

# Valkonauha

2/2022

## Ajatuksia äitiydestä

s. 16



# Sisältö



## Valkonauha 2/2022

<b>Pääkirjoitus</b>	<b>3</b>
<b>Liitto ja paikallisyhdistykset toimivat</b>	<b>4</b>
<b>Kotivara – vettä ja ruokaa ainakin 72 tunniksi</b>	<b>8</b>
<b>Irja kiittää 35 vuoden matkasta</b>	<b>2</b>
<b>Tampereella valkonauhatyötä 120 vuoden ajan</b>	<b>5</b>
<b>Suur-Helsingin Valkonauha murroksen edessä</b>	<b>18</b>
<b>Marian matka Liisankodista Hakasalmen huvilalle</b>	<b>20</b>
<b>Mummobalettia ja säveliä</b>	<b>23</b>
<b>Kirjaviisaat</b>	<b>15</b>
<b>Ajatuksia äitiydestä</b>	<b>16</b>
<b>Ikäihmisten elämisen taito on yhteiskunnan voimavara</b>	<b>18</b>
<b>Mietelauseita elämästä</b>	<b>21</b>
<b>Vanhemmuutta monessa polvessa</b>	<b>22</b>
<b>Astiamuistoja ja valon pilkahduksia</b>	<b>24</b>
<b>Valkonauha-lehden lukijoille</b>	<b>27</b>
<b>Mistä löytää luottamusta?</b>	<b>30</b>

**Julkaisija:** Suomen Valkonauhaliitto

**Toimituksen osoite:**

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki  
puh. 09 1351 268

www.suomenvalkonauhaliitto.fi

irja.eskelinen@suomenvalkonauhaliitto.fi

**Päätoimittaja:** Sinikka Ervelius-Vilén

**Toimitussihteeri:** Irja Eskelinen

**Toimituskunta:** Tarja Heino, Marja Kariluoto, Päivi Kokkonen, Leena Kontula, Paula Kupias, Arja Laiho, Anna-Mari Laine, Tuulikki Perho, Pirjo Sipilä, Hannele Töyry

**Taitto:** Anne Tervahauta / Kuvitella

Lehti ilmestyy neljänä numerona  
Tilaushinta 20 euroa vsk

**Painopaikka:** Eräsalon Kirjapaino Oy,  
Tampere

ISSN-L 0355-7219, ISSN 0355-7219 (painettu)  
ISSN 2242-0045 (verkkójulkaisu)

**Etukannen kuva:** Pixabay



## Suomen Valkonauhaliitto – Förbundet Vita Bandet i Finland r.y.

Liitto on vuonna 1905 perustettu kristillisyhteiskunnallinen naisjärjestö, joka toimii yksilöiden, perheiden ja yhteiskunnan hyväksi. Liitto on jäsenenä World Woman's Christian Temperance Unionissa. Liitto ottaa vastaan testamentteja ja lahjoituksia.

Pankkiyhteys: Danske Bank IBAN:FI98 8000 1100 0623 23

**Puheenjohtaja**

Sinikka Ervelius-Vilén, erityisdiakoni (eläk.)

**Varapuheenjohtajat**

Palvelupäällikkö (eläk.) Marjut Ropo-Lyytikäinen  
Ostoassistentti Tarja Heino

**Pääsihteeri**

Pastori Irja Eskelinen

**Toimistos sihteeri**

Nina Hurtamo

**Liiton ylläpitämät**

*Valkonauhan Kotipesä Helsingissä*  
Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki  
puh. 091351 268

*Opiskelijakoti Helsingissä*

Snellmaninkatu 27 D 18, 00170 Helsinki

**Suur-Helsingin Valkonauha ry:n ylläpitämä**

*Liisankoti*

Luotsikatu 4 E, 00160 Helsinki



PIXABAY

## Matalan kynnyksen apua tarjolla

L ehdessä nro 1/2022 saimme lukea toimittaja, tietokirjailija **Elina Järven** artikkelin hänen kirjastaan *Tuho ja toivo – suomalaisen huumetodellisuuden vuosikymmeniä*, jota **Hannele Töyry** Kuopion Valkonauhasta on kommentoinut omassa kirjoituksessaan. Olen lukenut tämän kirjan ja täytyy todeta, että se oli rankkaa luettavaa. Vaikka erilaisten riippuvuuksien hoito Suomessa on melko pirstaleista, olen ylpeä Suomen Valkonauhaliitosta, jossa pienin resurssein tehdään päihteiden käytön vastaista työtä yksilö- ja ryhmätasolla matalalla kynnyksellä ammattitaitoisten terapeuttien avulla. Paikallisyhdistyksistä Lappeenranta vierailee kahdesti vuodessa paikallisessa päihdekoti Siltalassa. Kaikki asukkaat ovat tervehtyneet riippuvuuksistaan ja sinne on aina ilo mennä, koska ryhmä on kova laulamaan. Viemme laululehtisiä mukana ja kuten Karjalassa yleensä laulu kajahtaa.

Mikkelissä tehdään arvokasta työtä odottavien päihdeäitien ja vastikään lapsen saaneiden

äitien hyväksi. Aurora-hankkeessa yhdistyvät kolmannen sektorin sekä päihde- ja sosiaalityön ammattilaisten apu äideille, jotka haluavat tulla kuulluiksi ja parantua riippuvuudesta. Äitienpäivä on lähellä. Muistan, kuinka omat lapset askartelivat äitienpäiväkortteja päiväkodissa ja koulussa. Toivottavasti monen nuoren Aurora-hankkeen avulla raitistuneen äidin lapsi saa tehdä äidille kortin ja antaa sen parantuneelle äidille.

Halusin liittää tähän kirjoitukseen runon kaikille äideille. Omistan kuitenkin tämän runon niille äideille, jotka tuntevat halua auttaa, mutta ovat voimattomia oman lapsen riippuvuuden edessä.

*Äiti on kielen kaunein sana,  
Äiti on parhain lohduttaja.  
Silloin, kun maailma syrjii lasta,  
Äiti ei lakkaa rakastamasta.*

Hyvää Äitienpäivää!

**MARJUT  
ROPO-LYYTIKÄINEN**  
varapuheenjohtaja





## Helsingin Valkonauhan seminaari varautumisesta häiriötilanteisiin Kotivara – vettä ja ruokaa ainakin 72 tunniksi

**M**inna Canthin päivänä 19.3. kymmenhenkinen seminaarirykko kokoontui Helsingin Valkonauhan Bulevardille kuulemaan, miten tulisi varautua häiriötilanteisiin. Kouluttajana oli **Hannele Kivikoski** poliisista. Seminaarin avasi **Marke Kaskimies** ja kolme tuntia hurautti hetkessä tärkeän asian äärellä.

Hannele Kivikoski oli varautunut tilaisuuteen runsaalla oheismateriaalilla, joilla hän elävöitti mielenkiintoista esitystään. Kotivaraa tarvitaan mm. pitkittyneessä sähkökatkossa tai sairastuessa, jolloin ei pääse kauppaan tai apteekkiin.

72 tunnin varautumissuosituksella tarkoitetaan sitä, että jokaisessa kodissa pitäisi olla valmius selvittää itsenäisesti häiriötilanteen satuessa ainakin



IRJA ESKELINEN

kolme vuorokautta. Suositus on tehty yhteistyössä viranomaisten ja järjestöjen kans-



**Hannele Kivikosken esitys käsittelee laajasti tilanteita, joissa kansalaisen omaehtoinen toiminta on tärkeää. Esimerkiksi muoviympäristöön löytyi monta tehtävää häiriötilanteessa.**

sa. Kolmen päivän kotivara ei ole erillinen hätävarasto, vaan tuotteita käytetään arjessa tarpeen mukaan ja tilalle hankitaan uutta. Kotivara koostuu sellaisista elintarvikkeista, joita käytämme muutenkin.

Lisätietoa:  
<https://72tuntia.fi/>



# Orja kiittää 35 vuoden matkasta

Siirryn eläkkeelle 1.9.2022. Olkoon seuraajallani Inari Varimolla sama tuki ja lämpö, jolla olette minua tehtävässänne vahvistaneet!

Kuvassa rakas, Taivaan kotiin siirtynyt Kirsti-äitini, valkonauhasisar hänkin, kanssani onnellisena kesäpäivänä.

Iloitsen myös yhteisestä isovanhemmuudesta Juhanan kanssa.



*Vain tämän hetken  
omistaa voin,  
vierellä kaikki  
se minkä koin,  
ystävän käsi,  
päivien työ.  
Niin kauan kiitän  
kuin sydän lyö.*

– Anna-Mari Kaskinen –



## Oulun Valkonauha valmistautuu Kirkkopäiviin

● Kirkkotorin osastolla (Osasto 15, Oulun Teatteri) odotetaan 20.–21.5. Kirkkopäiväkävijöitä ja valkonauhahatyöstä kiinnostuneita. Oulun Valkonauhan jäsenet ovat tehneet kävijöille lahjoitettavaksi paperienkeleitä ja työmmme hyväksi myytäviä koruhenkeleitä. Tervetuloa tutustumaan, jakamaan ajatuksia ja hakemaan oma suojelusenkelisi!

# Tampereella valkonauhatyötä

## 120 vuoden ajan

Valkonauhaliikkeen raittiustyö oli tarpeen Tampereella, jossa olutkauppoja riitti joka kadunkulmaan. Tampereelle hakeutui runsaasti maalaistyttöjä etsimään paremman elämän mahdollisuuksia ja työhön tehtäisiin. Kaikille ei riittänyt luotettavia työpaikkoja eikä varsinkaan kunnollista asuntoa. **Selma Andelin** perusti 13.3. 1902 Tampereelle valkonauhahydistyksen yhdessä **Fredrika Lundelinin** ja **Hilja Lindgrenin** kanssa. Sen ohjelmassa oli yksilön auttamisen lisäksi vaatimus uudistaa lainsäädäntöä ja vapauttaa aviovaimot miehensä holhouksesta.

Yhdistys liittyi haaraosastona Raittiuden Ystäviin ja omaksui sen säännöt muutamilla muutoksilla, jotka edistivät naisasiaa. Maassamme elettiin tuolloin sortovuosia, ne merkitsivät rajoitteita kansalaisten vapauksiin. Valtakunnallinen Suomen Valkonauhaliitto sai keisarilta perustamisluvan poliittisten olojen vapauduttua Suurlakon myötä v.1905. Tampereen Valkonauha liittyi heti perustettuun liittoon ja tänä vuonna yhteistä taivalta on takana jo 117 vuotta.

Toiminta oli hengästyttävän runsasta: Naisen yömaja perustettiin v. 1908, saatiin rahoitus naispoliisin virkojen perustamiseksi, oli leikkikenttätoimintaa, vankila- ja katutyötä sekä kutsukokouksia äideille ja palvelijattarille. Lasten kelloja soitettiin kesällä kello 21 ja talvella kello 20 merkiksi lapsille siitä, että kaduilta tulee siirtyä koteihin. Kellojen soitto toteutettiin soittamalla kirkonkelloja yhtäjaksoisesti 10 minuutin ajan. Tämä toiminta oli yleisön hyväksymää ja äitien kiittämää. Kodit olivat ahtaita ja lapset viettivät paljon aikaa kaduilla ja olivat alttiina monille vaaroille.

Yksi keskeinen työmuoto oli ns. rautatielähetys. Jos kaupunkiin muuttavalla, työtä vaila olevalla työllä ei ollut rahaa, työpaikkaa,

asuntoa eikä yhtäkään tuttavaa kaupungissa, oli hän turvaa vailla. Tampereen valkonauhahydistyksen jäsenet päivystivät rautatieasemalla junien saapumisaikaan ja ohjasivat työt Valkonauhan työpaikanvälitystoimistoon, jonka yhteydessä toimi vuodesta 1908 alkaen myös Yömaja. Se oli aikanaan urauurtavaa ”etsivää työtä”, jonka yhteiskunnallinen vaikutus oli suuri.

Yhdistyksen 120 vuoteen on kuulunut paljon työtä, vireää toimintaa ja välillä hiljaisempia kausia. Tampereen Valkonauhan pitkäaikainen puheenjohtaja (puheenjohtajana 1943–1969) **Alli Palmroth** lahjoitti kotinsa ja irtaimistonsa yhdistykselle. Tampereen Valkonauhalla oli laajaa kesäleiritoimintaa. Leirejä järjestettiin mm. Eräjärvellä. **Ulla Salunen** lähti mukaan valkonauhatyöhön kerho- ja leirityttönä ja opiskellessaan kotitalousopettajaksi vastasi leirien ruokahuollosta. Yhdistyksen pitkäaikaisia puheenjohtajia ovat olleet mm. **Saimi Syvänen**, **Anja Aalto** ja Ulla Salunen. Tällä hetkellä yhdistystä johtaa **Sinikka Ervelius-Vilén**.

Yhdistys toimii nykyisin Satamakadulla omissa tiloissaan. Pandemia on vaikeuttanut kokoontumisia, mutta suunnitelmissa on lisätä toimintaa, järjestää seminaareja ja perustaa pienryhmiä tilanteen parannuttua. Työn painotukset ovat paljon samat kuin 120 vuotta sitten; työtä perheiden, lasten ja nuorten hyvinvoinnin turvaamiseksi, tukea päihde- ja mielenterveysongelmista kärsiville ja seminaaritoimintaa sekä vankilatyötä. Myös vanhusten kokemaan yksinäisyyteen halutaan tuoda helpotusta ohjelmallisilla palvelu- ja hoitokotivierailuilla.

Lääkintöneuvos **Sari Anttila** on kirjoittanut isoäidistään **Selma Anttilasta** (Andelin) ansiokkaan teoksen, jossa käsitellään Selman monipuolista elämäntyötä ja aloittamiaan



**Kesäpäivän ruokahetki  
tyttöleiriläisten kesken 1950-luvulla.**



KUVAT SUOMEN VALKONAUHALIITON ARKISTO

**Ulla Salusella on paljon muistoja tyttöleireiltä, joihin osallistuttiin eri puolilta maata. Kuvassa ollaan aamupesuilla laiturin nokassa Eräjärvellä.**

toimintamuotoja sekä perustamiaan yhdistyksiä: Tampereen Valkonauhayhdistys, Tampereen lastenseimi, Työläisnaisen klubi, Tampereen Näyttämöyhdistys ja Suomen Rauhanliitto. Selma Anttila oli myös tuottelias, valtion kirjallisuuspalkinnolla v. 1939 palkittu kirjailija. Teosta ”Kirjailija Selma Anttila, Aikakautensa sydän ja omatunto” on saatavilla Suomen Valkonauhaliiton toimistolla sekä lainakappale Tampereen Valkonauhassa.

#### LÄHTEET

*Sari Anttila: Kirjailija Selma Anttila – Aikakautensa sydän ja omatunto, 2018*

*Ulla Salunen: Poimintoja Tampereen Valkonauha ry:n toiminnasta 1902–2002*

### KUOPION VALKONAUHA KUTSUU VUOSIKOKOUKSEEN

Tervetuloa **vuosikokoukseen** keskiviikkona **27.4.2022** klo 17:00.  
Kokous pidetään Valkonauhan Kivijalassa, Satamakatu 5 B, 70100 Kuopio.  
Samassa paikassa hallituksen kokous klo 16:00.

Tervetuloa!

Hallitus  
puolesta *Hannele Nykänen*  
puheenjohtaja





# Suur-Helsingin Valkonauha murroksen edessä

## – tapa tehdä naistyötä kuitenkin säilyä

**S**uur-Helsingin Valkonauha ry:ssä puhaltavat uudet tuulet. Pitkään toiminnanjohtajana ollut **Maria Nuutinen** on lähtenyt uusiin haasteisiin jäätyään ensin vuorotteluvapaalle syksyllä 2021. Uutena toiminnanjohtajana aloitti tämän vuoden maaliskuussa VTM **Leena Lehtonen**. Viime töikseen Maria luotsasi eteenpäin kilpailutuksia, joiden kautta yhdistyksen toiminta laajenee tänä vuonna huomattavasti.

### Asumispalvelut laajenevat

Vuoteen 2021 yhdistyksen toiminta käsitti aika pitkälti Marian johtaman Liisankodin, päihdehuollon asumispalvelua toteuttavan yksikön Helsingissä. Vuoden 2022 alusta Liisankodin toiminta muuttui asunnottomien tuetuksi asumiseksi. Muutoksen myötä hoivan ja huolenpidon osuus työssä väheni ja sosiaaliohjauksen ja asumisen tukemisen merkitys korostui. Muutos oli monelle asukkaalle iso ruo-

kailun loppuessa ja lääkeshoidon siirtyessä itselle tai kotihoidolle. Myös työntekijöiden työnkuva muuttui. Kevään aikana on käynnistetty uutta, uuden toiminnan mukaisesti, asukkaiden toiveista lähtevää yhteistä tekemistä. Huhtikuussa yhdistys vuokrasi ensimmäisiä asuntoja Y-Säätiöltä toteuttaakseen tukityötä myös yksittäisiin asuntoihin pääkaupunkiseudulla. Näin saatiin Helsinkiin asumispalveluiden alle sekä yhteisöllistä asumista että hajautetussa asumisessa toteutettavaa tukityötä. Sekä Liisankodin että hajautetun asumisen tukityötä tekemään palkattiin kaksi uutta työntekijää, sosiaalialan ammattilaista.

### Päihdepalveluihin uusia yksiköitä

Keväällä 2022 yhdistys pääsee käynnistämään myös kahta uutta yksikköä. Päihdehuollon palveluasumisen yksikkö, Matilda-yhteisö, aloittaa toimintansa loppukevästä.

Toinen yksikkö, päihdehuollon tuettua asumista tarjoava Minnan talo käynnistää toimintansa kesän aikana. Yksiköt ovat saaneet nimensä vahvojen naisten, **Minna Canthin** ja **Mathilda Wreden** mukaan. Tiloina yhteisöille toimivat Järvenpään sosiaalisairaalan kupeessa olevat tilat, joissa Liisankoti oli remonttievakossa muutama vuosi sitten. Yhteisöjen miljöö on kaunis ja niiden remontoinnissa on kiinnitetty erityistä huomiota yhteisöllisyyteen, toipumisorientaatioon, omaan tilaan ja turvallisuuteen. Molempiin yksiköihin tulee 20 asukapaikkaa vain naisille, ja yhteisöön pääsee asumaan päihdehuollon kautta.

### Uusia naisia toimintaa vetämään

Maaliskuussa 2022 toimintaa lähti luotsamaan uutena toiminnanjohtajana VTM Leena Lehtonen. Asumispalveluista Helsingissä vastaa asumispalveluiden päällik-





kö **Pilvi Azeem**. Uusia yksiköitä kehittää puolestaan Järvenpäässä päihdepalveluiden päällikkö **Petra Pohjanheimo**. Lehtonen ja Azeem tulivat yhdistykseen Y-Säätiöltä, jossa he luotsasivat valtakunnallista hanketta nais erityiseen työhön liittyen. Pitkään järjestöissä toimineen Pohjanheimon työn lähtökohtia ovat osallisuus ja palvelumuotoilu. Kaikkia yhdistää halu kehittää ja vaalia toipumisorientaatioita ja nais erityistä työtä. Näiden kolmen naisen johdolla yhdistyksen toiminta suuntaa kohti kasvua ja uusia haasteita. Toiminnan laajentuessa myös Suur-Helsingin Valkonauha ry:n yhdistystoimintaa tullaan kehittämään ja laajentamaan. Yhdistyksen hallitus

ja toimihenkilöt ovat tässä kehittämistyössä vahvasti mukana yhteistyössä. Yksi tärkeä askel kehittämistyössä on kevään ja kesän aikana toteutettava strategiaprosessi, josta saadaan vahvaa yhteistä suuntaa yhdistyksen tulevaisuudelle. Kaiken keskiössä ovat yhdistyksen päihde- ja asumis palveluissa olevat naiset ja heidän tarpeensa. Yhdistyksessä ollaan iloisia siitä, että jatkossa se voi tarjota erilaisissa elämäntilanteissa oleville naisille palveluita.

### **Naistyön lähtökohdat ja arvot säilyvät muutoksen keskellä**

Moni asia on yhdistyksessä muutoksessa mutta työn lähtökohdat, arvot ja tapa teh-

dä naistyötä säilyvät. Kaikesa Suur-Helsingin Valkonauha ry:n toiminnassa näkyy samat työn elementit kuin Liisan kodissa, työn elementit, joita Nuutinen kehitti vuosia. Asumisen turvaamisessa ja päihdeongelmasta vapaaseen elämään tukemisessa korostuvat nais erityisyys ja toipumisorientaatio. Toipumisorientaatiotieitekehys on toiminnassa keskeinen. Sen pääperiaatteet ovat toivo (voimaantumisen tukeminen), kohtaaminen (tasa-arvo ja vuorovaikutus), osallisuus ja yhteisöllisyys sekä toimijuus (yksilöllisyys ja kokonaisvaltaisuus). Nais erityisessä työssä korostuvat väkivaltatyön osaaminen, traumasensitiivinen työote, häpeän ja stigman ymmärtäminen, sosiaalisten suhteiden merkitys ja eheyttäminen sekä naisidentiteetin uudelleen rakentaminen. Toimintatapa perustuu ajatukseen, että ihminen on paras oma itsensä ja pystyy toipumaan, kun hän tuntee olevansa turvassa. Turvallisuus syntyy turvallisesta asumisesta ja turvallisesta työnteekijäsuhteesta. Turvallisuus tukee sisäisen turvan löytämistä, jolloin kasvu ja muutokset mahdollistuvat.

**LEENA LEHTONEN**  
VTM  
Toiminnanjohtaja



Pilvi Azeem, Petra Pohjanheimo ja Leena Lehtonen.



# Marian matka

## Lüskankodista Hakasalmen huvilalle

**S**uur-Helsingin Valkonauha ry:n Liisankodin johtaja ja yhdistyksen toiminnanjohtaja **Maria Nuutinen** palasi maaliskuussa yli kymmenen vuoden työjakson jälkeen takaisin nuoruden unelmatyöhön. Hän aloitti tyttäriensä **Ellin** ja **Sofian** kanssa kahvilatoiminnan Hakasalmen huvilalla Töölönlahden rannalla. *Kahvila Rakastan* avattiin Minna Canthin päivänä 19.3.2022.

Marian elämänvalintoihin vaikutti merkittävästi Sortavalasta lähtöisin ollut isän

äiti, mummo, joka joutui jättämään koti-seutunsa sodan melskeissä. Hän antoi esimerkin lähimmäisen rakastamisesta silmien tasolta, ilman yläpuolelle asettautumista.

Maria valmistui ensin ammattiin matkailualalle ja työskenteli matkatoimistossa. Asiakaspalvelu oli mieluista, mutta toi myös esiin ihmisten pikkumaiset vaatimukset ja pinnallisuuden. Yhden hankalan kokemuksen siivittämänä Maria suuntasi ruokatunnillaan ammatinvalintatoimistoon. Käynnin päätteeksi hänellä oli ammatinvalintatesti taskussa, joka ohjasi lähtemään sosiaalialalle.

Maria valmistui sosiaalikasvattajaksi tarkoituksenaan työskennellä lasten- ja nuorisokodeissa. Väliin tuli kuitenkin mielenkiintoinen mahdollisuus: Ruskeasuolla sijaitsevan proteesipajan yhteydessä olevalle kahvilalle haettiin yrittäjää. Maria aloitti kahvilan pyörittämisen yhdessä ystävänsä kanssa. Työ oli antoisaa, mutta kolmen vuoden jälkeen Maria totesi, että nyt on aika ottaa sosiaalialalle hankittu koulutus käyttöön. Hän työskenteli kymmenen vuotta Vantaan kaupungilla Nisaksen asukaspuiston lähiötyössä, jossa kehitti yhteisökulttuuria eri-ikäisten yksilöiden ja ryhmien kanssa.

**Maria Nuutinen *Kahvila Rakastan* terassilla avajaisten aikaan.**



Elokuussa 2011 Suur-Helsingin Valkonauha haki Länsi-Pakilassa sijaitsevalle Liisankodille uutta johtajaa. Maria oli nyt uuden edessä, mutta ei kuitenkaan vieraan tai oudon. Marian työhön Nissaksen asukaspuiston toiminnassa oli kuulunut erilaisten ryhmien ohjaamista ja toimimista myös riippuvuusongelmista kärsivien kanssa.

Marian työ kautena Liisankodin toiminta on laajentunut ja muuttanut muotoaan. Maria kokee tärkeimmäksi saavutukseksi jo sosiaaliskasvattajan koulutuksessa omaksumansa varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhdeteorian pohjalle perustuvan työmallin juurruttamisen osaksi Liisankodin arkea ja toimintaa. Keskeistä on, miten ihminen kohdataan ihmisenä. Maria kokee, että päihde- ja mielen-terveystyössä on ollut vallitsevana liiaksi asiantuntijapohjainen, ylhäältä alaspäin suuntautuva työtap.

Liisankodin toiminnassa Maria lähti vahvistamaan toimintamallia, jossa auttamistyö on ennen kaikkea ihmistyötä. Toki teoriat ja tietopohja ovat tärkeitä, mutta rakkaus ja ihmisläheisyys kaikessa tekemisessä ovat ylitse muiden.

Millä mielellä Maria luovuttaa Liisankodin johtamisen seuraajille? Maria kertoi, että hänen sydämensä on kylläinen koetusta ja aikaansaaduista työn tuloksista. Hän kertoi kokeneensa raskaana byrokratian ja hallinnollisen työtaakan, johon käytetty aika oli poissa asiakastyöstä. Tämä pulma on vallitsevana laajasti sosiaali- ja hoitotyössä. Liisankodin ajastaan Marialla on päällimmäisenä mielessään suuri kunnia siitä, että on saanut olla mukana monen upean naisen matkalla kohti unelmia.

*Kahvila Rakastan* ilmentää Marian ja tyttärien arvoja. Kahvilan tuotteet leivotaan



**Karjalanpiirakat leivotaan Marian mummon ohjeilla ja täytteenä käytetään ohrapuuroa.**

ja valmistetaan itse ja kaikki tarjottava on kasvispohjaista, vegeaania. Kahvilan toimintaidea on säästää luontoa ja toimia sopusoinnussa elämää suojelevien arvojen kanssa.

Kahvilan avautuminen Minna Canthin päivänä on hieno ajankohta, olihan Minna oman aikansa visionääri ja rohkea oman tiensä kulkija.

Kahvilan toimintaideassa kunnioitetaan myös Sortavalan mummon elämänmalleja. Karjalanpiirakat leivotaan itse ja täytteenä on ohrapuuroa. Eihän siellä Karjalassa riisiä ollut, niin kuin mummo oli Mariaa opastanut. Mummo tiesi suvun vaiheet, elon ja olon Karjalassa. Mummo Rovaniemellä oli Marian turvasatama, jonne hän matkasi junailten ja lentäen lapsuus- ja nuoruusvuosina. Nyt on mummo Taivaan kodissa, mutta hänen jättämänsä henkinen perintö jatkuu lapsissa, lapsenlapsissa ja jokapäiväisessä arkisessa työssä. Työssä, jossa jaetaan rakkautta ja huolenpitoa ihmisen tasolta toiselle ihmiselle.

Marian ja tyttäret löydät Hakasalmen huvilan englantilaistyyllisessä pihapiirissä toimivan *Kahvila Rakastan* tiskin takaa. Kahvilarakennus oli alun perin leivintupa ja kamari. Se valmistui vuonna 1847. Kahvila sijaitsee Finlandia-talon vieressä lähellä Töölönlahtea. Hakasalmen huvilan tunnetuin asukas oli **Aurora Karamzin** (1808–1902), joka asui siellä kuolemaansa asti. Huvilaa kutsutaankin myös Karamzinin huvilaksi.

IRJA ESKELINEN

# Mummobalettia ja säveliä

**M**e Hämeenlinnan Valkonauhan jäsenet olemme jo vuosia saaneet nauttia **Satu Kiviharjun** kauniista laulusta. Kun hän tulee kuukausikokouksemme, hän saattaa esittää spontaanisti koskettavan tervehdyslaulun. Joskus me pyydämme häntä laulamaan meille jotain. Hän on aina valmis palvelemaan seminaareissamme, tilaisuuksissamme ja lähtemään mukaan vankila- ja palvelutalovierailuille. Musiikki on usein se, joka avaa meidän muidenkin vierailijoiden tien kuulijoidemme sydämiin.

Sadulla on usein iso pino nuotteja ja laulun sanoja mukana. Hänellä itselläänkin tuntuu olevan joskus vaikeuksia valita, minkä laulun esittäisi. Tiedämme, että hänellä on monia lauluja, joita hän tuntuu rakastavan. Mutta mikähän olisi se laulu, jonka hän valitsisi, jos täytyisi valita? Miksi hän valitsisi sen ja mitä se merkitsee hänelle - niin sanoituksen kuin sävelenkin suhteen?

Satu kertoo, että hänen mielilaulunsa on *Oi kiitos sä Luojani armollinen*. Se on kaunis **Oskar Merikannon** sävellys. Sanat ovat **Eino Leinon**. Hän on laulanut sitä monissa, monissa tilaisuuksissa. Hän on laulanut sen mm. Finlandia-talossa sairaanhoitopäivillä 80-luvulla ja tervehdyslauluna syntymäpäivillä. Laulussa jokainen sana koskettaa. Se on kokonaisvaltaisesti kiitosta ja ylistystä Taivaan Isälle. Ihmisellä on niin monta asiaa, joista voi

kiittää. Niin monesta asiasta Satu itsekin on kiitollinen. Kun lempilaulua kotona mietittiin, ilmoitettiin juuri, että Ukrainan konflikti oli alkanut. Venäjä on hyökännyt Ukrainaan. Laulu tuntui entistä tärkeämmältä ja koskettavammalta. Ei ollutkaan vaikea valita.

*Oi kiitos sä Luojani armollinen*

*Oi, kiitos sa Luojani armollinen  
joka hetkestä, jonka mä elin,  
kun annoit sa ruumihiin tervehden  
ja syömen mi sykähteli,  
kun annoit sa tervettä kättä kaks,  
kaks silmää sieluni ikkunaks  
ja hengen herkän ja avoimen,  
joka tuutia tuulosen.*

*Sua kiitän mä Luojani armollinen,  
kun annoit sa kodin hyvän,  
soit äidin niin hellän ja herttaisen  
Ja taaton niin tarmoa syvän,  
kun annoit sa armahan isäinmaan,  
jota kyntää ja rakastaa.*

*Ja kiitospa vihdoin viimeinen,  
kun laulun lahjan sa annoit,  
kun riemut ja murheet lapsosen  
näin sävelten siivillä kannoit,  
sen sulta, sulta ma yksin sain  
ja sulle siitä mä vastaan vain  
ja leiviskästäni tilin teen,  
miten käytiin mä kanteleen.*

Toinen rakas asia hänelle on mummobaletti. Haluamme aina olla tarkkoja siitä,



Mummobaletti on Sadulle rakas liikunnallinen virkistys.

että kokouksemme ei ole silloin, kun Sadulla on mummobaletti. Meistä tuntuu hauskalta ja eksoottiseltakin kuvitella Sata balettiasussa pyörimässä sävelten tahdissa balettia. Mutta koska se on jo vuosia ollut tärkeä osa hänen elämää, sillä on varmasti joku tärkeä merkitys. Satu kertoo, että on harrastanut mummobalettia jo yli 10 vuotta. Se on erinomaista liikuntaa ja nivelten hoitoa. Yhteisöllisyys ryhmässä on voimaannuttavaa. Monet

muutkin ryhmässä ovat harrastaneet sitä jo vuosia. Toivottavasti pitkän koronasulun jälkeen kaikki palaavat yhteisen harrastuksen pariin eivätkä jää pois. Monesti on taustamusiikkina ranskalaista balettimusiikkia tai **Tsaikovskin** musiikkia, joka inspiroi ja herkistää.

Sovimme vielä tapaamisesta laskiaistiistaina Sadun ja hänen aviomiehensä **Pekan** kanssa Hattulan seurakunnan järjestämään laskiaistiistaitapahutamaan. Siinä hernesoppalautasen, laskiaispullan ja kahvin lomassa oli mukava jutella heidän elämästään.

Pekka sanoo kauniisti, että hänellä oli mieletön onni, kun hän tapasi 8.10.1965 Hämeenlinnan Yhteiskoulun konvasa Sadun, tyylikkäästi pukeutuneena skottiruutuiseen puolihameeseen ja tummansiniseen poolopuseroon. ”Menin pokkaamaan tanssiin unelmi-

eni mielikuvat täyttävän neitosen. Hän olikin hauska ja puhelias, oli kiinnostunut juoksu-harrastuksestaniikin. Silloin ajattelin, että tässä se nyt taisi olla elämäni nainen.”

Siitä alkoi loppuelämän mittainen onnellinen yhteisö. Kaikessa ja kaikki on yhdessä tuumattu, tehty, matkustettu ja koettu. Huonoja päiviä tai hetkiä ei ole elämään mahtunut. ”Tietysti joskus kinastelemme tulisestikin. Mutta myös



"Virkattehtävissä" mummin roolissa.



Satu ja nuorin lapsen-  
lapsi Vellamo.



Yhdessä aina, myös vastamässä,  
kuten papin edessä luvattiin.

osaamme kinastella nautittavasti”, toteaa Pekka.

Avioliiton kruunaa neljä poikaa ja kuusi lastenlasta. Heidänkin elämä on malliltaan, mistä on suuri kiitollisuus Jumalalle.

Koko perhe on hyvin urheilullinen. Kaikki neljä poikaa ovat olleet lapsesta saakka kiinnostuneita urheilusta. Yhäkin he jatkavat liikunnallista elämää korostan sen merkitystä myös omille lapsilleen.

Pojista vanhin, **Anssi**, menestyi lapsena hiihdossa ja yleisurheilussa ja jatkaa yhä salibandyn parissa pelaten itse ja toimien valmentajana. Anssilla ei ole parisuhdetta eikä lapsia.

Toiseksi vanhin poika, **Juuso**, oli myös lapsena hyvä hiihtäjä ja yleisurheilija ja siirryttyään salibandyyn eteni maajoukkueeseen ja maailmanmestaruuskilpailuissa hopeamitalille Suomen joukkueessa. Juusolla on kolme lasta: 15-vuotias poika, 10-vuotias tyttö ja 4-vuotias tyttö.

Kolmanneksi vanhin poika, **Sampo**, oli myös lapsena hyvä yleisurheilussa. Hän pelasi vuosia salibandya, kunnes innostui jälleen 26-vuotiaana juoksemaan. Hänellä on nyt 35-vuotiaiden sarjassa kuusi Suomen ennätystä 150, 200 ja 300 metrin juoksumatkoilla ulkoradoilla ja sisähalissa. Viime vuonna hän säväytti Kalevan

kisoissa päästen finaaliin ja oli kuudes 200 metrin juoksussa. Viisi päivää aikaisemmin hän oli juossut ennätöksensä 21,45. Sampolla on 8 kuukauden ikäinen tyttö.

Pojista nuorin, **Samuli**, oli hyvä yleisurheilussa lapsena, mutta salibandy sai hänestäkin otteen ja on ollut ratkaiseva pelaaja joukkueensa karsinnoissa ylemmän sarjaan nousupeleissä. Samulin perhettä on siunattu kahdella lapsella, 3-vuotiaalla pojalla ja 1-vuotiaalla työllä.

Isä-Pekaltahan kaikki lapset ovat urheiluharrastuksen perineet. Pekka on harrastanut tai ainakin kokeillut 72 eri urheilulajia, joissa palkintoja on tullut 42 lajissa.

Varsinaiselta ”mummobaletilta” Sadun elämä on näyttänyt viime vuosina. Silloin jalka nousee kevyesti ja pyörähdykset ovat nopeita, kun Satu kokouksen jälkeen on kiireellä lähdössä katsomaan jonkun pojan urheilusuoritusta tai vastasyntyntä vauvaa. Koko olemuksesta paistaa suuri kiitollisuus ja rakkaus kasvavaa perhettään kohtaan.

Toivottavasti saamme vielä monta vuotta pitää keskuudessamme tämän iloisen laulavan balettimummon.

**ANNA-MARI LAINE**

*Hämeenlinnan Valkonauhan sihteeri*

# RIIPPUVUUSSAIRAUS ei kysy ikää eikä sukupuolta

**R**iitta Castrén rakasti työtään ja eli menestyvän naisen elämää. Irtisanominen rakkaasta työstä, syvä uupumus ja terveyden romahtaminen johtivat fyysiseen ja henkiseen uudistumiseen.

Tunnustuksellinen kirja kuvaa tunteita: häpeä, suru ja vanheneminen. Kirja on myös raadollinen kuvaus suomalaisesta työelämästä ja alkoholikulttuurista.

Vuonna 2017 ilmestynyt kirja on viestillään rohkea avautuminen sairaudesta nimeltä alkoholismi.

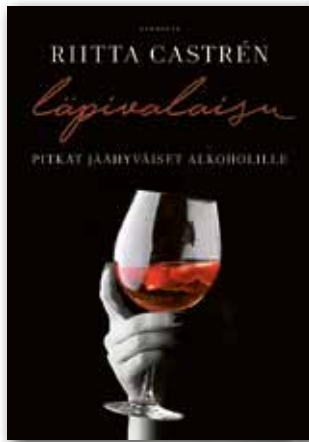
Toipuminen on pitkä prosessi. Riitta Castrén kertoo syvästä matkasta itseensä, sisimpänsä läpivalaisusta.

Vuosienkin vinoon menon jälkeen elämän kurssia voi korjata. Kouliintunut kirjoittaja viestii armollisuutta. Apua on tarjolla.

Kirja on rakennettu ammattitoimittajan ammattitaidolla. Kirja on tarina itsensä löytämisestä. Alkoholismi on sairaus.

**HANNELE TÖYRY**

*Kuopion Valkonauha ry.*



**LÄPIVALAISU**  
Pitkät jäähyväiset alkoholille  
Riitta Castrén  
Gummerus kustannus, 2017

INARI VARIMO

# Ajatuksia äitiydestä

**K**aikilla ihmisillä on kokemuksia äideistä, sillä maailma on täynnä äitejä. Jokainen on joskus ollut tekemisissä jonkun äidin kanssa. Äitiys on siis hyvin tavallinen asia – ja siitä huolimatta se on jollain lailla mystifioitu ja tehty salatuksi kaikille niille, jotka eivät ole äitejä. Ihan kuin äidit olisivat jollain lailla aivan oma heimonsa ja kaikkien muiden saavuttamattomissa. Minä ainakaan en toivoisi sen olevan niin. Toivoisin, että äidit jos ketkä olisivat jalat tukevasti tässä maailmassa meidän kaikkien keskellä ja tavoitettavissa. Toivoisin, että äidit tuntisivat elämän todellisuuden, sen kaikki haavat ja haasteet. Kuinka äiti muuten voisi tukea, lohduttaa ja olla viimeisenä toivona silloin, kun ketään muuta ei enää ole. Jos äiti ei tunne elämää, miten kukaan muukaan voisi sen oppia tuntemaan. Eikö äitiys voisi olla sellaista, joka olisi ihan jokaiselle läheistä, tuttuakin tutumpaa.

Nykyisin äitienpäivä ei ole vain äitiyden ylistystä juhlapuheissa. Onneksi niin. Äitienpäivän edellä vietetään lapsettomien lauantaita, äitienpäivän tienoilla puhutaan äidittömyydestä, rik-



PIKABAY



koutuneista perheistä, äitien kivuista ja lasten vaikeuksista. Puheeseen äitiydestä on tullut rosoja ja kääntöpuolia. Monissa tilanteissa tehdään näkyväksi asioita, joista puhuminen tekee kipeää, mutta myös helpottaa.

Samaan aikaan äitiydessä on tehty näkyväksi myös monia ihania puolia, joita lasten saamisesta seuraa. Tänä päivänä saa olla iloinen ja ylpeä omista lapsistaan, heitä saa kehua ja kiittää, heidän kanssaan saa viettää aikaa ja hassutella. Rakkaus ja lämpö saa näkyä äidistä ja heijastua lapsiin, täyttää heidän elämänsä. Äidin onnea ei tarvitse peittää minkään alle.

Minä näen tässä kaikessa paljon samankaltaisuutta siihen, kuinka me suhtaudumme Jumalaan ja kuinka me Hänestä puhumme. Jumalaa mystifioidaan ja asetetaan monessa puheessa täysin meidän ulottumattomiin. Ja kuitenkin Hänen pitäisi olla juuri se, joka on kaikista lähimpänä, kaikista tärkeimpänä, kaikista tuuimpana tässä ihan taval-



lisessa elämässä. Meillä kaikillahan on Hänestä kokemusta Hänen luominaan ihmeinä. Luonnon rikkaudessa, toisten ihmisten läsnäolossa, Raamatun lehdillä ja hiljaisuudessa Hän on läsnä ja olemassa meidän elämässämme. Hän on meitä varten silloinkin, kun ketään muuta ei enää ole.

Toivon, että puhe Jumalastakin saa olla moniulotteista ja rehellistä. Hän kyllä kestää sen, jos huudamme tuskaamme silloin, kun viattomat joutuvat sodan uhreiksi, kun vaikeudet käyvät ylivoimaisiksi, kun kulkutaudit jylläävät ja kun oma elämä ei suju yhtään niin kuin olisi toivonut. Hän ei hylkää, vaikka emme pitäisi yhteyttä moniin vuosiin. Hänessä on kärsivällisyyttä. Hän uskoo meihin, toivoo parasta ja odottaa sitä, että me olemme taas lähellä. Jumalan rakkaus ei elämästämme katoa.

Millainen tahansa sinun kevääsi ja äitienpäiväsi onkaan, et ole yksin kokemuksinesi ja tunteinesi. Aina jossain on joku ihminen, joka tietää täsmälleen, miltä sinusta tuntuu. Lähelläsi on aina myös Jumala, joka ei vain tiedä tunteitasi vaan kokee ne kanssasi - ja kantaa sinua.

*Kirjoittaja on pastori,  
Suomen Valkonauhaliiton  
pääsihteeri electa.*

# Ikäihmisten elämisen taito on yhteiskunnan voimavara

Ikäihminen on sukupolvien ketjussa näköalapaikalla. Hänellä on omien ikävuosiensa aikana syntyneiden kokemusten lisäksi muistoja vanhempiensa ja isovanhempiansa elämäntavoista, taidoista ja elinoloista, yhteensä ehkä yli 100 vuoden ajalta. Omilla lastenlapsilla taas on koko elämä edessä, ja se tekee tulevaisuudesta konkreettisen, ehkäpä jälleen noin sadan vuoden päähän.


**S**uomessa on yli 70-vuotiaita naisia yli puoli miljoonaa. Heidän kokemuksistaan puhutaan julkisuudessa hyvin vähän. Tutkimuksessani ”Ikänaisten elämisen taito ja kokemukset asemastaan yhteiskunnassa” (E2 Tutkimus, 2022) haastattelin 34 noin 70-vuotiasta naista. Haastattelut tehtiin vuoden 2020 syksyllä. Monet naisista arvioivat, etteivät tule nähdyiksi ja kuulluiksi, vaikka olivat aikaisemmin toimineet merkittävässä työrooleissa tai yhteiskunnallisessa toiminnassa. Kyvykkyyttä ja iän tuomaa kokemusta ei huomata.

*”Kyllä se on aika pitkälle sitä että ne vanhat ihmiset on vähän niinkun rasitus yhteiskunnalle ja vielä jopa sitäkin, että pitää elättää (...) Itse en ole yhtään sitä mieltä että olisin yhteiskunnan varassa,”*

Kuitenkin haastatellut naiset kokivat voivansa suvun piirissä monin tavoin siirtää elämisen taitoa eteenpäin.

*”Nuorena inhosin puhetta sukupolvien ketjusta, sanoin että en minä missään ketjussa ole. Nyt ajattelen, että voi miten arrogantti mielipide se oli ja kuinka rikkaita nämä sukupolvisuhteet on, miten lämmittävää se on.”*

Elämisen taitoa oli kertynyt niin työelämästä, järjestötoiminnasta kuin yksityiselämästäkin. Toisen maailmansodan jälkeen syntyneiden suurten ikäluokkien naisten sukupolvi on Suomessa vaikuttanut yhteiskuntaan paitsi läheistensä myös työelämän, politiikan ja järjestötoiminnan kautta. Hyvinvointivaltion synnyssä näkyy vahvasti heidän työnsä jälki.



***”Toisen maailmansodan jälkeen syntyneiden suurten ikäluokkien naisten sukupolvi on Suomessa vaikuttanut yhteiskuntaan paitsi läheistensä myös työelämän, politiikan ja järjestötoiminnan kautta.”***

Haastattelujen perusteella elämisen taito liittyy henkiseen kasvuun, joka tuottaa onnellisuutta ja positiivisuutta. Myös tavallisen arjen ylläpitäminen kehittää ja vaatii elämisen taitoa. Yksi usein esille tullut suomalaisen elämäntavan vahvuus ainakin haastateltavien elinaikana oli suhde luontoon, aikuisten ja lasten yhteinen työskentely ja oleilu luonnossa. Lasten hyvinvointi ja heidän itseluottamuksensa tukeminen eri tavoin luo elämisen taidon kertymiselle perustaa.

***”Elämäntaito on laaja asia. Mietin mitä se olisi, mutta varmaan se on ihmisen kasvamista, että näkee elämän henkisen kasvun mahdollisuutena. Kaikkihan ei näekään sitä. Kasvaa omaksi itseksensä ja tekee valintoja, jotka edesauttaa sitä, eikä vahingoita itseään ja muita.”***

Haastattelun yhtenä tavoitteena oli valaista mitä suurten ikäluokkien naiset ajattelevat sukupolvien välisestä vuorovaiku-

tuksesta. Millaisten väylien kautta ikänaiset pääsevät kosketuksiin nuorempien kanssa. Ikääntyvät siirtävät kaikkein luontevimmin elämäntaitoaan omille lapsilleen, lapsenlapsilleen ja lähiympäristön lapsille. Haastatellut olivat kekseliäitä ja näkivät paljon vaivaa kertoakseen toisille menneestä ajasta ja ollakseen linkki suvun perinteisiin.

Työelämän ja yhteiskunnallisen toiminnan kentällä eri ikäpolvien suhteet ovat haastattelujen perusteella ongelmallisempia kuin perheen ja suvun piirissä. Työ- ja yhteiskunnallinen toiminta oli kuitenkin opettanut monille paljon naiseudesta ja siitä, miten naisena voi toimia. Ammatissa toimiminen oli ollut tavallista tämän sukupolven naisten elämässä. Tasa-arvo oli edennyt työpaikoilla heidän aikanaan, vaikka kaikesta syrjinnästä ei olla päästy. Naiseuden lisäksi myös ikä asettaa esteitä osallistumiselle työhön ja yhteiskunnalliseen toimintaan. Ikääntyvien tasa-arvon esteet olivat haastateltavien mielestä usein



PIXABAY

**”Työpaikoilla on hiljaisen tiedon ja kokemuksen siirto tärkeää.”**

asenteellisia, ja niihin saattoi liittyä nuoruuden kritiikitöntä ihailua.

**”Nuoruutta palvotaan paitsi työelämässä, niin muutenkin aika kriittikittömästi. Ajatellaan, että ikääntyvät ihmiset ovat ongelma, he ovat hoitovajeen aiheuttajia ja sitten ovat nuorten tukkona työelämässä. Tavallaan niin kuin ainoa, että heistä pitäisi päästä mahdollisimman nopeasti eroon.”**

Vanhusten hoivatyöstä on alettu puhua ennen kaikkea talouden ehdoilla. Osa julkisesta keskustelusta on omiaan lisäämään sukupolvien vastakkainasettelua esittämällä eläkeläiset taloudellisena rasitteena. Eläkeläisten panos kansantalouden kokonaisuudessa ja perheiden toimeentulossa on kuitenkin merkittävä ja moninainen. Työpaikoilla on hiljaisen tiedon ja kokemuksen siirto tärkeää.

**”Työelämä jotenkin sylkee sen vanhan työntekijän syrjään sieltä. Ei osata ajatella sitä, jää hiljaiseksi tiedoksi että he osaa paljon sellaista mitä nuoret ei edes tiedä olevankaan ja millä tuotetaan ihan äärettömästi sitä tulosta”**

Työelämän lisäksi sukupolvien välinen kokemuksien siirto on ensiarvoisen tärkeää kulttuurin, yhteisöelämän ja sivistyksen kannalta. Haastateltavat esittivät useita ajatuksia siitä, miten vuorovaikutusta voisi kehittää. Keinot ovat konkreet-

tisia. Työpaikoilla voidaan tehdä paljon, ja eläkeläiset voivat olla resurssina nuoremmille. Asuinalueilla voidaan luoda tiloja ja mahdollisuuksia eri ikäisten luontevalle kohtaamiselle. Vanhushuollon uusiin toimintamuotojen kehittäminen sosiaali- ja terveydenhuollon aluerakenteissa hyötyisi asenteiden muutoksesta, veisi irti ikäyrjinnästä ja vanhuskielteisyydestä kohti eri ikäryhmiä yhdistäviä käytännön ratkaisuja. Ikääntyvillä itsellään voisi olla tässä tärkeä rooli.

**”Sukupolvien väliset kommunikation väylät yhteiskunnassa – se onkin hyvä kysymys. (...) Yleisiä kanavia ei oikeastaan ole olemassa.”**  
**”Minusta eri ikäisten ihmisten pitäisi toimia yhdessä. (...) Just tämän ikäisten ihmisten pitäisi olla nuorten tukena ja apuna.”**

Tutkimuksen on toteuttanut tutkimusprofessori Marja Holmila (emerita) ja sen julkaisi riippumaton tutkimuslaitos



E2 Tutkimus. Työtä ovat tukeneet E2 Tutkimuksen lisäksi Eläkeläiset ry, Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry, Kristillinen eläkeliitto ry ja Eläkeliitto ry.

MARIKA PIIPPONEN



**L**aula lintu, valkea sointu, puusta pesä,  
pellolta jyvä, Herralta ääni, kirkas ja hyvä

**H**aluan elää elämäni, uskossa varttuen,  
rakkautta kunnioittaen, elämää arvostaen

**S**inua arvostan, sydämellä rakastan, olkoon tiesi  
siunattu ja elämän polkusi esteistä raivattu

**K**evyt askel, iloinen mieli, ei niin ohdakkeinen  
tieni, rukous voimaannuttaa, onneni vakuuttaa

**E**n ole yksin, olet sydämessäni, olet enkelini,  
minun sanovan kuulin, sitä ihmeeksi luulin,  
se oli vielä enemmän

**K**un rakastuu, elämä onneksi muuttuu,  
kun elää kokemus karttuu ja sielu varttuu  
ja viisaaksi muuttuu

**T**aivaltaa, kynttilä kädessään onnea ja valoa  
edessään Jumalan tahtoa noudattaen,  
enkelit matkaa siivittäen

**K**iitoksia päivästä tästä, onnen helmistä näistä

**E**lämä on arvokas lahja, kiitollisuus kaunein taito,  
onnellinen ja aito

**Y**ksikseen kuljeskelen, menneitä mietiskelen,  
sinut eteeni haaveilen, unelmat alkakoon,  
Herra niihin uskoa valakoon.

Teksti KIRSI PAASIRANTA



PIRLO SIPILÄ

# Vanhemmuutta monessa polvessa

**A**itiys myytteineen näyttää joskus irvikuvan päihtyneen äidin roolissa. Moni lapsi joutuu tai pääsee erilleen vanhemmastaan silloin, kun päihteet vievät erävoiton ja lapsi jää toiseksi. Lastensuojelun sijaishuollossa on syystä tai toisesta Suomessa noin 20 000 lasta. Monen lapsen tai nuoren tarinaan liittyvät päihteet.

Vanhempien, etenkin äidin päihteiden käyttö on kivulias kokemus, joka tuottaa lapsille ja nuorille trauman, kokemuksen turvattomuudesta, hylätyksi tulemisesta ja häpeästä.

Lapsen tai nuoren oma päihteiden käyttö voi olla myös syy lastensuojelun sijoitukseen. Tällöinkin usein syyllisyys, häpeä ja turvattomuus ovat läsnä. Olenko huono äiti, kun en pärjää lapseni kanssa?

Jotkut perheet ovat lastensuojelun ja päihdehuollon asiakkaita monessa polvessa. Tällöin lapsi kasvaa ympäristössä, jossa ei välttämättä näe toisenlaista elämää, mahdollisuuksia toimia toisin. Usein häpeä estää avun hakemisen – suojellaan itseä ja perhettä viimeiseen saakka ”ulkopuolisilta uhilta”. Auttamisjärjestelmään suhtaudutaan ristiriitaisesti.

Itse työskentelen projektipäällikkönä *Yhdessä aikuisuuteen – Elämässä Eteenpäin* (YEE)-hankkeessa, jossa kehitetään lastensuojelun jälkihuollon palveluita Suomessa. Työssämme pohdimme mm. miten katkaista ylisukupolvinen huonosuuden kierre. Yksi kulmakivi on tilanne, jossa lastensuojelun jälkihuollon nuori on tulossa tai tullut itse vanhemmaksi.

Tiedämme, että moni lastensuojelun sijoituksen kokenut nuori tulee vanhemmaksi ikätovereitaan nuorempana. He ovat usein itsekkin vielä lapsia tai nuoria, eivätkä taidot oman arjen hallintaan ja itsestä huolehtimiseen ole vielä karttuneet. Toiseksi moni lastensuojelun sijoituksen kokenut ei ole itse saanut kokea turvallista perhearkea tai perheen ja vanhemmuuden tukea lainkaan eläessään esimerkiksi laitoksessa. Vanhemmuuden mallia ja vanhemmuutta on rakennettava liian usein yksin.

On äärimmäisen tärkeä tarjota riittävää, leimaamatonta ja proaktiivista tukea näille nuorille vanhemmille. Mahdollisuuksia valita ja vaikuttaa, kasvaa turvallisiksi vanhemmiksi.

On tärkeä miettiä,

- kuinka me voimme olla avuksi omassa arjessamme näille nuorille – omalla asuinpaikkakunnallamme?
- miten yhteiskunnan eri tasoilla voimme edistää turvallista ja hyvää arkea?

Tärkeä on esimerkiksi

- tukea järjestöjen toimintaa, vahvistaa tukivanhempitoimintaa ja perhekeskusverkostoa omalla paikkakunnalla
- luoda kestävää, joustavaa ja leimaamatonta yhteisöllisyyttä, jossa kukaan ei jäisi yksin.

Päihteistä tulee puhua ja haasteisiin tarttua mahdollisimman varhain!

Lapsen oikeus mainitaan useissa YK:n lapsen oikeuksien komitean yleiskommenteissa. Lastensuojelulain 1 §:ssä todetaan, että lain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. Laissa lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 1 § 3 momentissa todetaan, että lasta tulee kasvattaa siten, että lapsi saa osakseen ymmärrystä, turvaa ja hellyyttä.

Kukapa meistä ei haluaisi olla hyvä äiti?



*Kirjoittaja on YTT, projektipäällikkö Yhdessä aikuisuuteen – Elämässä Eteenpäin (YEE)-hanke, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Lisätietoa [www.thl.fi/ye](http://www.thl.fi/ye)*



# Astiamuistoja ja valon pilkahduksia



**A**stiakauppiaana minulta kysytään usein, mikä on minun suosikkiasiani. Nyt käynnissä on jo 17. vuosi Astialiisassa ja vastaus alkaa pelkistyä. Astiat, jotka herättävät muistoja omasta elämästäni ovat suosikkejani. Tällaisia ovat vaikkapa mummolan astiasenkin ikkunoista pilkottava Fasaani-astiasto, lapsuuden kodin keittiössä teepöytään kateutet puhalluskupit tai itselleni kapioksi kerätty **Pentikin** Halla-astiasto.

Kuitenkin suomalaiset astiat kiehtovat minua laajemminkin. Luen myymälän

hyllyjen siistejä astiarivejä kuin kirjaa. Kuinka voisin sanoa, että toinen on toista kauniimpi, kun jokaisen astian muoto, materiaali, valmistustekniikka ja laatu ja koristelutapa kertovat kotimaani ja taiteellisuuden historiaa, maalaavat ajankuvaa. Taiteilijan piirtimen jälki ja käytön jäljet kertovat tarinaa.

Taiteilijaprofessori ja yksi Arabian rakastetuimpia suunnittelijoita, **Heljä Liukko-Sundström**, on puhunut astioiden muistista. Keramiikka on lähes ikuista, se ei maadu. Kulttuurihistoriaa on perinteises-





ti tutkittu juuri keramiikkalöydöistä. Astiat kertovat oman aikansa elämäntyylistä, taiteilijoiden ja suunnittelijoiden näkemyksistä ja valmistajien tekniikoista. Niihin on kiehtovasti tallentunut sekä tekijöiden että käyttäjien jättämiä pieniä jälkiä.

Astialiisan myymälässä Runeberginkadulla huomaan ihmisten liikuttuvan, yllättyvän ja muistelevan. Hyllystä osuu silmiin lapsuudesta tuttu astia. Olenkin kutsunut vanhojen astioiden myymälää aikamatkaksi. Aikamatkalle pääsee, kun eri-ikäiset astiat yllättäen tuovat mieleen jo unohduksiin painuneita tapahtumia, vaikka mummon kotoisan kahvipöydän.

Astian voi ottaa käteen, tuntee sen painon ja muodon käsissään. Esiin nousevat muistikuvat sisältävät tunnelmia, tuoksuja, ääniä. Eikä se sinänsä ole ihme, sillä suomalaisen perheen tärkeimmät juhlat ja ystävien arkisemmatkin tapaamiset ollaan istuttu kahvipöydässä: häät, ristiäiset, hautajaiset, ripillepääsy, ylioppilasjuhlat, syntymäpäivät. Yhteisten ruokahetkien merkitys tunnustetaan osana perheen hyvinvointia. Ruoka- ja kahvipöydässä pysähdytään hetkeksi, nähdään ja kuullaan toisemme. Ehkäpä kaunis katkaus on tuonut hetkeen oman ripauksensa hyvää mieltä. Suomalaiset arvostavat kotimaisia astioita, niitä on perinteisesti käsitelty varoen ja erityisesti juhla-astiat ovat

olleen kodin aarteita. Ne siirtyvät äidiltä tyttärelle muistoinen kaikkineen. Joskus muisto satuttaa. Mieleen nouseva muisto raapaisee kuin rikkiinäisen astian terävä särmä. Ehkäpä ruokapöydän tun-



nelma ei olekaan ollut lämpimän poriseva vaan tiukka ja kylmä. Ehkä pieni lapsi pudotti astian ja sai kuulla kunniansa. Riidassa on nakattu kuppi seinään tai erossa häälahja-astiat saattavat muuttua ilkeäksi muistuttajaksi petetyistä toiveista. Muistojen on lupa tulla ja voimme katsella niitä myötätuntoisin silmin. Joskus astioiden kierrätys voi olla hyvä idea. Ehkäpä kaapin perälle pölyttymään työnnettyjen astioiden tilalle löytyisi silmäniloa ja nykyhetken käyttöön sopivia astioita.

Meillä on myös joka päivä mahdollisuus luoda hyviä hetkiä. Kattaa vähän kauriin, lisätä kukka tai kynttilät, sopivat servietit tai vaikkapa vaan kaivaa kaapista sopiva pöytäliina. Istua rauhassa alas ja olla läsnä. Pienillä teoilla viestimme pöytään istuville, itsemme mukaan lukien, tämä hetki on hyvä, sinua haluan ilahduttaa.

*Hyvää äitienpäivää ja lämmin halaus!*



*Kirjoittaja on Astialiisan kauppias. Astialiisa on vuonna 2005 perustettu suomalaisiin astioihin erikoistunut astia-kauppa. Valikoimassa on mm. Arabian, Iittalan, Nuutajärven, Muurlan, Martinexin, Finelin astioita n. 100 vuodelta, käytettyjä ja uusia. Osoite: Runeberginkatu 59, Töölö, Helsinki puh. 040-7743 968, kauppias@astialiisa.fi, www.astialiisa.fi*



*Oma oivallus: Huumeriippuvainen poikani tokaisi minulle: ”Sinä olet ihan pimeä, et kuuntele etkä ymmärrä yhtään mitään. En halua puhua kanssasi huumeista.” Minä vastasin: ”Olet väärässä, minä olen valo ja minä autan sinua aidosti. Ymmärrän ja yritän kuunnella paremmin, mutta olen kanssasi eri mieltä. Mielestäni sinun tavoitteenasi pitäisi olla täydellinen päihteettömyys.”*

*Kaikkien läheisten tavoin olen soimannut itseäni, milloin mistäkin, ottanut vastaan pahan olon purkauksia. Minulle on tärkeää nähdä itsessäni ja pienissä teoissani valoa, vaikka kuinka pientä tai lepattavaa. Läheinen ja auttaja ovat heikkoina ja erehtyvissäkin valo pimeydessä. Olen kiitollinen, että poikani saa tukea ja hoitoa osaavilta ammattilaisilta ja kokemusauttajilta.*



# Tervehdyttäviä tositarinoita

**I**säni kuoli 54-vuotiaana alkoholismiin. Viralliseksi kuolemansyyksi on kirjattu sydäninfarkti, mutta sitä edelsi viikon juomaputki. Niitä juomaputkia oli paljon sitä ennenkin. Kasvoin siis alkoholistiperheessä ja vaurioiduin. Lapsuudenkokemuksistani alkanut kiinnostus päihderiippuvuutta kohtaan ohjasi minut lopulta päihdetyön ammattilaiseksi. Aloitin oman ristiretkeni alkoholistiperheidet latistettujen lasten puolesta 1990-luvulla. Sillä tiellä olen edelleen.

Vuosina 2004–2006 olin töissä projektissa, joka paneutui tyttöjen ja naisten alkoholin käyttöön sekä muihin riippuvuuksiin. Tapasin projektimme kehittämissä huikeita naisia, eri alojen ammattilaisia, jotka työssään kohtasivat päihderiippuvuusilmiön monimuotoisuuden. Tutustuin Naisten Hoitokoti Tuhkimon perustajaan **Raija Lindbergiin** ja hänen työtovereihinsa. Tapasin toipuvia alkoholisteja ja addikteja, joiden elämäntarinat tekivät minuun hyvin syvän vaikutuksen. Ajatus *Tuhkimotarinoita*-kirjasta syntyi noiden tapaamisten myötä jo silloin, mutta unelman toteuttamisen aika tuli vasta, kun elämäntilanteeni oli kirjan kirjoittamiseen sopiva.

Kun jäin eläkkeelle aikaa vapautui kirjan kirjoittamista varten ja aloin etsiä haastateltavia aiemmissä töissä syntyneiden kontaktieni avulla. Kevään 2018 aikana haastattelin toipuvia alkoholisteja ja addikteja eri puolilla Suomea. Matkakus-

tannuksiin sain tuolloin avustusta **Valkonauhasäätiöltä**. Haastattelujen purku ja muokkaaminen lukijalle sopivaan muotoon veikin sitten aikaa paljon enemmän, kuin olin ennakkoon ajatellut. Välillä piti myös levätä ja antaa tekstin kypsyä.

Kirjoitustyö vei lopulta muutaman vuoden. Välillä vetäydyin mökille kirjoittamaan joko yksin tai yhdessä erään ystäväni kanssa, joka myös kirjoitti kirjaa samasta aihepiiristä. Kahtena talvena Espanjassa oli hyvä kirjoittaa, koska siellä ei ollut muuta tekemistä. Pikkuhiljaa teksti valmistui ja viime syksynä lokakuussa lähetin käsikirjoituksen kustantajille. SKS-kirjat tarttui siihen hyvin nopeasti ja sittemmin olenkin saanut nauttia suuren, perinteisen kustantamon ammattitaitoisen tiimin työstä. Se on ollut todella hienoa. Nyt olemme vaiheessa, jossa viimeiset kommentit asiantuntijalääkäriltä ja kustannustiimin jäseniltä on huomioitu ja kustannustoimittaja tekee viimeisiä muokkauksia ennen tekstin taittoon menoa.

Kirjassa on kaksi osaa, joista ensimmäinen koostuu viidestä päihderiippuvuudesta toipuvan naisen elämäntarinasta. Toivottavasti ne auttavat entistä useampaa päihderiippuvaista näkemään tien ulos vaikeuksista. Olen tietoisesti valinnut kertojiksi keski-ikäisiä naisia, joilla toipumisen vuosia on kertynyt paljon ja pysyvä raittius on vakaalla pohjalla. Toipumistarinoita ei voi kirjoittaa ilman, et-

HANNELE NYKÄNEN

# Ei minusta tarvitse välittää

TUHKIMOTARINOITA NAISTEN  
PÄIHDERIIPPUVUUDESTA



SKS  
KIRJAT

KANSI: SANNA-REETTA MEILAHTI

Hannele Nykänen

## EI MINUSTA TARVITSE VÄLITTÄÄ

*Tuhkimotarinoita naisten päihderiippuvuudesta*

ISBN 978-951-858-344-1 | 37.6: 59,567

n. 220 sivua | 148 x 210 | nidottu

ilm. elokuussa.

**K**uinka päihderiippuvuuteen sairastutaan? Miten siitä toivutaan? *Ei minusta tarvitse välittää* kertoo, mitä päihderiippuvuudesta toipuminen tuo tullessaan. Kirjaan on haastateltu eri-ikäisiä naisia, joilla on takanaan vuosikymmeniä raitista elämää. tarinat ovat yhtäältä rankkoja kuvauksia päihderiippuvuudesta, toisaalta valoisia kertomuksia toipumisesta.

Hannele Nykäsen teos on samalla vahva kannanotto suomalaiseseen päihdetyöhön. Se avaa AA:n toimintaa ja sitä, kuinka päihdetyötä voidaan tehdä sadan prosentin toipumistuloksella. Tästä ei ole aiemmin suomeksi kirjoitettu. ■

Hannele Nykänen on teologian maisteri, työnohjaaja ja psyykkinen valmentaja. Hän on tehnyt pitkän uran päihdetyön asiantuntijatehtävissä kouluttajana ja konsulttina.

tä kerrotaan myös se, mistä toivutaan. Nämä tarinat ovat riipaisevia, ihon alle meneviä ja uskomattomiakin, mutta ne ovat totta. Tarinat on taltioitu äänitteinä, joita kertyi kymmeniä tunteja. Kirjoittaessani niitä tekstiksi oivalsin, että tarinoilla oli yksi yhteinen tekijä: lapsuuden aikaiset traumat. Kaikkien meidän, jotka kohtaamme päihdeongelmaisia naisia, olisi hyvä tiedostaa lapsena koetun kaltoin kohtelun merkitys riippuvuuksien taustalla. Sitä olisi uskallettava kysyä ja siitä puhua, koska toipuminen tapahtuu puhumisen kautta. Tarinat tervehtyvät.

Kirjan kakkososa kuvaa riippuvuuksiin sairastumista ja niistä toipumisen prosessia *Minnesota*-mallisen hoitomuodon ja AA:n 12-asteen ohjelman avulla. Sen tekstit pohjautuvat graduuni ja koulutussessioihin, joita olen pitänyt Hoitokoti Tuhkimossa usean vuoden aikana. Sisältöön ovat vaikuttaneet vahvasti myös ne lukuisat keskustelut, joita olen käynyt Tuhkimon työntekijöiden ja asiakkaiden kanssa. Kirjassa kerrotaan myös yksityiskohtaisesti Tuhkimon päihdetyön menetelmästä, jolla hoitotulokset ovat jopa 100 %.

Ensisijainen syy tämän kirjan kirjoittamiseen on ollut toive siitä, että päihderiippuvuuteen sairastuneet naiset ja äidit saisivat parempaa hoitoa, jotta heidän lapsensa saisivat paremman tulevaisuuden. Päihdehoito Suomessa on tehty miehille. Naisten päihdeidenkäytön lisääntyessä naiseryistä työtettä tarvitaan entistä enemmän, jotta naiset saisivat paremman mahdollisuuden toipua riippuvuuksista.

Toinen syy on se, että yleinen mielipide päihderiippuvuudesta toipumisesta on edelleen pessimistinen. Se on kielteinen ja jopa kyyninen myös joidenkin päihdetyötä tekevien sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten joukossa. Sen toivoisin muuttuvan. Tässä kirjassa kerrotaan yksilötasolla siitä, miksi päihdehoitoon kannattaa panostaa.

## Jokainen voi toipua päihderiippuvuudesta

"On ihan harhaluulo, että ihmisen pitää itse haluta hoitoa, ennen kuin se voi tehdä. Minutkin ohjattiin töistä hoitoon, sain valita hoidon tai työpaikan menetyksen välillä. Kun sitten hoidossa tapasin ihmisiä, jotka olivat toipuneet päihderiippuvuudesta ja elivät hyvää raitista elämää, niin heräsi kysymys, olisiko se mahdollista myös minulle. Päihderiippuvuudesta toipuvien tapaamisesta saattaa syntyä hoitomotiivatio, jota ei ole välttämättä ollut aiemmin."

Elsa, 47

SHUTTERSTOCK

Kolmas syy kirjani kirjoittamiseen on tietämättömyys, johon törmäsin jatkuvasi tehdessäni työtä ympäri Suomea ehkäisevän päihdetyön kouluttajana. Syy ei ole työntekijöissä, joista suuri osa varmasti tekee työtään innokkaasti ja suurella sydämellä. Syy tietämättömyyteen löytyy koulutusjärjestelmästä, tai paremminkin koulutuksen puutteesta. Suomessa ei ole olemassa koulutusorganisaatiota, jossa päihdetyötä voisi opiskella kokopäiväisesti, laadukkaasti ja tutkintoon johtavasti.

Sosiaali- ja terveysalalla työskentelevät henkilöt tekevät usein päihdetyötään kukin omien kokemustensa ja uskomusjärjestelmänsä mukaan, ilman yhteistä linjaa tai käsitystä eri työmenetelmistä. Päihderiippuvuusilmiötä ei kokonaisuutena tunnetta kovin hyvin edes päihdealan ammattilaisten keskuudessa vaan AA, A-klinikka ja A-kilta sekaantuvat sujuvasti keskenään. Valitettavan usein olen myös kuullut päihdetyötä tekevän ammattilaisen suusta ehkä kohtalokkaankin lau-

sahduksen "AA on ihan hyvä juttu, mutta se ei sovi kaikille". Parin tarkentavan kysymyksen jälkeen on käynyt ilmi, että kyseisellä ammattilaisella on ollut huhupuheisiin perustuva ja väärenlainen käsitys AA:n 12-askeleen ohjelmasta ja ryhmien toiminnasta. AA on kuitenkin maailman ylivoimaisin toipumisen tuottaja. Toipumisen mahdollisuuksia kasvattaisi paljon enemmän se, että päihdetyötä tekevä toteaisi: "AA on auttanut miljoonia ihmisiä maailmassa toipumaan päihderiippuvuudesta, se voisi sopia sinullekin".

Alkoholismi on kansansairautemme numero yksi ja yleisin työikäisten kuolinsyy sekä miehillä että naisilla. Päihderiippuvaisten ja heidän läheistensä ei ole kuitenkaan syytä menettää uskoaan tulevaisuuteen – kuka tahansa voi toipua mistä tahansa tilanteesta. Toivoa on aina.



*Kirjoittaja on TM, työnohjaaja ja psykkinen valmentaja ja toimii Kuopion Valkonauharin puheenjohtajana.*



KATRI KULMUNI

# Mistä löytää luottamusta?

**K**iitos mahdollisuudesta kirjoittaa lukijoillenne kuulumisistani. Lainsäätäjänä olen työni kautta julkisuudessa. Mielenkiintoista ei ole miltä näyttää, vaan mitä ajattelee.

Jokaisessa vaalikaudessa on varmasti omat haasteensa, mutta jotenkin vaikuttaa, että poikkeuksellisen suuria asioita osui näille vuosille.

Koronapandemia on ollut koko maailmaa moukaroanut virus, joka on kylvänäy tuhoa ja, johon myös vastattiin kovilla keinoilla. Korona ei ole kadonnut, mutta erittäin nopea rokotekehitys on antanut mahdollisuuden meille vastata virukseen rokottein ja koettaa jatkaa elämäämme taas normaalimmin. Monelle korona-aika on kuitenkin jättänyt poikkeuksellisen suuria taakkoja niin taloudellisesti kuin jaksamisen suhteen.

Kun korona alkoi olla edes hieman hallitavampi, murtui Euroopan turvallisuusjärjestys täydellisesti Venäjän aloittaman Ukrainan hyökkäyksen seurauksena. Jokainen päivä kuluneen kuukauden ajan, olemme seuranneet ukrainalaisten urheaa taistelua hyökkääjää vastaan. Sodan kauheus välittyy ukrainalaisten hädän kautta. Päättäjät myös täällä ovat yllättäen joutuneet kohtaamaan sotilaallisen liittoutumattomuuden kysymyksen. Täna keväänä Eduskunta tulee käsittelemään, lunastako Suomi nyt kauan puhutun ja ylläpidetyn NATO-option.

Koronan ja Ukrainan sodan lisäksi erityisesti monia nuoria on jo pidempään mietittänyt ja osaa jopa syvästi ahdistanut ilmastonmuutos ja siihen vastaaminen. Koronan, sodan ja ilmastokriisin keskellä ihmisiltä kysytään luottamusta.

Kuinka kokea elämässään luottamusta, kun kokee jotain poikkeuksellisen järkyttävää? Kuinka luoda luottamuksen ilmapiiriä, kun entistä yllättävämpiä globaaleja haasteita tulee vastaan?

Päättäjänä pyrin toimimaan niin, että ihmisillä olisi luottamusta yhteiskuntaan sekä lainsäädännön toimivuuteen ja tasa-arvoon. Ihmisten ta-

paamisissa kohtaamme kuitenkin paljon ennen kaikkea henkilökohtaisia vastoinkäymisiä kohdanneita. Usein lainsäädännön ongelmat tulevatkin esiin onnettomiin ja surullisten tapahtumaketjujen seurauksena.

Kun globaalit kriisit tuntuvat menevän yli ymmärryksen ja henkilökohtaisen elämän vastoinkäymiset tuntuvat kohtuuttomilta, miettinee jokainen, mistä ihmeestä löytää luottamusta huomiseen. Että asiat voisivatkin mennä parempaan eikä huonompaan suuntaan.

Silloin minä mietin yleensä historian pitkää perspektiiviä. Elämämme on kuitenkin paljon vauraampaa kuin esivanhempiemme elämä, kaikista haasteista huolimatta. Koemme uusia ongelmia, mutta teknologia ja kehitys ovat auttaneet meitä jatkuvasti. Näin tulee olemaan myös jatkossa, siihen luotan.

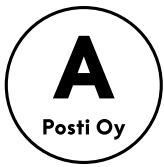
Loppuviimein luottamus on pieniä asioita. Luottaa, että elämä kantaa suruista ja murheista huolimatta. Synkimmistäkin vastoinkäymisistä voi selvitä, vaikka se vie aikaa ja voi jättää syvät tai ikuiset jäljet.

Sodan, kuoleman ja sairauden keskellä muut murheet vaikuttavat pienemmiltä. Ne asettuvat niille kuuluvaan mittasuhteeseen. Sen haluan sanoa myös lukijoillemme. Vanha kansanviisaus, jota myös poliitikot ovat viljelleet, pätee edelleen: ”Katso taaksepäin, kiitä. Katso eteenpäin, luota. Katso ylöspäin, usko.”

Luottamusta tulevaan!

*Kirjoittaja on kansanedustaja.*





Posti Green

# Eläviä sanoja

*Myrskyävä meri  
tahtoo kertoa:  
Aallon harjaan nouse.  
Ole rohkea.*

*Sinussa on voimaa  
esteet ylittää,  
kärsivällisyyttä  
kaiken kestävää.*

*Jäkälä ja sammal  
matalalla niin  
kannustavat hiljaa:  
Usko unelmiin.  
Tuuli viestin antaa:  
Kulje luottaen.  
Löydät oman tiesi  
ainutlaatuisen.*

ANNA-MARI KASKINEN:  
Tänään kaikki kaunis  
(Kirjapaja 2018)



*Valkonauha Suomessa: vastuuta sinusta ja minusta vuodesta 1896*