2 • 2013

NÄKYVÄ nainen

NNKY
KFUK
YWCA

Naiseus ja hyvinvointi:
Oivalluksia elämästä

4–5 Hyvinvointimme peilikö on rikki?
Kehon hyvinvoinnista osaamme huolehtia, mutta miten on hengen ja sielun laita?

5 Maistuisko ruoka?
Riitta Räntilä vieraili Mäntyharjun NNKY:ssä.

6–7 Oivalluksia elämästä
Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen tarjoaa välineen itsetunnon lisäämiseen ja oman eletyn elämän tarkasteluun.

7 Tunturikeimiö kutsuu NNKY:n viikoille
NNKY:n viikkojen ohjelmassa on vaelluksia, saunomista, retkiä, talkoita, kalastusta / marjastusta, lettukestejä, laulamista, hiljaisuutta ym. Tervetuloa!

7 Lapsiavioliitot kiellettävä
Joka kolmas tyttö kehitysmaissa joutuu naimisiin alle 18-vuotiaina.

8 KFUK:
Må bra, helt enkelt

8–9 Miesten puheet ja naisten teot
Kirjailija Petri Tammisen mielestä yhteiskunta ilman naisten työtä pysähtyisi nopeasti.

9 Kirjoja, kirjoja

10 Hyveet ja aurinko kukkivat
Kevään kukat eivät jätä ketään kylmäksi.

11 Kauneutta luonnosta
Parhaat kauneudenhoitotuotteet löytyvät yllättävän läheltä.

12 Ota kamera kauniiseen käteen
Omien kuvausten eli photo shootien järjestäminen on ollut jo pitkään suosittua nuorten naisten keskuudessa.

13–15 NNKY-palsta
Haluatko tulla mukaan toimintaan? NNKY-palstalta saat lisätietoa tapahtumista.

PIRJO-LIISA PENTTINEN

Kevään väripilkut, krookukset, narsissit ja esikot ovat myös vertauskuvia.

MARI HYTTINEN

FT Anna Liisa Karjalainen kannustaa kirjoittamaan omasta eletystä elämästä.

KANNEN KUVA: MARI HYTTINEN

KUVASSA: HOTELLI HELKA ON PALVELLUT ASIAKKAITAAN HELSINGIN SYDÄMESSÄ VUODESTA 1928. KOTIMAISEN DESIGNIN OHELLA HELKASSA VOI IHAILLA MYÖS KARHUJA – VALOISASSA 6. KERROKSEN AULASSA.

Naiseus on sieluntila

Jokainen ihminen on luotu Jumalan kuvaksi. Kuvastamme Jumalan suunnatonta rikkautta kukin omalla tavallamme. Olemme kauniita omana itsenämme.

Naista on kautta aikojen pidetty myyttisenä, jumalaisena olentona. Lutherin mukaan Jumalan pyhä äiti Maria laulaa kaikkein suloisimmin siitä, millainen Herra on. ”Kristuksen äiti opettaa meitä oman kokemuksensa esimerkillä tuntemaan, rakastamaan ja ylistämään Jumalaa. Sillä iloisin, riemusta sykähtelevin sydämin hän ylistää Jumalaa, joka katsoi häneen, naiseen.”

Nainen, joka on onnellinen, on myös naisellinen.

Pohdiskelin ääneen sanaa ”naiseus”, mitä naiseus on, millainen on naisellinen nainen ja mikä on naisen rooli yhteiskunnassa? Naisena oleminen tuottaa erilaisia rooleja, kuten esimerkiksi roolit tyttärenä, kumppanina ja äitinä. On yhä tavallista, että perinteistä johtuen tyttöjä ja poikia kohdellaan eri tavoin vauvasta lähtien. Kuitenkin on kiistanalaista, missä määrin eri ominaisuutemme johtuvat kulttuurista ja missä määrin biologisesta sukupuolesta. Naiseuteen perinteisesti liitettyjä ominaisuuksia ovat muun muassa tunneherkkyys, tunteellisuus, vähäisempi hyökkäävyys ja hoivavietti, maailman näkeminen pehmeämpänä ja kauniimpana. Runoilevasti voisi sanoa: naiseus luo.

Minulle naiseus on itsestä kumpuavaa onnellisuutta. Nainen, joka on onnellinen, on myös naisellinen. Onnellisuus ja tyytyväisyys elämään tekevät naisesta juuri sen, mikä nainen on. Nainen on kaunis, kun hän kokee itse olevansa kaunis, ja on aivan sama mitä mieltä muut ovat. Naiseus on mielestäni myös sieluntila ja sisäinen tasapaino. Siihen löysin Raamatustakin vahvistusta. Jumalan silmissä kallisarvoinen on ihminen, joka arvostaa itseään:

”Älköön teidän kaunistuksenne olko ulkonaista, tukkalaitteilla ja kultakoruilla koristautumista tai hienoihin vaatteisiin pukeutumista, vaan olkoon se katoamaton, salassa oleva sydämen ihminen, hengeltään lempeä ja hiljainen. Tämä on Jumalan silmissä kallisarvoista.” 1. Piet. 3:3

Tuuli Raamat
Suomen NNKY-liiton puheenjohtaja

NNKY

NNKY (Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys ry) on ekumeeninen, monikulttuurinen ja kansainvälinen liike, jossa eri-ikäisiä naisia ja tyttöjä rohkaistaan kohtaamaan erilaisuutta ja osallistumaan oman yhteisön toimintaan ja päätöksentekoon.

Liity jäseneksi
NNKY-yhdistyksissä voit harrastaa, vaikuttaa, opiskella, ohjata kerhoja, järjestää tapahtumia, tehdä vapaaehtoistyötä, kantaa vastuuta tai tuoda toimintaan oman osaamisesi. Suomen NNKY-liiton luottamustehtävissä pääset vaikuttamaan naisten ja tyttöjen elämään liittyviin yhteiskunnallisiin kysymyksiin ja hyvinvointiin sekä osallistumaan kansainväliseen järjestöyhteistyöhön.

Jäsenetuja ovat muun muassa jäsenlehti Näkyvä Nainen ja jäsenalennukset Tunturikeimiöllä Muoniossa sekä Hotelli Helkassa Helsingissä.

Lisätietoja:
Suomen NNKY-liitto
toimistonhoitaja Leila Variola
p. (09) 4342 2911
leila.variola@ywca.fi 1088

www.ywca.fi

Näkyvä Nainen 2013

NN 3: NNKY
(Kotimaa-lehden liite)
- Aineistopäivä 10.4.
- Lehti ilmestyy 23.5.

NN 4: Sadonkorjuu
- Aineistopäivä 12.8.
- Lehti ilmestyy 12.9.

NN 5: Naiset luovat turvallisen maailman
(Kotimaa-lehden liite)
- Aineistopäivä 18.9.
- Lehti ilmestyy 31.10.

NN 6: Sisaruus
- Aineistopäivä 4.11.
- Lehti ilmestyy 12.12.

Suomen Nuorten Naisten Kristillisten Yhdistysten liiton jäsenlehti (113. vuosikerta)
Medlemsblad för Förbundet KFUK i Finland (årg. 113)
Päätoimittaja / Chefredaktör Pirjo-Liisa Penttinen
Toimitussihteeri / Redaktionssekreterare Mari Hyttinen, p. (09) 4342 2915, 050 588 6845, mari.hyttinen@ywca.fi
Yhteystiedot / Kontaktuppgifter Pohjoinen Rautatiekatu 23 B, 00100 Helsinki / Norra Järnvägsgatan 23 B, 00100 Helsingfors
nnky@ywca.fi, www.ywca.fi
p. (09) 434 2290, faksi (09) 4342 2920
Toimituskunta / Redaktionsråd Hilkka Lahti (Oulun NNKY), Monika E Pensar (Helsingfors KFUK), Saana Torniainen (Helsingin NNKY), Sirkka Vepsä (Joensuun NNKY), Marina Mustametsä (Joensuun NNKY)
Kustantaja, taitto ja kuvankäsittely Kustannus-Oy Kotimaa, Hietalahdenranta 13, 00180 Helsinki
Tilaukset ja osoitteenmuutokset / Prenumerationer och adressförändringar Leila Variola, p. (09) 4342 2911, leila.variola@ywca.fi
Tili / Giro HELSINGIN OP PANKKI OYJ, FI97 5780 1020 0026 58
Painos / Upplaga 3 000 kpl **Painopaikka / Tryck** Scanweb
ISSN 1797-8149
Vuosikerta ulkopuolisille tilaajille kotimaahan ja Pohjoismaihin 25 €, muualle 30 €. Vuosikerta sisältää kuusi numeroa.
För utomstående prenumeranter en årgång i hemlandet och de nordiska länderna 25 €, andra delar av världen 30 €.
Årgång innehåller sex nummer.
Aikakauslehtien Liiton jäsenlehti / Medlemsblad av Tidskrifternas Förbund

NÄKYVÄ nainen

Hyvinvointimme peilikö on rikki?

Kehon hyvinvoinnista osaamme jo huolehtia, mutta miten on hengen ja sielun laita? Lähes poikkeuksetta jokainen ottaa tuplaten enemmän harhaan kuin oikeaan suuntaan vieviä askelia.

PIRJO-LIISA PENTTINEN

Kenenkään elämä ei ole vain jatkuvaa flow-tilaa ja onnen ja hyveiden täyttämän lahjapaketin avaamista. Kristillisen elämän tavoite Jumalan kuvasta ja kaltaisuudesta sisältää paljon muuta kuin onnea, pikemminkin se koostuu monenlaisista, sävyltään vaikeista asioista. Itse päämääräkin näyttää karkaavan kauas kuin kiipeäisi pitkien tikkaiden liian korkeita askelmia ylöspäin. Hyvinvoinnista puhuttaessa muistamme hössöttää kyllä ruuasta ja suuhunpantavasta, kun meidän olisi huolehdittava henkemme ja sielumme terveydestä ja puhtaudesta sekä siitä, mitä suustamme päästämme ulos.

Hyvä elämä

Filosofiassa puhutaan käsitteestä **eudaimonismi** (kr.eudaimonia = onni), kun on kyse ”hyvästä elämästä”. Tähän länsimaisen tieteemme isä, Aristoteles, onnellisuuden käsitettä tarkastellessaan nimeää sen, mikä saa ihmisen elämän sujumaan hyvin, mikä on ihmiselle hyväksi. Jo 300-luvulla ennen ajanlaskua vaikuttanut kreikkalainen filosofi Aristoteles puolusti näkemystä, että eudaimonia on ”hyveiden mukaista toimintaa suotuisissa oloissa”. Aristoteleelle kyse oli ihmisen ominaisluonnon toteuttamisesta, siis elämisestä järjen mukaan.

Samoihin aikoihin elänyt toinen kreikkalainen ajattelija, Epikuros puolusti näkemystään, että eudaimonia oli nautintoa. Epikuros hyväksyi naiset ja orjat Ateenaan perustamansa koulun oppilaiksi. Koulun nimi oli kuvaavasti Puutarha. Hän kehotti hyveiden mukaisten nautintojen mukaiseen elämään tuntematta syyllisyyttä. Suurin nautinto ihmiselämässä oli kivun puuttuminen. Myös Epikuroksen ajattelulla on vaikutusta länsimaisen ajattelun historiaan.

Millaisia roolimalleja meillä on?

Saatamme naiseuden heikkoina hetkinä kadehtia naistenlehtien muodikkaita miksejä ja malleja. Varsinkin nuorille nämä kuvat ja kertomukset saattavat aiheuttaa vakavia ulkonäköpaineita – täysin ymmärrettävästi. Myös ikääntyneille ihmisille näistä lehdistä voi aiheutua yhtä lailla päänsärkyä ikuisen nuoruuden paistaessa joka suunnalta läpi.

Mistä löydämme oikeanlaisia esikuvia? Jumalanäiti on kiistatta esimerkkien esimerkki kristillisestä naiskuvasta kaikessa ainutlaatuisuudessaan. Ikuinen neitsyt ja äiti, joka synnytti jumalihmisen, joutui elämässään kokemaan hirveän tuskan, kun Simeonin ennustus ”miekka tulee käymään hänen sydämensä läpi” tulee todeksi.

Kristillisen naiskuvan alkulähteenä usein mainitaan myös Paavalin sanoista lumoutunut nainen nimeltään Tekla. Teklahan kuuli Paavalin julistamassa sanomaa Kristuksesta, innostui siitä ja tapahtuman seurauksena jätti kihlattunsa. Tekla jätti myös koko entisen elämänsä seuraten apostoli Paavalia. Evankeliumin julistajana Teklaan henkilöityi monen kiertävän naisapostolin elämä. Kristinuskon sanoma alkoi hänen esimerkkinsä innoittamana viehättää naisia; Teklasta tuli tärkeä roolimalli. Vaikutuksen voisi kiteyttää toteamukseen: naisen elämänihanteeksi tuli eräänlainen neitseellinen asketismi.

”Kerro, kerro kuvastin...”

Elämässämme näemme monenlaisia peilejä, pikkuriikkisistä taskupeileistä kokovartalokuvastimiin. Siihen, mitä peileistämme todellisuudessa näemme, vaikuttavat monet asiat, mm. lapsuuden ”peilikuvat”. Vanhaa ja tuttua Lumikki-satua mukaillen kristittyjen kuvastin Raamattu kertoo, että ihminen itsessään on Jumalan suuri ihme ja taideteos. Raamattu onkin totuudenmukaisin peilimme. Jos kuuntelemme sen kerrontaa, tiedämme elävämme iankaikkisuutta varten. Näemme myös, että olemme ruumis, sielu ja henki jo maan päällä!

Toisaalta saatamme olla hilkulla vaihtaa Jumalan kuvan ja kaltaisuuden tavoittelun ulkoiseen kauneuteen, koska nykymaailma pursuaa sen lähteitä. Kun ulkonäköpaineet koskettavat kaikenikäisiä, ja media lietsoo, voi sielun ja hengen hyvinvoinnin vaaliminen vaihtua ulkoisen kauneuden ja ikuisen nuoruuden tavoitteluun.

Todellisuudessa voimme ”kaunistautua” olemalla kuuliaisia ja uskollisia Jumalalle, sillä Jumala ja kauneus ovat yhtä. Naiseus on sieluntilaa ja sen voimaa eikä se ole rintojen kokoon tai huulten kaareen tai mihinkään muuhun ulkoiseen kytköksissä. Todellista jumalallista kauneutta näemme vaikkapa luomakunnan tarkoituksenmukaisuudessa ja järjestyksessä, josta psalminkirjoittaja toteaa: Kun minä katselen sinun taivastasi, sinun sormiesi tekoa, kuuta ja tähtiä, jotka sinä olet luonut, niin mikä on ihminen, että sinä häntä muistat tai ihmislapsi, että pidät hänestä huolen (Psalmi 8: 4-5)?

Ikkunanpesun aika

Mikään ei paranna yllättävästi putkahtaneita häiritseviä otsakurttujamme paremmin ja pitkäkestoisemmin kuin hyvät hengelliset kirjoitukset! Onnemme ja hyvinvointimme, nimitettäköön sitä vaikka ajanhengen mukaisesti flow-tilaksi, on yhteyttä Jumalaan. Tässä meille myös paljon kaivattua leppoistamisen ohjelmajulistusta: pitäkäämme ympäristöystävällisesti ja kauaskantoisesti sisimmästämme vähintään yhtä hyvää huolta kuin pidämme kaikesta ulkoisesta.

Subjektiivinen hyvinvointimme on kokemuksellista mielentilaa, objektiivinen hyvinvointi on jo etiikkaa. Näin ollen halutessamme vahvistaa hyvinvointiamme ainoa edellytys tavoitteellemme on se, että haluamme sitä. Lähtekäämme liikkeelle omasta itsestämme, nyt juuri on oman sielumme kevätsiivouksen ja ikkunanpesun aika!

Sirkka Vepsä

Raamatun sana lienee naiseudessakin hyvinvointimme parasta ”plastiikkakirurgiaa”.

Maistuisko ruoka?

Näin kysyi seurakuntatalon eteisessä istunut rouva vieraillessani Mäntyharjun NNKY:n vuosikokouksessa. Salissa oli Sotainvalidien liiton tapahtuma, ja minä olin menossa alakertaan takkahuoneeseen. En tuntenut rouvaa, ja häkellyin hänen kysymyksestään. Ajattelin hänen erehtyneen ihmisestä. Lounaspöytä oli kuitenkin katettu seurakuntatalolla. Entäpä jos hän esittikin saman kysymyksen kaikille sisään tulijoille? Mikä vastaanotto!

Minua jäi vaivaamaan tämä kysymys. Miksi vastasin hänelle, että ei kiitos, olen jo syönyt, vaikka olisin vielä voinut syödäkin. Maistuisko ruoka? Tähän kysymykseen tiivistyy mielessäni koko ihmisyys. Yleensä julkisiin tiloihin mennessäni minulta ensimmäiseksi kysytään, kuka olen ja mitä etsin tai olenko ehkä väärässä paikassa. Mutta ”maistuisko ruoka” on niin poikkeuksellinen kysymys tuntemattomalta ihmiseltä toiselle tuntemattomalle, että se jätti minut iloisen hämmennyksen valtaan.

Rouva ei kysellyt minulta muuta. ”Maistuisko ruoka” on syvällisin kristillinen kysymys minkä olen pitkiin aikoihin kuullut. Siinä kysymyksessä tunsin jumalallisen kosketuksen ja Pyhän läsnäolon. Kiitos kysyjälle, sinä herätit minut!

Riitta Räntilä

MARI HYTTINEN

Tiesitkö?

Vuonna 2012 EU:n ruoka-apua jaettiin Suomessa yli 100 000 asiakkaalle, ja jakeluun osallistui yli 180 ev.lut. seurakuntaa. Apua välitettiin ruokapaketteina sekä seurakuntien valmistamina aterioina.

Oivalluksia elämästä

Kuka minä olen? kysyy moni. Itsetuntemuksen lisäämiseen ja oman eletyn elämän tarkasteluun on olemassa erinomainen väline: omaelämäkerrallinen kirjoittaminen.

MARI HYTTINEN

Usein tietyt ikävaiheet ja taitekohdat elämässä aktivoivat tarinan kertomisen tarpeen.

Omaelämäkerrallisessa tekstissä kirjoittaja kertoo sananmukaisesti omasta eletystä elämästään. Kirjoittaminen on keino itseymmärryksen ja itsetuntemuksen lisäämiseen. Kuka tahansa voi kirjoittaa omasta elämästään, ja omaelämäkertakirjoittaminen onkin aktivoitunut viime vuosikymmeninä kaiken kansan harrastukseksi.

– Suosittelen kirjoittamaan omasta elämästä itseymmärryksen lisäämisen vuoksi, sanoo **Anna Liisa Karjalainen**. Hänen viime elokuussa tarkastettu väitöstutkimuksensa pohjautui Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden usean vuoden mittaiseen kirjoitusprosessiin, jonka tavoitteena oli opiskelijoiden ammatillisen kasvun tukeminen. – Oman elämän kokemukset voivat olla arvokas apu ihmistyössä, mutta ne voivat olla estekin. Jotta voi kasvaa työssään, on tunnistettava omat mahdollisuutensa ja rajoituksena.

Herätä tunteet ja aistit

Äidinkielen opettajana toimivan Anna Liisan Karjalaisen tutkimuksen taustalla on vuosikymmenten ohjaus kirjoittamisessa. – Minua kiinnosti se, miksi ihmiset ovat innostuneita kertomaan oman tarinansa. Usein tietyt ikävaiheet ja taitekohdat elämässä aktivoivat tarinan kertomisen tarpeen. Kirjoittaessa mennyttä tulkitaan uudelleen ja käsitys itsestä rakentuu oman eletyn elämän kautta. Kirjoittaminen herättää tunteet ja aistit.

Yleisesti maailmankirjallisuuden ensimmäisenä omaelämäkertana pidetään kirkkoisä **Augustinuksen** *Tunnustukset* -teosta. Augustinus mietiskelee siinä oman elämänsä lisäksi Jumalaa, maailmaa, luomista, ikuisuuden ja ajan olemusta. Teos on laajamittaisin yhden henkilön elämää kuvaava kertomus neljänneltä ja viidenneltä vuosisadalta. Nykyinen omaelämäkerrallisen kirjoittamisen suosio liittyy Karjalaisen mielestä postmodernismiin. – Elämä on ennalta arvaamatonta, täynnä muutosta. Ihmiset ovat oman identiteettinsä kanssa hukassa. Hämmennyksen tila on luonut tarvetta miettiä missä juureni ovat, mistä tulen ja kuka minä olen.

Kirjoita itselle

Omaelämäkerrallisesta kirjoittamisesta on tarjolla paljon kirjallisuutta ja erilaisia kursseja. Jos kirjoittaja haluaa tekstinsä julki, sekin onnistuu helposti painattamalla kirja omakustanteena. – Minun pointtini on se, että kirjoittaja kirjoittaisi itselle, jolloin hän hyötyisi siitä kaikkein eniten itsetuntemuksen ja identiteetin välineenä. Elämän suora tarkastelu voi olla hankalaa, mutta kirjoittaessa voi syntyä oivalluksia. Jos kirjoittaa jollekin toiselle, vaikkapa lapsenlapsille, kirjoitettu aineisto valikoituu ja siitä tulee elämänsä esittämistä.

Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen sopii kaikenikäisille. – Kannustan myös nuoria kirjoittamaan. Erityisesti heille kannattaa puhua yksityisyyden ja julkisen rajoista, sillä kaikki kirjoitukset eivät suinkaan ole tarkoitettu julkaistavaksi, Karjalainen painottaa.

Tukea ryhmästä

Ryhmä voi olla tärkeä motivaation ylläpitäjä kirjoittajalle. Ryhmässä on hyvä keskustella kirjoittamisen kokemuksesta, mutta itse tekstit sisältöineen voivat jäädä vain kirjoittajan itsensä tietoon. Ryhmä sopii yhteisistä säännöistä, kuten siitä, että toisten tarinat ovat koskemattomia eikä tekstejä arvostella tai arvioida.

– Kirjoittaminen ei edellytä kirjoittamisen erityislahjakkuutta. Kirjoittaa voi siitä, mistä haluaa. Jos töksähtää ikäviin muistoihin ja huomaa, ettei tätä ovea jaksa tai halua avata, niin ei avaa. Ihmiset tunnistavat rajansa. Ohjaajan virikkeet voivat olla merkittäviä kirjoittajalle. Alkuun pääsee vaikkapa virittämällä muistoja jostakin aikakaudesta, vinkkaa Karjalainen.

Kirjoittaa voi myös jonkin tietyn teeman mukaisesti tai irrallisen muistelman jostakin ajanjaksosta. – Työurasta kirjoittaminen on mikrohistoriaa ja yhtälailla kirjoittajan tunteita herättävää. On kiinnostavaa tarkastella millaisissa tehtävissä on itse elämänsä aikana ollut. Kirjoittamisen aihe voi olla omat kodit tai vaikkapa ystävyyssuhteet ja itselle tärkeät ihmiset elämän varrella. Omaelämäkerralliseen kirjoittamiseen voi lisätä myös kuvallisen ilmaisun ja valokuvat.

Kohti uutta

Eletystä elämästä kirjoittaminen on tunnetyötä. Jos kirjoittaminen ei kosketa tunteita, ei se ole kirjoittajalle kovin merkityksellistä. – Kun ihminen kirjoittaa itselleen, konkreettinen toinen ei aseta jarruja eikä ohjaile. Suullisessa kerronnassa voi käydä niin, että huomaa kertoneensa liikaa. Sanottuja sanoja voi olla hankala saada takaisin, mutta tekstin voi aina pyyhkiä pois, Karjalainen muistuttaa.

Kirjoittaminen auttaa suuntaamaan kohti uutta. Omasta elämästä kertoessaan ihminen ratkaisee tiedostamattaan kysymystä elämänsä jatkamisesta. – Ihminen luo jatkumoa menneestä nykyisyyteen ja tulevaisuuteenkin. Jatkumon rakentaminen on todella tärkeää ja merkityksellistä psyykkisen hyvinvoinnin kannalta.

Mari Hyttinen

Keski-Uudenmaan NNKY:n uusi puheenjohtaja, FT Anna Liisa Karjalainen kannustaa kirjoittamaan omasta eletystä elämästä.

MARI HYTTINEN

Tunturikeimiö kutsuu NNKY:n viikoille

■ Tule NNKY-viikolle Tunturikeimiölle Muonioon joko 3.–8.6. tai 26.–30.8.2013, tai vaikka molemmille! Ohjelmassa on vaelluksia, saunomista, retkiä, talkoita, kalastusta / marjastusta, lettukestejä, laulamista, hiljaisuutta… Hinnat täysihoidolla:

- 3.–8.6. NNKY:n jäsen 199 € ei-jäsen 249 €
- 26.–30.8. NNKY:n jäsen 170 € ei-jäsen 210 €

Ilmoittautuminen 13.5. mennessä Suomen NNKY-liiton toimistoon Leila Variolalle, leila.variola@ywca.fi tai p. (09) 4342 2911. Elokuun viikolle ilmoittautuminen 9.8.2013 mennessä. Ilmoittautuneille lähetetään tarkempi ohjelma ja matkustusohjeet.

Lisätietoja: Kristian Pieviläinen, myynti@tunturikeimio.fi, p. 0500 209 630 tai Riitta Räntilä, riitta.rantila@ywca.fi, p. 050 588 6832.

Tervetuloa!

www.ywca.fi

www.tunturikeimio.fi

Lapsiavioliitot kiellettävä

■ Joka kolmas tyttö kehitysmaissa joutuu naimisiin alle 18-vuotiaina. NNKY:n Maailmanliiton vetoomus lapsiavioliittojen lopettamiseksi julkaistiin YK:n naisten asemaa käsittelevän toimikunnan kokouksessa (CSW) New Yorkissa maaliskuussa. Kokouksen aiheena oli miesten ja poikien väkivalta naisia ja tyttöjä kohtaan. Lue lisää: **www.worldywca.org**.

World YWCA

KFUK

PHOTL

Må bra, helt enkelt

Jag har varit på konditionstest. För allra första gången i mitt liv faktiskt. Med syfte att kartlägga min nuvarande kondition och få tips om vad jag kunde satsa lite mera på. Hade kanske inte helt skyhöga förväntningar precis, men klarade mej riktigt bra. Eller förvånansvärt bra faktiskt! Klart att jag inte orkade lika mycket som min sportiga sambo, men jämfört med andra kvinnor i samma ålder var jag i helt bra form – fick jag höra.

Började ändå fundera på dethär med att jämföra sitt mående. Att jag enligt någon mätare mår lite bättre än den finländska 35-åriga standardkvinnan. Eller att jag som kvinna inte förväntas orka lyfta lika tunga tyngder som min sambo? Och att det är helt acceptabelt, eftersom dethär nu är det system vi valt att godkänna. Argumenterar nu inte emot varken insamling av statistiska fakta eller rent biologiska skillnader, utan snarare mot en rådande inställning. Att kvinnor oftast är de lite svagare eller att jämförelse ger det bästa svaret. Hävdar att mycket av allt detta hälsorelaterade kunde bli lättare om vi slutade jämföra oss mot och med andra och istället fokuserade bara på vår egen insats och prestation. Och ställde oss själva den ärliga frågan hur vi mår och hur vi skulle vilja må, egentligen?

Märkte också då jag trampade motionscykeln att just inställningen egentligen är en av de mer avgörande faktorerna. Vilket också vår testare bekräftade – idrottsprestationen kan bli märkbart bättre med en vinnande inställning och en positiv attityd. Och applicerat på ett mer vardagligt plan tror jag man helt enkelt mår riktigt mycket bättre av att gilla läget.

Visserligen förstår jag också att det inte alltid går att vända allting till det bästa. Ibland har man motgångar. Stundvis är det svårt. Då är det speciellt viktigt att strukturerna omkring oss är sådana, att de inte tynger ner ytterligare utan är stödjande. Dels menar jag de egna stödnätverken eller de egna kraftkällorna. Men dels också större strukturer, system i samhället både i mindre och större skala.

Det är lättare att må bra då man känner kontroll över sin situation. Att jag själv fått välja hur jag lever mitt liv. Och att veta att ingen fördömmer eller förundras över mina val, trots att det avviker från det som uppfattas som norm. Tyvärr är detta inte vardag för alla. Flera av oss tvingas förklara varför vi lever som vi gör eller tvingas stå till svars för våra värderingar och val i livet.

Ännu har vi en lång väg att gå gällande total jämställdhet. Innan allas livsval värderas lika. Innan alla blir bemötta på samma villkor. Och jämlikhet skall inte ses som ett projekt eller ett nödvändigt ont. Jämställdhet handlar om ett rikare liv, om flera möjligheter att leva livet och framförallt om att flera av oss mår bättre. Helt enkelt.

Pia Öhman

OTAVA/VILLE JUURIKKALA

Miesten puheet ja naisten teot

Kirjailija **Petri Tamminen** paljasti NNKY:n järjestöpäivillä Asikkalassa, että suomalainen mies haaveilee puhetaidosta enemmän kuin pääsystä historiankirjoihin. Kutominen on yhtä filosofista kuin muuraus, mutta naiset eivät pidä työstään meteliä. Yhteiskunta ilman naisten työtä pysähtyisi nopeasti.

Miehillä on aina ollut valta määritellä teot ja antaa niistä kunnia itselleen. Tammisen mukaan tosiasia kuitenkin on, että miehet vain puhuvat. – Naiset tekevät 60 % maailman työstä, mutta saavat maailman palkoista vain 10 %.

Pikkuvanhojen yhteiskunta

– Minulle on lapsesta alkaen ollut vaikeaa tavata ihmisiä. Siinä on aina sen miettimistä, miten ihmisten kanssa ollaan. Olen ainoa lapsi ja kun koko suvun piirissä ei ollut siinä vaiheessa muita lapsia, maailmankatsomukseeni pinttyi, että vain muut ovat aikuisia, Tamminen kertoo.

– Yleisohjeeksi annetaan, että älä turhaan jännitä, ole oma itsesi. Mutta siinähän se ongelma on, omassa itsessä. On sama kuin sanottaisiin, että älä kärsi siitä mistä kärsit. Pienen lapsen kasvuun kuuluu kausi, jolloin hän luulee olevansa suuri ja kaikkivoipa. Historioitsija **Juha Siltalan** mukaan Suomessa suuruuttaan esittelevän lapsen tunne on aina katkaistu. Meillä elää vahvana ajatus, että se joka nousee ylös, voidaan pudottaa alas. Maassamme ei ole lapselle tarjolla psykologista vieraanvaraisuutta.

– Suomessa lapset oppivat varhain osaamaan. On vaarallista yhteisölle, jos joku ei osaa. Täällä lapset ovat jo 10-vuotiaina samalla kehitystasolla kuin lapset muualla Euroopassa vasta 15-vuotiaina. Kun saksalainen lukee suomalaista romaania, hän kuvittelee kirjan suomalaislapsen vanhemmaksi kuin kirjailija on tarkoittanut.

Klassikoksi ei päädytä sattumalta

– **Aleksis Kiven** ja **Väinö Linnan** klassikkokirjat ovat yhtä miesten höpötystä alusta loppuun. Niissä ilmenee fantasia, jossa mies sanoo aina heti oikeat sanat! Kuka miehistä saa vallan puhumalla, on tärkeä teema suomalaisille miehille. Olen koko lapsuuteni ajan tullut isän kanssa väittelyssä toiseksi, koska toisella on isompi ääni. Ajattelin, että jonain päivänä voitan sanoillani isän.

Miehekkyys on salaperäinen asia, se on kaikkea mitä mies ei saa olla. – Miehellä on vahva itsenäisyyden ja elämänhallinnan ihanne. Mies on pelkkää päätä, naiset ovat kokonaisvaltaisia. Naisten keskinäinen yhteys on kadehdittavaa, mutta miehet eivät kestä olla toisten armoilla. Mies ei myöskään huomaa, jos toinen mies on alamäessä. Jos puistossa kaljoittelisi 20 naista, siitä hätäännyttäisiin, mutta poikien annetaan rauhassa mennä tärviölle.

– Naisten mielestä on miehekästä, kun mies pitää lasta kädestä, kuuntelee, on kohtelias, vastaa sanoistaan ja teoistaan. Mikään näistä ei ole miesten mielestä miehekästä. Miesporukassa nokitellaan, haukutaan toisia ja toisen huomaaminen on väärin. Miesporukka tarvitsee huomion polttopisteeksi kiekon tai muun, ei toista tai itseä, Petri Tamminen toteaa.

Anne Lagerstedt

Naisten työt eivät lopu koskaan

Sirkka-Liisa Rannan kirja *Naisten työt. Pitkiä päiviä arkisia askareita* (Karisto) kuvaa naisten karua työtaakkaa 1860–1960-luvulla. Vuonna 1959 tehdyn tutkimuksen mukaan maalaisemännän työpäivä oli noin 15 tuntia. ”Perheenemäntä tekee työtä kuin metallimies” todettiin puolestaan tutkimuksessa 1953, jossa oli mitattu naisten eri kotitöiden energiankulutusta.

Nykynaisen arkea helpottavat teknologia ja yleinen asumismukavuus, mutta ansiotyön lisäksi vastuu lasten- ja kodinhoidosta on edelleen pääosin naisilla. Maaseudulla kodin- ja lastenhoidon lisäksi tulevat maatalous- ja puutarhatyöt. Navettatyöt ovat Suomessa melko poikkeuksellisesti olleet naisten töitä, mutta teknologia on tuonut miehet karjanhoitoon eurooppalaisten kollegojensa tapaan. Naisen työ on raskasta myös psyykkisesti. Luovuutta on voinut toteuttaa lähinnä vain käsitöissä, muu on loputonta ruuan, tiskin, pyykin ja siivouksen toistoa. Naisen työ ei ole koskaan valmis eikä siitä kerrota jännittäviä sankaritarinoita.

Anne Lagerstedt

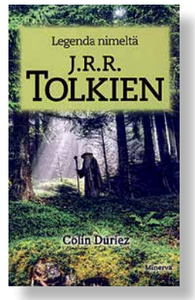
Kirjoja, kirjoja

Parisuhteessa. Tunne itsesi, uskalla rakastaa.
Heli Pruuki, Marjo Timoria, Markku Väätäinen. Otava.

Rakastuminen on trauma kohtaa trauman -tarina. Pari- ja seksuaaliterapeutit **Pruuki**, **Timoria** ja **Väätäinen** korostavat Parisuhteessa-kirjassaan, että takkuilevan parisuhteen takana on puolisoiden omia selvittämättömiä asioita tai traumoja, kuten turvattomuutta, hylkäämiskokemuksia, vaille jäämistä tai nieltyjä pettymyksiä. Ihminen valitsee usein tiedostamattaan kumppanin, jonka kanssa voi yrittää ratkaista kesken jäänyttä problematiikkaansa tai traumaansa. Tuloksena on mm. ”naarashämähäkkejä”, narsisteja, ”latenssipoikia ja -prinsessoja” ja ”möykkyjä”, joiden tarpeet täydentävät mutta myös riistävät toisiaan. Itseymmärrys on jälleen kovassa kurssissa.

Anne Lagerstedt

Legenda nimeltä J.R.R. Tolkien.
Colin Duriez. Suom. Jere Saarainen. Minerva.



Professori **J.R.R. Tolkien** (1892–1973), joka palautti fantasian kertomalajina aikuisille, oli kielinero joka jo lapsena kehitti harrastuksenaan uusia kieliä. Hän opetteli myös suomen kieltä ja luki *Kalevalaa*. Erityisesti häntä kiehtoi Kullervon tarina, jonka innoittamana hän kirjoitti tarinan lohikäärmeentappaja Túrin Turambarista. **Colin Duriez** kertoo Tolkienin elämästä, kirjailijaystävistä, kirjoittamisesta ja kielitutkimuksesta. Tolkienin pääteos *Taru sormusten herrasta* on suuri kertomus hyvän ja pahan taistelusta sekä vallan ja kärsimyksen ongelman kysymyksistä. Tolkienia pidetään kristillisenä kirjailijana, sillä hän piti tarkkaa huolta, että hänen luomansa fantasiamaailma ei ollut ristiriidassa Raamatun kanssa.

Anne Lagerstedt

Loistava aurinko ja värikkäät kukat ovat varma merkki keväästä. Ne eivät jätä ketään kylmäksi.

Hyveet ja aurinko kukkivat

ESIKKO tulee kukkakauppoihin varhain keväällä ja sitä saa monen värisenä. Sen latinankielinen nimi tulee sanasta primus, ensimmäinen. Germaanit pitivät esikkoa lemmen jumalan kukkana, kelteille se oli keijujen kukka. Esikkoa kutsutaan joissakin kielissä myös avainkukaksi tai taivaan avaimeksi, sillä legendan mukaan Pietarille annettu taivasten valtakunnan avain putosi ensin maahan ja vasta sitten hän sai sen vyölleen. Sille paikalle, johon avain oli pudonnut, juurtui esikko.

NARSISSI on perinteinen kevään airut ja pääsiäisen kukka. Nimi tulee kreikkalaisien taruston Narkissos-nuorukaisesta, josta juurtuu myös sana narsismi, itsensä rakastaminen. Narkissos ihaili omaa kuvaansa lähteen pinnassa niin, että jähmettyi ihailuunsa. Hänen kohtalonsa muistuttaa myös siitä, ettei mikään vieraannuta ihmistä todellisuudesta niin paljon kuin itseihailu. Romantiikan aikaan narsissilla ilmaistiin taipumusta keimailuun, mutta Kaukoidässä narsissi on onnellisen uuden vuoden vertauskuva. Kristillisessä symboliikassa se on kevätkukka, joka voittaa kuolleen ja kylmän maan ja ilmaisee ylösnousemuksentoivoa.

KROOKUKSET kukkivat Välimeren maissa syksyisin, mutta meillä pohjoisessa krookus on keväinen uuden elämän ja ylösnousemuksen symboli. Jo antiikin ajan roomalaiset veivät krookuksia haudoille toivon vertauskuvina. Ne kuuluvat mausteena ja väriaineena tunnetun kalliin maustekasvi sahramin sukuun. Toisaalla, varsinkin Brittein saarilla, krookus on ollut huolettoman nuoruuden, hilpeyden ja ilon vertauskuva; kukka, jonka heteitä sirotteltiin myös häävuoteelle. Krookus on ollut yksi Neitsyt Marian kukista, rakkauden symboli. Luostarin perustajateologi, roomalainen virkamies Cassiodorus kirjoitti 500-luvulla: ”Krookuksen kullanväriset kukat kuvaavat rakkautta. Niin kuin kulta on kallisarvoisin metalleista, samoin rakkaus on ensi sijalla kaikkien hyveiden joukossa.”

LESKENLEHTI on luonnossa talvehtivista kasveista ensimmäisiä kukkijoita keväisin, joskus jo maaliskuun lopulla. Se kukkii lehdettömänä ja sitä on käytetty myös lääkkeeksi hengitystietulehduksia vastaan. Leskenlehti nimettiin keskiajalla myös yhdeksi Neitsyt Marian kukaksi, koska sen keltainen väri oli kuin kirkkaasti paistava aurinko, taivaallisen kirkkauden symboli. Mariaa puhutellaan mm. nimillä jumalansynnyttäjä, Vapahtajan äiti, taivaallisen valon tuoja. Myös esikristillisissä uskonnoissa tunnettiin neitsytäitejä, joilla oli keltaiset tai kullanväriset hiukset. Leskenlehti tuo mieleen äidillisen huolenpidonkin: usein ensimmäiset kevään kukat ojennetaan äidille toukokuun toisena sunnuntaina.

Kokosi Pirjo-Liisa Penttinen
Kuvat Pirjo-Liisa Penttinen
ja Mari Hyttinen

Lähteet:

Eeva Ruoff: Tuoksujen puutarha. Otava 2003.

Pentti Lempiäinen: Sano se kukkasin – kasvit vertauskuvina. WSOY 1992.

Kauneutta luonnosta

Kauneushoitovinkkejä tulvii kaikkialta. Valtaisan neuvojen ja ohjeiden määrästä on vaikeaa päättää, mitkä neuvot ovat ne parhaimmat. Kuitenkin on yksi neuvoja, jonka ohjeet ovat puhtaita ja toimivia. Nimittäin luontoäiti.

Kauneudenhoito on hyvä aloittaa perusasioista eli hoitamalla iho ensin kuntoon. Tämä onnistuu kuorimalla aivan ensiksi kuollut, etenkin talvella kutiamista aiheuttava ihosolukko pois ja antamalla näin tilaa raikkaalle, uudelle iholle.

Mantelikuorinta kasvoille

2 mantelia
1–2 rkl öljyä

Jauha mantelit ja sekoita ne öljyn kanssa.
Hiero seos kasvoihisi, voit antaa sen vaikuttaa parin minuutin ajan ja huuhtele haalealla vedellä.

Kasvojen kuorintaan voit käyttää myös käytettyjä kahvinporoja. Kahvipapu sisältää runsaasti hoitavia ja pehmeyttä tuovia öljyjä ja hyödyllisiä kivennäisaineita. Niistä saa toimivan kuorinta-aineen, joka vielä tuoksuukin hyvälle!

Kahvinporohoito sopii myös koko vartalolle. Erityisen rentouttavan hoidon saa tietenkin saunassa, jossa kahvinporoja hierotaan kostealle iholle, annetaan vaikuttaa hetki ja huuhdotaan hyvin. Jos saunaa ei ole, voi aloittaa kuivaharjauksella ja jatkaa hieromalla kahviporoja iholleen suihkussa. Lopputulos on pehmeä ja raikas iho. Kahvinporoja voi käyttää yksin tai lisätä niihin muita luonnonmukaisia tuotteita.

Kuorinta-aine kahvinporoista

2 rkl oliiviöljyä
1 rkl sokeria
1-2 rkl kahvinporoja

Sekoita aineet keskenään ja hiero iholle. Huuhtele hyvin.

Hyvän vartalonkuorinta-aineen saa myös sekoittamalla hieman hunajaa, oliiviöljyä ja merisuolaa. Ihosta tulee ihanan pehmeä ja joustava.

Oivallinen kasvonaamio syntyy seuraavasti:

Oliiviöljykasvonaamio

1 rkl oliiviöljyä
2–3 tl suolaa

Sekoita ainekset, levitä seos kasvoille ja anna sen vaikuttaa 5–10 minuuttia.

Hiustenhoito

Naisina me tietenkin haluamme, että meidän kruunumme eli hiukset näyttävät ja tuntuvat hyviltä. Hiustenhoitoon erinomainen aine on nokkonen. Etenkin keväällä ja kesällä, kun sitä saa tuoreena, se on mitä mainioin tuote tähän tarkoitukseen. Nokkosten keräämiseen tarvitset kumihanskat, sakset ja astian, johon keräät nokkosia. Kun nokkosia on riittävästi, niistä keitetään vahva keite, jota hierotaan päänahkaan ja hiuksiin. Nokkonen tervehdyttää hiuspohjaa, poistaa hilsettä ja lisää hiustenkasvua. Se parantaa myös päänahan verenkiertoa. Keitettä voi hieroa päänahkaan ja hiuksiin illalla ja pestä hiukset aamulla pehmeiksi ja kiiltäviksi. Nokkosvettä voi käyttää myös viimeisenä huuhteluvetenä.

Erityisesti hiuksille, toki myös iholle, mitä mainioin aine on kookosöljy. Kun sitä hieroo hiuksiin ennen shampoopesua, lopputuloksena ovat pehmeät ja tuoksuvat kutrit.

Hyvää oloa

Kauneutta ja hyvää oloa voi vaalia myös sisäisesti. Vaivoihin, joita me naisina kohtaamme aika ajoin, on myöskin tehokkaita luonnon keinoja. Vatsakipuihin auttavat siankärsämö ja kamomilla, kun taas ajoittaiseen turvotukseen tepsivät persilja, voikukka ja koivunlehdet. Näistä keitetty tee, kuten muutkin yrttiteet, tuovat helpotusta välillä vaativaan, mutta aina niin kiehtovaan naiseuteen!

Marina Mustametsä

KUVAT: PHOTL

Ota kamera kauniiseen käteen

Nuoret naiset eivät enää tyydy median tyrkyttämiin kauneusihanteisiin. Omien kuvausten eli *photo shoottien* järjestäminen on ollut jo pitkään suosittua.

Ruudussa pyörii Huippumalli haussa. Laihat, kuvankauniit tytöt keimailevat muotiluomuksissa Nigel Barkerin huudellessa ohjeita kameran takaa. ”Voi kunpa minäkin...”, tuhannet katsojat huokaavat ja vilkaisevat syyllisinä vieressään olevaa sipsipussia tietämättä, että kyllä vain, hekin voisivat tehdä tuota.

Omien kuvauksien, niin kutsuttujen *photo shoottien* tai tuttavallisesti photistien, järjestäminen on ollut jo pitkään erityisesti nuorten naisten suosiossa. He eivät enää tyydy median tyrkyttämiin kauneusihanteisiin tai takerru mallien tiukkoihin ulkonäkökriteereihin, vaan ottavat ohjat omiin käsiinsä. Vaatteet ja rekvisiitat haalitaan kokoon omista kätköistä, tuttujen kaapeista ja vinttikomeroilta sekä kirpputoreilta.

Porukka kootaan yhteen kavereista ja tuttavista, joiden kanssa päätetään stailauksesta ja kuvausten aiheesta, joten jokaisella on mahdollisuus vaikuttaa lopputulokseen. Toisen kenkiä on helpompi kokeilla, kun pääsee tekemään sen turvallisessa ympäristössä. Yhtenä viikonloppuna voi sulautua tiukan sotilaan rooliin ja seuraavana ottaa käyttöön satuprinsessan elkeet. Ja jos kumpikaan rooli ei tunnu mukavalta, siitä ei tarvitse huolestua. Kuvat laitetaan esille Facebookiin tai muille sivustoille ainoastaan kaikkien osapuolien suostumuksesta.

Suosiostaan huolimatta kotikutoiset kuvaukset eivät ole nousseet valtavirran huomioon, vaan ovat tiettyjen piirien juttu. Koulun ”suosituimmat” luultavimmin nostavat kulmakarvaansa koko jutulle, mutta kun puhut photo shooteista sarjakuvia lukevalle pikkuporukalle tai taideopiskelijoille, saatat törmätä varsinaisiin veteraaneihin. Tämä ei suinkaan ole pelkästään sattumaa. Photo shootit vetävät puoleensa ihmisiä, joita ei aina ole hyväksytty hiekkalaatikolle leikkimään, sillä ne antavat voimaa niille, joita on kiusattu tai syrjitty pukeutumisen, harrastusten ja ulkonäön takia.

Itse tekemisen meininki

Kuvausten pystyyn laittaminen antaa mahdollisuuden laajaan itseilmaisuun ilman sääntöjä tai kieltoja. Toisin kuin ammattimaisissa kuvauksissa, amatööritasolla päätökset eivät tule asiakkaalta eikä malleja valita tiukkojen vaatimusten avulla. Siinä missä ammattimallien ympärillä hyörii joku laittamassa hiuksia, toinen lätkimässä sotamaalausta naamaan ja kolmas sovittelemassa kenkiä, photo shooteissa on vahva do-it-yourself -henki. Meikkaus tehdään itse, toisen mallin tai kuvaajan voimin, myös rekvisiitan asettelu hoidetaan omatoimisesti. Mikäli käytössä sattuu olemaan ylimääräisiä lamppuja tai muita hienouksia, niitä pitelemään asettuu sillä hetkellä vapaana oleva henkilö.

Toisinaan photo shooteissa ei edes ole erikseen kuvaajia ja malleja, vaan mukana olevat kuvaavat vuoronperään toisiaan. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että photo shootit olisivat vain leikkimistä. Vaikka ne saattavat jollekulle olla vain yhden kerran kokeilu, ne voivat olla suuriakin projekteja, joita suunnitellaan kuukausia. Internetin kautta voi törmätä ryhmiin, jotka ovat järjestäneet photo shootteja yhdessä vuosien ajan. Jotkut taas kokoavat portfoliota ja hakevat kokemusta työnhakua varten.

Seuraavan kerran kun ruudusta tulee tuttu malliohjelma, älä suinkaan vaivu epätoivoon. Kirjaa hyvät ideat ylös, nappaa kaveri kainaloon ja lähde valloittamaan maailmaa kamera kaulassa roikkuen.

Saana Torniainen

NNKY-*palsta*

Naiset luovat turvallisen maailman.

Tiedot NNKY-palstalle:
Näkyvä Nainen 3/2013
(tapahtumatiedot ajalle 23.5.–11.9.)
10.4. mennessä osoitteeseen
mari.hyttinen@ywca.fi, kiitos!

ETELÄ-POHJANMAAN NNKY

pj. Pirkko Raitila
p. 040 726 4188
praitila@hotmail.com,
ep.nnky@gmail.com

HELSINGFORS KFUK

Argadiagatan 33 A 13
00100 Helsingfors
http://kfuk.wordpress.com
ordförande Christina Elving
tel 040 545 0409
christina.elving@live.fi

HELSINGIN NNKY

Mechelininkatu 15 A 8
00100 Helsinki
p. 044 5944 528
hnnky@hnnky.fi, www.hnnky.fi
Toiminta järjestetään toimitilassa ja on maksutonta, ellei toisin mainita.
Kädentaitokurssilla to 5.4. klo 17–20 kankaiset lierihatut.
Lemmikkieläinten tarvikkeiden ompelukurssi la 13.4. ja su 14.4.
Runoilijoiden ja säveltäjien kierros Hietaniemen hautausmaalla ke 22.05. klo 18., jonka jälkeen musiikkituokio vanhassa kappelissa.
Ompelutupa to klo 17–20 (kevätkausi päättyy 2.5.)
Syksyn ikonimaalauskurssilla on vapaita paikkoja. Hinta 100 €/jäsenet,120 €/muut. Ilmoittaudu toimistolle.

LAPSET JA NUORET
Prinsessapäivät ke 10.4. klo 15.30-17.30 (7–13-v.) HGC:ssa, Kahvikuja 3.
Kerholaisten kevätjuhla Meriharjussa ti 7.5.
Tyttöjen Tupa -leiri (9–13-v.) Meriharjussa pe–la 17.–18.5. Hinta 20 €.
Ilmoittautuminen syksyn muskareihin Agricolan kirkolla alkaa 6.5.

HÄMEENLINNAN NNKY

Saaristenkatu 19 B
13100 Hämeenlinna
pj. Ulla Pullola
p. (03) 638 0654, 0500 875 624
ulla.pullola@pp.armas.fi
Retki Hakapirtille Aulangon järven rannalle 16.7.
Kesälle on suunnitteilla myös retki Sääksmäen kirkkoon ja Visavuoreen.

IMATRAN NNKY

Lappeentie 29 C 21
55100 Imatra
pj. Auli Piiparinen
p. 050 411 8177

JOENSUUN NNKY

Malmikatu 2
80100 Joensuu
nnky.joensuu@kolumbus.fi
p. 050 387 8950 Tuija Pitkänen
Toimisto avoinna
ma–pe klo 9–13
Tuunauskerho ”Ripukasta rintasolki” tiistaisin klo 16–19. Kerhossa työstetään mm. yhteistä nukkekotia, ohj. nukketaiteilija Marina Mustametsä.
”Sapuskasiskot” -monikulttuurinen kokkikerho joka kk:n viimeisenä keskiviikkona klo 17–20.
Uusi musiikkiryhmä ”Laulaen Lappiin” aloittaa maaliskuussa, vetäjänä TM, kanttori Marita Penttinen. Tarkemmat tiedot Kirkkotie-lehdessä.
Raamattu- ja lähetyspiiri joka toinen ti klo 13–14.30.
MLL:n perhekahvila pe klo 9–12.

JYVÄSKYLÄN NNKY

Puistotori 4, 40100 Jyväskylä
jklnnky@elisanet.fi
p. (014) 213 037, 040 740 4472
Historia-iltapäivä su 21.4. klo 15 kävely Naissaaren historian polulla, Mirja Knuuttila.
Maailman NNKY-päivää vietetään avointen ovien merkeissä ti 23.4.
Vappulounas ja laulajaiset ke 1.5. klo 13.
Bussiretki Kirkkopäiville ja Kuopion NNKY:lle la 18.5. Tarkemmat tiedot vuosikokouksen jälkeisessä jäsenkirjeessä.
Exodus-raamattupiiri noin kerran kuussa ke klo 17, ohj. Heidi Watia.
Svenska bibelkretsen kuukauden 1. ma klo 10, 8.4. ja 6.5. Pekka Paulasto, p. 040 727 3658.
Avoin kohtaamispaikka aamiaisineen ti klo 9–11, aamiainen 5 €:
9.4. Raamatun äärellä, Eevakaarina Launis
16.4. Eevan tyttäret, Eevakaarina Launis
23.4. Miten rauhaa rakennetaan? Margit Väisänen-Vänskä
30.4. Liikunnasta iloa
7.5. Kevätlauluja, Eija Rantatalo
14.5. Kirkkomusiikki säveltäjän näkökulmasta, Seppo Pänkäläinen
21.5. Pienimmän lantin yhteisön lanttikirkko
Kirjapiiri I joka kuukauden 4. ti klo 18, ohj. Anita Särkkä ja Mirja Knuuttila:
23.4. Riikka Pulkkinen: Vieras
28.5. Ulla-Lena Lundberg: Jää
Kirjapiiri II joka kuukauden 1. ke klo 18, ohj. Pirjo-Liisa Sillgren, p. 050 499 4376.
8.5. Aki Ollikainen: Nälkävuosi.
Latinanpiiri 16.4. ja 21.5. klo 18.
Tuunaus- ja taidetyöpaja 16.4., 30.4. ja 14.5. (joka toinen ti) klo 17–20. Tuunataan vanhasta uutta, taiteillaan, nykerretään ja askarrellaan. Tanja Nieminen. www.facebook.com/tuunauskerho.
Nuorten aikuisten lauluryhmä Jännät kokoontuu erikseen sovittuina aikoina. Kevyttä musiikkia laidasta laitaan. Kysy lisää!
Laku-ryhmä laulaa ja kuuntelee musiikkia Lauantain toivotut levyt -ohjelman hengessä 5.4. ja 3.5. (joka kk:n 1. pe) klo 13. Anna-Leena Pänkäläinen, p. 040 751 7505.

LAPSET JA NUORET
Musiikkileikkikoulut keskiviikkoisin, Sanna-Mari Nenonen ja Tuija Muona.
Pianotunnit maanantai- ja tiistai-iltapäivisin. Jasmin Kautela
Alakoululaisten nukketeatteripäiväleiri 3.–7.6. klo 10–14, 25 e. Ilm. toiminnanohjaajalle.

Maailman NNKY-päivää vietetään Jyväskylän NNKY:ssä avointen ovien merkeissä ti 23.4.

KESKI-KARJALAN NNKY

pj. Miia Kattelus
p. 0400 191 255
miia.kattelus@gmail.com

TyttiTalo

Keisarinkuja 9, 82500 Kitee
p. 044 334 4780
tyttitalo@gmail.com
http://tytti-talo.blogspot.com

KESKI-UUDENMAAN NNKY

pj. Anna Liisa Karjalainen
p. 041 546 5788
alkarjalainen@gmail.com

KOTKA KFUK

ordförande Carita Korhonen
tel. (05) 228 2110
carita.korhonen@kymp.net

KOTKAN SEUDUN NNKY

pj. Irene Björkbacka
p. 040 867 2651
irene.bjorkbacka@kymp.net

KUOPION NNKY

Myllykatu 5, 70110 Kuopio
toimisto@knnky.fi
p. (017) 261 4500, 044 772 1928
pj. Saara Lehtimäki,
p. (017) 261 1641
Lähetys- ja raamattupiirit vuoroviikoin ke klo 13.
Kuoro tiistaisin klo 14.
Perhekahvila ma klo 9.30–12.
ITU-ryhmä 11.3.–6.5 ma klo 18.
Naisten tukiryhmä lauantaisin erikseen ilmoitettuina aikoina.
Gospel-lattarit to klo 18–19.
VUOSIJUHLA su 14.4. klo 14.
Vappulaulajaiset 1.5. klo 15.
Kahvihuone Wirwoitus Kuopion kirkkopäivien ajan, 17.–19.5. pe klo 12–20, la klo 9–20, su klo 12–14 Kuopion NNKY:llä.
Makoisaa kahvia ja pullaa, taide- ja pannumyssynäyttely, ohjelmatuokioita.
Raamattuluennot UT:sta la, 27.4. klo 13–16. Timo Junkkaala.

LAHDEN NNKY

Vapaudenkatu 8, 15110 Lahti
p. 050 545 3038, päivystys
ke ja to 9–14
ywca@phnet.fi
www.nnkylahti.fi
pj. Krista Karjalainen
p. 050 596 9645
Nuorten kirppis 28.4. ja 26.5. klo 13–17 (joka kk:n viimeinen su), pöytämaksu 1 €.
Markkinakahvila ke 3.4. ja 8.5. klo 8–13.
Kirkkokahvitus Ristinkirkossa 14.4.
Nokka kohti taivasta -ilta: Ajatuksia ekumeniasta 18.4.
Nuorten ilta: Valokuvauksen ihmeellinen maailma 24.4. klo 17–19 (jatkuu 8.5.), valokuvaaja Tarmo Valmela.
Kukkakurssi: 24.4. klo 18–20 Orvokkiamppeli rautalangasta, 7.5. Romanttinen kukkakori äidille, Ahtialan kukka.
Vappumyyjäiset 30.4. klo 14–16.

LAPIN NNKY

siht. Taija Hemminki
taija.hemminki@gmail.com
p. 050 400 6456
Kevätretki touko-kesäkuussa, teemana linnut.

MIKKELIN NNKY

pj. Leena Parkkonen
p. (015) 336 308, 050 526 8536
leena.parkkonen@luukku.com
JÄSENILLAT srk-keskuksen yläsalissa (3.krs) klo 16.30 alkaen, kahvitarjoilu:

Illan teema kriisinhallinta 11.4., Maanpuolustuspiirin päällikkö, evl Ari Kuikka.
Kevyesti kesään 16.5., Hoitola Wanilla, jalkahoitaja Kirsi Hänninen.

JÄSENMATKAT
Kesämaisemia Saimaata kiertäen ja seilaten la 8.6.2013.
Matka Lofooteille elokuun 1. viikolla. Upea, ihastuttava, luonnon kauniit Lofoottien saaret ja Norjan ja Ruotsin jylhät maisemat – tällä matkalla näet ja koet paljon! Mukaan toivotaan myös muiden yhdistysten jäseniä.

MÄNTYHARJUN NNKY

Pj. Auli Jokinen
p. 040 513 9857

OULUN NNKY

Isokatu 15
90100 Oulu
p. (08) 311 5595, 040 751 4480
nnky.oulu@co.inet.fi

Naisen sydän – keskustelua sydämen terveydestä ke 3.4. klo 18, Leena Kähkönen Oulun Sydänyhdistyksestä.
”Namaste Nepalista – Missionuorten kokemuksia maailman katolta” ma 8.4. klo 18. Tarinaa sanoin ja kuvin. Koruja myytävänä.
Vertaistukiryhmä yhden vanhemman perheiden äideille joka toinen ti klo 10–12: 9.4., 23.4., 7.5. ja 21.5. Maksuton. Lisätietoja p. 040 751 4480 tai Oulun Seudun Yhden Vanhemman Perheet ry 044 369 0844. Kahvi/tee/mehu ja keksitarjoilu. Järj. OSYVP ry ja Oulun NNKY.
Kädentaitojen työpaja ma 15.4. klo 17–20 kankaanpainantaa ja ma 13.5. klo 17–20 virkkausilta. Materiaalimaksu 5 e/kerta, sis. kahvitarjoilu. Ilmoittaudu viikkoa ennen.
Kirjallisuuspiiri 16.4. klo 18 Ulla-Lena Lundberg: Jää
Kamalien äitien kahvila to 25.4. klo 17.30–19, vertaistukea murrosikäisten lasten äideille. Tervetuloa!
Kirjanystävän hiljainen iltapäivä la 27.4. klo 15–20 Muhoksen Koivu ja tähti -kulttuurikeskuksessa. Kahvi ja kirjaesittely, hiljaisuudessa lueskelua, käsityönkin voi ottaa mukaan. Sitova ilmoittautuminen 22.4. menn. Ilmoita myös jos tarvitset kyydin. Hinta 8 e. Mukaan mahtuu 25 ensimmäistä.
Munkki- ja simamyyjäiset ti 30.4. klo 12–17. Tee simavaraus 22.4. ja munkkivaraus 26.4. mennessä, p. 040 751 4480 tai nnky.oulu@co.inet.fi. Varaukset voi noutaa ti 30.4. klo 12–17. Tule tutustumaan samalla myös **korukirppikseen**! Lahjoituksina otetaan vastaan kaikenlaisia koruja, myös rikkinäisiä.
Anoppi-ilta ma 20.5. klo 18. Aiheeseen johdattaa pastori Minna Salmi.
Naiset yhdessä. Vierailemme Oulun Ensi- ja turvakodin päiväryhmässä kevään aikana. Ota yhteyttä, jos haluat tietää lisää.
Hitaat askeleet -hanke: Haluaisitko ulkoiluystävän tai apua arkiaskareisiin? Ota yhteys toimistoon.

VIIKOITTAIN KOKOONTUVAT
Ma klo 13 *käsityökerhossa* kudotaan Äiti Teresan peittoja.
Ke klo 13 *kädentaitojen* ryhmässä tehdään erilaisia käsitöitä hyväntekeväisyyteen ja oman toiminnan tukemiseksi.
Ke 19 *hiljaisuuden rukoushetki* tuomiokirkon kryptassa. Teetä tarjolla klo 18.30.
To klo 13–17 avoimet ovet. Kaikki tervetulleita kahvittelemaan ja juttelemaan! Poikkea myös kirppiksellä!
Kirpputori avoinna to klo 16-18 Asemakatu 15:ssä, käynti kellariin sisäpihan kautta.
Uudet yhteystiedot: Toiminnanohjaaja Riitta Hirvonen p. 040 751 4480, (08) 311 5595, riitta.hirvonen@pp1.inet.fi. Kamalat äidit -projektin projektityöntekijä Maarit Peltoniemi p. 0400 520 800, (08) 311 5595, maarit.peltoniemi@co.inet.fi.

PIRKKALAN NNKY

Tuula Talikainen
p. 0400 636 524

SAVONLINNAN NNKY

pj. Ulla Juuti
p. 044 322 9371
ulla.juuti@suursaimaa.com

SYSMÄN NNKY

pj. Virva Hokkanen
p. 040 735 3242
virva.hokkanen@phnet.fi

TAMPEREEN NNKY

Hämeenpuisto 14 F
33210 Tampere
p. (03) 254 4000, f. (03) 254 4044
tnnky@tnnky.fi, www.tnnky.fi

Meitä kantaa Jumala – Naisten iltapäivät la klo 15, Puistosali. 20.4. Anu Neuvonen. Kahvitarjoilu, musiikkia ja rukouspalvelu.
Tunnetaitokoulutus ti klo 18–20.30, Puistosali. Kouluttajana RE-sieluhoitoterapeutti, työnohjaaja, Psyk.EAT Päivi Niemi.
9.4. Positiiviset tunteet ja unelmat elämän voimavarana, 35 €. Ilm. paivi.niemi@tnnky.fi, p. 0400 946 285.
Nuorten itsetuntoryhmä: 110 % arvokas. Vetäjänä Päivi Niemi, 8.4, 15.4, 22.4 ja 29.4 klo 18–20.30, Puistosali.
Aiheina itsetunto ja tunnetaidot. Ryhmä on tarkoitettu 15–18-vuotiaille nuorille. Maksuton.
Jäsenkahvila ke klo 17–20, Siskolikan kahvila. Vapaata seurustelua, musiikkia ja rukouspalvelua.
Lähetysilta osana jäsenkahvilan toimintaa ke 24.4. klo 18. Riitta Jaakkola ja Marjatta Muilu. Kahvitarjoilu.
Onnen ilta koko perheelle ke 10.4. klo 18, Finlaysonin kirkko. Mukana jonglööri, vatsastapuhuja Taika-Petteri ja Päivi Niemi.
Juhlavuoden seminaari Maailman NNKY-päivänä ke 24.4. klo 9–12, Puistosali. Avoimet ovet klo 12–15.
Gospel-lattarit™ VIP-ilta klo 18 ja **Tanssia, naurua ja laulua -ilta** klo 19 ke 24.4., Näsinsali, Näsilinnankatu 26. Iloinen ja elämänmakuinen ilta hyvässä seurassa.
Sääntömääräinen kevätkokous to 25.4. klo 18, Puistosali.
Jäsenilta to 2.5. klo 18, Siskolikka. Kutsutaan kaikki 70 vuotta ja sitä vähemmän aikaa jäseninä olleet. Kuniavieraana Vuokko Heikinheimo.
Likkojen lenkki 18.5. klo 12–18, Tampereen Stadion.
Kesäkauden päättäjäiset la 31.8., Kivirannan kokous- ja juhlakeskus, Pirkkala.

Vertaistukiryhmä yhden vanhemman perheiden äideille Oulun NNKY:ssä joka toinen ti klo 10–12, alk. 9.4.

TYTTÖRYHMÄT Harrastava iltapäivä -toiminta yhteistyössä Tampereen kaupungin kanssa Siskolikan kahvilassa:
Tyttöjen valtakunta -iltapäiväkerho Aleksanterin koulun 3.–4.-lk. tytöille ke klo 14.30–16.30, Piia Kankaanpää
The Tyttis - iltapäiväkerho Aleksanterin koulun 3.–5.-lk. tytöille pe klo 15–17, Moona Ranta.

MONIKULTTUURISET RYHMÄT
Siskolikan kahvilassa:
Kansainvälinen naisten olohuone ke klo 10 –12, Marjatta Muilu
Thai-naisten ryhmä pe 9–12, Merja Newbould.
LIIKUNTA *Lentopallo* to klo 9.30, NMKY:n sali, Heli Mäenpää.
GOSPEL-LIIKUNTA, kausi 7.1.–19.4. Ma klo 18 Gospel-lattarit™, alkeet, Kyttälänk. 1, 3. krs., Nina Lehtinen.
Ti klo 18 Gospel-lattarit (75 min), Pispalan kirkon alasali, Pispalan valtatie 16, Asta Lehtimäki.
Ke klo 18 Gospel-Spice (75 min), lattareita ja afroa, Aitolahden kirkko, Jensenink. 4, Heidi Posti; klo 18 Gospel-lattarit, alkeet, Vuorentaustan srk-koti, Mastont. 27, Ylöjärvi, Merivi Perkiö-Kuosmanen ja klo 19 Gospel-lattarit, tempo, Helinä Uusi-Rauva.
Gospel-lattarit™ Special
Ihanasti ikääntyneet 60+ -vuotiaille ti klo 17, Pispalan kirkon alasali, Pispalan valtatie 16, Maarit Saarela.
Avoin lattariryhmä, tanssia puoleen tempoon sekä tuolilla, to klo 17.30, Puistosali, Hämeenpuisto 14 F, 2 krs., Asta Lehtimäki.
Gospel-lattarit™ Special pilottiryhmä (soveltava tanssiliikunta). Vammaistyön Aurinkoklubi, ti klo 18, lidesranta 5, Barbara Čerina. Maksuton, mutta vaatii ilmoittautumisen ja sitoutumisen ryhmään.
Etsitään osallistujia mielenterveyskuntoutujien ryhmään, jonka ohjaamisessa tanssiterapeuttisia elementtejä. gospelliikunta@tnnky.fi tai p. (03) 254 4000.
Kristilliset paritanssi-illat pe klo 18.30. Päivät ja paikka ilmoitetaan erikseen. Tanssinopetusta, hiljentymistä ja mukavaa yhdessäoloa, Tanja Ylikärppä.
Gospel-lattarit™ -ohj.koulutus 17.–19.5. (edistyneet), 24.–26.5. (uudet, special), 22.–23.8.
Gospel-lattarit™ -leiri, Tampere 23.–25.8. Tied. koulutuksista tai keikoista: Nina Lehtinen, p. 044 021 9007 tai gospelliikunta@tnnky.fi.

ITU-NEUVONTATYÖ
Tukipalvelua vaikeassa raskaustilanteessa ja raskauden keskeytyksen jälkikriiseissä oleville tytöille ja naisille.
Valtakunnallinen Itu-päivystyspuhelin ma–pe klo 9–21, p. 050 401 5567.
Neuvontapiste Itu, keskusteluapua ja ilmaisia raskaustestejä, ti ja to klo 12–16, ke klo 15–18, Hämeenpuisto 14 F, 3. krs, p. (03) 254 4055, 040 832 9001, itu@tnnky.fi, www.itu-projekti.net

ÄIDEILLE JA LAPSILLE Siskolikan kahvilassa
Avoin kahvila yksinhuoltajille tai muuten yksin lasten kanssa oleville to klo 10 – 13. Tukea vanhemmuuteen, lastenhoito järjestetty.
Äiti-vauva -ryhmä ma klo 10–12, Annette Taipalus, Piia Kankaanpää,
Masu-kahvila ti klo 10–12
Nuoret äidit -ryhmä alle 20-vuotiaille ti klo 15–17. Tied: Outi Papunen, p. 040 832 9001
ÄIDIKEVÄLITYS ma–pe klo 8–11, p. (03) 254 4045, 040 586 5045. Kotivähennyskelpoista lastenhoitoapua tilapäiseen tarpeeseen

SOFIAN PYSÄKKI, Suomen kielen ja kulttuurin opetusryhmät 9.1.–31.5 ma–pe klo 9–15, Siskolikan koulutustilat, Satakunnank. 31 C, 3. krs. Puhelinaika ma–pe klo 9–14: p. (03) 254 4054. Tied. muina aikoina: sirkku.lukkarinen@tnnky.fi

PARTIOLIPPUKUNTA TAMPEREEN LOKIT RY
Pamaus-partiotilat, Satakunnank. 31 B-C, 3. krs., postios. Hämeenpuisto 14 F; partiosiht. Marjatta Muilu, p. (03) 254 4041, marjatta.muilu@tnnky.fi; lippukunnanjohtaja Leena Valta, p. 041 544 8116, leenava@gmail.com; www.tampereenlokit.fi.

TURUN NNKY

Vähä-Hämeenkatu 12 a
20500 Turku
p. 0400 821 905
tnnky@saunalahti.fi

Keskustelupiiri to 4.4. ja 18.4. klo 14–16
Myyjäiset ja keittolounas sekä kirjatori la 6.4. klo 11–13
Hyötykasvit parvekkeella, puutarhuri Marjo Nousiainen opastaa ke 24.4. klo 17.30–19

VAASAN NNKY

Kirkkopuistikko 30
65100 Vaasa
pj. Arja Sillanpää
p. 040 516 1888
arja.sillanpaa@gmail.com

Päiväraamattupiiri 9.4. klo 14 Riitta Sinkkonen.
Ohjelmailta 16.4. klo 18 ryhmä Anneli Pellinen ja Eeva Perttu; 14.5. klo 18 ryhmä Riitta Aikkola, Kaija Stenman ja Arja Sillanpää.
Päiväraamattupiiri 23.4. klo 14 Riitta Sinkkonen.
Vapputapahtuman valmistelu 30.4.
Vappumyyjäiset ja Avoimet ovet 1.5. klo 11–14.
Päiväraamattupiiri 7.5. klo 14 Riitta Sinkkonen.
Kevätmatinea 25.5., tarkempi aika sanomalehti Pohjalaisen toimintapalstalla.

VALKEAKOSKEN SEUDUN NNKY

pj. Jaana Holm
p. 050 386 3372

VÄÄKSYN NNKY

pj. Eija Huovinen
p. 040 357 7037
eija.huovinen@asikkala.fi

Maailman NNKY-päivä ja lanttikirkko Maijan Kammarissa ke 23.4. klo 18.
Kesämielisten toripäivä la 26.5., tuotto Liberian kouluhankkeelle.
Vierailu Kotkaan 18.–19.5.

ÅBO KFUK

ordförande Leila Storgård
tel. 040 505 0760

2013

Suomen NNKY-liiton kalenteri

Huhtikuu
12.–13.4. NNKY:n Akatemia, Jyväskylä
12.4. Uskomaton nainen -konferenssi, Helsinki
24.4. Maailman NNKY-päivä

Toukokuu
17.–19.5. Kuopion Kirkkopäivät
25.–26.5. Maailma kylässä -festivaali, Helsinki

Kesäkuu – Elokuu
3.–8.6., 26.–30.8. NNKY:n viikko Tunturikeimiöllä
12.8. Kansainvälinen nuorison päivä
23.–28.8. NNKY:n Akatemian vaellus Tunturikeimiöllä

Lokakuu
1.10. Kansainvälinen vanhusten päivä
5.–6.10. Ekumeeniset järjestöpäivät, Helsinki
11.10. Kansainvälinen tyttöjen päivä
20.–27.10. Kirkkojen kansainvälinen vastuuviikko

Marraskuu
NNKY:n ja NMKY:n rukousviikko
16.11. Suomen NNKY-liiton kokous
25.11. Kansainvälinen naisiin kohdistuvan väkivallan vastainen päivä
25.11. Valoa, ei väkivaltaa -päivä

Joulukuu
vko 49 Väkivallaton viikko
1.12. Maailman aids-päivä
2.12. Uskalla unelmoida - Unelmanpäivä paikallisyhdistyksissä
5.12. Kansainvälinen vapaaehtoistoiminnan päivä

Suomen NNKY-liiton hallitus kokoontuu:
- la 13.4. (kiinteistöt)
- la 8.6. (strategia)
- la 14.9. (toiminnan suunnit-telu 2014)
- la 19.10. (liittokokousasiat, talousarvio)
- liiton kokous 16.11.

Kiireetön kohtaamispaikka
Kahvihuone Wirwoitus
Kuopion NNKY:llä, Myllykatu 5
Avoinna Kuopion Kirkkopäivillä 17.–19.5.2013 pe 12–20, la 9–20, su 12–14
Paikkakunnan parhaimmat pullat, makoisin kahvi ja leppoisin ohjelma sekä taide- ja pannumyssynäyttely.
Tulehan käymään!
www.ywca.fi
NNKY·KFUK·YWCA

TUNTURIKEIMIÖ
Luonnon rauhaa luonnossa liikkujalle!

www.tunturikeimio.fi
p. 0500 209 630
Muonio

NNKY-puodissa
TISKILIINA
"Uskalla unelmoida"
á 2 €

Tilaukset:
leila.variola@ywca.fi,
p. (09) 4342 2911

Sisaruus

… että luottaisin edelleen tähän sisaruuden voimaan
kun on oma aikani lähteä ja etsiä tukea
kulkea vuoripolkujani sinne
missä saa turvallisesti kysellä ja kuulostella
että tänään kuulisin NNKY:n perinnön kaikuna
rohkaisevat sanat
– kulje ja löydä siskosi, kerro ja kevennä mieltäsi

… että Ylösnousseen seuraajana
kunnioittaisin kanssaihmisteni kyyneleitä
niitäkin, jotka ovat minulle käsittämättömiä
en vähättelisi enkä
pakottaisi piristymään
olisin vain
kiirehtimättä viipyisin saatavilla

Ote Irja Askolan runosta NNKY:n 110-vuotisjuhlaan

PIRJO-LIISA PENTTINEN