



Metsästä hyvinvointia

Talouselämä-lehden silloinen päätoimittaja Pekka Seppänen ajatteli muutama vuosi sitten kolumnissaan näin: ”Kaikki tekeminen ei kehitä aivoja yhtä paljon, melkein puolet aivosoluista on erikoistunut liikumiseen ja neljännes havaintojen tekemiseen. Parasta aivovoimistelua on käyttää noita soluja yhtä aikaa eli lähteä metsään kävelyllä, sieneen tai lintujahtiin. Sienestäminen työllistää aivosoluja yli sata kertaa enemmän kuin sanaristikoiden täyttäminen.”

Tämän vahvistavat aivotutkijat. Viime syksynä Suomen Aivosäätiön Syysaivot-luentosarjassa Itä-Suomen yliopiston professori Raimo Sulkava antaa senioreille ja miksei muillekin neljä ässä: sudokua, sienestystä,

silakkaa ja seuraa. Silakan me täällä Pielisen rannalla korvaamme vielä paremmalla: muikulla. Luennossaan Sulkava toteaa mm., että kaikki liikunta parantaa terveyttä. Se pitää verisuonia kunnossa ja tietoliikenne vilkastuu, koska liikkeiden ohjaus vaatii yhteispeliä. Sienestys ja marjastus vaativat lisäksi tarkkaa havainnointia, mistä se suppilovahveroosiintymä löytyykään, mistä suunnasta tulinkaan ja missähän se kaveri on. Mielihyvä löydettyessä hyvä marikko tai sienesiintymä on suuri.

Allergia ja astma ovat yleistyneet asevelvollisilla Suomessa 40 vuodessa yli kymmenkertaisiksi. Tutkijat pitävät tämän kehityksen tärkeimpänä syynä sitä, että elinympäristömme on

muuttunut useilla liian steriiliksi. Sen voi huomata Pohjois-Karjalassakin, siellä lapsilla on neljä kertaa suurempi todennäköisyys tulla allergisiksi kuin Venäjän Karjalassa. Metsästä saat happipitoisen ilman lisäksi vastustuskykyä.

Eikä pidä unohtaa talvistakaan metsää kunnan ja mielihyvän tuottajana. Kun kipuaa kevättalvisena päivänä Kolin Räsävaaralle, auringossa kimaltelevat lumikiteet ja huikaisevat maisemat saavat olon tuntumaan taivaalliselta. Vauhdikkaat laskut palkitsevat lihasten rasituksen.

Metsäteollisuus on Suomelle tärkeämpi kuin millekään muulle maalle. Sen osuus viennistämme oli viime vuonna runsas 20% ja metsäklusteri

työllisti noin 170 00 henkilöä.

Itsekin ansaitsin ensimmäiset taskurahani koulu-aikaan metsän istutuksella ja raivauksella.

Metsän virkistysarvo on yhä suurempi. Matkailijat hakevat Pohjois-Karjalasta myös luonnonrauhaa metsässä liikkessa. Elämysmatkailu on kasvava tulonlähde.

Metsien vaikutus ulottuu vuosikymmenten päähän. Ilmastonmuutos johtuu kasvihuoneilmästä, jonka aiheuttavat mm. hiilidioksidipäästöt. Pohjois-Karjalassa kasvava metsähehtaari sitoo päästöjä saman verran kuin keskimääräinen autoilija tuottaa.

Metsä kasvaa hyvinvointia!

Paavo Pitkänen
P-K:n valtuuskunnan
varapuheenjohtaja



Entistä vauhdikkaampi VuonisSoikoon avaa ”Metsäkesän”!

Koko vuoden metsäteema näkyy ja kuuluu kylällä.

Perinteinen VuonisSoikoon alkaa Taimikirppiksellä Tyynelän

torpan pihapiirissä lauantaina 9.6. klo 12 – 15.

Birgit ja Erkki Kettusen torpan piha (Tiensuuntie 85 B) täyttyy perennojen ja kesäkukkien myyjistä, ostajista, vaihtajista ja tietenkin pelimanneista, jotka kaivavat soittimista esiin ”Metsäkukkiä”. Tuttujen kanssa rupatellessa voi nautiskella keittolounasta ja hörpätä päälle porokahvit muurinhajattujen kanssa.

Jätjän humpmaa Pelimanni-iltamissa

Kyläseura järjestää illalla Vuonislahden lavalla Pelimanni-iltamat, jotka alkavat klo 17 Tanssituvalla. Siellä pari eri kansantanssiryhmää opettaa tanssialukkaita pistämään jalalla koreasti. Klo 19 alkavat varsinaiset iltamat, jossa metsäaiheisesta ohjelmasta pelimannien lisäksi vastaavat

Rahvaanomaiset sekä Kari Hämynen ja laulu- ja soittoryhmä Vuolaset huppailuineen. Viime kesänä valtavan suosion saanut Simpauttaja-näytelmä palaa Rantateatteriin heinäkuussa, mutta jo Pelimanni-iltamissa saamme Lieksan teatterin esittämänä nautiskella muutamia makupaloja Heikki Turusen draamasta. Iltamien lopuksi kaiken kansan tanssittajina ovat pelimannit, Rahvaanomaiset ja Kari Hämynen.

Eikä tässä vielä kaikki! Koko illan on mukana myös TV1:n kuvausryhmä ”Lomamatkalla 70-luvulle” reality-sarjaa filmaamassa.

Kesätorikausi alkaa

Sunnuntaina klo 11 avataan Vuonislahden kesätori pelimannien tahdittamana. Kesätori on talvi- ja kesäkyläläisten ehdoton kohtauspaikka. Tuoreet ja tuoksuvat leivonnaiset viedään käsistä ja



talven aikana syntyneet taidokkaat käsityöt ihastuttavat ostajansa. Avajaispäivän jälkeen kesätori toimii 11 – 13 kesälauantaisin.



Heii heii vaa ja onne teil reippail, ko olette saanu talon kunnit!

Kyl o hiano, et ihmiset nuppe töihi ja teke niit ja saa valmiiksi. Ja kiitoksi asumistarjouksest tiätyste.

Mul o nyy siin miäles vähän erilaisemp elämä ko sillo joskus ko tarvitti,

et määh hullu menin ja ostin Satakunnan Lapist, Kodiksanin kyläst yhre rappiotilan...

See on kaunis ja sielukas ja vanh, mut joka suuntta vino.

Nyy on Kukkosen Heikin talonvarjelu opit käytös käytännös!

Emmää tiätyst pelkästös sitä talo silittel, kirjottakkein tarttis vätil. Täähä hättä kuukauskaupeal on kumminki pitkä hetki olla pois. Tarjotka vaa talon tunnelma nyy jollekki muul ens - määh en kumminka meina unhotta teil ja sitä Hupelemahollisuus!

Mukavaist keväntulemist teil. Tääh on töyhtöhyypät pelloil, peipot omenapuus ja lunt en enä eres muist!

Heii

Vuonislahden kyläseura ry

Y 1560043-9
81590 Vuonislahti
vuonis@vuonis.net
http://www.vuonislahti.fi
Puheenjohtaja Anu Penttinen p. 050 3616 356
Sihteeri Maija Jaatinen p. 041 576 3849

Vuonis-kylämatkailuverkosto / Osuuskunta Vuonis
Puheenjohtaja Tapio Nevalainen p. 0400 482 949
vuonis@vuonis.net

SF Caravan Pielisen Karjala REKINIEMI
Puheenjohtaja Aulis Nevalainen
p. 0400 278035

Vuonislahden Taiteilijatalo ry
Puheenjohtaja Markku Tanner
p. 0400 307 189
Yhteydet p. 0400 170 255
tai taiteilijatalo@vuonis.net

Vuonislahden Martat ry
Puheenjohtaja Leena Vallius

Vuonislahden Urheilijat ry
Puheenjohtaja Kari Saarelainen

Vuonislahden työväenyhdistys ry
Puheenjohtaja Leena Vallius