



Katajaiset



Suomi Seura Katajaiset

Seuralehti

2024 /1 Västerås

Talvi ja hankiaiset, sukset ja muistot

Valoa kohti mieleni..



Tilhit etsivät pihlajia

Sivu 1	Tilhien kevät	Sivu 2	Tietoa ja Pääkirjoitus
Sivu 3	Kunta informoi	Sivu 4	Joulumuistelmat
Sivu 5	Turha tieto	Sivu 6	Hymyä huuleen
Sivu 7	Tulevia taphtumia	Sivu 8	Katajaisten toiminnat

Tietoa

Suomi Seura Katajaisten oma kotisivu netissä
www.katajaiset.se

Ajankohtaista, johtokunta, tietoa nyt ja ennen, tapahtumakalenteri, historiikki. Sieltä löytyy myös tämä lehti sekä lehden aikaisemmat numerot ja vuosien takaiset sekä uudet kuvakansiot.

Katajaisten facebook

- [finska föreningen katajaiset](#)

- [katajaiset](#)

sivuilta löydät ajankohtaiset kuvat, ilmoitukset, kutsut ja muut tiedotteet.

Konttori

Suomitupa, Riitta Vallius
puhelin 021-122208 / 070-6305185
eposti: kontoret.katajaiset@telia.com

Aukioloajat

Maanantai ja torstai klo 11.00 – 14.00

Lehden toimitus

Reportteri, Toivo Hoffrén, puh. 073-0302712
eposti: toivohoffren@gmail.com
Lehti ilmestyy digitaalisena netissä, mutta Suomituvalla löytyy paperiversioita.

Vuoden 2024 Jäsenmaksut:

Nuoret aikuiset 18-25v 80 kr,
Aikuiskortti 200 kr
Yksinhuoltajakortti 200 kr (yksi aikuinen ja lapset alle 18v samassa osoitteessa),
Perhekortti 400 kr (kaksi aikuista ja lapset alle 18v samassa osoitteessa)
Maksa: Pg 691713-2. Kirjoita henkilötiedot sekä ”Katajaiset jäsenmaksu 2024”

Katajaisten Suomitupa

Norra Lövuddenilla.
Osoite : Johannisbergsv. 13, 72591 Västerås

Svenska

Katajaiset tidningen är skriven på finska. Vill du ha information om vårt verksamhet? Gå till: Finska Föreningen Katajaiset hemsida. www.katajaiset.se. Fråga gärna gruppledaren, ring till kontoret eller besök Finnstugan.

Pääkirjoitus

Joulu ja kunnan ruokailut poistivat murheet mielestä ja uusi vuosi toi tullessaan uutta intoa ja positiivisuutta elämään. Vanhanajan pakkastalvi hävitti punkit pensaista, espanjan etanat jäätyivät ja kolikalastajat nuijivat jäätä.

Parin päivän ylensyöminen on havaittu hyväksi murheeseen, jos lähiomainen kuolee. Tosin tämä on tehtävä kaverien seurassa. Luultavasti suurin hyöty on hyvä seura ja hyvät kaverit. Pahinta on jos jää kotiin yksin suremaan, silloin se muuttuu sairaudeksi.

Tulevaisuus on edessämme ja sitä on jo ahkera katajainen kansa alkanut suunnitella. Tiedossa ohjelmaa jokaiselle viikon päivälle, sunnuntait levätään. On myös eläkeläispäivät, äitienpäivät, suomipäivät, avoimien ovien päivät, perhepäivät ja monet matkapäivät.

Tässä pari vihjettä terveyden puolesta.

Liity jäseneksi Katajaisten suomiseuraan. Tule mukaan jaostoihin. Haluatko ruumiillista toimintaa, puuliiterissä ja talonmiehenä saa voimaa. Kiinnostaako vain mukanaolo, kirjakerhossa voit oppia ja kuunnella toisten kirjanlukua.

Tietoa ja taitoa löytyy Katajaisten jäsenten yli 200 henkisessä joukossa. Yksi osaa yhtä ja toinen toista, joten yhteensä meillä on valtava tiedon ja taidon pankki.

Some, AT, terveys, historia, IT, PC, tekniikka, talous, ruokailu, hyvinvointi ja yhdessäolo.

Nyt vaan nopeasti tyrkylle johtokuntiin. Vuosikokoukset ovat jo ajankohtaisia. Seurataan jännityksellä mitä uusi vuosi tuo.



Hyvää kevättä

**Iloista
Pääsiäistä**

Toivo Hoffrén

Västeråsin suomalainen

Västeråsin kunta tiedottaa

Yksinäisyyttä on monenlaista. Joku tuntee itsensä yksinäiseksi toistenkin seurassa ja toinen voi hyvin yksinkin ollessa.

Yhdessäolo on tärkeää kaikille. Sosiaalisessa ja positiivisessa seurassa viihtyy parhaiten. Tahtomaton yksinäisyys voi johtaa henkiseen ja ruumiilliseen sairauteen.

Terveys on miten ajattelee, tuntee ja toimii elämänsä kanssa. Hyvä terveys auttaa sinua voittamaan vastoinkäymiset paremmin.

Yksinäisyys vaivaa monta, erittäinkin vanhuksia. Kun kadottaa työkaverit, ystävät, aviopuolison ja sosiaaliset yhteydet vähenee.

Kiitos

"Kiitollisuutta ei ole paljon tässä maailmassa" (sanoi Marsalkka Mannerheim)

Kiitollisuuden kynnyks on korkea ja sen ylittäminen on työn ja tuskan takana, mutta kun se murtuu, niin kiitosta tulee yllin kyllin.

Kiitos on halpa, tuskin sillä on hintaa ollenkaan. Sana kiitos on oikeastaan aika arvoton yksistään Murahdettuna. Kiitoksen arvo on helppo tulkita, kun katsoo kiitoksen antajaa silmiin.

Kiitoksen saaja voi joutua hankaluuksiin tunteidensa kanssa, jos huomaa omat kiitokset jääneen jakamatta.

Västeråsin vanhusten asuminen



Västeråsin kunta ilmoittaa, että vanhusten asumiseen tarkoitettuja asuntoja on saatavilla ja lisää rakennetaan.



Seniorval guidar dig kring boende, service och omsorg för seniorer



Bildkälla: boappa.se/jakobshojden-vasters

Seniorboende

Senioriasunto on tarkoitettu yli 55-vuotiaille ja ne ovat vuokra- tai omistusasuntoja.

Trygghetsboende



boende Sörängen

Turvatalo on vuokra-asunto yli 65-vuotiaille. Se on rakennettu vanhusten tarpeisiin sopivaksi. Siinä on ruokala, yhdessäolotilat, harrastukset, hyvinvointi ja isännöitsijä.



Östermälärstrands Äldreboende

Vanhusten asunto on tarkoitettu sinulle, joka tarvitset päivittäistä hoitoa ja apua. Henkilökunta on tavattavissa vuorokauden ympäri. Huoneistoja on sekä yksineläjille että pareille.

Kuvissa olevat rakennukset ovat esimerkkejä ja niitä löytyy ympäri Västeråsia

Joulumuistoja



Karjalanpaisti



Karjalanpiirakat



Rosolli



Makkarat



Leikkeleet



Siansorkat



Maksalaatikko



Kinkku



Lanttulaatikko



Jouluruuat eri paikoissa
olivat niin hyviä että
"Veivät kielen mennessään"



Jouluesiintymiset yksin ja
yhdessä sekä joululaulut



Kirkonpalvelut

Turha tieto

Maailman nisäkkäät

Nisäkkäät ovat siirtymässä kotioloihin, ainakin viimeisten tutkimusten mukaan, jossa on laskettu kaikkien yhteispainot.

60 miljoonaa tonnia villinä

390 miljoonaa tonnia ihmiset

630 miljoonaa tonnia kotieläimet

Ihannepaino

Oletko määrännyt itsellesi ihannepainon, joka pystyt pitämään? Onko siinä hyvinvointisi salaisuus?

Tieteellinen tutkimus osoitti, että monet kuurit ovat vain hetkellisiä.

-Kalorioiden liian nopea laskeminen aiheuttaa epäterveellisen painon heilumisen alas ja ylös.

-Pulverikuuri aiheuttaa pahoinvointia, väsymystä ja ripulia, koska kuidut jäävät pois.

-Proteiini dieetti aiheuttaa pitkäaikaisesti käytettynä maksa- ja munuaishäiriöitä.

+Välimeren ruoka on parasta kilojen hoitoon. Se sisältää juureksia, täysjyvää, kalaa, pähkinöitä, avokadoa ja punaista lihaa.

+Aktiivisuus, fyysinen rasitus, monipuolinen ruoka ja hyvä uni hoitaa loput.

Pieni tieto

Suruaika läheisen kuoltua on alle 6 kuukautta, muuten se on sairaus.

Aivojen kapasiteetti vastaa 4000 kännykkää à 256 Gb. Vielä on paljon tyhjää tilaa.

Psykologi on ihmisen mielen, käyttäytymisen, tunne-elämän ja ajattelun asiantuntija. Suomessa on 6500 psykologia.

Psykiatri eli psykiatrian erikoislääkäri on lääkäri, joka on koulutautunut tutkimaan, arvioimaan ja hoitamaan mielenterveyden häiriöitä. Suomessa on 1600 psykiatria.

Päivä kirkossa

Mikaeli kirkossa suomalaisen seurakuntatyön tykönä voimme kuunnella kirkonmenoja nykyajan malliin. 1800-luvulla rukouksiin sisältyivät myös pyhimykset.

(Lucia kuoli marttyyrikuoleman vuonna 304. Kuolinpaikka löytyy pyhimyskalenterista.)

Rukousten jälkeen oli pyhimysten vuoro.

<i>Herra ole armollinen</i>	<i>Herra ole armollinen</i>
<i>Kristus ole armollinen</i>	<i>Kristus ole armollinen</i>
<i>Herra ole armollinen</i>	<i>Herra ole armollinen</i>
<i>Pyhä Maria, Jumalan äiti</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Mikael</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Kaikki pyhät enkelisi</i>	<i>Rukoilkoot puolestamme</i>
<i>Pyhä Joosef</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Johannes Kastaja</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhät Pietari ja Paavali</i>	<i>Rukoilkaa puolestamme</i>
<i>Pyhä Andreas</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Johannes</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Maria Magdalena</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Stefanus</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Laurentius</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Ignatius Antiokialainen</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Agnes</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhät Perpetua ja Felicitas</i>	<i>Rukoilkaa puolestamme</i>
<i>Pyhä Gregorius</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Augustinus</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Atanasius</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Basilius</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Martinus</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Benedictus</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhät Franciscus ja Dominicus</i>	<i>Rukoilkaa puolestamme</i>
<i>Pyhä Francisco Xavier</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Vianneyn Johannes</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Teresia</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>
<i>Pyhä Katariina</i>	<i>Rukoile puolestamme</i>

Siinä se päivä kului ja katumus vain suureni.

Iso tieto

Kiina tuottaa 500 000 tonnia hunajaa vuodessa. Eniten Maailmassa.

Me kierrämme Linnunrataa nopeudella 828 000 km / tunnissa. Yhteen kierrokseen kuluu aikaa 230 miljoonaa vuotta.

Neurologia on lääketieteen osa-alue, joka tutkii ja hoitaa keskus- ja ääreishermoston sairauksia, poikkeavuuksia ja vammoja. Neurologisia sairauksia ja tiloja ovat muun muassa aivohalvaus, Alzheimerin tauti, elimellinen unihäiriö, Parkinsonin tauti, päänsärky.

Hymyä huuleen



Kaksipaikkainen helikopteri teki pakkolaskun Ruotsissa hautausmaalle. Lehdessä luki: Poliisi on etsinnöissä löytänyt jo 84 kuollutta.



Mummo kaahasi rullaatorilla ympäri vanhainkodin käytäviä. Pappa seisoi kikkeli pystyssä ovensuussa, johon mummo tokaisi "Ässsh taasko puhallusratsia"



Juhlissa eräs nuori vaimo huomautti miehelleen: Tämä on jo neljäs kerta, kun menet hakemaan jäätelöä ja kakkua. Eikö se nolota sinua? Miksi pitäis?, mies vastasi. Sanoin heille, että se on sinulle.

Tuleva isä istui odotushuoneessa, kun kättilö tuli kertomaan, että poika oli tullut. Isä myhäilee tyytyväisenä. Hetken kuluttua kättilö tuli uudestaan ja sanoi, että toinenkin poika oli tullut. -Ei se mikään ihme ole, minulla kun on tarpeeksi iso pippeli, onnellinen isä tuumasi. Kättilö tuli kolmannen kerran kertomaan, että vielä kolmas poika oli tullut maailmaan. -Sinun pitäisi nähdä minun pippelini, se on kuin savupiippu, isä kehaisi. -Sinun pitäisi nuohota se pippelisi useammin, sillä kaikki paikasi ovat mustia, kättilö sanoi.



Paikallisen apteekin mainosnäytössä luki tänään: Arvomme maaliskuussa asiakkaidemme kesken tabletin.

Paikallisten sanomalehtien toimittajat kokoontuivat avioparin luokse saadakseen selville heidän 25 vuotta kestäneen onnellisen avioliittonsa salaisuuden. Päätoimittaja sanoi: Se on uskomatonta, mahdotonta. Aviomies alkoi muistella kuherruskuukautensa aikoja: Häämatkamme jälkeen aloitimme ratsastusharrastuksen. Meillä oli kaksi eri hevosta. Onneksi minulla oli lempeä, hyväntuulinen hevonen. Vaimollani sen sijaan ei ollut yhtä onnekasta. Hänellä oli hullu hevonen. Kun hän ratsasti hevosella, hevonen alkoi hyppiä villisti ja hän putosi selästä alas. Vaimoni taputti hevosta selkään ja sanoi: Tämä on ensimmäinen hutisi. Hän hyppäsi takaisin selkään ja jatkoimme ratsastusta jonkin aikaa. Sitten hevonen alkoi taas käyttäytyä villisti, jolloin vaimoni putosi taas alas. Hän ei menettänyt malttiaan vaan taputti jälleen hevosta ja sanoi: Tämä on sinun toinen hutisi. Jälleen kerran hän hyppäsi selkään, jälleen hevonen hyppäsi villisti ja hän putosi pois. Vaimoni veti revolverin esiin ja ampui hevosen. Leukani putosi maahan: Mitä hemmettiä sinä teet? Ammuiko hevosen? Mikä sinua vaivaa? Kysyin häneltä hämmästyneenä ja järkyttyneenä. Hän katsoi minua: Tämä on ensimmäinen hutisi.

Uutisia Suomesta

<p>Onnelliset kaupungit Maailmalla. Suomihan on ollut onnellisin maa jo ijät ja ajat, mutta nyt tutkittiin yksittäiset kaupungit. Pohjoismaista Helsinki oli ykkönen, sitten Tukholma, Kööpenhamina ja Oslo. Suomalaisia kaupunkeja löytyi 64 parhaan joukosta vielä Lappeenranta, Tampere, Oulu, Turku ja Jyväskylä. Siis kyllä suomalaiset ovat onnellisia ja varmaan Västeråsin suomalaiset olisivat ykkösiä, jos sellainen lista tehtäis.</p>	<p>Pakkasta oli melkein ennätykseen asti ja siitä innostuin tutkimaan virallisia numeroita. Suomen ennätys on -51,5°C, Norjan -51,2°C, Ruotsin -52,6°C ja Tanskan -31,2°C, mutta Grönlandissa, joka kuuluu Tanskalle -69,6°C. Siperiassa on ennätys -58,1°C. Maapallon ennätys mitattiin Etelänavalla 21/7 1983, -89,2°C. Västeråsissa päästiin alle -20°C, mutta kyllä sekin sai ainakin minut pysymään sisällä.</p>
--	--

Tulevia tapahtumia 2024

- 23/2 perjantai klo 12.00** Eläkeläispäivä. Luento, yhteislauluja, ruokaa ja arpajaiset.
- 26/2 maanantai klo 12.00** Näppärien vuosikokous. Käsitellään vuosikokousasiat.
- 8/3 perjantai klo 16.00** Karaokeilta. Laulua ja tanssia Taunojen tahtiin.
- 9/3 lauantai klo 12.00** Katajaisten vuosikokous. Käsitellään vuosikokousasiat.
- 22/3 perjantai klo 12.00** Eläkeläispäivä. Luento, yhteislauluja, ruokaa ja arpajaiset.
- 12/4 perjantai klo 16.00** Karaokeilta.. Laulua ja tanssia Taunojen tahtiin.
- 16-18/4 tiistai-torstai** RSE kulttuuriristeily Helsinkiin. Hauskaa yhdessäoloa laivalla.
- 26/4 perjantai klo 12.00** Eläkeläispäivä. Luento, musiikkia, ruokaa ja arpajaiset.
- 10/5 perjantai klo 18.00** Karaokeilta. Laulua ja tanssia Taunojen tahtiin.
- 12/5 sunnuntai klo 14.00** Äitienpäivä yhdessä suomalaisen seurakunnan kanssa.
- 25/5 sunnuntai klo 13.00** Suomipäivä. Monipuolista ohjelmaa ja esiintymisiä.
- 21/6 perjantai klo 14** Juhannusaaton vietto. Uudet perunat tarjoaa Katajaiset, sillit mukaan.
- 9/8 perjantai klo 18.00** Karaokeilta. Laulua ja tanssia Taunojen tahtiin.
- 10/8 lauantai klo 11.00** Avoimien ovien päivä. Päivän mittainen yhdessäoloa ja keskustelua.
- 25/8 sunnuntai klo 13.00** Perhepäivä kaiken ikäisille ja etenkin lapsille.

SUOMI SEURA KATAJAISET

Tulevia luentoja



Luonto ja terveys



Valoa ja voimaa



Matkat ja kotikunnaat



Viikottainen ohjelma

Maanantai

Kl 10:00 Tuppijaosto, Raimo Nyman

Tiistai

Kl 11:00 Pelejä, Toivo Hoffrén

Kl 17:30 Mieskuoro, Helge Lillkull
Anne Blomgrenin ohjaamaa yhteislaulua

Keskiviikko

Kl 12:00 Askartelukerho, Pauliina Mäkinen

Kl 18:00 Karaoke, parillisilla viikoilla
Tauno & Tauno

Torstai

Kl 10:00 Tuppijaosto, Raimo Nyman

Kl 13:00 Senioritanssi, Pentti Nimell

Perjantai

Kl 11:00 Kirjakerho ja luento Toivo Hoffrén

Kl 12:00 Näppärien juhlat, Liisa Väliviita
(kuukauden viimeinen perjantai)

Laulua, luentoja, ruokaa, kahvia ja arpoja

Lauantai

Tilaussaunat

Seuraa www.katajaiset.se kotisivulta

”Toiminnot”. Siellä aina tuorein kalenteri.

Kaikki toiminnot Suomituvalla

Me jotka toimimme seuran jäsenten hyväksi touhuamme vain vähän, koska meidän voimamme vähenee. Tarvitsemme sinuakin, joka jaksat vielä vähän, meidän seuraamme talkoisiin. Kattamaan pöytiä eläkeläispäivänä, hoitamaan kukkia pihamaalla, keittämään kahvia, leipomaan pullia, soittamaan instrumenttia. Kyllä pientä puuhaa riittää, kun sitä ajan kanssa tekee. Aktiivinen yhdessäolo on parastahoitoa niin mielenterveydelle kuin ruumiilliselle hyvinvoinnillekin.

Ystävät pitävät huolta toisistaan ilman, että se edes huomataan. Kuka pyörittää seuran toimintaa? Kuka sitä moittii ja kuka kiittää?