

## Jokaiselle mahdollisuus vapauteen

Eläkkeelle siirtyessä vapaus koittaa. Alkaa ”ikuinen kesäloma.” Vapaus, jota ei häiritse edessä oleva näkymä loman päättymisestä. Näin parhaimmassa tapauksessa. Toki tuohon vapauteen sisältyy mahdollisuus työntekoon omien voimien ja kiinnostuksen mukaan. Eläkeläisen vapauteen sisältyy mahdollisuus sitoutua vapaaehtoistoimintaan kansalaisyhteiskunnan järjestöissä ja yhdistyksissä oman kiinnostuksen mukaan. Vapaaehtoistoiminta tarvitsee syntyäkseen vapautta.

Joku valmistautuu eläkkeelle siirtymiseen suunnittelemalla jo ennakolta kalenteriinsa alkavan vapaan elämäntilanteen aktiviteetteja. Projekteja ja esimerkiksi matkoja, joihin ei aikaisemmin ole ollut aikaa. Toimintamahdollisuudet uudessa eläkeläisen vapaudessa riippuvat tietysti terveydentilasta, taloudellisesta tilanteesta ja asuinpaikkakunnasta. Vapaus on kovin erilaista eri ihmisten kohdalla.

Vapaus on jokaisen ihmisen perustavanlaatuisen oikeus. Vapaudenrajoitus voidaan määrätä vain tuomioistuimen päätöksellä, joka perustuu lakiin. Perustuslain takaama lähtökohta on, että laki ja tuomioistuimet kohtelevat yhdenvertaisesti niin rikkaita kuin köyhiä, kun on kysymys vapauden rajoittamisesta. Oikeusvaltiossa vapaudenmenetystä käytetään ankarana rangaistuksena.

Tästä huolimatta on niin, että köyhän vapaus on vähäisempi kuin



### Valinnanmahdollisuudet vähenevät sitä mukaa, kun elinkustannukset nousevat, mutta eläke ei. Köyhän vapaus on vähäisempi kuin rikkaan vapaus.

rikkaan vapaus. Minulle soitti hiljattain eläkeläinen, jonka eläke on alle tuhat euroa kuussa. Hän kertoi laajasti elämäntilanteestaan ja siitä, miten tulojen niukkuus vaikuttaa hänen valinnan mahdollisuuksiinsa. Hän kysyi, tiedämmekö me EKL:ssä millaista on todella köyhän elämä.

Valinnanmahdollisuudet vähenevät sitä mukaa, kun elinkustannukset nousevat, mutta eläke ei. Kun elämästä tulee tulojen vähyden takia selviytymistäistelua ja sinnittelyä, ei yksilön vapaudesta ole paljoa jäljellä. Yksilönvapauden sisällöksi ei ihan riitä se, että on ajatuksen vapaus. Tulee olla myös aito mahdollisuus tehdä valintoja oman arkielämän keskellä. Aito mahdollisuus suunnitella elämänsä ja panna suunnitelmia toimeen.

Tämän vapauden toteutumiseksi me teemme työtä myös EKL:ssä yhdessä jäsenistömme kanssa. Harjoitamme edunvalvontaa. Luomme osallistumisen ja osallisuuden mahdollisuuksia jäsenistöllemme yhdistysten vapaaehtoistoiminnan avulla.

LEDARARTIKEL PÅ SVENSKA, SIDAN 39.

## Edunvalvontaa ja ajankohtaista s. 3–9

### 19 Palaako totuus tulessa? Tekoälyä musiikin lomassa Valkeakoskella



100-vuotias Dallape musiikkiyhtye, solistina Maria Lund. Kuva: Henri Salonen KSL-opintokeskus.

### 32 Vanhaa, uutta ja ennallistettua



Lappeenrannan Eläkkeensaajien porukka syysretkellä Simpeleellä.

# Eläkkeensaaja

55. vuosikerta

EKL

Lehden irtonumerot esimerkiksi yhdistysten tapahtumiin Lehtinipputilausten pitää olla meillä viimeistään 2,5 viikkoa ennen lehden ilmestymispäivää. [satu.valimaa@ekl.fi](mailto:satu.valimaa@ekl.fi)

#### TOIMITUKSELLINEN AINEISTO

Lehtijutut ja niihin liittyvät kuvat [toimitus@ekl.fi](mailto:toimitus@ekl.fi)  
Kilpailutoimintaan liittyvät jutut [marja.raitojarju@ekl.fi](mailto:marja.raitojarju@ekl.fi)  
Ansiomerkillistat ja yhdistysten merkkipäivätiedot [sissi.kahkonen@ekl.fi](mailto:sissi.kahkonen@ekl.fi)

#### YHDISTYSTEN JA PIIRIEN ILMOITUKSET

kuten kokouskutsut ja muut maksulliset ilmoitukset [satu.valimaa@ekl.fi](mailto:satu.valimaa@ekl.fi)

#### MEDIAINFO JA ILMOITUSMYynti

[www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti/ilmoitusmyynti](http://www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti/ilmoitusmyynti)  
Satu Välimaa, 09 6126 8428, 045 110 4122, [satu.valimaa@ekl.fi](mailto:satu.valimaa@ekl.fi)

#### OSOITTEENMUUTOKSET, LEHTIREKISTERI

[jasenasiat@ekl.fi](mailto:jasenasiat@ekl.fi), 09 6126 840. Huom! Jäsen ilmoittaa muutoksistaan omaan yhdistykseensä, joka toimittaa tiedot edelleen liittoon.

ILMESTYMISAIKATAULU 2025

NUMERO / TEEMA	Toimituksellinen aineisto	Ilmoitusvaraukset ja aineisto	Lehtirekisteri-muutokset	Ilmestymispäivä
1 Matkailu ja seikkailu	31.12.	22.1.	29.1.	14.2.
2 Historia ja tulevaisuus	17.2.	12.3.	19.3.	4.4.
3 Kulttuuri ja harrastukset	7.4.	7.5.	14.5.	30.5.
4 Hyvinvointi ja terveys	21.7.	13.8.	20.8.	5.9.
5 Inspiraatioita ja ideoita	9.9.	1.10.	8.10.	24.10.
6 Suhteen ja sosiaalinen elämä	27.10.	19.11.	26.11.	12.12.

Eläkkeensaaja-lehti, PL 168, 00531 Helsinki • [www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti](http://www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti) • Päätoimittaja Ilkka Kantola, 050 512 2173, [ilkkakantola57@gmail.com](mailto:ilkkakantola57@gmail.com) • Toimitussihteeri Anneli Velho, 09 6126 8444, 044 263 7021, [anneli.velho@ekl.fi](mailto:anneli.velho@ekl.fi) • Taitto Vitale Ay / Taina Leino • Paino Sanoma Manu Oy, Tampere • ISSN 0355-6557 • Lehti on Aikakausmedia ry:n jäsen.

## EKL Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry

Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf

Haapaniemenkatu 14, 2. krs. PL 168, 00531 Helsinki  
toimisto-aika ma 8.30–16, ti 9.30–16, ke–pe 8.30–16  
puhelinpalvelu ma–pe 10–15, puh. 09 6126 840  
sähköposti: [etunimi.sukunimi@ekl.fi](mailto:etunimi.sukunimi@ekl.fi)

Juntumaa Inari, järjestöjohtaja.....	040 905 1940
Keränen Jussi, järjestösuunnittelija.....	050 522 1946
Kivinen Eero, sosiaalipoliitt.asiantuntija.....	041 522 1696
Kokko Timo, toiminnanjohtaja.....	09 6126 8420
Kähkönen Sissi, johdon assistentti.....	09 6126 8421
Lehtimäki Marja-Leena, hallintojohtaja.....	09 6126 8430
Lemola-Palm Nonna, järjestösuunnittelija.....	050 573 6068
Manninen Inka, järjestösuunnittelija.....	050 352 4385
Mohammed Rafi, taloushallinnon assistentti.....	09 6126 8431
Raitoharju Marja, järjestösuunnittelija.....	040 450 6565
Utriainen Jarkko, järjestösuunnittelija.....	09 6126 8434
Vartiainen Pekka, järjestösuunnittelija.....	09 6126 8436
Velho Anneli, viestinnän suunnittelija.....	09 6126 8444
Viitanen Juha, järjestösuunnittelija.....	09 6126 8442
Välimaa Satu, myyntisihteeri.....	09 6126 8428

### KÄPYLÄN TYÖVÄENTALO

Vipusentie 19 A, 00610 Helsinki • Varaukset EKL, 045 110 4122  
Talonmies 050 537 2683 • [www.ekl.fi/tietoa-meista/](http://www.ekl.fi/tietoa-meista/)