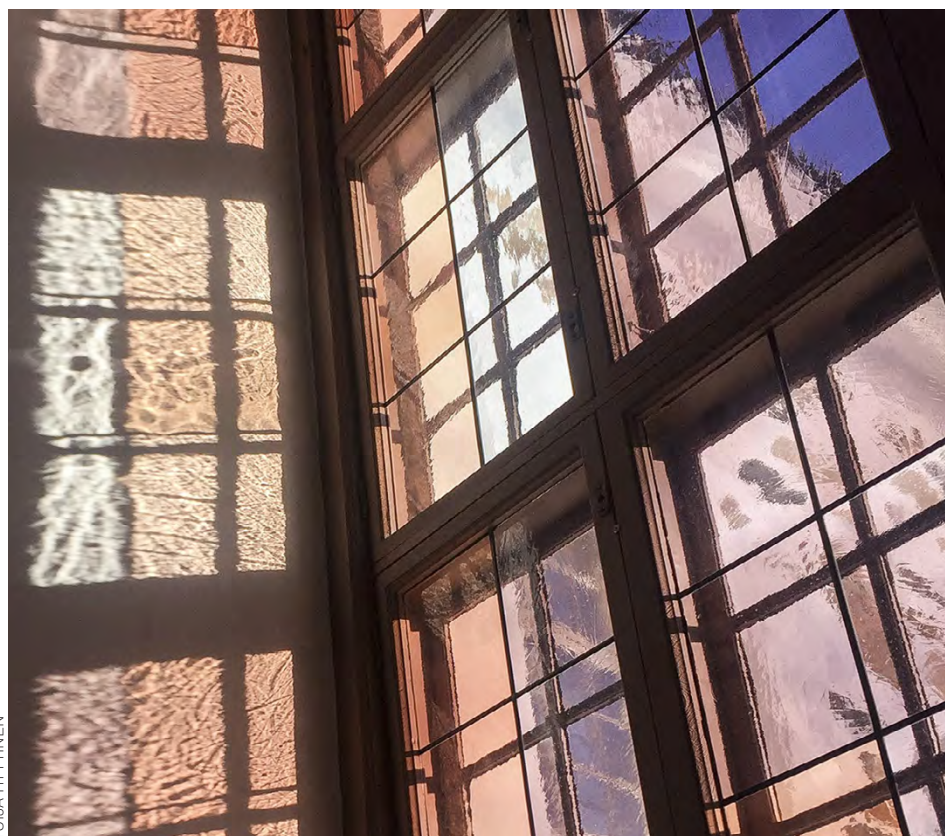
vesi- ja viemärijohtolaitteiden uusiminen, vesijohtojen uusiminen, sähkötekniikan uusiminen sekä hissien rakentaminen. Molempiin kerroksiin on tehty pieniä tilamuutoksia tilassa tapahtuvan toiminnan tarpeisiin.

Hankkeen kokonaiskustannuksiksi on arvioitu 1,6 miljoonaa euroa.

Seurakuntatalon remontointi tulevia vuosikymmeniä varten edustaa kyläläisille myös pysyvyyttä. Nilsiästä on myyty aiemmin sekä iso että pieni pappila. Leirikeskus on parhaillaan myynnissä.

Nilsiän remontoitua seurakuntakotia juhlustetaan käyttöönottojuhlassa helluntaina 20.5. messun jälkeen klo 11.30. Nilsiän Pussihousukerho esiintyy ja nuoret ovat valmistelemassa omaa esitystä. Tarjolla on kakkukahvit.

TUULA HYTTINEN



● Haluan vaikuttaa, mitä teen?

Kiinnostaako sinua vaikuttaminen omassa seurakunnassasi? Haluaisitko uudistaa toimintaa tai säilyttää vanhaa? Asetu siis ehdolle. Seurakuntavaaleissa 18. marraskuuta valitaan luottamushenkilöt jokaiseen seurakuntaan.

He päättävät muun muassa siitä, ketkä valitaan seurakunnan työntekijöiksi, minkälaista toimintaa järjestetään, mihin rahoja käytetään ja keitä kirkon ylimpään päättävään elimeen, kirkolliskokoukseen, valitaan.

Ehdokkaiksi tarvitaan kaikenikäisiä, eri tavoin ajattelevia seurakuntalaisia. Viime vaaleissa valituista alle 30-vuotiaita oli vain 6 prosenttia.

Ehdokkaan on oltava kristillisestä vakauksesta tunnettu, 18 vuotta täyttänyt seurakunnan konfirmoitu jäsen. Äänestämään sen sijaan pääsevät myös kaikki 16 vuotta vaalipäivään mennessä täyttäneet kirkon jäsenet.

● Miten ja minne ehdokkaaksi?

Vaaleihin laaditaan useammasta ehdokkaasta koostuvia ehdokaslistoja. Ehdokkaita voi asettaa valitsijayhdistys. Ehdokkaaksi voi asettua liittymällä jo olemassa olevalle ehdokaslistalle tai perustamalla oman valitsijayhdistyksen.

Listat voidaan koota herätysliikkeen, poliittisen puolueen, muun yhteisen teeman tai ajatusmaailman ympärille: tavoitteina voivat olla esimerkiksi kirkon uudistaminen, tasa-arvon edistäminen tai nuorten aseman vahvistaminen kirkossa.

Seurakuntavaalit ovat myös arvovaalit. Tarpeellista on siis selvittää valitsijayhdistyksen teemat ja tavoitteet ja varmistaa näin, että voit olla niiden takana.

● Miten valitsijayhdistys perustetaan?

Jos et löydä seurakunnastasi itsellesi sopivaa vaalilistaa, oman listan voi perustaa keräämällä vähintään kymmenen oman seurakunnan ääni-oikeutettua jäsentä valitsijayhdistykseksi.

Valitsijayhdistyksen perustamiseen ei tarvitse poliittista kokemusta, seurakuntataustaa tai mitään erityistä pätevyyttä. Yhdistyksen perustamisasiakirjat voi tulostaa osoitteesta seurakuntavaalit.fi tai noutaa oman seurakunnan toimistosta.

Joku perustamisasiakirjan allekirjoittajista nimetään yhdistyksen asiamieheksi ja toinen hänen varamieheksensä. Asiamiehien tulee olla 18 vuotta täyttäneitä kirkon jäseniä. Asiamiehet eivät itse saa olla ehdokkaina listoilla tai jäseninä seurakunnan vaalilautakunnassa. Ehdolle eivät voi myöskään asettua kyseisen seurakunnan viranhaltijat tai työntekijät.

● Miten erottaudun ja kampanjoin?

Perustamisasiakirja, asiamiehen vakuutus ja jokaisen ehdokkaan allekirjoittama kirjallinen suostumus on toimitettava oman seurakunnan toimistoon 17.9.2018 kello 16 mennessä.

Valitsijayhdistysten kannattaa kiinnittää huomiota listojen nimeen: nimen tarkoitus on kertoa äänestäjille, mikä yhteisö on ryhmän taustalla tai mitkä ovat sen tavoitteet.

● Kuka tulee valituksi?

Vaalien tulokseen vaikuttavat ehdokaslistan saama yhteinen äänimäärä ja ehdokkaan henkilökohtainen äänimäärä.

Sama suhteellinen vaalitapa on käytössä myös kunnallisissa ja valtiollisissa vaaleissa.

Seurakuntavaalien tärkeät päivämäärät

- Ehdokasasettelu päättyy 17.9.2018
- Ennakkoäänestys on 6.–10.11.2018
- Varsinainen äänestyspäivä 18.11.2018
- Lisätietoa: www.seurakuntavaalit.fi

minun kirkkoni

PÄÄKIRJOITUS

Minna Siikaniva
minna.siikaniva@evl.fi



Viljele ja varjele

Tänä vuonna talvi tuntui minusta erityisen pitkältä. Muistan, kun helmikuun lopussa kysyin ystävältäni huolestuneena, että ei kai enää ehdi tulla kovia pakkasia. Parin päivän kuluttua iltapäivälehtien lööpeissä kerrottiin takatalven saapumisesta.

VIIME VIIKKOINA olemme saaneet nauttia jo hieman aurin-gonpaisteesta. Ensimmäiset leskenlehdet ja krookukset ovat ilmestyneet näkyviin.

OLIN AURINKOISENA viikonloppuna ystäväni kanssa pilkillä. Tuntui, että kaloja pystyi vain nostelemaan jään alta pintaan. Saimme tunnissa reilut 80 ahventa.

LUONTOON kannattaa suhtautua kunnioittaen. Minä ainakin kuuntelin herkillä korvalla jään ääniä ja tarkkailin sulia kohtia. Enää en uskalla lähteä jälle kävelemään.

PILKILLÄ mieleeni tuli myös äskettäin lukemani uutinen, jonka mukaan Mäntyharjun lähellä on havaittu kalakuolemia. Toivottavasti onnettomuusjunan vaunujen myrkyt eivät ehtineet saastuttaa luontoa merkittävästi.

KIRKOSSAMME vietetään luomakunnan sunnuntaita jonakin touko-lokakuun välisenä sunnuntaina. Seurakunnat saavat itse päättää ajankohdan.

JUMALA on sanallaan luonut kaiken olevaisen ja ylläpitää sitä. Hän on antanut ihmiselle vastuun luomakunnan huolenpidosta. Ihmisen tehtävä on viljellä ja varjella luomakuntaa.

VOIMME RUKOILLA: *Opeta meitä käyttämään maan ja veden antimia niin, ettemme itsekkyydessämme tuhoa elämää, vaan varjelemme elämisen mahdollisuudet myös seuraaville sukupolville.*

LUOMAKUNNAN sunnuntaina luetaan usein tuttu raamatunkohta: *Alussa Jumala loi taivaan ja maan. Maa oli autio ja tyhjä, pimeys peitti syvyydet, ja Jumalan henki liikkui vetten yllä. Jumala sanoi: "Tulkoon valo!" Ja valo tuli. Jumala näki, että valo oli hyvä. 1. Moos. 1:1-4*

Valoisaa kevään odotusta!

KUUKAUDEN VALINNAT

100 000

SEURAKUNNAT JAKOIVAT ruokaa lähes 100 000 ihmiselle 2017, 600 000 kg elintarvikkeita 300 jakelupisteen kautta.

38,6

SUOMEN SUURIMMAN kansainvälisen avun järjestön Kirkon Ulkomaanavun työ kasvoi: apua annettiin viime vuonna 38,6 miljoonalla. Eurosta menee apuun 87 senttiä, 13 senttiä mm. vaikuttamistyöhön

30

PIISPAT OVAT SAANEET kirjeen joukolta pappisnaisia, jotka ovat huolissaan pappien yhdenvertaisuudesta. Tänä vuonna 30 vuotta voimassa ollutta naisten pappeutta vastustetaan kirjoittajien mukaan yhä sekä sanoin että teoin.



ERIKOINEN SEURAKUNTARAJA kulkee rivitaloyhtiön läpi Kuopiossa: osa Saaris-tokaupungin alueen rivitaloyhtiön asunnoista kuuluu Alavan, osa Kallaveden seurakuntaan. Muutosehdotus alueiden liittämiseksi Alavan seurakuntaan on vireillä. Tilanne pääsi syntymään, kun Saaristokaupunkiin määriteltiin 2007 seurakuntaraja ilman asemakaavaa.



RIPPIKOULU ON SÄILYTTÄNYT vahvan aseman osana suomalaista nuorisokulttuuria. Avaintekijänä on jatkuva kehittäminen nuorten ja vanhempien palautteen pohjalta. Nuoret ovat tutkitusti tyytyväisiä rippikouluun ja kokevat sen myönteisenä ja turvallisenä.



SAAVU-NOPPA antaa vinkkejä, kuinka helpotat pienellä teollasi toisen ihmisen elämää. Kirkon saavutettavuusohjelmassa syntynyt, työntekijöiden ja luottamushenkilöiden avuksi tehty noppa ehdottaa, kuinka voit vahvistaa toisen osallisuutta, kuinka auttaa arjessa vaikka vanhusta hautausmaalla.

RUKOILEN

Kevään valosta kiitän.

Pysäytä minut, Jumala, pysäytä,
jos olen menossa väärään suuntaan
tahtoessani seurata Kristusta!
Kunpa lämmöstäsi jäisi
rahtunen sydämeeni,
jotta olisi tarjottavaa epätoivoiselle.

Kuolettava piikki

TARPEELLINEN HELPOTUS vai kalteva pinta surmaamiselle

Kirkko korostaa hyvän saattohoidon tärkeyttä: kivunlievitystä ja läsnäoloa, arvokasta kuolemaa.

Eutanasiaa Suomen lainsäädäntöön ajava kansalaisaloite luovutettiin eduskunnalle helmikuussa 2017. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon piispat eivät kannata eutanasian laillistamista, vaan korostavat hyvän saattohoidon tärkeyttä viime marraskuussa antamassaan kannanotossa.

Piispojen mukaan toive arvokkaasta kuolemasta ja sietämättömän kärsimyksen lievittämisestä elämän loppuhetkillä on otettava todesta. Siihen tulee vastata takaamalla hyvä saattohoito maanlaajuisesti.

Hyvä ja ammattitaitoinen saattohoito on kuolevan ihmisen aktiivista ja kokonaisvaltaista hoitoa silloin, kun sairaus ei ole enää parannettavissa. Saattohoidossa lievitetään fyysistä ja psyykkistä kipua ja paneudutaan samalla psykologisiin, sosiaalisiin sekä hengellisiin ja elämäntarkoituksellisiin asioihin.

Saattohoitoa on kehitettävä

Saattohoidossa kuolevalla ja hänen läheisillään on mahdollisuus valmistautua lähestyvään kuolemaan. Kannanotossa todetaan, että saattohoidon pitkäjänteisyys, inhimillisyys ja hyvä laatu edellyttävät eri ammattiryhmien välistä saumatonta yhteistyötä. Piispojen mielestä onkin arvioitava, riittääkö nykyinen lainsäädäntö turvaamaan hyvän saattohoidon kaikille vai onko syytä harkita lainsäädännön kehittämistä.

Kannanotossa muistutetaan Suomen sairaanhoitajaliiton kyselystä, jonka mukaan yhdeksän kymmenestä sairaanhoitajasta katsoo, ettei saattohoitoa ole kehitetty Suomessa riittävästi. Nykyisessä kuolevien saattohoidossa on kyselyn mukaan vakavia puutteita. Piispojen mukaan tilannetta ei tule ratkaista laillistamalla kärsivän surmaaminen, vaan paneutumalla saattohoidon kehittämiseen.

Ehdotettuun eutanasialakiin sisältyy monia vakavia huolenaiheita. Olennainen kysymys on, kuka määrittelee ja millä keinoin sen rajan, jonka jälkeen ihmisen elämän lopettaminen on laillista.

Eutanasiasta yhteisölle vahinkoa

Kuopion piispa **Jari Jolkkonen** toteaa olevansa samoilla linjoilla kuin arkkiatri **Risto Pelkonen**.

”Hän on todennut, että kuolinpiikistä voi olla apua joissakin äärimmäisissä yksittäistapauksissa. Arkkiatriin mukaan eutanasian laillistamisen yhteisölliset seuraukset olisivat kuitenkin monin verroin vahingollisempia kuin mahdolliset edut.”

Jolkkonen sanoo eutanasiain muututtavan toteutuessaan lääkärin ammattia ja potilassuhdetta ratkaisevalla tavalla tuodessaan hoitomuotojen rinnalle potilaan surmaamisen.

Eutanasian laillistamista ajavassa kansalaisaloitteessa eutanasian kynnystä on haluttu nostaa asettamalla 11 ehtoa,

joiden tulisi täytyä ennen eutanasian toteuttamista. Piispa nostaa esille niin sanotun kaltevan pinnan ongelman.

”Kuolettavan piikin saivat yksinäisyydestä ja tarkoituksettomuudesta kärsinyt vanhus, seksuaalisen hyväksikäytön synnyttämistä traumaista kärsinyt nainen ja noin 40-vuotias miesalkoholisti”

”Eutanasiaan kriittisesti suhtautuvat tahot ja henkilöt ovat usein todenneet, että eutanasian laillistaminen voi johtaa tilanteeseen, jossa potilaan surmaamisen ehtoja vähitellen väljennetään. Näin saattaa käydä, vaikka se ei alkuperäinen tavoite olisikaan. Lisäksi eutanasia saat-

taa alkaa kohdistua vammaisiin, muistisairaisiin, lapsiin tai muihin ryhmiin, jotka eivät kykene ilmaisemaan tahtoaan samalla tavalla kuin tiedostava aikuinen.”

Masennusta, dementiaa ja alkoholismia

Jolkkosen mukaan eutanasialakia on väljennetty ainakin Hollannissa ja Belgiassa.

”Noissa maissa laillistamisen jälkeen eutanasialla on niin sanotusti hoidettu masennusta, dementiaa ja alkoholismia. Kuolettavan piikin on saanut muun muassa seksuaalisen hyväksikäytön synnyttämistä traumaista kärsinyt nainen, noin 40-vuotias miesalkoholisti sekä yksinäisyydestä ja elämän tarkoituksettomuudesta kärsinyt vanhus. Kun masennuksen vuoksi Hollannissa myönnettiin vuonna 2010 kaksi eutanasiaa, vuonna 2015 luku oli jo 56. Suomalaisessa eutanasiain liittyvässä keskustelussa tällaiset tiedot on kuitenkin aika lailla sivuutettu”, Jolkkonen pohtii.

Jolkkonen toteaa, että kuoleviin suhtautumisen tapa on yksi tärkeimpiä

yhteiskunnan inhimillisyyden mittareita.

”Ihmisoikeuksien näkökulmasta näihin haasteisiin voidaan vastata parhaiten saattohoitoa ja kivunlievitystä kehittämällä. Molemmissa ollaan menty eteenpäin, mutta tehtävää on vielä paljon.”

JUHANA UNKURI

- + Eutanasian hyväksyy 75 prosenttia suomalaisista
- + Eutanasiaa vastustaa 10-15 prosenttia suomalaisista
- + Suomen Lääkäriliiton kyselyssä kuolevia potilaita hoitavista lääkäreistä eutanasialakia kannatti 17 prosenttia, koko lääkärinkunnasta puolet.
- + Suomen Lääkäriliitto ja Maailman Lääkäriliitto ovat vastustaneet eutanasiaa monissa yhteyksissä
- + Sairaanhoitajaliiton Eutanasia ja saattohoito -kyselyssä 64 prosenttia sairaanhoitajista kannatti eutanasian laillistamista

Lainvalmistelua selvitetään

Eutanasiaa Suomen lainsäädäntöön ajava kansalaisaloite keräsi runsaat 63 000 nimeä. Eduskunnan sosiaali- ja terveystieteiden valiokunta ehdottaa tuoreessa mietinnössään, että eduskunta hylkää ”kansalaisaloitteeseen sisältyvän ehdotuksen ryhtymisestä lainvalmistelutoimenpiteisiin eutanasiain säätämiseksi ja eutanasian laillistamiseksi Suomessa”.

Valiokunta ehdottaa laajapohjaisen asiantuntijatyöryhmän asettamista selvittämään elämän loppuvaiheen hyvää hoitoa, itsemääräämisoikeutta sekä saattohoitoa ja eutanasiaa koskevia sääntelytarpeita. Siltä odotetaan myös muutosehdotuksia lainsäädäntöön.

Valiokunta katsoo, että kansalaisaloitteen herättämän keskustelun

kaltaista laajaa kansalaiskeskustelua ja huolellista eettistä arviointia tarvitaan. Lisäksi tarvitaan perusoikeuksiin, rikoslainsäädäntöön ja terveydenhuollon henkilöstön asemaan liittyvää selvitystä.

Asia menee eduskunnan täysistunnon käsiteltäväksi ja päätettäväksi näillä näkymin toukokuun alkupuolella.

MITÄ MIELESSÄ?



ULLA REMES

Ei ruokaa roskeen

Jos olet puoliltapäivän nälkäinen ja kuljet koulujen ohi, käy kurkistamassa koulun ovea. Jos kouluruokaa on jäänyt jäljelle oppilaiden jo syötyä, ovelta on lappu, että ruokaa voi ostaa.

Miten idea syntyi, palvelualuepäällikkö Sari Karttunen Servicalta?

Sitran ja Jyväskylän kaupungin Kohti resurssiviisautta –yhteishanke loi esimerkkejä miten kunnissa voidaan edistää luonnonvarojen viisasta käyttöä. Kuopiossa Servica lähti 2015 myymään ylijäämäruokaa ensin kahdessa kohteessa ja pian jo seitsemässä kohteessa, se on sitoutunut Resurssiviisas Kuopio –ohjelmaan.

Mitä voi ostaa ja mihin hintaan?

1,50 euroa maksava ruoka-annos voi sisältää koulujen pääruokakokonaisuuden tai vain osia siitä, riippuen siitä miten ruokaa on jäänyt yli. Asiakas saa myös

ruokajuoman, leivän ja levitteen. Ruoka nautitaan paikan päällä.

Millaisia asiakkaita käy ruokailmassa?

Kaikista ikä- ja yhteiskuntaluokista käy ruokailijoita. Meillä käy eläkeläisiä, työikäisiä, vanhempia pienten lasten kanssa ja myös opiskelijoita.

Mistä tietää, mitä tänään syödään?

Ajantasaiset ruokalistat löytyvät www.servica.fi etusivulta ruokalistat kohdasta. Sieltä löytyy myös tieto poikkeusaukioloista.

Loppuuko ruoka usein?

Koululaisilta ruoka ei lopu koskaan kokonaan. Valmistamme ruokaa aiemman menekin mukaan ja jos se maistuu tavallista paremmin, tehdään korvaavaa ruokaa. Suosikkiruokia ovat hyvin perinteiset ruuat kuten makaronilaatikko, lihapullat, uunimakkarat ja erilaiset pastaruuat.

Ruokaa ei ylijäämämyynnin jälkeen jää enää biojätteeseen.

ULLA REMES

Ylijäämäruokaa tarjoillaan

- + Hatsalan koululla klo 12.30–13.00
- + Jynkän koululla klo 12.15– 2.45
- + Kallaveden lukiolla klo 13.00–13.30
- + Karttulan seurakuntakodilla klo 11.30–12.00
- + Martti Ahtisaaren koululla klo 12.30–13.00
- + Snellmanin koululla klo 12.00–12.30
- + Juankoskella Ruukintehaan koululla toukokuussa, ajat ja myöhemmin mukaan tulevat koulut päivittyvät verkkoon

MINUN KIRKKONI

Minun kirkkoni on armollinen

Juankoskelainen **Marja-Sisko Pihl** arvostaa kirkkoa, joka tietää suuntansa ja periaatteensa.

Vaikka kirkossa on lähtökohdiltaan erilaisia ihmisiä, kirkko ei saisi antaa valtaa kuppikunnille ja muutoseikoille.

”Sanoma on tärkeintä ja se, mitä teot ovat”, tiivistää Pihl.

Suomalaisessa kirkossa kaikilla on sama Raamattu ja sama peruskäsitys kristillisestä opista. Niinpä Pihl vierastaa rajaisia pitäviä ja omaa, ainoaa oikeaa oppiaan julistavia, sillä päätöksessä pesii negatiivinen vire ja vihan siemen. Sama pätee niin kirkkoon kuin muuhunkin yhteiskuntaan.

Kirkko on Pihlin mielestä yhtä tasa-arvoinen kuin yhteiskunta yleensäkin eli melko tasa-arvoinen.

Marja-Sisko Pihl on vaikuttanut jo parikymmentä vuotta seurakuntahallinnossa, ensin Juankosken neuvostoissa ja nyt Kuopion yhteisessä kirkkoneuvostossa.

Kristillinen vakaumus tuskin vaikutti Pihlin hallintouralle lähtemiseen, sillä hänet valittiin organisaatioiden toiminnan ja hallinnon tuntijana. Sitä kokemusta Pihlille oli kertynyt koolti järjestöistä ja kunnallispolitiikasta.

Ilman hänen järjestövaikuttamistaan ei Juankosken 1860-luvulla rakennettua, valtakunnallisesti ja kulttuurihistoriallisesti merkittävää tehtaankirkkoa olisi ehkä saatu pelastettua. Marja-Sisko Pihl ajoi tehtaankirkkoa ympäristökeskuksen rahoittamaan Juankosken ruukkialueen kunnos-



KAIIJA VUORIO

tushankkeeseen. Määrärahat hellsivät katon kunnostukseen ja lattiasienien pysäyttämiseen.

Kesäkirkkona toimivasta tehtaankirkosta hän voi todellakin sanoa: minun kirkkoni.

KAIIJA VUORIO

Parasta paikallista palvelua

Pyydä tarjous täydenpalvelun hautajaisjärjestelyistä.



KOIVUMÄEN
KARTANO

Koivumäenkuja 18
017 361 4291
www.koivumäenkartano.com



KUOPION
HAUTAUSTOIMISTO
NIIRANEN

Savonkatu 24
017 261 3686
www.hautaustoimistoniiranen.fi

Palvelemme teitä kaikissa hautausjärjestelyihin liittyvissä käytännön asioissa luottamuksella, yksilöllisesti ja ammattitaidolla

Toimialueena Kuopion seutu ja lähikunnat

Iltaisin ja viikonloppuisin
puh. 040 585 0456

toimisto@hautaustoimistoparviainen.fi

www.hautaustoimistoparviainen.fi

Hautaustoimisto Parviainen Oy

Savonkatu 18 | 70110 Kuopio | ma-pe 9-16 | puh. 017 261 3771

TÄYDEN PALVELUN HAUTAUSTOIMISTO



EKOLOGINEN
HAUTAUSPALVELU

Sawon
Kalla

Pohjois-Savon alueella

HAUTAUSPALVELU alk.

390,-

- + KULJETUKSET
- + ARKUT
- + UURNAT
- + KUKAT
- + PITOPALVELU
- + PERUNKIRJOITUKSET
- + HAUTAKIVET

sis. perinnepuukun,
yhden kuljetuksen,
vainajan vaatteen ja
pukemisen.

p. 044 240 2202 + Pyörönkaari 26, Kuopio + www.sawonkalla.fi

PERHEOIKEUDEN LAKIASIAT

Esim. avioehto, testamentti, perunkirjoitus
alkaen 400 € + kulut + alv. 24 %

Asianajotoimisto Kalevi Pitkänen Oy

Puistokatu 6, 70110 Kuopio

puh. 017 282 2211 • faksi 017 282 3101

www.kalevipitkanen.com • aatsto@kalevipitkanen.com

ASIANAJOTOIMISTO KOLARI & CO.OY

Seppo Kolari, Matti Reinikainen, Ville Heikinheimo,
Katriina Manninen, Kristian Kakko, Anu Kolari

Kauppakatu 39 A, 4.krs, 70100 KUPIO
(017) 265 7777/puh. (017) 261 1085/fax
www.kolari-co.fi



KUPIO

Kansallisen Veteraanipäivän juhla Kuopiossa 27.4.2018

Yhdessä eteenpäin!

Kuopion kaupunginteatteri

klo 11.30-13 Juhlakahvitus
klo 13 Kansallisen veteraanipäivän juhla

Juhla alkaa ekumeenisella hartaudella ja seppelpartioiden lähettämällä sankarivainajien muistomerkeille

Juhlapuhe: Kuopion kaupunginjohtaja Jarmo Pirhonen

Tumma puku ja kunniamerkit

Järjestäjä: Kuopion kaupunki / Hyvinvoinnin edistämisen palvelualue ja sotiemme veteraanijärjestöt

”Oleellista ei ole se, mitä olemme tehneet, vaan mitä teimme sen jälkeen.”

Jumala, ole minulle ARMOLLINEN

Katumus voi johtaa pysyvään elämänmuutokseen. Jos katuva tuntee saavansa virheensä anteeksi, voi syntyä uutta kasvua ihmisenä.



Etelä-Korean olympialaisten pronssimitalisti, lumilautailija **Enni Rukajärvi** on kertonut julkisuudessa katuvaansa sitä, että on tehnyt liiaksi asioita muiden mieliksi itseään kuulematta.

Menestyvä urheilija ei uransa alkupuolella uskaltanut välttämättä sanoa ei ja sen vuoksi teki melkein pä kaikkia asioita liikaa.

Tällä hetkellä nuoren urheilijan sananvarastoon kuuluu sana ”ei”. Hän toimii toisin kuin ennen ja voi siksi paremmin.

Negatiivisen kokemuksen voi kääntää kasvuksi

Jyväskylän yliopiston tutkija **Katriina Hyvönen** on selvittänyt suomalaisten katumiskokemuksia.

Hänen mukaansa yksilölliset erot paljastuvat siinä, miten paljon itse kukin hyödyntää kielteisiä tunteitaan, kuten katumista, edistämään omaa elämäänsä ja vaikuttamaan tuleviin valintoihin.

”Toisille kielteiset tunteet ja pettymykset aiheuttavat enemmän murehtimista siitä, miten elämän olisi pitänyt mennä.”

Tutkija kannustaa tunnistamaan katumuksen tunteet ja hyväksymään, että pettymyksiä ja epäonnistumisia on tapahtunut.

Katumus voi johtaa toivon heräämiseen

”Parhaimmassa tapauksessa voimme käyttää näitä tunteita ja kokemuksia voimavarana tulevaisuuden valintoja tehdessä, siinä, kun kehitymme ja kasvamme ihmisenä”, Katriina Hyvönen sanoo.

”Kun emme kiellä katumuksen liittyviä tunteita, voimme suunnata huomion käsillä olevaan elämänvaiheeseen ja

tulevaisuuteen: miten voisin nyt toimia toisin ja edistää omaa elämääni haluamaani suuntaan?”

”Jos esimerkiksi omat aikoinaan tehdyt koulutusvalinnat harmittavat, onko nyt mahdollisuus hakeutua lisäkoulutukseen tai vaihtaa ammattia?”

Perheeseen ja parisuhteeseen liittyy katumista

Hyvönen mainitsee koulutuksen esimerkkinä, koska kouluttautumiseen ja uravalintaan liittyvät valinnat ovat yleisimpiä katumuksen aiheita suomalaisen parissa.

Hän lisää vielä:

”Pettymykset ja katumuksen tunteet ovat yleensä vahvempia silloin, kun ihmisellä on ollut tai on edelleen vaihtoehtoja vaikuttaa asiaan,

jota hän katu. Suomessa monella on varsin hyvät vaikutusmahdollisuudet omien opinto- ja työpolkujen valintaan.”

Toinen yleinen katumuksen aihe liittyy parisuhteeseen, johon myös suomalaisessa kulttuurissa liittyy valinnanvapautta, Hyvönen selvittää.

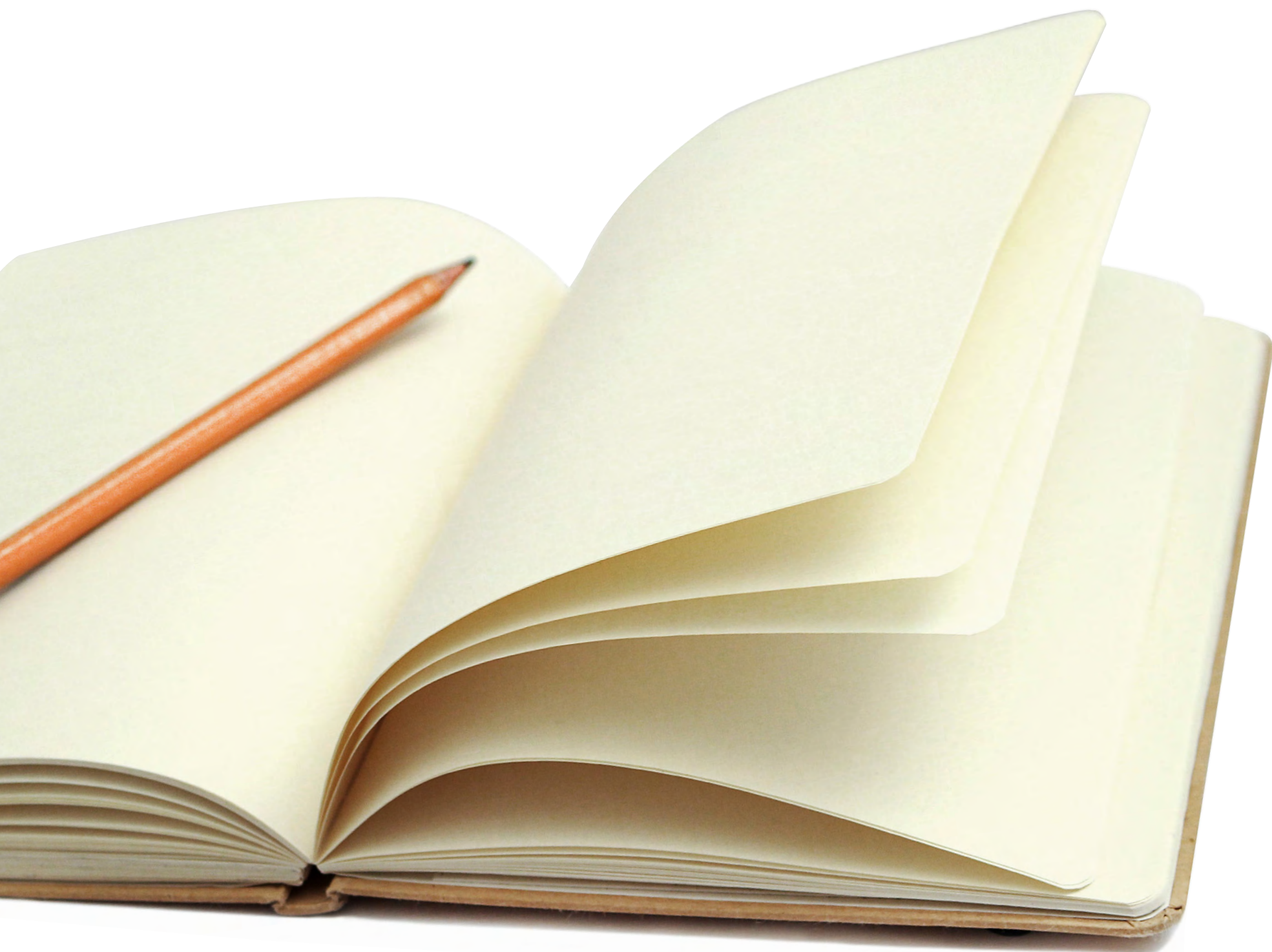
Katumuksen tunnetta ei kannata tyrehdyttää

Onko tutkijan mielestä huolestuttavaa, jos tuntee ja ajattelee, ettei omassa elämässä ole mitään kaduttavaa?

”En sanoisi, että pitäisi olla huolissaan. Ajoittain voi kuitenkin olla hyvä pysähtyä kuuntelemaan itseään ja tutkiskelemaan omia valintojaan.”

”Näen katumuksen tunteet ihmisen tietona tekemistään valinnoista ja siitä, mihin omia tavoitteitaan ja resursseja kannattaa tulevaisuudessa suunnata. Katumuksen tunteet voivat olla tärkeitä toiminnan suuntaajia.”

Katumus
auttaa
tunnistamaan
muutos-
tarpeen



PEXELS

Katumus on suunnan vaihtamista

Kirkon omien verkkosivujen A–Ö -sanasto selittää katumuksen tarkoitettavan mielentilaa, jossa ihminen katu syntejään.

Tästä huolimatta katumus ei ole pelkkää kurjuutta, negatiivisia tunteita, vaan se auttaa ihmistä tunnistaamaan muutostarpeen elämässä. Erityisen olennaista onkin juuri muutos, se, että jotakin muuttuu ja suunta vaihtuu katumuksen seurauksena.

Katumusta onkin kutsuttu kirkossa toivon tyttäreksi. Se on surua, joka johtaa iloon. Katuva näkee oman epäonnistumisensa, pyytää sitä anteeksi mutta ymmärtää myös olevansa Jumalan armon arvoinen.

Kristillisyydessä katumusta ei nähdä elämän jonkinlaisena ikävänä häiriötekijänä, vaan pikemminkin tienä, joka vie Jumalaan ja lähimmäisiin päin.

Katumus vapauttaa ihmisen maan pinnalle siitä kuvitelmasta, että olisimme synnittömiä ja virheettömiä.

Jo varhain kirkossa alettiin kutsua osaa Vanhan testamentin psalmeista katumuspsalmeiksi. Yhdessä niistä rukoillaan:

”Jumala, ole minulle armollinen hyvyytesi tähden; pyyhi pois minun syntini suuren laupeutesi tähden. Pese minut puhtaaksi rikoksestani, puhdista minut synnistäni.”

Katuva uskaltaa katsoa rehellisesti itseään

Oululaisen papin, psykoterapeutti **Hannu Rahikaisen** mukaan omien vajavuuksien tunnistaminen ei ole heikkoutta eikä epäonnistumistensa näkemisessä ole mitään hävettävää.

”Ihminen, joka on tehnyt väärin, rankaisee itseään jollakin tavoin, ehkä

Katumusta on kutsuttu toivon tyttäreksi

tiedostamattaan. Jos suuret surumme eivät voi kulkea pääoves-tä, siirtyvät ne sivu-ville. Silloin jälki voi olla paljon tahraisempaa”, hän kuvaa.

”Mitä enemmän ja paremmin tunnemme itsemme, sitä paremmin tunnemme myös heikkoutemme. Uskallamme nähdä, mikä elämässämme on hyvää, mutta myös sen, mikä ei toimi ja minkä pitäisi muuttua.”

Katuva katsoo ylös enemmän kuin alas

Uskonpuhdistaja **Martti Luther** kritisoi keskiajalla vallinnutta käsitystä katumuksen roolista ihmisen parannuksen teossa.

Ajan käsityksen mukaan ripittäytyjältä vaadittiin sydämen katumusta, syntien tunnustamista, papin julistaman anteeksiantamisen vastaanotta-

mista ja lisäksi hyvitystöiden suorittamista.

Hyvitystöiden vaatimusta Luther kritisoi, koska Jumalan anteeksiantamus on ilmainen lahja.

Luther myös opetti, että keneltäkään ei pidä vaatia kaikkien yksittäisten syntien muistamista tai katumusta. Hannu Rahikainen kysyy kuitenkin:

”Pitäisikö luterilaisuudessa uskaltaa puhua enemmän katumuksesta? Arkai-lemmeko puhua katumuksesta, olemmeko sen vuoksi kadottaneet ripin kirkossamme?”

Rahikaisen kysymys ei liity intoon piehtaroida ihmisen pahuudessa ja viedä ihmisiä epätoivon kuiluun vaan siinä, että katuvalle on tarjolla uusi toivo.

”Katumus ei ole maahan tuijottamista, vaan pikemminkin katselemista eteenpäin. Oleellista ei ole se, mitä olemme tehneet vaan mitä teimme sen jälkeen.”

RIITTA HIRVONEN

Sodan ja rauhan ytimessä NAISET JA NUORET

Rauhantyöllä rakennetaan toivoa ja ehkäistään pakolaisuutta.



TANJA Viikin (vasemmalla) ja Jutta Urpilaisen mukaan oikeudenmukaiseen rauha ei toteudu, jos naiset ja nuoret unohdetaan rauhanteossa.

Suomen Lähetysseuran Lähetysjuhlien huhtikuun etkoilla paneuduttiin kansainväliseen rauhantyöhön.

Esimerkiksi Afrikassa elää nyt 1,2 miljardia ihmistä, puolet alle 25-vuotiaita.

”Afrikan väkiluvun ennustetaan 30 vuodessa kaksinkertaistuvan. Jos konflikteja ei saada loppumaan, ei saada ihmisille mahdollisuuksia koulutautua, tehdä työtä, toteuttaa unelmia. Tällöin on selvää, että ihmiset lähtevät Afrikasta pois”, sanoo kansanedustaja **Jutta Urpilainen**.

”Kymmenen viime vuoden aikana kaksi miljoonaa lasta on kuollut aseellisissa konflikteissa”, Urpilainen kertoo.

”Jos halutaan rauhasta kestävä, on tärkeää kuulla nuorten ja naisten ääntä. Siten sitoutetaan heitä rauhan pysyvyyteen”, Urpilainen painottaa. Tuoreessa tehtävässään ulkoministerin rauhavälityksen erityisedustajana hän etsii tapoja saada naisia ja nuoria mukaan rauhantyöhön Afrikassa.

Rauhaa solmitaan vuosia

Konfliktien taustalla on kokemus epäoikeudenmukaisuudesta. Anteesiantaminen on vaikeaa. ”Sovinto on henkilökohtainen asia. Jokaisella pitää olla mahdollisuus kertoa vääryyksistä, joita on kohdannut”, sanoo **Tanja Viikki**, rauhan ja sovinnon johtava asiantuntija Suomen Lähetysseurasta.

”Sovinnon on lähdeittävä paikallisista itsestään”, Viikki korostaa.

Rauhantyö on rakenteisiin vaikuttamista kunkin maan poliittisessa, sosiaalisessa ja taloudellisen tilanteessa. Rauhansopimukseen liitetty totuus- ja sovintoprosessi ei ole rikosoikeutta, vaan siinä kuullaan uhria ja väärintekijää ja yritetään löytää tasapaino.

Rauhanprosessit ovat pitkiä. Lähetysseura on mukana Ulkoministeriön rahoittamassa rauhantyön hankkeessa Nepalissa, jossa totuus- ja sovintokomission täytäntöönpano on kestänyt

jo 10 vuotta. Tunnetuin rauhanprosessi on vuonna 1995 alkanut Etelä-Afrikan totuuskomissio, joka on yhä kesken.

”Kaksi miljoonaa lasta on kuollut kymmenen viime vuoden aikana aseellisissa konflikteissa.”

Urpilainen ja Viikki puhuvat oikeudenmukaisesta rauhasta. ”Ihmisten pitää tuntea, että maassa on hyvä elää. Oikeudenmukainen rauha ei tapahdu, jos kaikki eivät pääse mukaan rauhan-tekoon”, Tanja Viikki sanoo.

Miten Suomi selvi?

”Suomalaiset tunnetaan kilpailuky- vystä ja onnellisuudesta. Monia yllät-

tää, että sisällissodastamme on kulu- nut vasta sata vuotta. Mitä Suomi teki oikein, että selvittiin? Yksi keskeinen tekijä on oppivelvollisuus ja koulutus. Luotiin mahdollisuus toteuttaa unelmia ja olla yhdenvertainen yhteiskunnassa”, Urpilainen sanoo.

Urpilainen korostaa länsimaiden vastuuta humanitäärisessä auttamis- sessa. ”Jos haluamme tiukasti sään- nöstellä sitä, ketkä tulevat hakemaan turvaa Suomesta, on tärkeää myös tukea Etiopian kaltaisia maita, jotka ottavat vastaan kaikki rajan yli tulevat pakolaiset.”

Suomalaisissa elää halu tehdä hyvää.

”Meissä asuu halu toteuttaa lähim- mäisenrakkautta käytännössä, ei pelkästään Suomen rajojen sisäpuolel- la”, Urpilainen sanoo.

SINI-MARJA KUUSIPALO

KOLUMNI

Pyhän kunnioitus

Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut sai huhti- kuun alussa apulaisoike- usasiamieheltä huomau- tuksen, kun oululaisessa koulussa ei tarjottu vaihtoehtoa uskonnollisille päivänavauksille.

Uskonnonopetus on kouluissa arki- päivää ja tämän lisäksi monet seura- kunnat käyvät pitämässä kouluissa hartaushetkiä ja keväällä ortodoksi- papit siunaamassa virpovitsoja. Kirkot ja seurakunnat koettavat tuoda näil- lä vierailuilla ja muilla yhteistyömuo- doilla eläväksi sen tosiasian, että olim- mepa mitä mieltä tahansa Jumalasta,

teologiasta ja kirkosta, kaikkien näiden vaikutus näkyy konkreettisesti yhteis- kunnassamme koko ajan.

Vieraillessani kouluissa kerron koululaisille: ”Nämä uskon asiat ovat teille vaikeita, mutta uskokaa pois, ne ovat vaikeita myös meille aikuisille”.

Keskeisenä sanomana on kuiten- kin se, että miksi ylipäätään vietetään pääsiäistä, joulua tai muita kirkollisia pyhäpäiviä: ”Ajatelkaa, teidän vapaa- päivänne ovat kirkollisia juhlapäiviä. Ja jokainen saa nauttia niistä.”

Yötyötä tekevä kolmen lapsen äiti sanoi lehtihaastattelussa: ”Joinakin pyhinä kaupungit voisivat olla kiinni, jotta

pyhä olisi oikea pyhä.”

Kirkon ja yhteiskunnan kannalta on tietysti haasteellista ja ongelmallista se, että arkeemme niin merkittävästi vaikuttava asia, kirkolliset vapaapäivät eivät riitä kirkkoa kritisoiville perus- teeksi sille, että kunnioittaisimme toinen toisemme mielipiteitä, ja uskoa.

Luulen kuitenkin, että kirkolla on suurempi merkitys ihmisten elämäs- sä, kuin mitä kirkkoa vastustavat anta- vat vahvoilla mielipiteillään ymmärtää.

Ja ettei se totuus unohtuisi: Kristus nousi kuolleista! Totisesti nousi!

ISÄ HARRI PEIPONEN



KIRKOLLISET



TUOMIOKIRKKO

KASTETUT

Kasper Aatto Sakari Huupponen, Mauno Samuel Koistinen, Liliana Ayla Jefemia Tavila, Joonas Alpo Henrik Miettinen, Viljami Oliver Pietikäinen, Noel Henrik Kuusela, Walter Mikael Thure

AVIOLIITTOON KUULUTETUT

Arto Heikki Juhani Riekkinen ja Jatta Johanna Kocak, Joonas Petteri Kellokumpu ja Mari-Anne Eveliina Lappalainen

KUOLLEET

Eija Hannele Kokkonen 53, Osmo Matti Tikkanen 81, Pertti Olavi Hynynen 77, Ester Pekkarinen 90, Elma Eedit Tuovinen 89, Eero Sakari Paatero 97, Aune Liisa Alava 89, Ulla Kaarina Savolainen 65, Reino Ilmari Niskanen 84, Petter Eerik Mikael Savola 86, Katri Pekkarinen 93, Rauha Kyllikki Koskelo 81, Ritva Helinä Jokinen 82, Vilho Eemil Lempinen 84, Saimi Lyydia Tila 100, Leena Marjatta Sainio-Brett 65, Ella Onerva Pietikäinen 89, Mirjam Annikki Karhu 84



ALAVA

KASTETUT

Elsa Aleksandra Pekkarinen, Lauri Auvo Kaleva Arvonon, Kia Kerttu Alina Tiitto, Noel William Sonninen, Liam Tobia Gustafsson, Kasper Albert Olavi Vanttinen, Leo Tapio Virpi, Sulo Esa Tapani Hukkanen, Aatu Joakim Viljami Korhonen, Sylvi Sæde Aurora Honko, Ukko Matti Eemeli Repo, Leonora Livia Emelie Pienimäki

AVIOLIITTOON KUULUTETUT

Santeri Johannes Tarvainen ja Maiju Hannele Hiiri

KUOLLEET

Urho Juhani Liimatainen 80, Inkeri Elina Mielonen 82, Martti Niiranen 84, Tilda Marjatta Kinnunen 94, Martti Hemminki Hujanen 79, Aune Eliina Räsänen 87, Laina Lempi Ihalainen 92, Kari Ensio Heiskanen 76, Riitta Helena Pitkänen 57



KALLAVESI

KASTETUT

Elsi Jasmin Amalia Lukkari, Iitu Annikki Lappi, Metti Aurora Herranen, Seela Lilia Adalmiina Martikainen, Malin Livia Koponen, Josefiina Maria Savolainen, Elmeri Tapani Miettinen, Niilo Pekka Topias Eskelinen, Leo Ilmari Johannes Kuivalainen, Teemu Lauri Tapani Kontkanen, Seela Helmi Josefiina Tukiainen, Tino Gabriel Mölkänen, Alma

Ilona Gyldeén, Vella Vanamo Raunismaa, Otto Eemeli Huhtanen, Iida Emilia Kirjavainen, Akseli Niilo Sakari Kirjavainen, Lio Nooa Romeo Jäntti, Jasmin Johanna Kela, Urho Kalevi Silvasvuori, Lenni Vilhelm Ronkainen, Ella Isabella Eskelinen, Oliver Joel Ritvanen, Lucas Jeremias Martikainen

AVIOLIITTOON KUULUTETUT

Ville-Pekka Nenonen ja Riikka Katariina Niiranen, Ville Veikko Ruotsalainen ja Henna Susanna Katainen, Petri Juhani Komara ja Piritta Annika Ryytänen, Touko Tapani Pohjonen ja Suvi Annika Siltasalmi, Ari Kalevi Kainulainen ja Tiina Miranja Säilä, Jere Empu Olavi Ruuskanen ja Suvi Marjo Tuulikki Pasanen

KUOLLEET

Meri Ester Okanen 91, Vilho Olavi Kankkunen 81, Raimo Paavali Ilmasti 80, Aarne Kalevi Iivarinen 89, Tuomo Juhani Mähönen 65, Martta Aukusta Rekonen 80, Siiri Sylvia Kilpeläinen 98, Eero Armas Tuntela 89, Marja Liisa Husso 78, Kyllikki Immonen 71, Elvi Annikki Rissanen 84, Tauno Tuovinen 78, Tarja Tuulikki Hynynen 49, Anja Helena Remes 71, Viljo Aarne Pohjolainen 61, Jari Olavi Kukkaslahti 50, Toivo Kalervo Kanninen 88, Maire Johanna Föhr 85, Helmi-Unelma Annabella Lyytinen kastamaton vauva



JÄRVI-KUOPIO

KASTETUT

Aada Martta Emilia Ahonen, Säyneinen; Eelis Pekka Laitinen, Riistavesi; Vilja Henrietta Metros, Vehmersalmi; Martta Ida Inkeri Hämäläinen, Nilsia

KUOLLEET

Niilo Tapani Väättäinen 70, Nilsia; Martta Tirkkonen 98, Säyneinen; Aimo Kalevi Smolander 75, Tuusniemi; Anna Edita Hämäläinen 93, Nilsia; Vilho Veikko Rautiainen 93, Juankoski; Eila Inkeri Pääkkönen 59, Nilsia; Olavi Santeri Räsänen 87, Tuusniemi; Helmi Hartikainen 93, Kaavi; Väinö Olavi Tirkkonen 90, Juankoski; Kaisa Inkeri Hyvärinen 94, Tuusniemi; Eila Annikki Tuononen 80, Juankoski; Pentti Olavi Kokkonen 84, Tuusniemi; Pertti Juhani Myöhänen 56, Riistavesi; Elias Pietari Tikkanen 92, Juankoski; Terttu Anneli Poutiainen 71, Tuusniemi; Toimi Ilmari Keinänen 91, Tuusniemi; Arvo Kalervo Kettunen 83, Säyneinen; Erkki Antero Leskinen 57, Juankoski; Eino Asser Jokisalo 74, Nilsia; Otto Juhani Laakkonen 63, Tuusniemi; Unto Kalevi Huovinen 72, Kaavi; Anna Linnea Kontusalmi 96, Juankoski; Hilka Eedit Tuppurainen 94, Juankoski; Kiia Camilla Keinänen 11, Tuusniemi; Veera Karoliina Juutinen 92, Nilsia; Rauha Eliina Hämäläinen 91, Muuruvesi; Seppo Antero Vartiainen 85, Juankoski; Heimo Kalevi Karjunen 91, Kaavi; Pentti Jaakko Tapio Heiskanen 50, Tuusniemi; Veikko Olavi

Niskanen 89, Juankoski; Lea Orvokki Hakkarainen 85, Juankoski; Pentti Kalevi Iljin 66, Kaavi



MÄNNISTÖ

KASTETUT

Atte Aleksanteri Jonninen, Esteri Ilona Heikkinen, Eevi Linnea Jokela, Vertti Timo Olavi Heide, Niilo Tauno Samuli Metsämuuronen, Meeri Maija Lehikoinen

AVIOLIITTOON KUULUTETUT

Sami Eerik Juhani Tavast ja Suvi Helena Savolainen

KUOLLEET

Juha Taavitsainen 80, Unto Kalevi Luostarinen 82, Kaisa Annikki Tuovinen 80, Matti Kalevi Rautio 72, Kauko Veikko Lehtonen 76, Pekka Rissanen 77, Toivo Matti Voutilainen 78, Eino Samuli Ryytänen 81, Eeva Liisa Lyytikäinen 87, Vilho Petter Kokkonen 88, Katariina Viherlähde 81



PUIJO

KASTETUT

Sampo Elias Toivanen, Niilo Kalervo Manu, Akseli Pekka Juhani Hiltunen, Violet Natalia Miettinen, Kerttu Aino Fredrika Junkkarinen, Kaapo Onni Aleksi Koponen, Niklas Pekkenen, Samuel Miro Kristian Törrönen, Abel Elian Niinikoski, Jeremias Matti Olavi Rätty, Iiris Essi Anneli Maukonen, Emma Ilona Rytönen, Alvar Olavi Ukkonen, Iida Maria Fröberg, Joel Olli-Pekka Kokko, Leo Matti Eronen

KUOLLEET

Helmi Talikka 88, Seppo Juhani Korhonen 61, Veli Pekka Karttunen 86, Pertti Väättäinen 86, Ariela Toivanen 73, Irma Anita Satuli 84, Irma Irene Hassinen 94



SIILINJÄRVI

KASTETUT

Nooa Oliver Pylkkönen, Olga Elisabeth Jauhiainen, Elise Nella Sofia Holopainen, Okko Ensio Manninen, Elsi Fanni Elisabet Pirinen, Sofia Irene Turunen, Aarne Edvin Vehviläinen, Iisa Meeri Matilda Komulainen

KUOLLEET

Olli Juhani Huttunen 87, Risto Juhani Tikkanen 54, Eija Inkeri Koistinen 56, Pentti Kalervo Niskanen 92, Tenho Juhani Kaasinen 60, Maija Annikki Tikkanen 82, Seppo Väinö Johannes Väättäinen 75, Martta Johanna Kinnunen 96, Helga Eliina Könönen 86



Twaarna

”JOHTAJIA valitaan ja kannatetaan monenlaisin kriteerein. Hyvää Paimenta seurataan, koska hän rakastaa.”

TAPIO LUOMA 15.4.

SANALLISTA

Taivaan kansalaisena maailmassa

Joh. 15:16

”ETTE te valinneet minua vaan minä valitsin teidät, ja minun tahtoni on, että te lähdette liikkeelle ja tuotate hedelmää, sitä hedelmää joka pysyy.”

Kaksi passia?

Kun ulkomaanreissu on tulossa, yksi tärkeä asia on tarkistaa, onko passi voimassa. Kotimaan rajojen ulkopuolelle meneminen edellyttää, että matkustusasiakirjat ovat kunnossa. Kun liikkuu turvallisesti kotikonnuilla, riittää että tunnetaan tai että henkilöllisyytensä voi todistaa. Ulkomailla joutuu sen lisäksi todistamaan kansalaisuuteensa. Tähän tarvitaan passia.

Voihan sitä omistaa kaksi passia. Silloinhan on kaksi kotimaatakin.

Minulla on vain yksi passi, mutta kuitenkin tunnistan itsessäni kahden maan kansalaisuuden.

Kun poistun Suomen rajojen ulkopuolelle, kaivan esille passini, jossa kannessa lukee: Euroopan unioni, Suomi ja Passi. Sisältä löytyy omat henkilötietoni ja se ”rosvon näköinen” kuva minusta. Tämä passi antaa Suomen valtion puolesta minulle oikeuden liikkua maailmassa Suomen rajojen ulkopuolella, sillä edellytyksellä, että se toinen valtio myöntää minulle luvan liikkua sen alueella.

Sitten toisaalta - liukuipa Suomen tai jonkun muun valtion maaperällä - minulla on se ”toinen passi”, joka todistaa sen toisen maan kansalaisuuden. Se passi on sillä tavalla hankala, etten voi kaivaa sitä taskustani ja sanoa tässä se on.

Kuitenkin voimassa olevien sopimusten mukaan se oikeuttaa minut liikkumaan kaikkialla passin myöntäjän luvalla. Välillä se vieras maa kyllä haluaisi evätä minulta oleskeluoikeudet ja muut etuudet, mutta tämän passin antajan valtuudet ovat suuremmat kuin näitten vieraitten maiden viranomaisvaltuudet. Tämän passin on minulle myöntänyt Taivaan ja maan Herra. Olen Taivasten valtakunnan kansalainen. Tämä passi takaa minulle kotimaoikeuden Taivaassa ja oleskeluluvan ja toimintavaltuudet kristittyinä tässä maailmassa ja kaikissa sen valtioissa.

ANNI TANNINEN
KALLAVEDEN SEURAKUNNAN PAPPI

Usko. Toivo. Rakkaus.



Linjurin Kukka
Puijonkatu 45, p. 046 921 4720, JOKA PÄIVÄ 8-18
verkkokauppa avoinna 24/7 osoitteessa linjurinkukka.com
info@linjurinkukka.fi

PERUNKIRJOITUKSET
testamentit – kauppakirjat ym. asiakirjat ammattitaidolla
ja joustavin maksuehdoin
Herastuomari Leila M. Tuomainen
p. 044 211 9876, sähköposti tuomainen.leila.m@gmail.com

Suru on hitaasti vaalenevia varjoja...

Hautaustoimisto J. NURRO OY

Kauppakatu 55-57, KUOPIO, puh. 017-261 3065, 040-505 6287
saila.lehto@nurro.fi www.nurro.fi

Kuopio-Siilinjärvi alueella

Turvallista, itsenäistä ja laadukasta elämää omassa kodissa!

- Hyväntuulista ja luotettavaa kotiapua
- Helpotusta arjen askareihin
- Kaikki kodinhoitotyöt siivouksesta asiointiin, henkilökohtaisesta avusta aktiiviseen liikkumiseen...

Vuosien kokemuksella:

KOTI-ILME
Luotettavaa palvelua

Reetta Koponen 044 505 0072 Päivi Kumpulainen 044 505 0073

Hyödynnä palvelusetelit ja kotitalousvähennys!

JALKAHOIDOT
koti- ja laitospäynteinä yli 30 vuoden kokemuksella.
Kuopio, Siilinjärvi, Maaninka

Tuula Väisänen **040 530 7950**

Maanantaisin Maaningalla Kampaamo Sinissä

LAHIA-KORTIT

Perunkirjoitukset, perinnönjaot, testamentit ym.

ASIANAJOTOIMISTO ESA AIRAKSINEN
Tulliportinkatu 34, Kuopio
050 3522516, www.esairaksinen.fi

HAUTAKIVET LISÄKAIVERRUKSET
sekä kaikki kivialan palvelut



KIVILÄHDE
KAAVIN KIVI
• 1989 •

KAAVIN KIVI OY - KIVILÄHDE
Kirjekuorentie 6, Kaavi
p. 017 6880100, myynti@kaavinkivi.fi
Avoinna ma-pe 8-17
www.kaavinkivi.fi

HAUTAKIVET SUORAAN VALMISTAJALTA



VARPAISJÄRVEN GRANIITTI OY
Savonkatu 24, Ollinpuisto,
Kuopio, puh. 017 263 3408
Graniitintie 7, Varpaisjärvi
puh. 017 771 811
Myös lisänimen kaiverrukset
ja kivien entisöinnit

Tietokoneapu
Kotitalous-
vähennys 45%
www.orden.fi
040 5844 045




LÄNSIVUOREN HAUTAUSHUOLTO
Savonkatu 25, Kuopio
(Sokoksen takana)
www.lansivuoriky.fi
p. 017 261 3665
Hautakivi näyttely
liikkeessämme
-tervetuloa tutustumaan!

PUIJON KIVI
HAUTAKIVET
KAIVERRUKSET
ENTISÖINNIT
MUUT KIVITYÖT
PYÖRÄKATU 15, KUOPIO
Tervetuloa tutustumaan
myyntinäyttelyyn!
Puh. 017 282 9000
puijonkivi@puijonkivi.fi
www.puijonkivi.fi

- HAUTAKIVET
- KAIVERRUKSET
- KULTAUKSET
- ENTISÖINTITYÖT
- KIVILYHDYT

KIVI PAJA

Sari Kämäräinen
Jääskelänkatu 1
70780 Kuopio
puh. 050 575 0004
www.kivipajasarik.fi

Talous-Renki palveluksessanne
kodin ja pihan huolto- ja remontti-
työissä sekä arjen askareissa.
Soita ja kysy lisää! P. 041 578 1654
www.talous-renki.com

Sähköasennus Hannu Tuomainen
Puh. 050 553 8767
info@sahkoasennusht.fi
www.sahkoasennusht.fi

KOTISIIVOUSPALVELUT
ammattitaitoa kotisi parhaaksi

t a l o u s a s e m a .fi
0440-769 670

KOTITALOUS VAH 50 % YKS.SOS.PAL TUOTTAJA

TERAPIAPALVELU KolmasIkkuna
"Kohti toivon näköaloja"
Vuorikatu 16 Kuopio, puh. 050 4631362.

Mainosmyynti Eine Kotamaa
050 315 5849
eine.kotamaa@slpmedia.fi
Seuraava julkaisupäivä 30.5.,
varaukset 21.5. mennessä.

KUSTANNUS

Suurin ruokatrendi se, että ruokaa ei ole

Miinajäätelötötterö, ruokatrendi-testi. Ruispuuroa torilla, bingoa Tuusniemellä. Mikä näitä yhdistää? Yhteisvastuukeräys, tietenkin.

Kuluvan kevään yksi tehokkaimmista mainoskampanjoista on jälleen Yhteisvastuu. Sen keskeisin symboli on jäätelötötterö, jossa on aito käsikranaatti ja erilaisia luoteja, piikkilankaa, camo-kangasta sekä hiekkaa. Toteutus on ristiriitainen, outo, puhutteleva, hienosti oivaltava – siten se linkittyy jatkumoon, jossa Yhteisvastuukeräys on vuosi vuoden jälkeen onnistunut raivaamaan tiensä suomalaisten tietoisuuteen.

"Pitkäaikainen mainostoimisto-kumppanimme Kaski Agency tekee briiffauksestamme useita ehdotuksia, joita kehitetään. Alkuperäistä ideaa laajennettiin kuvaamaan nälän syitä kattavammin. Jäätelötötteröön tuotiin sodan elementtejä ja Suomen tilannetta kuvaamaan luotiin silputtuja maksu-
muistutuksia sisältävä hampurilainen."

"Kampanja on saanut hyvin positiivista palautetta. Sen on koettu koskettavan ja pysäyttävän ajattelemaan nälässä olevien ihmisten tilannetta", kertoo Yhteisvastuukeräyksen kampanjapäällikkö, Kirkkopalveluiden viestintäpäällikkö Salla Peltonen.

Leipäjonot ja pienet annokset

"Yhteisvastuun teemoja on pidetty hyvin ajankohtaisina. Nälkä ja köyhyys Suomessa, muun muassa leipäjonot, ovat olleet näkyvästi julkisuudessa. Suomalaiset haluavat auttaa hädässä olevia lähimmäisiään. Kohtuuttomana pidetään, että moni kitkuttelee hyvin pienillä tuloilla vuodesta toiseen ja joutuu turvautumaan ruokajakeleihin. Ihmisten hätä kriisialueilla on koskettanut, pakolaisasutusalueilla avustusruokannosten pienuus on kauhistuttanut. Ajattelemaan herättää myös tieto siitä, että nälkä -

esimerkiksi konfliktitilanteissa - on täysin ihmisten aiheuttama ongelma. Kyse on kuitenkin asiasta, joka olisi täysin mahdollista ratkaista", Peltonen jatkaa.

Nettitestissä sisällissotaa

Kun mainoskampanjan innoittamana etsiä nettiin, löytää esimerkiksi testin: kuinka hyvin tunnet ruokatrendit.

Ensimmäinen kysymys kuuluu, mikä on kauden trendivihannes. Jos jättää valitsematta maissin ja veikkaa oikeaksi vastaukseksi avokadoa tai munakoisoa, ruutuun ilmestyy viesti: Väärin.

"Neljä miljoonaa eteläsuomalaisista on paennut kesästä 2016 lähtien maansa sisällissotaa. Kyseessä on Afrikan suurin pakolaiskriisi sitten Ruandan kansanmurhan. Pakolaisalueilla ihmisten ruokavaliosta koostuu pääosin maissijauhoista tehdystä puurosta 200 gramman päiväannoksina."

Ja niin edelleen, karuun todellisuuteen on havahduttava. Jos luulee, että ruokatrendeihin pääsee parhaiten käsiksi ulkomailla, saa tämän vastauksen:

"Väärin. Vaikka syyt ja mittasuhteet ovat erilaiset, ihmiset kärsivät nälästä myös Suomessa. 470 000 ihmisen tulot eivät riitä..."

Jokaisessa seurakunnassa kerätään toukokuulle asti varoja Yhteisvastuukeräykselle. Kuopiossa varoja kerättiin muun muassa konserteilla ja jokavuotuisella ruispuurotallalla Kuopion torilla. Maaliskuussa torille pystytetyllä teltalla jaettiin hyvin haudutettua ruispuuroa voisilmän kanssa, ihmisiä tapaamassa oli vapaaehtoisia ja työntekijöitä.

Entäs se bingo? Sitä pelattiin Järvi-Kuopiossa Tuusniemellä. Kahden euron pelilipukkeella tekee jo paljon hyvää.

ULLA REMES

• Matot • Vuodevaatteet • ym.

PYYKKISATAMA
Pesula
Itkonniemenkatu 27, 70500 Kuopio
Puh. (017) 263 3128
www.pyykkisatama.fi

KAIKKEA KIVAA KOTIIN

WWW.KEITTITUNING.FI

KIRJALLISTA



Hanna-Reetta Schreck: Minä maalaan kuin Jumala. Ellen Thesleffin elämä ja taide. Teos. 400 s.

Kahvit Kumpusaaressa

1800-LUVUN lopun naistaiteilijalle ammatinharjoittaminen merkitsi lähes poikkeuksetta naimattomuutta. Tämä ei sitonut enää sellaisiin naisellisiin (lue: siveellisiin) hyveisiin kuin lähimmäisenrakkaus, lainkuuliaisuus, velvollisuudentunto sekä isänmaallisuus. Jopa jumalanpelko - ja usein varsinkin juuri se - meni siinä rytäkässä.

Ellen Thesleffin (1869-1954) kohdalla tämä tarkoitti sitä, että kun pitkien hiusten kampaustyyleillä symboloitiin naisen elämän eri vaiheita, niin pätkäisemällä rohkeasti tukkansa hän asetti itsensä taiteilijan eli miehen kaltaiseksi. Eikä tässä kaikki: hän ilmoitti maalaavansa ”kuin jumala”!

”Olen ymmärtänyt, että maalari on ensin värिताiteilija, sitten runoilija ja että jokainen päivän aurin-gon hetki vaatii oman tekniikkansa - nyt olet kenties jo ymmärtänyt, että minä olen ymmärtänyt jotain, mitä kukaan ei ole ennen minua ...”

Aikansa auktoriteetti, kuvataidekriitikko **E. J. Vehmas** arvioi Thesleffiä näin: ”Ellen Thesleff oli hyvin itsenäinen ja persoonallinen taiteilija, joka tajusi aikansa uuden maalauksellisuuden vaatimuksen ja toteutti sen omalla tavallaan.”

Tälle kaikelle toi pohjan lapsuus Kuopiossa, kun Ellen istui kotitalonsa katolla tuomiokirkkoa ihailen ja sai Kallaveden rannoilta inspiraation taiteelleen.

TERHI LAITINEN

LYHYESTI

Testamentin voi tehdä yhteiseksi hyväksi

SEURAKUNNILLE omaisuutensa testamenttaavat osoittavat varansa pääsääntöisesti diakoniat.

Suomen seurakunnat saivat vuonna 2015 testamenttilahjoituksia 2,5 miljoonan euron arvosta. Se ei ole paljon kirkon kokonaistaloudessa, sillä samaan aikaan kolehdit ja muut lahjoitukset tuottivat noin 18 miljoonaa. Yksittäisille seurakunnille testamentit voivat kuitenkin olla merkittäviä.

Lahjoittaja määrää kohteen

Kuopion seurakuntayhtymässä testamenttira-hastojen pääoma-arvo oli viime vuoden lopussa 4,5 miljoonaa.

Testamentilla voi määritellä varojensa ja omaisuutensa käyttötarkoituksen, mutta liian yksityiskohtaiset ehdot ja ohjeet omaisuuden hoidosta voivat kääntyä tarkoitustaan vastaan. Jos esimerkiksi osakesalkun toivotaan tuottavan tuloja, ei ole viisasta sitoa salkunhoitajan käsiä tiettyjen osakkeiden ikuiseen omistukseen.

”Varoja ei voi käyttää mihinkään muuhun, kuin mihin ne on testamentattu”, sanoo hallintojohtaja Timo Korhonen.

”Liian yksityiskohtaiset ohjeet voivat kääntyä testamentin tarkoitusta vastaan.”

Liian tiukat ehdot voivat tehdä testamenttivarojen käytön jopa kokonaan mahdottomaksi. Tietyn lastenkodin tietynlaisille lapsille testamentattu omaisuus voi jäädä käyttämättä, jos koko lastenkoti lakkaa. Silloin seurakunta voi yrittää määritellä varoille jonkin vastaavan käyttötarkoituksen.

Eniten testamentteja kohdennetaan diakoniaan, vanhustyöhön ja lähetystyöhön. Tälläkin hetkellä esimerkiksi Alavassa ja Männistössä ylläpidetään diakoniatyön virkoja testamenttilahjoitusvaroin.

Testamentin voi tehdä myös määrittelemättä käyttötarkoitusta.

Kirkko ei maksa perintöveroa

Yleensä lahjoittajat ovat seurakuntaväkeä, mutta poikkeuksiakin on. Jos varallisuutta on kertynyt eikä perillisiä ole, joku voi ajatella hyvän omaisuudenhoidon jatkuvan parhaiten seurakunnan käsissä, vieläpä turvassa poliitikoilta ja verottajalta. Kirkon ei nimittäin tarvitse maksaa perintöveroa.

Testamenttivarallisuus on seurakuntayhtymän hallintoviraston vastuulla, yhtymän pankitileillä ja kirjanpidossa, sillä yhtymään kuuluvilla seurakunnilla ei voi olla mitään omia tilejä ohi kirjanpidon.

Kukin testamentti muodostaa oman rahastonsa, joille kullekin on määrätty oma hoitokuntansa. Testamenttien hallinnointi on läpinäkyvää, sillä hoitokunnat raportoivat varojen käytöstä kirkkovaltuustolle.

Hautojen hoito usein huolena

Testamentin vastaanottaja sitoutuu testamentin ehtoihin, joten ehtojen ei pidä koitua saajalle taloudelliseksi rasitteeksi. Esimerkiksi oman haudan hoidon sitominen testamenttilahjoitukseen voi olla ongelmallista.

”Haudanhoitosopimuksia voi tehdä vain kymmeneksi vuodeksi”.

Timo Korhonen neuvoo testamenttilahjoitusta harkitsevia neuvottelemaan ensin seurakuntansa kanssa, jotta testamentti varmasti kohdistuu halutulla tavalla.

Tuomiokirkkoseurakuntaan suurimmat

Historiallisista syistä tuomiokirkkoseurakunnalla on useita suuria testamentteja. Tuoreimpia on Aino ja Olavi Talveksen pääomaltaan yli 600 000 euron rahasto. Testamentissa ei ollut ehtoja.

Tuomiorovasti Ilpo Rannankarin mukaan testamentin yksityiskohtainen käyttösuunnitelma on paraikaa tekeillä. Tähän mennessä sen tuottoa on käytetty virtuaalikirkon kustannuksiin ja jatkossakin rahastoa käytetään seurakuntatyön hyväksi.

Hyvä malli on ollut testamenttilahjoitukseen perustunut Siltasalo-projekti, jossa projektityöntekijöiden turvin uudistettiin vanhustyön käytäntöjä.

KAIJA VUORIO

LUKIJAN KUVA

Lähetä Lukijan kuva
kirkkojakoti@evl.fi



”ON TÄSSÄ moni hiljentynyt, uskonut, toivonut, surrut, iloinnut, taipunut, hyväksynyt, kaivannut, kohdannut, kiittänyt, rukoillut ja rukouskynttilän sytyttänyt”, kirjoittaa Lukijan kuvan lähettänyt Antero Kärnä.

LUOTTAMUSHENKILÖ

Kirkko kuuluu kaikille!

HALUAN PUHUA niitten seurakuntalaisten puolesta, joille kirkkoon kuuluminen ei ole ensisijaisesti uskon asia. Sen sijaan kirkko on rakas ja tärkeä, koska se on meidän henkinen kotimme, meidän arvojemme ja kulttuurimme perusta.

Monista tuntuu siltä, ettei usko enää Jumalaan. Yhtä moni miettii, onko koskaan uskonutkaan ja että vaikka kuinka rukoilee, apua ei saa. Tilanne ei ole mitenkään kummallinen.

Näkymättömiin asioihin tarttuminen vain on tällaista. Välillä niistä saa kiinni, välillä ote irtoaa.

Kirkko on yhteisö, joka haluaa hoitaa ja tukea jäseniään elämän kaikissa vaiheissa.

Jokainen seurakuntalainen on kutsuttu tähän palveluun ja lähimmäisen tehtävään omalla paikallaan ja omine lahjoineen.

Minulle kirkko on paikka hiljentymiseen. Paikka, jossa voin rauhoittua päivän arjesta.

Nykypäivänä tuntuu, että meillä on aina kiire. On kiire töihin, kouluun, harrastuksiin ja kenellä mihinkin. Pysähdymmekö koskaan, osaammeko pysähtyä?

Jos elämä on buukattu liian täyteen, niin milloin on aikaa itsellemme.

Minä löysin paikan ja ajan itselleni täältä Kallaveden seurakunnasta, täällä minäkin hetkeksi pysähdyn.

Pysähtymistä ja läsnäoloa kannattaa harjoitella yhdessä, se lisää merkityksellisyyden tunnetta ja auttaa huomaamaan hyviä asioita ympärillämme.

Uskon ja toivon, että kirkossa olisi tilaa ihmettelijöiden klubille, paikalle, jossa erilaisia elämäntähtämyksiä omaavat ihmiset voisivat kohdata ja pohtia elämän kysymyksiä, avoimesti ja rehellisesti, ilman valmiita vastauksia.

Kirkko pitää yllä perinteitä ja uskaltaa uudistua, kirkko tarjoaa tukea ja turvaa, edistää oikeudenmukaisuutta ja rohkaisee tekemään hyvää. Kirkko tekee paljon hyvää.

Seurakuntamme toiminta on monipuolista ja seurakuntalaisiamme palvelevaa.

Toimintaa on työaloittain ja ikäryhmittäin ja kaikille yhdessä.

Sinäkin, joka et oikein tunne kuuluvasi joukkoon, aktivoitu.

Kirkko kuuluu kaikille!



”Ihmettelijöiden klubille on tilaa.”

TIINA VILJAKAINEN
Kallaveden seurakuntaneuvoston varajäsen



TULIA HYTTINEN

”LAMA-AJAN lapsena näin, että elämä voi muuttua hetkessä. Siksi itsetuntoaan ja arvojaan ei kannattaisi rakentaa materiaan varaan”, Jani Tossavainen pohtii.

ONNELLINEN mies

Jani Tossavainen on nuori mies, mutta oppinut elämästä enemmän kuin monet meistä koko ikänään. Hän tietää, että onni tulee pienistä asioista – ei materiasta.

Jani Tossavainen istuu kahvikupin ääressä, hymyilee ja pulpuaa puhetta. Kevätaurinko lämmittää mieltä ja elämässä on kaikki hyvin. Nyt ja tässä.

”Yritän elää tässä hetkessä, koska sehän on ainoa hetki, mikä meillä on. Menneitä ei voi murehtimalla muuttaa paremmaksi ja tulevaisuuden vatvominenkin on turhaa”, mies pohtii.

Aina ei Jani ole suhtautunut elämään yhtä seesteisesti. Itsetunto-ongelmat ja riittämättömyyden tunne olivat kasvukumppaneina teini-iästä alkaen. Lopulta vakava ylipaino ja masennus olivat ottaa niskalenkin nuoresta miehestä.

Laman lapsi

Jani arvelee, että itsetunto-ongelmat ovat perua jo lapsuudesta.

”Vanhemmiltani meni kaikki 90-luvun lamassa. Siksi perheemme oli taloudellisesti hyvin tiukoilla.”

”Muutoin lapsuuteni oli onnellinen. Minulla on ihanat vanhemmat, jotka olivat paljon läsnä. Ja toisin kuin ehkä monet muut laman musertamat, he eivät hukuttaneet murheitaan pulloon.”

Janin mukaan lapset kuitenkin katsovat maailmaa materian kautta. Jos jatkuvasti jää osattomaksi aineellisista asioista, alkaa tuntea huonommuutta ja häpeää.

”Minäkin käperryin enemmän kotiin ja löysin sisältöä elämäni syömisestä.”

Koulussa Jani oli aina hyvä oppilas, mutta sekään ei kohottanut itsetuntoa.

”Jotenkin se riittämättömyyden tunne vain oli niin kaiken nielevä.”

Itsetunnon sijaan nousikin paino. Vuosien vieressä myös mieli alkoi saada mustempia sävyjä.

”Mietin monena aamuna, onko minulla yhtäkään syytä nousta tänään sängystä.”

Lohtua lihapiirakasta

Nelisen vuotta sitten Jani oli sen tosiasian edessä, että elämän oli muututtava. ”Painoin tuolloin jonkun verran yli 200 kiloa ja olin aivan rapakunnossa. Ei ole mikään vitsi, kun sanon, että hengästyin matkalla sohvalta jääkaapille.”

Ruokavalio koostui pitkälti lihapiirakoista, einespizzoista sekä energijuomista ja limppareista. Helppoa, nopeaa ja hetkeksi hyvää oloa tuottavaa.

Pahaa oloa sen sijaan tuottivat muiden ihmisten katseet, joista paistoi sääli, inho ja halveksunta.

”Ulkona liikkuessani tunsin olevani kuin friikkisirkuksen nähtävyys. Kerran kaupassa eräs äiti totesi lapsilleen, että *katsokaa nyt, millaiseksi muuttuu, kun syö liikaa karkkia.*”

Lopulta Jani alkoi pohtia, haluaako hän, että vanhemmat joutuvat kohta järjestämään hänen hautajaisensa.

”Olin ollut varma, että koko maailmankaikkeudella on jotain minua vastaan. Lakkasin surkuttelemasta itseäni, kun tajusin, että ehkä kosmoksella on muutakin tekemistä kuin minun kiusaaminen.”

”Ymmärsin, että elämäntavat ovat ihan omilla käsilläni. Minä olen se, joka voi tehdä asialle jotain.”

Valoa tunnelin päässä

Ensimmäisenä karsiutuivat sokerijuomat. Sitten mukaan tulivat säännölliset kuntosalikäynnit, vaikka niiden jälkeen joka paikkaa särki.

”Salilla pystyi myös purkamaan sisällä olevaa pahaa oloa. Treenaaminen oli siis sekä tuskaa että helpotusta.”

Ruokavalionsa ja treeniohjelmansa Jani on suunnitellut ja toteuttanut aivan itse, ilman mitään personal trainereita. Tänäpäin hän on 90 kiloa kevyempi kuin aloittaessaan elämäntaparemontin.

Täysin ilman toisia ihmisiä ei tie kohti kevyempää ja valoisampaa elämää olisi Janin mukaan kuitenkaan ollut mahdollinen.

”Ystävät ovat olleet mahtavana tukena. Ja nimenomaan ne ystävät, jotka ovat pysyneet vierellä silloinkin, kun on ollut vaikeaa.”

”Tunsin olevani kuin friikkisirkuksen nähtävyys.”

”Olen ottanut tavaksi kiittää ystäviäni ja kertoa heille, miten tärkeitä he ovat. Se kannattaa sanoa nyt eikä hautajaisen muistopuheissa.”

Paljon apua Jani on saanut myös seurakunnan diakoniatyöntekijöiltä.

”Tapaaminen diakonin kanssa oli ensimmäinen valopilkku mustuuden keskellä. Minut kohdattiin ihmisenä. Käyn edelleen juttelemassa diakoniatyöntekijöiden kanssa reilun kuukauden välein.”

Pienet onnenhetket

”En olisi nykyinen Jani ilman niitä kaikkia ikäviäkin kokemuksia, joita minulla on ollut. Ymmärrän nyt, ettei pahoihin asioihin pidä jäädä vellomaan vaan hyväksyä ne osana elämää.”

Jani toivoisi, että ihmiset uskaltaisivat reilusti näyttää oman heikkoutensa.

”Meillä kaikilla on omat ongelmamme ja jokainen meistä on jollain tavalla rikki. Miksi emme uskalla avata suutamme ja puhua? Sen sijaan monet hukuttavat ongelmansa pulloon tai keräävät ympärilleen maallista mammonaa ja hakevat siitä hyvää oloa.”

Jani on oppinut löytämään onnen pienistä asioista.

”Minun onnellisuuttani ruokkii esimerkiksi hetki rakkaan ihmisen tai lemmikkieläimen kanssa.”

Tällä hetkellä Jani yrittää suorittaa kesken jääneitä lukio-opintojaan loppuun. Metall- ja nahkatöitä harrastavan miehen haaveissa siintee myös oma verstaas jonakin päivänä.

”Olen aina ollut pätkätöissä ja välillä työttömänä, joten hirveästi ei ole rahaa laittaa oppikirjoihin ja työvälineisiin. Mutta askel kerrallaan yritän mennä eteenpäin näissäkin asioissa.”

Yksi onnenaihe lisää Janille olisi, jos saisi työpaikan – sellaisen, josta maksetaan palkkaakin.

”Ilmaista työtä kyllä olisi tarjolla, mutta sillä on vähän hankalampaa tulla toimeen.”

Yrityksen puutteesta työpaikka ei ainakaan ole jäänyt saamatta. Janilla on jatkuvasti hakemuksia vetämässä eri työnantajille ja hän välillä myös jalkautuu yrityksiin esittäytymään.

”Mutta ei se työnsaanti niin helppoa ole kuin päättäjät antavat ymmärtää. En yhtään ihmettele, jos moni lannistuu ja lyö hanskat tiskiin.”