

2/26

10.4.2026

Eläkkeensaajien Keskusliiton jäsenlehti
Pensionstagarnas Centralförbunds medlemstidning

Eläkkeensaaja ^{EKL}

Vaarit ja mummot
ilmastoaktivisteina
s. 8



KUVA: IIRIS KALLIOLA

teema

**LUONTO &
KESTÄVÄ KEHITYS**

Kuka minä olen?

Tämä on kysymys, jonka moni meistä eläkeläisestä lausuu itsekseen eläkkeelle siirtytään. Kysymykseen liittyy hämmennyneisyys, joskus myös avuttomuutta. Oma identiteetti on kenties kymmeniä vuosia ollut sidoksissa ammattiin, siihen työhön, joka on määritelty elämää. Eläkkeelle siirtymisen myötä työ jää taakse, osaksi oman elämän historiaa. Työeläkekortti tarjoutuu konkreettisenä siltana uuteen identiteettiin. Nyt olen eläkeläinen.

Monet eläköityneet löytävät oman ammattialan eläkeläisten yhdistyksen tai kerhon, jossa kollegojen kanssa pidetään yllä jotain vanhasta ammatti-identiteettiä. Muistellaan yhteisiä kokemuksia työelämässä, puhutaan yhteistä kieltä tutuista asioista. Tuetaan toistaan ammattipohjaisen eläkeläisidentiteetin hahmottamisessa. Etsitään yhdessä vastausta kysymykseen: kuka minä olen nyt, kun olen siirtynyt pois työelämästä?

Kuka minä olen -kysymys voi herätä myös muutoin kuin eläköitymisen yhteydessä. Osallistuin maaliskuussa Helsingin ja Uudenmaan piirin järjestämään laivaristeilyyn. Laivaseminaarin suunnitteluryhmä oli valinnut yhdeksi teemaksi surun. Laivalta oli varattu pieni kokoushuone tätä teemaa varten. Ilmoittautuneita tuli kuitenkin niin paljon, että tilaisuus piti siirtää isoon saliin. Eläkeläisillä on paljon vuosia elettyä. Niihin vuosiin sisältyy myös paljon luopumisia ja siihen liittyvää surua. Ei siis ihme, että aihe herätti kiinnostusta.



LEDARARTIKEL PÅ SVENSKA, SIDAN 39.

Teeman käsittely tapahtui lyhyiden alustusten jälkeen kuulijoiden aktiivisena keskusteluna, kysymyksiä ja kommentteina. Tilanne oli sillä tavalla turvallinen, että monet uskaltavat kertomaan omista menetyksistään ja siitä, miten ovat surunsa kanssa selvinneet. Huomasimme, että menetyksen aiheuttama kipu ja suru on kovin erilaisia riippuen siitä, miten yllättävä ja äkillinen menetys on kyseessä. Suuri merkitys on myös sillä, minkä ikäisenä henkilö kohtasi kuoleman ja sillä miten läheinen hän elässään oli.

Monet kertoivat miltä puolison menettämisen tuntui. Joku kertoi lapsensa menettämisen. Vuosien jälkeenkin ikävä ja kaipaus ovat todellisuutta. Pitkän yhteisen elämän aikana parisuhteesta on tullut keskeinen osa omaa identiteettiä. Keskeistä on ollut kokemus siitä, että olen osa "meitä" ja kun puoliso sitten nukkuu pois, niin leskeksi jäänyt kokee kuin osa hänestä olisi amputoitu.

Hän kysyy itseltään, kuka minä olen. Hän lähtee avaamaan polkua uuteen identiteettiin siinä määrin kuin voimia on.

Uskon, että kaikki opimme jotain tärkeää tuossa seminaarin osiossa. Luopuminen ja suru ovat yhtä olennainen osa elämää kuin ovat kiintymys ja rakkaus. Surun keskellä ihminen ei odota meiltä vastauksia. Ainoastaan, että uskallamme kohdata ja pysähtyä kuuntelemaan.

Eläkkeensaaja

56. vuosikerta

EKL

Lehden irtonumerot esimerkiksi yhdistysten tapahtumiin Lehtinipputilausten pitää olla meillä viimeistään 2,5 viikkoa ennen lehden ilmestymispäivää. satu.valimaa@ekl.fi

TOIMITUKSELLINEN AINEISTO

Lehtijutut ja niihin liittyvät kuvat toimitus@ekl.fi
Kilpailutoimintaan liittyvät jutut marja.raitojarju@ekl.fi
Ansiomerkitilastat ja yhdistysten merkipäivätiedot satu.valimaa@ekl.fi

YHDISTYSTEN JA PIIRIEN ILMOITUKSET

kuten kokouskutsut ja muut maksulliset ilmoitukset satu.valimaa@ekl.fi

MEDIAINFO JA ILMOITUSMYynti

www.ekl.fi/tietoa-meista/elakkeensaaja-lehti/ilmoitusmyynti
Satu Välimaa, 09 6126 8428, 045 110 4122, satu.valimaa@ekl.fi

OSOITTEENMUUTOKSET, LEHTIREKISTERI

jasenasiat@ekl.fi, 09 6126 840.
Huom! Jäsen ilmoittaa muutoksistaan omaan yhdistykseensä, joka toimittaa tiedot edelleen liittoon.

| AIKATULU 2026 | NUMERO / TEEMA | Toimituksellinen aineisto | Ilmoitusvaraukset ja aineisto | Lehtirekisterimuutokset | Ilmestymispäivä |
|---------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------|-----------------|
| 1 | Matkailu ja liikunta | 30.12. | 21.1. | 28.1. | 13.2. |
| 2 | Luonto ja kestävä kehitys | 23.2. | 18.3. | 25.3. | 10.4. |
| 3 | Kulttuuri ja hyvinvointi | 13.4. | 6.5. | 13.5. | 29.5. |
| 4 | Terveys ja turvallisuus | 27.7. | 19.8. | 26.8. | 11.9. |
| 5 | Ruoka, juhla ja muistot | 26.10. | 18.11. | 25.11. | 11.12. |

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

TÄSSÄ NUMEROSSA MM. >>>>

Edunvalvontaa ja ajankohtaista s. 3–7

20 Työväen Musiikkitapahtuma on ikäystävällinen festivaali



Kuva: Teemu Tuomioja.

26 Tanssi kantaa talvesta kesään



EKL Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry

Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf

Haapaniemenkatu 14, 2. krs. PL 168, 00531 Helsinki
toimistoaika 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

| | |
|--|--------------|
| 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 |
| Utraiainen Jarkko, järjestösuunnittelija..... | 09 6126 8434 |
| Vartiainen Pekka, järjestösuunnittelija | 09 6126 8436 |
| Velho Anneli, viestintän suunnittelija..... | 09 6126 8444 |
| Viitanen Juha, järjestösuunnittelija | 09 6126 8442 |
| Välimaa Satu, myyntisihteeri | 09 6126 8428 |



Pieni, mutta tärkeä torjuntavoitto

Hallitus on perumassa osittaista varhennettua vanhuuseläkettä (OVE) nostavien työttömien tukileikkauksen asiasta nousseen julkisen keskustelun ansiosta.

Työtön on voinut nostaa osan työeläkkeestään ennen vanhuuseläkkeelle siirtymistä ilman, että se on pienentänyt Kelan työttömyystukea. Yleistuki korvaa Kelan työttömyystuet 1.5.2026 alkaen. Yleistukeen liittyy tarveharkinta, mikä tarkoittaa, että OVE pienentäisi Kelan työttömyystukea.

Hallitus on Helsingin Sanomien uutisen mukaan muuttanut suunnitelmaansa siten, että OVE ei leikkaa yleistukea niiltä noin 3 000 työttömältä, jotka ovat alkaneet nostaa OVEa ennen yleistuen hyväksymistä eduskunnassa. Yleistuki leikkaantuu kuitenkin niiltä, jotka päättävät vastaisuudessa alkaa nostaa OVEa.

EKL:N TIEDOTE 17.3.2026:

Sosiaaliturvan sudenkuoppa: Yleistuki ja OVE-loukku

Yleistukea on markkinoitu selkeytyksenä ja byrokratian purkuna. Nyt se on paljastunut myös säästötoimenpiteeksi, joka iskee erityisen kovaa yhteen haavoittuvimmista ryhmistä: ikääntyviin työttömiin, jotka ovat yrittäneet paikata toimeentuloaan osittaisella vanhuuseläkkeellä, toteaa EKL:n toiminnanjohtaja **Timo Kokko**.

OVE on ollut monelle "hengissäpysymisraha" pitkittyneen työttömyyden aikana. Nyt se muuttuu yleistuen myötä pelkäksi nollasummapeliksi, jonka laskentakaava on karu. Jos ihminen nostaa esimerkiksi 800 euron OVE-eläkettä, valtio katsoo hänen olevan "liian varakas" täyteen tukeen ja leikkaa yleistuesta suoraan noin 245 euroa kuukaudessa.

Ihmistä rankaistaan siitä, että hän on nostanut omaa, ansaittua eläkettä etuajassa maksamalla siitä varhennusvahennyksen. Tästä on sosiaaliturva kaukana. Kyseessä on eläkesäästöjen pakkosyöttäminen valtion budjettivajeen tukkimiseksi.

Eläkepäätöksiä tehdessään pitää pystyä luottamaan siihen, että tiedossa on kaikki päätökseen mahdollisesti vaikuttavat tekijät ja nyt ei näin ole ollut. Jos uudistukseen ei rakenneta vahvoja suojamekanismeja OVE-tulon osalta, ajetaan kymmenet tuhannet ikääntyneet suomalaiset pysyvään ja syvenevään köyhyyskierteeseen juuri eläkeikänsä kynnyksellä, päättää Timo Kokko.

Tiedote on kokonaisuudessaan luettavissa kotisivuillamme: ekl.fi > Tiedotteet

Uutinen Iltalehdessä 17.3.2026:

ELÄKEPOMO PARAHTAA KELAN UUDESTA TUESTA: "AIVAN JÄRJETÖNTÄ"

EKL:n toiminnanjohtaja: "Ihmistä rangaistaan siitä, että hän on nostanut omaa, ansaittua eläkettä etuajassa maksamalla siitä varhennusvahennyksen." Kelan toukokuussa alkava yleistuki on paljastunut säästötoimenpiteeksi, joka iskee erityisen kovaa yhteen haavoittuvimmista ryhmistä eli ikääntyviin työttömiin, jotka ovat yrittäneet paikata toimeentuloaan osittaisella varhennettulla vanhuuseläkkeellä (OVE). Näin sanoo Eläkkeensaajien keskusliiton toiminnanjohtaja **Timo Kokko**. bit.ly/20260317-iltalehti

Uutinen Helsingin Sanomissa 19.3.2026:

Hallituspuolueiden on Helsingin Sanomien saamiin tietojen mukaan määrä päättää eduskunnan sosiaali- ja terveysvaliokunnassa siirtymäajasta henkilöille, jotka ovat päättäneet nostaa varhennettua eläkettä ennen kuin uudesta yleistuesta oli päätetty eduskunnassa. bit.ly/20260319-hs

EKL OTTAA KANTAA JA VAIKUTTAA

EKL:n ja Eläkeläiset ry:n lausunto 2.3.2026

Valmiuslain muutos altistaa ikääntyneet kriisien vaikutuksille

Eläkeläiset ry ja Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry eivät hyväksy valmiuslakiin esitettävää valtuutta lykätä eläkkeiden ja sosiaalietuuksien maksatusta kuudella kuukaudella. Järjestöt jättivät asiasta yhteisen lausunnon ja maistuttavat, että haavoittuvassa asemassa olevien kansalaisten taloudellisen turvallisuuden horjuttaminen ei edesauta yhteiskunnan kriisivalmiutta.

Valmiuslakiin on esitetty muutosta, jonka mukaan lakisääteisen vakuutusjärjestelmän piiriin kuuluvan etuuden maksamista voitaisiin lykätä enintään kuuden kuukauden ajan, tai etuus tai avustus voitaisiin maksaa enintään 50 prosentilla alennettuna.

Tällaiset muutokset kriisiajan sosiaaliturvaan eivät herätä luottamusta ikääntyneen väestön keskuudessa. Lykkäykset, leikkaukset ja keskeytykset kohdistuisivat ihmisiin, joiden hyvinvointi olisi haastavissa olosuhteissa muutenkin uhattuna. Kriisien aikana ikääntynyt tai liikkumakyvyllään rajoittunut väestö on altteimmillaan kriisin vaikutuksille. Valmiuslain muutoksella tätä alttiutta pahennetaan entisestään.

Pienimmät eläkkeet eivät nykyiselläänkään tahdo riittää inhimilliseen toimeentuloon. Eläkkeensaajia on Suomessa yli 1,6 miljoonaa. Eläkkeiden maksatuksen keskeytys puoleksi vuodeksi eväisi merkittävän osan toimeentulosta erittäin suurelle osalle kansasta, kummeksuu EKL ry:n puheenjohtaja **Ilkka Kantola**. Eläkeläisjärjestöjen mukaan esitetty valmiuslain pykälä olisi liian laaja vaikutukseltaan sekä antaisi valtioneuvostolle liian vapait kädet leikata ja lykätä etuuksia.

Eläkkeillä on omaisuudensuojia. Lakiin lipsi kirjata tiukat kriteerit sille, milloin tällaisia toimenpiteitä voisi käyttää ja huolehtia siitä, että niitä ei käytetä, jos muitakin ja vähemmän perusoikeuksia rikkovia keinoja olisi käytettävissä, Eläkeläiset ry:n puheenjohtaja **Matti Huutola** sanoo.

Eläkeläisjärjestöt muistuttavat, että jo valmiuslain nykyinen muotoilu tarjoaa mahdollisuuden keskeyttää eläkkeen maksaminen kolmen kuukauden ajaksi, minkä tulisi riittää.

EKL:n kannanotto 27.2.2026

Näpit irti eläkkeistä – sopimusrikkomuksilla ei taloutta korjata

Talouspolitiikan arviointineuvoston kylmäkiskoinen esitys eläkkeiden leikkaamisesta ja eri tahojen ajamat indeksien jäädyttämiset ovat osoitus täydellisestä vieraantumuksesta tavallisen suomalaisen arjesta. On kestäväntöntä, että maamme talousviisaat näkevät eläkeläiset pelkkänä kulueränä ja "sopeutuspotentialina", kun todellisuudessa puhutaan ihmisistä, jotka ovat olleet rakentamassa tämän maan hyvinvointia.

– Eläke on ansaittua omaisuutta, ei sosiaalivastusta. Suomalainen työeläke on viivästettyä palkkaa. Sitä on säästetty työnteon ohessa vuosikymmeniä sillä lupauksella, että näin vanhuuden toimeentulo ja kohtuullinen kulutustaso on turvattu. Kun indeksejä leikataan, valtio rikkoo tämän yhteiskunnallisen sopimuksen yksipuolisesti. Kyseessä on perustuslaillisen omaisuudensuojan murtaaminen teknokraattisilla kikkailuilla lainsäätäjän toimesta. Mikäli eläkejärjestelmän lupaukset petetään, ja yhä useampi eläkeläinen putoaa köyhyyteen, murenee luottamus koko suomalaisen yhteiskuntajärjestykseen, toteaa EKL:n puheenjohtaja **Ilkka Kantola**.

Arviointineuvoston laskelmissa prosentti on vain numero, mutta eläkeläisen kukkarossa se on pois ruuasta, lämmityksestä ja välttämättömistä lääkkeistä. Jo nyt moni pienituloisen eläkeläinen elää jatkuvassa taloudellisessa ahdingossa. Samaan aikaan kun hallitus korottaa arvonlisäveroä ja lääkekustannukset nousevat, arviointineuvosto ehdottaa tulojen leikkaamista. Tämä on moraalitonta politiikkaa, joka ajaa ikäihmiset hakemaan toimeentulotukea – säästö yhdestä taskusta on lisämeno toisessa.

– Neuvosto perustelee toimiaan "sukupolvien välisellä oikeudenmukaisuudella". Tämä on vaarallista ja harhaanjohtavaa puhetta. Eläkeläiset eivät ole syyllisiä julkiseen velkaan tai talouden rakenteellisiin ongelmiin. He ovat suurin vapaaehtoistyön ja epävirallisen omaishoidon resurssi, joka säästää kunnilta ja hyvinvointialueilta miljardeja vuosittain. On röyhkeää vaatia lisää uhrauksia ryhmältä, joka on jo oman osansa tehnyt, ja edelleen osallistuu hyvinvointiyhteiskuntamme ylläpitöön jatkaa Ilkka Kantola.

Talous korjataan kasvulla, ei kurjistamisella. Talouspolitiikan arviointineuvoston on aika palata takaisin todellisuuteen. Eläkeläiset eivät ole kansakunnan taakka, vaan sen kivijalka. Tämän kivijalan murentaminen on lopetettava välittömästi.

Lausunnot ja kannanotot ovat luettavissa kokonaisuudessaan EKL:n sivuilla: www.ekl.fi > Tiedotteet
www.ekl.fi > Edunvalvonta > Vaikuttaminen > Lausunnot

LAUSUNTO 2.3.2026

Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry:n lausunto hallituksen esitysluonnoksesta yhdenvertaisuus- ja tasa-arvoelimitystä annettujen direktiivien täytäntöönpanoa koskevaksi lainsäädännöksi

EETU ry painottaa, että ikääntyneiden asema ja tarpeet pitäisi nykyistä paremmin tunnistaa yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa lainsäädännön toteutumista koskevassa valvonnassa.

EETU ry pitää välttämättömänä, että väestörakenteeltaan ikääntyvässä Suomessa säilytetään jatkossakin muista valtuutetuista erillinen vanhusasiavaltuutetun tehtävä. Vanhusasiavaltuutetun tehtävänä on edistää ja arvioida ikääntyneiden perus- ja ihmisoikeuksien toteutumista lainsäädännössä ja yhteiskunnallisissa päätöksenteossa.

KANNANOTTO 12.2.2026

EETU ry vaatii selvitystä sukupolvien välisistä tulonsiirroista

EETU ry peräänkuuluttaa asiapohjaista keskustelua eläkkeistä ja vieroksuu vastakkainasettelun lietsomista sukupolvien välillä. Suomen eläkejärjestelmä on pääosin valtion budjettitalouden ulkopuolinen kokonaisuus, joten siitä leikkaaminen ei ratkaise valtiontalouden ongelmia.

Viimeaikainen keskustelu sukupolvien väliseen oikeudenmukaisuuteen liittyen on keskittynyt pelkästään eläkejärjestelmämme ja eläkeläisten sieltä saamiin ”parrempiin etuihin”. Eläkkeet ovat kuitenkin vain osa sukupolvien välisiä tulonsiirtoja.

EETU vaatii keskustelua faktoihin perustuen, ei mielikuvien pohjalta. Mallia tulisi ottaa Ruotsista, jossa on teetetty tutkimus ”sukupolvitaseesta”, sukupolvien välisestä tulojaoista. EETU vaatii, että eduskunnan on velvoitetava SITRAa tekemään tämä selvitys niiden tietojen pohjalta, joita Suomesta löytyy.

LAUSUNTO 30.1.2026

Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry:n lausunto hallituksen esitysluonnoksesta työeläkejärjestelmää koskevan lainsäädännön muuttamiseksi

EETU ry pitää esitykseen sisältyvää inflaatiovakauttajaa ongelmallisena ja epäilee sitä myös tarpeettomaksi. Vuosien 2023 ja 2024 verrattain korkeita työeläkeindeksin korotuksia ei ole tapahtunut usein. Vuosina 1995–2022 ansiotaso nousi enemmän kuin eläkeindeksi.

Indeksirajoittimen käyttöönotto heikentäisi eläkejärjestelmän järjestelmän koettua oikeudenmukaisuutta: rajoitin leikkaisi liialliset nousut, mutta se ei paikkaisi menetyksiä. Eläkkeen varassa elävä ihminen kantaa täysimääräisesti inflaatio- ja rakennemuutosten riskin, mutta ei pääse osalliseksi suotuisista talousjaksoista.

Esityksen mukainen inflaatiovakauttaja voi pahimmillaan johtaa tilanteeseen, jossa pitkittyneen inflaation ja ostovoiman romahtamisen takia eläkeläisten taloudellinen tilanne heikkenee voimakkaasti. Indeksileikkausten vaikutukset kertaantuvat, koska kerran tehty leikkaus näkyy negatiivisesti eläkkeensaajan eläkkeen tasossa koko loppuelämän ajan.

Pidämme ongelmallisena sääntöpohjaista vakauttajaa myös sukupuoli-vaikutusten näkökulmasta, koska suhteellisesti eniten niistä kärsivät pienituloiset eläkeläiset ja naisten eläkkeet ovat keskimäärin pienempiä kuin miesten.

Hosuessaa ei tule kuin...

Liiton sosiaalipoliittinen asiantuntija peräänkuuluttaa malttia eläkekeskusteluun.

Valtion menojen ja eläkkeiden keskustelu roihauttaa taas astetta kuumemmaksi, kun talouspolitiikan arviointineuvosto kummasteli eläkkeiden jättämistä leikkauskeskustelun ulkopuolelle. EKL:n suuntaan asiasta on myös otettu yhteyttä, kun syystäkin huolestuneet kansalaiset kysyvät, että mitä tuo professori oikein selittää?

Kirjoitan teille maltin tarpeesta eläkekeskustelussa: eläkkeiden leikkaus ei ole yksinkertainen asia, vaikka kuinka somessa haukuttaisiin ahneita sukupolvia tai vaadittaisiin kurjuuden tasa-arvoa.



EERO KIVINEN

Kirjoittaja on Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL:n sosiaalipoliittinen asiantuntija. Teksti on julkaistu alkuperäisessä muodossa blogina ekl.fi-sivulla 5.2.2026.

Olenaisia lukuja

Suomessa on eläkeläisiä noin 1,6 miljoonaa. Heidän keskimääräinen kokonaiseläkkeensä on ollut vuonna 2024 tasan 2 100 euroa kuukaudessa. Merkittävä ero löytyy heti sukupuolten välillä, sillä miehet saivat keskimäärin 2 349 euroa kuukaudessa, kun taas naisten keskimääräinen eläke oli 1 893 euroa. Työeläkkeissä ero on vielä suurempi. Mediaanieläke oli jo merkittävästi keskieläkettä alhaisempi, 1 848 euroa kuukaudessa.

Noin joka kolmannes eläkkeistä jää alle 1 500 euroon kuukaudessa. Alueellisia eroja on äärimmäisen paljon.

Eläkkeitä verotetaan myös reippaasti. Esimerkiksi 30 000 bruttoeläkkeessä kaikki verot ja maksut vievät yhteensä 21,7 %, kun ansiotulon tapauksessa ne vievät 20 %. Kyllä, vaikka ei uskoisi, niin eläkkeet ovatkin veronalaista tuloa! Eikä siinä kaikki, sillä eläkkeissä ei ole tiettyjä vähennyselementtejä, joita on palkkatuloissa. Tästä EKL myös antoi viime syksynä virallisen lausuntonsa, kun olimme eläkkeiden verotuksen tilaan pettyneitä.

Tämä kaikki näyttää, että eläkkeet eivät ole useimmilla henkilöillä mikään taloudellisen autuuden lähde, vaan toimeentuloa, josta maksetaan veroja ja maksuja. Ja tämä kaikki on hankittu maksamalla eläkemaksuja oman työuran aikana.

Mistä sitten riidellään

Erinäiset henkilöt ovat vaatineet, että esimerkiksi tutkinnoista tai vanhempain-

vapaan ajalta kertyvä eläkekertymä tulisi poistaa. Ja mitä tästä poimitaan otsikoihin ja sitä kautta someraivoon? No se pelkkä ”Eläkkeistä tulee leikata!”. Samalla vaaditaan varmuuden vuoksi, että eläkkeitä tulee verottaa nykyistä enemmän.

Tartun etenkin vaatimukseen ansiotulojen ulkopuolisen kertymän poistosta. Kyllä, sen maksaa pääasiassa veronmaksaja. Mutta toisaalta veronmaksaja siitä myös sitten hyötyy. Eniten koko vaatimuksessa ei siis ärsytä sen sisältö, vaan tapa, jolla siitä puhutaan pelkistävästi. Kun joku sanoo ”ehkä tämä parhailaan ei-vielä-eläkkeellä olevan väestön etuus, jota ei vielä merkittävästi edes makseta, tulisi etukäteen poistaa”, kuuluu liian moni vain ”Eläkkeitä tulee leikata!”. Harvempi vielä tuntuu tajuvan, että leikkaus ei tosiaan kohdistuisi juurikaan nykyisiin eläkkeensaajiin.

Tällaisiin vaatimuksiin usein liitetään kontekstiksi se, että eläkkeistä leikkaaminen ei sanojen mielestä ole mahdollista, koska ”eläkeläiset äänestävät”. Eläkkeet ja eläkeläiset mielletään ylimmäksi vallaksi, joka päättää kuinka Suomi makaa, ja kenen kanssa. Tämä kun pitäisi paikkansa, niin esimerkiksi EKL:n kaltaisen järjestön tuskin tarvitsisi enää koskaan murehtia jäsenmaksutuotoista tai STEA-rahoituksista. Mutta se ei ole ihan niin.

Malttia, p**kele!

Parhailaan eläkemaksuista menee valtaosa jo maksussa oleviin eläkkeisiin.

Tämä voi vaikuttaa epärealistisesti. Mutta se pieni osa, joka menee rahastoihin, laitetaan sinne, jotta vastaisuudessa työkäimenkin voi luottaa, ettei itse eläkkeelle mentäessä rahastot ole tyhjä jät kuin trumpistin sydän. Tärkeintä on, että jokainen voi luottaa joko eläkettä kerryttäessä, tai siitä nauttiessa, että se raha ei lähde ainakaan nopeasti minnekään. Ja että jokainen maksettu vero tai eläkemaksu menee tarpeeseen.

Suomalaisen eläkejärjestelmän yksi merkittävä vahvuus vuosikymmenten saatossa on ollut maltti, ja ennen kaikkea tapa, jolla sen maltin säilyminen on taattu. Eläkkeiden suuret linjat neuvotteillaan työmarkkinaosapuolten kesken riippumatta eduskuntavaalien tuloksesta tai ministerin mielialasta. Tätä mallia ravisteltiin, kun 2023 hallitusohjelmassa julistettiin, että uusi neuvottelutulos tulee alkuvuonna 2025, tai sitten valtioneuvosto valmistele sen. Onneksi jälkimmäiseen ei menty, vaan tuloksesta löytyi reilu vuosi sitten kättä päälle.

Tulevan eläkeuudistuksen sisälöstä voidaan olla montaa mieltä, mutta yksi seikka siinä on edelleen nostettava etusijalle: tulos saatiin aikaan neuvottelemalla. Tulos ei välttämättä ole ihan sitä, mitä jokainen haluaa, mutta sitä kompromissi toisinaan on. Tällaista malttia ja ratkaisuhalukkuutta tarvitaan seuraavan kerran yhdeksän vuoden päästä, kun seuraavan tarkastelun aika on.

Eläkkeestä maksetaan usein enemmän veroa kuin palkasta

Kun ihminen jää eläkkeelle, hänen tulonsa yleensä pienenevät. Silti veroprosentti voi olla korkea. Tämä johtuu siitä, että eläkkeestä ei saa samoja verovähennyksiä kuin palkasta. Näin veron suuruus voi yllättää eläkeläisen.

Palkasta ja eläkkeestä saa erilaisia verovähennyksiä

Lakisääteisestä eläkkeestä maksetaan tuloveroa, jos eläke on tarpeeksi suuri. Tänä vuonna veroa maksetaan, jos eläke on noin 14 000 euroa vuodessa. Lakisääteisiä eläkkeitä, joista tulovero maksetaan ovat esimerkiksi työeläke, Kelan eläke ja perhe-eläke. Ainoana poikkeuksena on vapaaehtoinen eläke, josta voi maksaa pääomatuloa.

Palkasta vähennetään automaattisesti maksuja, kuten eläkemaksu ja työttömyysvakuutusmaksu. Nämä maksut pienentävät palkansaajan verotettavaa tuloa. Eläkkeestä näitä maksuja ei peritä. Eläkkeelle jäädessä kuukaudessa saatava tulot laskevat useimmilla. Tulojen laskusta huolimatta veroprosentti voi pysyä yhä korkeana. Palkansaajilla on tulonhankkimisvähennys, joka on vähintään 750 euroa vuodessa ja voi kasvaa esimerkiksi työmatkakulujen perusteella. Eläkeläisille vastaava vähennys on eläketulovähennys, mutta sen laskentatapa ja vaikutus ovat erilaiset. Pienituloisille on myös perusvähennys, joka koskee sekä palkkaa että eläkettä.

Korkeista eläkkeistä maksetaan raippaveroa

Eläkkeestä ei makseta veron kaltaisia maksuja, kuten eläkemaksuja tai työttömyysvakuutusmaksuja. Kyseiset maksut ovat palkansaajalle vähennyskelpoisia, eli ne pienentävät palkasta maksettavia veroja. Tämä on yksi syy, miksi eläkkeen verotus on korkeampaa.

Korkeista eläkkeistä maksetaan myös erityistä veroa. Tätä kutsutaan eläketulon lisäveroksi. Eläketulon lisävero on tänä vuonna 5,85 prosenttia 60 000 euron ylittävästä eläketulosta. Eli siis jos saa eläkettä yli 60 000 euroa vuodessa, maksaa sen rajan ylimenevästä eläkkeestä lisää veroa.

Työn ja eläkkeen yhdistäminen vaikuttaa verotukseen

Tilanne muuttuu, kun ihminen saa samanaikaisesti sekä palkkaa että eläkettä. Tällöin kaikki ansiotulot lasketaan yhteen, ja verot määrätään yhteenlaskettujen tulojen perusteella. Silti kokonaisverotus voi keventyä, koska palkka- ja eläketuloihin kohdistuu erilaisia vähennyksiä. Yhdessä ne pienentävät verojen määrää. Esimerkiksi henkilö saa tuloja 40 000 euroa vuodessa siten, että puolet on palkkaa ja puolet eläkettä. Hän voi maksaa vähemmän veroja kuin henkilö, joka saa saman summan pelkästään eläkkeenä. Tämä johtuu siitä, että vähennykset ovat erilaisia eläkkeelle ja palkkatuloilla.

Viime vuosina verotukseen on tehty muutoksia, jotka koskevat erityisesti ikääntyviä työntekijöitä. Yli 65-vuotiaille on myönnetty korotettu työtulovähennys, joka keventää heidän palkkatulojensa verotusta. Tavoitteena on kannustaa ikääntyneitä jatkamaan työelämässä. Eläkkeen verotukseen ikä ei kuitenkaan vaikuta, mikä luo uudenlaisen eron palkka- ja eläketulojen välille.

EKL on vaatinut verotuksen tasavertaisuutta

Eläkkeensaajien Keskusliitto (EKL) otti edellisen kerran kantaa eläkkeisiin elokuussa 2025. Silloin se antoi lausunnon tämän vuoden verotukseen. Liitto ei hyväksynyt sitä, että eläkkeiden verotukseen ei tehty toivottuja parannuksia. EKL on vaatinut, että eläkkeiden ja palkkatulojen verotuksen tulisi olla tasavertaista. Eläkkeiden verotus tiukkeni joissain tuloluokissa, mutta keveni etenkin hyvätuloisille. Samalla palkkatulojen verotusta kevennettiin, mutta eläkkeiden verotusta ei kevennetty yhtä paljon. Eläkkeensaajien Keskusliiton pitkäaikainen linja on ollut, että eläkkeiden ja palkkatulojen verotuksen tulisi olla samalla tasolla.

Lähde: Mikael Kirkko-Jaakkola, Veronmaksajain Keskusliitto

- Eläkkeiden verotus on usein palkkatuloa kireämpää
- Palkasta ja eläkkeestä saa erilaisia verovähennyksiä
- Palkkatulon ja eläkkeen yhdistäminen voi pienentää kokonaisveroja
- EKL on vaatinut eläketulojen ja palkkatulojen verotuksen tasavertaisuutta

Vaarit ja mummit ilmastoaktivisteina

Olin vuonna 2018 parin metrin päässä Greta Thunbergistä. Pohdiskelin, pitäisikö jututtaa häntä, kun olisi hyvä tilaisuus. Päädyin kuitenkin ottamaan kupin kahvia ja croissantin. Olimme kahvilajonossa YK:n ilmastokonferenssissa. Se oli minun viidestoista ja viimeinen ilmastokonferenssini juuri ennen eläköitymistäni. Ehkä olisi pitänyt sittenkin jututtaa Gretaa.

Sauraavana vuonna tiemme kohtasivat taas, tosin etänä. Gretaa ja hänen esimerkkinsä käynnistämää nuorten ilmasto-liikettä pilkattiin ymmärtämättömien lasten touhuna. Se tuntui väärältä ja epäoikeudenmukaiselta – enkä ollut tuntenut Gretaa yksin. Kaksi eläkkeellä olevaa, vanhaa koulutoveriani otti minuun yhteyttä.

Professori **Juhani Lehto** ja hänen puolisonsa dosentti **Hannele**

Seitonen kertoivat, että ilmasto-tekosten vaatiminen on jäänyt koulu-laisten harteille ja nuorten huolta mollaamaan. Asialle pitää tehdä jotain, on osoitettava, että huoli koskee meitä kaikkia. Isovanhempina meitä askarruttaa lastenlasten ja heidän lastenlastensa tulevaisuus.

Päätimme osoittaa, että ilmastotekoja vaativat myös isovanhemmat

Sitä paitsi halusimme antaa viestille iän tuomaa painoarvoa. Eläkeläiset ovat äänestäjiä, koululaiset eivät. Päätimme lähteä koululakolaisten rinnalle osoittamaan mieltä Eduskuntatalon portaille.

Hannele on taiteellinen kulttuuri-asia- ja ympäristöasiantuntija. Hän suunnitelti komean banderollin "Ilmasto-isovanhemmat vaativat ILMASTOTEKOJA". Virikkeenä olivat lastenlasten lakanat pyykkinarulla. Marraskuun lopulla 2019 meitä oli

neljä isovanhempaa banderollin kanssa Eduskuntatalolla: Hannele, Juhani ja minä vaimoni kanssa. Siitä lähtien joka perjantai eduskunnan istuntokausien aikana isovanhemmat ovat olleet Fridays for Future¹-liikkeen rinnalla Eduskuntatalolla.

Lisäksi aloimme kerätä nimiä vetoomukseen eduskuntapuolueille ilmastoteoista. Saimme kasaan lyhyessä ajassa 360 mummon ja vaarin nimeä, mukana pari entistä ministeriäkin. Luovutimme sen Lapsen oikeuksien päivänä 20.11.2019, jolloin Lapsen oikeuksien sopimus täytti 30 vuotta. Vetoomustamme olivat vastaanottamassa melkein kaikki eduskuntapuolueet.

Olemme portaille joka perjantai eduskunnan istuntokausien aikana

¹ Kansainvälinen nuorten ilmastoliike, Suomessa: www.facebook.com/fridaysforfuturehelsinki/

Pikkuisen jännitti, kun kipusin ensimmäistä kertaa Eduskuntatalon portaille mieltä osoittamaan.

säällä kuin säällä kello 10.15–12. Joukkomme portaille on kasvanut pikkuhiljaa. Parhaimmillaan meitä on ollut toistasataa mummoa ja vaaria yhtä aikaa osoittamassa mieltä ilmastoteosten puolesta. Aurinkoisena kesäpäivänä portaille on lokoisaa. Tuulisena ja viimaisena pakkaspäivänä tulee voittajan olo, kun kello tulee 12.

Banderolleja on pitänyt tehdä lisää. Nyt niitä on jo yhdeksällä kielellä: suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, saksaksi, ranskaksi, espanjaksi, venäjäksi, kiinaksi ja arabiksi. Meillä on myös pari rauhanbanderollia. Lähes kaikilla on myös huomioliivi, jossa on ilmastotekoja vaativa teksti.

Pikkuisen jännitti, kun kipusin ensimmäistä kertaa Eduskuntatalon portaille mieltä osoittamaan, vaikka kokemusta oli kertynyt opiskeluaikojen Vietnam-miekkareista. Eräs mummo kertoi, että aluksi piti

varovaisesti kurkistella puiston puolella, puiden takana kuinka paljon väkeä ilmaantuu, ennen kuin uskalsi kivuta portaille oranssien banderollien sekaan.

Meidän miekkarissamme on mukavaa

Banderollin toisessa päässä on monesti uusi, mielenkiintoinen tuttavuus. Senioritason asiantuntijuutta ja kokemusta riittää monilta aloilta. Väki vaihtuu eri kerroilla – jotkut ovat paikalla lyhyemmän ajan. Läsänovelvoitetta ei ole. Monet myös käyvät miekkarin jälkeen lounaalla Postitalon suuressa lounasalissa ja portaille aloitettu keskustelu jatkuu siellä.

Alkuvuosina jotkut ohikulkijat antoivat meille aggressiivistakin palautetta.

– Menkää Kiinaan osoittamaan mieltä, meille huudettiin.

Vastasimme ystävällisesti ja pyysimme heidät keskustelemaan.

Nykyään voimme pyytää huutelijaa joukkoomme, vaikka pitämään kiinankielistä banderollia. Eduskuntataloa käy ihailmassa myös kiinalaisia turisteja. Viime aikoina huutelut ovat vähentyneet. Joskus sentään joku Mannerheimintien liikennevaloihin pysähtynyt autoilija kaasuttelee kuuluvasti, veivaa ikkunan auki ja huutaa meille eläkeläisille 😊: Menkää töihin!

Vuosien varrella olemme lähettäneet useita vetoomuksia eduskuntapuolueille. Olemme myös kutsuneet

kansanedustajia kummeiksemme. Meillä on tällä hetkellä 17 kummia ja heitä on melkein kaikista eduskuntapuolueista. Lisäksi kummina on viisi europarlamentaarikkoo, meppiä kolmesta puolueesta. Lähes joka perjantai muutama kansanedustaja käy keskustelemassa kanssamme.

Järjestämme tapahtumia. Olemme esiintyneet muun muassa Suomi Areenalla ja Pikkuparlamentissa. Pariisin ilmastopöytäsoittamisen kymmenvuotisperjantaina 12.12.2025 Eduskuntatalon miekkarissamme puhui kolme entistä ympäristöministeriä (nykyinen lähetti tervehdyksensä työmatkalta Afrikasta) ja viisi kansanedustajaa käytti puheenvuoron. Olemme tanssineet ilmastohumpua haitarin säestyksellä Eduskuntatalon edustalla. Lisää tapahtumia suunnitellaan jatkuvasti.

Toimita laajenee. Turun Kauppatorilla kokoonnumme mielenilmaisuun joka parittoman viikon perjantaina kello 11. Hämeenlinnassa, Joensuussa ja Tampereella on omat toimintaryhmät. Ne ottavat aktiivisesti kantaa ja vaikuttavat myös oman alueensa asioihin. Itselläni oli ilo olla mukana jokin aika sitten toimintaryhmän tilaisuudessa täpötäydessä kirjastossa. Ohjelmaa oli runsaasti – esiintyjinä myös kaksi kumia. Entistä ylioppilaskorolaista lämmitti kovasti!

Teksti ja kuva: Matti Nummelin Ilmasto-isovanhempien puheenjohtaja

KEITÄ OVAT ILMASTOISOVANHEMMAT?

Ilmasto-isovanhemmat kantavat huolta tulevista sukupolvista. Lastenlastemme turvallinen tulevaisuus ja sukupolvien välinen oikeudenmukaisuus ovat kirkastuneet keskeisiksi tavoitteiksemme. Haluamme jättää jälkeemme hyvän ja elinkelpoisen planeetan. Siksi vaadimme ilmastonmuutoksen hillitsemistä ja luonnon monimuotoisuuden turvaamista. Edistämme eettistä, ekologista ja tasa-arvoista yhteiskuntaa ja elämäntapaa.

Ilmasto-isovanhemmat on rekisteröity yhdistys. Tiedotamme, järjestämme mielenilmauksia, käynnistämme yhteiskunnallista keskustelua, annamme lausuntoja ja teemme

yhteistyötä samoihin tavoitteisiin pyrkivien yhteisöjen ja tahojen kanssa. Osallistumme myös muiden järjestämiin laillisiin mielenosoituksiin. Näkyvin toimintamuotomme on joka perjantainen mielenosoitus Eduskuntatalon portaille. Lukupiirimme kokoontuu etänä säännöllisesti.

Olemme myös mukana Euroopan isovanhempien yhdistyksessä *European Grandparents for Climate*. EGC pyrki lisäämään ympäristötoiminnan tehokkuutta Euroopan tasolla ja vaikuttamaan muun muassa Euroopan parlamenttiin. EGC:n kautta saamme tietoa isovanhempien toiminnasta muissa maissa (www.grandparentsforclimate.eu).

MUKAAN TOIMINTAAN

- Toimintaan osallistumisen ehtona ei ole yhdistyksen jäsenyys tai että on omia lapsenlapsia – kaikkien lasten tulevaisuus sekä Suomessa että maailmassa on meidän ajatuksissamme.
- Toimintaamme ovat tervetulleita kaikki, jotka hyväksyvät yhdistyksen tarkoituksen: "Yhdistyksen tarkoituksena on toimia ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi ja luonnon monimuotoisuuden puolustamiseksi sekä eettisen, ekologisen ja tasa-arvoisen elämäntavan ja yhteiskunnan edistämiseksi ja tukea niihin liittyvissä toimissa lasten ja nuorten toimintaa ja edistää sukupolvien välistä oikeudenmukaisuutta."
- Jäsenmaksumme on 10 euroa. Mikäli haluat liittyä jäseneksi, verkkosivuillemme on ohjeet: www.ilmastoisovanhemmat.fi
- Löydät meidät näistä somekanavista: Facebook, Instagram, X, BlueSky, Mastodon ja TikTok.





” Kun turkki tuntuu jälleen sormenpäissä, muisto saa ikään kuin luvan palata.



1. Koiravierailu kerää Puistokartanon asukkaita yhteiseen oleskelutilaan.
2. Tassu nousee pyynnöstä. Ainakin pienen herkun avustuksella.
3. Leevi Puistokartanon pihalla ennen vierailun alkua.
4. Asukkaita tulee omaan tahtiin tervehtimään Leevää.
5. Kun turkki tuntuu sormenpäissä, muisto saa ikään kuin luvan palata.
6. Monelle koira on kulkenut mukana läpi elämän.
7. Vierailun loppupuolella viereisestä ruokalasta leviävät tuoksut herättävät Leevin huomion.

Kun koira tuo muiston mukanaan

Mitä tapahtuu, kun sosiaalinen ja hyväntuulinen Leevi, hieman kömpelö 38-kiloinen kultainennoutaja marssii keskelle palvelukodin arkea?

Leevi vyöryy määrätietoisesti tuulikaapin läpi. Neliveto uhmaa otettani hihnasta. Eteisaulassa hän pysähtyy valppaana ja tila tuntuu äkisti pienemmältä. Pitkäkarvainen häntä vispaa tasaisesti rytmiä puolelta toiselle. Hänen katseensa kiinnittyy viereiseen oleskelutilaan.

Leevillä on erityinen syy riemuun: sohvaryhmällä istuvat palvelutalo Puistokartanon asukkaat ovat odottaneet hänen saapumistaan. Suupielet kääntyvät hymyyn, kun katseet osuvat koiraan. Juuri sitä Leevi rakastaa. Huomiota. Ihmisiä. Rapsutuksia.

Päädyimme hieman eritahtisesti oleskelualueelle. Leevi yrittää hallita kehoaan, joka keikkuu puolelta toiselle hännän heilutuksen

voimasta. Hän pyrkii kiertämään tuoilta toiselle ja tervehtimään jokaista.

Ensimmäinen käsi ojentuu varovasti. Sitten toinen.

– Onpa hän komea, sanoo eräs asukas ja antaa kätensä viipyä turkissa. Huoneen äänitaso muuttuu lähes huomaamatta. Keskustelu vilkastuu. Katseet kohdistuvat Leeviin – ja pian myös menneeseen.

Muisto odottaa kosketusta

Miltei puolet nostaa käden ilmaan, kun kysyn, kuinka monella on ollut koira. Yhtäkkiä puhe kuljettaa meidät 1960-luvun pihapiireihin, koulumatkoille ja metsästysretkille.

– Isä oli metsästäjä. Meillä oli kaiken rotuisia koiria, kertoo eräs nainen.

Vieressä mies näyttää puhelimestaan kuvaa naisesta, joka pitelee koiraa sylissään.

– Minä metsästin vaimoni aikaan, hän sanoo ja naurahtaa.

Rodut alkavat nousta esiin yksi toisensa jälkeen: saksanpaimenkoiria, tiibetspanieileita, sekarotuisia, jackrusselleita...

Yksi asukas kertoo olleensa kahden tai kolmen vanha, kun eno toi kotiin pystykorvan.

– Sen jälkeen meillä oli pystykorvia kahdeksankymmentä vuotta.

Toinen asukas palaa isän metsästysretkiin.

– Useimmiten ei tullut jäniksiä. Minusta tuntuu, että isä tykkäsi vain käyskennellä metsässä koiran kanssa.

Muistot eivät tule pitkinä kertomuksina. Ne tulevat lauseina. Katkelmina. Naurahduksina. Hämmästyttävän tarkasti.

” Elämää nähneillä ihmisillä on sama taito kuin Leevillä. He osaavat pysähtyä hetkeen.

Monella koira kulki mukana läpi elämänvaiheiden. Kun turkki tuntuu jälleen sormenpäissä, muisto saa ikään kuin luvan palata.

Kehonkin tasolla tapahtuu jotakin

Eläimen silittäminen ei ole pelkästään tunneasia. Tutkimusten mukaan rauhallinen eläinkontakti voi lisätä oksitosiinin* tuotantoa. Eläinkontaktin on havaittu voivan myös laskea verenpainetta ja vähentää stressiä. Vaikutus ei näy vain mielessä vaan myös kehossa.

Sen näkee pienissä asioissa: hengitys tasaantuu, hartiat laskeutuvat ja kasvoille nousee levollinen hymy.

Pieni muutos arkeen

Palvelukodin arki on rytmitettyä. Päivissä on omat aikansa – ruokailut, lepoaika ja ohjelma. Eläinvierailu katkaisee tutut rutiinit lempeästi.

* Oksitosiinia kutsutaan kiintymyksen ja sosiaalisuuden hormoniksi.

Yhteisöohjaaja **Tarja Kuismann** kertoo, että asukkaat ovat pitäneet eläinvierailuista.

– Täällä on käynyt koirien lisäksi alpakoita ja kukkokin. Kukko tuli syliin ja sitä pystyi silittämään. Lisäksi tänne on tulossa lampaita. Olemme myös vierailleet läheisellä hevos-tallilla.

– Usein tunnelma muuttuu heti, kun koira tulee huoneeseen. Asukkaat hymyilevät ja alkavat muistella, Tarja kertoo.

Keskustelu lisääntyy, ja myös hiljaisemmat asukkaat tulevat mukaan tilanteeseen. Moni haluaa kertoa omasta koirastaan, vaikka puhe muuten olisi niukkaa.

Eläimet saavat ihmiset juttelemaan. Koiravierailut koetaan odotettuina ja mieluuisina hetkinä.

Vierailu vaikuttaa myös vierailijain

Vierailu ei vaikuta vain asukkaisiin. Huomaan vaikutuksen myös itsessäni. Ennen tänne saapumista mielessä

pyörivät työpäivän asiat, seuraavat tehtävät ja aikataulut. Suorittava mieli harvoin viipyy siellä, missä keho on.

Täällä huomaan, etten ajattele seuraavaa tehtävää tai aikataulua. Kun keskustelu siirtyy vuosikymmenten taakse, kiire tuntuu sopimattomalta. Kuuntelen tarinoita vuosikymmenten takaa, pienistä hetkistä, jotka omassa arjessani jäävät liian usein huomaamatta.

Elämää nähneillä ihmisillä on sama taito kuin Leevillä. He osaavat pysähtyä. Ja siinä pysähtymisessä on jotakin, joka hiljentää myös minut.

Uusi muisto syntyy

Huomaan, että Leevi ei valikoit. Hän ei jää pidemmäksi aikaa vain puhe-aiempien luo, vaan pysähtyy myös sen henkilön eteen, jolta sanat eivät tule yhtä helposti. Katse ja käsi riittävät.

Koira ei kysy ikää, sairautta tai taustaa. Se kohtaa ihmisen sellaisenaan

kuin tämä on ja antaa mahdollisuuden olla ilman roolia.

Koira elää tässä hetkessä. Ehkä siksi se osaa pysäyttää meidätkin.

Vierailun loppupuolella Leevi on rauhoittunut ja pötköttelee tyytyväisenä ja levollisena. Silittäviä käsiä tulee ja menee.

– Olipa kiva, kun tulitte, tulettehan uudestaan, sanoo eräs asukas. Kun lähdemme, tunnelma ei ole riehakas vaan lämpimän rauhallinen ja hieman haikeakin. Vierailu oli lyhyt, mutta sen vaikutus jäi elämään.

Kotimatalla auto on tavallista rauhallisempi. Leevi asettuu maakuulle. Huomaan palaavani mielesäni vielä niihin hetkiin, jolloin palvelutalon asukkaiden katseet kirkastuivat käsiin silittäessä Leevin turkkia. Hetkiin, joissa olin enemmän oppimassa kuin antamassa.

Vanhoja muistoja heräsi, ja ehkä samalla syntyi uusia. Tuo tavallisen päivän tuokio jätti tassunjalkia sydämiin.

Teksti ja kuvat: Atte Kalke

LEEVI & ATTE

- **Koira:** 5-vuotias kultainennoutaja Leevi
- **Isäntä:** 37-vuotias graafisen alan yrittäjä Atte Kalke.
- Yhteisiin päiviin kuuluu erilaisten pienten ja suurten elämysten kokeileminen.
- Leevin ja Aten arkea voi seurata sosiaalisessa mediassa nimellä @thegoldenleevi.
- Yhteisten seikkailujen pohjalta on julkaistu inspiraatiokirja *100 elämystä koiran kanssa* (The Golden Media Oy, 2025)



KUVA: IDA JAUROS

Hyvinvointivaltion idea kantaa, toteutus takkuuaa

Työttömyysasteen ollessa eurooppalais- ta huippua, toimeentulotensaajien määrän kasvaessa, lapsiköyhyyden ja asunottomuuden lisääntyessä voisi maalaila kuvaa hyvinvointivaltion lopusta.

Ennen lopunajan julistamista on syytä pysähtyä miettimään, mitä me oikeastaan ajattelemme hyvinvointivaltiosta. Miksi se on suomalaisessa yhteiskunnassa tärkeä? Tärkeä se on, sillä hyvinvointivaltion tai -yhteiskunnan puolustaminen kelpaa erilaisten politiikka- toimien, joskus vastakkaistenkin, oikeutukseksi puoluekentän joka lohkolla.

Pohjoismaainen hyvinvointivaltio, joka tarjoaa universaalit peruspalvelut ja jonkinlaisen turvan kaikille maassa asuville, on osoittautunut kansainvälisissä vertailuissa varsin erinomaiseksi, jopa ylivoimaiseksi, tavaksi järjestää yhteiskuntaa. Näin ainakin, kun kyse on sosiaalisesta oikeudenmukaisuudesta, sukupuolten välisestä tasa-arvosta, vähäisestä korruptiosta tai luottamuksesta instituutioita ja toisia ihmisiä kohtaan.

Pohjoismaissa elämään tyytyväisyys on korkealla tasolla. Avoimessa markkinataloudessa on löydetty sellainen yhteiskuntajärjestys, että jonkinlaiset hyvän elämän edellytykset ovat olemassa suurelle osalle väestöstä.

Data-analytiikan avulla voidaan ymmärtää nykyhetken olosuhteita, mutta mikään tieto ei voi korvata arvoja päätöksenteossa.

Hyvinvointivaltio kaipaa näkemyksellisyyttä

Suomessa pohjoismaisen hyvinvointivaltion piirteet saavutettiin 1980-luvulla, jolloin käytettävissä oli merkittävästi vähemmän tietoa tai dataa kuin nykyisin. Oppia otettiin erityisesti muista Pohjoismaista, mutta muutakin kansainvälistä keskustelua seurattiin jo 1900-luvun alusta lähtien. Jo tuolloin esitettiin erilaisia näkemyksiä siitä, mitä hyvä yhteiskunta tarkoittaa ja mikä siinä on julkisen vallan rooli.

Väestön ikärakenne ja maailmansotien jälkeinen talouskasvu (pois lukien 1970-luvun öljykriisi) loivat suotuisan kasvualustan hyvinvointivaltion laajentamiselle kahdeksankymmmentäluvulla.

Nykyinen ihanne näyttöön perustuvasta päätöksenteosta ja dataohjautuvasta yhteiskunnasta ohittaa sen, että pohjoismaainen hyvinvointivaltio ei olisi syntynyt näyttöön perustuen. Näyttöä ei voi saada sellaisesta ilmiöstä, mitä ei vielä ole. Tutkimustietoa tarvitaan päätöksenteon tueksi, erilaisten vaihtoehtojen puntarointiin tai vaikkapa hallitusten esitysten valmistelussa. Tutkimustieto kertoo kuitenkin aina menneisyydestä. Data-analytiikan avulla voidaan ymmärtää nykyhetken olosuhteita, mutta mikään tieto ei voi korvata arvoja päätöksenteossa. Arvokeskustelu kertoo, mitä yhteiskunnassa halutaan tavoitella.

Hyvinvointia tavoitellaan, jotta ihmisillä olisi mahdollisuus hyödyntää oma potentiaalinsa, elää hyvää elämää.

Hyvinvointivaltiota ei voi säilöä

Hyvinvointivaltio rakennettiin hyvin erilaisessa yhteiskunnassa verrattuna nykyiseen. Jos se suunniteltaisiin puhtaalta pöydältä nyt, näyttäisi se toisenlaiselta. Yhteiskunnan muuttuessa myös ihmisten arki muuttuu. Esimerkiksi arjessa tarvittavat hyödykkeet eivät ole tyystin samoja. Vielä 1990-luvulla internet-yhteys tai kannettava puhelin olivat jonkinlaista ylläilyä, nykyisin välttämättömyyshyödykkeitä.

Suomalaisen pitkäikäistävän yhteiskunnan on löydettävä tapa ylläpitää hyvinvointia planeetan rajat huomioiden. Sen pitäisi järjestää yhteiskunnan toimintaa siten, että hyvinvoinnin edellytykset turvataan kaikille, erilaisissa elämäntilanteissa. Poliittisten päättäjien on kuitenkin helpompaa tarttua yksityiskohtiin, puolustaa olemassa olevaa sen sijaan, että keskusteltaisiin kansalaisten kanssa siitä, mistä hyvinvointi oikeastaan muodostuu. Hyvinvointi ei palaudu vain saattavilla oleviin etuuksiin ja palveluihin.

Hyvinvointia tavoitellaan, jotta ihmisillä olisi mahdollisuus hyödyntää oma potentiaalinsa, elää hyvää elämää.

Hyvinvointi edellyttää paitsi riittävää elintasoa, myös ihmissuhteita ja merkityksellistä tekemistä.

Ytimessä vastavuoroisuus

Kuten Erik Allardt jo 1970-luvulla linjasi, hyvinvointi edellyttää paitsi riittävää elintasoa, myös ihmissuhteita ja merkityksellistä tekemistä. Allardt ei ottanut kantaa siihen, miten nämä hyvinvoinnin ulottuvuudet konkretisoituvat parhaalla tavalla. Työ voi monelle lisätä hyvinvointia kaikilla ulottuvuuksilla: palkkatulot tuovat toimeentulon turvaa, työtoverit kohtaamisia ja mielekäs työ merkityksellisyyttä. Yhtäältä ihmissuhteet ja merkityksellinen tekeminen voivat tarkoittaa aikaa lastenlasten kanssa tai aikuisen lapsen ja hänen vanhempansa yhdessäoloa.

Pohjoismaissa työllisyysaste on ollut korkea. Jokainen osallistuu yhteiskuntaan kykyjensä ja voimavarojensa mukaan. Tässä suhteessa yksi keskeisimmistä universaaleista palveluista on ollut koulutus. Koulutus ja kouluttautuminen ovat yksilön etu, mutta osaavasta työvoimasta hyötyvät myös yritykset.



Parhaassa tapauksessa tehdään uusia innovaatioita ja yhteiskunnalle saadaan lisää verotuloja. Väestötasolla tarkasteltuna korkeakoulutus on eduksi terveydelle, hyvinvoinnille ja tulotasolle.

Yhteisiä voimavaroja käytetään heidän hyväksi, joita kohtaa pienempi tai isompi onnettomuus, kuten vaikka työttömyys tai vakava sairaus. Hyvinvointivaltio vakuutus- tavoin pehmentää iskuja. Hyvin harvalla olisi varaa kattaa esimerkiksi mittavat syöpähoitot tyystin omasta pussista. Samaan aikaan moni on varmasti iloinen siitä, jos ei tällaista onnettomuutta kohtaa, vaikka siitä saisikin rutkasti vastinetta maksetuille veroille.

Hyvinvointivaltion idea kestää, toteutus horjuu

Sosiaaliturvan leikkauksia suurempana uhkana hyvinvointivaltiolle on, että hyvinvointivaltion idea hukataan. Puolustetaan järkähtämättä nykyistä järjestelmää kaikkein yksityiskohtineen tai sitten taloudellisiin realiteetteihin vetoamalla ”varjellaan” hyvinvointivaltiota leikkamalla vähän sieltä ja täältä, vailla ymmärrystä kokonaisvaikutuksista.

Hyvinvointi ei ole mitään nollasummapeleä, jossa yhden hyvinvointi on toiselta pois. Ei, ainakaan jos hyvinvointi ymmärretään Allardtin tavoin. Esimerkiksi hyvinvointivaltio ei voi poistaa yksinäisyyttä, mutta se voi luoda edellytyksiä yksinäisyyden vähentämiselle. Siksi tarvitsemme paljon enemmän keskustelua siitä, miten julkinen valta, yritykset ja kansalaiset voivat osallistua hyvinvoinnin luomiseen.

Yksimielisyyttä poliittikkatoimista ei tarvitse löytää. On mahdollista tehdä kokeiluja tai ottaa oppia sieltä, missä asioita tehdään hyvin. E2 Tutkimuksen (www.e2.fi) 2025 kyselyn mukaan suuri osa suomalaisista haluaa pitää kaikki mukana silloinkin, kun valtiontaloutta laiteetaan kuntoon. Se antaa hyvät eväät päivittää hyvinvointivaltio tähän päivään, jos vaan poliittista tahtoa löytyy.

Paula Saikkonen
VT, tutkimuspäällikkö,
Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL

Saikkonen (THL) työskentelee hankkeessa, jossa tutkitaan taloudellista ja sosiaalista kestävyyttä läpi ajan ja alueiden ikääntyvässä yhteiskunnassa (www.sustageable.fi)



Kuka kantaa vastuun vanhuksista?

Suomi ikääntyy kovaa vauhtia. Vanhusten määrä kasvaa voimakkaasti ja samaan aikaan heidän tarvitsemiensa palvelujen tarve lisääntyy. Tämä ei ole yllätys kenellekään – ei ainakaan päättäjille. Silti vanhusten hoiva, erityisesti kotihoito on ajautunut tilanteeseen, jossa vastuutuntuu katoavan hallinnon kerrosten väliin.

Vanhusten palvelut ovat pääosin siirtyneet hyvinvointialueiden vastuulle. Alueet kuitenkin kamppailevat vakavan rahapulankanssa. Vaikka lainsäädäntö velvoittaa valtiota huolehtimaan hyvinvointialueiden rahoituksesta ja palveluiden toteutumisesta, valtio säästää juuri sieltä, missä seuraukset osuvat kaikkein heikimpiin. Lopputulos on karu, lakisääteisiä palveluja karsitaan, koska rahaa ei yksinkertaisesti ole.

Kun alueet joutuvat säästämään, ne leikkaavat palveluista, joissa vastarinta on pientä. Näitä ovat vanhusten hoiva ja vammaisten palvelut. Vanhus ei jaksavalittia, ei marssia kaduilla eikä kirjoittaa adressia. Hän sopeutuu – usein hiljaa ja kärsien.

Kotihoito on tästä ehkä surullisin esimerkki. Kotikäynnit ovat niin kiireisiä, ettei hoitajalla ole aikaa istahtaa alas, juoda kuppusta kahvia tai edes vaihtaa muutamaa sanaa. Lääkkeet saatetaan jättää pöydälle ja ovelta huikataan, ”muista ottaa ne lääkkeet tunnin päästä”. Seuraava käynti voi olla vasta parin, kolmen päivän kuluttua.

Kuka huolehtii vanhuksista sinä aikana? Kuka varmistaa, että hän syö, ottaa lääkkeensä oikein, pääsee lääkäriin tai muistaa sovitut tapaamiset – varsinkin silloin, kun omaiset ovat töissä ja hoitavat omia perheitään tai asuvat kaukana?

Yksi vanhusten suurimmista huolista ei ole pelkästään fyysinen pärjääminen, vaan musertava yksinäisyys. Sukulaisilla ei ole aikaa, viranhaltijoille ei ole resursseja. Jäljelle jäävät naapurit – ihmiset, jotka hyvää hyvyttään auttavat, käyvät katsomassa ja pitävät silmällä. Heille kuuluu suuri vastuu ja lämmin kiitos. Ilman heitä moni vanhus olisi jo täysin heitteillä.

Kun itsekään alkaa kuulua vanhusväestöön, tunne on pysäyttävä. Koko ikäluokka näyttää vähitellen luisuvan tilaan, jossa kukaan ei aidosti kanna vastuuta.

Kuntien rooli rajoittuu käytännössä vanhusten veroeurojen vastaanottamiseen, ilman todellista veloitetta tarjota palveluja. Hyvinvointialueet vetoavat rahapulaan, vaikka laki edellyttää vanhushuolteen järjestämistä. Valtion rooli näyttää olevan yleisen kurjistumisen johtaminen – erityisesti vanhusten osalta, vaikka lakitekstit puhuvat aivan muuta.

Myös omaisten mahdollisuudet ja halu huolehtia lähivanhuksista ovat usein rajalliset. Työelämän paineet ja arjen kuormitus eivät katoa, vaikka tarve hoivalle kasvaa.

Lopulta kysymys kuuluu: Olemmeko hyväksymässä yhteiskunnan, jossa vanhus jätetään selviytymään yksin? Onneksi vielä on naapureita, jotka jaksavat auttaa omien murheidensa ohella. Mutta naapurisi ei voi olla hyvinvointivaltion perusta.

Tämän kirjoituksen tarkoituksena on ravistella virallisia vastuunkantajia ja päätöksentekijöitä – ei syyllistää omaisia tai hoitotyötä tekeviä, jotka venyvät jo nyt ääriarjoilleen. Vastuu on järjestelmässä, ei yksittäisessä ihmisessä.

Toivo elää, jos niin päätämme.

Seppo Laitinen
Paimion Eläkkeensaaja

Kirjoitus on julkaistu
Turun Sanomissa 22.2.2026



Nyt meni metsään vai menikö päin puuta...

Tiesitkö, että jokainen mänty on ainutlaatuinen? Viimeisimmässä Yliopisto-lehdessä 1/2026 metsätieteilijä, professori Tanja Pyhäjärvi kertoo:

– Emme ole löytäneet geneettisiä eroja mäntypopulaatioiden väliltä. Jokainen mänty on ainutlaatuinen. Kaikki perinnöllinen vaihtelu on peräisin mutaatioista.

Niinpä etelästä siirretty männyn taimi ei välttämättä pärjää muualla hyvin, sillä se on mukautunut etelän oloihin. Olen tähän asti pitänyt mäntyjä jokseenkin samanlaisina. Siis kotini lähellä kasvava mäntymetsä onkin ainutlaatuinen!

Luonto ja metsä ovat suomalaisten elintilaa. Metsään mennään kävelemään, hoitamaan mieltä ja kehoa. Sinne mennään hakemaan hyötyä ja terveyttä marjoista ja sienistä. Metsään mennään rauhoittumaan, etsimään lohtua, haistelemaan tuoksua ja havaitsemaan kauneutta.

Eurooppalainen tutkimus osoitti, että meillä on hyvä ympäristö elää, jos näemme ikkunasta vähintään kolme puuta ja että lähimetsään tai puistoon ei ole kovin pitkä matka. Ihminen imee terveyttä ja hyvinvointia luonnosta.

Kiinalaiset ovat kehottaneet ikäikäisissä opeissaan istuttamaan puu, jos haluaa olla onnellinen. Puun kasvua voi seurata ja hoitaa, vaalia. Välillä tarvitaan kastelua, tukea, karsimista ja sitkeyttä. Kasvu vaatii huolenpitoa ja ymmärrystä, odottamista ja läsnäoloa sekä rajojen asettamista. Näinhän on lastenkin kohdalla.

Meidän ikäihmisten maailmassa kasvatusta oli varsin päämäärätietoista. Meistä kasvatettiin kunnan kansalaisia, työtä tekeviä ja rehellisiä. Nämä arvot edustivat sodan jälkeisen Suomen lähtökohtia ja ne me sisäistimme. Muistan hyvin, kun nuorisomme otti virkavapautta ja matkusti pariksi kuukaudeksi hurvittelemaan, kuten me ajattelimme. Uskoimme heidän riskeeranneen työpaikkansa ja eläkkeensä ja joutuvan muutenkin hunningolle. Takaisin tulivat, töitä tekevät ja ovat osoittaneet arvomaailmamme sittenkin kannatelleen. Sukupovien arvot vaihtuvat.

Tutkija Kalevi Korpela on selvittänyt suomalaisten mieli-paikkoja. Aika usein ne ovat metsän tai vesistön äärellä. Sieltä löytyvät mieltä rauhoittavat ja virkistävät elementit. Siksi kaupunkilaisetkin yhä hakeutuvat kesämökeilleen ajaen 200–300 kilometriä ruuhkassa päästäkseen kantamaan vettä saunaan, lämmittämään sen ja istumaan iltaa saunan jälkeen tappaen itikoita. Mökeillä on luontoa, käsillä tekemistä, arkista puuhaa, joka on hyväksi ihmiselle. Meistä ikäihmisistä suuri osa on maataloushenkisen yhteisön kasvatteja. Lapsuuden luontokokemukset palauttavat muistoja ja vetävät yhä puoleensa.

Puutarhakin on loistava mielen symboli. Siellä on perennoja, ikikasveja, jotka voisivat edustaa arvojamme. Joka vuosi sinne tulee kesäkukki, jotakin uutta elämääne. Puutarha ja mielen hyvinvointi vaativat hoitoa. Talvisin puutarha lepää, niin ihmisenkin on osattava etsiä lepoa.

Kun jokin menee pieleen, sanomme, että nyt mentiin metsään tai päin mäntyä. On hyvä katsoa lajemmin ja nähdä metsä puilta. Juutumme liian helposti pikkuasioihin ja elämän suuret arvot hämmentyvät. Metsään meno taittaa harmittavat pikkuasiat!



Rokotteilla iso vaikutus sydän- ja verisuoniterveyteen

Sisätautien ja infektiosairauksien erikoislääkäri, dosentti Eeva Ruotsalaisen mukaan rokotukset ovat yksi merkittävimmistä mahdollisuuksista ennaltaehkäistä ikääntyvän väestön vakavia infektioita.

Viime joulukuussa Euroopan komissio julkaisi strategian sydän- ja verisuonisairauksien ehkäisemisestä, *The Safe Hearts Plan*. Siinä on todettu, että rokotukset influenssaa, koronaa, RS-virusta, pneumokokkibakteeria sekä vyöruusua vastaan on tehokas tapa estää sydän- ja verisuonisairauksien komplikaatioita korkean riskin potilailla eli yli 65-vuotiailla sekä entuudestaan sydänsairailta.

Tämä on merkittävä EU-tason tiedoksiäntö. Ymmärrys sydän- ja verisuonisairauksien ehkäisystä rokotteilla on lisääntynyt merkittävästi viime vuosien aikana. Vuonna 2024 Euroopan kardiologinen seura antoi ihan samansuuntaisen suosituksen, Eeva Ruotsalainen kertoo.

Pohjoismaista Tanska, Ruotsi ja Norja ovat edistäneet suosituksilla yli 65-vuotiaiden maksuttomia tai pienillä omavastuuilla maksettavia rokotuksia.

Hyvä olisi Suomen seurata pohjoismaisia ja yleiseurooppalaisia linjauksia.

Ikääntyneet rokotusmyönteisiä

Ikääntynyt väestö on erittäin rokotusmyönteistä. En ole kohdannut rokotuskielteisiä ikääntyneitä. He ottavat rokotteen, jos he tietävät, mistä heille on hyötyä ja miten niitä saisi mahdollisimman kätevästi, Ruotsalainen arvioi.

Apteekkien rokotusoikeutta hän pitää tervetulleena. Samalla matkalla, kun hakee lääkkeitä, voi saada rokotuksen. Apteekkien rokotuspisteiden tarjoamat rokotukset ovat

maksullisia, kuten yksityisten lääkäreiden ja rokotusbussienkin.

Ennen viime syksyä koronarokote oli maksuton yli 65-vuotiaalle, ilman riskitekijöitä. Rokotuskattavuus oli 57 prosenttia, nyt se on 40 prosenttia, koska viime syksystä alkaen koronarokotteen saa maksuttomana vain 75-vuotta täyttäneet pelkän iän perusteella, Ruotsalainen selittää.

Euroopan tautien ehkäisy- ja valvontakeskuksen tuoreen analyysin mukaan yli 65-vuotiaiden influenssa- ja koronarokotukset ehkäisevät selvästi sairaalahoitoa. Ideaali olisi, että korona- ja influenssarokotuskattavuus nousisi yli 75 prosenttiin, koska sillä rokotekattavuudella päästäisiin vaikuttamaan yksilötasolla yhä useamman vakavan taudin estämiseen ja vähentämään epidemian voimakkuutta.

Yli 65-vuotiaat eivät saa pneumokokki- ja RS-virusrokotteita puhtaasti ikäperusteisesti maksuttomana. Rokotusohjelmassa pneumokokkirokotteen saa maksuttomana vain tietyntyypiset sairauserusteisesti (kuten astmaatitot tai keuhko- ja sydäntautia sairastavat). RS-virusrokote on ollut markkinoilla vasta pari vuotta, ja on toistaiseksi täysin omakustanteinen.

Ikäkin on riskitekijä

Eeva Ruotsalainen muistuttaa, että yli 65 vuoden ikä on jo yksinään itsenäinen riskitekijä vakavalle infektiolle. Yli 65-vuotiaista yli 60 prosentilla on kaksi tai enemmän perussairauksia, jotka iän rinnalla lisäävät vakavaa sairastumisriskiä.

Neljällä hengitystieinfektioilla (influenssa, korona, RS-virus ja pneumokokki) on vakavia seurauksia, jos käy huono tuuri.

Ne voivat johtaa siihen, että ikäinen joutuu sairaalahoitoon joko keuhkokuumeen tai veren-

myrkytyksen vuoksi, saa sydän- tai aivoinfarktin tai menehtyy.

Juuri sen vuoksi tärkeimpiä ikääntyneille ovat influenssa-, korona-, RS-virus- ja pneumokokkirokotukset.

Sydän- ja verisuonisairaudet ovat olleet vuosia yleisin kuoliinsyy Suomessa.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) esittää kansalliseen rokotusohjelmaan vyöruusu- ja pneumokokkirokotetta, joka auttaa vyöruusun jälkeiseen hermo- ja kipuun, mutta se johtaa harvoin kuolemaan. Rokotusohjelman rokotteen rahoitetaan valtion budjetista.

Rokotteilla voidaan pienentää sydän- ja aivoinfarktin riskiä, siten niillä on hyviä vaikutuksia yksilöihin ja koko yhteiskuntaan. Terveydenhuollon tautitaakka voi pienentyä, päivystykset tai osastot eivät kuormitu ja osastojen epidemiariski vähenee. Samalla

hyvinvointialueet pystyvät säästämään kustannuksissaan.

On havainnollisia tutkimuksia myös siitä, että influenssa-, pneumokokki- ja vyöruusu- ja pneumokokkirokotteella voitaisiin pienentää muistisairausriskiä. Tarvitaan vielä lisätutkimusta, mutta rokotteilla näyttää olevan ennaltaehkäisevää vaikutusta.

Ruotsalainen toivoo, että tietoisuus maksuttomista ja omakustanteisista rokotteisista leviäisi nykyistä paremmin ikäihmisille ja heidän omaisilleen.

Ikäihmisten kannattaa ehdottomasti ottaa vuosittain influenssa- ja koronarokotteet. Pneumokokkirokotteen tarvitsee ottaa vain kerran, sillä se antaa elinikäisen suojan. RS-virusrokote toistetaan 2-3 vuoden välein, Eeva Ruotsalainen kertoo.

Vesa Toikka
Kuvat: HUS



Eeva Ruotsalainen toivoo, että tietoisuus maksuttomista ja omakustanteisista rokotteisista leviäisi nykyistä paremmin ikäihmisille ja heidän omaisilleen.



Huonoja uutisia ei pääse pakoon



mutta niihin voi vielä vaikuttaa

Valitse kohde, joka on sydäntäsi lähellä:



Saimaanorppa-kummi

pelastaa sukupuolta erittäin uhanalaisia saimaannorppia, joita elää vain Suomessa.



Ilmastokummi

vaikuttaa ilmastopoliittikkaan ja auttaa ilmastonmuutoksesta kärsiviä lajeja.



Kissa-eläin-kummi

auttaa uhanalaisia kissaeläimiä, joiden määrät ovat romahtaneet hälyttävästi.



Itämeri-kummi

suojelee luonnoltaan ainutlaatuisista, mutta yhtä maailman saastuneimmista meristä.



Sademetsä-kummi

turvaa maailman lajirikkaimpia elinympäristöjä, joita uhkaa metsäkato.



Lumi-kummi

suojelee arktisia lajeja, joiden tulevaisuutta ilmaston lämpeneminen uhkaa.



WWF-yleiskummi

suojelee luonnon monimuotoisuutta kaikkialla. Tuki menee sinne, missä apua tarvitaan.

[wwf.fi/auta](https://www.wwf.fi/auta)