

MESSUKYLÄN SEURAKUNNAN SENIORIKIRJE LOKA-MARRASKUU

Maan muokkasimme, veimme
sen multa siemenen.

Työn toivossa me teimme
ja Luojaa rukoillen.

Soi hiljaisesti tuuli ja laiho kohosi.

Näin Herra pyynnöt kuuli
ja viljan kasvatti.

Hän maahan sateen heitti,
soi loistaa auringon,
maan siunaukseen peitti.

Hän Isä, luoja on.
Se siunaus näin siirtyi
peltoomme, leipäämme,
ja Herran hyvyys piirtyi
jokaiseen päiväämme.

On täynnä lahjojasi
kätesi, Jumala.

Soi syksy kiitostasi
maan kaiken kasvusta.
Nyt kiittää sydämemme,
kun meitä rakastat,
suot toivon elääksemme
ja hoivaat, johdatat.

(v 575: 1,2,4)

**Senioripäivät ei kokoonnu 14.10 Kaukajärvellä, 15.10.
Linnainmaalla eikä 16.10. Kämmenniemessä. Syysloma!**

Uusi pappapiiri Kaukajärvellä

Keskusteluryhmä eläkeikäisille miehille torstaisin klo 13 kerran
kuussa: 10.10., 7.11., 5.12. Seurakuntatila Kauksun Kulma

Kahvia, Sanaa ja Siionin kannelta

Yhteislauuillat torstaina 24.10 ja 21.11. klo 17.30 -19
Kauksun Kulma, Keskisenkatu 5 Kahvitarjoilu. Kolehti lähetystyön
tukemiseksi. Lähetysyhdistys ELY ja Messukylän seurakunta

Seniorityön diakonit ovat sinua varten. Ota yhteyttä rohkeasti.
Arja Hilliaho 040 8048 624, Janne Kankainen 050 560 8361, Jyrki
Pikkarainen 050 3262 388 tai yhteinen nro 03 219 0009. |

www.tampereenseurakunnat.fi/meseniorit

Sannan runon myötä toivotan sinulle Taivaan Isän sopivasti
siunaamaa toivontäyteistä syksyä! *Arja Hilliaho*

*Toivo elää minussa ja rukouksin kantaa,
toivo elää minussa ja voimaa mulle antaa.
Luonani on öin ja päivin, turvan saan mä tässä,
oi jos mulle onnen hetket täytyis elämässä.
Jos ei mulla toivoa oisi, kuka silloin lohdun toisi,
auttaisi mua jaksamaan, päivissäni kasvamaan?
Kiitos Taivaan Isä tästä kiitos koko elämästä.
Anna minun tietää tää, yksin en mä koskaan jää.
Sanna Laine-Sinisalo*

IHMEITÄ ELÄMÄNPOLULLA – EVA-PAPIN AJATUKSIA

Mielestäni yksi koskettavampia psalmeja on psalmi 139. Se kuvastaa kauniisti elämän ihmettä. Sitä, miten itse Kaikkivaltias Jumala on muovannut meistä jokaisen sekä tuntee meidät ja elämämme läpikotaisin. ”Minä olen ihme, suuri ihme, ja kiitän sinua siitä.” Ei ihmekään, että vanhemmat usein haluavat lukea kyseisen psalmin nimenomaan kastejuhlassa. Juuri tällaisin ajatuksin usein kasteessa ollaan pienen lapsen ympärillä.

Olen aina pitänyt lasten ja perheiden parissa työskentelystä. Olenkin opiskellut teologian lisäksi varhaiskasvatuksen opettajan opintoja ja tehnyt töitä päiväkodissa ja lastenkerhoissa. Pappisvihkimyksen sain keväällä 2023, jonka jälkeen toimin aluksi vuoden verran Vesilahden seurakunnassa kasvatuksen pappina. Tämän vuoden huhtikuussa puolestaan aloitin täällä Messukylän seurakunnassa lapsi- ja perhetyön pappina.

Lasten ja perheiden parissa työskennellessä yksi kauneimpia asioita on nähdä rakkaus ja ilo vanhemmissa näiden katsoessa lastaan ja tämän touhuja. Minusta on ihana seurata etenkin ensivanhempien riemua esikoisestaan. Kaikki on vielä uutta ja ihmeellistä. Ainutlaatuinen vaihe halutaan usein tallentaa muistiin, jotta myöhemminkin useiden vuosien jälkeen voisi palata näihin kauniisiin, ainutlaatuisiin hetkiin. Vauvakirjaan pystyy kätevästi kirjoittamaan ylös erilaiset merkkipaalut vauvavuodesta, milloin vauva teki mitäkin ensimmäisen kerran, ja muut ihanat hetket matkan varrella.

Merkittäviä käännekohtia meille jokaiselle tulee vastaan eri elämänvaiheissa. Asioita, jotka muokkaavat elämämme suuntaa ja kasvattavat meitä ihmisinä. Muistelu hyödyttää monella tapaa. Menneisyyttämme tarkastellessa voimme oppia itsestämme. Mitkä asiat ovat olleet minulle tärkeitä, entä mitkä asiat ovat tärkeitä nyt? Mistä olen kiitollinen? Mikä olisi saanut jäädä kokematta? Voinko oppia siitä jotain? Toisinaan on myös niin, että vaikka asiat eivät ole aikanaan menneet niin kuin olisi toivonut, taaksepäin katsottaessa saattaa löytää sellaisia polkuja, jotka ovat lopulta johtaneet myös johonkin odottamattomaan hyvään. Mitkä asiat omassa elämässäsi ovat tärkeitä merkkihetkiä osana elämänpolkuasi? Entä hengellisessä elämässä, uskon polulla?

Kuten vanhemmillamme ja meillä itsellämme, myös Jumalalla on monia unelmia ja suunnitelmia elämämme varalle. ”Kuinka ylivoimaisia ovatkaan sinun suunnitelmasi, Jumala, kuinka valtava onkaan niiden määrä! Jos yritän niitä laskea, niitä on enemmän kuin on hiekanjyviä. Minä lopetan, mutta tiedän: sinä olet kanssani.” (Ps.139:17-18)

Mitä tahansa omalla elämänpolullasi onkaan tapahtunut ja tulee tapahtumaan, voit olla varma: Jumala katsoo sinua rakkaudella ja kulkee kanssasi eilen, tänään ja huomenna.

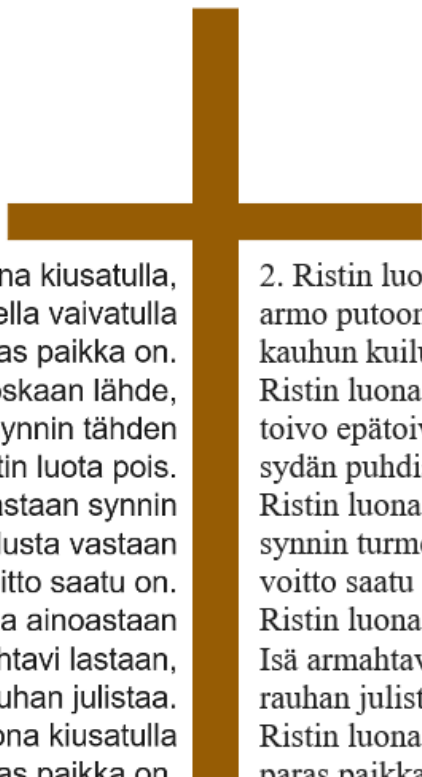
Eva Rosengrén-Bancsi



1 *Jussin jutut*

Soittelulinja on toiminut ystävälleni Ahtille. Hän korosti monesti, että jos käyn Raahessa niin yöpymis- ja kyläilypaikka on heillä. Kesäkuun lopulla oli kaimani muistotilaisuudessa käynti. Niinpä sain samalla nauttia *Marketta (Marke) ja Ahti Väisäsellä* kodin lämpöä ja ystävällisyyttä sekä jututtaa heitä. – Marke korosti, ettei heitä saa kehua. kaikki on armoa ja Jumalan lahjaa.

Ahtin ja Marken tervehdys Raahesta sinulle, hyvä lukija, Erkki Lemisen puhuttelevin sanoin (Ahtin mielilauluja):



1. Ristin luona kiusatulla,
langenneella vaivatulla
paras paikka on, paras paikka on.
Siksi älä koskaan lähde,
älä minkään synnin tähden
ristin luota pois, ristin luota pois.
Ristin luona ainoastaan synnin
turmelmasta vastaan
voitto saatu on.
Ristin luona ainoastaan
Isä armahtavi lastaan,
rauhan julistaa, rauhan julistaa.
Ristin luona kiusatulla
paras paikka on.

2. Ristin luona pohja kestää,
armo putoomasta estää
kauhun kuiluihin, kauhun kuiluihin.
Ristin luona lepo koittaa,
toivo epätoivon voittaa,
sydän puhdistuu, sydän puhdistuu.
Ristin luona ainoastaan
synnin turmelusta vastaan
voitto saatu on.
Ristin luona ainoastaan
Isä armahtavi lastaan,
rauhan julistaa, rauhan julistaa.
Ristin luona kiusatulla
paras paikka on.

Temperamenttinen lapsityönjohtaja Marke(tta) Väisänen 2

Marke on lappajärveläisen maatalousyrittäjän tyttäriä. Tilan kehittäminen kulki lehmikarjasta porsastuotantoon ja lopuksi minkki- ja ketutarhaajiksi. Vilkas tyttö kävi Kauhavan hengellisillä nuorten kesäpäivillä. ”Siellä oli hauskaa.” Seuraavana vuonna Marke osallistui jälleen. 14-vuotias kuunteli sanaa ja totesi: ”Minunhan on tehtävä parannus!” Kuuntelijaksi ja keskustelijaksi hän sai sattumoisin saman pitäjän tytön. Synniksi koetut Marke kertoi tälle ja sitten koki taivaallisen anteeksisaannin ilon: ”Tulin siellä uskoon. Mun elämä muuttui”,

Mitä sitten keskikoulun jälkeen, Marke mietiskeli. Kaksi henkilöä ehdotteli nuorisonohjaajaksi opiskelemista. Evankelista *Eemeli Nyssölän* suosittamana hän pääsi 17-vuotiaana Raamattuopiston peruskurssille ja siitä edelleen jatkoi nuorisonohjaajaksi. Joitakin viransijaisuuksia hän hoiti. ”Olin siihen tehtävään liian kiltti ja pehmo”, Marke arvioi, mutta sitten hän näki ilmoituksen ja: ”Tuonne minä haluan”. Järvenpäässä nimittäin alkoi lapsityönohjaajakoulutus. Hän erikoistui siellä, hoiti lastenohjaajan sijaisuuksia Raahessa ja välillä pyöräytti kullannuppunsa, kolme tytärtä. Kymmenen vuoden jälkeen avautui mieluisa lapsityönohjaajan paikka. Siihen Marke pääsi. Myöhemmin hänet valittiin lapsityönjohtajaksi. Keväisin lastenleireille osallistui viitisensataa lasta ja vanhempien kera lukumäärä tuplaantui. Se oli ihmeellistä aikaa. Kaupungin päiväkoteihin alettiin pyytämään. ”Minulla oli hyvä esimies *Silvolan Kalevi* (kirkkoherra)”, Marke tuumii.

Marke on kaunistanut kotia kukkasilla. Samoin ikkunasta avautuu muita istutuksia, pientä puutarhaa ja puusto. Aamukahvipöytään on ilmestynyt monensorttista tarjottavaa.



3 Vaatimaton monitaituri, nuorisonohjaaja Ahti Väisänen

Ahti on Puolangan poikia. Hän kävi keskikoulun. Kiinnitin huomiota maalauksiin, joissa tekijänä oli A. Väisänen. Harrastus käynnistyi jo koulupoikana. Kansakouluaikana Ahti henkisissä kilpailuissa jonakin vuonna sai lyijykynätoista, vesivärimaalauksista ja laulusta ensimmäiset palkinnot. Tekipä hän myös intiaanikanootin ja kitarahankinnan jälkeen opetteli soittamaan. Aluksi helluntaievankelistasta *Aino Linna* piirsi kolmeen lauluun soinnut.

Itseoppiva Ahti ei halunnut näyttää keskeneräisiä töitään. Siksi hän harrasti öisin.

Armeija-aikana Ahti tuli tapaamaan veljeään Tampereella. Kristillisessä opiskelijajuhlissa Kalevan kirkolla Ahti aisti, että näillä nuorilla on jotakin, mitä häneltä puuttuu. Asia jäi muhimaan ja kotonaan myöhemmin ruokaillessa hän koki uskon Jeesukseen ja syntien anteeksiantoon Jeesuksen sovitus-työn tähden.

Isä oli ajatellut Ahtista tilan jatkajaa. Kuitenkin sisäinen polte hengelliseen työhön sai lähtemään ohrapelloilta pyrkimään Raamattukouluun. Liian kallis koulu ja paluu ohrapelloille. Sitten oli Raamattuopistolta kaksi julistusvierailijaa Puolangalla. Ahti jutteli heidän kanssaan opiskelumahdollisuudesta Raamattuopistolla. Sinne! Kursi oli alkanut, mutta *Eemeli Nyysölän* avulla Ahti pääsi mukaan.

Rovaniemen, Tornion ja Raahessa Saloisten seurakunnat ovat olleet Ahtin työalueita nuorisonohjaajana. Raahen aika oli siunauksellista. Eritoten Ahti ja *Pekka-pappi (Nuutinen)* pitivät nuorten seuroja vuoronperään Saloisissa ja Raahessa. Musiikkia, puheita, todistuksia. ”Haluaako joku antaa elämänsä Jeesukselle?” ja siihen liittyviä keskusteluja ja rukousta. Nuorisoherätystä oli ja yhteishenki oli voimana ulottuen myös Pattijoelle. Keskeistä Ahtin työssä on ollut raamattu-



piirin pito. Nuoret ottivat opetukseen omakseen. Heitä oli mukana 4 paljon.

Työaikanaan Ahti halusi vaihtaa kuvioita. Hän opiskeli puuseppä-artsaaniksi. Kirpputorille Raamattuopistolta oli lähdössä Jugendkalusto. Väisäset ostivat sen halvalla ja Ahti kunnosti kaluston upeaksi. Entäpä kodin rakentaminen Puolangan puutavarasta, luku-pulpettien, kastepöytien, alttaripöydän tekemiset Raahen, Saloisten ja Pattijoen seurakunnan tiloihin.

Noin 15 vuodeksi Ahti palasi nuorisotyöhön. Eläkkeellä ollessa Ahti aikuisväestön tilaisuuksissa laulaa ja puhuu.

Marke ja Ahti tuovat toiminnoistaan kiitoksensa lahjojen antajalle, Jumalalle. Lahjat palvelevat lähimmäisiä ja tuovat iloa itselle. – Kulakin meillä on omat lahjamme!



Rakastunut pari

”Onpas siinä nätti tyttö”, totesi Ahti Raamattuopistossa ja kertoo: ”Se oli ihastumista ensi silmäyksellä. Jonkinlaista jallitustahan piti ujon maalaispojan käyttää ilmaistessaan kiinnostuksensa.” Marke puolestaan kuvaa: ”Kun menin kurssille, Ahti istui siellä ja rakastui heti. Minä en. Siinä syksyn aikana ihastuin ja rakastuin. Tuosta minä saan luotettavan miehen. Seurustelu alkoi ja mentiin salakihloihin. Toiset kiinnittivät huomion umpirakastuneeseen pariin ja joku tuumaili ”Kyllä tuo haihtuu!” Olemme kuitenkin yhtä rakastuneita edelleen”.

Kyllä vierailijakin totesi asian olevan, kuten Marke sanoi.

Tytärten myötä on tullut poikia, vävyjä, sekä lapsenlapsia, jotka ovat appi- ja isovanhemmille mieluisia.

Koti on viihtyisä joka kohtaansa myöten ja saatu tontista ja tarvikkeista alkaen rakennetuksi ja sisustetuksi edullisesti. Parin käden jälki näkyä ja mikäs on viihtyessä.

Pysytään pystyssä! [Kaatumatta kotona - Kotitapaturma.fi](https://www.kaatumatta.fi)

Syys on jo pitkällä ja talviaikaan liikunta jää helposti vähäisemmäksi. Säännöllinen liikunta - itsellenikin tämän tekstin tarkoitan - auttaa kuitenkin monen muun hyödyn lisäksi säilyttämään toimintakykyä ja ehkäisemään kaatumisia. Kun lihakset ovat kunnossa, on helpompi pysyä pystyssä niin ulkona kuin sisätiloissa. Jokapäiväinen arkiliikunta auttaa myös toimintakyvyn ylläpitämisessä.

Kaatumistapaturma voi olla käännekohta, joka johtaa toimintakyvyn heikkenemiseen tai itsenäisen elämän vaikeutumiseen. Kaatuilu ei kuulu normaaliin ikääntymiseen. Kaatumistapaturmat ovat yllättäviä, mutta niitä voidaan ehkäistä. Tärkeintä on tunnistaa tapaturmavaaraa aiheuttavat yksilölliset tekijät ja vähentää niiden vaikutusta.

Monipuolinen ja riittävästi proteiinia sisältävä ravinto on myös tärkeää toimintakyvyn ylläpidon ja kaatumisten ehkäisyn kannalta. Luuston kannalta on tärkeää saada riittävästi D-vitamiinia ja kalsiumia. D-vitamiinilla on todettu lisäksi myönteisiä vaikutuksia lihaksiin.

Kaatumisen ei tarvitse murtaa luita, jotta tapaturma vaikuttaisi arjesta selviytymiseen. Kaatumisesta voi aiheutua myös kipua, jonka vuoksi itselle mieluisa harrastus jää pois kuin huomaamatta.

Terveen luun tulisi kestää kompastumisesta johtuvan kaatumisen seuraukset. Esimerkiksi rannemurtuma voi olla varoitusmerkki osteoporoosista.

Kaatumisia voi ja on tärkeää ehkäistä. Seuraavalla aukeamalla on pilke silmäkulmassa tehty tarkistuslista. Tutustu muistilistaan ja laita vinkit takataskuun. Huom! Tyhjennä taskut ennen pesua.

Muista ainakin nämä:

- Hoida mahdolliset sairaudet ja varmista lääkitysten ajantasaisuus ja yhteensopivuus. Älä lainaa naapurin lääkkeitä.
- Vahvista lihasvoimaasi ja haasta tasapainoasi. Muistathan, että harjoittelua ei kannata aloittaa voimailukisoissa.
- Nuku hyvin. Poista tarvittaessa kuorsaava puoliso huoneesta.
- Huolehdi hyvästä näkökyvystä ja käytä tarvittaessa laseja. Huomaathan, että optikon määräämät lasit toimivat litalaa paremmin.
- Kuivaa kastunut lattia välittömästi. Suihkussa voit toki käydä rauhassa ensin: kuivaa siis lattia sen jälkeen, kun olet valmis. Käytä lattiankuivainta, rättiä tai vaikkapa pyykkiin menevää T-paitaa.
- Tarkistuta kuulosi, jos et kuule puhetta selvästi. Jos kuulohaasteet johtuvat valikoivasta kuulosta, siirry seuraavaan kohtaan.
- Jos käytät alkoholia, muista kohtuus. Kohtuukäyttö ei johda muistinmenetyksiin tai maailmanennätyksiin.
- Varmista, että sisällä on hyvä valaistus. Jos elät enemmän pimeässä, käytä pimeännäkölaseja. Otsalamppukin käy!
- Rakenna temppuradat kauas kulkuväyliltä.
- Syö monipuolisesti. Erilaisten suklaapatukoiden yhdistäminen ei takaa monipuolista ateriaa.
- Vältä kiirettä. Jos olet aina myöhässä, ole myöhässä ylpeästi.
- Käytä kenkiä, jotka istuvat jalkaan hyvin. Älä lainaa isojalan saappaita.

Pieni tapaturmatesti SPR:n sivulta [Arjen turvatunti \(sroppimateriaalit.fi\)](http://Arjen_turvatunti_(sroppimateriaalit.fi))

1. Mikä seuraavista väittämistä on totta?

- a) Tapaturmat ovat toiseksi yleisin kuolinsyy Suomessa
- b) Myrkytykset ovat yleisin tapaturmatyyppi
- c) Parhaiten tapaturmia voidaan ehkäistä kiinnittämällä huomiota omaan toimintaan

2. Tapaturmia sattuu eniten...

- a) Naisille
- b) Miehillä
- c) Lapsille

3. Kaatumiselle altistaa...

- a) Suuri painoindeksi
- b) Heikentynyt muisti
- c) Nuoruus
- d) Kiputila
- e) Liiallinen varovaisuus

4. Montako palovaroitinta tarvitaan 73 neliöiseen kerrostaloasuntoon?

- a) Yksi
- b) Kaksi yksi jokaista alkavaa 60 neliometriä kohden.
- c) Riippuu, kuinka monta huonetta asunnossa on

5. Mitkä myrkytyksiin liittyvät sanaparit kuuluvat yhteen?

Yleisin myrkytyksen aiheuttaja	Myrkytystieto- keskus
Myrkytyksen ensiavussa tärkeä apu	Lukollinen lääkekaappi
Lääkkeiden säilytyspaikka	Alkoholi

W	E	R	E	T	U	S	Y	E	T	D	O
I	N	O	H	I	O	M	P	O	U	E	I
H	S	R	U	P	T	U	T	R	T	F	N
T	I	T	U	A	E	R	R	S	T	I	S
T	A	H	A	I	S	T	D	O	R	B	U
S	P	G	J	N	K	U	L	K	U	R	L
A	U	R	A	E	R	M	T	K	T	I	I
S	L	A	A	S	T	A	R	I	I	L	I
R	A	T	E	I	A	S	V	N	U	L	N
E	U	N	I	D	Y	T	E	R	M	A	I
R	K	T	B	E	N	S	A	E	T	A	S
Y	K	Y	L	K	I	A	S	E	N	T	O
U	U	T	E	M	N	B	T	R	W	T	K
V	P	A	L	E	L	T	U	M	A	O	K
H	Ä	T	Ä	P	U	H	E	L	U	R	I
F	T	L	Ä	O	R	X	S	A	D	I	R

PYSTYSUORAAN: tärkeä tavara autossa, suurissa verenvuodoissa käytettävä, kaatumisen seurauksena voi olla, vakava verenkiertohäiriö, sydämenpysähdyksessä apu, tilassa verensokeri laskee liian alas

VAAKASUORAAN: pikku vammoissa hyvä, tajuttomalle hyvä asento, kylmän aiheuttama vamma, tärkeintä onnettomuuspaikalla

Vastaukset tapaturmatestiin: 1c, 2b (80%), 3b,d,e, 4b(yksi palovaroitin jokaista alkavaa 60 neliometriä kohden)