



Katajaiset



Suomi Seura Katajaiset

Seuralehti

2023 /1 Västerås

Uusi vuosi

Uudet suunnitelmat

Yhteisapelillä se sujuu

Hankiaisten aikaa



Meidän talvi tammikuulla

Sivu 1	Talvi ja lumi	Sivu 2	Tietoa ja Pääkirjoitus
Sivu 3	Kunta info, Lääketiede	Sivu 4	Eläkeläispäivät
Sivu 5	Hauska sivu	Sivu 6	Kunnon talvi
Sivu 7	Katajaisten toiminnot	Sivu 8	Vuosikokoukset

Tietoa

Suomi Seura Katajaisten oma kotisivu netissä
www.katajaiset.se

Ajankohtaista, johtokunta, tietoa nyt ja ennen, tapahtumakalenteri, historiikki. Sieltä löytyy myös tämä lehti sekä lehden aikaisemmat numerot ja vuosien takaiset sekä uudet kuvakansiot.

Katajaisten facebook

- [finska föreningen katajaiset](#)

- [katajaiset](#)

sivuilta löydät ajankohtaiset kuvat, ilmoitukset, kutsut ja muut tiedotteet.

Konttori

Suomitupa, puhelin 021-122208
eposti: kontoret.katajaiset@telia.com

Aukioloajat

Maanantai ja torstai klo 11.00 – 14.00

Lehden toimitus

Reportteri, Toivo Hoffrén, puh. 073-0302712
eposti: toivohoffren@gmail.com
Lehti ilmestyy digitaalisena netissä, mutta Suomituvalla löytyy paperiversioita.

Vuoden 2023 Jäsenmaksut:

Nuoret aikuiset 18-25v 70 kr,
Aikuiskortti 170 kr
Yksinhuoltajakortti 170 kr (yksi aikuinen ja lapset alle 18v samassa osoitteessa),
Perhekortti 340 kr (kaksi aikuista ja lapset alle 18v samassa osoitteessa)
Maksa: Pg 691713-2. Kirjoita henkilötiedot sekä ”Katajaiset jäsenmaksu 2023”

Katajaisten Suomitupa

Norra Lövuddenilla.
Osoite : Johannisberg 13, 72591 Västerås

Svenska

Katajaiset tidningen är skriven på finska.
Vill du ha information om vårt verksamhet?
Gå till:
Finska Föreningen Katajaiset hemsida.
www.katajaiset.se .
Fråga gärna gruppledaren, ring till kontoret eller besök Suomitupa.

Pääkirjoitus

Joulukuun alussa ja jo marraskuun lopulla vietimme monet joulujuhlat Suomituvalla ja yhdet juhlat Västeråsin linnassa. Joulumyyjäisissä oli tohinaa ja ovella pitkät jonot. Vanhan ajan herkut ovat mieleistä ruokaa joulun aikaan.

Kun joulu, uusi vuosi ja loppiainen olivat menneet, aloimme jo kaipaamaan seuratoiminnan antamaa yhdessäoloa. Vuodet kuluvat ja me ajan myötä. Yhdessäolon tarve vain kasvaa ikääntyessä ja sitä me joudumme kukin itse etsimään ja olemaan porukoissa.

Johtokunnat kokoontuvat vuosikokouksiin heti tämän lehden ilmestyttyä. Siellä kuulos-
taa hyvältä. Kuitenkin on tärkeää heittää roskikseen negatiiviset ajatukset ja elää ajan hermolla. Seuramme jäsenet ovat taas vanhentuneet edellisestä kokouksesta ja voimat vähenee toisia lohduttaessa. Tee sen minkä jaksat ja me ollaan iloisia avustasi.

Kevät aurinko sulattaa marraskuulla tullutta routakerrosta, kivet etsivät paikkaansa maanpinnassa ja rapa roiskuu sorateillä. Kevät on kuitenkin paras vuodenaika ja ulos tekee mieli vaikka vastatuuleen kävelemään.

Huuhtikuulla lähdemme RSE kulttuuriristeilylle Helsinkiin. Sinne on varattu 600 paikkaa. Nämä kevään ja syksyn risteilyt ovat suomalaisten tärkeä tapaamistapahtuma. Kesäsulien aikaan teemme monia yhden ja useamman päivän reissuja lähiympäristöön. Monista näistä tulee tieto Suomituvan ilmoitustaululle. Käy lukemassa.



**Viihtyisää
Kevättä**
*Toivo
Hoffrén*

Kunta informoi

Västeråsin kunta muistuttaa taas huijareista, joita vilisee netissä, puhelimessa ja ovella. Myös pankit varoittavat käyttäjiä ja antavat ohjeita huijausten välttämiseksi.

Nyt kun sairaskassa maksaa sähkölaskujen ylimenevän osuuden takaisin, niin huijarit yrittävät auttaa sinua saadakseen huijattua pankkitiedot haltuunsa.

Tietokone ja sen käyttö sujuu helpommin perjantaikerhossa. Siellä avitamme toisiamme ja annamme vihjeitä.

Mikaelinkirkko

Torstaisin
Klo 12 Päivähartaus
Klo 12-13.30
Soppalounas Café Mika

Usein suunnuntaisinkin

VARO!

Liukkaat jäätiköt
Huimaus ja tasapaino
Kiipeily tuolille
Suojaa itsesi
Pyydä apua
Ole porukassa

Tasapainoharjoituksia voi tehdä kotonakin. Kaikki liikkeet ovat hyväksi.

- Puristele pehmeitä palloja televisiota katsellessa.

- Seiso suorana ja nostele kantapäitä.

- Vaihda istuma-asentoa. Nojaa vasemmalle, oikealle, retkota, istu suorana.

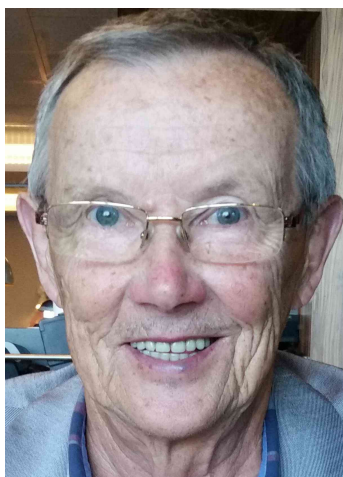
Kotonakin voi tippua, jos kiipeilee tuolille, pöydälle, tikkaille. Kunnan palkkaamat ”Arosfixarna” vaihtavat lamput ja verhotangot sekä kiipeävät vintille, ilmaiseksi.

Käytä kunnan tarjoamia apuja hyväksesi ajoissa ja säilytä terveytesi.

Läketiede

Kohtuus kaikessa. Kesä on ollut ja mennyt monen monta kertaa, mutta uusia on tulossa ja aurinkolomat ovat ajankohtaisia. Maaliskuulla aurinko lämmittää jo täällä Pohjolassakin. Läketiede on tutkinut menneitä aikoja ja todennut auringon tärkeyden ihmisen terveydelle.

Se on jopa pitkän iän arvoitus. Auringosta saamme päivittäisen D-vitamiini tarpeemme. Aurinkovoiteet ovat enempi vaaraksi, kuin turvaksi. Rasvan peittämä iho altistuu yhtä paljon auringon säteille, mutta on vaikeampi huomata palaminen ajoissa.



Kun saat liian vähän aurinkoa ihoosi, altistut monenlaisille sairauksille. Syöpäriski nousee 40%, verisuoni- ja sydäntaudit lisääntyvät.



Terveellisintä on saada aurinkoa läpi vuoden ja pitää itsensä terveellisen ruskeana. Silloin saat oikean määrän auringon antamaa terveyttä ja pysyt parhaiten terveenä.



Liika aurinko polttaa ihoa ja vaalea väri kehittää suojaavaa ainetta, joka palaneella iholla saattaa aiheuttaa ihosyöpää. Iho palaa punaiseksi.

Eldankajärven jää

Tammikuun eläkeläispäivä



Laulettiin yhdessä ja naurettiin jutuille, mutta suurin osa ajasta kuunneltiin mielenkiinnolla Oili Tuomenojan esitystä "Eldankajärven jää". Moni on kuullut ja rallatellut osia laulusta senkummemmin tietämättä sen alkuperää. Nyt saatiin kuulla monen ihmeellisen sanan merkitys. Laitetaan mukaan sanat niin saadaan kotona harjoitella.



Reilut 40 henkeä oli paikanpäällä juhlimassa. Esityksen jälkeen saimme nauttia Näppärien johtokunnan järjestämästä ruokailusta ja arpajaisista.

Eldankajärven jää

on taakse jäänyttä elämää
On siellä nyt fossit ja Sassit
puomit ja passit juu
Korsuissa kamina
siellä pelataan nakkia raminaa
on meillä Fritzit ja Maxit
ja Petropamaxit juu
On täällä tallattu on maata vallattu
On täällä kuokittu ja täitä noukittu
On sota tuimaa
ei Juno pääätä huimaa
Pum pum pum patteri paukkuu
ja korohorot haukkuu juu

Läskiä lotinaa
ja peurampa pylyä ihanaa
on römpsässä käristetty
kiristetty vattahan varistettujuu
Ei hevosilla heiniä
vaan syövät ne tallissa seiiniä
on toisilla suolissa santaa
eikä tule lantaa juu
On täällä nopsittu on täällä
tapsittu laukaistu miinoja ja
annosviinoja
On eukkoa ikävä kun syö sitä
vitamiinipilleriä
mutta se kotiloma tyssää
kun roiskitahan ryssää juu

Kis-Kis-kukkulat on siellä
munat sekä makkarat
mutta se Muna kun se meni
niin se Makkara jäi vain juu
Röhössä on Tiltun tie
se kurasena murasena
Uhtualle vie
on täällä Bieloje- Tshirni-
ja Tschorneje-ozerot juu
Varjossa honkien on
lottakanttiini
sumppia keittävi
siell' lotta Lunkreeni
Voi pojat saamarini
nyt tuokaa naamarini
on tänne riukuja prykätty
on liukuja lykätty juu

Hyrynsalmi

Helmikuun juhlassa esiintyvät Eija ja Reijo Kinnunen. He laulavat yhdessä ja erikseen. Reijo pitää esitelmän Hyrynsalmen kunnasta ennen ja nyt. Reijo on syntynyt Hyrynsalmella ja vietti siellä lapsuutensa.



Tervavene lastissa



Tommi puukkoja



Tervahaudan teko

Hauska sivu

Jos et ole 50 ikävuoteen
mennessä kasvanut aikuiseksi...



...niin ei sen jälkeen enää kannata

Lapsukaiset

- Mummo tykkää lapsista,
koska hänellä ei ole kissoja.

- Vanhukset hoitavat
paremmin lapsia, koska he
ovat harjoitelleet monia
vuosia.



Pikku-Kalle

- Pikku-Kalle auttoi mummo-
aan peräpuikon laitossa.
Mummo pyllisti ja Kalle
kysyi: Laitetaanko ruskeeseen
vai syötetäänkö tolle kalkku-
nalle?



Lääkäri

- Mistä tunnistaa likinäköisen
gynekologin?
. Märkä nenänpää ja rillit
huurussa.

- Tunnelin päässä näkyvä valo
on säästösystistä sammutettu.



Ruotsalaiset

- Mitä Ruotsin armeijan
miehet tekevät tauolla?
. Imevät kessua.

- Ruotsalaiselta olympia-
voittajalta yllättävä temppu
. Luopuu kullistaan.



Pikku-Kalle osoitti sormellaan kadulla parittelevia
koiria ja kysyi, mitä eläimet tekevät.
Isä keksi nopean selityksen: Katsohan, tuo
takimmainen koira on varmaan loukannut
kypälänsä ja tuo etummainen koira yrittää auttaa ja
kantaa sitä.
Kalle tuumi: Voihan vittu, ihan kuin ihmiset! Heti,
kun yrittää auttaa jotakuta, niin joutuu nussituksi.



Kultahää?

Talvi

Millainen on sinun suosikki talvesi? Oliko se silloin lapsena vietetty, vai nyt kokemuksen kartuttua?



Vesihiihtoa ilman lunta ja jäätä

Odostatko aamuisia lumitöitä ja korkeita sähkölaskuja? Käveletkö mieluummin kuivalla polulla, kuin liukkaalla kadulla? Oli miten oli, mutta nyt on jo kevät ja aurinko meidän mieltämme valaisemassa.



Lumisateisen yön jälkeen



Lumipisarot kukkivat lumessakin



Lumiukko pystyyn ennen vesisadetta



Kuntoilua kotipihalla



Aurinko antaa vitamiineja

Katajaisten viikko ohjelma 2023

Maanantai

Kl 10:00 Tuppijaosto, Raimo Nyman

Kortinpeluuta ja jännitystä joka viikko

Kl 17:00 Voimistelu, Hannele Lemström

Terveystreeni liikkuamalla ja hyvillä neuvoilla

Tiistai

Kl 17:30 Mieskuoro, Helge Lillkull

Anne Blomgrenin ohjaamaa yhteislaulua

Keskiviikko

Kl 13:00 Askartelukerho, Pauliina Mäkinen

Kätevä kätiset saavat ihmeitä aikaan

Kl 18:00 Karaoke, parillisilla viikoilla

Tauno & Tauno laulattavat ja sanat kulkevat

Torstai

Kl 10:00 Tuppijaosto, Raimo Nyman

Jo toinen pelikerta koska innostusta löytyy

Kl 14:00 Senioritanssi, Pentti Niemelä

Ryhmätanssia Supikkaat jalassa

Perjantai

Kl 12:00 Näppärien juhlat, Teuvo Nevala

Eläkeläisten ohjelmallinen tapaaminen

(kuukauden viimeinen perjantai)

Kl 13:00 Kirjakerho, Toivo Hoffrén

Luetaan, kuullaan, seurustellaan ja kahvitellaan

Lauantai

Tilaussaunat

Seuraa www.katajaiset.se kotisivulta
”Toiminnot”. Siellä aina tuorein kalenteri.

Kaikki toiminnot Suomituvalla

Kevään 2023 tapahtumia

- 27/1 klo 12 Näppärien eläkeläispäivä. Eldankajärven jää / Oili Tuomenoja.
- 24/2 klo 12 Näppärien eläkeläispäivä. Hyrynsalmi / Reijo ja Eija Kinnunen.
- 24/2 Ruotsinsuomalaisen päivä myös Mikaelin kirkossa.
- 28/2 klo 13 Näppärien vuosikokous
- 4/3 klo 14 Katajaisten vuosikokous
- 31/3 klo 12 Näppärien eläkeläispäivä. Ohjelmaa, ruokailua ja arpajaiset.
- 2/4 Eduskuntavaalit. (Ruotsissa 120 000 suomen kasalaista)
- 24-26/4 RSE kulttuuriristeily Helsinkiin. Ilmoittautumislista seinällä.
- 28/4 klo 12 Näppärien eläkeläispäivä. Ohjelmaa, ruokailua ja arpajaiset.
- 14/5 Äitienpäivä yhdessä kirkon kanssa
- 18-20/5 RSKL liittokokous Helsinkiin.
- 3/6 Suomipäivä

Tulevaisuus

Ehdotuksia tulevasta toiminnasta:

Eläkeläispäivä on vain kerran kuussa. Järjestetäänkö sen tapainen yhdessäolo joka viikko tai joka toinen viikko?

Lauletaanko yhdessä Seppo Rannan tahtiin? Mikä päivä sopii parhaiten ja mitä sanovat jaostot aikataulun muutosta? Moni haluaisi sen alkavan klo 12 ja muistuttavan tämän hetkistä eläkeläispäivää ohjelmineen, lauluineen ja ruokailuineen.

Jos meitä on 42 osanottajaa ja heistä 6 järjestäjää, niin jokaiselle tulee järjestäminen kerran keväällä ja kerran syksyllä.

Kerro mielipiteesi ja ota yhteys Katajaisten johtokuntaan / huvitoimikuntaan.

Vuosikokoukset

Jo viime vuonna aloitimme tämän Ruotsin tavan mukaisen vuosikokouksen, joka pidetään kerran vuodessa kevään aikana. RSKL käytäntö on, että vuosikokoukset ovat valmiita ennen maaliskuun puoltaväliä.

Henkilövalintoja on tehty talven aikana ja johtokuntien paikat täyttyvät tasaiseen tahtiin. Monelle on tärkeää antaa ensin kieltävä vastaus vanhasta tottumuksesta. Kuinka sitä nyt väkisin voi tunkeutua. Tosin keski-ikä kasvaa joka vuosi ja alle eläkeiän jäseniä löytyy enää harvasta. Helpolta tuntuu tyrkyttää toisia toimintaan, mutta kun ajattelee heidän ikää niin huomaa samojen vuosien vanhentaneen häntäkin.	Näppärissä on seitsemän henkeä johtokunnassa ja heistä viisi on yli 80 vuotta. Niinhän se on tarkoituskin, että he ovat edeltäkäviöitä ja antavat esimerkkiä nuoremmille. Katajaisten johtokunta on kymmenkunta vuotta nuorempi, mutta jo heilläkin kokemus elämänmenosta riittää. Johtokunnissa istuminen on ruumiillisesti helppoa ja henkisen rasituksenkin voi rajoittaa rauhallisella esiintymisellä.	Suomitupa vaatii myös ruumiillista kuntoa sen ylläpitämiseksi. Onneksi meidän joukossa on joitakin hyväkuntoisia, jotka jaksavat touhuta halkovajassa, pihamaalla ja jopa katolla. Viime kesänä ilmestyi Suomituvan seiniin uusi väri ja tietenkin maalarit löytyivät jäsenten joukosta. Sisälläkin tapahtuu sellaista, joka jää huomaamatta. Roskat häviää lattialta, vessapaperirullat vaihtuvat, likaiset kahvikupit ja ruokalautaset ilmestyvät puhtaina pinoon.
---	---	--

Katajaisten Eläkeläisyhdistys

NÄPPÄRÄT

Vuosikokous

tiistaina 28/2 2023 klo 13.00 Suomituvalla.

Käsitellään

Tilinpäätös, toimintakertomus 2022
Talousarvio, toimintasuunnitelma 2024
Valitaan johtokunta tulevalle kaudelle
Sekä muut vuosikokousasiat

Tervetuloa!

Kaikki jäsenet mukaan

Pullakahvit kokouksen päätyttyä



Kuvissa Näppärin johtokunta 2022.

Sijja Tuuska on vaalivalmisteluvalokunnan puheenjohtaja. Hänelle voi tehdä ehdotuksia.

HUOMIO! LEVITÄ TIETOA

Suomi Seura Katajaisten

VUOSIKOKOUS

Lauantaina 4. maaliskuuta 2023,

klo 14.00

Jäsenkortit mukaan!

Toimintakertomukset 2022 ja toimintasuunnitelmat 2023-2024 jaostoilta! 1.3-22 mennessä!

Tarjoamme kokousedustajille pullakahvit!



Kokous on vuosikokous, jossa käsitellään vuoden -22 toimintakertomukset ja tilinpäätökset ja toimintasuunnitelmat vuosille 2023-2024

Suomi Seura Katajaiset, Norra Lövdens 725 91 Västerås, Tel. 021-12 22 08

www.katajaiset.se kontoret.katajaiset@telia.com