

Lietonen

Lapset liikenteessä

Työntekijäesittely:
hyvinvointijohtaja
Jani Äijälä

Kyliltä kuuluu:
Littoinen ja Asemanseutu

Liedon vapaa-aikapalvelujen
syksyn tapahtumatarjonta

Kulttuuria Aurajoen sylissä:
Liedon Taiteiden Yö



Liedon kaupunki

LIEDON KAUPUNGINTALO JA ASIOINTIPISTE

Käyntiosoite
Kirkkotie 13, 21420 Lieto

Avoinna arkisin
ma–ti, to klo 8–16
ke klo 8–17
pe klo 8–15

02 4873 300 | 050 5903 567
info@lieto.fi

LIEDON KAUPUNKI

Postiosoite
PL 24, 21421 Lieto

vaihde +358 (0)2 4873 300
kirjaamo@lieto.fi

POIKKEUKSET KAUPUNGINTALON AUKIOLOISSA 2023

Kaupungintalo suljetaan to 21.12.2023
klo 13 ja on suljettuna 2.1. 2024 saakka.
Sulkuajan päivystyksistä tiedotetaan
joulukuun aikana.

LUKIJAKYSELY

MIKÄ ON MIELEN- KIINTOISINTA LEHDESSÄ?

Kerro meille, mikä on mielestäsi kiin-
nostavin juttu elokuun 2023 Lietonen-
lehdessä!

Vastaa kyselyyn 14.9. mennessä
verkko-osoitteessa
link.webropol.com/s/Lietonen

Arvomme kaikkien yhteystietonsa
jättäneiden vastaajien kesken JALO-
palvaroittimen.



Palautetta lukijoilta:

”Erittäin tarpeellinen tiedotuskanava.
Voisi ilmestyä useamminkin. Lisää
tietoa terveyspalveluista, harras-
tuksista, Lieto-hallin ym. vuoroista.
Vielä enemmän tietoa kaavoituksesta.
Keskustan kehittäminen? Aurajoen
hyödyntäminen.

Sisällysluettelo

Liedon kaupungin yhteystiedot	2
Lukijakysely: Mikä on mielenkiintoisinta lehdessä?	2
Lieto somessa	3
Työntekijäesittely: Jani Äijälä	3
Lapset liikenteessä	4
Oletko oikeutettu koulumatkatukeen?	5
Arjen iloa ja toimintaa Loukilinnan päiväkodissa	6
Etsivä nuorisotyö ja työnhakijoiden yksilövalmennus Liedon kaupungissa	7
Kyliltä kuuluu: Littoinen ja Asemanseutu – Iltatorit ja kylätapahtumat kylälaisten olohuoneina	8
Ikiliikkuja-hanke Liedossa tukee vanhuksia pärjäämään kotona	11
Tule tapaamaan fölikavereita kaupungintalolle!	11
Kulttuuria Aurajoen sylissä: Liedon Taiteiden Yö	12
Liedon kaupungin vapaa-aikapalvelut	13
Lieto-opisto tiedottaa	15
Kirjastossa tapahtuu	16

Lietonen | Liedon kaupungin asukaslehti

Elokuu 2023

Julkaisija: Liedon kaupunki, Kirkkotie 13, PL 24, 21421 Lieto | Lehteen liittyvät palautteet: viestinta@lieto.fi |
Lehden ulkoasu ja taitto: A1 Media Oy/Pauliina Hartzell | Kannen kuva: Reeta Kolkkala | Painopaikka: Sanoma Manu |
Painosmäärä: 8500 kpl | Näköislehti: <https://issuu.com/lietonkunta>

Lieto somessa



Liedon kaupunki

10.8. · 🌐

Liedon kaupungin kyläkiertue starttaa elokuussa!

Liedon kaupungin hyvinvointijohtaja, Kyvykkäät kylät -hankekoordinaattori ja Liikkuva Lieto lähtevät kiertueelle Liedon kyliin. Kiertueen aikana pysähdytään Asemanseudulla, Ilmarisissa, Littoisissa ja Tarvasjoella.

Pysähdyspaikoilla keskustellaan ja ideoidaan vapaamuotoisesti lietolaisten kanssa asumisesta ja elämisestä, kylä- ja yhdistystoiminnoista, sekä työ- ja yrittäjyysmahdollisuuksista – miltä kylillä eläminen maistuu nyt. Liikkuva Lieto liikuttaa kaiken ikäisiä.

Yhdistykset ovat tervetulleita kiertueelle esittelemään omaa toimintaansa.

Nähdään Liedon kylillä!





TÄRKEÄÄ ASIAA INSTASSA



80 tykkää tästä

liedonkaupunki Liedon koululaiset aloittavat syyslukukautensa torstaina 10.8. Ensimmäistä kertaa koulutielle Liedossa lähtee yli 250 ekaluokkalaista.

Alkavan koulun lisäksi monelle ekaluokkalaiselle uutta ja jännittävää on myös koulumatka. Turvataan me aikuiset lasten koulutie. ❤️

Monesti suojatie on koulutien riskialttein kohta. Yksinkertaisilla teoilla jokainen voi lisätä suojateiden turvallisuutta:

⚠️ keskity liikenteeseen

⚠️ noudata nopeusrajoituksia



FACEBOOK

Liedon kaupunki



INSTAGRAM

@liedonkaupunki



X

@lietokaupunki

TYÖNTEKIJÄESITTELY

JANI ÄIJÄLÄ

Liedon kaupungin hyvinvointijohtaja

Hyvinvointijohtaja Jani Äijälä on työskennellyt Liedon kaupungilla jo muutaman kuukauden ajan. Toivotimme Janin tervetulleeksi Lietoon ja kyselimme samalla hieman kuulumisia.

Kuka olet?

Olen kaarinalainen keski-ikäinen perheenisä. Koulutukseltani olen kasvatustieteen maisteri ja sosionomi YAMK. Olen työskennellyt ennen nykyisessä tehtävässäni aloittamista miltei 25 vuotta lasten, nuorten ja perheiden parissa monenlaisissa työtehtävissä ja -ympäristöissä. Vuodesta 2005 alkaen erilaisissa esimiestehtävissä. Suurimmaksi osaksi olen työskennellyt yksityisellä sektorilla, mutta kokemusta on kertynyt myös kunta-alalta.

Kerro työstäsi?

Toimin hyvinvointijohtajana ja tehtäviini kuuluu Liedon kaupungin hyvinvointipalveluiden kehittäminen ja organisoiminen yhteistyössä kaupungin eri toimijoiden kanssa. Tarkoitukseni on lisätä yhteistyötä eri toimintojen välillä ja kehittää sekä olemassa olevia että uusia palveluja ja toimintatapoja. Tässä kokonaisuudessa suuri merkitys on myös kolmannen sektorin kanssa tehtävällä yhteistyöllä. Lisäksi oleellinen osa työnkuvaani on yhdyspintatyöskentely ja sen kehittäminen hyvinvointialueen suuntaan. Yhteistä työskentelyä on hyvinvointialueen kanssa saatu jo alkuun keväällä ja syksyn mittaan se tulee selvästi lisääntymään.

Työni on erittäin monipuolista ja saan olla päivittäin tekemisissä hyvin erilaisten asioiden ja toimijoiden kanssa. Kun työskennellään kaupunkilaisten hyvinvoinnin parissa, ei ole olemassa juurikaan sellaisia elämänalueita, joihin hyvinvoinnin teema ei jotenkin linkittyisi.

Millä mielellä aloitit työskentelyn Liedon kaupungilla?

Oikein hyvällä mielellä. Mielikuvani Liedosta on ollut aina hyvin positiivinen ja kaupunki sekä jotkin palveluista olivatkin ennestään tuttuja aiempien töiden ja harrastusten kautta. Työkenttäni on vielä laaja-alaisempi kuin osasin odottaa ja ihmiset ovat ottaneet oikein hienosti vastaan minut uutena työntekijänä.

Mitä harrastat?

Koripallo on rakkain harrastus, jota edelleen yritän pari kertaa viikossa käydä pelaamassa. Pyöräilyä tulee paljon ja lähes päivittäin, lumisimpia talvikuukausia lukuun ottamatta. Olen erittäin aktiivinen penkkiurheilija ja minut saattaa tavata miltei minkä tahansa lajin katsomossa. Elokuissa ja teatterissa käyn mielelläni, sen mitä muilta harrastuksilta jää aikaa.

Mikä saa sinut iloiseksi?

Arkiset kohtaamiset ihmisten kanssa. Perheen ja ystävien kanssa vietetty aika. Ne päivät, jolloin työmatkaa pyöräillessä on myötätuuli, edes toiseen suuntaan polkiessa.

Eija Kares

Lietonen | Elokuu 2023

3

Lapset liikenteessä



Lasten liikkuminen liikenteen joukossa voi olla nopeaa ja ennakoimatonta. Tunteiden ja oman toiminnan hallitseminen ovat vielä kehitysvaiheessa, jolloin huomiointi ja tarkkaavaisuus saattavat kohdistua liikenteen kannalta epäolennaisiin asioihin.

Pienikokoisuus ja kokemattomuus antavat aivan omanlaisensa näkökulman lapsen toimimiseen liikenteen joukossa. Nopeuksien ja etäisyyksien hahmottaminen ei vielä luonnistu aikuisen tavalla. Lapsia kiinnostavat asiat voivat houkuttaa katsomaan ajoradan sijaan muualle juuri kriittisellä hetkellä. Erilaisten näkemäesteiden taakse välttämättä vielä muisteta katsoa eikä pieni kulkija näy myöskään ajoradalta katsottuna vähäisiltäkään vaikuttavien esteiden takaa. Ajoneuvojen kiihdytykset ja äkkijarrutukset voivat aiheuttaa lapsessa ylimääräistä turvattomuuden tuntua ja pahimmillaan se vaikuttaa kielteisesti halukkuuteen liikkua jalan tai pyörällä.

Epävarmuuksista huolimatta lasten itsenäinen liikkuminen ja aktiivisuuden ylläpitäminen on ehdottoman tärkeää. Aikuisten roolimalli on tärkeää myös liikenteen joukossa liikkumisessa. Esimerkillä vaikutetaan vahvasti lapsen asenteisiin ja toimintatapoihin aina aikuisikään saakka, niin kestävien liikkumismuotojen valinnan kuin liikenneturvallisuudenkin suhteen.

Lapset ovat esimerkkien suhteen hyvinkin tarkkanäköisiä ja kuuliaisia. Siksi aikuisen roolimalli, esimerkiksi kypärän käyttämisen ja suojatien läheisyydessä turvallisesti toimimisen suhteen, on kriittisen tärkeää niin jalankulkijana, pyöräilijänä kuin autoilijanakin.

Itsenäinen liikkuminen

Lasten omatoimista liikkumista on hyvä harjoitella pienestä pitäen perheen arkiliikkumisen yhteydessä. Lapselle jää enemmän aikaa havain-

▲ Vanhemmalla on tärkeä rooli myös liikenteessä. Lapsi oppii mallista, joten näytä hyvää esimerkkiä. Liikennekasvatuksessa toistot ovat tärkeitä. Lapsi oppii toimimaan turvallisesti, kun liikkuminen yhdessä on osa arkea. Ja kun liikutte yhdessä lapsen kanssa, toimi aina johdonmukaisesti turvallisimmalla tavalla.

noida liikennettä ja ympäristöä, kun harjoittelua tehdään jalan kulkien. Erilaisia tilanteita voidaan käydä rauhassa läpi niiden keskustellen heti niiden tapahtuessa. Lapselle on myös tärkeää perustella, miksi toimitaan niin kuin opetetaan. Toistot ovat harjoittelussa tärkeitä, jolloin korostuu myös aikuisen esimerkkien johdonmukaisuus. Liikenneympäristössä on toimittava aina turvallisimmalla mahdollisella tavalla huolimatta liikenteen määrästä tai luonteesta.

Ohjeet on syytä pitää mahdollisimman yksinkertaisina, sillä lapsen ei ole välttämättä helppoa muistaa esimerkiksi vasenta ja oikeaa. Etäisyyksistä puhuttaessa hahmotuksen apuna ja muistisääntöinä voi käyttää ympäristön elementtejä, esimerkiksi taloja tai aiempia risteyksiä jne. Matkan varrella mahdollisesti sijaitsevat näkemäesteen on hyvä todeta lapsen kanssa yhdessä keskustellen.

Pyöräily, esimerkiksi koulumatkoilla, on erinomainen tapa kehittää ja ylläpitää aktiivista arkiliikkumista myös pidemmällä välimatkoilla. Itsenäisen pyöräilyn turvallinen aloittaminen riippuu kuitenkin täysin lapsen henkilökohtaisesta valmiudesta. Itsessään jo pyörän hallinta voi vaatia huomattavan paljon keskittymistä, joka vaikuttaa lapsen kykyyn huomioida muuta liikennettä.

Kävelyn ja pyöräilyn yhteydessä koettu turvallisuus on tärkeimpiä tekijöitä lasten ja nuorten kulkumuotojen valinnassa niin lapsen kuin aikuisenkin näkökulmasta. Autoillen tapahtuva saattoliikenne voi tuntua turvalliselta vaihtoehdolta, mutta on tärkeää muistaa, että autoilun määrä kouluympäristössä korreloi suoraan myös tapaturmariskien kanssa. Lapset tulee joka tapauksessa jättää koulujen osoittamille saat-toalueille, jotta kulkureitit koulurakennuksiin saataisiin rauhoitettua kokonaan liikenteeltä.

Koulumatkat

Koulumatkojen suunnittelussa kannattaa asettaa turvallisuus etusijalle. Lyhyin reitti voi sisältää esimerkiksi paljon enemmän riskialttiita tien ylityksiä kuin hieman pidempi reitti. Yli- ja alikulut ovat turvallisimpia vaihtoehtoja, mutta myös suojatieylitysten rakenteilla ja sijainneilla voi olla suuria eroavaisuuksia. Korotetut suojatiet alentavat ylityspaikkojen ajonopeuksia ja vähäliikenteiset kadut puolestaan kohtaamismääriä.

Jos reitille osuvia pysäköintialueita ei voi välttää, lasta on hyvä muistuttaa peruuttavien autoilijoiden rajallisesta näkökentästä pienen lapsen kohdalla. Reittiä on hyvä harjoitella yhdessä useampaan kertaan. Itsenäisesti kulkemaan oppineelta lapselta kannattaa myös kuu-



Esimerkillä vaikutetaan vahvasti lapsen asenteisiin ja toimintatapoihin aina aikuisikään saakka.

lostella koulumatkojen sujumisesta pitkin lukuvuotta, jotta mahdollisia käytännön epäkohtia voidaan korjata.

Jalan kulkiessa on hyvä muistaa väylien muut käyttäjät pysymällä omalla kulkusuunnalla riittävän kaukana keskilinjasta. Puhelinten tai muiden laitteiden käyttäminen kulkiessa ei ole suotavaa. Ruudun tuijottaminen vie huomion pois muusta liikenteestä ja lisää törmäyssonnettomuuksien riskiä. Kuulokkeidenkin käyttäminen voi häiritä esimerkiksi takaa ohittavan pyöräilijän huomiointia.

Mikäli puhelinta on käytettävä esimerkiksi soittamiseen tai vastaamiseen, lasta on hyvä ohjeistaa pysähtymään turvalliseen tien kohtaan puhelun tai viestimisen ajaksi. Aikuisten olisi hyvä välttää lapselle soittamista koulumatkan aikana turhien riskien välttämiseksi.

Koulumatkoja on hyvä ja mukava jakaa kavereiden kanssa. Lapselle on kuitenkin hyvä muistuttaa, että kavereista rippumatta kunkin tilanteen turvallisuus on arvioitava ja varmistettava aina itse. Vanhemmat voivat myös sopia kimppekävelyistä, joissa aikuiset ovat vuorollaan mukana sovitun reitin kulkumatkalla ja lapset voivat liittyä joukkoon oman kotinsa läheisyydestä. Itsenäisesti kulkeville kaveriporukoille on hyvä sopia aikuisten kesken turvalliset pelisäännöt matkojen ajaksi.

Joukkoliikenteen ja koulukyytien käyttäjät kulkevat pysäkeille usein myös pyörällä tai jalan. Edellä mainittujen turvallisuusperiaatteiden lisäksi on tärkeää sopia myös pysäkkien lähellä toimimisesta. Kiireen välttämiseksi on hyvä kartoittaa jo etukäteen pysäkillä tehtävän matkan vaatima aika ja sopia yhdessä odottamispaikoista.

Kuljetuksen myöhästymiseen ja muihin odottamattomiin tapahtumiin on syytä varautua ja kertoa lapselle, että kouluun kiirehtimisen ei tule koskaan mennä turvallisuuden edelle. Lasta on hyvä ohjeistaa huomioidaan pysäkin ympäristössä kulkeva muu liikenne kyytiin noustessa ja sieltä poistuessaa, vaikka laki velvoittaakin ohittavia väylän käyttäjiä väistämään. Tien ylitykset on hyvä tehdä vasta ajoneuvon poistuttua pysäkiltä. Muistetaan myös ne turvavyöt, matkalla kuin matkalla.

Teksti: Hannu Holmberg, Infrasuunnittelija, Tekniset palvelut
Lähteet: Liikenneturva ja Fiksusti kouluun

Lasten liikuntakäyttäytyminen

- Vuonna 2023 julkaistun Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa – LIITU-tutkimuksen mukaan noin kolmasosa vastanneista nuorista liikkuu vuorokausittaisen suositusten mukaisen määrän. Liikemittari-aineiston tulosten perusteella suurin osa lasten ja nuorten liikkumisesta kertyy 5–10 minuutin kestoisista jaksoista.
- Yleisimmin nuoret liikkuvat jalankulun ja pyöräilyn väylillä, piha-alueilla ja luonnossa. Lasten ja nuorten liikkuminen on valtaosin omatoimista ja suurelta osin urheiluseuroissa tapahtuvaa.
- Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden lisäämisen tarve ja kuljettujen matkojen tyyppillinen lyhytkestoisuus sopivat täydellisesti kestävien koulumatkojen profiliin.
- Suurimmalla osalla alakoululaisia alle 5 kilometrin koulumatkat taittavat kävellen tai pyöräillen. Yläkoululaisilla aktiivisuus säilyy korkeana ensimmäisellä vuosiluokalla, mutta laskee hieman vanhemmaksi tultua. Yli 5 kilometrin matkoja kulkee aktiivisesti joka kymmenes oppilaista.
- Lasten ja nuorten mukaan aktiiviseen kulkemiseen voidaan vaikuttaa kodin lisäksi ansiokkaasti myös koulujen toimesta. Oikeanlaisilla kannustimilla, asenteella ja esimerkillä on mahdollisuus vaikuttaa pitkälle nuorten sukupolvien tulevaisuuteen.

KOULUMATKATUKI

OLETKO OIKEUTETTU KOULUMATKATUKEEN?

Lukiossa tai ammatillisessa oppilaitoksessa opiskeleva voi hakea koulumatkatukea päivittäisten koulumatkojensa kustannuksiin. Koulumatkatuen hakemiseen on tullut muutoksia kevään jälkeen. Opiskelija hakee nyt tukea Kelan sähköisellä hakemuksella OmaKelasta. Hakemista varten tarvitaan verkkopankkitunnukset tai mobiilivarmenne.

NÄIN HAET KOULUMATKATUKEA

Koulumatkatuen hakemus tehdään OmaKelassa. Alaikäisen hakemuksen voi tehdä myös huoltaja. Hakemuksessa tulee valita kulkutavaksi julkinen liikenne ja lipun myyjäksi Föli. Osto-oikeuden koulumatkatukikorttiin saa heti, vaikka virallinen päätös tulee myöhemmin. Etuus pitää aktivoida käyttöön Fölikaupassa (kauppa.foli.fi). Aktivointi vaatii kirjautumisen palveluun. Jos ongelmia ilmenee, opiskelijan tulee olla yhteydessä Kelaan.

KOULUMATKATUELLA MAKSUTON TAI ALENNUSHINTAINEN MATKAKORTTI

Maksuttomaan koulutukseen oikeutetut opiskelijat saavat Kelan koulumatkatukea erilaisilla ehdoilla kuin muut opiskelijat. Föli-alueella eli Turussa, Kaarinassa, Liedossa, Raisiossa, Ruskolla ja Naantalissa koulumatkat ovat maksuttomat maksuttomaan koulutukseen oikeutetuilla opiskelijoilla, jos koulumatka on yhteen suuntaan yli 7 kilometriä. Koulumatkatukikortin hinta on tällöin 0 €/30 päivää.

Jos ei ole oikeutettu maksuttomaan koulutukseen, koulumatkatukea voi saada, jos koulumatka on yhteen suuntaan vähintään 10 kilometriä. Koulumatkatukikortin hinta on tällöin 38 €/30 päivää.

Koulumatkatukea voi saada, jos opiskelija kulkee tukeen oikeutetun koulumatkan vähintään 10 päivänä kalenterikuukaudessa. Sekä maksullinen että maksuton koulumatkatukikortti tulee ladata kuukausittain Fölikaupassa tai Fölin palvelupisteessä (ei latauspisteissä eikä Föli-sovelluksessa).

Koulumatkaksi määritellään lyhin autoreitti kodin ja oppilaitoksen välillä. Jos lyhin reitti on alle määritellyn kilometrimäärän, opiskelija ei voi saada koulumatkatukea, vaikka Föli-bussin kulkea matka olisi pidempi. Koulumatkan pituuden mittaamisessa voi käyttää apuna Kelan sivustolta hakemuksen yhteydestä löytyvää reittihakupalvelua.

LISÄTIETOJA VERKOSSA:
foli.fi/koulumatkatuki ja kela.fi/koulumatkatuki





Yhdessä ihmettelemme,
oivallamme, opimme ja
kasvamme.

ARJEN ILOA JA TOIMINTAA

Loukilinnan päiväkodissa

Loukilinnan päiväkotikoti sijaitsee Liedon Vanhalinnassa, Hämeentien tuntumassa, samassa rakennuksessa Loukineaisten koulun kanssa. Yhteistyö varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen kesken on luontevaa ja esi- sekä alkuopetuksen nivelvaiheyhteistyötä on käytännöllistä toteuttaa saman katon alla. Päiväkodin 5–6-vuotiaat ruokailevat koulun ruokasalissa ja samalla pienet, tärkeät kohtaamiset luovat iloa kaikkien päivään: pikainen halaus entiselle päiväkodin aikuiselle matkalla luokahuoneeseen tai päiväkodin käytävältä vilkutukset koulunpuolelle sisarukselle tai kaverille.

Esi- ja alkuopetuksen yhteistyö on suunnitelmallista arjen toimintaa lasten mielenkiinnon kohteet huomioiden. Varhaiskasvatuksen ja alkuopetuksen opettajat kokoontuvat rehtorin ja päiväkodin johtajan johdolla säännöllisin väliajoin suunnittelemaan ja arvioimaan yhteistoimintaa. Esiopetuksen varhaiskasvatuksen opettaja osallistuu tarvittaessa koulun opettajakokouksiin. Yhteistoiminta on esimerkiksi yhteisiä liikuntahetkiä, esityksiä, digimateriaalin käyttöä, leivontaa, kädentaitoja, pelejä – kasvatuksellista ja oppimaan oppimiseen kannustavaa yhteistoiminnallista toimintaa. Yhteistoiminta kattaa yhteisöllisen opiskelijahuollon.

Lisää leikittävyyttä ja turvallisuutta uudella pihalla

Keväällä päiväkodin pihalle rakennettiin esioppilaille oma rakennus Moduuli ja samalla pihalla aluetta uudistettiin. Kesän aikana pihalle saapuivat uudet, ajanmukaiset leikkivälineet. Pihaa parannettiin myös uudistamalla sadevesiviemäriä. Eskarirakennuksen ja pihan rakennusvaiheessa kaivinkoneet, nosturi ja traktorit toivat päivittäin ihmetystä lapsille ja työvaiheet siirtyivät myös suoraan heidän leikkeihinsä: tehtiin paljon ”hommia”.

Huomattavan parannuksen koki myös huoltajien saattoliikenteen pysäköintipaikka. Alueen asfaltointi ja ohjattu jalankulku parantavat päivittäistä turvallisuutta. Päiväkodin piha toimii iltaisin alueen lähiliikuntapaikkana ja on näin kaikkien käytettävissä.

Pörriäisten ryhmä viihtyy lähimetsissä

Kahdeksanryhmäisessä päiväkodissa eletään varhaiskasvatuksen iloista arkea. Toiminnan jatkuva kehittävä arviointi ja huoltajien osallisuus lisäävät laatua luoden lapselle vahvan kasvun perustan ponnistaa tulevaan. Päiväkodin vanhempaintoimikunta muodostuu vapaaehtoisista Loukilinnan päiväkodissa olevien lasten vanhemmista.

Päiväkodin ryhmät Menninkäiset, Tiitiäiset, Peikkoset, Haltiat, Velhot, Maahiset, Taikurit ja Pörriäiset retkeilevät alueen lähiluonnossa varhaiskasvatuspäivien ohessa.

5-vuotiaina luontoryhmä Pörriäisissä aloittaneiden lasten toiminta tapahtui suurelta osin luonnossa. Tänä syksynä ryhmän lapset jatkavat luontoseikkailujaan esioppilaina ja kannustavat kaikkia muitakin nauttimaan luonnosta myös oivana oppimisympäristönä. Pörriäisiä ohjaavat varhaiskasvatuksen opettaja ja varhaiskasvatuksen lastenhoitaja.

Pörriäisten iloisen ryhmän voi tavata aamupäivisin Loukilinnan läheisyydessä sijaitsevalla pururadalla ja lähimetsässä tutkimassa ja havainnoimassa tai liikkumassa. Toiminnallisuuden ja lisääntyneen liikkumisen myötä lasten kunto nousee kohisten ja energiaa puretaan kisailemalla juosten tai kivillä kiipeillen.

Teksti: Tuija Laine, päiväkodin johtaja ja Laura Nurmi, varhaiskasvatuksen opettaja
Kuvat: Laura Nurmi



▲ Aamuisin pururadalle kävellään arvotun parin kera, joskus nopeammin ja joskus pysähdellen tutkimaan käpyjä ja tammenterhoja tai tunnistamaan lintuja. Välillä mietitään porukalla havainnoille englanninkielisiä nimiä. Suuren suosion ovat saaneet ”mustikkatikkarit”, joilla herkuteltiin useampana päivänä mustikkakaudella. Suupielet sinisinä ja suu makeana jaksetaan yhdessä keskittyä aamupiiriin ja soitetaan muutama laulukin itse tehdyillä rytmikapuloilla.



▲ Kuluneen vuoden aikana pururataa kierrettiin ristiin rastiin ja monesta paikasta muodostui lapsille tärkeitä. Paikoille annettiin nimiä siellä leikittyjen leikkien tai tapahtuneen toiminnan mukaan. Metsästä löytyy esimerkiksi Aurinkoranta, Näköalapaikka, Mandalapaikka sekä paikka, jossa on paras liukurimäki. Lapset ottivat innolla vastaan kaiken yhdessä toteutetun toiminnan.



▲ Pää- ja välivärejä harjoiteltiin sekoittamalla värejä ronskilla kädellä sekä maalatut taideteokset nostettiin yhdessä kuivumaan mitä mielenkiintoisimpiin paikkoihin. Lopuksi kuvassa näkyvä oksa kannettiin päiväkotiin asti. Siitä tuli eteiseen luontokiikareiden säilytysoksa.



▲ Metsän antimien avulla harjoiteltiin myös matikkatehtäviä. Mielikuvitus rajana laskettiin välillä leppäkerttuja ja välillä mietittiin montako muurahaista kekomuurahaispesässä ahertaa. Aakkosia muodostimme kepeistä ja etsimme niiden muotoja oksamuodostelmista ja jopa katukilvistä.



▲▼ Vuodenaikojen vaihteluun kiinnitettiin huomiota muun muassa luonnon vaihtaessa väriä sekä sään ja lämpötilojen vaihteluiden avulla. Syksyllä kesän mustikatikkarit vaihtuivat lehtitikkkareihin. Talvella maan ollessa lumen peitossa juhlimme itsenäisyyspäivää musiikkimaalaamalla Jean Sibeliuksen Finlandia-hymnin tahtiin.



▲ Eri juhlapyyhiä vietettiin Pörräisten kanssa metsässä. Isän- ja äitienpäivälahjat sekä joulukalenteri tarjoiltiin toiminnallisina lahjoina pururadan ympäristössä. Syntymäpäiviä riemuuttiin yhdessä laulamalla onnittelulauluja ja juhlapyyhiä vietettiin lähettämällä raketteja käsiä taputtaen.



▲ Kuvassa vasemmalta yksilövalmentajat Paula Kivelä ja Sarianne Sjöblom sekä etsivä nuorisotyöntekijä Matias Kotaniemi.

Etsivä nuorisotyö ja työnhakijoiden yksilövalmennus Liedon kaupungissa

Etsivinä nuorisotyöntekijöinä Liedossa työskentelevät *Matias* ja *Sanna*. Etsivä nuorisotyö on tarkoitettu 15–28-vuotiaille lietolaisille. Etsivä nuorisotyöntekijä on luotettava aikuinen, jonka kanssa voi keskustella lähes mistä vain. Hän kulkee rinnalla ja auttaa selvittämään, mikä olisikaan seuraava askel. Nuori ja etsivä nuorisotyöntekijä voivat yhdessä pohtia esimerkiksi mitä opiskella, mistä löytää töitä, mitä voisi harrastaa tai mitä itsenäistyminen tuo mukaan elämään.

Etsivään nuorisotyöntekijään voi ottaa yhteyttä soittamalla, tekstarilla tai sähköpostitse. Etsivät löytää myös somesta! Yhteystiedot: Matias, 050 439 9822, matias.kotaniemi@lieto.fi.

LISÄTIETOJA ETSIVÄSTÄ NUORISOTYÖSTÄ:
lieto.fi/etsivanuorisotyö

Työllistämispalveluiden yksilövalmentajat *Paula* ja *Sarianne* auttavat lietolaisia työnhauksa. Paulan asiakkaita ovat 16–28-vuotiaat ja Sariannen yli 29-vuotiaat lietolaiset. Työnhakijoiden yksilövalmentajan palvelu on yksilöllistä ja asiakkaan tarpeeseen räätälöityä. Yksilövalmentajalta saa apua esimerkiksi ammatinvalintaan, työnhakuun, urasuunnitteluun, työnhakuvalmiuksien kehittämiseen, työnhakijaksi ilmoittautumiseen, cv:n laadintaan, omaan osaamisen sanoittamiseen sekä koulutus- ja muiden eri vaihtoehtojen kartoittamiseen.

Työhaun yksilövalmentajaan saa yhteyden suoraan soittamalla, tekstiviestillä tai sähköpostitse. Yhteystiedot: Paula, 050 441 2897, paula.kivela@lieto.fi ja Sarianne, 050 3734 547, sarianne.sjoblom@lieto.fi.

LISÄTIETOJA YKSILÖVALMENNUKSESTA:
lieto.fi/tukeatyonhakuun

Liedon kaupungin Työllistämispalvelut Kisälli löytyy osoitteesta Teollisuuskuja 2 A.

Littoinen ja Asemanseutu

ILTATORIT JA KYLÄ- TAPAHTUMAT KYLÄLÄISTEN OLOHUONEINA

Teksti: Marja-Leena Hämäläinen

Kyliltä kuuluu -juttusarjassa esittelyvuorossa ovat Littoinen ja Liedon Asemanseutu.

Kesä alkaa kääntyä kohti syksyä ja kylä-tapaamisessa Liedon asemanseudun kyläyhdistyksestä Terhi Rajala ja Ari Pitkäranta sekä Littoisten kyläyhdistys Emma ja Anselmista Eeva Turpeinen keskustelivat vilkkaasti kuluneen kesän tapahtumista ja vaihtoivat kokemuksia kyläyhdistystoiminnasta.

Iltatorit ja tapahtumat

Sekä Littoisissa että Aseman seudulla iltatorit ovat vakiinnuttaneet paikkansa kesän ohjelmistossa. ”Asemalla iltatoreja oli ensi alkuun neljä kertaa kesän aikana ja paikkaakin vaihdeltiin, mutta sitten kyläyhdistys teki päätöksen, että iltatori järjestetään joka kesäkeskiviikko ja paikaksi valikoitui Pahkamäen koulun parkkialue. Siinä on parkkitilaa kaikille kävijöille ja myyjille on selkeästi oma paikka”, Ari kertoo. Myyjien ja kävijöiden määrä vaihtelee säästä riippuen, mutta kyläläisille iltatorista on muodostunut

kohtaamispaikka, jonne tullaan hörppäämään kuppi kahvia ja vaihtamaan kuulumiset. Ja mikä tärkeintä, myynnissä on paljon toivottuja paikallisia tuotteita ja lähiruokaa.

Aseman iltatorin kahvibuffetin vetovastuuta on jaettu ja eri yhdistykset voivat kauden alussa varata kahvilavuoron. ”Kyläyhdistys vuokraa tarvittaessa grilliä, jos makkaramyynti houkuttelee, mutta muutoin kukin yhdistys vastaa buffetin tarjonnasta. Näin olemme myös luoneet kontakteja laajasti eri yhdistyksiin ja tutustuneet heidän toimintaansa”, Terhi jatkaa. ”Mutta kyläyhdistyksen hittituotetta, puheenjohtajan pakkopullaa, on myynnissä ainoastaan aseman kyläyhdistyksen kahvilavuorolla”, Ari vinkkaa.

Kyläyhdistyksen lisäksi Liedon asemalla sijaitsevan Mannin Navetan taustalla toimiva Rokmanni ry tuottaa monenlaisia tapahtumia,

Kyliltä kuuluu -juttusarja avaa ovet Liedon kyliin

Kyliltä kuuluu -juttusarjassa tutustutaan Liedon kyliin. Tämän vuoden ajan Lietonen-asukaslehden jokaisessa numerossa esittyy kaksi kyläyhdistystä.

Juttusarjan tavoitteena on nostaa kylillä tehtävää toimintaa näkyväksi, jakaa kokemuksia onnistuneista tapahtumista ja toimintatavoista sekä avata yhteistyömahdollisuuksia kylien välille.

► Aseman iltatorien kahvilavuorot ovat eri yhdistyksille sekä varainkeruutempauksia että mahdollisuuksia tehdä toimintaansa tutuksi.



Marja-Leena Hämäläinen



◀ Kyläyhdistys Emma ja Anselmin organisoimat Littoisten iltatorit sekä suosittu, jokakeväinen Littoisten lumoavat pihat -tapahtuma vetävät kylälle väkeä kauempaakin.

mm. konsertteja kaiken ikäisille ja monen musiikkigenren ystäville. MotorCafe -illat kesätiistaisin tuo asemalle motoristeja ja jenkiautoja. Mannin Navetan tiloissa pääsee myös treenaamaan kahvakuula- ja Zumba-tunneilla ja Mannin Navetan tiloja voi vuokrata myös yksityiskäyttöön. ”Rokmannin tavoitteena on lisätä alueen kulttuuritarjontaa sekä elvyttää maaseutua. Siinä yhdistyksen puheenjohtaja ja puuhanainen Anne Laiho on kyllä onnistunut”, Ari kiittelee.

Myös Littoisissa järjestetään kesällä iltatoreja ja Littoisten verkatehtaan miljöö houkuttelee kävijöitä oman kylän lisäksi lähikunnistakin. ”Iltatori järjestetään neljä kertaa kesän aikana. Kyläyhdistys Emma ja Anselmi on tapahtumajärjestelyjen vetovastuussa”, Eeva kertoo.

Kylätapahtumien helmi on kuitenkin verkatehtaan ympäristössä järjestettävä Littoisten lumoavat pihat -tapahtuma, jossa Littoisten väki kutsuu vierailijoita pihoilleen kirppisaarteiden, kahviloiden ja pop-up ravintoloiden äärelle. Kirppisostosten lomassa kyläilijät saavat nauttia esimerkiksi posetiivarien sävelmistä, perennojen vaihtotorista, erilaisista näyttelyistä, opastuskierroksesta, lasten toimintaradasta, lettipajasta ja mitä kaikkea Tehtaanmäen väki keksiikään tarjota. ”Tapahtuman suurin lumo lienee se, että Littoisten verkatehtaan miljöö tarjoaa uniikin ympäristön nauttia keväästä ja ihmisten kohtaamisista. Littoisten lumoavat pihat -tapahtuma on noussut suureen suosioon ja viimekevään tapahtumassa oli varmasti lähes 2000 kävijää”, Eeva jatkaa.

Toimintaa kylillä vuoden ympäri

Kesällä tapahtumatarjonta on runsasta, mutta myös syksystä kevääseen kylillä on toimintaa kyläläisten iloksi. ”Asemalla Pahkamäen koulun tiloissa pidimme keväällä lasten tapahtuman, ja aina syksyisin suosittu Aseman messut. Lisäksi kyläyhdistys on järjestänyt myös retkiä, mutta haasteena on ollut saada riittävästi lähtijöitä. Tänä vuonna olemmekin joutuneet perumaan

useita retkiä. Kyläyhdistys ottaisi ilolla vastaan kommentteja, palautteita ja ehdotuksia, jotta voisimme tuottaa mieluisaa toimintaa kylälle”, Ari kannustaa.

Kyläyhdistys Emma ja Anselmi järjestää mm. Verkakierroksia, joissa pääsee kuulemaan Littoisten verkatehdasalueen värikkästä elämänmenosta, työstä, harrastuksista ja rakennuksista. ”Syyskuun toinen sunnuntai järjestetään Littoisten työväentalon pihalla perinemarkkinat yhteistyössä Omakotiyhdistyksen ja LTU:n (Littoisten työväen urheilijat ry) kanssa. Suosittu tapahtuma kerää paikalle



Terveiset ovat, että kyläläiset ottaisivat matalalla kynnyksellä yhteyttä ja liittyisivät jäseneksi.

niin vanhoja kuin uusia littoislaisia. Joulukuussa Littoista somistaa kyläläisten kokoama joulukalenteri, jossa pihoille tai ikkunoihin rakennetaan kullekin päivälle oma kalenteriluukku ja niitä voi seurata Littoisten lumoavat pihat -Facebook-sivulta”, Eeva listaa.

Yhdistykset yhteistyössä paikallista toimintaa tukemassa

Aseman kyläyhdistyksellä on Liedon museon kanssa aktiivista yhteistyötä. Esimerkiksi Nautelankosken kirpputoripäivillä aseman kyläyhdistys on ollut käytännönjärjestäjänä ja talkoissa apuna. ”Mannin Navetan tiloja olemme hyödyntäneet mm. kokoustiloina ja kyläyhdistys puolestaan markkinoi Mannin Navetan tapahtumia somekanavissaan eli puolin ja toisin koitamme olla toisillemme avuksi. Myös asemalla sijaitsevan Vähätalon tilan lähiruokapäivillä kyläyhdistys on ollut mukana kahvilaa pyörittämässä”, Terhi kertoo.

Liedon Sotaveteraanien ylläpitämä korsutupa saunoineen asemalla on uniikki kohde ja nyt aseman kyläyhdistys on suunnitellut ja keskustellut alustavasti ottavansa vuokraus- ja päivittäistoiminnan organisoinnin vastuulleen. Sotaveteraaneilla kuten monella muullakin yhdistyksellä on haasteena jäsenistön ikääntyminen ja uusien jäsenten hankinta. ”Moni toiminta kylillä pyörii vapaaehtois- ja yhdistystoiminnan turvin. Siksi meidänkin terveiset ovat, että kyläläiset ottaisivat matalalla kynnyksellä yhteyttä ja liittyisivät jäseneksi. Kun saadaan uusia aktiivisia jäseniä niin työtaakkakaan ei koidu rasitteeksi vaan tekeminen pysyisi mielekkäänä”, Ari toteaa.

Littoisissa kyläyhdistys tekee yhteistyötä mm. seurakunnan ja LTU:n kanssa. LTU hallinnoi Littoisten työväentaloa, jota hyödynnetään eri tilaisuuksissa. LTU vuokraa myös Kuoviluodon saunaa halukkaille. Littoisten kirkko on avoinna kylän eri tapahtumissa, sunnuntai-iltaisina siellä järjestetään kirkonmenot. Kirkko on samanaikaisesti myös galleria, joten näyttelyyn pääsee tutustumaan, kun ovet ovat avoinna. Verkakierrokset päättyvät Littoisten kirkkoon.

Oman kylän valtit

Sekä Eeva että Terhi ja Ari nostivat esille kylien yhteisöllisyyden. Littoisissa erityisesti Verkatehtaan alueella on vanhan ajan yhteisöllinen henki. ”Kujilla ja kaduilla tervehditään ja jutellaan vaikkei ihan tuttuja oltaisikaan ja kylällä on yhteisiä Whatsapp- ja Facebookryhmiä, joissa apua ja neuvoja pyydetään sekä annetaan – oli sitten hukassa avaimet, työkalu tai kukkien kastelija. On siellä huonekalut ja muut toiselle tarpeettomat asiatkin löytäneet uuden kodin. Pientä remppaakin voidaan tehdä yhdessä – joku osaa aina jotakin ja valmista syntyy”, Eeva kehaisee. Ari ja Terhi nyökyttelevät, tutulta kuulostaa. Myös aseman Facebookissa jaetaan iloja ja murheita, etsitään kadonnutta lemmikkiä ja autetaan naapureita ja kyläläisiä.

► **Aseman iltatorilla vasemmalta lukien Aki Lammi, Ari Pitkäranta, Jari Lehtonen, Terhi Rajala, Heidi Laaksonen, Marjo Wahlbäck ja Elina Kangasjärvi.**

► **Littoisten verkakierroksella esiintyvät Velma ja Eeva.**

Eeva kuitenkin lisää, että Tehtaanmäki on jo rakennushistorialtaan aivan omanlaisensa eikä sitä ja Kehätielle asti ulottuvaa uudem-paa omakotialuetta voi suoraan verrata toisiinsa.

Yhteisöllisyyden lisäksi aseman valteiksi Ari ja Terhi nostavat Liedon tunnetuimman luontokohteen Nautelankosken, joka onkin Aurajoen pisin koski. Nautelankosken ym-päristössä sijaitsee Aurajokilaakson suurin luonnonsuojelualue ja useita uhanalaisia leh-toja ja niittyjä. Alue tarjoaa niin paikallisille kuin vierailijoille runsaasti mahdollisuuksia retkeilyyn ja luonnosta nauttimiseen. ”Hie-man tuntemattomampi helmi on aseman siirtolapuutarha. Kyllä asemalle kannattaa tulla tutustumaan”, Ari ja Terhi kannustavat.

Littoisissa kyläläiset voivat nauttia Turun seudulla melko harvinaisista järvimaisemista ja lähes kotiovelta lähtevistä kuntoilureiteis-tä. Littoistenjärvi on suosittu uimapaikka sekä kesäisin että talvisin, sillä sen rannalta löytyy hiekkarantoja, suppailuautoja sekä avantouintipaikka Villa Järvelä. Talvikelien salliessa Littoistenjärvelle tehdään latuja ja luisteluratoja. Alueella on lisäksi hyvät peruspalvelut, muun muassa oma alakoulu ja päiväkoteja sekä kampaamoja ja pizzeria. Littoisista löytyy lisäksi K-kauppa, moni-toimitalo ja kirjasto, jotka tosin sijaitsevat Kaarinan puolella. ”Littoisten erikoisuus on se, että se jakaantuu Liedon ja Kaarinan kes-ken, eikä kuntarajoilla ole suurta merkitystä. Jalkapallokentän välissä kulkee hauska kaupunkien raja”, Eeva naurahtaa.

Tulevaisuuden näkymiä

Lapsimäärä kasvaa aseman seudulla ja perheiden arkea helpottavat alueen oma Pahkamäen alakoulu ja esiopetustilat sekä Tammentuvan päiväkot. Päiväkotitilat on juuri remontoitu ja samalla tuli hieman lisätiloja päiväkodin käyttöön eli pienille lapsille ja lapsiperheille on asemalla hienosti peruspalvelut kunnossa.

”Asemanseudun seuraavana kehittämiskoh-teena voisi olla Aurajoen virkistyskäytön parantaminen. Kyläyhdistyksen suunnittelu-pöydällä on ollut laiturihanke SUP-lautailua ja melontaa helpottamaan, mutta hankkeen suunnittelu jäi kesken. Jonkinlaista hanke-hahmotelmaakin oli jo tehty. Pitänee ottaa suunnittelu uudelleen työn alle ja selvittää hankerahoituksen mahdollisuudet”, Ari pohtii.

Littoisissa alueen arvokasta kulttuurihiis-toriaa pyritään edelleen siirtämään uusille sukupolville. ”Hartaana toiveena on, että alueen elävä historia ja upea luonto houkut-televat paikalle yhä innostuneita ja luovia ihmisiä, jotka tekevät kylästä vieläkin mie-lekkäämmän ja merkityksellisemmän paikan asua ja vierailla”, Eeva summaa monien tuntoja.



Marjo-Leena Hämäläinen



Eeva Turpeinen

Asemanseutu

- Asukkaita 1815
- Pinta-ala 53,7 km²
- Sijainti 9-tien varrella mahdollistaa kätevät kulkuyhteydet Turun ja Tampe-reen suuntiin. Autolla Turkuun 20 min ja Liedon keskustaan alle 15 min.
- Vanha Tampereentie, nykyisin myös Aura-joentien matkailutienä tunnettu väylä tarjoaa erinomaiset puitteet pyörällä liik-kumiseen laadukkaan kevyenliikenteen väylän ja mainioiden maisemien ansiosta.
- Föillä pääsee sekä Liedon että Turun keskustaan.
- Päiväkot, esikoulu ja alakoulu.
- Aktiivista yhdistystoimintaa: Aseman-seudun kyläyhdistys ry, Pahkamäen kou-lun vanhempainyhdistys ry, Rokmanni ry.
- Nähtävää ja koettavaa: Nautelankosken museoalue, Aura-jokilaakson suurin luonnonsuojelualue, runsaasti mahdollisuuksia retkeilyyn ja luonnosta nauttimiseen. Asemanseudulla sijaitsee lisäksi Eläinmaa Zoolandia.

Kolme parasta Asemalla:

1. Luonto, luontopolku, Nautelankoski
2. Rauhallinen yhteisö, hyvät kulkuyhteydet ja silti omassa maaseudun rauhassa
3. Aktiivinen yhdistys- ja tapahtumatoiminta

Littoinen

- Asukkaita 2181
- Pinta-ala 13,3 km²
- Autolla 15 min Liedon keskustaan ja 15 min Turkuun. Kohtuulliset bussiyhteydet.
- Päiväkoteja, esikoulu ja alakoulu. Pizze-ria, kampaamoja sekä tekonurmikenttä, K-kauppa ja monitoimitalo Kaarinan puolella.
- Yhdistystoimintaa: mm. kyläyhdistys Emma ja Anselmi ry, Littoisten omakoti-yhdistys, LTU (Littoisten työväen urhei-lijat ry), Littoisten koulun vanhempain-yhdistys ry.
- Nähtävää ja koettavaa: Verkatehtaan kulttuuriympäristö, Littoistenjärvi, uimarannat, Villa Järvelä, luontopolut ja hiihtolatu/pururata, Galle-ria kyläkirjasto, yksityismajoitusta.

Kolme parasta Littoisissa:

1. Historiallinen ja uniikki verkatehdas-miljö ja Littoistenjärvi
2. Tapahtumat: Littoisten lumoavat pihat, verkakierrokset, iltatorit, Littoisten markkinat ja joulukalenteri
3. Yhteisöllisyys

Ota kyläyhdistysten kanavat seurantaan, niin tiedät mitä kylillä tapahtuu!

ASEMANSEUTU

Facebook: Liedon asemanseudun kyläyhdistys ry

LITTOINEN

Facebook: Verkatapahtumat, Littoisten lumoavat pihat
Nettisivut: verkatapahtumat.fi

Tapahtumat syksyllä

ASEMAN MESSUT | Su 15.10. klo 11–14
Pahkamäen koulun liikuntahalli, Vanha Tampereentie 1605, 21360 Lieto as

LITTOISTEN PERINNEMARKKINAT | Su 10.9. klo 12–16
Littoisten työväentalon piha, Vuorikuja 7, 20660 Littoinen

Ikiliikkuja-hanke Liedossa

TUKEE VANHUKSIA PÄRJÄÄMÄÄN KOTONA

Teksti: Mari Himanka ja Milja Elonen

Suurten ikäluokkien siirtyminen eläkkeelle, eliniän nousu ja yli 75-vuotiaiden ihmisten suhteellisen osuuden kasvu lisää palvelutarvetta liikunnallisen elämäntavan tukemiseen sekä kotona asumisen vahvistamiseen.

Liedossa olemme mukana Ikiliikkuja-hankkeessa. Ikiliikkuja on osa valtakunnallista opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuvat-kokonaisuutta. Hankkeen tarkoituksena on +65-ikäisten liikunnallisen elämäntavan edistäminen, jotta ikäihmisten osallisuus, fyysinen aktiivisuus ja liikunta lisääntyisi arjessa. Rahoitusta saadaan aluehallintovirastolta.

Hankkeen työntekijä, liikunnanohjaaja *Mari Himanka* liikuttaa senioreita vanhainkodeissa ja tekee säännöllisiä kotikäyntejä ikäihmisten luona. Asiakkaat ohjautuvat palveluun pääsääntöisesti Varhan fysioterapeuttien kautta. Tavoitteena on toiminta- ja liikkumiskyvyn säilyminen ja paraneminen, jolloin mahdollisuudet toimintakykyiseen vanhuuteen vahvistuvat.

”Uskallus lähteä yksin ulos on ollut lähes jokaiselle vanhukselle vaikeaa. Koronapandemian aikana kunto on laskenut. Osalla on taustalla kaatuminen ja omiin voimiin luottaminen on voinut kadota. Tavoite on saada vanhuksen elämään voimaa niin mieleen kuin kehoonkin, jotta kotona itsenäisesti pärjääminen on mahdollista vielä pitkään. Monipuoliset jumppatuokiot ja jumppavideoiden hyödyntäminen ovat osoittaneet, että ihminen pystyy ihmeellisiin asioihin, jos vain haluaa”, Mari Himanka kertoo.

KOKEMUKSIA IKILIIKKUJA-HANKKEEN VAIKUTUKSISTA

Laila-Tuulikki on 90-vuotias lietolainen seniori. Hän asuu keskustan tuntumassa ja toteaa, että Liedossa on hyvät ulkoilumahdollisuudet puistoineen. Ensimmäinen liikunnanohjaaja Marin käynti oli noin vuosi sitten ja sen jälkeen noin joka toinen viikko.

”Jos Mari ei ole käynyt viikkoon, niin sitten hän on kuitenkin soittanut, josta tulee aina hyvä muistutus liikkumisen tärkeydestä” kertoo Laila-Tuulikki. ”Olen saanut Marilta hyviä vinkkejä. Hyvän ryhdin pitäminen rollaattorin kanssa helpottaa etenemistä. Pitkiä istumisjaksoja tulee välttää.”

Laila-Tuulikki on nuorempana käynyt ryhmäliikuntatunneilla, mutta nyt hän ei koe niitä enää mieluisaksi. Hän jumppaa nykyään kotona ja katselee Marin jumppavideoita iPadiltä.

”Ystävän ja kannustajan voimavara on suuri ja se auttaa pysymään aktiivisena ja terveenä”, kiittelee Laila-Tuulikki. Liikunnanohjaajan käynnit ovat vaikuttaneet hänen elämäänsä todella myönteisesti.

Vappu, 86 vuotta, ja *Sakari*, 88 vuotta, asuvat lähellä Liedon keskustaa. Vappu käyttää liikkumiseen kotona ja kotikulmilla rollaattoria. Sakarilla on käytössä sähkömopo päivittäisillä ruoanhaku- ja kauppareissuilla. Kodinhoitaja käy joka aamu auttamassa Vappua aamutoimissa. Liikkumisen lisääntyminen Marin käyntien jälkeen on hätkähdyttänyt pariskuntaa.

”Varsinkin Marin vinkit ruokailuihin ovat tuoneet tullessaan hyvät rutiinit, aiemmin ruokailut olivat todella epäsäännöllisiä. Liedossa on monta hyvää lounasravintolaa, joista saa ostettua hyvää monipuolista ruokaa kotiin vietäväksi”, kertoo Sakari.

”Ikiliikkuja-hankkeen liikunnanohjaajan merkitys arkeen on ollut suuri jo muutaman käynnin jälkeen. Tyttäremmekin on todennut hämmästyneenä mielialoissamme muutoksia positiiviseen suuntaan”, toteavat Vappu ja Sakari yhteen ääneen.



▲ Liikunnanohjaaja Mari asiakkaansa Vapun kanssa ulkoilemassa.

SENIORILIIKUNTAA ON TOTEUTETTU LIEDOSSA VUOSIA

Liedossa on kehitetty ja toteutettu jo vuosien ajan pitkäjänteisesti senioriliikunnan palveluita. Liikunnan palveluketjua toteutetaan yhteistyössä sosiaali- ja terveystieteiden (fysioterapia, lääkärit, seniorineuvola, vanhuspalvelut) sekä senioriyhdistysten, seurakunnan sekä Lieto-opiston kanssa. Yhteisenä tavoitteena on hallinnonalojen rajat ylittävällä yhteistyöllä edistää ikäihmisten arkiliikkumista, lisätä liikuntaneuvontaa ja ohjattua liikuntatoimintaa.

”Olemme yhteistyön myötä tavoittaneet paljon ikäihmisiä ja kartoittaneet eri tahojen tarpeita. Senioriliikunnan palveluista saadut tulokset ovat olleet hyviä”, kertoo Mari Himanka.

Liedon liikuntapalvelut liikuttaa monipuolisesti kaiken kuntoisia senioreita aina matalan kynnyksen tasapainoryhmistä reippaaseen kuntajumppaan. Myös syksyllä on tarjolla erilaisia ryhmäliikuntatunteja eri kuntosille senioreille. Liikuntaryhmistä saa tietoa tästä Lieton-lehdestä sivulta 12–14 sekä Liedon kaupungin verkkosivuilta osoitteesta lieto.fi/palvelut-ja-asiointi/liikunta/ohjattu-liikunta/senioriliikunta.

FÖLI

Tule tapaamaan fölikavereita kaupungintalolle!

Lietolaiset Fölikaverit auttavat senioreita Fölin käytössä. Fölikaverit opastavat sinua juuri toivomassasi asiassa joukkoliikenteen käyttöön liittyen liittyen. Fölikaverin kanssa voi esimerkiksi tutkia aikatauluja ja kokeilla Fölin reittiopasta. Voit myös tulla sopimaan yhteisen matkan tehtäväksi jonakin toisena päivänä. Opastus on maksutonta, mutta fölikaverin kanssa tehdyt matkat opastettava maksaa itse.

Fölikaverit päivystävät Liedon kaupungintalon ala-aulassa (Kirkkotie 13) tiistaisin klo 11–13.

Kulttuuria Aurajoen sylissä: LIEDON TAITEIDEN YÖ

Kuvat: Reeta Kolkkala

Liedon Taiteiden Yö käynnisti Lieto-viikon tapahtumakimaran perjantaina 18.8. Kulttuuri- ja taidetapahtuman iloisesta tunnelmasta vastasi laaja joukko lietolaisia toimijoita sekä runsaslukuinen, kaikenikäinen yleisö.

loisen kuplivan ja kokeilevan tunnelman saattoi aistia siirtyessään tapahtumapaikalta toiselle. Kulkijoita viihdytti Fillaripianisti **Aarno Paakkari**, musiikkinaan jazz, stride-piano ja rhythm & blues. Taituruutta saattoi vain ihmetellä vasemman käden hypähdellen soittaessa bassoa ja sointuja oikean hoitaessa melodian.

Jokipolun tapahtumalavan ohjelmassa nautittiin lastenmusiikkibändi **Merkkarit & Kai Kuutamon** vauhdikkaasta esityksestä, jossa yhdistyivät rock-musiikki, taitavat sirkustempot ja osallistavat laululeikit. Liedon kaupungin tervehdyksen tapahtumaan toi kaupunginjohtaja **Mika Ingi**. Lieto-mitalien, Suomen Kotiseutuliiton ansiomerkin ja Lieto-seuran Pietarin avaimen luovutus olivat myös osa illan antia. Toiveohjelmassa ikivihreitä kappaleita laulatti seremoniamestari, kapellimestari/pianisti **Jari Puhakka**. Lavan ohjelmiston päätti tangokuninkaallinen **Kaija Lustila** ja Puhakka duo-konsertillaan.

Ohjelmaa eri-ikäisille kepparoinnista kirjallisuuskeskusteluun

Kaupungintalon ympäristössä oli jo iltapäivästä alkaen ohjelmaa eri-ikäisille. Päivä alkoi Varhan ikääntyneiden palveluiden toimintapisteellä. Ohjelma jatkui Liedon ja Härkätien 4H-yhdistysten keppihevostarakan, pihaleikkien ja kädentaitojen parissa. Alkuillasta näyttävä määrä zumbaajia toi hymyn kasvoille.

Kaupungintalon valtuustosalissa esiintyi lähes täydelle katsomolle kirjailija **Heli Laaksonen** luonto- ja runoilan merkeissä. Myöhemmin salissa kuultiin unohtuneita melankolissävyytteisiä lasten- ja kansanlauluja. **Helena Risku-Salminen** ja **Sisko-Soilikki Hella** laulattivat ja soittivat samalla kun 10-vuotias **Elsa Salminen** kuvitti laulujen tarinoita kankaalle. Lastenteatteriyhdistys Sadun Aika esitti nukketatteriesityksen ”Jaakko ja pavunvarsi” satuhuoneessa kaikkiaan kolmesti.

City-nuorisotilan suursuosion saaneilla toimintapisteillä pääsi tekemään graffiteja, musisoimaan musapisteellä, kisailemaan neppisautoilla, tekemään kukka-asetelmia hävikkikukista, taiteilemaan katuliiduilla ja tutustumaan Liedon keskustan City-nuokkarin tiloihin avoimien ovien merkeissä. Musapisteelle rohkeni ilahduttavan moni, ja kun vauhtiin oli päästy, yhteissoittoa ja -laulua kaikenikäisten kesken riitti pitkälle iltaan. Kiitos teille, jotka laitoitte itsenne likoon!

Q-Kirjakaupassa lietolainen ammattitaiteilija **Heidi Ynnilä** esitteli miten abstraktitekniikalla voi tehdä struktuuripintoja ja metallihohtomaalauksia. Myös suosittu **Risto Rappääjä** oli tavattavissa kirjakaupassa pariin otteeseen!

Taiteiden Yö näkyi myös Tarvasjoen Kertun tuvalla, jossa vietettiin **Anri Tukkimäen** taidenäyttelyn avajaisia. Esillä oli akvarelli-, akryyli-, pastelli-, liitu-, posliini- ja ikonimaalaustöitä.

Kirjailija **Joel Haahtela** pohti teostensa teemoja Liedon kirkossa. Haahtelaa haastatteli kirkkoherra **Risto Leppänen** ja keskustelua siivitti **Laura Ollin** sellomusiikki. Ajatuksia jaettiin Littoisten ikonipiirin näyttelyn ympäröimänä. Kun kirkon ovet sulkeutuivat kello 23, Taiteiden Yön ohjelmakokonaisuus oli tältä vuodelta päättynyt.

Kiitos teille, jotka vietitte kanssamme Taiteiden Yötä! Teitte tapahtumasta ikimuistoisen. Tervetuloa taas ensi vuonna!



LIEDON KAUPUNGINHALLITUS on myönsi ”Liedon hyväksi tehdystä arvokkaasta työstä” **Lieto-mitalit Mari ja Risto Leppäselle**, Liedon Parma ry:lle ja Eläinmaa Zoolandia Oy:lle. Mitalit kävi noutamassa Risto Leppänen, Liedon Parmasta puheenjohtaja **Maarit Lempiäinen**, yleisurheilujaoston edustaja **Katriina Jokinen** ja suunnistusjaoston edustaja ja Jukolan viestin 2022 pääsihteeri **Mirkka Maisila** sekä Zoolandiasta **Liisa ja Raimo Tuominen**.

SUOMEN KOTISEUTULIIITTO myönsi kaupunginhallituksen esityksestä **Kotiseutuliiton kultaisen ansiomerkin Jarkko Mäenpäälle** osallistumisesta kotiseututyöhön ja järjestötoimintaan pitkään ja ansiokkaasti.

LIETO-SEURA myöntää vuosittain **Pietarin avaimen**. Tänä vuonna sen sai **Seppo Kuusisto**.



Syksyn 2023 tapahtumatarjonta

Lapset

Lasten taidetyöpajat

Teatteria ja taidetta -luovuuspa- ja 4.–6.-luokkalaisille lapsille syys- kaudella 12.10., 26.10., 9.11., 23.11. ja 7.12. klo 15–16 Lieto- opiston tiloissa.

Lapset harjoittelevat esiintymis- taitoja, ryhmässä toimimista, tu- tustuvat taiteeseen ja luovat itse taidetta. Ilmoittautuminen aukea- aa Liedon kaupungin nettisivuilla 31.8.

Järjestäjä: Liedon kulttuuripalvelut

Koko perheen peuhut

Lauantaisin klo 9.30–11.30 Lieto- hallilla 30.9., 21.10. ja 18.11.

Alle 12-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen suunnattu liikunta- tapahtuma.

Lietohallissa on puuhaa koko per- heelle: temppurata, pomppulinna, kiipeilyä, palloilua ja alle 4-vuotiail- le on oma peuhutila.

Sisäänpääsymaksu 1 €/lapsi. MLL:n puffetti. Lapset ovat tapahtumassa vanhempien vastuulla!

Tervetuloa mukaan!

Lasten konsertti

La 18.11. Peuhujen yhteydessä klo 11–12 Lietohallilla

Konsertin esiintyjä tiedotetaan myöhemmin kaupungin nettisivuil- la ja Facebook-sivuilla.

Konsertti on maksuton. Tervetuloa!

Moto-ryhmät lapsille

Lasten mototoimintaan voivat il- moittautua ne lapset, jotka tar- vitsevat erityistukea motoristen taitojen kehittämiseen. Moto-toi- minnassa pyrimme erilaisten mo- toriikkaa kehittävien harjoittei- den ja leikkien avulla parantamaan lapsen motorisia taitoja ja samal- la tutustutaan eri liikuntalajeihin. Ryhmän toiminnassa lapsi saa ko- kea onnistumisen elämyksiä, iloa ja riemua, leikkien, pelien ja harjoit- teiden myötä.

Ryhmät: 4–7-vuotiaille.

Hinta: 17 €/syyskausi, 8 kertaa.

Ryhmä toimii maanantaisin klo 16.15–17 Lietohallin tanssisalissa.

Ryhmä aloittaa toiminnan ma 2.10. (Ei syyslomalla.)

Ilmoittautuminen aukeaa Liedon kaupungin nettisivuilla ma 4.9.

Tiedustelut: hyvinvointiohjaaja Sari Lecklin, 050 574 0906, sari.lecklin@lieto.fi

Lasten toimintaleiri syyslomalla

Ma–pe 16.–20.10. klo 9.30–14.30 Lietohallilla

Leirin ohjelmassa on 1.–3.-luokka- laisille lapsille eri liikuntalajeja, pe- lejä ja toimintaa.

Hinta 25 €. Maksu sisältää ohjauk- sen, lämpimän ruuan, vakuutuksen, leirillä tarvittavat välineet.

Ilmoittautuminen ma–pe 11.9.–6.10. Liedon kaupungin net- tisivuilla.

Kiertävät elokuvaesitykset kaupungintalolla

Kinotour esittää uusimpia eloku- via Liedon kaupunginvaltuuston salissa.

Katso esitykset Facebookista: Liedon elokuvat / Kinotour

Harrastamisen Suomen mallin kerhotoiminta

Kaikissa Liedon kouluissa järjeste- tään lapsille ja nuorille Harrasta- misen Suomen mallin kerhoja. Voit tutustua kerhotoimintaan Liedon kaupungin nettisivuilla: [lieto.fi/pal- velut-ja-asiointi/liikunta/harrasta- misen-suomen-mallin-kerhot](https://lieto.fi/palvelut-ja-asiointi/liikunta/harrastamisen-suomen-mallin-kerhot)

Nuoret

Ajantasaisimmat nuorten toimin- ta- ja tapahtumatiedot löytyvät Instagramista @liedonnuoret ja Facebookista Liedon Nuoret sekä kaupungin verkkosivuilta.

Retki Pii Poon LEGO- rakennustapahtumaan Hel- singin Messukeskukseen

La 30.9.

Retken hinta 28 €, sis. kuljetus, pääsylippu ja vakuutus. Ruokailut omakustanteiset.

Lähtö kaupungintalon edestä (Kirkkotie 13) klo 8 ja paluu kaupungintalolle n. klo 18.30.

Lisätietoa tapahtumasta: piipoo.com

Alle 18-v. tulee olla huoltajan lupa. Alakouluikäiset ja nuoremmat voi- vat osallistua vain täysi-ikäisen kanssa.

Ilmoittautuminen alkaa ke 30.8. ja loppuu ke 13.9.

Tarkemmat tiedot Liedon kaupun- gin nettisivuilla: [lieto.fi/retket- tapahtumat-ja-leirit](https://lieto.fi/retket-tapahtumat-ja-leirit)

Elokuvaesitys nuorille

Nuvan syysloman tapahtuma.

Liedon kaupungin nuorisoval- tuusto tarjoaa nuorille maksutto- man elokuvaesityksen. Ennakkoil- moittautumista ei tarvita, saavu vain paikalle. Tarkemmat tiedot Liedon kaupungin nettisivuilla: lieto.fi/retket-tapahtumat-ja-leirit

Nuorten kirpputori

Ti 17.10. klo 17–19.30 Lieto- opistolla

Hei nuori! Tule myymään vaattei- tasi nuorten kirpputorille syys- lomaviikolla. Katso tapahtuman lisätiedot ja varaa pöytä Liedon kaupungin nettisivuilla. Ilmoit- tautuminen kirpputorimyyjäksi aukeaa 12.9. klo 8.

Myyntipaikka on ilmainen.

Myös Liedon City-nuokkari on avoinna tapahtuman ajan.

Järjestäjä: Nuorisopalvelut

Syyslomaretki viihdekeskus Flamingoon ja Helsinki Outlet -ostoskylään Vantaalle

To 19.10.

Hinta 16 €, sisältää kuljetuksen.

Lähtö Liedon kirkon pihalta klo 8. Takaisin Liedossa ollaan n. klo 20.

Ilmoittautuminen aukeaa Liedon kaupungin nettisivuilla ma 18.9. klo 8 ja päättyy to 5.10.

Lähde viettämään mukavaa päi- vää viihdekeskus Flamingoon ja samalla vieraillaan Helsinki Outlet -ostoskylässä. Flamingon valikoi- masta voit valita itsellesi sopi- van toiminnan omakustanteisesti: flamingo.fi.

Alakouluikäiset ja nuoremmat voivat osallistua vain täysi-ikäisen kanssa. Alle 18-v. tulee olla huolta- jan kirjallinen lupa.

Järjestäjä: Nuorisopalvelut

Nuorisotilojen aukiolot syyskaudella

Nuorisotilat ovat avoinna ma 4.9. alkaen. Syyslomalla nuorisotilat ovat avoinna normaalisti.

JUNNU-NUOKKARI, 5.–6.-LUOKKALAISET

Ma ja ke klo 14.30–16

City-nuokkari (Kirkkotie 11, 21420 Lieto)

Ke klo 14.30–16 Tarvasjoen nuok- kari (Tarvasjoen koulu, 21450 Tarvasjoki)

To klo 14.30–16 Ilmaristen nuok- kari (Pahkalaukkaantie 1, 21350 Ilmarinen)

YLÄKOULUIKÄISET JA SITÄ VANHEMMAT NUORET

Ma, ti ja ke klo 17–20 City-nuokkari

Ke klo 17–20 Tarvasjoen nuokkari

To klo 17–20 Ilmaristen nuokkari

PERJANTAINUOKKARIT

8.9., 6.10., 3.11. ja 1.12. Klo 18–22 City-nuokkarilla ja Ilmaristen nuokkarilla

Mihi.fi – Rajattomasti mahdollisuuksia nuorten liikuntaan maksutta!

Kaikki 13–19-vuotiaat Turun seu- dun nuoret voivat osallistua mille tahansa liikuntavuorolle – maksut- ta! [Mihi.fi](https://mihi.fi) tarjoaa hurjan määrän eri liikuntalajeja: kuntosalia, palloi- lulajeja, jumppia, koripalloa, keilai- lua, lacrossea, salibandya, rugbya, taekwondoa ja sirkusta. Tunneille ei tarvitse ilmoittautua etukäteen ja mukaan voi tulla milloin tahansa. Kätevimmin käyt liikkumassa kun liittyt Mihi:in. Tällöin saat oman jä- sennumeron kuvallisena puheli-

meesi. Viime hetken tuntimuu- tokset ja -peruutukset tulevat Instagramiin #mihiturku -hashta- gillä sekä Mihin Facebook-sivuille. Mihi.fi nuorten liikuntatoiminnassa ovat mukana: Kaarina, Lieto, Mas- ku, Mynämäki, Naantali, Nousiai- nen, Paimio, Raisio, Rusko, Sauvo ja Turku. Voit käyttää kaikkien mainit- tujen kuntien Mihi-liikuntavuoroja! Tervetuloa kokeilemaan!

MIHI.FI

Liedon nuorten Mihi-liikuntavuorot

PELI- JA PALLOILUVUORO

Ti klo 14.45–15.45

Lietohallilla kaikille kouluikäisil- le lapsille ja nuorille. Ohjaajina liikunnanohjaajat.

LIETOHALLIN KUNTOSALIN VUOROT

Ma–pe klo 14.45–16

Nuorilla on mahdollisuus omatoimi- sesti käyttää Lietohallin kuntosalia.

Aikuiset

Blues-konsertti

Ke 25.10. klo 19 Lietohallilla
Esiintyjinä Juha Kartano Band ja Robbie Hill Band. Konsertti alkaa klo 19.

Liput: 28/25 €. Ennakkomyynti lippu.fi ja ovelta klo 18.15 lähtien.
Järjestäjä: Liedon kulttuuripalvelut

Taidenäyttelytilat kaupungintalolla varattavissa

Kaupungintalon 2. kerroksen näyt- telytila on varattavissa Liedon kaupungin verkkosivuilla. Paikal- lisilta toimijoilta hinta 50 €/kk (ei myyntinäyttely) ja myyntinäytte- lyt ja Liedon ulkopuoliset toimijat 100 €/kk.

Lisätiedot: Marjaana Tamminen, 050 569 0952, marjaana.tamminen@lieto.fi

Syysliikkuja-kampanja

1.9.–30.11.
Syysliikkuja-kampanja starttaa syyskuun alusta.
Lajeina kampanjassa frisbeegolf, kävely, sauvakävely, juoksu, pyöräi- ly, maastopyöräily, melonta, ret- keily, rullahiihto ja -luistelu, uinti, suunnistus ja soveltava liikunta.
Kirjaustapana toimii mobiilisovel- lus, jonka kirjaustiedot tallentuvat suoraan kuntarankingiin.
Kampanjan tarkemmat tiedot ja ohjeet mobiilikirjaukseen: liiku.fi/syysliikkuja-kampanja

Lietotreenit kaikille

La 30.9. klo 12–14 Lietohallilla
Ohjelmassa: Balanssi, tehomuok- kaus, RVP ja shake. Ota mukaasi: juomapullo ja jumppa-alusta.
Tapahtuma on ilmainen.
Järjestäjä: Liedon liikuntapalvelut ja Kaisakki
Tervetuloa kaikki jumppaamaan Lietohallille!

Lietotanssit

Perjantaisin klo 18.30–21.30
Lietohallin tanssisalissa
Tanssipäivät ovat 29.9., 6.10., 13.10., 20.10., 27.10., 3.11., 10.11., 17.11., 24.11., 1.12., 8.12. ja 15.12.
Tule mukaan pyörähtelemään iki- vihreiden kappaleiden ja tanssijoi- den kanssa.
Tilaisuus on maksuton ja tervetul- leita ovat kaikki ikään katsomatta! Sekahaku!

Pitkäaikaissairaiden ja liikuntarajoitteisten liikuntaryhmä

Maaanantaisin klo 12.30–13.30
Palvelukeskus Ruskan kuntosalissa 4.9. alkaen.
Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, joilla on toispuolihalvaus, Parkin- son, MS tai muu liikkumista vai- keuttava neurologinen sairaus, alaraaja-amputaatio tai jokin muu fyysistä toimintakykyä selvästi ra- joittava sairaus. Toimintaan voivat osallistua myös henkilöt, joilla on vaikeuksia päivittäisessä liikkumi- sessa tai käyttävät apuvälinettä liikkumisessaan.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Liikuntarajoitteisten kuntosaliryhmä

Torstaisin klo 12–13 Lietohallissa 7.9. alkaen.
Ryhmä on tarkoitettu vamman tai sairauden vuoksi liikkumiseltaan rajoittuneille tai erityishuomiota tarvitseville.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin tai Lietohal- lin kuntosalimaksu.

Matalan kynnyksen liikunta

Oletko työikäinen? Liikutko ter- veytesi kannalta liian vähän? Onko tavoitteena parempi kunto ja sään- nöllinen liikunnan ilo jokapäiväi- sessä arjessa?
Ryhmä toimii maanantaisin klo 17–18.30 Lietohallin tanssisalissa.
Ryhmä aloittaa toiminnan ma 2.10.
Ilmoittautuminen aukeaa Liedon kaupungin nettisivuilla ma 4.9.

Hinta: 30 €/10 kertaa
Jos olet työikäinen ja sinulla on useampi seuraavista kriteereistä, hae mukaan ryhmään:
• sinulla on heikko fyysinen kunto ja ylipainoa (BMI ≥ 30)
• sinulla on riski sairastua diabe- tekseen
• olet sydän- tai verisuonitautiin sairastunut
• sinulla on tuki- ja liikuntaelinsai- raus.
Tiedustelut: hyvinvointiohjaaja Sari Lecklin, 050 574 0906, sari.lecklin@lieto.fi

Kuntosalin abc-kurssit

Ke 27.9., 4.10. ja 11.10. klo 17–18 Lietohallilla
Tervetuloa tutustumaan kuntosali- harjoittelun perusteisiin.
Kurssin jälkeen jokainen tuntee kuntosalitreenuksen perusteet ja osaa käyttää laitteita oikein – ja oikein päin! Mukaan tarvitset vain mukavan ja joustavan asun sekä sisäkengät.
Hinta: 20 €, sisältää kuntosalimak- sut ja ohjauksen. Kurssille otetaan 12 henkilöä.
Ilmoittautuminen aukeaa Liedon kaupungin nettisivuilla ma 11.9.
Lisätiedot: liikunnanohjaaja Valtteri Heikkinen, 0500 805 295

Seniorit

Senioriliikuntakortti 2023
Liedon kaupungin Senioriliikunta- kortin hinta on 27 €/vuosi. Kort- ti on lietolaisille 64 vuotta täyttä- neille.
Kortteja voi lunastaa Liedon kau- pungin asiointipisteestä ja Lieto- hallilta. Kortti oikeuttaa Ruskan ja Lietohallin kuntosaleihin ikäih- misille varattuina vuoroina sekä Liedon liikuntapalveluiden järjes- tämiin seniori-ikäisten liikuntaryh- miin. Henkilöllisyys on todistettava korttia ostettaessa.

Hyväntuulen liikunnallinen senioritapahtuma

Ti 5.9. klo 9.30 kaupungintalon kuntopuistossa
Kahvitarjoilu. Tapahtuma on ilmai- nen. Tervetuloa!

Vesijumppamatkat Caribiaan Turkuun

Joka toinen perjantai 15.9., 29.9., 13.10., 27.10., 10.11. ja 24.11.
Lähtö: klo 11 Tarvasjoki, Tarvashovi n. klo 11.10 Yliskulma, Härmäntien pysäkki

klo 11.25 Liedon keskusta, kirkon parkkipaikka
n. klo 11.30 Vilkkimäen meijerin pysäkki
klo 11.35 Ilmarinen, K-kaupan pysäkki
Ohjattu jumppa klo 12.30–13.15.
Paluulähtö Caribiasta klo 14.15.
Maksu: 12 €/kerta Caribiassa, Lie- don kaupungin senioriliikuntakor- tilla 10 €.

Sisäcurlingia

To klo 10–12 Palvelukeskus Ruskassa

Ikämiesten boccia

Ma klo 14.30–16 ja pe klo 14–16 Palvelukeskus Ruskassa
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Tasapainoryhmä

Ma klo 9.30–10.15 Palvelukeskus Ruskassa 11.9. alkaen.
Tasapainoharjoitteluryhmä on tar- koitettu henkilöille, joilla on on- gelmia tasapainon kanssa. Tasa- painoharjoittelua monipuolisesti ja yhteiset loppuvenyttelyt. Ilmoit- tautuminen paikan päällä.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Tuolijumppa valtuustosalissa

Ti klo 10.15–11 kaupungintalon valtuustosalissa 12.9. alkaen. 2. kerros, esteetön kulku. Ilmoittau- tuminen paikan päällä.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Kuntojumppa valtuustosalissa

Ke klo 13–13.45 kaupunginta- lon valtuustosalissa 13.9. alkaen. Jumppaa ei ole 27.9.
Kunto-, voima- ja tasapainojumppa. Ota mukaan jumppa-alusta ja vesi- pullo. Osa liikkeistä tehdään lattial- la istuen tai makuulla. Ilmoittautu- minen paikan päällä.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Uutta! 64+ Äijäjumppa valtuustosalissa

Ke klo 10.15–11 kaupunginta- lon valtuustosalissa 20.9. alkaen. (Jumppaa ei ole 8.11.)
Kaikenkuntoisille miehille. Tunti sisältää monipuolisesti lihaskun- to-, tasapaino- ja liikkuvuushar- joittelua. Ilmoittautuminen paikan päällä.
Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Seniorituolijumppa Ruskassa

To klo 10.15–11 Palvelukeskus Ruskassa 14.9. alkaen.

Tuolijumppa on kivaa ja tehokasta koko kehon herättelyä ja hahmotamista. Tule ryhmään, jos sinulla on alaraajojen toimintakyky selvästi heikentynyt, ulkona liikkuminen on epävarmaa ja rappusten nouseminen tuottaa hankaluuksia. Ilmoittautuminen paikan päällä.

Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

TULES-ryhmä

Ti klo 13–14 Palvelukeskus Ruskassa 5.9. alkaen.

Tuki- ja liikuntaelinsairaille suunnattu itsenäinen kuntosalijärjestelmä, jossa fysioterapeutti opastaa kuntosalilla. Ilmoittautuminen paikan päällä.

Hinta: sisältyy Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Senioreiden Ruskatanssit

Ti 3.10. klo 10–11 Ruskassa liikuntasalissa

Kaikille seniori-ikäisille. Luvassa elävää musiikkia. Tervetuloa!

Seniorien liikuntaryhmät ja omatoiminen liikunta

Palvelukeskus Ruskassa ja Lietohallin kuntosalien omatoimiset vuorot sisältyvät Liedon kaupungin Senioriliikuntakorttiin.

Lietohalli

Lietohallin seniorien omatoimiset kuntosaliryhmät.

Kuntosaliryhmät eivät toimi ajalla: yo-kirjoitukset 8.9.–25.9. ja joulutauko 22.12.–7.1.

MAANANTAI

klo 8–9 Vapaa kuntosalijärjestelmä
klo 10–11 Kuntosaliryhmä Kunnottomat
klo 12–13 Kuntosaliryhmä Pirteät

TIISTAI

klo 8–9 Kuntosaliryhmä Kunnan-karheet
klo 10–11 Kuntosaliryhmä Konkarit
klo 12–13 Kuntosaliryhmä Ikinuoret

KESKIVIIKKO

klo 7.30–8.30 Vapaa kuntosalijärjestelmä
klo 10–11 Vapaa kuntosalijärjestelmä

TORSTAI

klo 10–11 Kuntosaliryhmä Ikiliikkujat

LAUANTAI

klo 9–10 Vapaa kuntosalijärjestelmä
Muina aikoina on normaali kuntosalimaksu.

Palvelukeskus Ruskassa liikuntatilat

Seniorien omatoimiset kuntosaliryhmät.

Kuntosaliryhmät eivät toimi ajalla: joulutauko 22.12.–7.1.

MAANANTAI

klo 12.15–13.15 Liikuntarajoitteiset ja pitkäaikaissairaat
klo 13.30–14.15 Tasapainoryhmä
klo 14.30–16 Ikämiesten Boccia

TIISTAI

klo 13–14 Tuki- ja liikuntaelinsairaat TULES

KESKIVIIKKO

klo 13–13.45 Seniorituolijumppa
klo 15.30–17 Curling

TORSTAI

klo 10.00–10.45 Kunto-, voima- ja tasapainojumppa

PERJANTAI

klo 14–16 Ikämiesten Boccia

Palvelukeskus Ruskassa kuntosalijärjestelmä

Vapaat kuntosalivuorot :

MAANANTAI

klo 8–9
klo 11–12.30
klo 13.30–15 apuvälinettä käyttäville
klo 15–17.30

TIISTAI

klo 13–14 fysioterapeutti paikalla opastamassa
klo 15–17.30

KESKIVIIKKO

klo 13–14 apuvälinettä käyttäville
klo 15–17.30

TORSTAI

klo 13–14.30

PERJANTAI

klo 8–10
klo 14–19

LAUANTAI

klo 8–14

Tarvitsetko liikuntavälineitä lainaksi?

Liikuntapalveluista voit vuokrata sauvakävelysauvoja ja sisäcurling- ja boccia-peliä.

Tiedustelut: hyvinvointiohjaaja Sari Lecklin, 050 574 0906, sari.lecklin@lieto.fi

TERVETULO MUKAAN TOIMINTAAN!

Liedon vapaa-aikapalvelut

Liikkuva LIETO

LIETO-OPISTO

Lieto-opisto tiedottaa



Lieto-opiston kuvagalleria

KERAMIikka VILLITSEE!

Keramiikka jatkaa suursuosiotaan ja siksi moni jäi ilman kurssipaikkaa Lieto-opistossa. Yritämme saada lisää ryhmiä, joten seuraa Lieto-opiston Ajankohtaista-sivua netissä.

UUSI OPETTAJA!

Opistolla on uusi suunnittelijaopettaja Sanna Peuri. Häneen voitte olla yhteydessä kaikkiin taideaineisiin, muotoiluun ja kädentaitoihin liittyvissä kysymyksissä ja toiveissa (myös keramiikka!): sanna.peuri@lieto.fi, 050 4535 296.

”Minulla on yli 20 vuoden ajalta laaja kokemus kuvataideopetuksesta useissa eri oppilaitoksissa peruskoulusta Taideakatemiaan.

Olen toiminut Turun Kuvataidekeskuksen rehtorina ja toiminnanjohtajana vuodesta 2009. Innokkaana nyt odotan, että pääsen opettamaan Liedon lapsi-, nuoriso- ja aikuisryhmiä.

Olen koulutukseltani kuvataiteilija ja kuvataideopettaja. Lisäksi olen opiskellut ratkaisukeskeiseksi taideterapeuttiseksi ohjaajaksi.

Nautin kuvataiteen innostavista ja monipuolisista tavoista opetustyössä ja haluan edistää positiivista taidekasvatusta ja yksilön taidekasvatuksen tärkeyttä. Työskentelyssäni korostuvat mielikuvituksen, intuition ja aistitiedon merkitys niin rakennetussa kuin myös luonnollisessa ympäristössä sekä kestävä kehitys ja tasa-arvo ja tietenkin erilaisten ihmisten kunnioitus ja hyväksyntä.”



Lieto-opiston suunnittelijaopettaja Sanna Peuri

OPISTO

• ILO OPPIA!

LIETO-OPISTO



LIEDON KIRJASTO

Liedon kirjastossa tapahtuu

LUKURESEPTI – JUURI SINULLE

Etsitkö luettavaa? Etkö oikein tiedä, mitä lukisit? Haluaisitko lukea jotain muuta kuin yleensä luet? Tuntuuko sinusta, että kaikki hyvät kirjat on jo luettu?

Jos vastasit kyllä johonkin yllä olevaan kysymykseen, lukuresepti auttaa!

Kysymme toiveitasi ja etsimme niiden perusteella sinulle luettavaa. Täytä lomake ja palauta. Saat sähköpostiisi 10–20 kirjan vinkkilistan. Voimme myös lainata sinulle kirjat valmiiksi kirjakassiin. Kassi on helppo ja nopea noutaa kirjastosta. Vastaamme sinulle mahdollisimman pian, viimeistään kahden viikon kuluessa. Lukuresepti-palvelu on maksuton.

SINUSTAKO LUKULÄHETTI?

Oletko miettinyt vapaaehtoistyötä?

Liedon kirjastopalvelut etsii lukulähettilötoiminnasta kiinnostuneita vapaaehtoisia. Lukulähetit käyvät lukemassa mm. palvelutaloissa ikäihmisille. Jos sinulta löytyy aikaa ja haluat antaa hyvää mieltä lukemalla ääneen tarinoita, ota yhteyttä: janne.blomqvist@lieto.fi, 050 5691786.

KIRJASTON AUKIOLOAJAT

Liedon pääkirjasto palvelee sinua Liedon keskustassa. Kirjasto sijaitsee kaupungintalon sisääntulokerroksessa.

Ajantasaiset aukioloajat voi tarkistaa Liedon kaupungin verkkosivuilta lieto.fi/kirjasto

LIEDON PÄÄKIRJASTON AUKIOLOAJAT

Palveluajat 28.8. alkaen

Ma-to klo 12–19 | Pe klo 10–16 | La klo 10–15

Omatoimialue

Ma-su klo 7–21

Omatoimialueelle kirjaututaan kirjastokortilla ja tunnusluvulla. Kirjaston palveluaikana ei tarvitse kirjautua.

POIKKEUKSET KIRJASTON AUKIOLOAJOISSA

- Pyhäinpäivänä la 4.11. vain omatoimialue.



SATUTUNNIT

Satutunnit jatkuvat syksyllä tiistaisin klo 17.30–18.

5.9., 19.9., 3.10., 17.10., 31.10., 14.11., 28.11. ja 12.12.

Saat myös satupassin!

NOVELLIKOUKKU

Ota oma käsityösi mukaan ja neulo tai virkkaa itsellesi tai lahjaksi – tai istahda vain kuuntelemaan novelleja.

Syyskauden novellikoukut Liedon kirjastossa klo 17.30.

Keskiviikkoisin 20.9., 25.10., 22.11. ja 13.12.

LUKUPIIRI

Liedon kirjaston lukupiiri kokoontuu syksyllä 2023 seuraavasti:

5.9. Jean-Paul Didierlaurent: Lukija aamujunassa

3.10. Maria Ångels Anglada: Auschwitzin viulu

7.11. Runopiiri – Edith Södergran: Runoja

5.12. Pauliina Rauhala: Taivaslaulu

Kokoontuminen Liedon kirjastossa klo 17–18. Voit osallistua joka kertaan tai vaikka vain kerran, aivan sen mukaan miten sinulle parhaiten sopii.

Lisätiedot kirjaston asiakaspalvelusta. Tervetuloa mukaan!