

Puheenjohtaja
Riitta Rosenberg
rosenbergriitta@gmail.com

Taloudenhoitaja
Tarja Valkosalo
tarja.valkosalo@gmail.com

Sihteeri
Marja Salmelin
marja.salmelin@live.fi

Varapuheenjohtaja
Brita-Liisa Joutsen
bjoutsen@hotmail.com

Some-koordinaattori
Elisa Jalonen
elisa.k.jalonen@gmail.com

Tiedottaja
Sirpa Hara
sirpahelenahara@gmail.com



Puheenjohtajan tervehdys

Kevättä kohti

Huhtikuu alkoi etelässä lumisateella ja ukkosilla, paikoin jopa lumirakeilla. Tuntuu kuin luontokin olisi sekaisin. Silti jaksan uskoa kevään tuloon. Kerrottakoon, että Kanta-Hämeessä pajunkissat ovat jo puhjenneet.

Siirryimme kesäaikaan ja kotoiluun

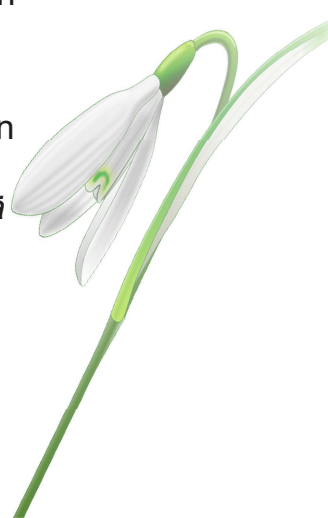
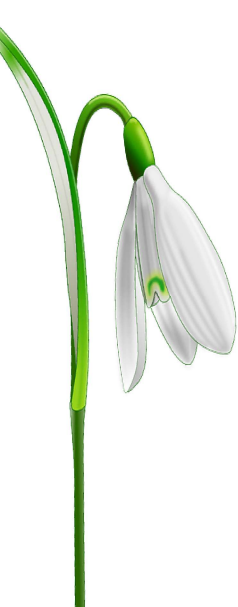
Elämme poikkeuksellisia aikoja. Moni meistä tekee etätöitä, sillä ammattimme sen mahdollistaa. Toisilla aloilla taas tehdään pitkää päivää eturintamassa. Heille kaikille suuri kiitos tärkeästä työstä! Etätöihin tulee paljon ohjeita. Voitte pitää virtuaalisen kahvitauon, jaksottaa päivää, pitää etäkokouksia jne. Suomalainen keskittyy työhönsä ja se sujuu yllättävän hyvin myös etäältä. Kokemukseni mukaan ainoastaan kerran on ollut hankaluuksia valtiolla verkko-yhteyksien kuormittavuuden kanssa ja se osui tietysti perjantaihin 13.3.

Monelle vapaa-ajanvietto aiheuttaa enemmän miettimistä kuin työpäivät. Lasten ja omat harrastukset ovat nyt katkolla. Tai ainakin ne, joissa harrastus tapahtuu tietyssä paikassa tai joukkueen kesken. Kun tarkoituksena on välttää kontakteja, on syytä pysytellä kotiloissa. Uusia tapoja on jo löytynyt. Verkon välityksellä, järjestämällä verkkokokous, voidaan vaihtaa kuulumisia joukkueen kesken. Vastaavalla tavalla saimme järjestymään myös hallituksen kokouksen.

Jotta Cotesin jäsenille tulisi yhteisöllisyyden tunnetta, Jäsenkirjeen lopussa voitte kurkata Puuha-Marjan ja minun uusien taitojen hyödyntämistä. Lue seuraavan sivujen juttu *"Ihmiskunnan kriisistä uuteen mahdollisuuteen"*.

Terveyttä kaikille toivottaen!

Riitta



Ihmiskunnan kriisistä uuteen mahdollisuuteen

Kestävän kehityksen innovatiivinen liiketoiminta ja vaihdantatalous voivat olla toimintatapojen muuttumisen ajureita

Tarve murrokselle nousee näistä

- Epäoikeudenmukaiset materian, pääoman, ihmisten virrat
- Tavoitteiden kytkennät, hyödyt ja ristiriidat
- Hallinnan haasteet ja sen marginaalisuus
- Elintavat ja käyttäytyminen
- Teknologian irrallisuus
- Talousjärjestelmä



Elämme nyt sellaisessa tilanteessa ja aikakaudessa, että meidät kaikki haastetaan löytämään keinoja, jotka hyödyttävät sekä ihmistä että luontoa. Meillä on runsaasti mahdollisuuksia radikaaleille innovaatioille, jos niistä innostutaan ja niistä palkitaan. Kokeilukulttuurissa uskalletaan ajatella ja tehdä asioita toisin; osallistamisella, yhdessä kokeilemisella, oppimisella ja uudistuneita rutiineita sisään ajamisella. Planetaariset rajat ja yhteiskunnallinen perusta luovat turvallisen ja oikeudenmukaisen toimintakentän ihmiskunnalle.

Terveyden biodiversiteettihypoteesin mukaan ihmisen yksipuolistunut mikrobisto on yhteydessä heikentyneeseen vastustuskykyyn ja useiden tulehdusperäisten sairauksien lisääntymiseen. Yksipuolistunut mikrobisto lisää myös lihavuuden riskiä. Kaupungistuminen on muuttanut ihmisten elinympäristöä ja elintapoja niin, että yhteys luontoon on heikentynyt. Ilmastomuutos ja luonnon monimuotoisuuden köyhtyminen ovat uhkia niin ympäristölle kuin ihmisen terveydelle. Luonnon monimuotoisuuden suojeleminen ja ihmisten luontokontaktien tukeminen ovat olennaisesti yhteydessä ihmisten terveyteen.

Raportin mukaan Suomi ei ole kulkemassa köyhyyden puolittamisessa oikeaan suuntaan. Pienituloisimpien, etenkin lapsiperheiden, työttömien ja opiskelijoiden, toimeentulo on vaikeampaa kuin ennen. Pitkäaikaisyöttömien, sairaiden ja toimintarajoitteisten toimeentulo on vaarantunut. Erityisen huolestuttavaa on lasta ja perhettä kuormittavien tekijöiden, kuten talous-, mielenterveys- ja päihdeongelmien kasautuminen.



Ihmiskunnan kriisistä uuteen mahdollisuuteen



Universaalit kestävän kehityksen tavoitteet

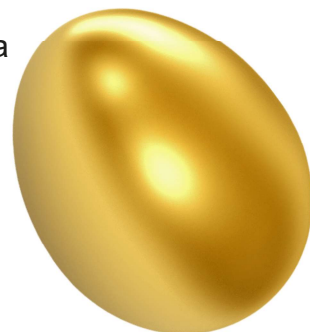
Tavoitteena on kääntää globaali kehitys uralle, jossa ihmisten hyvinvointi ja ihmis-
oikeudet, taloudellinen vauraus ja yhteiskuntien vakaus turvataan ympäristön
kannalta kestävällä tavalla. Lisäksi poistetaan maailmasta äärimmäinen köyhyys
kaikissa muodoissaan. Niissä otetaan kuitenkin entistä paremmin huomioon
ympäristön kestävä kehitys, talous sekä kansainvälinen yhteistyö ja ihmisoikeudet.

Tästä kaikesta, ihmiskunnan kriisistä seuraa jotain todella hyvää!

Elämän uudet arvot löytyvät uusista asioista ja oivalluksista, jotka eivät olisi olleet
mahdollisia ilman tällaista kaikkia koskettavaa äkkipysähdystä. Uudistavaan muutok-
seen tarvitaan fokusta, päättäväisyyttä ja rohkeutta kokeilla uutta! Mitä useampi
alkaa seurata sisäistä ja viisasta intuitiivista ääntä päivittäisiä päätöksiä tehdessä,
sitä paremmin tämä kurimus tulee päättymään. Oman elämän laadun pelastat sisäisel-
lä työllä. Kriisin vuoksi on mahdollista kulkea myös toisesta ovesta ja vaihtaa näkökul-
mia. Selviytyminen ja parempi lopputulos ei ole riippuvainen toimintatavasta, vaan ym-
märriksestä lukea muuttunutta todellisuutta ja sopeutumiskyvykkyydestä tilanteeseen.

Kenelläkään ei mene nyt sen paremmin tai huonommin. Oppiiko ihmiskunta
elämään turvallisella ja globaalisti oikeudenmukaisella toiminta-alueella?
Meillä on nyt mahdollisuus siirtyä korkeampaan tietoisuuteen ja löytää
elämään uutta tarkoitusta.

Lähde: *Kestävää kehitystä ja hyvinvointia vuoteen 2030*
– kaikille ja kaikkialla maailmassa (Agenda2030)



Puuha-Marja remontoi ja on lukukaverina Riitalla vesuri heiluu

5 (5)



Oman kädenjälki tuottaa iloa pidemmäksi aikaa

Puuha-Marjan karanteeni on aktiivista puuhastelua ulkona ja kodin pintojen remontoitua (yläkuvat). Marja on myös kunnostautunut lukukaverina. Mukavaa ja hyödyllistä on 8-vuotiaan **Aishan** lukuläksyjen tukeminen. Kotoilu on luovaa toimintaa, jossa kädentaidot ja oman työn suunnittelu palkitaan onnistumisella.

Ensi talveksi kuivat sytytystikut

Riitta sai viime jouluna pikkuserkultaan lahjaksi valmiita sytytystikkuja. Silloin hän ei vielä tiennyt, että niiden tekeminen tulee ajankohtaiseksi omaan taloon muuttamisen myötä.

”Olen oikeastaan vasta tänä talvena tutustunut siihen, mihin sytytystikkuja tarvitaan. Aikaisemmin olen tehnyt nuotion niistä aineksista, mitä kulloinkin on löytynyt. Parhaat sytytystikut löytyvät valmiina luonnosta eli kuivuneet kuusen alaoksat käyvät hyvin. Sitten löysin valmiiksi vesurilla tehtyjä tikkuja. Aikaisemmin en ole käyttänyt vesuria, joten nyt oli korkea aika harjoitella. Karsin mielestäni jo hyvin kapean puun oksia, mutta keppien pilkkomisessa vesurilla on vielä opettelemista. Tärkeää on tietysti saada tikut pysymään kuivina. Sitä varten tehtiin vanhan navetan seinään paikat säkeille (kuva oik.). Ne on nyt tarkoitus täyttää luonnon sytytysmateriaaleilla, jotka sitten kuivuvat. Kokemuksesta voin sanoa, että koivun tuohi

Teksti & taitto
Sirpa Hara

