



Sivakka

HEINOLAN LATU ry:n tiedotuslehti n:o 2/2015

Internet: <http://heinolanlatu.suomenlatu.org/>



**Vuoden 2015
Latupuukko**
löysi vuolijan.
Ahkera talkoolai-
nen ja hallituk-
sen jäsen Lauri
Laitinen sai pal-
kinnon pj. Seppo
Rautiaisen onnit-
telupuheiden ke-
ra.

Juustopolku
parantaa osanot-
tajamäärissä
"juoksuaan"
vuosi vuodelta.
Loistavat syysil-
mat vaikuttavat
ulkoiluharrastus-
ten suosioon
merkittävästi, ja
säähän olivatkin
olleet syyskuun
lopulla suosiolli-
set.



Ajatuksia

SUOMEN LATUALUEIDEN TOIMINNASTA

Suomen Latu ry jakaantuu kahdeksaan latualueeseen. Heinolan Latu kuuluu Kymi-Vuoksen alueeseen 17 muun Kymenlaakson, Etelä-Karjalan, Etelä-Savon ja Hämeen maakuntien alueella toimivan yhdistyksen kanssa. Osallistuin alueen syyspalaveriin Virojoella ja tässä teille terveiset sieltä.

Suomen Ladun strategia vuosille 2016 - 2021 sisältää mm. aluetoiminnan uudistamisen, jolloin alueiden merkitys Suomen Ladun toiminnassa kasvaa. Keskusorganisaation toiminta painottuu vastedes valtakunnallisten toimintojen eteen tehtävään työhön, ja latualueitten huoleksi jää paikallisten tapahtumien järjestäminen yhteisvoimin paikallisyhdistysten kanssa.

Kymi-Vuoksen syyspalaverissa päätettiin muun muassa seuraavaa: Latualueen yhdyshenkilönä jatkaa Henri Kekkonen Saimaan Ladusta ja hänen lisäksi aluetyöryhmään valittiin Helena Kempas Karhulan Ladusta ja Virpi Pietikäinen Kaakon Ladusta. Ensi vuoden isäntäyhdistyksenä toimii Kaakon Latu joka nyt järjesti syyskokouksen.

Vuoden 2016 toimintasuunnitelmaan kirjattiin mm. seuraavia tapahtumia: toukokuussa Virojoella Bunkkerimuseoon tutustuminen, 5.-7.7.16 Imatralla alueen kesäpäivät (alustavasti sovittu paikka on kesäkotit Hakkala), kevään aluepalaveri pidetään liittokokouksen yhteydessä ja syyspaapamiset 1.10.16 Virojoella ja syysliittokokouksen yhteydessä, 22. - 23.10.16 Nilsiällä.

Tänä vuonna latualueen yhteisen syysretken kohteena oli meidän Juustopolku-patikka, ensi vuonna ohjelmassa on ”Neljän lammen kävely” Kouvolassa. Lisäksi tulee koulutustoimintaa josta ei vielä tarkkaan sovittu.

Latualueen toiminta vaikutti pirteältä ja minusta meidän Heinolan Ladun jäsenten pitäisi osallistua siihen entistä aktiivisemmin. Karjalaiset ovat iloisia ja puheliasta porukkaa joten heidän seurassaan ei aika käy pitkäksi.

Nyt syksyllä meidän kaikkien tulee lähteä liikkumaan eikä antaa valtaa syysmasennukselle. Yrittäkäämme talven tuloa ja hiihtokelejä odotellessa pitää kuntoa yllä kaikin tavoin. Kun sukset sitten saadaan alle, on hiihto alusta asti helpompaa. Heinolan Ladun voitelutiimi toimii heti kelien tullessa, Latumajalla sukset voidellaan luistavaan ja pitävään kuntoon.

Lopuksi vielä vanha kehoitus: YLÖS ULOS JA LENKILLE!
Risto Hynninen

Toimintaa ja tapahtumia talvella ja keväällä 2015 - 16

(* lumivarauksella)

Pikkujoulupirskeet Latumajalla to 10.12.15 klo 18.00. Tarjolla glögiä ja pipareita, riisipuuroa ja rusinasoppaa, kahvia ja torttuja. Jouluisia ohjelmaa, porinaa menneestä ja tulevasta.

Laavuhartaus Tähtiniemen laavulla su 20.12.15 klo 16.00. Tunnelmallista hiljentymistä, Joulun sanomaa ja musiikkia luonnon helmassa.

Suksien voiteluillat Latumajalla torstaisin klo 18.00 – 19.30 hiihtokauden ajan. Luisto- ja pitovoitelua omakustannus- hintaan, opastusta välineitten valintaan ja huoltoon.

Hiihtokauden avajaiset Latumajalla ja Raviradalla su 17.1.16 klo 10.00-13.00 (* Peltosen SKINPRO karvapohjasuksien ja luistelusuksien kokeilumahdollisuus. Luisto- ja pitovoitelua omakustannushintaan, opastusta välineiden valintaan ja huoltoon.

YHDESSÄ HIIHTÄEN Perhehiihto-päivä Raviradalla ja Latumajalla la 6.2.16 klo 10.30-13.00.(* Hiihtotekniikan opastusta lapsille ja aikuisille, tietoa välineiden valinnasta ja huollosta. Peltosen SKIN-PRO karvapohjasuksien ja luistelusuksien kokeilumahdollisuus. Leikkimielistä kilpailua. Puffetti.

Laskiaisrieha Latumajalla su 7.2.16 klo 10.00–14.00: pulkamäki, napakelkka, lumikenkäilyn harjoittelua (*, puffetti ym.

Ystävänpäivän mehutarjoilu Raviradalla hiihtäville la 14.2.16 klo 12.00 – 14.00. (*)

Hiihtoviikko Äkäslompolossa vk 13/16 (26.3. – 2.4.16). Perinteinen matka hiihtäjille ja laskettelijoille Lapin lumisiin maisemiin ja mainioille laduille.
(Ilmoittautumiset Sepolle ti 1.12.15 alkaen.)

Juustopolku 28.9.2015



Tamppilahden taukopaikalla parveilua parhaimmillaan.

Olin ensimmäistä kertaa mukana Juustopolku-tapahtumassa. Se järjestettiin tänä vuonna jo 32. kerran. Reitille en vielä rohkaistunut, mutta talkooporukkaan minut oli ylipuhuttu kesken lukion koeviikon. Alussa minusta tuntui seuraavalta: Päiväni minä ja mummot. Hei sinä nuori, joka haluat vaikuttaa vanhemman kansan silmissä hyvältä taikka kuulla ”kun minä olin nuori” tarinoita. Tiedän oikean paikan sinulle! Näin siis ajattelin ensin.

Heinolan Ladun ja Vuolenkosken Kyläyhdistyksen tapahtuma oli lämminhenkinen vanhojen tuttujen kohtaaminen, johon uusienkin kasvojen oli helppo tulla. Tähän kohtaan huomio, että tässä jutussa vanhuksella tarkoitetaan kaikkia yli 60-vuotiaita. Tapahtumassa kaikki olivat liikkeellä hyvällä mielellä, iloisilla jutuilla varustettuna. Vaikka Tamppilahden taukopaikalla, jossa minäkin olin, oli välillä ruuhkaa, niin kireitä ilmeitä ei näkynyt kenelläkään. Osa oli lähtenyt liikkeelle pyörillä, osa juosten ja osa koirien kanssa liikkuen. Suurin osa oli liikkeellä kävellen ilman sen kummempaa aikatavoitetta. Mukana

oli kaikenikäisiä – tosin suurin osa jo keski-ikänsä ohittaneita liikkujia. Itse hämmennyin, kuinka nuoria polkulaisia oli mukana – osa oli lähtenyt mukaan koko perheen voimin.

Taukopaikalla oli tarjolla mehua ja itse sai paistaa lettuja. Välillä letunpaistoon olikin jonoa, enkä kyllä ihmettele – kyllähän vastapaistettu lettu on hyvää. Makkaraa, kahvia ja pullaa oli myynnissä – nekin tekivät kauppaansa mukavassa syysäässä. Suksiesittelyä oli myös ja arpojen myyntiä. Lähes kaikki patikoijat, joita tänä vuonna oli ennätysmäärä, noin 350, pysähtyivät taukopaikalle. Osa viivähti vain muutaman hetken, osa istui nuotion lämmössä tarinoimassa kymmeniä minuutteja. Tamppilahden taukopaikalla oli myös tapahtuman ensiapuvastaava. Teltaa ei oltu pystytetty, ensiapuvälineet olivat autossa. Onneksi päivästä selvittiin muutamalla rakkolaastarilla. Etukäteen oli kuitenkin laadittu pelastussuunnitelma eli melkein kaikkeen oli varauduttu. Minun tehtäväkseni lankesi toimittajan rooli. Haastattelin jokusia ohikulkijoita. Seuraavassa muutamien kom-

mentteja ja kuulumisia. Ensimmäinen haastateltavani oli Johanna Hopeasaari, joka oli matkalla juoksuvauhtia. Hän oli ollut tapahtumassa muutamana kerran aikaisemmin, ja nyt vauhdinjako oli tehty koko matkan juoksemista ajatellen. Haastattelin myös toista Johannaa, nyt sukunimenä Haavisto. Hän oli ollut mukana jo 10 kertaa. Lähtemään sai perinne ja hyvä kaveri. Juoksuosastolla oli myös Marianna Paronen, joka ”juoksi äitiä karkuun”. Hän oli mukana ihan vahingossa, vaikka paljon muutoin liikkuukin. Nuoriso-osastoa edusti ikäiseni Milla Kytö, joka oli mukana, koska äiti pyysi eikä ollut muutakaan tekemistä. Kaukaisin haastattelemani henkilö oli kotoisin Espanjasta. Maria Alba oli lähtenyt ystävänsä Mari Valtosen kanssa Juustopolulle. Molemmat olivat mukana ensimmäistä kertaa. Nuoret naiset olivat poimineet matkalla mustikoita, joita laittoivat letujen päälle. Huomasin, miten moni katsoi heidän herkkujaan hieman kaateellisen oloisena. Ensi kertaa oli myös Lehtolan Sari, joka tänä vuonna on löytänyt liikunnan ilon elämäänsä. Hän oli huomannut ilmoituksen tapahtumasta Itä-Hämeestä ja lähtenyt mukaan ”ihan vain kiinnostuksesta, miten jaksaa perille”. Vuolenkosken kylän vanhin Aimo Pekkola on ollut mukana alusta asti. Hän tykkää liikua luonnossa, kehui reittiä hyväksi ja aikoo olla mukana taas ensi vuonna. Helsingistä oli lähtenyt liikkeelle MatkaMielen Esko Honkasen johdolla toistakymmentä kokenutta patikoinnin harrastajaa, jotka pitivät retkeä kehäkolmosen ulkopuolelle muillekin suo-



siteltavana elämäyksenä. Henri Kekkonen, Kymi-Vuoksen Latualueen yhdyshenkilö oli kerännyt alueen yhdistyksistä bussikuorman väkeä vierailulle Heinolan polulle. Henrikin oli huomannut juustopolkulaisten ikäjakauman: linja-autossa

keski-ikä oli ollut +55, ei yhtään alle 30-vuotiasta. Kysyin häneltä, miten saadaan nuoria mukaan tämänkaltaiseen toimintaan. Hän sanoi, että tämän päivän nuoret eivät välttämättä ole kiinnostuneita pelkästä kävelystä kauniissa maisemissa. Geokätköily, frisbee-golf ja joukkuelajit antavat nuorille toisenlaista haastetta.

Kaikki haastattelemani henkilöt (ja moni muukin) kehuivat järjestelyjä hyviksi, reittiä mukavaksi ja opasteita riittäviksi. Sääkin suosi syksyistä tapahtumaa.

Niin. Siitä tunnelmasta. Kaikilla tuntui olevan hymy herkässä ja juttu luisti. Yksin ei tarvinnut matkaa taittaa, vaikka yksin olisi linja-autoon turistipysäkiltä hypännytkin. Moni sanoi tulevansa uudelleen ensi vuonna.

Teksti ja kuvat:

Ensikertalaiset (12-16v.)



Alla oleva toimintasuunnitelma on lyhennelmä, voit tutustua täydelliseen versioon kotisivuillamme. Yksityiskohtaiset tiedot tapahtumien sisällöstä ja ajan- kohdasta näet sivuiltamme hyvissä ajoin etukäteen.

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2016

Heinolan Latu edistää Heinolassa kaikenikäisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa kaikkina vuodenaikoina. Tavoitteena on huolehtia siitä, että jokainen löytää itselleen mielekkään tavan ulkoilla ja nauttia luonnosta. Vuoden teemana on Suomen Ladun valtakunnallinen teema YHDESSÄ.

Hiihdetään yhdessä!

Toivokaamme, että saamme tarpeeksi lunta ja luistavia kelejä. Helmikuussa viettämme viime vuoden tapaan Perhehiihtopäivää. Ohjelmassa on tietoisuutta niin välineitten valinnasta ja huollosta kuin tekniikkaharjoituksiakin, lapsille ja aikuisille. Laskiaisriehassakin ehtii mäenlaskun lomassa suksille. Ystävänpäivänä tarjoilemme Raviradan kupeessa mehua ja pipareita. Maaliskuussa lähdemme taas viikoksi Äkäslompolon maisemiin (ilmoittautumiset 1.12.15 alkaen Sepolle).

Pyöräillään yhdessä!

Toukokuussa lähdetään kiertämään kaupunkia Kaupunkipyöräilyn merkeissä. Oman reittinsä saavat niin maantie- kuin maastopyöräilijätkin. Elokuuksi on ehdotettu koko päivän kestävää pyöräretkeä.

Retkeillään yhdessä!

Jatketaan tänä vuonna suosiota saaneita päiväretkiä lähiseudun kiinnostaviin kohteisiin. Niitä meillä on yllättävän paljon. Syyskuun viimeisenä sunnuntaina järjestämme taas Juustopolku-patikan Vuolenkosken ja Heinolan välisellä reitillä. Lokakuussa on sauvakävelyn vuoro, matkan ja vauhdin voi itse kukin valita mieleisekseen.

Geo-kätköillään yhdessä!

Kätköilijät kokoontuvat vuoden mittaan muutamaa miittiä, johon myös vastaalkajat kutsutaan mukaan tutustumaan tähän kiehtovaan lajiin. Mikä mahtava koko perheen harrastus, sanovat jo koukkuun jääneet.

Talkoillaan yhdessä!

Heinolan Ladun väellä on hyvä maine: he ovat aikaansaavia ja hyväntuulisia talkoolaisia. Työkohteina ovat olleet mm. jäännosto Jääfestivaaleille, paikkakunnan suurten urheilutapahtumien järjestelyihin osallistuminen, Juustopolun kunnostus ja suksien voitelupalvelu. Mikset sinäkin kokeilisi, miten tällaiset askareet kohottavat kuntoasi ja tuottavat mielihyvää. Ensi vuoden talkootyökohteista tulee aikanaan tietoa kotisivuille.

Koetaan yhdessä jotakin uutta ja jännittävää!

Oletko jo kokeillut lumikenkäilyä? Yhdistyksellä on kalustoa, ja hiihtotapahtumien yhteydessä saat opastusta. Haluaisitko rakentaa linnunpöntön omalle pihallesi tai Lintutarhan käyttöön? Huhtikuussa taas rakennetaan, lapsetkin osavat kun ohjaajia on paikalla. ”Nuku yö ulkona” on Suomen Ladun ideoima uusi luontokokemus syyskuussa, sekin voidaan toteuttaa.

Talven tuloa odotellessa!

Aika rientää ja vuodet vieriiiiisiitä on jo lähes 30 vuotta, kun tulim Heinolaan töihin. Tuolloin en tiennyt Heinolan Ladun toiminnasta juuri mitään.

Mutta nyt tiedän!

Heinolan liikuntajärjestöissä on poikkeuksellisen vahva talkoohenkisyys ja halu tehdä yhteistyötä. Tämän yhteistyön voimin kaupunkiimme on saatu lukuisia kansainvälisiä liikuntatapahtumia: MM-kisoja, EM-kisoja, Lento-pallon Power cup, Koululaisten Olympialaiset, Kuntoliikunnan olympialaiset jne... Näiden suur tapahtumien järjestäminen on vaatinut järjestöjen ja Heinolan kaupungin tehokasta yhteistyötä. Ilman tätä yhteishenkeä ei näitä tapahtumia olisi saatu Heino-laan.

Heinolan Latu on ollut kaupungille merkittävä yhteistyökumppani tapahtumien järjestämisessä sekä liikuntaolosuhteiden rakentamisessa ja kunnossapidossa.

Heinolan Latu on omalla talkootyöllään tehnyt mm. juustopolusta mittavan liikuntatapahtuman. Latu on vastannut reitin suunnittelusta, rakentamisesta ja luonut Juustopolkutapahtuman, jonka suosio kasvaa vuosi vuodelta.

Heinolan Ladun talkoohenkisyyden yksi parhaimmista ilmentymistä on Latumajan kunnostaminen kaupunkilaisten ja Ladun toimintapaikaksi. Latumajan kunnostus on vaatinut latulaisilta suunnattoman määrän talkootyötä. Minulle on kerrottu, että työ alkoi 1980-luvun alussa ja on jatkunut siitä saakka vuosittain!

Talkootyöllä on uusittu vuotava kattorakenne, tehty uusi lattia ja lisätty lämpöeriste, uusittu ulkomaalaus, ikkunat suojattu luukuilla ja terässal-

voilla, portaikot ja kuisti on rakennettu uudelleen, sisätiloja on paneeloitu ja peruskorjattu muutoinkin, asennettu vesi ja viemärijärjestelmä ym.ym. Tämän lisäksi Latumajan ympäristön siisteydestä on latulaiset pitäneet hyvää huolta.

Nyt tuo hyväkuntoinen talo on ollut mm. hiihtäjien voitelu/mehupisteenä ja tapahtumien järjestämispaikkana. Latumaja tarjoaa myös Heinolan Ladun aktiiviselle toiminnalle erinomaisen kokoontumistilan, jota myös muut järjestöt ovat voineet käyttää.

Heinolan kaupungin liikuntapalvelujen vastaavana olen hyvin kiitollinen tästä pyyteettömästä talkootyöstä, jota latulaiset ovat vuosien saatossa tehneet!!

Erityiskiitoksen ansaitsee Rautiaisen Seppo, jonka sydän on sykkinyt Heinolan Ladulle jo vuosikymmenet....ja kuulin huhuja, että Seppo heiluttelee puheenjohtajan nuijjaakin vielä pari vuotta !!!

Yhteistyömme jatkukoon!!!

Vielä kerran kiitokset kaikille latulaisille suurenmoisesta talkootyöstä Heinolan kaupunkilaisten hyväksi!

Matti Nieminen

Liikuntatoimenjohtaja

Vuoden 2016 hallituksen varsinaiset jäsenet:

Risto Hynninen, Sirpa Mäkilä, Markku Pakkanen, Jarmo Pilli, Johanna Saarinen, Harri Ikonen, Lauri Laitinen, Asta Mykrä, Tomi Silvonen, Hannu Ilonummi. puheenjohtajana Seppo Rautiainen.

Hallituksen varajäsenet: Asko Huvinen ja Simo Pesonen.

Välinevuokrausta

Vain Heinolan Ladun jäsenille, Harri Ikonen, 045-6750808

Väline	Vrk	Viikko			
Rinkka	4 €	10 €	Lapsiahkio	10 €	50 €
Keitin	–	5 €	Eräsukset	4 €	10 €
Telтта	4 €	10 €	Lumikengät, aik/lapset	4 €	20 €
Ahkio	5 €	20 €	Kävelysauvat	4 €	15 €
Laavu	4 €	10 €	Lapsenkantorinkka	5 €	20 €
Kota	20 €	50 €			



ELENIA