

# Luonto hoivaa, hoitaa ja tuo voimaa

– Pienetkin luontohetket ovat toimivia ja tuottavat hyvinvointivaikutuksia, jotka pystytään mittaamaan. Verenpaine laskee, stressinhallinta paranee, samoin vastustuskyky, nukkuu paremmin, saa uusia virikkeitä, tulee huomaamattaan liikkuneeksi enemmän. Luonnosta voi nauttia yksin tai yhdessä. Se riippuu omasta sosiaalisuudesta, kuvailee Vihreässä Veräjässä kehittäjänä työskentelevä **Miia Hesse**.

– Työmme on havahduttamista. Ihmiset pitävät jo melko hyvin luontotoimintaa yhtenä toimintamuotona. Toisaalta olemme huomanneet, että sote-alan järjestöissä on ammattilaisissakin epäilijöitä, jotka eivät miellä sitä toimintamuodoksi, joka on yhtä vaikuttavaa kuin muutkin menetelmät, toteaa kehittäjä **Minna Malin**.

– Onneksi osa työntekijöistä ymmärtää luontotoiminnan ammattilaisena työkaluna. Eli myös suunnitelmallisen luontotoiminnan avulla voidaan pyrkiä asiakaskohtaisiin tavoitteisiin.

## Vihreästä veräjästä luontokokemusten ääreen

Minuon on tehnyt vaikutuksen Vihreän Veräjän avoin ja käytännölläheinen ote sekä vankka asiantuntemus. Vihreä Veräjä on Sininauhaliiton luontolähtöistä hyvinvointitoimintaa. He sekä kouluttavat järjestöjä että järjestävät luontolähtöisiä vaikeissa elämäntilanteissa oleville.

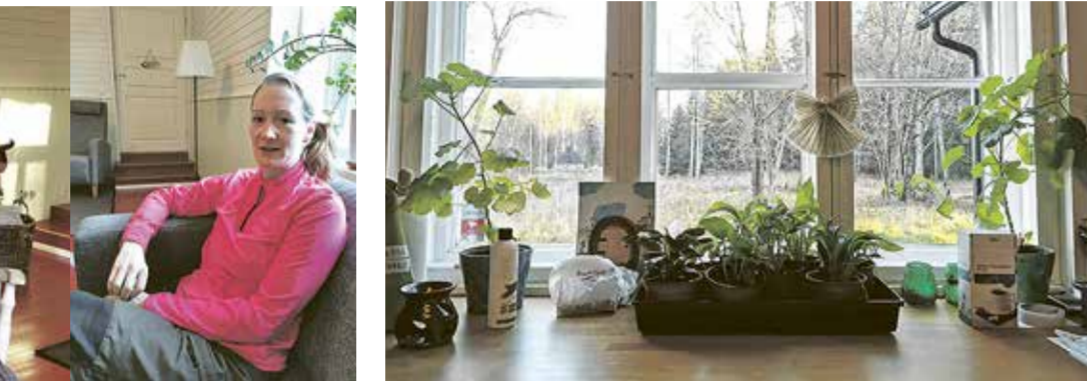


Miia Hesse ja Minna Malin.

Lisäksi he tarjoavat työkaluja, ideointipua ja tukea luontotoiminnan aloittamiseen ja toteuttamiseen. Heidän verkkosivuihinsa kannattaa tutustua, sillä siellä on esimerkiksi vuoden jokaiselle kuukaudelle askarteluoheja, jotka ovat vapaasti tulostettavissa.

Sininauhaliitto on valtakunnallinen noin 100 kristillisen järjestön keskusliitto. Vihreän Veräjän toiminta on valtakunnallista. Helsingissä heidän toimintansa keskittyy Vuosaaren Uutela sijaitsevalle Skatan tilalle. Tilalla asui ennen taiteilija **Miina Äkkijyrkkä**. Vihreä Veräjä aloitti siellä vuonna 2017. Talvikaudella he ovat Skatan tilalla noin kerran viikossa, muutoin Pasilan toimistolla tai maakuntaa kiertämässä.

– Olemme valtakunnallinen toimija. Järjestämme koulutuksia, tapahtumia ja muuta toimintaa täällä Uutelassa, mutta mielellämme kierrämme kouluttamassa myös maakunnissa. Teemme paljon yhteistyötä järjestöjen kanssa. Olemme tehneet yhteistyötä mm. Eläkeliiton, Vanhustyön keskusliiton ja SPR:n kanssa.



## Pieni on suurta ja passiivinen vaikuttava

Moni niistä merkityksellisistä luontokokemuksista, jotka ovat jääneet mieleemme, on pieni: savusaunan tuoksu ja polttavan kuivat lauteet pyllyn alla, kuivien heinien tuoksu ja niiden pistely hikiellä iholla, kaunis maisema ja hiljaisuus, iltaurinko ja vesilinnut laskeutumassa järvelle.

Luontokokemukset ovat meille suomalaisille niin arkinen asia, että pieniin luontolähtöisiin emme tule aina kiinnittäneeksi huomiota. Auttaisikohan, jos niistä pitäisi vaikka päiväkirjaa: katselin lintulaudalla touhuavia lintuja, kaivoin kastematoja,



valitsin parvekkeelle kukkia, kastuini raekurossa ja nukahdin pihakeinuun.

– Luontotoiminnan taustalla on paljon tutkittua tietoa sen vaikutuksesta hyvinvointiin. Luontolähtöisten ei tarvitse olla suuria ja pitkälle suunniteltuja. Viherkasvi ikkunalaudalla, näkymä keittiön ikkunasta, valokuva rakkaasta maisemasta tai ote- taan vaikka kahvit termariin ja mennään nauttimaan se viereiselle kalliolle, kuvailee Miia ja katselee keinutuolistaan syksyistä maisemaa.

– Myös passiivinen toiminta on vaikutuksellista. Pelkällä eläinten katsomisellakin on vaikutusta ihmisen hyvinvointiin: vaikkapa kanojen touhujen tarkkailu. Esimer-



kiksi Kennelliiton kaverikoirat tekevät vierailuja palvelutaloihin. Joissakin palvelutaloissa alkaa olla jo omiakin eläimiä.

## Luontolähtöisiä neljän seinän sisälle

– Ideoimme luontotoimintaa palvelutalojen henkilökunnan kanssa. Vastapöimit mustikat mukissa ovat ihania, mutta vielä ihanampaa oli, kun veinme syksyllä palvelutalon vanhuksille mustikanvarpuja mustikoineen. Asukkaat saivat itse irrotella mustikkansa. Se oli hyvää sormijumppaa. Vanhusten mieleen nousi muistoja menneistä mustikkaretkistä ja -saaliista. Varpuita tuoksuivat ja sormet



tahraantuivat. Mustikkatahrat sormissa pitivät tämän mustikkaretken muistot monta päivää tuoreina.

– Jo pelkät kasvien kuvat herättävät muistoja. Päätimme kokeilla kasviaiheista tietovisaa palvelutalossa. Veimme sinne sekä kasvien kuvia että oikeita kasveja. Muistoihin ja keskusteluihin nousivat vuosikymmenten takaiset, kesäiset kasvioiden kokoamisot. Asukkaat muistivat myös kasvien latinalaisia nimiä. Hyvin nopeasti heräsi kilpailuhenki. Minun oli alettava pitää kirjaa pisteistä ja lopuksi minun oli lähettävä etsimään heille kilpailupalkintoja, muistelee Minna hymyillen.

## Oppi kulkee kahteen suuntaan

– Vanhoilla ihmisillä on hurjasti tietotaitoa, joten me itse opimme koko ajan. Viimeisimmäksi opimme sen, että jos lisää lettutaikinaan perunajauhoja, niin letut saavat kauniit pitsireunat.

– Toinen hyvin mieleen jäänyt oppimiskokemus oli, kun menimme palvelutaloon koivunoksien kanssa. Suunnitelmanamme oli tehdä asukkaiden kanssa vihtoja.



He olivat hyvin toimintarajoitteisia, joten olimme otaneet mukaan nippusiteitä, jotta koivunoksien sitominen sujuisi helposti. Niinhän siinä kävi, että meidän näppäret nippusiteemme eivät heille kelvanneet. Asukkaat lähettivät minut pihalle hakemaan riippaköivun oksia, jotta vihdot saadaan sidottua oikeaoppisesti. Nyt minä osaan sitoa vihdot köivuvitsoilla, ainakin melkein oikein, myhäilee Minna.

– Tässä vihtaelämyksessä kävi vielä niin onnellisesti, että siivooja, joka sattui menemään ohii, huikkasi, että hän voi sitten siivota saunan. Niinpä asukkaat pääsivät vihtomaan omatekemillään vihtoilla.

– Oppimiskokemuksia nämä ovat olleet monesti myös palvelutalojen henkilökunnalle. Usein he ovat alussa vastahankaisia ja pelkäävät luontotoiminnan tuottavan lisää työtä. Kokeilujen jälkeen he usein huomaavat, kuinka asukkaiden virkeys ja omaisuus lisääntyvät. Se antaa henkilökunnalle hengähdystaukoja ja helpottaa muutenkin arkea.

## Vastarannan kiisketkin mukaan

– Kentällä kohtaamme aina tosi innostuneita, mutta myös vastarannan kiiskä, jotka dissaavat luontolähtöisen toiminnan pelkäksi puuhasteluksi, sanoo Miia ja vakavoituu hetkeksi.

– Luontotoiminta on kuitenkin ihan oikea työmenetelmä.



Se palvelee sekä asiakasta että työntekijää. Onneksi monet suostuvat kokeilemaan. He yllättyvät, kun huomaavat, että omaan työpäivään tulee mukavaa vaihtelua ja että luontolähtöinen toiminta vaikuttaa positiivisesti asukkaisiin.

– Vastahankaisuus tulee esiin vaikkapa siinä, että meille sanotaan, että minä en osaa kasvattaa kukkia. Sanomme, että ei se haittaa, opetelkaa yhdessä, olkaa samalla tasolla ja harjoitelkaa. Luonto yhdistää asukasta ja ohjaajaa, se on väylä uuteen. Työskentelyn aikana nousee esiin ihan uusia puolia itseltä ja muista.

## Pilottiprojekti käynnissä yhdeksän järjestön kanssa ja seuraavat haussa

– Autamme juurruttamaan luontotoiminnan osaksi yhdistysten toimintaa. Alussa kartoitimme heidän kanssaan, millaista luontotoimintaa heillä jo on, mutta jota ei sellaiseksi ole mielletty. He havahtuivat ja näkivät vahvemman oikeutuksen luontolähtöiselle toiminnalle, kun tulivat tietoisiksi sen monipuolisista vaikutuksista ihmisen hyvinvoinnille. Autamme järjestöjä prosessoimaan luontolähtöisen toiminnan suunnitelmalliseksi osaksi niiden jo olemassa olevaa toimintaa, kuvailee Miia tämän vuoden käynnissä olevia pilottiprojekteja.

– Haemme parhaillaan uusia järjestöjä osittain maksuttomaan prosessiin ensi vuodelle. Eli jos jotain järjestöä kiinnostaa aloittaa tai tehdä näkyvämmäksi luontotoimintaa omissa arjessaan, niin meihin päin

vain yhteyttä! hihkaisee Minna väliin ja sanoo kertovansa mielellään lisää yhteistyömahdollisuuksista.

Minna Malin, puh. 050 432 8994, minna.malin@sininauha.fi  
www.bit.ly/sininauha\_luonto

## Luonto on joustava kumppani

– Tärkeää on huomata, että yksi ja sama ei sovi kaikille. Meillä oli asiakas, mielen-terveyskuntoutuja, joka oli hyvin sulkeutunut eikä katsonut silmiin. Saimme tietää, että hän pitää työstä, jossa saisi käyttää voimaa ja hikoilla. Sellaista työtä järjestimme ja työn tuoksinassa hän katsoi meitä silmiin, muistelee Miia ylpeyttä äänessään.

– Meillä on tilan läheisyydessä Helsingin kaupungin omistama kota. Voimme varata sinne vuoroja ympäri vuoden, mutta eniten sitä käytetään syksyisin ja keväisin. Eli jos järjestämme täällä koulutuksen, niin voimme vaikka kahvitella ja paistaa makkaraa kodassa. Verkkosivuillemme on vapaasti ladattavissa valmiita aineistoja kerhotoiminnassa hyödynnettäväksi. Ympäri vuoden me liikumme koko Suomessa ja opastamme järjestöjä hyödyntämään luonnon hyvinvointivaikutuksia.

Teksti ja kuvat: Anneli Velho



Sininauhaliiton Vihreä Veräjä -toiminnassa käytetään Green Care -menetelmiä eli edistetään ihmisten hyvinvointia puutarhahoidon, elylyttävän luontoympäristön, eläinavusteisten menetelmien, kalastus- ja erätoiminnan, luontoon liittyvien kädentaitojen sekä maatilojen kuntouttavan käytön avulla.

## VIHREÄ VERÄJÄ:

### • Kehittää luontolähtöisen toiminnan menetelmiä.

Se tukee sote-järjestöjä ja pienempiä yhdistyksiä luontolähtöisen toiminnan aloittamisessa ja kehittämässä sekä valmentaa sote-järjestöjen työntekijöitä ja vapaaehtoisia.

• **Edistää luontolähtöistä toimintaa.** Se vie luontoon liittyvää harrastustoimintaa vaikeissa elämäntilanteissa olevien ulottuville. Asiakkaita ovat mm. lastensuojelu, aikuis- kuntoutajat, ikääntyneet, päihde- ja mielen-terveys-asiakkaat ja maahan- muuttajat.

• **Tekee yhteistyötä** Sininauhaliiton jäsenyhdistöjen lisäksi muiden sosiaali- ja terveysalan järjestöjen, mm. SPR:n, Niemikotisaatiön ja Pierpenheystyksen kanssa.

• **Tarjoaa kotisivuillaan runsaasti ideoita** tee-se-itse-ihmisen luontoprojekteihin, yhdistysten kerhotoimintaan tai vapaaehtoisuuteen. Siellä on esimerkiksi

Materiaalia vapaaehtoisille

- Materiaaleja ja linkkejä luontolähtöiseen vapaaehtoisuuteen
- Teeman mukaisia vinkkejä ja ideoita vuoden jokaiselle kuukaudelle
- Puutarhahoito & maatalia- ja eläinaktiviteetit toiminnan vuosikello
- Luonnonmateriaaleihin liittyvien kädentaitojen vuosikello
- Ikääntyneiden luontotoiminnan vuosikello
- Lasten ja perheiden luontotoiminnan vuosikello
- Kierätyksaiheinen luontotoiminnan vuosikello
- Materiaalia käytännön työhön
- Kalastuksen vuosikello

www.vihreaveraja.fi >  
Materiaalit & palvelut >  
Materiaalia luontoavusteisen toiminnan tueksi





**Jaksanko nousta  
sängystä, peseytyä,  
pukea päälle, aloittaa  
päivän touhut?**



# Omaishoitajan hätähuuto

Omaishoitajana ollaan kelon ympäri. Kuolema kurkii olkapäällä, paljon hätää ja turvattomuutta. Mielen päällä koko ajan raskas taakka kysymyksiä ja huolta:

- omasta jaksamisesta
- väkivaltatilanteista kotona
- työnohjauksen puutteesta
- vastuusta, jos jotain sattuu
- omasta mielenterveydestä
- omasta jaksamisesta
- vähistä verkostoista
- vertaiskeskusteluiden puutteesta
- jos on työssäkäyvä niin miten pärjää?

Alle 18-vuotiaan omaishoitaja kantaa huolta myös hoidettavan koulunkäynnistä, harrastuksista, opiskelusta ja ystävistä.

Pitäisi jaksaa selvittää: millaisia vaihtoehtoja on omaishoittoon omassa kunnassa tai kaupungissa, miten ja mistä haetaan omaishoidon tukea tai lakisääteisiä vapaapäiviä, missä omaishoidettava on hoitajan vapaapäivinä, kuka arvioi hoidon tarpeen? Mistä saa

apua, kun omaishoidettava kaatuu kotona?

Omaishoitaja voi joutua myös hoidettavan sukulaisten suurennuslasin alle. Eräs omaishoitaja ratkaisi asian niin, että hän kutsuu aina ambulanssin, kun hoidettava kaatuu pahasti. Silloin sattuneet vahingot kirjataan ja on helpompi selvittää tilanteet epäileväisille sukulaisille ja ystäville.

## Omaishoito on monelle vieras asia

Omaishoidon raskautta on vaikea mieltää, jos siitä ei ole omakohtaista kokemusta.

Kun omaishoitajan kello näyttää aamun koittaneen, niin takana voi olla huonosti nukuttu yö. Hoidettava on ehkä menettänyt unirytminsä ja on herännyt virkeänä puolilta öin käymään vessassa, tupakalla tai välipalalla.

Omaishoitajan ei auta muu kuin pysytellä hereillä ja valvoa, ettei tapahdu vahinkoja. Varsinkin kaatumiset pelottavat. Niiden selvittely vie helposti koko yön, kun on odo-

teltava turvapuuhelinpartiota tai ambulanssia.

Myös lääkityksen hoito askarruttaa. Olenko muistanut piilottaa dosetin, lääkeannostelijan, niin, että muistisairas tai lääkeriippuvainen läheinen ei saa niitä käsiinsä? Oma lukunsa on, miten vaihdan vaipat ja saan suihkutettua vastaanhangoittelevan hoidettavan sen jälkeen, kun hänelle on sattunut vahinko.

Missä välissä hoidan pyykit ja kuinka uskallan lähteä kauppaan ja jättää läheiseni hetkeksi yksin? Omaishoitajan arki on jatkuvaa hoidettavan valvomista ja tilanteiden ennakointia.

## Onko kaksi vapaapäivää kuukaudessa sopiva loma 24/7/365-työstä?

Monella omaishoitajalla ovat sosiaaliset suhteet kariutuneet, kun kotoa ei pääse lähtemään ja joissain tapauksissa kotiinkin on hankala kutsua vieraita. Miten hoidetaan suhteet muihin läheisiin ja sukulaisiin?

Virallinen sopimusomahoitaja on oikeutettu kahteen vapaapäivään kuukaudessa. Mutta kuinka hän voi ne käytännössä pitää? Mistä ja miten hän saa järjestettyä hoitopaikan tai sijaiset?

Onko kaksi vapaapäivää kuukaudessa ylipäättään sopiva loma työstä, jota omaishoitaja tekee 24 tuntia vuorokaudessa viikon jokaisena päivänä läpi vuoden?

Kaksi vapaapäivää kuukaudessa voivat hyvinkin mennä oman levon ja palautumisen sijasta hoidettavan asioita järjestellessä tai omissa lääkärikäynneissä.

## Omaishoidettavia on erilaisia

Omaishoitajien määrä on kasvanut viime vuosina tasaiseen tahtiin. Kun kaupungin kodinhoidossa on ongelmia tai resurssipulaa, niin ongelmat ajautuvat hoidettavan kotiin ja ne on pakko panna siellä balanssiin – tavalla tai toisella. Omaishoitaja joutuu, kun hoidettava on rakas ja läheinen. Tehdään, mitä

täytyy, vaikka ei enää olisi voimia ja jaksamista.

Omaishoitajan arki voi olla erilainen ja omaishoidettavia voi olla myös eri-ikäisiä esimerkiksi nuoria vammautuneita. Tehtävän sitovuuden ja yksinäisyyden kokemukset ovat kuitenkin yhteisiä kaikille omaishoitajille.

Vakavasti sairaana olevan potilaan tiedot ja tilanne ovat Omakannassa. Sitä voisi kehittää niin, että sen kautta voisi tehdä yhteistyötä, tarjota apua sekä kysyä omaishoitajan jaksamisesta.

## Omaishoitajan työ on saatava näkyväksi ja päättäjien tietoisuuteen!

Omaishoitajan palkkio on hyvin nimellinen. Sitä on voitava nostaa ja hoitajan hyvinvoinnista, koulutuksesta sekä vapaapäivien lisäämisestä on lähdettävä liikkeelle.

## Kaksi omaishoitajaa Myllypuron Eläkkeensajaat

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry  
www.polli.fi

## Yhteiskunta säästää puolitoista miljardia käytännössä vanhojen naisten työllä

Suomessa on Omaishoitajaliiton mukaan 350 000 omaishoitajaa, joista Kansallisen omaishoidon kehittämishelmajärjestön mukaan 60 000:n hoitotilanne on sitova ja vaativa. Laissa omaishoidon tuesta mukaisen sopimuksen kunnan kanssa tehneitä on vain 48 700. Heistä 70 prosenttia on naisia. Tyypillisesti sopimusohjauksella ovat yli 65-vuotiaita. He hoitavat yleensä puolisoaan ja yleisin hoidon syy on muistisairaus.

Omaishoidon tuella tehdyn hoitotyön laskennallinen arvo on noin kaksi miljardia, kun sitä verrataan omaishoidolle vaihtoehtoisin hoitomuotoihin. Omaishoidon tukeen sisältyvien hoitopalkkioiden ja palvelujen kustannukset ovat tuosta summasta neljännes eli 500 miljoonaa euroa vuodessa. Yhteiskunta säästää puolitoista miljardia käytännössä vanhojen naisten työllä.

Tilanne on arjen puurtajien näkökulmasta kohtuuton

## Tilanne on arjen puurtajien näkökulmasta kohtuuton

Laissa edellytetään omaishoitajalta hoitotyössä tarvittavaa terveyttä ja toimintakykyä. Tätä säädestä tulkitaan niin tiukasti, että valtaosa omaishoitajista tippuu

omaishoitolain edellyttämien palvelujen ulkopuolelle. 300 000 omaishoitajaa ei lain mukaan voi hoitaa omaistaan, vaikka se on heille arkipäivää. Kun edellä mainittuun sopimusohjauksen yhteiskunnalle tuomiin säästöihin lisätään kaikki omaishoitajat, puhutaan miljardeista euroista.

Omaishoitolain mukaan kunta järjestää sopimusomahoitajalle valmennusta ja koulutusta hoitotehtävissä. Kunta huolehtii omaishoitajan hyvinvointi- ja terveystarkastuksista sekä tukee hänen hyvinvointiaan ja hoitotehtäväänsä sosiaali-

ja terveyspalveluilla. Tilanne kuntien välillä vaihtelee, mutta pääsääntöisesti kunnat toimivat lain minimin mukaisesti.

## Myös sopimusohitajien palkkioilla on merkitystä

Kolmanneksella vanhuksista eläke on alle 1 250 euroa, naisista lähes viidennes joutuu elämään alle 1 250 eurolla kuukaudessa. Omaishoidon palkkio määritellään laissa. Se on 413,45 euroa kuukaudessa. Eräissä tilanteissa se voi olla tätä korkeampi.

Tilanne on kestävämpi, jos hoitajien, hoidettavien että kuntien näkökulmasta.

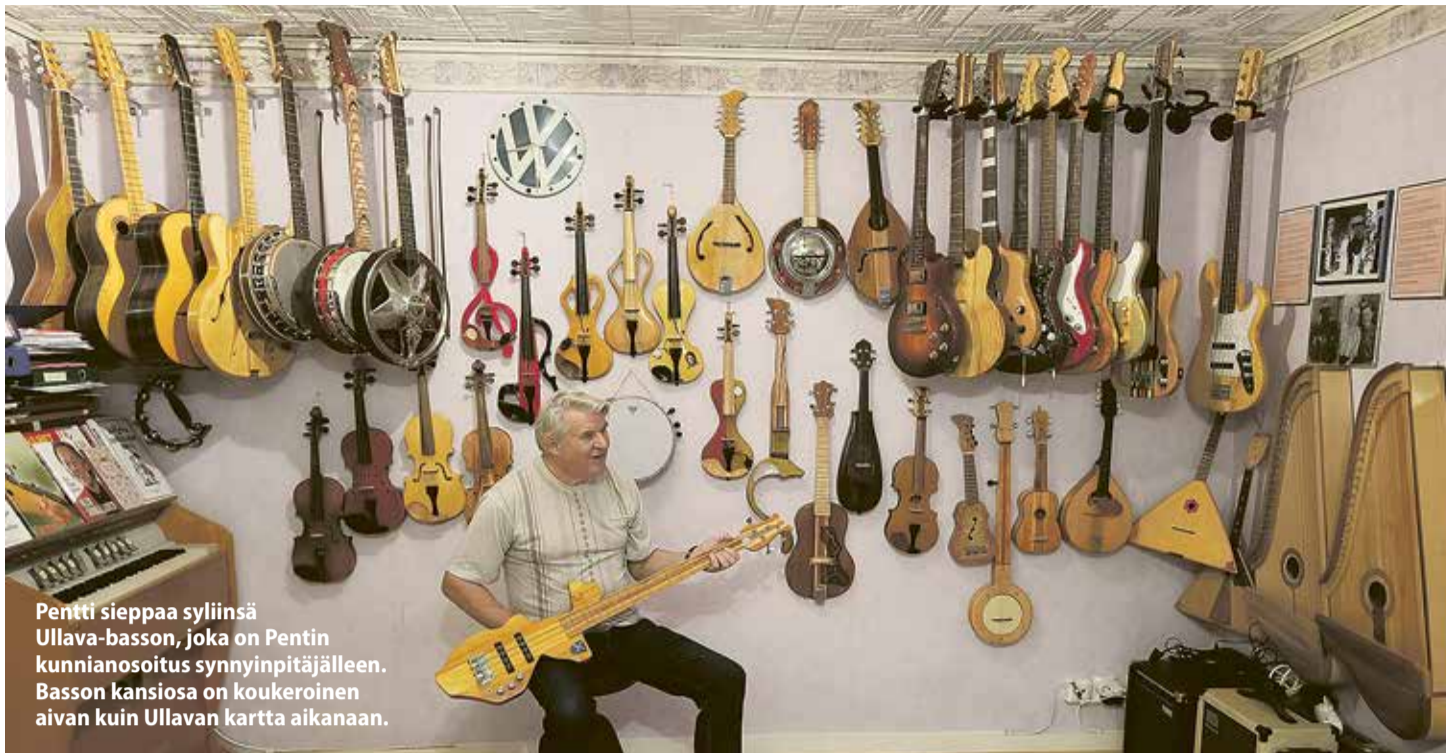
75-vuotiaiden osuus väestöstä kasvaa ja erityisesti nousee muistisairaiden lukumäärä.

On vaikea nähdä, että koulutettaisiin lisää tuhansia hoitajia ja muuta henkilökuntaa sekä perustettaisiin laitospaikkoja tarvetta vastaava määrä. Omaishoito tulee yhteiskunnalle entistä välttämättömämmäksi.

On kaikkien etu pitää huolta omaishoitajista ja hyväksyä jokainen tosiasiallisesti omaishoitajatyötä tekevä omaishoitajalain piiriin.

Jussi Särkelä,  
kaupunginvaltuutettu, Vantaa





Pentti sieppaa syyliinsä Ullava-basson, joka on Pentin kunnianosoitus synnyinpitäjälleen. Basson kansiosa on koukeroinen aivan kuin Ullavan kartta aikanaan.



Vaikka raskalaisperäinen sellakka kiiltää perinteisen akustisten viulun pinnassa, on Pentti löytänyt jalopuuta omasta metsästään: kanteen kuusta ja sivustoihin raitaa.

## Pentti Männistön sormista syntyä soittimia kuin pukinpajan liukuhihnalta

Kokkolan eläkkeensaajien puheenjohtaja Pentti Männistö voi hyvällä syyllä kutsua soitinten joulupukiksi. Pentti ei ole myynyt yhtäkään valmistamistaan soittimista. Hänen kotinsa seinälle on aseteltu kymmeniä erilaisia soittimia, mutta kaikki loput, yli 50 soittimesta, hän on lahjoittanut jouluna tai muina juhlapäivinä perillisille ja lähisukulaisille. Perillisinä on jälkipolvissa jo toistakymmentä. Heistä vanhin, 23-vuotias, on ammattimuusikko.

– Yksi poikkeus on: ukulelen lahjoitin presidentti Tarja Haloselle. Tästä lahjoituksesta sain muistoksi kiitoskortin Tarja Halosen ja Pentti Arajärven allekirjoituksin, ukulelen tekijä kertoo ja iloitsee silminnähdessä.

Pentti on 75-vuotias ja asuu Maija-vaimonsa kanssa Kokkolan keskustassa. Suurimman ajan

työelämästään hän on toiminut liikenneopettajana. Parikymmentä vuotta sitten ystävä iski kipinä Penttiin niin syväälle, että hänestä tuli soitinten rakentaja. Ei yhden ja saman soittimen rakentaja, vaan kymmenien eri soitinten.

Hän liittyi ystävänsä houkuttelemana Kokkolan seudun opiston Kitaran valmistus-kurssille. Sieltä Pentti on oppinsa saanut ja hyvän harrastuksen myötä mukavaa ja mielenkiintoista askareita eläkepäiville. Mutta mikä kummallisinta, hän ei osaa soittaa kitaraa. Niitä on kuitenkin kiva tehdä, kun tuttavat testailevat ja keuhuvat niiden soittoa. Muita soittimia hän kylläkin soittaa, joskus myös omaksi ilokseen.

Pentti perheineen on muuttanut Ullavalta Kokkolaan, keskipohjalaisten pääkaupunkiin, ennen vuonna 2009 tapahtunutta kuntaliitosta. Maamme rajojen

ulkopuolellekin ovat Ullavan nimellä vieneet entinen yleisurheilija Risto Ala-Korpi, körttien kuoronjohtaja, kanttori, musiikkinuovos Väinö Viitasalo, jääkäri-luutnantti Lauri Kaunisvesi, taidemaalari Veikko Vionoja, keihäänheittäjä Jarkko Koski-Vähälä ja soitinrakentaja, muusikko Pentti Männistö.

### Ullavan Vionojilta taidot erikoismalleihin

Kesken haastattelun Pentti sieppaa syyliinsä Ullava-basson, jonka valmistumisen aikoihin Ullava oli pieni 1 000 asukkaan pitävä keskellä Keski-Pohjanmaata. Basson kansiosan muoto noudattelee tuonaikaisen Ullavan kartan pääpiirteitä. Basso on varustettu mikrofoneilla ja äänen säätimillä.

Tämä täysin soitettava peli on Pentin kunnianosoitus synnyinpitäjälleen. Nyt basso sekä kaikki ullavalaiset tuttavat ja naapurit ovat olleet jo 10 vuotta kokkolalaisia.

– Niin, taiteilija Veikko Vionoja on minulle sukua äitini puolelta. Ehkä sieltä tulee vaikutteita erikoisiin soitinmalleihini, havaituu Pentti yhtäkkiä, kun keskustelemme Ullavan suunnistamisesta.

### Eläkkeensaajat ovat musikaalista väkeä

Puheenjohtaja Männistö on havainnut, että Kokkolassa, jos missä, eläkkeensaajat ovat musiikkilista väkeä – sekä kuunnellessaan että soittaessaan musiikkia. Hän on itsekin mukana pelaamassa.

– Vähintään kerran kuussa meillä on musiikillinen laulu- ja musiikkitilaisuus. Joskus kutsumme alan asiantuntijoita kertomaan ajankohtaisia asioita ja musiikin uusista tuulista.

– Nyt koronan hellittäessä kokoonnumme joka maanantai työväentalolla. Meitä on kolme pariskuntaa: Raimo Santonen

kitara, vaimonsa Mirja; Jorma Leppäkari haitari, vaimonsa Terttu ja minä, vierelläni Maija, komppaan pyykkilaudalla. Vaimot laulavat Kokkolan Eläkkeensaajien kuorossa.

– Pyykkilauta narinoineen on musiikkipiireissämme suosittu soitin, koska suurin osa eläkeläisistä on sitä ikäluokkaa, että tietävät sen alkuperäisen käytön, naurahtaa Pentti.

Kun Pentti Männistö järjesti hyväntekeväisyyskonsertin, niin samassa konsertissa oli kuusi hänen valmistamaansa soitinta. Niihin talkoisiin Pentti sai esiintymään tuttavapiirinsä viulun- ja kitaransoiton opettajia.

### Liikunta ja jälkipolven harrastusten seuranta

Liikunta on soittimien rakentamisen, musiikin ja laulun lisäksi Pentin mieliharrastuksia. Aivan haastattelun lopussa hän jo kii-rehtii lähtöään kuoroharjoitukseen ystäväpariensä kanssa. Pentille jää omien harrastustensa lisäksi aikaa seurata myös jälkipolven harrastuksia ja toteuttaa heidän toiveitaan. Yksi pojista harrastaa Ameriikan autoja. Hän pyysi valmistamaan sähkökitaran, jossa on Chevroletin pölykapseli kannessa ja lapaviiluna Chevroletin logo. Sellainen onkin jo valmistumassa Pentin taitavissa käsissä.

### Lakka Ranskasta – puu omasta metsästä

Harjoitus auttaa sekä soittamisessa että soitinten valmistamisessa. Pentin mielestä soittimien pintakäsittely on vaikeinta. Hän on joihinkin soittimiin kokeillut ranskalaista, korkealaatuista ja tyyriin puoleista sellakkaa, mutta venelakkakin käy ja muut kotimaiset lakat.

Lakat ja erityisesti Ranskalainen Sellakka ovat tarkkoja käsi-



Näinä päivinä eli Itsenäisyyspäivän ja Joulun tienolla Pentin silmäteränä on Suomi-basso, joka on varustettu aidolla Suomen kartalla. Se on istutettu Pentin isältänsä perimään koirun pahkaan.

teltäviä vielä jätteinkin. Ohjeisakin sanotaan: älkää saastuttako vettä tai maaperää jätteillä. Maahantuojaan kehuja Pentti pitää osuvina. Ranskalainen Sellakka on korkealaatuista ja soveltuu antiikkiesineiden entisöinnistä akustisten soittimien käsittelyyn. Sillä saa upean kiillon.

Puuaineissa Pentin ei tarvitse turvautua Ranskaan asti. Hän esittelee perinteistä, akustista viulua, johon hän on käyttänyt oman metsän kuusta ja raitaa.

Männistöjen kodin seinille on ripustettu laaja soitinkokoelma, kaikki Pentin omin käsin tekemiä. Itsenäisyyspäivän ja joulun tienolla hänen silmäteränään on Suomi-basso, joka on varustettu aidolla Suomen kartalla.

– Se on istutettu koirun pahkaan, jonka olen perinyt isältäni, Pentti paljastaa herkistyneen.

Teksti: Toive Tynjälä  
Kuvat: Timo-Jaakko Männistö, Pentti Männistön poika



Yksi perheen pojista harrastaa Ameriikan autoja. Hän pyysi valmistamaan sähkökitaran, jossa on Chevroletin pölykapseli kannessa ja lapaviiluna Chevroletin logo. Sellainen onkin jo valmistumassa Pentin taitavissa käsissä.