PÄIVÄSTÄ TOISEEN

Jokainen tarvitsee toista ihmistä, oli ikä, sukupuoli tai asema mikä tahansa. **ASIANTUNTIJA MARKETTA AHLSTEN, MELAN HYVINVOINTIPALVELUT**

21.10.13

Aurinko nousee

Helsingissä kello 8.15
ja laskee kello 17.53
Oulussa kello 8.30
ja laskee kello 17.34
Utsjoella kello 8.50
ja laskee kello 17.01

Päivän sana

21.10. Silloin isä ymmärsi, että se oli tapahtunut juuri silloin, kun Jeesus sanoi hänelle: ”Poikasi elää”, ja hän ja koko hänen talonsa väki uskoivat Jeesukseen. Joh. 4:53
22.10. Katso Siionia, meidän juhliemme kaupunkia! Sinun silmäsi saavat nähdä Jerusalemin, turvallisen leposijan, teltan, jota ei pureta, ei siirretä. Jes. 33:20

Nimipäiviä

Tänään maanantaina: Ursula
Huomenna tiistaina: Anja, Anita, Anniina, Anitta, Anette

Mietelause

nostan lehden maasta
juon jäähtyneen kahvin
ja kun tulen tyytyväiseksi
ajattelen kenelle lähettäisin terveiseni

Jyrki Pellinen

MERKKIPÄIVIÄ

85-VUOTIAS
Ministeri, fil tri
Jaakko Numminen
22.10. Helsinki.
Perhepiirissä.

80-VUOTIAS
Kenraaliluutnantti
Rauno Meriö
22.10. Jyväskylä.
Perhepiirissä.

Lähetä merkkipäiväilmoitus Maaseudun Tulevaisuuteen
Merkkipäiväpalstalla julkaistaan vain päivänsankarin suostumuksella lähetettyjä merkkipäivätietoja. Kirjallisesti lähetettävissä tiedoissa tulee olla merkkipäivän viettäjän nimi, ikä, merkkipäivän ajankohta, titteli, kotipaikka ja mahdollinen lyhyt maininta merkkipäivän vietosta. Valokuvaksi käy musta-valko- tai värikuva, koolla ei väliä. Palsta on maksuton. Merkkipäivätiedon tulee olla toimituksessa viimeistään viisi päivää ennen lehden ilmestymistä. Tiedot postitetaan osoitteeseen: Maaseudun Tulevaisuus, ”Merkkipäivät”, PL 440, 00101 Helsinki, tai lähetetään sähköpostilla osoitteeseen *merkkipaivat@maaseuduntulevaisuus.fi*.

TERVEENÄ TYÖSSÄ

Haluaisitko sinä olla näkymätön?

Pian ne taas alkavat, liukkaat kelit. Viime syksynä matkalla töihin lensin oikein iloisesti ihan tuossa työpaikan edessä. Löin kyynärpääni ikävästi ja nahka meni ryttyyn kämmenestä, vaikka oli paksu turkishanska kädessä.

Onneksi – yli 50 ikävuodestani huolimatta – osteoporoosi ei ollut vielä päässyt syömään luitani, joten ranne ei murtunut. Fyysiset vammat olivat siis hyvin lievät, mutta henkiset sitäkin suuremmat.

Kömpiessäni ylös ja kerätessäni ajotielle levinneitä tavaroitani, ohitseni kulki useita oman ikäluokkani ihmisiä – työikäisiä, kiireisiä ja tehokkaita. Joku joutui jopa kiertämään maassa mönkivän tomumajani päästäkseen ohitseni. Yksikään ei kysynyt, sattuiko minuun pahasti tai tarvitsenko ehkä apua!

Sen lisäksi, että käteen sattui ja nolotti, minua satutti todella syvältä, että ketään ei kiinnostanut lainkaan, miten minun kävi komeassa ilmalennossani. Ihan pääsi itku.

Onneksi työpaikalla oli ihmisiä, joille sain purkaa pahaa oloani. Yksi työkaveri jopa halasi lohdutukseksi.

Sitten muistin, mitä eräs ystäväni sanoi: kun nainen täyttää 50, hänestä tulee näkymätön. En jaksa uskoa, että kysymys on pelkästään ulkonäön rapistumisesta. Kyse täytyy olla muustakin.

Onko niin, että tässä iässä ollaan niin päteviä, tehokkaita ja itseämme täynnä, että kaikki luulevat, että olemme suorastaan haavoittumattomia?

Vai kuvittelevatko jotkut, että tässä iässä tuollainen kaatuminen on niin noloa, että on parempi kävellä ohi kuin ei huomaisikaan?

Mainitsin myös yli 80-vuotiaalle äidilleni tapahtumasta. Hän kertoi, että hänellekin on käynyt samoin silloin joskus 50–60 vuoden iässä, mutta nyt oikeasti vanhana hänestä on taas tullut näkyvä. Hän kertoi, että hän oli joku aika sitten liukastunut raitiovaunukiskoille yrittäessään ehtiä raitiovaunuun, joka jo seisoi pysäkillä. Auttamaan oli rientänyt ryhmä laitapuolen kulkijoita, jotka sen lisäksi, että auttoivat äitini ylös, keräsivät myös hänen tavaransa ja vielä pitivät raitiovaunua odottamassa, että äitini ehti kiivetä kyytiin.

Rakkaat kanssakeski-ikäiset! Huomataan myös toisemme ja muistetaan, että jokainen tarvitsee toista ihmistä, oli ikä, sukupuoli tai asema mikä tahansa. Ja vaikka vähän voi nolottaa, tuntuu silti hyvältä, kun joku välittää. Ei kai me kaikessa tehokkuudessamme olla toisiamme kohtaan huonompia kuin spurgut mummoille?

MARKETTA AHLSTEN on asiantuntija Melan Hyvinvointipalveluista
marketta.ahlsten@mela.fi

GRILLIKOTA HUIPPUTARJOUS

1990 € (Norm. 2390 €)

Sisältäen grillin varusteineen (350 €) ja kattohuovat (250 €).

Jussin Kodat takaavat onnistuneet grillijuhlat niin heinäkuun helteillä kuin talvipakkasilla.

-15%

Matin Huvimaja
Kotimaista korkeaa laatua rentouttaviin yhdessäolon hetkiin. Katto päällä säällä kuin säällä.
Hinta alk. 1606 € (1890 €)

Kullaantie 82, 28220 Pori
Puh. (02) 630 0600
www.porinpuupojat.fi
Porin Puupojat

KIMMO HAIMI

Keski-Uusimaa-rastit Sipoossa vetivät satapäisen joukon suunnistajia sysipimeään metsään. Ramona Åkermarck-Mähönen leimaa kolmen kilometrin yösuunnistusradan viimeisellä rastilla.

Rakkaus lajiin vie metsään pimeälläkin

Kun ilta syksyllä pimenee, on aika kaivaa otsalamppu naftaliinista ja suunnata kuntorasteille.

SIPOO (MT)
Koulun piha täyttyy autoista. Niistä purkautuu ulos miehiä ja naisia, nuoria ja varttuneita. Kaikilla on lamppu päässä.

Keski-Uusimaa-rastit Sipoossa on houkutellut satakunta innokasta suunnistajaa pimeään metsään lokakuisena arki-iltana.

”Yöradat suunnitellaan hieman turvallisemmiksi kuin päiväradat”, kuntorastien ratamestari **Ulf Meriheinä** kertoo.

Rastivälit ovat hieman pidempiä kuin normaalisti, joten reitinvalinnan mahdollisuuksia on enemmän. Pahimmat ryteiköt voi kiertää polkuja pitkin.

Meriheinä kertoo vieneensä rastit metsään pimeällä, jotta ratamestari itsekin varmistuu, että rastipaikat löytyvät.

Oranssi-valkoisen rastilipun vieressä roikkuu heijastinnauhalla varustettu kapula, jonka avulla suunnistajan valokeila paikantaa rastin jo kaukaa.

Suunnistajaveteraani **Malte Arlander** on tyytyväinen, että pimeällä kaikkien vauhti on päiväkisoja hitaampi.

”Kun kukaan ei juokse kauhean lujaa, ohittelijoita on vähemmän.”

Mikaela Borgman sekä yhdeksänvuotias Anton Martikainen pohtivat reitinvalintaa lähdössä.

Sibbo Vargarnan seura-aktiivit Ulf ja Maire Meriheinä ovat suunnistaneet vuosikymmeniä ja innostaneet lapsensakin harrastuksen pariin.

Aistit valppaina
Tunnelma on pimeällä suunnistuksessa erilainen kuin päivällä. Risujen rasahdukset kuuluvat ihan eri tavalla, polut tuntuvat kapeammilta, eivätkä kivet erotu yhtä selkeästi kuin päivällä.

Lammenrantakin voi tulla vastaan yllättäen.

Yöradat suunnitellaan hieman turvallisemmiksi kuin päiväradat.«
ULF MERIHEINÄ

Yhdeksänvuotiaalla **Anton Martikaisella** on edessä elämänsä ensimmäinen yösuunnistus. Hän myöntää jännittävänsä. Mukana on onneksi vanhempi seuratoveri **Mikaela Borgman**.

He tarkastelevat karttaa huolellisesti ennen liikkeellelähtöä ja aloittavat ensimmäiselle rastille taivalluksen pururataa pitkin.

Noin kolmen vartin kuluttua he leimaavat maalissa. Poskia punottaa ja hengitys höyryää.

”Ihan kivaa oli”, Anton toteaa. Pimeys ei pelottanut.

Koko perhe mukana
Suunnistus on tyypillisesti koko perheen laji.

Ratamestarin vaimo, **Maire Meriheinä,** on vastannut illan kuntorastien järjestelyistä. Tytär **Sabrina** lähettää suunnistajia metsään lähtöpaikalla, ja poika **Sebastian** ohjaa liikennettä.

”Rakkaus suunnistukseen”, kuuluu Ulfin vastaus, kun kysyy, mikä on saanut koko perheen mukaan seuratoimintaan.

Meriheinät edustavat suunnistusseura Sibbo Vargarnaa, ”Sipoon susia”.

Kuntorastien järjestäminen on vapaaehtoistyötä. Karttamaksuilla kerätään varoja seuralle.

Maanomistajalta lupa
Kuntosuunnistuksen järjestäjän täytyy pyytää maanomistajien suostumus alueen käyttöön.

Tällä kertaa kuntoilijat hakevat rasteja Sipoon kunnan mailla, joten lupa irtosi helposti.

”Jos suunnistus järjestetään yksityismailla, maanomistajan kanssa pitää neuvotella. Yleensä heille ei makseta maiden käytöstä korvausta”, Maire Meriheinä kertoo.

Lupaa pitia anoa esimerkiksi pyhäinpäivän Raato-juoksuun, joka kulkee osittain yksityismailla.

”Sipoossa maanomistajat ovat aina olleet suostuvaisia kilpailujen järjestämiseen”, Meriheinä kiittelee.

SUVI NIEMI

Kuntorastihaku alueittain
www. suunnistusliitto.fi>harraste>kuntosuunnistuskalenteri

Raato-juoksu ja muita kansallisia suunnistuskilpailuja
www. suunnistusliitto.fi>kilpailut (irma)

KUNTOSUUNNISTUS

Ympäristöä säästäen

Kulutuksen tasaamiseksi alueen kuntosuunnistusvastaava säätelee kaupunkien lähialueilla järjestettävien suunnistustapahtumien määrää.
Kevätaikaan kilpailuja vältetään järjestämästä maastoissa, joissa on runsaasti hirvieläimiä ja pesiviä lintuja.
Kulumiselle herkissä maastoissa, kuten jäkäläkankailla ja lehdoissa, vältetään järjestämästä suuria tapahtumia.
Ratamestari laatii reitit niin, ettei tapahtumasta aiheudu vahinkoa tai haittaa eläimille, kasvillisuudelle tai maanomistajan omaisuudelle.
Lajisääntöjen mukaan suunnistaja on itse vastuussa mahdollisesta ympäristöön kohdistuvasta vahingonteosta.
Lähde: Suomen suunnistusliitto

LUKENUT MIES

Herratkin nauravat

Kun keski-iän jättävä mies lopettaa juopottelun ja muuttaa maalle, elämäntyö on kaiken järjen mukaan takana. **Matti Pitkolla** se silloin vasta alkoi.

Monelle Matti Pitkon muistelmat on vuoden tärkein kirja, ehkä ainoa.

Sellainen on pakinoitsija Pitkon asema Aamulehden luetuimpana kirjoittajana.

Pitkon pakinoiden totuuspohjan varaan ei kukaan rupea väitöskirjoja laatimaan. Loputtoman irvailun lomassa kirjoittaja saa silti sanomansa ihmeellisesti läpi. Entisenä etujärjestötiedottajana Pitko

tekee pahimmasta öykkäristä inhimillisen. Siksi Paavo Lipponen rakastaa häntä niin paljon.

Pitko on ainoa tuntemani kirjoittaja, joka kykenee luomaan tamperelaisesta kansanedustajasta Kimmo Sasista luotettavan poliitikon. Hän käsittelee jopa Urho Kekkosta pohjimmiltaan kunnioittavasti, koska tämä oli Juuso Waldenin kaveri.

Pitkoa ei voi ymmärtää tuntematta jalkapallon alkeita. Hän on edustanut monia seuroja, mutta jutuissaan hän viilettää aina Valkeakosken Hakan laidalla. Maaotteluita hänellä on enemmän kuin Suomen maajoukkueella.

Pitkon kaverin Jukka Virtasen laskujen mukaan tällä on ollut Valkeakosken yhteiskoulussa noin 300 luokkatoveria.

Kaikki ovat vähintään kansallisia merkkihenkilöitä. Kun nämä loppuvat, haetaan Toijalasta lisää.

Onnekseen karjalaispoika Pitko nai vanhoilla päivillään Hämeenkyröstä ja muutti sinne asumaan.

Hän käyttää sumeilematta aineistonaan pohjoissatakuntalaisia kansanihmisiä. Pohjalaisten, varsinaisten satakuntalaisten ja tamperelaisten vuosisataisessa puristuksessa nämä ovat kehittyneet ainutlaatuisen viisaaksi ihmisryhmäksi, josta kelpaakin ammentaa.

PEKKA ALAROTU

Matti Pitko: Puolikarkeat muistelmat. 222 sivua. Paasilinna.

Keitele Forest ja Lihajaloste Korpela saivat yrittäjäpalkinnon

Keiteleläinen Keitele Forest Oy, huittislainen Lihajaloste Korpela Oy ja raisiolainen Martinex Oy palkittiin Suomen Yrittäjien valtakunnallisella yrittäjäpalkinnolla lauantaina.

Lisäksi yrittäjä **Markku Wuoti** palkittiin yrittäjien hyväksi tekemästään pitkäjänteisestä työstä.

Keitele Forest Oy on yksi Suomen suurimmista mekaanisen puunjalostuksen yrityksistä. Se toimittaa sahatavaraa ja jalosteita lähes 30 maahan.

Keitele-konsernin liikevaihto oli viime vuonna yli 114 miljoonaa euroa. Se työllistää noin 300 henkilöä.

Lihajaloste Korpela Oy:n liikevaihto oli viime vuonna 27 miljoonaa euroa. Yhtiöllä on 130 työntekijää Huittisissa ja Honkajoella.

Perheyhtiö Martinex Oy on lahja- ja taloustavaroiden sekä lelujen valmistaja ja tukkuliike. Sen tunnetuin tuote on yli 60-vuotias lautapeli Afrikan Tähti. **HANNA SALONEN**