

5 • 2017

NÄKYVÄ *nainen*



NNKY
KFUK
YWCA

*Naisten
luovuus ja
lahjakkuus
näkyviin!*

kansainvälinen ~ ekumeeninen ~ paikallinen NNKY

4-5 Miksi en usko itseäni? Huijarisyndrooma kiusaa erityisesti lahjakkaita naisia.

6-7 Järjestötoiminta torjuu yksinäisyyttä ja vahvistaa terveyttä – NNKY:n järjestöpäivien antia.

8-9 Iloa ja innostusta improvisaatiosta – Spon-taanisuus on edellytys mielikuvi-tuksen ja luovuuden kehityk-selle.

10-11 Aila Niinikosken jännittävä NNKY-ura: ”NNKY on minulle rik-kaus”

12-13 Ikonimaalaus – luovuutta pyhyiden ää-rellä

14 Roskakävelyillä vä-litetään kunnioituksen ja huolenpidon henkeä

15 Våra nordiska

MARI HYTTINEN



systrar besökte Helsingfors – Y Feminist Aktion

16-18 NNKY-palsta Kuopion NNKY:n uudet

toimitilat Voimasiskot puhkesivat kukkaan

19 Kirjoja, kirjoja

Kannessa: Nuoria naisia NNKY:n hallitukseen! Laila Nieminen jatkaa liiton hallituksessa.

KANNEN KUVA: MARI HYTTINEN

Takakannessa

TAKAKANNEN KUVA: ANNE LAGERSTEDT



Näkyvä Nainen 2017

- NN 6: Perinteet
- Aineistopäivä 3.11.
 - Lehti ilmestyy 9.12.



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 Tunturikeimillä Muoniossa sekä Hotelli Helkassa Helsingissä.

Lisätietoja:

Suomen NNKY-liitto
(09) 434 2290
nnky@ywca.fi

www.ywca.fi

Luovuudella johtamista

Käsissäsi olevan lehden teema on luovuus. Tämä sana on askarruttanut minua, koska en nuorena ajatellut olevani erityisen luova ihminen. Mielikuvani luovuudesta liittyivät esimerkiksi taiteilijoihin, erityislahjakkaisiin ihmisiin, joita salaisesti kadehdin. Kokemuksen karttuessa käsitykseni luovuudesta on laventunut ja nykyään luen itseni luovien joukkoon.

Wikipedian mukaan luovuus on kykyä tuottaa uutta. Tämä yksinkertainen määritelmä riisuu luovuuden mystiikasta ja erityislahjakkuudesta, ja sen nojalla ajattelen, että olemme kaikki luovia ihmisiä.

Suomalaisessa keskustelussa työelämän uudistamisesta on viime aikoina tuotu esiin käsite luovuuden johtaminen. Tutkimukset osoittavat, että ihmisten motivoituessa kehittämään uutta, tehokkuus paranee ja yritykset menestyvät. Johtajan tulee varmistaa organisaatioon sellaiset olosuhteet, että työntekijät kykenevät luomaan uusia ja hyödyllisiä asioita ja tekemään asioita uudella tavalla. Näin organisaatio uudistuu.

Meissä kaikissa on luovuutta

Entä mitä tämä olisi NNKY:n kaltaisessa vapaaehtoisten organisaatiossa? Miten me voisimme luovuutta johtamalla niin liitossa kuin paikallisyhdistyksissä uudistaa liikettämme ja saada uusia naisia mukaan?

Kaikki vakiintuneet järjestöt ovat haasteiden edessä voimakkaan yksilöllisyyden ja paljouden ajassamme. Tästä keskustelimme kaupunkiteologian yliopistonlehtorin ja kirkkososiologian dosentin **Henrietta Grönlundin** kanssa NNKY:n järjestöpäivillä lokakuussa. Hän toi esiin myös ihmisen muuttumattoman perustarpeen kuulua johonkin, olla tarpeellinen, mikä avaa näkymiä meille NNKY:ssä tarjota toimintatilaa halukkaille vapaaehtoisille.

Olemme muutoksessa liikkeenä ja meiltä NNKY:ssä kysytään rohkeutta tarjota vapaaehtoisillemme ja uusille tulokkaille tilaa kehittää uutta toimintaa ja uutta kulttuuria. Meissä kaikissa on luovuutta, kykyä tuottaa uutta. Tehkäämme tilaa ja ottakaamme luovuutemme käyttöön!

Anne Pönni
Suomen NNKY-liiton pääsihteeri



MARI HYTTINEN

Ensilumet kutsuvat

Tunturikeimiöllä on tarjolla viihtyisää majoitusta, maittavaa kotiruokaa sekä yli 250 km liukkaita latuja maan kauneimman latuverkoston äärellä Muoniossa. Tervetuloa nauttimaan Tunturikeimion rauhasta ja rennosta tunnelmasta!

TUNTURIKEIMIÖ

Puh. 0500 209 630
www.tunturikeimio.fi
Olemme myös Facebookissa!

Hotel Helka

HYVÄ YÖ – PAREMPI PÄIVÄ

Helka hotel

Pohjoinen Rautatiekatu 23, 00100 Helsinki, Finland
Puh. 09 613 580, www.hotelhelka.com

facebook.com/hotelhelka #hotelhelka @HotelHelka

Suomen Nuorten Naisten Kristillisten Yhdistysten liiton jäsenlehti (116. vuosikerta)
Medlemsblad för Förbundet KFUK i Finland (årg. 116)
Päätoimittaja / Chefredaktör Anne Pönni
Toimitussihteeri / Redaktionssekreterare Anne Lagerstedt, p. (09) 4342 2925, 040 359 3138, anne.lagerstedt@ywca.fi
Yhteystiedot / Kontaktpuppgifter Pohjoinen Rautatiekatu 23 B, 00100 Helsinki / Norra Järnvägsgratan 23 B, 00100 Helsingfors
nnky@ywca.fi, www.ywca.fi
p. (09) 434 2290
Toimituskunta / Redaktionsråd Anna Liisa Karjalainen (Keski-Uudenmaan NNKY), Mari Hyttinen (Suomen NNKY-liitto), Monika E Pensar (Helsingfors KFUK), Linda

Jordas (Helsingfors KFUK), Sirkka Vepsä (Joensuun NNKY), Marina Mustametsä (Joensuun NNKY)
Kustantaja, taitto ja kuvankäsittely Kotimaa Oy, 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
Keräyslupa: POL-2014-14800 päätös 12.2.2015, voimassa 12.2.2015–11.2.2018 koko Suomessa Ahvenanmaata lukuun ottamatta. Keräystili: Danske Bank DABAFIHH, FI39 8000 1300 7040 05
Painos / Upplaga 3 000 kpl
ISSN 1797-8149

NÄKYVÄ nainen

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

Miksi en usko itseeni?

Huijarisyndrooma piinaa useimmiten naisia. Onko syynä naisen historiallinen taakka, lapsuuden ylimitoitettut vaatimukset vai yhteiskunnan kova puristus?

”Milloin ne huomaavat, etten minä oikeasti osaa tätä duunia”, ajattelee yllättävän moni ihminen. Tutkimuksissa on arvioitu, että 70 % ihmisistä kokee ainakin yhden tällaisen episodin elämässään. Joillakin tämä tapa ajatella ja tuntea suhteessa omaan itseensä muuttuu pysyväksi ilmiöksi, huijarisyndroomaksi. Seurauksena on vakava ahdistusta ja uupumusta. Ilmiön tunnisti ensimmäisenä yhdysvaltalainen psykoterapeutti **Pauline Rose Clance** 1980-luvun alussa.

Psykoterapeutti **Tiina Ekman** tarkastelee ilmiötä kirjassaan *Huijarisyndrooma – miksi en usko itseeni? (vaikka olen oikeasti hyvä)*. Mistä kumpua vahva mielikuva, ettei oikeasti osaa sitä, mitä on tekemässä? Että ennen pitkää jää kiinni ja paljastuu huijari? Huijarisyndrooma ei ole sairaus tai tarkoituksellista huijaamista, vaan ajattelu- ja toimintatapa, joka aiheuttaa haltijalleen suurta tuskaa ja vaivaa.

Loputon suorituspaine

Huijarisyndrooma on samankaltainen ilmiö kuin perfektionismi ja epäonnistumisen pelko. Pelko osaamattomaksi

ja epäpäteväksi paljastumisesta piiskaa tekemään yhä enemmän, yhä paremmin. Paraskaan suoritus ei riitä vakuuttamaan itseä, että on riittävän hyvä, vaikka työtoverit ja päälliköt kuinka hyväksyisivät työsuoritukset. Vilpittömmätkään kehu ja ylistykset eivät vakuuta ”huijaria”. Suuntana voi olla loppuun palaminen ja masennus, jos ajattelutapaan ei löydy muutosta.

Huijarisyndrooman taustalla on usein se, että vanhemmat eivät osaa antaa lapselle oikeanlaista arvostusta. Lasta joko ylistetään ilman vastiketta

tai ei anneta lainkaan myönteistä palautetta. Epäaidon kehu lapsi tunnistaa. Liika kehuminen luo myös kovia suorituspaineita.

Vielä tuhoisampaa on kuitenkin se, ettei lapsi saa lainkaan myönteistä palautetta itsestään eikä tekemisistään. Vanha tapa kiduttaa lasta jatkuvalla kielteisellä arvostelulla ei ole vielä kuollut. Lapselta odotetaan heti valmista, vaikka lapsi olisi kuinka pieni. Harjoittelua ei sallita, vaan letkautellaan, että osaamattomat harjoittelee. Lapsi luulee, että vika on hänessä itsessään, ei vanhempien ymmärtämättömyydessä.

Tuhoisaa vertailua lasten välillä

Tunne ulkopuolisuudesta, koulukiusaaminen ja yksinäisyys ovat yhtä suuria riskitekijöitä lapsen kehityksessä. Jatkuva kelpaamattomuuden tunne voi johtaa eristäytymiseen ja alisuorittamiseen. Tai sitten omiin saavutuksiinsa ei pysty luottamaan. ”Huijari” ei ota tosissaan toisten kannustusta ja kiitosta, vaan ajattelee pärjäävänsä esimerkiksi sosiaalisten taitojensa suojassa. Lapsuusperheessä ”huijaria” on ehkä vertailtu ihailtuun sisarukseen, joka on aina se fiksu, vaikka ”huijari” toisi kotiin parhaat koulutodistukset.

Mukana sopassa ovat usein myös sukupuolistereotypiat. Toista ääripäätä edustaa lapsen äärikehuminen ja menestyksen tai epäonnistumisen näkeminen synnynnäisenä. Odotukset koulumenestyksestä ovat suuria, mutta saavutuksiin ei kiinnitetä huomiota. Miesten maailmassa nainen kokee syrjinnän ja arvostamattomuuden omaksi puutteekseen ympäröivän asenneilmaston sijaan.

Nainen ajetaan vieraaseen laumaan

Evoluutiopsykologian näkökulmasta juuri naisten kärsiminen huijarisyndroomasta johtuu mahdollisesti siitä, että nainen on kautta historian ajettu pois laumasta sisäsiittoisuuden välttämiseksi aivan kuten eläinmaailmassa. Miehet ovat jääneet tuttuihin ympyröihin, mutta naiset ovat joutuneet uuden perheen armoille jatkamaan sukua. Ongelmien koittaessa nainen on ulkopuolisena voitu ajaa pois uudesta laumasta. Siksi naiset ovat oppineet pitämään henkiset antenninsa korkealla etsien varoittavia merkkejä. Kyky ennakoida ja olla mieliksi ovat naisilla kehittyneet tehokkaiksi.

Superihminen halutaan palvelukseen

Ihmisielen keskeisin henkinen tarve on merkityksellisyyden löytäminen omaan elämäänsä. ”Opiskelu ja työelämän alkuvaihe ovat huijariajattelun kulta-aikaa. Silloin mielikuvat ja toimintatavat itsestä osajana ovat vasta muotoutumassa ja lapsuudessa omaksumat käsitykset ovat vielä vahvoina”, kirjoittaa Ekman.

Ja ne pysyvät sitkeästi. Asiaa ei helpota myöskään työpaikkailmoitukset,

lähteet

■ *Huijarisyndrooma. Miksi en usko itseeni (vaikka olen oikeasti hyvä)*. Tiina Ekman. Minerva.

■ *Oikeasti olen huono*. HS 18.9.2014, Mervi Juusola.

■ *Huijarisyndrooma vaivaa monia*, HS 12.2.2017, Katri Kallionpää.

www.psykologi.fi

tarjoaa tietoa ja hoito-ohjeita.

jossa luodaan mielikuvaa yli-ihmisistä, joita ”meidän yritys” on jo täynnä. Kuinka moni pätevä jättää hakematta, koska ei koe täyttävänsä mittaa. Työsuhteessa jo olevat puolestaan pelkäävät jatkuvasti osoittautuvansa riittämättömiksi ja oikeasti osaamattomiksi. Se on tavattoman raskasta. Epävarmuus omasta arvosta ilmenee työnarkomaniana, korostuneena vaatimattomuutena, heittäytymisenä hurmuriksi, ylimuutuvaisuutena tai matkimisena.

Paineet alas ja henki kulkemaan

Liiallinen perfektionismi tuo mukanaan työn loputonta viimeistelyä, jossa homma riistyy täydellisyden tavoitteluksi. ”Huijari” kuvittelee, että on tehtävä aina vain parempaa työtä, koska niin kaikki muutkin tekevät. Tai sitten hän ajattelee, että hänen on ylitettävä oma täydellisyytensä joka kerta.

Jatkuva paine virittää elimistön ja psyyken koville kierroksille. Ahdistus on normaali reaktio erilaiseen paineeseen. Ahdistusreaktio jää ennen pitkää päälle kehäksi, josta on vaikea päästä irti. Ärtymys, välttely tai vaikeus ajatella selkeästi aiheuttavat epämukavuutta.

Kaikki nämä oireet ja kehät on mahdollista lieventää ja murtaa. Ajatuksia ja uskomista voi muovata, ja tunteiden säätelyyn löytyy harjoitteita. ”Huijari” ei ole yksin.

Anne Lagerstedt

”Milloin ne huomaavat, etten minä oikeasti osaa tätä duunia?”

en ole pätevä

en jaksa

en ole varma

en tiedä

en ole varma

epäonnistun

en osaa



KUVAT: MARI HYTINEN

Järjestötoiminta torjuu yksinäisyyttä ja vahvistaa terveyttä

NNKY:n järjestöpäivät lokakuun alussa tarjosivat inspiraatiota ja mahdollisuuden makustella, mitä NNKY on tänään, millaisena haluamme sen huomenna. Mikä on se tarina, jolla houkuttelemme jäseniä ja toimijoita?

Osallistuminen on ihmisten luontaista, yhteisöllistä toimintaa. Yhteisöllisyys tarjoaa turvaa ja tunteen olla tärkeä ja tarpeellinen. Kaiken tämän tarve korostuu entisestään, kun perinteiset yhteisöt heikentyvät. Vaikuttaminen tuo osansa

toisten ja yhteiseen hyvään ja samalla omaan elämään, kertoi alustuksessaan **Henrietta Grönlund**, kaupunkiteologian yliopistonlehtori ja kirkkososiologian dosentti Helsingin yliopistosta. Entisajan yhtenäiskulttuuri, jossa yhteisöllä oli lähes yksinvalta yksilön elämään,

on muuttunut vastakohtaiseen. Puolet maailmassa väestöstä asuu nykyään kaupungissa tai kaupunkimaisissa oloissa. Kaupungistuminen liittyy modernisaatioon, joka on johtanut voimakkaaseen individualismiin. – Yksilöllä on enemmän vapauksia ja valinnanvaraa kuin koskaan ennen. Valinnanvapauden varjopuolena on valinnan pakko, joka on vaikeaa varsinkin nuorille, joiden on yhä nuorempina pakko tehdä kauaskantoisia valintoja, Grönlund toteaa. Valinta onkin vaikeaa, sillä kaikkea on valtavan pal-

jon: tietoa, koulutusta, ihmisiä, tavaroita, järjestöjä... **Halu auttaa on muuttumaton** Se, mitä on vähänlaisesti, on aika. Järjestöjäkin on paljon, mistä valita. Järjestöjen brändejä tarkastellaan ja vertaillaan, mikä näistä sopisi juuri minulle. Lisäksi oman toiminnan tarjonnalle asetetaan omat ehdot: mitä, milloin ja kuinka paljon voin osallistua. Osaksi tämä on seurausta väljemmästä sitoutumishalukkuudesta, osaksi syynä on osallistumiskyvyn rajallisuus.

Strategiatyöpajassa pohdimme yhdessä, mihin suuntaan NNKY:tä lähdemme ohjaamaan ja millä tavoin. Jenni Kaitila (vas.) ja Leena Parkkonen tuomassa oman ryhmänsä mietteet esille.

Nykyään sosiaalisella medialla on omat, nopeasti tietyn asian polkaisemat toimintaryhmät (bottom-up ja pop-up). Tällaisia esimerkiksi kokoontui eri puolelle Suomea pakolaisaalton tultua Suomeen. Vapaaehtoiset keräsivät tarvikkeita ja tarjosivat muutakin apua lyhyellä varoitussajalla mm. Oulun NNKY:ssä. Muuttuvassa maailmassa on asioita, jotka eivät pohjimiltaan muutu. Ihmiset haluavat merkityksellistä elämää. Grönlundin tutkimuksen mukaan runsas kolman-

nes suomalaisista osallistuu vapaaehtoistoimintaan. 53 % osallistui jonkin järjestön tai yhteisön toimintaan, joista yli puolet osallistuu järjestötoimintaan pitkäkestoisesti tai säännöllisesti. Puolet kyselyyn osallistuneita, jotka eivät olleet mukana vapaaehtoistoiminnassa, toivoi, että heitä pyydetäisiin osallistumaan.

Yksinäisyys tappaa Individualismin ja kaupungistumisen merkittävien kääntöpuoli on yksinäisyys. Yksinäisyyttä on monenlaisia. Vakavin niistä on elämäntilanneyksiinäisyyttä, joka pitkäkestoisena voi aiheuttaa viheliäisen kehän. Esimerkiksi lapsi, joka jää leikkien ulkopuolelle, tulkitsee tilanteen usein toisin kuin muut. Jos hän ajattelee, että minua ei haluta, että en kelpaa, se johtaa tiedostamattomaan itsesuojeluun, joka taas on merkki toisille, että tuo haluaa olla itsekseen. Yksinäisyys voi myös periytyä, jos äiti kokee raskeana yksinäisyyttä. Kansainvälisten tutkimusten mukaan yksinäisyys heikentää immuunipuolustusjärjestelmää, lisää sydän- ja verisuonisairauksien riskiä ja muuttaa aivojen hormoni- ja stressinsäätelymekanismeja. Yksin jäävä ihminen ei ole turvassa. Me tarvitsemme kaikki toinen toisiamme. Siksi järjestö- ja vapaaehtoistyö on tarpeellista kaikin tavoin.

NNKY:n tarina toiminnan pohjana Henrietta Grönlundin herättämistä ajatuksista jatkettiin fasilitaattori **Maija Sepon** strategiatyöpajaan. NNKY-liike on kokonaisuus, sillä on hieno tarina. Naisen ikäkaari lapsuudesta vanhuuteen NNKY:ssä on hyvä suoja yksinäisyyttä vastaan. Samoin mahdollisuus tuntea olevansa tarpeellinen onnistuu NNKY-toiminnassa. Lauantaina nautimme il-



Henrietta Grönlund (vas.) puhui ihmisen tarpeesta olla yhteydessä toisiin. Ihminen kuolee ilman toista ihmistä, se on meidän biologinen faktamme. Tarkkaavaisina kuuntelijoina Riitta Rauhalo ja Irina Olanterä.



Maija Seppo ohjasi analyysiin NNKY:n arvoista ja perustehtävästä sekä miettimään, millaisen maailman haluamme.

lallisen ravintolan Perhon kabinetissa herkullisen ruoan sekä **Tiina Puolitalen** laulun ja **Noora Mäntylän** pianosäestyksen lumoamina. Jäsenhankintakampanjan voittajat pienistä yhdistyksistä olivat Lapin (45,4 %), Mäntyhärjun (35,7 %) ja Savonlinnan (29,8 %) NNKY:t. Suurista yhdistyksistä palkittiin Turun (18,7 %), Jyväskylän (13,4 %) ja

Kuopion (13,2 %) NNKY:t. Sunnuntaina teimme meditaatiokävelyitä. Yksi ryhmä lähti kirkkokierrokselle Töölön kirkon, Olaus Petrin ja Temppeliaukion kirkon lähetyville. Toinen ryhmä kiersi Hietanimen hautausmaalla mm. Taiteilijamäellä ja **Ottilia Stenbäckin** haudalla ja kolmas ryhmä tutustui HAM:issa taidenäyttelyyn. Anne Lagerstedt



ANNE LAGERSTEDT

Maa on niin kaunis -laulun säestämänä istutimme NNKY:n perustajajäsen **Ottilia Stenbäckin** haudalle skimmian Hietanimen hautausmaalla.

Joudumme varmaan jokainen joskus improvisoimaan asioita, kun jotain yllättävää tapahtuu. Tätä ”lonkalta heittämisen” taitoa voi myös kehittää.

Improvisointi tarkoittaa esityksen luomista esittämishetkellä. Sitä käytetään erityisesti musiikin alalla, mutta se on yhtä lailla tärkeä myös monissa muissa yhteyksissä, kuten näyttelemissä tai viihdyttämisessä.

– Työelämän, parisuhteen ja elämässä menestymisen edellytys on vuorovaikutusosaaminen ja joustava heittäytymiskyky. Näitä taitoja ei opita yksin kirjoja lukemalla, mutta yhdessä tekemällä syntyy uusia oivalluksia, sanoo vuorovaikutusmuotoilija **Simo Routarinne**.

Suomessa erityisesti **Keith Johnstone**n metodeista kehittynyt *Impro* on teatteri-ilmaisun tapa, jossa esitystä vievät eteenpäin idean tarjoaminen ja tarjotun idean hyväksyminen. Johnstone painottaa epäonnistumista lahjana. Ihminen ei voi oppia mitään ilman mokia. Johnstone ei myöskään rohkaise ketään tekemään parastaan, sillä silloin yrittää olla parempi kuin on.

Erikoisuuden tavoittelu ei kannata

Improvisaatiolle tyypillisiä ominaisuuksia ovat yllättävyys ja toistamattomuus. Spontaaniudesta huolimatta improvisointi ei kuitenkaan ole sattumanvaraista toimintaa. Spontaanius on edellytys mielikuvituksen ja luovuuden kehittymiselle. Erikoisuuden tavoittelu sen sijaan rajoittaa omaa tekemistä. Johnstonen mukaan omaperäisyys on itsestäänselvyys. Inspiroitunut taiteilija ei tee päätöksiä eikä vertaile kahta ideaa keskenään, vaan hyväksyy ensimmäiset ajatuksensa. Omien ja toisten ajatusten hyväksyntä ja ideoiden edelleen kehittäminen onkin olennainen osa improvisaatiota.

Yllätyksellisyys kehittää

Spontaanius ja vapaa assosiointi ovat olennaista myös tarinankerronnassa. Tarinoiden keksiminen saattaa tuntua aluksi vaikealta, joten työskentely voi-



Esiintyminen on suhteen rakentamista yleisöön. Tai se voi olla leikkiä, josta alkaa rakentua esitys.

ANNE LAGERSTEDT

Iloa ja innostusta improvisaatiosta

daan aloittaa esimerkiksi nopeaan reagointiin perustuvilla lista- ja assosiaatioharjoituksilla sekä keksimällä tarinoita ryhmissä sana kerrallaan. Tarinoiden kiinnostavuus perustuu Johnstoneen mukaan rutiinin rikkomiseen.

Improvisaatio voidaan jakaa kolmeen erilaiseen toteutustapaan, se on katsojille suunnattua, ryhmän sisällä tehtyä tai soveltavaa draamaa. Improvisaatiossa ’se juttu’ on yllätyksellisyys, se kehittää kuuntelemisen ja hyväksymisen taitoja.

Moka on lahja

Mokat ovat virikkeitä tarinan eteenpäin menemiselle, niitä kannattaa tuulettaa.

Moka on aivan yhtä hyvä tarjous kuin mikä muu näkökulma tahansa. Jos harjoituksessa tulee jokin toisia koskeva negatiivinen esimerkki esille, se kuuluu, mutta ei kiinnitetä siihen sen suurempaa huomiota. Mokaamisen tavoitteena on päästä irti mokaamisen pe-loista. Keskeisimpänä kysymyksenä on, miten voin toimia siten, että saan toiset näyttämään hyvältä.

Improvisaation käyttämisessä ja ohjaamisessa tärkeintä on ilmapiirin luominen, että jokainen osallistuja voi kokea olonsa niin turvalliseksi, että uskaltaa toimia. Ilmapiirin luomiseen vaikuttavat ohjaajan oma innostus, että luot-taa siihen mitä ja miten tekee sekä yh-

teinen toimintasopimus osallistujien kanssa. Improvisaatio on vakavaa leikkilisyyttä. Ohjaajan on itse luotettava leikkisyyteen toimintamuotona sekä toimintatapojen tavoitteet on ohjaajalla oltava mietittynä. Selkeät ohjeet ryhmälle ovat, että kenenkään ei ole pakko osallistua, ja että toinen ei voi viedä osallistumisen iloa toisilta. Ohjaajan tehtävänä on valita sellaiset harjoitteet, jotka ovat ryhmänohjauksellisesti toimivia.

Improvisaatioharjoituksiamme Soste-risteilyllä

Improvisaatioharjoituksia varten jakaudimme noin 10–12 hengen ryhmiin. Ensimmäisessä harjoituksessa kuvitte-

Spontaanius on edellytys mielikuvituksen ja luovuuden kehittymiselle.

limme olevamme kattilassa olevia popcornin siemeniä. Asetuimme ryhmänä niin lähekkäin toisiimme kuin mahdollista, ja sitten kattilan kuumuessa poksahelimme vuoron perään.

Seuraavaksi asetuimme pyöreään ringiin seisomaan, emme puhuneet mitään, vaan annoimme kukin katseen kiertää vasemmalta alkaen ryhmän jäsenestä toiseen, ja kun katseet kohtasivat, vaihdoin paikkaa.

Assosiaatioringissä laitettiin sana kiertämään. Ensimmäinen sanoi min-kä tahansa mieleen tulevan sanan, seuraava sanoi mitä edellinen sana toi ensimmäisenä mieleen, jne. Aluksi kävimme ringin muutaman kerran hitaasti läpi, sitten nopeutimme tahtia. Assosiaatio lopetettiin sanaan, joka jäi viimeisillä kierroksilla positiiviseksi. Siitä jäi myönteinen mieli.

Seuraavaksi harjoiteltiin Joo-asennetta. Käveltiin tilassa ristiin rastiin ja kuka tahansa osallistuja vuorollaan ehdotti tekemistä, siihen huudettiin joka kerran ”joooo”. Harjoitteen tarkoituksena oli päästää meitä perinteisistä ’ei’- ja ’joo mutta’ -asenteista eroon.

Mielikuvasanoina ja ”miimipatsaita”

Sitten seisoin ringissä ryhmissä, puhuminen ei ollut aluksi sallittua. Ensimmäinen aloitti oman mielikuvasanansa esittämisellä ja lahjoitti sen vasemmalla puolella olevalle. Hän otti lahjan vastaan ja muokkasi sen oman sanansa mukaiseen muotoon ja lahjoitti sen vasemmalla puolella olevalle. Näin kävimme koko ringin läpi ja lopuksi jokainen kertoi, mikä oli kun-kin sana.

Miimisesti rakensimme myös kolmen hengen patsaita mielikuvasanojen mukaan. Ensimmäinen kertoi mikä hän on, toisen tuli jollain tavalla liittyä edelliseen, samoin kolmannen. Muu ryhmä päätti, mikä osa jätetään, kaksi muuta irtautuivat patsaasta. Paikalleen jääneeseen osaan liittyi taas kaksi muuta. Näin tarina jatkuu.

Aivan viimeisenä harjoitteena oli noin pari minuuttia kestävä paritehtävä. Toinen sulki silmänsä ja toinen kuvaili sanallisesti omaa lempipaikkaansa. Sitten vuorot vaihdettiin. Tavoitteena oli lopuksi vielä rauhoittaa tilanne ja jos sydän oli kovasti edellisissä harjoituksissa pampattanut ja verenpaine noussut, niin tämä harjoite toimi hyvin rauhoitteena.

Riitta Rantilä

Kirja: Keith Johnstone: Impro – Improvisoinnista iloa elämään ja esiintymiseen. Yliopistopaino.



MARI HYTINEN

Aila Niinikoski vietti 80-vuotissyntymäpäiväänsä 11. heinäkuuta 2017. NNKY:n talo Helsingissä Pohjoisella Rautatiekadulla on hänelle rakas. – Kuljin usein töihin samassa hississä arkkitehti Wivi Lönnin kanssa, joka asui kolmannessa kerroksessa.

NNKY:n jäsenyyttä 55 vuotta sekä kymmeniä vuosia monipuolisia työ- ja vapaaehtoistehtäviä niin kotimaassa kuin maailmalla – **Aila Niinikoskelle** NNKY on hengellinen rikkaus.

Aila Niinikosken jännittävä NNKY-ura:

”NNKY on minulle rikkaus”

Olen hyvin kiitollinen siitä, mitä NNKY on minulle elämässäni antanut: niin NNKY:n toimintamuodot kuin ihmiset ovat ottaneet mukaansa! Liityin Tampereen NNKY:n jäseneksi vuonna 1962 opiskellessani yliopistossa. Tampereen NNKY:stä tuli myös ensimmäinen työpaikkani.

Olin vielä opiskelija, kun sain osallistua minulle ensimmäiseen NNKY:n Maailmanneuvoston kokoukseen Tans-

kassa. Osallistuin myöhemmin Maailmanneuvoston kokouksiin Kreikassa (-79), Singaporessa (-83), USA:ssa (-87) ja Norjassa (-91).

Tanskassa menin ennen kokousta aamu-uinnille meren rantaan. Seuraani liittyi amerikkalainen rouva, joka kysyi minulta mistä olen kotoisin. Kerroin olevani Suomesta ja hän vastasi tulevansa USA:sta. Kävimme sen jälkeen uimassa yhdessä joka aamu. Myöhemmin kuulin, että uintikaverini on rouva **Mary**

Rockefeller. Tapasin hänet uudestaan, kun osallistuin NNKY:n kansainväliseen koulutukseen USA:ssa. Hän järjesti meille vierailun Valkoiseen taloon. Vierailin myös hänen kotonaan New Yorkissa 5. Avenuella, ja yhteyttä pidimme hänen kuolemaansa saakka.

NNKY seuraa aikaansa

Pääsihteeri **Sylvi Visapää** näki kansainvälisen työn tärkeäksi globaalissa NNKY-liikkeessä ja kutsui minut liiton nuor-

risosihteeriksi vuonna 1964. Olin juuri suorittanut tentin YK:n toiminnasta. **Annikki Sipilä** vastasi tuolloin liitossa lähetystyöstä, **Siiri Riho** leiritoiminnasta Tunturikeimiöllä ja **Paula Halvisto** tuli liittoon vähän myöhemmin. Kun kiersimme paikallisyhdistyksissä ja kouluissa kertomassa NNKY:stä, majoitimme yhdistysten puheenjohtajien ja muiden toimijoiden kodeissa. Opimme tuntemaan toisemme hyvin.

NNKY:ssä on aina ollut eri-ikäisten naisten ja tyttöjen toimintaa. Kun 70-luvulla Herttoniemen NNKY:ssä alkoi tyttötyö, sinne perustettiin heti

Erilaisuus rikastuttaa elämää

Rasismien vastainen työ teki minuun vaikutuksen NNKY:n kansainvälisessä koulutuksessa (International Training Institute, ITI), johon osallistuin USA:ssa vuonna 1965. Tutustuimme paikalliseen toimintaan eri puolilla maata ja kuulumme, miten vaikea mustan väestön tilanne oli tuolloin.

Etelä-Afrikassa oli erikseen mustien ja valkoisten NNKY. Sitten he totesivat, ettei se ole oikein. Kun mustien NNKY:n pääsihteeri vangittiin ylläpitämästään kristillisestä toiminnasta, meille kaikille NNKY:ssä tuli pyyntö lähettää postikortteja ja kirjoja hänen vapauttamisekseen. Kortteja ja kirjoja tuli valtava määrä, ja hänet todella vapautettiin. Maailmanliiton hallitukseen tuli myöhemmin eri maanosien edustajille kiintiöt.

Pienikin lahja on merkityksellinen

Vuosina 1981–84 työskentelin NNKY:n Maailmanliitossa Genevessä ja kiersin paljon Aasian maissa. Opin siellä arvostamaan, miten pienestä ihmiset ovat tyytyväisiä. Myös NNKY:n toiminnassa

Skotlannissa työskentelin kolme vuotta. Thaimaassa vierailin naisvankilassa. Siellä oli nuoria naisia, jotka olivat myyneet kadulla huumeita miestensä pakottamina ja saaneet siitä 20–30 vuoden tuomion. NNKY:n naisten kuntoutuskodissa tarjottiin koulutusta ja tuettiin myös entisiä prostituoituja pääsemään takaisin omille jaloilleen.

Sri Lankassa rakennettiin projekti-rahituksen turvin slummialueelle käymälä. Slummin päälliköt olivat miehiä ja he olivat päättäneet, että vain miehet saavat käyttää käymälää. Kun kuulin siitä, sanoin, että naisetkin käymälää enemmän tarvitsevat. Sen muutoksen sain siellä aikaan.

Filippiineillä kylän naiset olivat päättäneet saada lastentarhan, jotta heillä olisi mahdollisuus mennä töihin. NNKY:n hankkeen avulla he ottivat yhteisen sian. Kun siasta saadut lihat myytiin, naiset saivat rahaa ja ostivat kanoja. Sitten he myivät kananmunia. Tällä yhteistoiminnalla he saivat rahoitettua pienen korttelipäiväkodin.

Yhteisöllisyyttä ja elävää ekumeniaa

Vuonna 1989 olin NNKY:n edustajana Prahassa ekumeenisessa valtuuskunnassa. Silloin siellä oli tankit kaduilla ja ihmiset huusivat ”svoboda”, vapaus. Matka oli meille kaikille merkittävä ja se yhdisti meitä niin, että tapaamme toisemme yhä 4–5 kertaa vuosittain ja jaamme ekumeeniset kuulumiset. Terveiset **Eija Köntti, Silja Forsberg, Merja Immonen, Iris Rajamaa** ja **Eeva-Liisa Tolvanen!**

Helsingin NNKY:ssä olen jo aikaa sitten antanut tilaa nuoremmille, mutta jäsenyyteni säilyy. Kesäasukkaana minulla on yhteys myös Mäntyharjun NNKY:hyn. Olen Mäntyharjun kuntakummi, ja kuten kummin tehtävänä on, autan kuntaa kehittymään ja kasvaamaan. Olen korostanut yhteisöllisyyttä ja sitä, että naiset pääsisivät kesälläkin harrastamaan liikuntaa ja tutustumaan toisiinsa. Kun nuorilla on paikallisia ystäviä, he lähtevät mielellään mökille vanhempiensa kanssa. Muuten he kysyvät, miksi me tänne tultiin.

Olen kiitollinen NNKY:lle – elämässäni on ollut turvaa ja johdatusta. Lähetän yhä noin 80 joulukirjettä sähköpostitse ystäville eri puolille maailmaa ja kaikkiin heihin olen tutustunut NNKY:n tehtävissä!

Mari Hyttinen



Ikonimaalaus

– luovuutta pyhyiden äärellä

1960-luvulla alkanut ikonimaalauksen läpimurto on tehnyt itäistä kirkkotaidetta tunnetummaksi myös Suomessa. Ikonin kyky puhutella on johdattanut yhä useampia ihmisiä maalausharrastuksen pariin.

Nykyään ikonimaalaukseen on kiinnostusta yli kirkkokuntien rajojen kaikkialla maassamme – se on suositumpaa kuin koskaan. Valamon luostarissa on nähtävissä ihastuttava *Ikonin & maalari* -näyttely, missä huomio poikkeuksellisesti on ikonien ohella myös tekeissä. Ikonimaalaus on perinteisesti anonyymiä, maalarin persoonaa ei tuoda esiin, vaan ikonimaalari maalaa työnsä Jumalan kunniaksi. Persoonallinen kädenjälki ja lahjakkuus ovat kuitenkin aina läsnä piirroksessa, värivallinnoissa ja siveltimen jäljessä. Ortodoksinen ikonografia asettaa maalaukselle oman viitekehänsä, mutta persoonallinen luovuus ja toteutus tekevät jokaisesta ikonista ainutkertaisen.

Ikonien kiehtova tarina

Ikonin (kreik. *'eikón'*; 'kuva') on Kristus, Jumalanäitiä, enkeliä, pyhää ihmistä tai kirkkovuoden juhlaa esittävä ortodoksiseen jumalanpalveluselämään liittyvä kuva. Ikonien aiheet ovat kahden vuosituhannen takaisia. Ne periytyvät varhaiskirkon ajoilta ja ilmaisevat evankeliumien tavoin ortodoksisen kirkon oppia kuvan keinoin. Useimmiten ikoni on puulle temperaväreillä kirkon opetusta noudattava lukuisten



Jaakobin uni ja paini.
Tuula Sinkkonen, 2008.

sääntöjen säätelmänä maalattu kuva. Ikoni voi olla myös luulle tai kivelle maalattu, se voi olla mosaiikki- tai tekstiili-ikoni, veistetty tai painettu kuva.

Ikoni ei ole perinteinen taide-esine taulun tapaan, eikä sitä palvota, vaan kunnioitetaan Kristuksen pelastustyön todistajana aivan kuten ristiä tai evankeliumia. Persoonallinen ja rajallinen inhimillinen lahjakkuus on näin yhdysside rajattomalle luomisen voimalle näkyvän ja näkymättömän maailman välillä.

Taiteilija Jumalan kunniaksi

Ikonia ei ole ollut tapana signeerata, onhan ikoni maalattu Jumalan kunniaksi. Ikonimaalarin kättä on työvaiheessa ohjannut Jumala. Koska ikoni on väriin puettua teologiaa, sen tärkeä tehtävä on auttaa keskittymään rukoukseen. Ikoneja käytetään sekä kirkkoissa että kodeissa. Erityisen tärkeitä ovat Kristusta kuvaavat ikonit, koska niiden pääsanoma on Jumalan tulo ihmiseksi pelastamaan maailmaa.

Ikonin esikuvaksi mainitaan perimätiedon mukaan ns. käsittä tehty Kristus (*Mandylion*), Kristuksen kasvokuva, joka piirtyi silloin, kun Kristus lähti liinan sairaalle Edessan ruhtinaalle. Ortodoksisessa kirkossa Neitsyt Maria, Jumalanäidiksi sekä Jumalansynnyttäjäksi kutsuttu, on myös keskeinen ikonien aihe. Jumalanäidin ikoneihin kuvataan melkein aina myös Kris-

tus-lapsi, sillä Mariaa kunnioitetaan nimenomaan Kristuksen synnyttäjänä. Jumalanäiti on kristittyjen ylin esirukoilija ja suojelija. Jumalanäidin ikoneja tunnetaan satoja, ellei tuhansia eri tyyppisiä.

Sivellin evankelista Luukkaan kädessä?

Kirkon perimätiedon mukaan ensimmäisenä varsinaisena ikonimaalarina pidetään evankelista Luukasta, joka maalasi Jumalansynnyttäjän ikonin, *Hodigitrian* (suom. opas, taluttaja, tienäyttävä). Neitsyt Marian käsi osoittaa ikonissa Kristusta kohti näyttäen konkreettisesti kristityille tien. Vanhat ikonit ovat perinteen mukaan luostareiden munkkien lahjakkuuden tulosta, nykyisin suurin osa nykyisistä ikonimaalareista on maallikkoja ja naisia.

Valamon Ikoni ja maalari -näyttely

Esillä oleva monipuolinen ja ainutlaatuinen ikonimaailma rajattomuudessaan tarjoaa tuoreen näköalapaikan nykyhetken ikonimaalaukseen, sillä näyttelyssä on esillä ikoneita peräti 53 maalailta eri puolilta Suomea, pääosin viime vuosina maalattuja.

Suomen Ikonimaalarit ry:n Valamos toteuttaman 40-vuotisjuhlanäyttelyn kuraattorina on toiminut *Ikonimaalari*-lehden päätoimittaja **Liisa Heikkilä-Palo**. Järjestön tavoitteena on ortodoksisen ikonimaalauksen perinteen vaaliminen ja tunnetuksi tekeminen sekä Suomessa toimivien ikonimaalareiden keskinäinen yhteydenpito. Yhdistys, jonka jäsenistöön kuuluu sekä ammattimaalareita että ikonimaalauksen harrastajia, järjestää seminaareja, maalauskursseja, opintomatkoja, näyttelyitä ja tuottaa oppimateriaalia. Näyttelyn naapurissa, maamme ainoassa ikoniakatemiassa, Valamon kansanopistossa voi ikonimaalausta opiskella erilaisilla kursseilla.

Sirkka Vepsä

info

IKONI & MAALARI. Suomen Ikonimaalarit ry 40-vuotisjuhlanäyttely Valamon luostarin kulttuurikeskuksessa, Valamontie 42, 16.9.2017–28.2.2018.

Näyttely on avoinna: ti–la klo 10–17, su ja kirkollisina juhлина klo 12–17, ma suljettu.

Lisätietoja: Ikonimaalarit ry:n pj. Antti Narmala, antti.narmala@valamo.fi ja www.suomenikonimaalarit.fi

Roskakävelyillä välitetään kunnioituksen ja huolenpidon henkeä

■ Tapana on pitää kotimme ja pihamme siistinä. Ympäristöstä on välitetty lähinnä keväisillä roskatalkoilla. Mutta riittääkö kodissa kerran vuodessa siivous? Roska päivässä -liikkeessä on syntynyt uusi perinne, Roskakävelyt. Tänä vuonna ne ovat Suomi 100 -Roskakävelyjä. Ensi vuonna jatkamme hyväksi havaittua uutta perinnettä.

Roskakävelyillä kerätään roskia oman normaalin kävelyn lomassa. Eräs Norjassa asuva nainen meni uuden vuoden juhliin ystäviensä luokse ja kunnioitti tietä ystävien luo keräämällä roskia. Juhlijat ilahtuivat kovasti tästä huomaavaisesta eleestä.

Päivittäistä jumbppaa

Jotkut roskien kerääjät hankkivat itselleen roskapihdit. Omaan kirjastoon tai kirkkoon voi tehdä aloitteen, että sinne hankitaan lainattavia roskapihtejä.

Toisaalta roskien kerääminen ilman pihtejä on terveellistä liikuntaa keholle. Jotkut vanhemmat Roskaliikkeen liikkeen jäsenet toteavat, että aamuisen roskankeräyksen jälkeen keho tuntuu vetreämmältä ja pyssyy paremmassa kunnossa koko päivän. Käden voi suojata likaisten roskien kohdalla esim. leipäpussilla.

– Minä aloin harrastaa roskakävelyä, kun ystäväni kutsui minut yhdessä roskakävelemään, totesi hiljattain eräs turkulainen Suomi 100 -Roskakävellymme osallistuja nainen.

Rohkaisen siis kaikkia olemaan aloitteellisia, näin uusi perinne menee eteenpäin. Me opetamme toinen

toisillemme konkreettisesti luonnon varjelua. Mitä vähemmän roskaa luonnossa on, sitä vähemmän sitä luontoon heitetään. Kunnioituksen henki alkaa pikkuhiljaa vallata tilaa välinpitämättömyydeltä ja itsekkyydeltä.

Kirkot, kirjastot ja koulut mukaan

Muutkin tahot tulevat hankkeeseen mukaan. Ekumeenisella Vastuuviikolla osa kirkkoista Helsingissä järjesti Kirkkokävelyn, johon he yhdistivät Suomi 100 -Roskakävelyn. Vastuuviikon koordinaattori **Katariina Väisänen** on välittänyt kutsuni muillekin kirkkoille varjellaan luontoa ja muuttamaan ympäristösuhdettamme kunnioittavammaksi.

Kirkon kunnioittamiseen tulisi mielestäni kuulua roskatontin kirkkotie ja kirkon edusta.

Pitäjänmäen kirkko ryhtyy ensimmäisenä esittämään perhetoiminnan yhteydessä toivomuksen ainakin yhden roskan keräämisestä kirkkotiellä. Toivottavasti moni muukin kirkko tarttuu ajatukseen.

Sivistyslaitoksista ensimmäisenä kirjasto on jo järjestänyt Suomi 100 -Roskakävelyn Helsingin Pohjois-Haagassa. Sain kutsun ensimmäisenä Suomen luonnon liputuspäivänä 26.8. Sotungin koululle Vantaalle kertomaan Roskaliikkeestä. Tämän jälkeen oppilaat, vanhemmat ja opettajat tekivät Suomi 100 -Roskakävelyn.

Kouluissa on järjestetty myös Laulavia Tonttu -Roskakävelyä ennen joulua.

Ensimmäisen Laulavan



JARI PEITORANTA

Suomesta tuli juhluvuotenaan maailman ensimmäinen maa, jossa luonto sai oman virallisen liputuspäivän, Suomen luonnon päivän, jota vietetään 26.8.

Roskakävelyn teki Hakavuoren kirkkokuoro vuosia sitten.

Laulukuoro LauluAvain on tehnyt myös Roskaliikkeen kanssa yhteisiä Laulavia Roskakävelyjä.

Sosiaalisen muutoksen tuottaminen vaatii tietenkin aikaa ja aktiivista välittämistä.

Rohkaisevaa kuitenkin on, että jokainen meistä voi ottaa aloitteen muutoksesta omiin käsiinsä ja viedä viestiä eteenpäin omissa piireissään!

Tuula-Maria Ahonen

Roska päivässä -liikkeen perustaja



Nuoret naiset Ruotsista, Norjasta ja Tanskasta kävivät NNKY-visiitillä Helsingissä ja tapasivat liitossa järjestösihteeri Riitan, Christinan Helsingfors KFUK:sta, liiton koko hallituksen, puheenjohtaja Minnan ja pääsihteeri Annen sekä entisen pääsihteeri Pirjo-Liisan, joka kertoi kokemuksiaan ja näkemyksiään NNKY:n kansainvälisestä työstä.

Våra nordiska systrar besökte Helsingfors

■ Vi hade den yttersta glädjen att välkomna en grupp unga aktiva KFUK:are från våra grannländer Sverige, Danmark och Norge till Helsingfors 16–17 september.

På lördagen började dagen med besök på förbundskansliet där förbundssekreterare **Riitta Ranttilä** och förordet generalsekreterare **Pirjo-Liisa Penttinen** presenterade det dagliga arbetet för gruppen samt berättade om KFUK Finland. Till lunch träffade skaran förbundsstyrelsen. Diskussionen var livlig trots att språket var en blandning av skandinaviska och engelska. Nya verksamhetsidéer kastades fram och olikheter mellan de olika KFUK-föreningarna intresserade.

Samtalen fortsatte under söndagen som inleddes med brunch på Helka. Under diskussionen framgick att de nordis-

ka gästerna värdesatte generationsöverskridande ledarskap och -verksamhet och ville gärna höra om situationen inom Helsingfors KFUK som har ett fungerande samarbete mellan generationerna. De svenska gästerna upplevde att de hade fått förtroende av de äldre medlemmarna som trots att de stigit åt sidan ändå kunde fungera som coacher för de yngre medlemmarna.

Att höra till något större spelar en stor roll

Känslan av att höra till något större än den egna lokalföreningen eller det nationella förbundet var något som vi alla var överens om att spelar en stor roll för det egna engagemanget överlag i rörelsen. Av den anledningen känns också ett nordiskt samarbete med Y Feminist Action aktuellt. Att ha möjlighet

att träffas över landsgränser och reflektera över aktuella teman och frågor tillsammans är enkelt om vi väljer att göra det. I Helsingfors KFUK är vi väldigt nyfikna på hur verksamheten ser ut i de övriga nordiska länderna och intresserade av att höra mer om de olika projekten Y Feminist Action driver. Vi hoppas även att vi i gengäld kunde dela med oss av något som är viktigt för oss. Kulturarbete med en kristen dimension som är något vi ägnat oss åt under de senaste åren är ett exempel på verksamhetsformer vi hoppas kunna inspirera flera andra föreningar att ta med i sin verksamhet.

Det skall bli spännande att se vad framtiden bjuder på inom föreningslivet och det nordiska samarbetet.

Christina Elving-Andersén och Linda Jordas

Katso myös: www.ywca.fi → Paikallinen toiminta

Tiedot NNKY-palstalle: Näkyvä Nainen 6/2017 pe 3.11. mennessä osoitteeseen anne.lagerstedt@ywca.fi, kiitos. Kaikkien yhdistysten tiedot tervetulleita.

ETELÄ-POHJANMAAN NNKY

➔ **Juurikuja 5**
60510 Hylllykallio
pj. Pirkko Takala, p. 050 401 4565
pirkko.takala@netikka.ep.nnky@gmail.com

HELSINGFORS KFUK

➔ **Arkadiagatan 33 A 13**
00100 Helsingfors
www.helsingforskfuk.fi
pj. Christina Elving-Andersén
040 545 0409
christina.elving@live.fi

HELSINGIN NNKY

➔ **Mechelininkatu 15 A 8**
00100 Helsinki
p. 044 594 4528
hnnky@hnnky.fi, www.hnnky.fi
pj. Katri Jussila
tj. Leena Viikka
[Facebook Helsingin NNKY](https://www.facebook.com/HelsinginNNKY)

KERHOT

- Töölön tyttöjen tupa 3.–6.-luokkalaisille tytöille, **luomakuntaklubi** ma klo 14.30–16.30.
- Nuorisotalo Merirasti, ti 3.–6.-lk. tytöille, **liikuntakerho** klo 14–16, kokikerho klo 17–19.
- Malmin nuorisotalo, **pulla & puuhakerhot** ti, 1.–3.-lk. 15–17, 4.–5.-lk. klo 17–19.
- Kallahden nuorisotalo, ke ja to 3.–6.-lk., **taidetta ja kokkausta** klo 16–18. Lisäksi Taivallahden koululla kokkikursseja ja Pihlajamäen nuorisotalolla luomakuntaklubi.

Musiikkileikkitoiminta Mikael Agricolan kirkolla ke, musiikkileikkikoulunopettaja Heta Blom,
• vauvat vanhemman kanssa klo 15.00–15.30
• 1–2-vuotiaat vanhemman kanssa klo 15.45–16.15
• 3–4-v. (vanhempi voi olla mukana) klo 16.30–17.00
• 5–6-v. klo 17.15–17.45.
Kamat Äidit -vertaisryhmä joka toinen ma klo 17.30–19.00 Töölössä ja joka toinen to Rastilassa (paritto-mat viikot).
Voimasiskot: Venäjänkielinen maa-hanmuuttajien vertaisryhmä ko-

koontuu ti-iltaisin Töölön tyttöjen tuvalla. Uusia ryhmiä tarpeen mukaan!
Nuorten naisten kirjallisuuspiiri/luovan kirjoittamisen ryhmä kok. n. kerran kk.
Raamattua löyhäpipoisille -ryhmä kok. Liisa Siikalan johd. Temppe-liaukion kirkolla.
Unelmapäivä la 2.12. klo 15–17 Töölön Tyttöjen Tuvalla. Luvassa musiikkia ja joululauluja sekä Päivi Valjakka-Salminen ja Leena Laakso. Tilaisuus on avoin kaikille jäsenille ja



Kuopion NNKY:n uudet toimitilat

Ekumeeninen tilojen siunaamisjuhla pidettiin 27.8.2017. Pastori Hanna Vasilijev tuomiokirkkoseurakunnasta ja Isä Harri Peiponen ortodoksiseurakunnasta toimittivat siunaamisen. Tilaisuuteen kutsuttiin yhdistyksen jäsenet sekä yhteistoimijat. Kiitollisena jatkamme syksyn toimintaa.

toiminnassa mukana oleville, joului-nen tarjoilu. Ilm. toimistolle.
Vierailu ekokampajalle to 9.11. Glögi-ilta, ohjelmassa tietoa ja vinkkejä luonnonmukaisesta hiustenhoidosta. Kampaamo Leena Selin, Sammonkatu 1, 00100 Helsinki. Mukaan mahtuu 10 ensiksi ilmoittautunutta, ilm. toimistolle.
Luovan kirjoittamisen kurssi ke 1.11., 15.11. ja 29.11. klo 18.45–20. Kurssin ohjaajana Anna Mäenpää. Kurssi soveltuu kaikille, jotka haluavat kirjoittaa ja kehittyä kirjoittajina! Kurssi on maksuton. Ilm. toimistolle.

DEBORA -TYTTÖTYÖN KEHITTÄMISHANKE
Facebook: Debora-hanke, Instagram: #somasoppi, debora@hnnky.fi, 040 551 9384.
Hankkeen avoimet olkkarit, Soma Soppi, Retkeilijänkatu 7 A, Hki.
4.–6.-luokkalaisten ti klo 14–17, 7.–9.-lk. ke klo 15–18.

HÄMEENLINNAN NNKY

➔ **Saaristenkatu 19 B**
13100 Hämeenlinna
pj. Irja Appelroth
p. 050 60 825
irja.appelroth@gmail.com

IMATRAN NNKY

➔ **pj. Auli Piiparinen**
p. 050 411 8177
auli.piiparinen@gmail.com

KOKOUSKUTSU: Yhdistyksen sääntömääräinen **syyskokous** su 26.11. klo 14. Kokousta edeltää lauluhetki virsikirjan uuden lisävihon parissa, säestys Annika Tammela.

AIKUISTEN TOIMINTARYHMÄT
Avoin kohtaamispaikka aamiaisiin ti klo 9–11, ohjelmapitoinen aamiaisen 5 €.

- 7.11. Musiikin terapeuttinen vaikutus, Mikko Oinonen
- 14.11. Iloa liikunnasta.

Leidien leffatreffit. Riitta Keuramo johtaa elokuvien päivänäytöksiin, jonka jälkeen nähdystä elokuvasta keskustellaan kahvilassa. Lisät. ja ilm.: toiminnanohjaaja, 040 740 4472, jklennky@elisanet.fi.

Laula, leiki, lennä – ikäihmisten musiikkitoimintatuokio, musiikkipedagogi Jenny Haapalainen, pe 17.11. sekä 15.12. klo 10–11. 5 €/kerta, maksetaan paikan päällä. Ilm. ja lisätiedot 040 557 6177 tai jenny.haapalainen@gmail.com.

Kirjapiiri I joka kuun 2. ma klo 13, ohj. Mirja Knuuttiila ja Sirkka Ruokoski.

- 13.11. Maja Lund: Mehiläisten historia
- 11.12. Joel Haahela: Mistä maailmat alkavat

Kirjapiiri II joka kuun 1. ti klo 13, ohj. Pirjo-Liisa Sillgren

- 7.11. Nina George: Pieni kirjapuoti Pariisissa
- 5.12. Riitta Jalonen: Kirkkaus.

Exodus-raamattupiiri kerran kuussa to klo 14 alkaen 14.9., ohjaaja Heidi Watia, lisätietoja toiminnan-ohjaajalta.

Latinanpiiri ti 14.11 ja 12.12. klo 13, ohj. Pirkko Sintonen.

Laku-ryhmä Lauantain toivotut levyt -ohjelman hengessä 3.11 ja 8.12 klo 13.

NUORET AIKUISET
Nuorten aikuisten lauluryhmä Jännät. Harjoitukset joka toinen ti klo 18.15. Lisätiet. toiminnanohjaajalta. Ännälän Äx-naiset. Nuorten ja työikäisten naisten toimintaryhmä. Lisätiet. toiminnanohjaajalta.

LAPSET JA NUORET
Musiikkileikkikouluryhmät ke, 50 € lukukausi.

Pianotunnit ma ja ti-iltapäivisin, 80 € lukukausi.

Partiolippukunta Harjun partiotytöt Lisätiet. ryhmistä: Sanna Kallio, 040 706 8768, kallionsanna@gmail.com.

KESKI-UUDENMAAN NNKY

➔ **pj. Anna Liisa Karjalainen**
p. 040 759 8909

alkarjalainen@gmail.com
Englannin keskusteluryhmä kielitaidon ylläpitoon ja kehittämiseen. Tiedustelut liisa.hynnynen@pp.inet.fi.
ITU-töy puhelinpäivystys ma ja to klo 16–20, p. 040 518 8783, keskusteluapua kriisiraskaustilanteessa ja raskaudenkeskeytyksen jälkeen.

KOTKA KFUK

➔ **pj. Liisa Toikka**
045 673 1949
liisa.toikka@pp1.inet.fi

KOTKAN SEUDUN NNKY

➔ **pj. Taru Kainlauri**
p. 040 708 4091
taru.kainlauri@luukku.com

KUOPION NNKY

➔ **Vuorikatu 22**
70100 Kuopio
044 772 1928
pj. Marja-Leena Konttinen
p. 050 542 7561
marna.konttinen@gmail.com

Viikoittain toistuvat kokoontumiset alkaen vko 35.
Ma klo 13 **Kuoroharjoitus**
Ti klo 18 **Gospel-latterit™**
Ke klo 12 **Kohtaamiskahvila/KL**
Ke klo 18 **Nuorten aikuisten kohtaamispaikka/3K**
To klo 17 **ITU-vertaisapuryhmä** Abortion läpikäyneille alk. 14.9. 10x
La klo 17 **OPKO** 26.8.–16.12.

LAHDEN NNKY

➔ **Vapaudenkatu 8**
15110 Lahti
ywca@phnet.fi
www.lahdennnky.com
pj. Krista Karjalainen
p. ilt. 050 596 9645
Toimisto avoinna 6.9. alk. markkinakeski- ja torstaisin klo 9–18
Puhelinpäivystys 050 545 3038 ja klo 15 jälkeen 050 596 9645.
www.lahdennnky.com.

Markkinakahvila klo 8–13 joka kk ensimmäinen ke.
Matkakumppanit-raamattupiiri 7.11 ja edelleen joka toinen ti klo 15–17, keskustelu Raamatun tekstien ja henkilöiden näkökulmasta + päiväkahvit.
Suomalaisuuden kulttuurien vuosikymmenet -sarja to klo 18, Suomi 100 -hanke.
• 9.11. Nousukausi, 1980–90 -luku: Teollistuminen, Suomi-pop ja -rock.
• 30.11. Monikulttuurisuus, 2000-luku: Maahanmuuttajat, kulttuurien kirjo ja rikkaus.

Unelmapäivä la 2.12. jäsenistön kanssa.

LAPIN NNKY

➔ **pj. Senja Ahvonen**
044 376 2220
senja.ahvonen@evl.fi



MIKKELIN NNKY

➔ **pj. Leena Parkkonen**
puh. 015 336 308
gsm 050 526 8536
leena.parkkonen@luukku.com

Jäsenilta to 16.11. Armo elämän voimavarana. Kansalaisopiston rehtori Matti Laitsaari.

Joulujuhla perinteisen tapaan to 14.12.

Jäsenillat, paitsi lokakuun ilta, joka on Kryptassa, pidetään srk-keskuk-sen yläsalissa klo 16.30, kahvitarjoilu alk. klo 16.15.

Jouluvaellus pe 8.12. Betlehem-jouluvaellus Parikanniemen lastenkodilla.



Voimasiskot puhkesivat kukkaan

Voimasiskot-perehdytykseen osallistui uusia Voimasiskot-vertaisohjaajia **Puhkea kukkaan** -konferenssissa Helsingin seurakuntayhtymässä 30.9. Tunnelma oli avoin ja rento, ja innostus oli tarttuvaa.

Voimasiskot-hankkeen tavoit na on rohkaista naisia tunne- ja vu-rovaikutustaitoihin sekä tukea na-sia keskinäisen verkottumisen avul-la löytämään myötätuntoa itseä ja toisia kohtaan sekä toteuttamaan it-seään ja elämään omannäköistään elämää parempien tunteiden avulla, ks. jäsenilta 16.11.

Pienryhmätoiminta Ohj. Kirsti Flander ja Eeva Karhukallio.

MÄNTYHARJUN NNKY

➔ **pj. Auli Jokinen**
p. 040 513 9857

OULUN NNKY

➔ **Asemakatu 15**
Käyntiosoite: Isokatu 15
90100 Oulu
nnky.oulu@co.inet.fi
Toiminnanohjaaja 040 751 4480
www.facebook.com/OulunNNKY
Ajankohtaiset tiedot
toiminnasta: www.ywca.fi → paikallinen toiminta → Oulun NNKY ja www.kamalataidit.fi

Käsityökahvila ma 12–15 kudotaan mm. Äiti Teresa -peittoja ja ke klo 12–15 käsityöitä hyväntekeväisyyteen, omankin käsityön voi tuoda.

Monikulttuurinen naisten kerho to klo 14–16.

Kirpputori ti, ke ja to klo 15–18, Ase-makatu 15.

Hiljaisuuden rukoushetki su klo 18 keskustan srk-talossa: rukousta, hiljaisuutta, Taizé-lauluja.

Voglian asiakasilta ke 8.11. klo 18–20, Pakkahuoneenkatu 22. Ilm. viim. 3.11. nnky.oulu@co.inet.fi tai 040 751 4480.

Syyskokous ke 20.11. klo 18 NNKY:-lä, Isokatu 15.

Oulun ITU-työ: Pelottaako raska-usaika tai synnytys? Itu-työ tukee kriisiraskaustilanteessa olevia, ras-kauttaan vaikeassa tilanteessa jatka-via ja abortin läpikäyneitä tyttöjä ja naisia. Palvelut ovat ilmaisia ja luot-tamuksellisia. Sovi tulostasi teksti-viestillä 044 792 2229. Abortion läpi-käyneiden **vertaisviikonloppu** 24.–26.11.

IKIOMA ensikirja® koskettelukirja-toiminnasta lisätietoa Vuokko Kerä-seltä vuokko@touchtale.com. Kirjo-ja tehdään talkoilla 18.11. klo 12–17. Kaikille riittää tehtäviä, kaikki osaa-vat. IKIOMA ensikirja® on mukana myös Apuvälinemessuilla Tampe-reella 9.–11.11.

Perinteiset joulumyyjäiset la 16.12. klo 11–14 ja jouluglogit ti 19.12. klo 18. Tervetuloa!

Vierailu Ensi- ja turvakodin päi-väryhmissä kerran kk askartele-maan, leipomaan ja tekemään käsi-töitä yhdessä äitien kanssa. Lisätiet. 040 751 4480. Vastaanotetaan lahjoi-tuksina kaikenlaisia villalankoja.

NNKY:n toimitilaa vuokrataan kokouksiin ja pieniin perhejuhliin. Lisätiet. 040 751 4480.

PIRKKALAN NNKY

➔ **pj. Tuula Talikainen**
p. 040 063 6524

PORIN NNKY

➔ **pj. Katariina Yrjönkoski**
katariina.yrjonkoski@motivire.fi
p. 040 359 4643
Sihteeri Janette Oikarinen,
janette.marlene@gmail.com

SAVONLINNAN NNKY

➔ **Linnankatu 22 A**
57130 Savonlinna
pj. Ulla Juuti
p. 044 322 9371
ulla.juuti@suursaimaa.com

Keskuskusteluapua yllätysraska-us-tilanteessa, puh. 044 349 53474 ma klo 15–20, tai itusavonlinna@gmail.com tai www.ituprojekti.net
Masu-kahvila ti klo 16–19 järjestö-talo Kolomosen tiloissa Pappilanka-tu 3. Tule kahville ja juttelemaan. Kä-ttilö paikalla väh. kerran kk.

NNKY-palsta

Katso myös: www.ywca.fi → Paikallinen toiminta

SYSMÄN NNKY

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

TAMPEREEN NNKY

► Hämeenpuisto 14 F
33210 Tampere
p. (03) 254 4000,
tnnky@tnnky.fi
www.tnnky.fi
Toimisto, Puistosali, Siskolikan
kahvila, Itu-toimisto, Päivi
Niemen työhuone Hämeen-
puisto 14
Siskolikan koulutustilat ja
Pamaus-partiotilat,
Satakunnankatu 31 B–C, 3.krs
GL Salonki, Satakunnankatu 28 B.

TILAISUUDET

Naisten kahvit ti 14.11. klo 14, Pieni Puistosali. Vieraan kulttuurin yllätyksiä, Leena-Kaarina Nylund. Emäntinä Riitta Jaakkola ja Marjatta Muilu.
Meitä kantaa Jumala -naistentilaisuudet la 25.11. Sirkku Välimäki klo 14, Kalevan kirkon srk-sali, Liisanpuisto 1. Syyskauden teema: Turvassa.
Tuomasmessu su 12.11. klo 18, Aleksanterin kko.
Sääntömääräinen syyskokous ke 29.11. klo 18, Siskolikan kahvila.
Uskalla unelmoida la 2.12. klo 15–18, Puistosali. Tampereen NNKY tarjoaa maksuttoman aarrekarttatyöskentelyn. Mukaan mahtuu 25 ensin ilmoittautunutta. Päivi Niemi. Ilm. ja kyselyt paivi.niemi@tnnky.fi p.040 094 6285.

Tilaa Savonlinnan
NNKY:n tasku-
kalenteri,
12 € (2 kpl 20 €)
puh. 050 526 0648.

MONKIULTTUURISET NAISTEN RYHMÄT

Kansainvälinen naisten olohuone, ke klo 10–12, Siskolikan kahvila, Marjatta Muilu.
Kulttuuri- ja keskusteluryhmä ke klo 14, Hervannan kirkko ja suomen kielen ryhmä to klo 15, Siskolikan kahvila. Marjatta Muilu.
Thai-naisten ryhmä ti ja to klo 16–18, Siskolikan koulutustilat, Viivi Put-

konen.

ITU – NEUVONTATYÖ

Valtakunnallinen Itu-päivystys-puhelin vaikeassa raskaustilanteessa ja raskauden keskeytyksen jälki-kriisissä oleville tytöille ja naisille ma–pe klo 9–21, p. 050 401 5567. Tampereen numero p. 040 832 9001.
Neuvontapiste Itu, keskustelua-pua ja ilmaisia raskaustestejä, ti klo 12–16 ja to klo 12–18, Hämeenpuisto 14 F, 3. krs, p. 040 832 9001, itu@tnnky.fi.

ITU-PERHETYÖ

SISKOLIKAN KAHVILASSA

Itu-perhetyö STEA:n tuella.
Äiti-vauva -ryhmä ma klo 10–13, Marjo Saarinen ja Kaisa Koponen.
Avoin iltapäiväryhmä ke klo 17–19, Marjo Saarinen ja Kaisa Koponen.
Avoin kahvila yksinhuoltajille tai muuten yksin lapsensa kanssa oleville to klo 10–13, Outi Papunen, Marjo Saarinen ja Kaisa Koponen.
Masu-kahvila Tampereen kaupungin kanssa, lisät. Marjo Saarinen.
Kehto-ryhmä, lisätietoja Marjo Saarinen p. 044 784 2377.
Äidikepalvelu
Kotivähennyskelpoista lastenhoitopua tilapäiseen tarpeeseen.
Äidikevälitys, ma–pe klo 8–11, p. 040 586 5045.

SOFIAN PYSÄKKI, SUOMEN KIELEN JA KULTTUURIN RYHMÄT

Syyskausi 14.8.–20.12.2017. Satakunnankatu 31 C, 3. krs, hitaasti etenevät ryhmät, kouluttajana Eija Kepsu ja Janna Oikari. Aamupäiväryhmä ma–pe klo 9–11.45, iltapäiväryhmä ma–pe klo 12.15–15. Puhelinaika 050 995 7696 ma–pe klo 10–10.30. Tied. muina aikoina: eija.kepsu@tnnky.fi

LIIKUNTAA

Lentopallo to klo 9–10.30, NMKY:n sali, Heli Mäenpää.
Gospel-liikunta syyskausikausi 5.9.–24.11.2017.
Gospel-lattarit™ ma klo 17.30, GL Salonki, Satakunnankatu 28 B. Hanna Kelokoski, Nina Lehtinen, Riikka Salo ja Mari Vuorisalmi.
• Ti klo 18, Epilän srk-talo, Suurmäenkatu 5, Asta Lehtimäki.
• Ke klo 17.30 Härmälän kirkon srk-sali, Talvitie 26, Asta Lehtimäki, Tuikka Närhi.
Gospel-lattarit™ Special, ma klo 10.30, GL Salonki, Asta Lehtimäki.
• Ti klo 17, ihanasti ikääntyneet, Epilän seurakuntatalo, Suurmäenkatu 5, Maarit Saarela.
• To klo18, Gospel-lattarit™ Special, GL Salonki, Mervi Perkiö-Kuosmanen.



Tied. ja ilm.: Maarit Saarela, p. 050 570 9669, gospelliikunta@tnnky.fi.

PARTIOLIPPUKUNTA TAMPEREEN LOKIT RY

Pamaus-partiotilat, Satakunnankatu 31 B, 3. krs., Postiosoite Hämeenpuisto 14 F, lippukunnanjohtaja Mila Kajala p. 050 495 0359, millakajala@gmail.com, partiosihteeri Marjatta Muilu, p. (03) 254 4041, marjatta.muilu@tnnky.fi; www.tampereenlokit.fi

TURUN NNKY

► Vähä Hämeenkatu 12 a
20500 Turku
turun.nnky@pp.inet.fi
0400 821 905
ti klo 10–14, to 14–16

NNKY:n tilat ovat edelleen putkiremontissa, siksi tiedot ovat vielä osittain alustavia. Tilaisuudet ovat mahdollisuuksien mukaan NNKY:llä, ellei toisin mainita. Tarkempia tietoja <https://www.ywca.fi/00010594-turun-tnnky>

Timeless Body to klo 19.30–20.30 Cygnaeuksen koulun juhlasalissa, Tiina Holopainen, p. 050 5541661.
Englannin kielen kerho ti klo

16.15–17.45, ohj. Priscilla Purssila. Ilm. toimistolle, paikka varmistuu myöhemmin.

Rouvakerho ti klo 13–14.30.

Ravintolapäivä la 11.11. klo 12–15.
Kun koulu ei tajua. Mitä tehdä, kun koulusysteemi ei sovi lapselleni? 20.11. klo 18–20, Maarit Korhonen (vuoden opettaja 2016). Osallistumismaksu 5 €/hlö
Äänettömät-laulukuorolle teemailtoja
Joulukahvit su 10.12. klo 14.

VAASAN NNKY

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

VÄÄKSYN NNKY

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

ÅBO KFUK

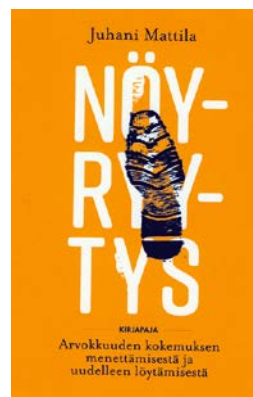
► ordförande Leila Storgård
Tel. 040 505 0760

Kirjoja, kirjoja



Eläin ja ihminen. Helena Telkänranta. SKS

Evoluutiobiologi Helena Telkäranta tarkastelee teoksessaan *Eläin ja ihminen – Mikä meitä yhdistää?* eroa ihmisen ja eläimen välillä. Uuden tiedon valossa ero kapeenee jatkuvasti, kun eläimistä havaitaan yhä enemmän yhtäläisyyksiä ihmisten kanssa, toki lajista riippuen. Eläinlajien aivot ja erilaisten ominaisuuksien esiintyminen ovat kytköksissä kunkin lajin tarpeisiin. Yhteistä ihmisten kanssa on paljon: mm. apinoiden vaatimukset reilusta pelistä, kissojen vasen- tai oikeatassuisuus, valaiden musikaalisuus, miljoonakalojen laskutaito, lintujen kielioppi ja preerianmyyrän kyky lohduttaa. Vanha käsitys eläimistä tunteettomina ja älyttöminä automaatteina on ehdottomasti aika haudata.



Nöyryytys. Juhani Mattila. Kirjapaja

Nöyryytys merkitsee koke-musta arvokkuuden menetyksestä, jossa ihminen tai

ryhmä kokee joutuvansa kei-nottomana vääryyden koh-teeksi tai alistetuksi. Ihmis-mieli on haavoittuvampi kuin luullaan. Ajatellaan, että ih-misen pitää kestää mitä vain. Näin ei tapahdu. Nöyryytys ja nöyryytysten pelko vaikut-tavat ihmiseen hyvin vahvas-ti sairastuttamalla ja jopa tu-hoamalla elämän. Muita vai-kutuksia ovat ihmisten aitou-den ja uskalluksen kaventu-minen. Psykiatri Juhani Mattila erittelee tarkkaan erilaiset nöyryytysten muo-dot ja niiden vaikutukset. Sa-malla hän etsii ihmisen oman arvokkuuden löytämistä uu-delleen sekä poispääsystä nöy-ryytyksen aiheuttamasta on-gelmakehästä.



Sisäänkäyntejä Raamattuun. Toim. Luomanen, Huttunen, Virtanen. Kirjapaja

Mitä on raamatullisuus? Ajatteletko kristinuskoa katedraalina vai telttana? Teoksen *Sisäänkäyntejä Raamattuun* kirjoittaneet 12 suomalaista teologia taustoittaa Raamattua ja sen merkitystä kuvailemalla kristinuskoa telttana, jonka neljä kulmapaaluva ovat etiikka, kertomukset, rituaalit ja oppi. Kristillistä liikettä kannatteli syntymänsä paaluva ja niiden varassa liike kehittyi. Oppi tuli merkittäväksi myöhemmin. Teoksen tieteellisyys ei kannata antaa säikyttää, sillä kirjassa on sekä yleistajuisia lukuja että hieman enemmän

keskittymistä vaatia, mutta selkeästi kirjoitettuja lukuja Raamatun syntyvaiheista. Antoisa apuväline niin teologeille kuin maallikoille uskomme perusteoksesta.



Omannäköinen elämä. Ståhlberg & Herlevi. PS-kustannus

Osaatko ja uskallatko unelmoida? Joidenkin arvioiden mukaan 5 % maailman väestöstä osaa unelmoida ja loput 95 % haahuilevat elämänsä vesillä ilman airoja. *Omannäköinen elämä. Näin teet hyviä valintoja* -teos on työkirja, jonka avulla voi etsiä omia vahvuuksia ja kiinnostuksen kohteita elämän taitekohdis-sa tai muuten vain. Teos sisältää yli 50 valintojen tekoa helpottavaa tehtävää. Sopii sekä nuorille että varttuneille. Teos voi olla hyvä apu NNKY:n Unelmanpäivän vieton ideointiin – rukouksen tuomaa apua unohtamatta.



Voittajien varjot. Asta Leppä. Kirjapaja

Onko onnellisuus ansa, jota tavoiteltaessa kuristetaan en-

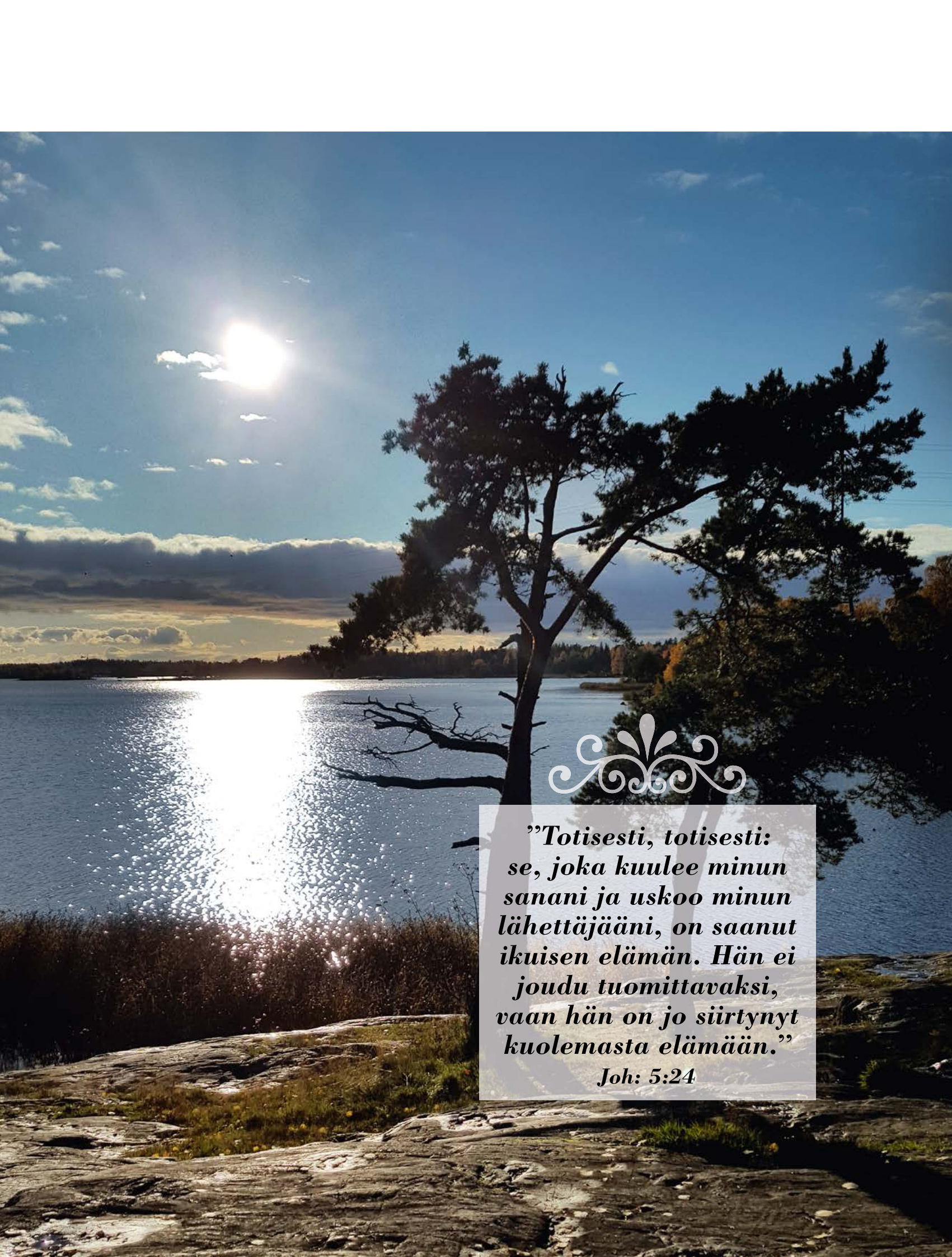
sin vähäosaiset ja lopuksi hy-vinvoinnistaan kouristuk-senomaisesti roikkuva keski-luokkakin? Mihin meitä ollaan viemässä rahan, menes-tyksen ja kauneuden markki-noilla? Näitä kysymyksiä tarkastelee viiltävän tarkasti, mutta myös (itse)ironialla toimittaja Asta Leppä. Tava-ran haaliminen ja karsimi-nen, velaksi eläminen, tu-loerojen kasvaminen ja hilli-tön kilpailu tekevät elämästä raskasta ja sairastuttavaa. Pa-hinta on pudota alas tai saa-da heti elämänsä alussa sur-keat kortit. Työttömien koh-telu loisisa sekä viranomais-ten että kansalaisten taholta on häpeällistä! Kansalaisten masennus ja viha kumpuavat samasta lähteestä: ettei saa hätäänsä kuuluville. Onko puheoikeus vain elämässään onnistuneella keski- ja ylä-luokalla?



KlompeLOMPE – Neu-leita koko perheelle. Andreassen Hjelmås & Steinsland. Gummerus

Neuletoissa sekä edistyneil-le että vasta-alkajille on tar-jolla kauniiden ja käytännöl-listen vaatteiden teko-ohjei-ta koko perheelle. Lasten koot ulottuvat 12-vuotiaisiin saak-ka ja mukana on malleja myös miehille. Uutuuksia kaipaaville löytyy vereksiä kohoneulemalleja, mutta per-innehenkisiäkin löytyy. Vai-keusaste on merkitty ohjeen alkuun.

Anne Lagerstedt



*”Totisesti, totisesti:
se, joka kuulee minun
sanani ja uskoo minun
lähettäjäni, on saanut
ikuisen elämän. Hän ei
joudu tuomittavaksi,
vaan hän on jo siirtynyt
kuolemasta elämään.”*

Joh: 5:24