

TUUSULA

ELÄMÄÄ TUUSULASSA.

Tuusulan kunnan asukaslehti 2/2020

KOTOILLAAN YHDESSÄ

Sosiaali- ja terveystalvelut
koronavirusepidemian aikana, s. 3

Tuusulan talvelut siirtyivät pikavauhtia verkkoon
ja someen - poikkeaa museoon tai vaikka
pelaat kaverin kanssa etänä, s. 6-7

Pidä itsesi liikkeessä, s. 8-9

**KORONA-AJAN
PALVELUITA
IKÄIHMISILLE,**
S. 4-5

www.tuusula.fi

Teksti: pormestari Arto Lindberg
Kuvat: Kari Kohvakka

Me selviämme tästä yhdessä

Koronaviruspandemian aikana joudumme olemaan fyysisesti erillään toisistamme. Estämme koronavirusta leviämistä pitämällä riittävän välimatkan toisiimme. Yhteydenpito rajoittuu omaan perheeseen ja aivan välttämättömiin kontakteihin, kuten valtioneuvosto on ohjeistanut.

Etäisyyden muihin ei pidä kuitenkaan tarkoittaa sitä, että jäisi yksin huoliensa kanssa. Tuusulan kunta on sulkenut tai rajoittanut monien palveluidensa fyysistä aukioloa, mutta meillä on käytössä muita tapoja palvella ja olla tavoitettavissa.

Tässä lehdessä kerromme siitä, miten kunta palvelee näinä aikoina: kerromme esimerkiksi, miten tavoittelimme puhelimitse 70 vuotta täytäneitä kuntalaisia, kuinka museot ovat vieneet näyttelynsä verkkoon, kuinka kirjastosta saa e-kirjoja ja kuinka uimahallin henkilökunta tekee omatoimiseen liikuntaan kannustavia videoita. Nostamme esiin myös niitä keinoja, joilla alueellamme toimivat järjestöt ovat kuntalaisten apuna ja tukena.

Kerromme myös, miten toimia, jos koronavirus aiheuttaa terveydellistä huolta tai jopa sellaisen tilanteen, että kotona ei enää pärjää. Tuusulalaiset saavat sosiaali- ja terveystalouden Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymältä, tuttavallisemmin Keusotelta, jolla on kanavat auttaa tarvittaessa. Vaikka koronavirus aivan aiheesta viekin paljon huomiota, valmistaudumme koko ajan myös samalla tulevaan. Epidemia tulee jättämään jälkensä kuntatalouteen ja teemme suunnitelmia kuntapalveluiden turvaamiseksi jatkossakin. Kaikissa kunnan toiminnoissa teemme valmisteluja tulevaa, normaalimpaakin arkea silmällä pitäen. Jatkamme muun muassa lähitulevaisuuteen ajoittuvien asuntomessujen valmistelua ja viemme osallistuvaa budjetointia eteenpäin.

Nämä ajat vaativat meiltä kaikilta kärsivällisyyttä.

**Me selviämme
– ja me selviämme tästä
toimimalla kaikki yhdessä.**



Arto Lindberg, pormestari
arto.lindberg@tuusula.fi
040 314 3101



Mika Mäki-Kuhna, apulaispormestari
mika.maki-kuhna@tuusula.fi
040 314 3103



Jussi Salonen, apulaispormestari
jussi.salonen@tuusula.fi
040 314 3102

Sisältö

- 2 Pääkirjoitus
- 3 Näin saat apua koronavirusepidemian aikana
- 6 Tuusulan palvelut siirtyivät pikavauhtia verkkoon ja someen
- 7 Poikkeaa museoon tai vaikka pelaa kaverin kanssa etänä
- 8 Pidä itsesi liikkeessä
- 9 Liikettä kotiin
- 10 Tuusula tukee yrittäjiään
- 11 Kekseliäs konditoriyrittäjä
- 12 Koulujen digiloikka koskettaa meitä kaikkia
- 13 Varhaiskasvatuksen uudet toimintamallit – etäamupiiirejä ja ulkoiluapua
- 13 Klassikkotuunausta jatketaan tuumaustauon jälkeen
- 14 Uusi unelma "Messutalo on ensimmäinen yhteinen kotimme."
- 16 Rykmentinpuiston työpaikka-alue tuo Hyrylään kaivattuja yritystontteja
- 17 Tuusulassa tehdään ideoista totta
- 17 Uusia hankkeita etsitään
- 18 Osallistuvan budjetoinnin äänestystulokset
- 19 Jääkarnevaalien penkki Jokelaan
- 19 Miten fiksisit ruukin viihtyvyyttä?
- 20 Apua koronavirusepidemian aikana
- 20 Asiakaspalvelu TuusInfo



www.facebook.com/tuusula



www.instagram.com/tuusulankunta



www.twitter.com/tuusulankunta

Tuusulan kunnan asukaslehti 2/2020

Seuraavat lehdet:

3/2020 ajankohta tarkentuu

Päätoimittajat: Paula Kylä-Harakka,
paula.kyla-harakka@tuusula.fi, 040 314 2004
Pia Visti-Korhonen, pia.visti-korhonen@tuusula.fi,
040 314 2011

Taitto: Grapica Oy

Paino: Lehtisepät

Jakelu: SSM/Jakelujuniorit

Painos: 19 000 (julkinen tiedote)

Kannen kuva: Tuusulan kunta/



Näin saat apua koronavirusepidemian aikana

Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä, tuttavallisesti Keusote, huolehtii tuusulaisten sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestämisestä. Myös koronaepidemian aikana kuntayhtymän palvelut ovat kuntalaisten ulottuvilla.

- Keusoten alueella on hyvä valmius epidemiatilanteen hoitamiseen. Henkilöstöä ja sairaansijoja on hyvin käytettävissä, ja määrää voidaan tarvittaessa nostaa, mikäli epidemia alueellamme vielä pahentuisi, toteaa kuntayhtymän johtaja **Pirjo Laitinen-Parkkonen**.

Koronapotilaiden ohella Keusote jatkaa huolenpitoa myös muiden terveydellisten ongelmien kanssa kamppailevista kuntalaisista.

- Lääkärinvastaanottojen kiireettömät ajat ovat voimassa. Toivomme, että kuntalaiset eivät lähtisi nyt perumaan varattuja aikojaan. Suurin osa vastaanotoista voidaan toteuttaa etävastaanottona. Keusotesta otetaan asiakkaisiin yhteyttä ennen vastaanottoaikaa ja sovitaan miten toimitaan, Laitinen-Parkkonen kertoo.

Keusotella on tarjolla apua tilanteessa, jossa esimerkiksi arjessa selvytyminen tuntuu haastavalta.

- Arjen haasteissa tai psyykkisessä kuormituksessa voi soittaa koronaneuvonta- ja -tukipuhelimeen, johon vastaavat Keusoten sosiaalipalvelujen ammattilaiset. Myös aikuisten sosiaalipalvelut ovat käytettävissä. Apua on hyvä hakea, jos tuntuu, ettei pärjää itse, omat voimat eivät riitä tai tarvitsee konkreettista apua esimerkiksi toimeentuloon, sosiaaliseen hyvinvointiin tai asumiseen, Laitinen-Parkkonen kertoo.

- Talous- ja velkaongelmissa voi ottaa yhteyttä Etelä-Suomen oikeusapu- ja edunvalvontapiiriin. Perustoimeentulotuki myönnetään Kelassa.



Kuva: Kari Kohvakka

"Tärkeää on yrittää löytää keinoja, joilla pitää oman mielensä rauhallisena ja jaksaa edelleen noudattaa neuvoja esimerkiksi lähikontaktien välttämisestä ja kotona olemisesta. Älä jää yksin. Soita tai ota yhteyttä vaikkapa netin kautta läheisiin, tuttaviin ja naapureihin.

Tässä lehdessä on lisäksi yhteystietoja, joihin voi ottaa yhteyttä jos huoli kasvaa liian suureksi, tarvitsee lisätietoa tai apua arjen askareisiin.

Tämä poikkeustilanne koskettaa meitä kaikkia ja yhdessä myös siitä selviämme!"



Kuvassa Pirjo Laitinen-Parkkonen

KORONAVIRUKSEN OIREET

Koronavirus aiheuttaa influenssaa muistuttavia hengitystieoireita, kuten kuumetta, yskää, hengenahdistusta ja lihassärkyä. Osa tartunnan saaneista voi myös saada keuhkokuumeen. Suurin osa sairastuneista saa kuitenkin vain lieviä oireita.

NÄIN EHKÄISET KORONAVIRUKSEN LEVIÄMISTÄ

Sosiaalisten kontaktien vähentäminen on tärkeää myös terveille ihmisille, koska siten hidastamme yhdessä epidemian leviämistä. Vältä ihmisjoukkoja ja tungoksia ja pidä vähintään metrin etäisyys kanssaihmiisi. Omaa ja läheistensä tartuntariskiä voi myös alentaa huolehtimalla käsi- ja yskimishygieniasta.

- Pese kädet vedellä ja saippualla usein ja huolellisesti, ainakin 20 sekunnin ajan.
- Käytä alkoholipohjaista käsihuuhdetta, jos et voi pestä käsiäsi.
- Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi.
- Yski ja aivasta kertakäyttöiseen nenäliinaan ja laita nenäliina heti roskeen. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yksi tai aivasta hihaan, älä käsiisi.
- Jos kaikesta huolimatta sairastut, jää kotiin lepäämään.

**Löydät tärkeät yhteystiedot tämän lehden takakannesta.
Lisätietoa koronavirusepidemian aikaisista palveluista
Tuusulassa on koottu verkkosivulle osoitteessa
www.tuusula.fi/koronavirus.**



Hei, mitä sinulle kuuluu?

Tuusulan kunta haluaa tavoittaa koronatilanteen aikana kaikki 70-vuotiaat ja sitä vanhemmat tuusulalaiset. Ikäihmistien palvelunumero palvelee arkisin kello 9–16 numerosta 040 314 3160.

Kukaan ei jää yksin. Se on ollut Tuusulan kunnan tavoitteena, kun soittokierros 70-vuotiaille ja sitä vanhemmille tuusulalaisille käynnistyi koronakriisin alettua. Viikon ajan kolmekymmentä Tuusulan kunnan työntekijää soitti yli 3600 tuusulalaiselle ja kysyi, mitä heille koronatilanteessa kuuluu ja onhan jokaisella apua saatavilla. Ilahduttavan monella oli läheisiä tai naapureita apuna hoitamassa arjen askareita. Jos jollakin ei ollut, työntekijät auttoivat puhelimeen vastanneita löytämään tuen piiriin.

Kirjastovirkailija **Niina Kuusniemi** oli yksi tuusulalaisille ikäihmisille soittaneista. Hän on myös mukana vastaamassa Tuusulan ikäihmistien palvelupuhelimeen.

– Oli hienoa käydä lukuisten ikäihmistien kanssa erilaisia keskusteluja. Sen lisäksi, että kerroimme, mistä apua saa, kävimme läpi myös sen hetken kuulumisia, Kuusniemi kertoo.

Aina saa soittaa

Tuusulassa on yli 5 000 70 vuotta tänä vuonna täyttävää tai sitä vanhempaa ikäihmistä eikä aivan kaikkia saatu puhelimen päähän, jos oikeaa puhelinnumeroa ei löytynyt tai tiedossa olleeseen puhelinnumeroon ei vastattu.

– Kenellekään ei ole jätetty tahallaan soittamatta. Jos joku jäi ilman puhelua, pyydämme heitä olemaan yhteydessä meihin kunnan palvelunumeroon taikka nettilomakkeen kautta. Haluamme varmistua,

että ikäihminen ei tässä tilanteessa jää yksin, Kuusniemi kertoo.

Palvelunumeroon voi soittaa kuka tahansa tuusulalainen ikäihminen. Palvelunumeron tarkoituksena on tukea tuusulalaisia ikäihmisiä pysymään kodeissaan turvassa korona-ajan ylitse. Kotona pysyminen ei aina tunnu reilulta tai mielekkäältä, mutta Kuusniemi muistuttaa, että kotiin jääminen ja kontaktien välttäminen on tehokas tapa suojautua vakavalta sairastumiselta.

– Harmistus on ymmärrettävää, kun on joutunut pitkään olemaan kotona. Kotiin jääminen on nyt kuitenkin ikäihmistien parhaaksi, jotta he eivät sairastuisi. Yksin ei onneksi tarvitse jäädä miettimään, miten tästä selvitään, me kunnan työntekijät olemme vain puhelinsoiton päässä auttamassa arjen järjestämisessä, Kuusniemi sanoo. ●



IKÄIHMISTEN KORONA-AJAN PALVELUTARPEESTA voi ilmoittaa kunnalle verkkolomakkeella osoitteessa www.tuusula.fi/koronaeristys tai soittamalla palvelunumeroon 040 314 3160 arkisin kello 9–16 ja lauantaisin kello 9–14.

Keski-Uudenmaan sote-kuntayhtymän ikäihmistien asiakasohjaus 040 314 4678 arkisin kello 8–15.

Muistikerho toimii verkossakin

Korona on tarkoittanut paussia myös monille ikäihmisten harrastuksille. Mutta vaikka fyysisesti ei nyt voi tavata, ovat monet järjestöt keksineet tekemistä myös etäyhteyksien kautta.

Tuusulan Seniorit on yksi kevään tapahtumat peruuttamaan joutunut yhdistys, mutta he onnistuivat siirtämään muistikerhon verkkosivuilleen. Tavallisesti muistikerho kokoontuu joka toinen torstai, mutta korona-aikaan fyysiset kokoukset on täytynyt perua. Nyt kerhoa voi harrastaa jopa viikoittain yhdistyksen verkkosivujen välityksellä. Muistikerhon tehtävät julkaistaan torstaisin verkkosivuilla. Vastaukset löytyvät samasta paikasta sunnuntaisin.

- Sivuilta löytyy myös jumppaohjeita sekä soittorinkimme yhteystiedot. Soittoringissä kyselemme jäsenten kuulumisia, niitäkin on hyvä vaihtaa vaikka tavata emme voikaan, Tuusulan Senioreiden sihteeri **Leena Mäkelä** kertoo. ●

Tuusulan Seniorit ry:n muistikerho löytyy osoitteesta www.tuusula.senioriyhdistys.fi

Siskot ja Simot auttavat kauppareissuissa ja apteekkikäynneissä

Siskojen ja Simojen kauppa-apu yltää Tuusulan jokaiseen kolkkaan.

Siskojen ja Simojen vapaaehtoiset kuskaavat korona-aikana ruoka- ja apteekkioskoksia myös Tuusulassa. Vapaaehtoiset käyvät kaupassa erityisesti ikäihmisille ja muille riskiryhmään kuuluville. Vapaaehtoisten avulla kauppareissut hoituvat helposti, asui ikäihminen sitten missä päin Tuusulaa tahansa.

- Nyt jos koskaan ei tarvitse pärjätä omillaan! Nyt kannattaakin tarttua puhelimeen, sillä vapaaehtoisia kyllä löytyy, Siskot ja Simot järjestön toiminnanjohtaja **Eero Väisänen** kehottaa.

Kassi oven taakse ja lista mukaan

Kauppa- ja apteekkiapu toimii siten, että kauppa-apua tarvitseva soittaa Siskojen ja Simojen päivystysnumeroon ja kertoo, millaista apua tarvitsee ja koska. Sen jälkeen päivystäjät etsivät vapaaehtoisen, joka kauppareissun voi hoitaa. Vapaaehtoinen ottaa yhteyttä avuntarvitsijaan.

- Yleensä vapaaehtoinen soittaa ja siinä voi kuulumisiakin vaihtaa. Vapaaehtoinen ja asukas sopivat yhdessä ajankohdan, mil-

loin kauppareissu hoidetaan. Kun kauppareissu lähenee, kirjoittaa avuntarvitsija kauppalistan, laittaa sen rahojen kanssa kirjekuoreen ja kirjekuoren kauppakassiin oven taakse. Vapaaehtoinen palauttaa kauppareissun jälkeen täydet kauppakassit ja ilmoittaa asukkaalle, että nyt voi käydä oven takana hakemassa tavarat, Väisänen kertoo.

- Olen kuullut, että kuulumisten vaihtaminen on lievittänyt myös yksinäisyyttä. Tällaisina aikoina se on tärkeää, Väisänen kuvailee.

Siskojen ja Simojen kauppa-apu on ilmainen ja siinä kiinnitetään erityistä huomiota hygieniaan ja turvallisuuteen. Suositeltavaa on, että yhdellä kauppareissulla hoidetaan kaikki viikon ruokaostokset. Eero Väisänen Siskoista ja Simoista kertoo, että kauppa- ja apteekkiapua löytyy niin kauan kuin poikkeusolot jatkuvat, toennäköisesti ainakin kesän korvalle. ●

Apua voi pyytää päivystysnumerosta 044 973 3844 ma-pe kello 9-15





Teksti: Minna Luoma

Tuusulan palvelut siirtyivät pikavauhtia verkkoon ja someen

Korona ajoi Tuusulan kunnan palvelut pikavauhtia verkkoon, someen ja etäyhteyksien päähän, mutta työt eivät työntekijöiltä päättyneet. Kunnassa on tehty paikoin jopa pitempää päivää, jotta asukkaiden palvelut toimisivat myös poikkeusaikana.

Tuusulan museoon kuuluu kaikkiaan viisi museokohdetta. Museolla huolehditaan myös kunnan kulttuuriympäristöstä sekä laajoista taide- ja kulttuurihistoriallisista kokoelmista tietopalveluineen. Lisäksi tuotetaan kulttuurikasvatussuunnitelman mukaisia opetuspalveluja ja tehdään monenlaista yleisötyötä museoseinien ulkopuolellakin.

- Korona laittoi oikeastaan kaiken uusiksi. Teemme nyt paljon ylimääräistä työtä, kun yritämme luoda ratkaisuja, joiden avulla kuntalaiset pääsevät poikkeustilan aikana tutustumaan edes osin jo olemassa oleviin mutta suljettuihin näyttelyihimme, toteaa Tuusulan museon viestintäkoordinaattori **Tarja Kärkkäinen**. - Samaan aikaan jatkamme ensi kesän näyttelyiden ja tapahtumien suunnittelua. Vaikeaksi työn tekee, kun emme tiedä, millaiseksi kesä muodostuu.

Esimerkiksi Erkkolan Maailma sotkan munasta -verkkonäyttelyssä on jo mahdollista tutustua 10 näyttelyn teokseen digitaalisesti, ja kunnassa on järjestetty ensimmäiset virtuaaliset tapahtumat.

Korona-aika voi olla nuorille haasteellinen

Nuorisotoimessa korona-aikaa eletään ristiriitaisin ajatuksin.

- Toisaalta Itä-Uudenmaan poliisilaitoksen kanssa yhteistyössä toteutetun Pysy kotona -kampanjan avulla muistutamme yhä nuoria, että tilanne on oikeasti vakava, ja isoissa kaveriporukoissa liikkuminen ei ole viisasta, kertoo alueellisen nuorisotyön esimies **Matti Kemppainen**.

- Samaan aikaan olemme huolissamme yksin jäävistä nuorista. Tämä aika ei ole nuorille helppo. Yritämme siksi tarjota heille verkon kautta kiinnostavaa tekemistä sekä mahdollisuuden viettää aikaa yhdessä.

Kaikkien Tuusulan nuorisotalojen toiminta rullaa poikkeusaikana normaalisti, mutta toiminta on siirretty verkkoon erillisen sovelluksen alle. Siellä toimivat myös

kunnan nuorisotyöntekijät some-kanavien lisäksi.

Kemppainen näkee digitalisoitumisessa kuitenkin hyviäkin puolia.

- Olemme tavoittaneet jo nyt meille uusia asiakkaita. Lisäksi yhteydenotto somen kautta voi olla monelle nuorelle jopa helppo tapa lähestyä nuorisotyöntekijää. ●

Museoon,
nuorille tekemistä
ja koko perheelle
tapahtumia
virtuaalisesti
ja etänä.

Poikkeaa museoon tai vaikka pelaa kaverin kanssa etänä

Tuusulan kunnan toimipisteiden ovet ovat poikkeusajan suljettu, mutta kaikki palvelevat etänä. Poimi parhaat menovinkit kirjastoon, museoihin, nuorkalle tai vaikka lähiluontoon.

Kirjastot Hyrylässä, Kellokoskella ja Jokelassa

Ohessa poimintoja mahdollisuuksista hyödyntää kirjastojen palveluja etänä.

E-aineistot

Asiakkaiden käytettävissä on e-kirjoja, -äänikirjoja ja -aikakauslehtiä sekä elokuvia, musiikkia, musiikin opetusta ja musiikki-videoita. Palveluihin kirjaudutaan kirjastokortin numerolla ja pin-koodilla.

Viddla-elokuvapalvelu

Viddlassa kuukausittainen asiakaskohtainen lainamäärä on nostettu neljästä kuuteen 31.5. saakka.

Sanomalehdet

Helsingin Sanomien ja Maaseudun tulevaisuuden näköislehtiä voi lukea kirjaston eMagz-palvelussa 7.7. saakka.

Finna.fi

Finna.fi on hakupalvelu, josta löytyy aineistoja suomalaisista arkistoista, kirjastoista ja museoista. Hyödynnä palvelua esimerkiksi näin:

Finna Street näyttää vanhoja valokuvia ympäriltäsi sijainnin perusteella:

<https://finna.fi/street>

Kansallisen audiovisuaalisen instituutin elokuvat Elonet-palvelussa:

<https://kavi.finna.fi/>

Erilaiset virtuaalitapahtumat

Ohjelmassa on ääneen lukua, satutunteja, luentoja ja vinkkauksia virtuaalisesti ainakin Facebookissa ja YouTubeissa.

Asiakaspalvelu on avoinna joka arkipäivä Kirjasto palvelee poikkeusaikana asiakkaita yhä joka arkipäivä puhelimitse, sähköpostitse ja somessa. Asiakaspalvelu on auki ma-pe kello 9–15. Lisää tietoa kirjaston e-palveluista: www.tuusula.fi/kirjasto.

Tuusulan museot

Tuusulan museot palvelevat verkossa ja somessa. Kiinnostaisiko sinua vaikka jokin näistä.

Maailma sotkan munasta, Kalevala taiteessa ja kuvituksissa -verkkonäyttely

Erkkolan esillä olevasta Maailma sotkan munasta – Kalevala taiteessa ja kuvituksissa -näyttelystä on valmistunut verkkonäyttely, jossa esitellään kymmenen teosta taustatietoineen. Poikkeaa näyttelyssä: www.tarinasoitin.fi/erkkola.

Virtuaalinen Kulttuurikahvila

Virtuaalisessa Kulttuurikahvilassa torstaina 23.4. kello 17.30–19.30 aiheena ovat tapahtumien lupa-asiat. Asiantuntijoina ovat poliisin, pelastuslaitoksen ja ympäristökeskuksen edustajat. Lisätiedot ja osallistumislinkki:

www.tuusula.fi/kulttuurikahvila.

Dokumentoi poikkeusoloja

Tuusulan museo on kiinnostunut, miten korona-kevät vaikuttaa ihmisen arkeen. Jokainen tuusulalainen voi osallistua poikkeusolojen dokumentointiin Instagramissa tunnisteilla #tuusulanmuseo_nykydoku ja #tuusulannykydokumentointi. Jos olet kiinnostunut kuvaamista enemmän, liity museon vapaaehtoisten rinkiin. Kysy lisää: Elina Battarbee: elina.battarbee@tuusula.fi ja Jaana Koskenranta: jaana.koskenranta@tuusula.fi.

Virtuaali-Tuusula-verkkosivusto

Virtuaali-Tuusula-verkkosivustolla on laaja kattaus Tuusulan historiaa, nykypäivää ja tulevaisuutta. Sivustolla on yli 150 kuvitettua artikkelia tai kohde-esittelyä sekä videoita: www.virtuaalituusula.fi.

Markalla merkkareita -verkkosivusto

Markalla merkkareita -verkkosivusto tarjoaa tietoa, tarinoita, tehtäviä, valokuvia ja muuta 70-luvulle liittyvää: www.markallamerkkareita.fi.

Museot ja kulttuuri somessa

Muista seurata Tuusulan museoita somessa. Löydät kaikki Facebookista nimellä Tuusulan museo. Lisäksi Halosenniemiellä ja Erkkolalla ovat omat tilit Facebookissa ja Instagramissa. Tuusulan kulttuurin Facebook-sivulta saat vinkkejä striimatuista konserteista ja muista verkon kautta seurattavista esityksistä.

Toimintaa nuorille

Nuorisotalojen toiminta on siirretty verkkoon. Tarjontaa on viikon jokaisena päivänä vähintään yhdellä nuorkalla.

Discord

Discord on selaimen ja puhelimen kautta käytettävä sovellus, joka mahdollistaa yhteisen pelaamisen kavereiden ja nuorkan työntekijöiden kanssa sekä viestimisen ja chattaamisen. Tuusulan jokaisella alueellisella nuorkalla on oma verkko-osoite ja aukioloajat. Tarkista omasi: www.tuusula.fi/nuoret

Nuorkat somessa

Jokainen nuorisotalo palvelee nuoria ja heidän vanhempiaan Facebookissa ja Instagramissa. Nuorisotoimi löytyy myös Snapchatista. Kanavien kautta voi lähettää myös yksityisviestejä nuorkan työntekijöille.

Mukavaa lapsiperheille

4H-yhdistyksen etäkerhot

Tuusulan 4H-yhdistyksellä on kaksi etäkerhoa. Kerhot ovat avoimia kaikille. Tarkat ohjeet osallistumiseen löytyvät yhdistyksen verkkosivuilta.

Metsäsalapoliisi -kerhossa tutkitaan ja havainnoidaan keväistä luontoa metsässä ja ratkotaan tehtäviä. 4H kotona -kerhossa suoritetaan erilaisia tehtäviä useita kertoja viikossa. Yhdistys on mukana myös Ylen valtakunnallisessa Pelasta pörräinen -kampanjassa. Lue lisää:

tuusula.4h.fi/lapsille/kerhot/etakerhot

MLL:n nettimuskari

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on solminut sopimuksen Sointupuun kanssa nettimuskarin järjestämisestä. Palvelu on käytössä kesäkuun loppuun, ja se on maksuton yhdistyksen jäsenille ja toimintaan osallistuville lapsiperheille. Palvelu sisältää lyhyitä laululeikkivideoita eri-ikäisille lapsille.

Partio

Partio ideoi jäsenilleen poikkeusohjelmaa lippukunnista riippuen. Vinkkejä poikkeusajan toimittomiin päiviin saa Suomen Partiolaisten verkkosivuilta.



Pidä itsesi liikkeessä

Ulkoilu ja liikunta ovat tärkeitä hyvinvoinnin ja terveyden ylläpitämisen kannalta. Vaikka tutut urheilutilat ja uimahallit ovat suljettuina, niin omatoimiseen liikuntaan löytyy edelleen mahdollisuuksia.

Koronaepidemia sulki monet liikuntatilat

Monet liikuntaharrastukset ovat joutuneet koronaepidemian takia tauolle. Sisäliikuntatilat ovat Suomen hallituksen linjausten mukaisesti kiinni, kuten myös erikseen varattavissa olevat ulkoliikuntapaikat. Hallitus on myös rajannut julkisia kokoontumisia kymmeneen henkilöön ja suositellut välttämään tarpeetonta oleilua yleisillä paikoilla.

Kokeile uusia rutiineja myös liikkumisessa!

- Liikkuminen ja fyysinen tekeminen päivittäin ovat kuitenkin äärettömän tärkeitä yksilön fyysiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille. Nyt jaksamista tarvitaan jopa normaalioloja enemmän. Kannustamme etsimään uusia rutiineja ja tapoja aktivoitua, mikäli vanhat tutut harrastukset ovat nyt käytännössä mahdottomia, toteaa Tuusulan vapaa-aikapalveluiden päällikkö **Risto Kanerva**.

- Vapaasti käytössä olevia ja avoimia ulkoliikuntapaikkoja voi käyttää käyttä

kokoontumisrajoitusten mukaisesti ja harkiten. Vaikka yhdistyksien ja yhteisöjen käytössä olevat tilat ja harrastuspaikat ovat nyt poissa käytöstä, liikuntaa järjestävät tahot ovat ilahduttavasti keksineet uutta toimintaa omille kohderyhmilleen. Tuusulassa on noudatettu annettuja ohjeita hyvin.

Tuusulan tarjoaa monia mahdollisuuksia

Ennestäänkin suosittu luonto- ja virkistyspaikat ja ulkoilureitit ovat nyt jopa ruuhkautuneet. Näin on käynyt myös Tuusulassa, Kanerva kertoo.

Ulkona liikuttaessa on syytä välttää lähikontakteja ja säilyttää riittävä etäisyys kanssaihmiin kohdatessa. Esimerkiksi Suomen Latu on julkaissut vastuullisen ulkoilijan etiketin, jota on syytä noudattaa näin koronavirusepidemian jyllätessä.

Sopivat paikat ja tilat ulkoiluun ja liikuntaan voikin nyt löytää vaikka lähimetsästä, poluilta tai kotipihalta.

- Kokeilisin myös esimerkiksi Sikokallion ulkoilureittiä, jonka lähtöpaikka on Hyrylän urheilukeskuksessa. Talvisin upea latureitti on leveä ja kiertää Sikokallion huipun ja palaa takaisin urheilukeskuksen. Sulan maan aikana ”baana” sopii vaikka kick bikelle tai fillarille. Siellä ei ole yhtä suurta riskiä lähikontaktiin ja vastaantulevan voi kiertää kaukaa, Kanerva sanoo. ●

Suomen Ladun julkaisemaan vastuullisen ulkoilija etikettiin pääset tutustumaan osoitteessa www.suomenlatu.fi

Näillä vinkeillä ulkoilu on meille kaikille turvallista:

1. Nyt on aikaa ulkoilulle. Nauti ja virkisty, mutta seuraa aina viranomaisen antamia ohjeita ja määräyksiä.
2. Jos tunnet olosi vähänkään kipeäksi tai olet toipilas, jää kotiin.
3. Vältä sosiaalisia kontakteja. Ulkoile vain yksin tai oman perheesi kanssa.
4. Suosi tavallisia lähimetsiä ulkoiluun ja virkistäytymiseen. Pysy poissa suosituimmista kohteista – jätä hienoihin luontokohteisiin tutustuminen pandemian jälkeiseen aikaan.
5. Vältä ulkoliikuntapaikkoja, kuten ulkokuntosaleja, lasten leikkipuistoja ja laavuja.
6. Käytä hanskoja, jos joudut matkalla koskemaan telineisiin, ovenkahvoihin tai muihin pintoihin.
7. Niistä lenkilläkin vain nenäliinaan, älä räi ympäriinsä. Kanna mukana omaa roskapussia.
8. Ohita ja tervehdi polulla vastaan tuleva henkilö vähintään kahden metrin päästä.

Liikettä kotiin

Poikkeusoloissa on erittäin tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta. Arjessa tulee luonnollisesti vähemmän liikkumista, kun pysytellään kotona, harrastukset ovat tauolla ja liikuntapaikat kiinni. Liikkuminen on tärkeää niin mielen hyvinvoinnin, kehon kunnon kuin vastustuskyvyn kannalta.

Kunnon ylläpitäminen onnistuu myös kotioloissa. Jo lyhytkin jumppa virkistää, laittaa veren kiertämään ja tekee hyvää koko keholle. Lihaskuntoa saa ylläpidettyä tekemällä esimerkiksi kolmea tuttua perusliikettä: kyykky, punnerrus (seinää vasten tai lattialla) ja vatsalihasrutistukset. Liikkeet toimivat pelkällä oman kehon painolla ja lisäämällä toistoja saa lisää haastetta. Mikäli kaipaa lisäpainoja, kotoa löytyviä pulloja voi hyödyntää jumbassa.

Pullojumppa

- Tee jokaista liikettä 10–20 toistoa/liike ja toista liikkeitä 2–4 kierrosta oman kunnon mukaan.
- Välineet: 2 x 0,5 l muovipulloa, 1 x 1,5 l tai 5 l muovipullo ja reppu. Täytä muovipullot vedellä.
- Kaikki liikkeet voi tehdä myös ilman lisäpainoja.
- Pullojumppa löytyy myös videona Tuusulan uimahallin Facebook -sivuilta: www.facebook.com/TuusulanUimahalli/videos/144651566883563/

LISÄÄ VINKKEJÄ KOTONA LIIKKUMISEEN

Tuusulan Uimahallin Facebook -sivuilla julkaistaan joka päivä uusi liikuntavinkki/jumppa videon muodossa.

www.tuusula.fi/kotitreeneit sivulle on listattu vinkkejä netistä löytyviin maksuttomiin kotitreeneihin eri ikä- ja kohderyhmille.

Valikoimaa on tarjolla laajasti, mm. online-tanssitunteja ja jumppia, perheliikuntaa, tuolijumppaa, joogaa, lyhyitä taukojumppia...

Poikkeusolojen aikana Tuusulan kunnan asukkaille liikkumis- ja elintapaneuvontaa puhelimitse: ma-to kello 13–15, 040 314 2223 tai sähköpostitse: mari.hietapakka@tuusula.fi



Ota yhteyttä kunnan keskitettyyn asiakaspalveluun TuusInfoon, jos haluat kotiisi kattavamman paketin jumppaohjeita.

Ohjeet sopivat esimerkiksi ikäihmisille.

1. Kulmasoutu

Aloitusasento: Toinen jalka edessä koukussa, toinen takana suorana. Edessä olevan jalan puoleinen käsi nojaa etumaiseen jalkaan. Ota toiseen käteen paino ja anna käden roikkua vapaana.

Liike: Vedä käsi alhaalta ylös kyynänpää edellä ja laske hitaasti jarruttaen alas. Vaihda puolta.

Vaikutus: Liike kohdistuu yläselän lihaksiin, takaolkapäihin sekä hauislihakseen.

2. Vipunosto sivuilta ylös pään yläpuolelle

Aloitusasento: Ota käsiin painot, kädet roikkuvat vapaasti vartalon vieressä.

Liike: Nosta kädet sivuille vaakatasoon rystyset ylöspäin. Käännä sitten rystyset alaspäin ja jatka käsien nostoa pään yläpuolelle, siten että kämmenet kohtaavat ylhäällä.

Vaikutus: liike vahvistaa laajasti olkapään lihaksia

3. Maastaveto yhdellä jalalla

Aloitusasento: Tässä liikkeessä voit käyttää reppua, jossa on sisällä useampi vedellä täytetty pullo. Pidä reppu molemmissa käsissä ja aloita pystyasennosta, jalat kapeassa haarasennossa.

Liike: lähde nojaamaan eteenpäin selkä suorana ja samalla nosta toista jalkaa suorana taakse. Maassa oleva jalka saa koukistua hieman. Palaa hitaasti aloitusasentoon.

Vaikutus: Liike harjoittaa tasapainoa, jalan lihaksia kokonaisuudessaan sekä keskivartalon lihaksia.

4. Vatsarutistus ja työntö

Aloitusasento: Jalat koukussa, paino rinnan päällä.

Liike: Nouse ylös istumaan ja ojenna samalla juomapullon suorille käsille pään yläpuolelle.

Vaikutus: Liike harjoittaa suoraa vatsalihaksia, rintalihasta sekä olkapäitä.

5. Lantionnosto

Aloitusasento: Selinmakuulla, jalat koukussa ja lantio alhaalla. Aseta paino lantion päälle ja pidä siitä käsillä kiinni.

Liike: Nosta lantio ylös puristaen pakaroilla ja laske hitaasti takaisin alas. Toista liike.

Vaikutus: Liike harjoittaa pakaralihaksia ja takareisiä, myös vatsalihakset aktivoituvat.

Tuusula tukee yrittäjiään

Tuusulan yritysasiainmies Toni Popovic näkee koronakriisissä myös mahdollisuuksia

Tuusulan alueella on lähes kolmetuhatta yritystä. Ne tuottavat muun muassa elintarvikkeita ja monenlaisia palveluita sekä alueen asukkaille että Tuusulassa vieraille kotimaisille ja ulkomaalaisille matkailijoille.

Koronapandemia vaikuttaa alueen yritysten toimintaan – toisiin välittömästi, toisiin myöhemmin esimerkiksi alihankkijoiden tuotantovaikeuksien vuoksi. Tuusulan yritysasiainmies **Toni Popovic** arvioi, että yrittäjiä koettelevan kriisin vaikutukset kuntalaisten hyvinvointiin ja mielen-terveyteen sekä kunnan taluspohjaan tulevat olemaan pitkäkestoisia.

Tuusulassa työskennelläänkin nyt kii-vaasti alueen yritysten ja työpaikkojen pelastamiseksi. Kunta tukee yrittäjiään tarjoamalla helpotuksia omistamiensa tilojen vuokranmaksuun. Helpotuksia voi saada, jos koronaepidemia vaikuttaa liiketoimintaan tai vuokratun tilan käyttöön. Kunta myös myöntää työ- ja elinkeinoministeriön harkinnanvaraisia toimintatukia yksinyrittäjille – tietoa hakumenettelystä löytyy heti haun avauduttua kunnan verkkosivuilta kohdasta ”elinkeinot ja yrittäminen”.

Lisäksi Keski-Uudenmaan Kehittämiskeskus Oy eli Keuke on avannut alueen yrittäjille päivystävän kriisineuvontapuhelimen.

Yritysasiainmies Toni Popovic kannustaa alueen yrittäjiä hyödyntämään nyt kaiken saatavilla olevan avun.

Luovuutta luovuttamisen sijaan

Kaikki yritykset eivät suinkaan ole häviäjiä koronakriisissä. Yritysasiainmies Toni Popovic arvioi, että ainakin digitaalisia palveluita tarjoavat yritykset voivat pärjätä tässä kriisissä. Hän rohkaisee alueen yrittäjiä miettimään, mitä asioita voisi alkaa tehdä uudella tavalla, mahdollisesti digitaalisemmin. – Ihmiset ovat kyllä valmiita muuttamaan toimintatapojaan, Popovic kannustaa.

Kriisin hetkellä luovia ratkaisuja on nähty muuallakin kuin digiympäristössä, kun yritykset ympäri Suomen ovat keksineet keinoja vastata muuttuneeseen kysyntään. Desinfiointiaineita pakataan olutpulloihin ja suksivoidetuubeihin, ja aiemmin ammattilaiskäyttöön tuotteita tehnyt yritys valmistaa nyt tuotteita kuluttaja-asiakkaille. Tuusulalainen konditoria- ja leipomoyrittäjä **Toni Rantala** keksi tarjota tuotteitaan K-Citymarket-kauppiaalle myytäväksi. Kauppias paitsi otti konditoriatuotteet myyntiin, myös tarjosi jakelukanavansa muiden alueen pienyrittäjien käyttöön.

Kriisissä piilee mahdollisuuksia tällaiseen uuteen liiketoimintaan ja uudenlaisiin yhteistyökuvioihin, jos vain pystyy irrottautumaan vanhoista ajattelumalleista ja toimintatavoista.



Yritysasiainmies Toni Popovic

– Nyt jos koskaan on tilaisuus tavoittaa kokonaan uusia asiakasryhmiä, Toni Popovic sanoo.

Kuntalaiset yrittäjiensä tukena

Erilaiset tukimuodot auttavat yrittäjiä selviytymään taloudellisesti, mutta myös kuntalaisilla on roolinsa yrittäjien apuna. Tuusulan kunnan #hamstraafiksusti-kampanja kannustaa kuntalaisia tarkastelemaan omia kulutusvalintojaan paikallisten yritysten näkökulmasta.

– Moni ei tiedä, mitä kaikkea omalla alueella tuotetaan. Nyt onkin hyvä hetki tutustua paikalliseen tarjontaan ja tukea alueen yrityksiä, Toni Popovic vinkkaa.

Kuka tahansa kuntalainen voi osoittaa tukensa esimerkiksi kirjoittamalla suosituksen yrityksen Facebook-sivulle tai suosittelemalla yrityksen tuotteita tai palveluita tuttavilleen. Taloudellisen tuen ohella yrityksissä otetaan nyt kiitollisina vastaan kaikenlainen kannustus.

– Yrittäjät ovat ihmisiä siinä missä me kaikki. Hekin ovat huolissaan tulevaisuudesta, Popovic sanoo. ●



2000 EURON TUKI TUUSULALAISILLE YKSINYRITTÄJILLE

Tuusulan kunta myöntää avustusta yksinyrittäjille. Kertakorvauksena myönnettävästä 2000 euron tuesta tehdään päätökset hakemusten perusteella. Tuen ehtona on, että yksinyrittäjän taloudellinen tilanne ja liikevaihto ovat heikentyneet koronavirusepidemian vuoksi, ja että yrittäjällä katsotaan olevan edellytykset kannattavaan liiketoimintaan.

Linkki sähköiseen hakulomakkeeseen löytyy Tuusulan kunnan verkkosivuilta.

Kekseliäs konditoriayrittäjä

Tuusulalainen pH7 tunnetaan moderneista konditoriatuotteistaan. Koronakriisissä luovuudesta on ollut hyötyä myös bisneksen uudistamisessa.

Koronavirus pysäytti matkailualan. Voisi kuvitella, että lentoyhtiöille, juniin ja hotelleihin tuotteitaan toimittavassa leipomo- ja konditoriayrityksessä nuoltaiisiin lamaantuneina näppejä. Tuusulalaisen pH7-yrityksen yrittäjä, kondiittorimestari **Toni Rantala** kuitenkin vaikuttaa saavan voimaa tiukoista tilanteista. Koska yritysasiakkaiden toiminta seisoo, pH7 on alkanut myydä tuotteitaan kuluttaja-asiakkaille.

– Tarjosin leipiämme Klaukkalan K-Citymarketin kauppiaille, ja nyt niitä saa jo kymmenestä kaupasta. Koko Kesko toivoo tuotteitamme valikoimaansa.

Koronakevään alku oli vaikea, eikä pH7:ssäkään välttytty lomautuksilta. Irtisanomisten suhteen tilanne näyttää nyt toiveikkaalta.

Kun koronakriisi on ohi, vanhat yritysasiakkaat tarvitsevat jälleen tuotteita omille asiakkailleen. Seuraavaksi Rantalan olisikin keksittävä, millä resursseilla uudet kuluttaja-asiakkaat silloin palvellaan.

Tuusulassa on tilaa luovuudelle

Kondiittorimestari pursuaa ideoita ja ajatuksia paitsi uusien yhteistyökuvioiden myös tuotekehittelyn suhteen.

– Täysin uuden ja oikeasti yllättävän reseptin kehittäminen on haastavaa, mutta se on silti minulle se helpoin osuus yrittäjänä toimiessa.

Reseptiikan kehittäminen vaatii tilaa ajatella ja ideoida. – Tykkään tehdä sen vähän sivussa, vaikka lähimetsässä. En kaipaa silloin ihmisiä ympärilläni. Täällä Tuusulassa siihen on tilaa.

Rantala pitää Tuusulaa hyvänä paikkana yrittää myös siksi, että kunnassa on erinomaiset palvelut.

Pyyhkeen heittäminen kehään ei ole vaihtoehto

Toni ja **Pedra Rantala** perustivat yrityksen vuonna 2007. Nyt pH7 työllistää yli viisikymmentä henkeä ja sen liikevaihto on noin viisi miljoonaa euroa. Alkuvuodesta yritys sai vahvistukseksi toimitusjohtaja **Tony Hienosen**.

– Oli paras ratkaisu pitkään aikaan nimittää yritykseen toimi-

tusjohtaja, Rantala sanoo muistellessaan yrityksensä liian vauhdikkaita alkuaikojia. – Nyt tiedän, missä rajani kulkevat, enkä enää ylitä niitä. Koronakriisissä toimitusjohtajan kokemus on kultaakin kalliimpaa.

Rantala nauttii silti edelleen siitä, että saa työskennellä paineen alla. Seuraavaksi hän kirjaa koronakriisin opit ylös, sillä se auttaa varautumaan seuraaviin kriiseihin.

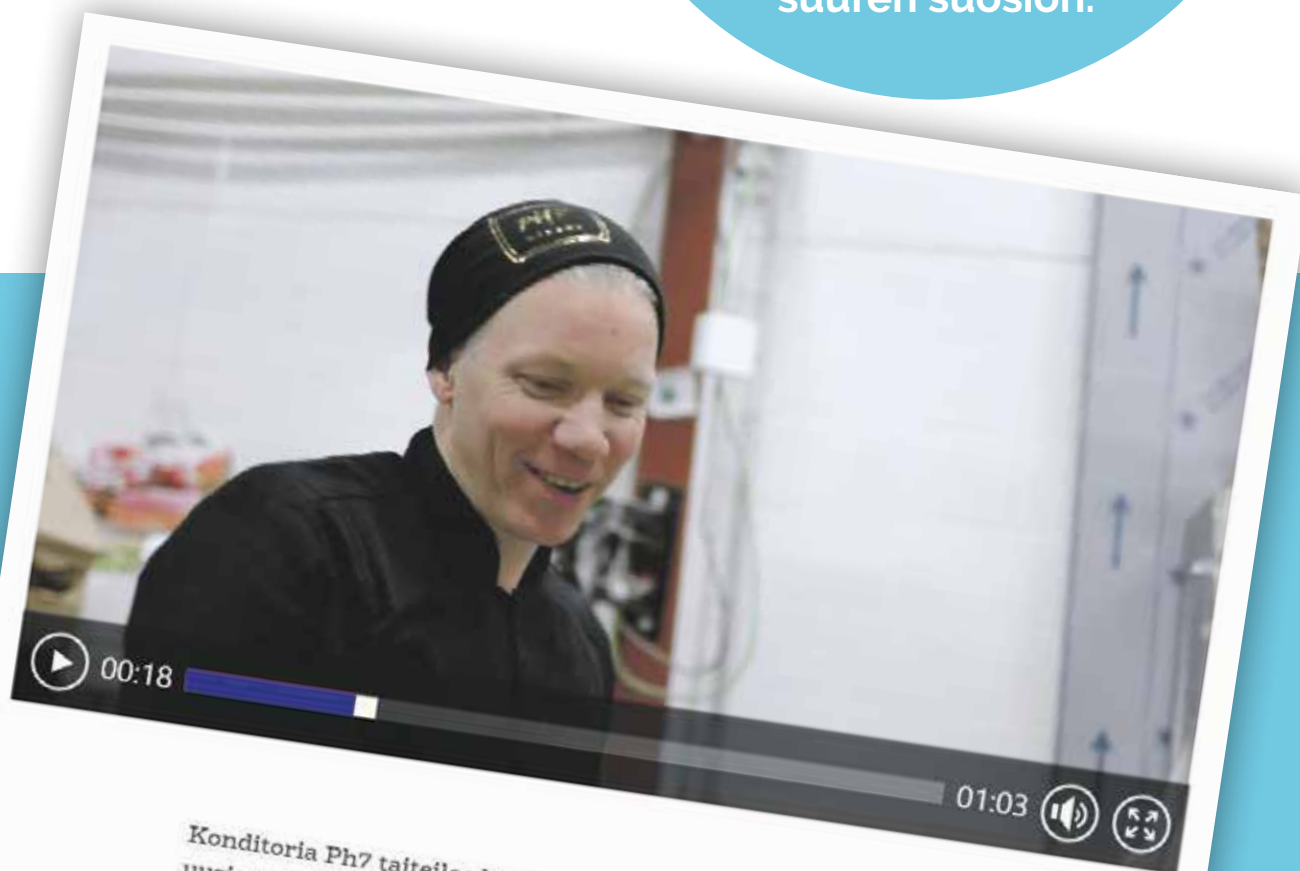
Siitäkin voi päätellä, että yrittäminen jatkuu. ●

pH7:llä on
tehtaanmyymälä, kahvila
ja lounasravintola
Tuusulassa osoitteessa
Haarakaari 45.

Paikalta saa myös
take away - eli
noutolounasta,
joka on saavuttanut
suuren suosion.

ELÄMISEN TAIDETTA TUUSULASSA -VIDEOSARJA

Tuusulan kunta tuottaa Elämisen taidetta -videoita, joissa se esittelee tuusulalaisia tekijöitä eri aloilta. Videot ovat kuntalaisten nähtävillä vielä keväällä 2020.



Konditoria Ph7 taiteilee herkkuja Tuusulassa. Inspiraatiota ja uusia trendejä haetaan Tuusulan kallioilta sekä maailmalta.

Koulujen digiloikka koskettaa meitä kaikkia

Keskiviikko 18. maaliskuuta vuonna 2020 tulee jäämään historian kirjoihin päivänä, jolloin koulujen arki muuttui hetkellisesti koronaviruksen aiheuttaman poikkeustilanteen vuoksi. Tuona päivänä enemmistö tuusulalaisista oppilaista, opiskelijoista ja opettajista astui elämänsä suurimman digiloikan äärelle lähiopetuksen keskeytyessä ja koulunkäynnin siirtyessä etäopetuksesi ja -opiskeluksi. Kouluilla on edelleen, poikkeustilanteesta huolimatta, tarjolla lähiopetusta osalle oppilaista hallituksen linjausten mukaisesti. Muutos on kaikille suuri ja vaikuttaa niin perheisiin kuin heidän läheisiinsäkin.

– Vaikka tilanne on haastava ja uusi meille kaikille, tulemme selviämään siitä yhdessä ja yhteistyötä tekemällä, kannustaa sivistysjohtaja **Virpi Lehmusvaara**.

Tuusulan etäopetus rakentuu yhteistyöllä

Tuusulassa on harjoiteltu sähköisten opetusmenetelmien käyttöä jo useamman vuoden ajan, mutta poikkeavalaatuinen kertaheitettyminen digimaailmaan on vaatinut kaikilta yhteiseen hiileen puhaltamista. – Tuusulassa helpotuksen aiheita tässä tilanteessa on ollut koko henkilökunnan asenne ja into oppia uutta, kertoo opeuspäällikkö **Markus Torvinen**.

Etäyhteyksiä hallitsevat opettajat ja ohjaajat ovat kouluttaneet omilla kouluillaan muita niiden käyttöön ja kahden ensimmäisen etäopetusviikon aikana myös oppilaille ja huoltajille järjestettiin päivittäisiä koulutuksia. Erityisopettajat ovat toimineet opettajien tukena laatimalla etäopiskeluun soveltuvia tehtäviä ja ohjeita, osan huolehtiessa entiseen tapaan oman ryhmänsä opetuksesta. Koulunkäynnin ohjaajat puolestaan päivystävät etätuki-tehtävissä auttaen oppilaita koulupäivien aikana tehtävien tekemisessä ja teknisissä pulmatilanteissa. Oppilashuollon henkilöstö, psykologit, kuraattorit ja terveydenhoitajat, ovat kaikkien oppilaiden saavutettavissa tarpeen mukaan.

– Koulujen entuudestaan tekemä tiimityö on osoittautunut suureksi vahvuudeksi poikkeusoloissa toimimisessa, toteaa Torvinen.

Yhteyksiä oppilaisiin on rakennettu monin eri tavoin kuten Wilma-viestein ja -merkinnöin, Google Classroom -alustalle tallennetuilla tehtävillä ja Meet/Hangouts-videoyhteyksin sekä soittamalla perinteisesti puhelimitse.

Etäopetusta kehitetään palautteiden pohjalta

Toisen etäopetusviikon lopuksi Tuusulassa kerättiin palautetta jokaisen koulun oppilaalta ja heidän huoltajiltaan.

Palautteiden perusteella suurin osa oppilaista kokee opettajansa olleen heihin sopivasti yhteydessä, ja tehtävien määrän ja ohjeiden löytymisen tuntuneen alun epätietoisuuden jälkeen jo selkeämmältä. Osa oppilaista kuitenkin kaipaa opettajaltaan



enemmän henkilökohtaista apua. Videoyhteyden kautta saatu kontakti onkin useimpien oppilaiden mielestä ollut paras tapa oppia asioita ja saada tukea.

Pääosa huoltajista on kyselyn perusteella tyytyväisiä oppilaiden saamiin ohjeisiin ja työmäärään. Myös monet huoltajat toivovat lapsilleen opettajien kasvokkaista opetusta videoyhteyden välityksellä. Koulujen henkilökunnan tekemä yhteistyö on huomattu myös kodeissa, ja opettajien ja ohjaajien antama tuki on koettu tärkeäksi.

Laitteiden ja ohjelmistojen käytön oppiminen on vienyt alussa aikaa, mutta niihin panostaminen alkaa näkyä nyt jo rutiinina. Toistuvat tavat, kuten lukujärjestyksen noudattaminen, luovat päiväjärjestykseen ryhtiä. Kaikki osapuolet, oppilaat, opettajat ja huoltajat, ovat huomanneet näinä viikkoina, kuinka tärkeää on poikkeusoloissakin saada tuntea kuuluvansa koulu-yhteisöön. Hetket, jotka tarjoavat mahdol-

lisuuden jutteluun tai yhdessä tekemiseen etäyhteyksien kautta, ovat arvokkaita.

Tue lasta ja nuorta uudessa tilanteessa

Tuusulassa kiinnitetään huomiota myös lasten ja nuorten tunnetaitojen tukemiseen tässä poikkeavassa tilanteessa. Perheissä on jouduttu muuttamaan nopeasti totuttuja toimintamalleja, jonka vuoksi lapset ja nuoret voivat reagoida hyvinkin yllättävillä tavoilla. Aikuisilta odotetaankin nyt pysähtymistä, kuuntelemista ja mahdollisen ei-toivotun käyttäytymisen taakse näkemistä sekä turvan merkkien antamista katseen, kosketuksen ja äänensävyyn välityksellä. Aikuisetkin ovat tässä tilanteessa tiukoilla, joten on tärkeää ensin pitää huolta itsestään, jotta voi tarjota turvaa lapselle ja nuorelle. ●

Vinkkejä aikuisille lasten ja nuorten tunnetaitojen tukemiseen kotona:

"Mikään ei tartu tehokkaammin kuin peitelty tunne." Pyri hyväksymään ja nimeämään epämiellyttävätkin tunteet ja ajatukset. Ne eivät määritä sinua. Tee näkyväksi myös se mikä teillä sujuu hyvin.

"Valitse taistelusi." Muuttuneessa ja epävarmassa tilanteessa tyydyttymättömiä tarpeita voi olla päällekkäin niin paljon, että kokonaisuus alkaa ahdistaa. Pysähdy listaamaan ne asiat, jotka ovat sinulle tässä hetkessä kaikkein oleellisimmat. Keskity siihen, mitä voit tehdä niiden lisäämiseksi.

"Aseta happinaamari ensin itsellesi." Lasten aivot vasta kehittyvät, eivätkä ole täysin valmiit tunnesäätelyyn. Siksi aikuisen rooli kanssasäätelijänä on merkittävä. Jos lapsi on voimakkaassa tunnetilassa, tulisi aikuisen olla mahdollisimman rauhallinen ja luottavainen. Pysähdy, hengitä, toimi. Pura oma pahaolo ja turhautuminen toisessa hetkessä.

"Vietä välitunti vierekkäin." Mitä pienemmästä lapsesta tai voimakkaammasta tunnereaktiosta on kyse, sitä vähemmän sanoilla on merkitystä. Lapsi aistii turvan kosketuksesta, katseesta ja äänensävyistä. Pyri aikatauluttamaan välitunnin verran jakamatonta huomiota lapselle päivittäin. Lähekkäin oleminen ja kiireetön kuulumisten vaihto kantaa myös vaikeimpien tilanteiden käsittelyyn. Kosketus laskee aikuisenkin stressitasoa.

Vinkit antoi tutoropettaja Laura Aalto Pertun koululta.

Teksti: Hannamari Halinen, Pia Visti-Korhonen

Kuva: Kaapo Kamu

Varhaiskasvatuksen uudet toimintamallit

– etäaamupiirejä ja ulkoiluapua

Myös varhaiskasvatuksessa on otettu uusia digiloikan askeleita koronavirustilanteen vuoksi. Enemmistö varhaiskasvatuksessa olevista lapsista on nyt kotihoidossa ja leikkihetket kavereiden kanssa eivät toteudu tuttuun tapaan hoitopäivien aikana. Lasten ikävää on helpotettu esimerkiksi hyödyntämällä etäyhteyksiä koulujen tapaan. Lapset ovat olleet ilahtuneita, kun he saavat yhteyden kavereihinsa vaikkapa etäaamupiirin muodossa. Varhaiskasvatuksesta on myös soitettu kotona oleviin perheisiin ja kyselty kuulumisia.

Etäyhteyksien hyödyntämisen lisäksi Tuusulassa on pilotoitu lasten ulkoiluapua muutamissa yksiköissä. Lapselle tuttu varhaiskasvatuksen kasvattaja hakee lapsen kotipihalta tunniksi ulos lähiympäristöön leikkimään. Mukana voi olla kerrallaan

vain 1-4 varhaiskasvatusikäistä lasta samasta perheestä ja huoltajan tulee olla puhelimitse tavoitettavissa koko ulkoilun ajan. Ulkoiluapu ei ole mahdollista, jos lap-

sella tai perheessä on hengitystieinfektion oireita. ●



Teksti: Paula Kylä-Harakka, Pia Visti-Korhonen

Kuva: Staart Oy

Klassikkotuunausta jatketaan tuumaustauon jälkeen

Nyt tuunataan klassikko! Miltä näyttää Luminen rinne lasten silmin? Pekka Halosen rakastettu Luminen rinne -teos on ihastuttanut ihmisiä jo 120 vuoden ajan. Nyt on kuitenkin aika tuunata klassikko uuteen uskoon nousevien luovien nerojen toimesta – annetaan siis ikoninen maisemataulu lasten käsiin, jotta he voivat maalata maisemaan jotain, mitä heidän mielestään siitä vielä puuttuu. – Näin Tuusula haastoi koululaiset helmikuussa 2020 tuunauksen äärelle. Nyt tuu-

naaminen on kuitenkin tauolla siihen asti, kunnes kouluissa palataan arkeen – vaikka se hetki koittaisi vasta kesäkukkien alkaessa lakastua syksyn väri-ilottelun tieltä.

Mikä on Klassikkotuunaamo?

Pekka Halosen työn uudelleenmaalaus kouluissa Tuusulan uusilla brändivesiväreillä sai nimekseen ”Klassikkotuunaamo”. Klassikkotuunaamon avulla Tuusula haluaa tuoda taidetta paitsi osaksi lasten ja

nuorten arkea niin lähelle nykypäivää. Tuusulalaiset lapset saavat kulttuuri-, taide- ja kulttuuriperintökasvatusta osana varhaiskasvatusta ja opetusta. Tavoitteena on taa-ta kaikille lapsille ja nuorille tasa-arvoinen mahdollisuus kokea monipuolisesti paikallista kulttuuria.

Kun tuunaustyöt pääsevät jälleen vauhtiin kouluilla ja mielikuvituksellisia töitä alkaa valmistua, kokoaa kunta koulujen valitsemista ja lähettämistä töistä näyttelyyn sekä verkkoon että myöhemmin ilmoitettavaan paikkaan. ●





**ASUNTOMESSUT
TUUSULASSA 2020**

Teksti: Anna Partanen

Uusi unelma

”Messutalo on ensimmäinen yhteinen kotimme.”

H arvalla talolla on tarina jo rakennusvaiheessa, mutta tässä talossa se on ikuistettu autotallin seinämaalaukseen kirjan aukeamana. Kuvassa perhe on uuden edessä Tuusulassa, jossa he aikovat nauttia tulevan asuinalueen ihmisistä, luonnosta ja harrastusmahdollisuuksista.

Pia Vesterbacka ja **Jukka Keski-Jaskari** ovat kokeneet elämässään kovia. Molemmat menettivät puolisonsa äkillisesti vain yhden päivän välein. Osanottopuhelusta alkoi pariskunnan yhteinen taival, jonka eräs huipentuma on yhteisen talonrakennusprojektin valmistuminen ensi kesän asuntomessualueelle.

– Olemme uuden edessä, ja paljon on myös uutta opeteltavaa, kun pääsemme muuttamaan taloomme. Olemme asuneet tähän asti kahdella eri paikkakunnalla Kerava-Jyväskylä akselilla, ja talo on ensimmäinen yhteinen kotimme, Pia kuvaa.

Jukan ja Pian lisäksi uuteen taloon muuttaa neljä poikaa ja kaksi koiraa. Kaikille on uudessa talossa hyvin tilaa, pojille myös omat huoneet. Asuinalue herättää kaikissa hyvää mieltä ja innostusta.

– Alue on meille osin tuttua, koska olemme liikkuneet paljon näissä maisemissa. Odotamme onnellista elämää, tulemme harrastamaan liikuntaa sekä tutustumaan Tuusulaan uudesta näkökulmasta, Pia kertoo.

Pariskunnalla on molemmilla vaativa työ. Pia työskentelee säteilyturvakeskuksessa ja Jukka on puolustusvoimissa lentäjänä. He arvostavat suuresti sitä, että pääsevät työn jälkeen rentoutumaan omaan taloon luonnon lähelle.

– Tämä uusi asuinalue on kyllä erinomainen. Tänne on rakennettu viihtyisiä puistoalueita, ja lähellä on hyvät liikunta-



Taidetta tulee muun muassa Pian ja Jukan autotalliin.

mahdollisuudet sekä ihana luonto. Voisiko parempaa asuinympäristöä olla, Jukka jatkaa.

Kokenut rakentaja arvostaa messujen tunnelmaa

Tulevalla messualueella mikään ei viittaa siihen, että elämme poikkeusoloja. Ulkotyöt ovat käynnissä monella tontilla ja talot sisutusvaiheessa. Pian ja Jukan talo nimeltään Uusi unelma Isonkärhunkiertotien varrella on viittä vaille valmiina.

– Seuraavaksi alamme tehdä terassia, ja edessä on talon maalaus, piharakennuksen tekeminen, pihakivetytys, pensaiden istutus ja aitojen maalaus, Pia listaa.

– Korona ei ole vaikuttanut meidän rakentamiseen

kyllä millään lailla. Sen sijaan alkuvuoden lakot pidensivät osan tuotteiden toimitusaikoja. Nyt toivomme, ettei korona vaikuta messujen järjestämiseen, ja ne saadaan vietyä läpi suunnitelmien mukaan, Jukka toteaa.

Jukalle messurakentaminen on tuttua. Hänen Jyväskylän talonsa oli messukohde, ja sen lisäksi mies on rakentanut kaksi muuta taloa ja yhden puolivalmiista valmiiksi.

– Olimme etsimässä tontin paikkaa, kun Tuusulan asuntomessut varmistuivat. Tiesimme heti, että haluamme talomme tänne, Pia sanoo.

– Messurakentamisessa arvostan selkeää aikataulua, ja sitä, että kaikki rakentavat yhtä aikaa. Kun muutamme, alueella ei ole koko ajan menossa rakennushankkeita, ja myös infra

**Tämä uusi
asuinalue
on kyllä
erinomainen.**



Pia Vesterbacka ja Jukka Keski-Jaskari perheineen odottavat ensimmäistä yhteistä kotijoulua uudessa talossaan. Sitä ennen he toivottavat kaikki messuvieraat tervetulleeksi kylään. – Messuilla näkee viimeisimpiä trendejä sisustamisesta, ja odotamme itsekkin innolla, mitä kaikkea naapurit ovat keksineet. Toivotaan, että messut saadaan järjestettyä suunnitelmien mukaan ja juhluvuoden asuntomessuista saadaan jälleen kerran ikimuistoiset!

on valmis ja korkeatasoinen. Rakentajien kesken on syntynyt myös hienoa yhteisöllisyyttä. Olemme oppineet tuntemaan naapureita, jakaneet kokemuksia ja tsempanneet toinen toisiamme, Jukka jatkaa.

Jukkatalo on ollut pariskunnan mielestä hyvin joustava ja yhteistyökykyinen. Kaikki toivotut erikoisratkaisut on saatu mukaan suunnitelmiin.

– Kyllä tässä pätee se vanha sanonta, että ”hyvin suunniteltu on puoliksi tehty”. Talo pitää olla suunniteltu alusta loppuun valmiiksi, ennen kuin tekee sopimuksia talotehtaan kanssa. Näin sopimukseen osaa sisällyttää kaiken tarpeellisen teknisiä yksityiskohtia myöten, Jukka painottaa.

Arvot taiteessa, älyä arjessa

Tuleva asuntomessualue on osa Tuusulan Rykmentinpuiston laajaa uudisasutushanketta, joka on alusta asti suunniteltu ympäristöystävälliseksi ja energiatehokkaaksi. Kaikissa 41 messukohteessa toteutuu energiatehokkuuden ja vähähiilisuuden elinkaarilaskenta, jonka löydöksistä hyötyvät rakentajien lisäksi messuvieraat ja suuri yleisö.

– Asuntomessujen teemoista valitsimme omaan taloomme taiteen lisäksi älylaitteet ja energiatehokkuuden, joka näkyy meilläkin muun muassa lämmitysratkaisuissa, säädettävissä led-lampuissa ja Mielin energiatehokkaissa kodinkoneissa, Pia kertoo.

– Valitsimme lämmitykseen vesi-ilmalämpöpumpun, ja sen lisäksi talossa on ilmalämpöpumput, joilla voidaan lämmittää ja myös viilentää sisäilmaa. Ikkunoissamme on auringonsuojakalvot, jotka osaltaan vähentää auringon lämpökuormaa, Jukka jatkaa.

Talon laitteista, ovista ja lampuista valtaosa on sellaisia, että niitä voidaan hallita kännykän avulla. Ilmanvaihtolaitteiden tehokkuus säätyy automaattisesti kosteuden mukaan.

– Meille oli tärkeää suosia yksinkertaisia älyratkaisuja. Laitteita on helppo käyttää kännykällä, ja osaa voidaan myös etähallinta. Toisaalta kerran säädettynä niihin ei tarvitse välttämättä enää koskea, Pia toteaa.

Kaiken rakentamisen ja touhun keskeinä Pian ja Jukan puheissa nousee useasti esille heidän arvomaailmansa ja elämän tarinat. Taiteilija Iikka Hackman on loihtinut ne myös osaksi uuden talon sisustusta.

– Meille on tärkeää, että kaikki, mitä täällä talossa on, kertoo meistä ja meidän valinnoistamme. Iikka on maalannut autotalliimme tarinamme, ja olohuoneen taulussa kuvastuu parisuhteemme neljä tärkeää arvoa: avoimuus, arvostus, luottamus ja positiivisuus.

– Tulla lujaksi, pysyä pehmeänä, siinä on meille ohjetta loppuelämäksi, Jukka lisää. ●

Kuva: Kari Kohvakka



MAAILMAN ENSIMMÄINEN HIILINEUTRAALI ASUINALUE RAKENNETAAN TUUSULAAN

Rykmentinpuiston uudisasutushankkeessa on alusta asti panostettu ympäristöystävällisiin ja energiatehokkaisiin ratkaisuihin. Yksi käytännön esimerkki tästä on My Town! -hanke, jonka puitteissa kesän asuntomessualueen välittömään läheisyyteen on tarkoitus rakentaa kaksi korttelia hiilineutraaleja koteja hirrestä jopa 200 perheelle.

– Hankkeessa suunnitellaan ja pilotoidaan tämän vuoden aikana toimintakonsepti hiilineutraalin asuinalueen rakentamiseksi. Hankkeen aikana etsitään ja haetaan myös hirsitaloteollisuuden kumppaneiksi uusia partnereita, osajia ja tekniikkaa, joilla tavoitteeseen päästään, toteaa projektin johtaja, Hirsitaloteollisuus ry:n toimitusjohtaja **Seppo Romppainen**.

Tuusula valikoitui hankkeen toteutuspaikaksi kahdeksan paikkakunnan joukosta. Valintaan vaikutti kunnan sijainti suurten kasvukeskusten läheisyydessä, ja tarkoitukseen osoitetun alueen kaavan väljyys. Se mahdollistaa kortteleissa monipuolisen rakentamisen pientaloista pienkerrostaloihin.

– Hankkeen avulla haluamme myös osoittaa, että hiilineutraali rakentaminen ja yhteisöllinen elämäntapa ovat mahdollisia kaupungeissa, ja että moderni hirsiarkkitehtuuri soveltuu kokonaisen asuinalueen rakentamiseen myös kaupunkiympäristössä, Romppainen jatkaa.

Valmistuttuaan kokonaisuudessaan Rykmentinpuisto muodostaa noin 15 000 asukkaan asuinalueen, josta ensi kesän asuntomessualue on osa. Myös messualueelle tulee puurunkoisia taloja, hirsitaloja sekä lisäksi kivitaloja, yksi- että kaksikerroksisia ratkaisuja. Messualue käsittää kaikkiaan 27 pientaloa, kaksi kerrostaloa, kaksi townhousea, rivitalon ja lasten ja ikäihmisten hoivaa sekä asumista yhdistävän hoivakorttelin.

Hirsitaloteollisuus ry on alan yritysten yhteistyöjärjestö, jonka jäsenet valmistavat yli 80 prosenttia kaikista Suomessa tehtävistä hirsirakennuksista. www.hirsikoti.fi.

Teksti: Minna Luoma

Rykmentinpuiston työpaikka-alue tuo Hyrylään kaivattuja yritystontteja

Yritystonteista on Tuusulassa huutava pula. Kunnassa on vireillä useita työpaikka-alueiden kaavahankkeita, joista ensimmäisenä valmistuu Rykmentinportti.

Eteläinen osa Tuusulaa on yritysten suosiossa. Yritystonteille on kysyntää enemmän kuin on tarjontaa. Vetovoimaiseksi Hyrylän ympäristön tekee sen sijainti pääkaupungin kainalossa ja kehäteiden tuntumassa.

Tuusulassa on parhaillaan vireillä useita yritystonttien määrän kasvattamiseen liittyviä hankkeita. Vantaan rajapintaan asettuvien Focus- ja Kehä IV -hankkeiden lisäksi käynnissä ovat Sulan ja Rykmentinpuiston työpaikka-alueiden kaavatyöt.

Alueista ensimmäisenä valmistuu Rykmentinportti.

– Jos kaikki etenee aikataulussaan, ensimmäiset yritystontit ovat luovutettavissa vuonna 2022, kertoo Tuusulan kaavasuunnittelija **Lauri Kopposela**.

Asuminen erotetaan omaksi kokonaisuudekseen

Rykmentinpuiston työpaikka-alue sijoittuu tulevan asuinrakentamisen läheisyyteen. Alue on pinta-alaltaan laaja, ja asuminen ja työpaikat on tarkoitus sijoittaa omiksi selkeiksi kokonaisuuksikseen.

– Suunnittelutyössä hyödynnetään olemassa olevan maaston muotoja, metsää ja moreenikumpareita. Lisäksi toimintojen väliin jätetään selkeä vihervyöhyke, joka erottaa asuin- ja työpaikka-alueet toisistaan.

Sikokallio säilyy koskemattomana, ulkoilualueena.

Työpaikka-alueen puoli on myös lentomelualueeksi laskettavaa seutua, jolle asuinrakentaminen ei ole mahdollista.

Työtiloja jopa parille tuhannelle työntekijälle

Rykmentinpuiston työpaikka-alue painottuu valmistuessaan teollisuuteen ja varastointiin. Työntekijöitä alueella työskentelee arviolta tuhannesta vajaaseen pariin tuhanteen.

Rykmentinpuiston asuinalueen puolella kaavassa on varaus pienimuotoiselle kaupan palveluille.

– Käytännössä se tarkoittaa pientä kauppaa ja muuta pientä palvelutoimintaa kuten esimerkiksi Riihikalliolla.

Valtaosa Tuusulan eteläisen osan kaupallisista palveluista keskitetään jatkosakin Hyrylään ja Sulan alueelle. Sulan alueelle sijoittuu kaupallisia palveluita, joita ei voi keskusta-alueille sijoittaa. ●



TUUSULA RAKENTAA -JULKAISU ON ILMESTYNYT!

Tuusula rakentaa -julkaisu, eli Tuusulan kunnan kaavoituskatsaus on juuri valmistunut. Se toimitetaan tuusulalaisiin kotitalouksiin samassa jakelussa tämän asukaslehden kanssa. Julkaisu sisältää vireillä olevien kaavahankekatsauksen lisäksi katsauksen myös Tuusulan kunnan infra- ja talonrakennustuotantoon. Yksityiskohtaisemmin kaava- ja rakennushankkeista kerrotaan kunnan nettisivuilla.

Mikäli et jostain syystä saanut kaavoituskatsausta, ota yhteyttä kunnan asiakaspalvelu TuusInfoon:

Tuusulan pääkirjaston rakennus
(Autoasemankatu 2, 04300 Tuusula)
tuusinfo@tuusula.fi, 09 8718 3070.

Tekstit: Matti Välimäki

Kuva: Jari Kuusrainen

Tuusulassa tehdään ideoista totta

Jokelaan tuleva maastopyöräilypolku on yksi 37 hankkeesta, jotka toteutetaan kuntalaisten ideoiden pohjalta.

Maastopyöräilijä kipuaa ylös kivistä rinnettä. Aurinko paistaa, linnut laulavat, peura seuraa suoritusta uteliaana hieman sivummalta. Työasiat ja arjen murheet ovat jossakin hyvin kaukana.

Noin maastopyöräilyn jujua kuvailee alan harrastaja **Riku Saarnio**. Hän iloitsee, että pian tällaisia hetkiä voi tavoitella myös Jokelaan rakennettavalla maastopyöräilypolulla.

Kyse on harrastajien ideoimasta osallistuvan budjetoinnin hankkeesta. Saarnio on osallistunut sen käytännön suunnitteluun.

– Maastopyöräilyn suosio on kasvanut koko ajan. Ideana on nyt tehdä matalan kynnyksen kohde, josta harrastus on helppo aloittaa.

– Lisäksi polku palvelee myös polkujuoksijoita ja ylipäätään kaikkia retkeilijöitä.

Luontoa kunnioittaen

Liikuntapaikkojen hoitaja **Jari Kuusrainen** kertoo, että noin kymmenen kilometrin pi-

tuisella reitillä hyödynnetään ja yhdistellään olemassa olevia polkuja. Kunta merkitsee reitin, rakentaa kosteimpiin paikkoihin pitkospuita ja tekee myös pienet sillat parin ojan yli.

– Maastopyöräilijöiden ja polkujuoksijoiden kanssa on ollut kiva tehdä yhteistyötä. He esimerkiksi haluavat, kuten mekin, että reitille ei rakenneta mitään ylimääräistä, kaikki tapahtuu luontoa kunnioittaen, hän kertoo.

Hankkeen kokonaisbudjetti on 4000 euroa.

Hyvää liikuntaa myös poikkeusoloissa

Polun lopulliset reititykset ovat vielä osittain auki. Tavoitteena kuitenkin on, että kohde aukeaisi viimeistään loppukesänä.

– Toivottavasti korona-aika on silloin jo ohi. Mutta maastopyöräilyä voi harrastaa hyvin myös poikkeusoloissa. Lenkille voi lähteä yksin tai kaverin kanssa, kun pitää huolta turvaväleistä, Riku Saarnio huomauttaa. ●



Riku Saarnio



SELVÄSTI SELKOKIELELLÄ

Tämä osuus on kirjoitettu selkokielellä. Selkokieli sopii esimerkiksi erityisryhmille, joiden on vaikea lukea ja ymmärtää yleiskieltä.

Uusia hankkeita etsitään

Nyt kannattaa ideoita. Uudessa kokeilussa hankkeet voivat saada rahaa yksityisiltä ihmisiltä, yrityksiltä ja kunnalta.

Tiedätkö, miten voisit auttaa yksinäisiä löytämään kavereita?

Tahtoisitko järjestää kaikille yhteisen tapahtuman? Netissä tai normaalisti kun korona-aika on ohi?

Tai haluaisitko perustaa kasvimaan, jota asukkaat voisivat hoitaa yhdessä?

Tuusulassa haetaan nyt esimerkiksi tällaisia ideoita. Haemme erityisesti sellaisia hankkeita, jotka kuntalaiset toteuttavat itse.

Hankkeiden toteuttamiseen voi saada rahaa uuden kokeilun avulla.

Uudenlainen tapa kerätä rahoitusta

Uudessa kokeilussa hanke voi saada rahaa yksityisiltä ihmisiltä, yrityksiltä ja kaupungilta.

Hankkeelle voivat antaa rahaa kaikki, jotka siitä pitävät. Hanketta voi auttaa myös osallistumalla sen valmisteluun.

Tuusulan kunta osallistuu valitsemiensa ideoiden rahoitukseen 30 prosentin osuudella. Jos hanke saa verkkopalvelussa riittävästi tykkäyksiä, kunnan osuus voi nousta 40 prosenttiin.

Hankkeita voivat ideoida kaikki tuusulalaiset

Mieti aluksi, minkälaisen hankkeen ideastasi voisi kehittää. Julkaise se sitten verkkopalvelussa osoitteessa **mesenaatti.me**.

Ideat voivat olla aivan uusia. Ne voivat olla myös sellaisia, jotka eivät menestyneet osallistuvan budjetoinnin äänestyksessä.

Erytisryhmille erityistukea

Kunta auttaa erityisryhmiä kehittämään ideoitaan hankkeiksi. Kunta auttaa myös kampanjan järjestämisessä verkkopalvelussa.

Erytisryhmiin kuuluvat esimerkiksi henkilöt, jotka tarvitsevat apua arkielämässään.

Lisätiedot: www.tuusula.fi/hybridirahoitus

Kehittämispäällikkö Heidi Hagman
heidi.hagman@tuusula.fi, 040 314 3052
Yhteisömanageri Katja Repo
katja.repo@tuusula.fi, 040 314 3048

Tämä kokeilu on osa Sitran demokratiakokeiluja 2020. Se toteutetaan yhdessä Tampereen ja Mesenaatti.me:n kanssa.



Projektien suunnitteluun ja toteutukseen ovat kaikki tervetulleita.

Katso projektin yhteyshenkilö ja lisätiedot osallistu.tuusula.fi

Osallistuvan budjetoinnin äänestystulokset

Osallistuvassa budjetoinnissa tuusulalaiset päättävät siitä, miten kunnan varoja käytetään. Asukkailta saatiin lähes 700 erilaista ideaa, joista yhteiskehittämisen pajassa muodostettiin äänestettäviä ehdotuksia. Helmikuisessa äänestyksessä annettiin yhteensä 19 556 ääntä eri ehdotuksille. Toteutettavaksi tuli 37 eniten ääniä saanutta ehdotusta. 100 00 euron määräraha jaettiin näiden ehdotusten kesken. Vilkkaiten äänestettiin koko Tuusulaa koskevia ehdotuksia.

Toteuttavat ehdotukset 2020:

Koko Tuusula

- Nuorten harrastustoiminnan tukeminen
- Istutetaan lisää puita
- Nuorisotilojen pelivälineet kuntoon + pelitapahtuma
- Televisioita Tuusulan terveystieteiden keskuksen pitkäaikaisosastolle
- Ulkoiluystävällisiä ikäihmisille
- Lisätään kunnan metsien virkistyskäyttöä
- Lukumummit ja vaarit toiminnan lisääminen kouluissa
- Roska-astioita Tuusulaan
- Hedelmäpuita ja marjapensaita asukkaille
- Roskaton Tuusula -teemaviikko
- Kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnan asiakkaiden virkistysreitti
- Heijastimia kuntalaisille

Etelä Tuusulan kylät

- Kukkaloistoa Tuusulaan
- Lisää opasteita Ruotsinkylän metsäntutkimusmetsään
- Leväpuomit Rusutjärven metsäntutkimusmetsään
- Liikuntavälineitä Rusutjärven uimarannalle
- Myllykylän laavu

Hyrylä

- Häklin uimarannan kunnostus
- Puiston viihtyvyyden lisääminen
- Elonkorjuumarkkinat ja Farm dining -illallinen Hyrylässä
- Väriä Hyrylän torille
- Kuntoilulaitteet Koskenmäkeen
- Ravintolapäivä tapahtuma kolmesti vuodessa Hyrylän torilla

Jokela

- Välineitä Lepolan urheilukentälle
- Hedelmäpuita lisää Jokelaan!
- Uimahallikuljetukset Jokelasta uimahalliin
- Jokelan koirapuisto viihtyisämmäksi
- Puistojumppaa Jokelaan
- Maastopyöräilypolku Jokelaan
- Tuolijumppaa Ester Matildaan

Kellokoski

- Pelastusrengas ja uusi roska-astia Rivieralle
- Ruukin yleisilmeen kohentaminen
- Pukukoppi Kellokosken uimarannalle

Riihikallio

- Riihikallion koulun pihan ja lähialueen kehittäminen lasten toiveiden mukaisesti
- Linnunpönttöjä Pellavapuistoon
- Kausi-istutuksilla Riihikallio kukoistukseen
- Siivouspäivä Kotkanpuistossa, turha tavara kiertoon

Osallistuvan budjetoinnin vaiheet 2020

1

Ideahaku
1.10.–24.11.2019

2

Jatkojalostus
11.12.2019–16.1.2020

3

Äänestys
1.2.–23.2.2020

4

Äänestystulokset
25.2.2020

5

Toteutus
31.12.2020 mennessä

Jääkarnevaalien penkki Jokelaan

Helmikuussa järjestetyillä Jääkarnevaaleilla nähtiin jääveistosten lisäksi myös sään kestävämpää veistotaidetta. Jään ja puunveiston mongolialainen maailmanmestari **Lkhagva George** veisti puusta näyttävän Tuusula-penkin.

Veistäjällä oli teosta aloittaessaan lähtökohtana luonto ja vesi, työkaluinaan moottorisaha ja pari isoa pölliä. Näistä muotoutui mestarin käsissä penkki, jonka päitä koristavat pöllöt. Teos valmistui yhden päivän aikana - samalla Hyrylän torin Ankkalinna-jääveistoksen kanssa.

Penkin lopullinen sijoituspaikka löytyy veden ääreltä Jokelasta. Asukkaat pääsivät päättämään sijoituspaikasta 13.2. pidetyssä asukastilaisuudessa. Paikaksi valikoitui Apteekin lampi. Tuoreesta puusta veistettyä penkkiä on viime viikot kuivateltu sisätiloissa ja se toimitetaan lammelle kevään aikana.

Apteekin lampi on yksi Jokelan lampien kehittämissuunnitelmaan sisältyvistä keskustalammista. Lampien kehittämissuunnitelmaa on valmisteltu tänä vuonna yhteistyössä asukkaiden ja eri asiantuntijoiden kanssa. ●



Miten fiksaaisit ruukin viihtyvyyttä?

Asukkaat äänestivät Kellokosken ruukin alueen viihtyvyyden ja yleisilmeen parantamiseen 5 000 euron määrärahan tämän vuoden osallistuvassa budjetoinnissa. Nyt kysytään sinun ja muiden asukkaiden toiveita fiksoitavasta kohteesta alueella.

Historiallisesti ainutlaatuisessa miljöössä on nykyisin vilkasta yritys- ja harrastustoimintaa. Alue on myös kyläläisten suosima tapahtuma- ja ulkoilukohde. Pitkäperjantaina alueella ulkoilleet toivoivat muun muassa sisääntulon kohentamista, joen rantojen siivousta, joen äärellä olevan terrassin kunnostusta sekä lisää istuksia ja penkkejä.

- Äänestystulos ja kiinnostus ruukin alueeseen oli kiva yllätys, kommentoi valtaosan alueesta omistavan Kellokosken Tehtaat Oy:n toimitusjohtaja **Pepe Makkonen** äänestystulosta. Kellokoskelaisilta ja muilta vierailijoilta on tullut toiveita etenkin postia ja kahvilaa vastapäätä olevan penkereen maisemoinnista, Makkonen jatkaa.

Voit jättää oman ideasi fiksoitavasta kohteesta sähköisellä osallistumisalustalla osallistu.tuusula.fi kohdassa Toteutettavat projektit (Kellokoski/Ruukin yleisilmeen kehittäminen) tai lähettämällä sähköpostia osoitteeseen osallisuus@tuusula.fi. Voit myös soittaa yhteisömanageri **Katja Revolle**, 040 314 3048. Asukkaiden ideoita kohteesta kerätään 15. toukokuuta asti.

- Penkereen maisemointi ja istupaikkojen lisääminen etenkin patovallille kuulostavat hyvältä, kommentoi annettuja ideoita Me Kellokoskelaisien ry:n **puheenjohtaja Anne Vähätalo**. Alue on tärkeä kellokoskelaisille ja ulkoilureitti padolta on kovassa käytössä. Välillä kävelijöitä ja pyöräilijöitä on ruuhkaksikin asti, Vähätalo jatkaa ja muistuttaa, että mopolla ajo on kyseisellä väylällä kielletty. ●

Vuonna 1795 perustettu ruukin alue henkii menneen ajan teollisuusromantiikkaa. Teollisuustuotanto loppui alueella 80-luvulle tultaessa ja nykyisin pääosin 1890-1930-luvuilla rakennetuissa tehdasrakennuksissa on muutama asunto sekä erilaisia yrityksiä ja yhdistyksiä.

Lisätietoja ruukin värikkästä historiasta löytyy osoitteesta virtuaalituusula.fi.

Nyt voit vaikuttaa!



Kuva: Antti Kallio

Kuva: Antti Kallio

Apua koronavirusepidemian aikana

Mistä saat apua, jos sinulla on oireita

Tee oirearvio Keusoten verkkosivuilla, jos epäilet koronatartuntaa: www.keski-uudenmaansote.fi/koronavirus. Sinuun otetaan yhteyttä saman päivän aikana.

Onko sinulla hengitystie- tai vatsaoireita? Keusoten hengitystieinfektio- ja vatsaoireisten potilaiden hoito aloitetaan jatkossa aina koronahoitopuhelimessa 019 226 0099. Puhelin on avoinna joka päivä kello 8–20.

Henkeä uhkaavassa hätätilanteessa soita yleiseen hätänumeroon 112.

Mistä saat apua arjen haasteisiin

Keusoten koronaneuvonta- ja -tukipuhelin 019 226 0098 palvelee päivittäin kello 8–20. Se tarjoaa keskusteluapua koronatilanteen aiheuttamaan huoleen tai psyykkiseen kuormitukseen. Palvelemme myös Chatissä osoitteessa www.keski-uudenmaansote.fi/koronavirus/apua-arkeen-koronatilanteessa/

Aikuissosiaalityön toimistot sijaitsevat Hyrylässä (Autoasemankatu 2), Jokelassa (Opintie 1) ja Kellokoskella (Kuntotaival 2). Työntekijöiden puhelinnumerot löytyvät Keski-uudenmaan sote –kuntayhtymän nettisivuilta www.keski-uuudenmaasote.fi.

Talous- ja velkaneuvonnan puhelinpalvelu palvelee maanantaista perjantaihin kello 8–16.15 ja puhelinneuvonta maanantaista torstaihin kello 10–12. Vastaanotto ajanvarauksella.

- Keski-Uudenmaan talous- ja velkaneuvonta, Hyvinkää, osoite Urakankatu 1 B, 2. krs, 05900 Hyvinkää, puhelin: 029 566 0233, sähköposti: keski-uusimaa.velkaneuvonta@oikeus.fi
- Keski-Uudenmaan talous- ja velkaneuvonta, Järvenpää, osoite: Sibeliuksenkatu 15 B, 04400 Järvenpää, puhelin: 029 566 0198, sähköposti: keski-uusimaa.velkaneuvonta@oikeus.fi

Ohjeet perustoimeentulotuen hakemiseen löytyvät Kelan sivuilta osoitteessa: www.kela.fi/toimeentulotuki.

Keusoten ikäihmisten Seniorineuvonta palvelee numerossa 040 314 4678 ja sähköpostitse osoitteessa seniorineuvonta.tuusula@keusote.fi arkisin kello 8–15.

Tuusulan kunnan ikäihmisten palvelunumero 040 314 3160 palvelee arkisin kello 9–16 ja lauantaisin kello 9–14, tietoa kunnan ja muiden palveluista.

Tietoa Tuusulan palveluista (kun et tiedä, minne soittaa): Asiakaspalvelu TuusInfo 09 8718 3070, tuusinfo@tuusula.fi. TuusInfo palvelee maanantaista torstaihin kello 8–15 ja perjantaisin kello 8–12.

Verkkolomake tuusulalaisten korona-ajan palvelutarpeiden kartoitusta varten: Lomake on suunnattu karanteenia vastaavissa olosuhteissa eläville eri-ikäisille tuusulalaisille, ikäihmisille ja riskiryhmiin kuuluville: www.tuusula.fi/koronavirus

Valtakunnallinen puhelinneuvonta tarjoaa yleistä tietoa koronaviruksesta numerossa 0295 535 535. Puhelinneuvonta on auki arkipäivisin kello 8–21 ja lauantaisin kello 9–15. Puhelinneuvonnasta ei saa terveysneuvontaa eikä ohjausta päivystyksellisissä akuuteissa oireissa.

Myös monet järjestöt ja seurakunta tarjoaa apua erilaisiin tilanteisiin:

- SPR Tuusulan Hyvän mielen keskusteluhetki ma-pe kello 10–12, 040 027 3729 ja ystavat.spr.tuusula@gmail.com
- Tuusulan seurakunnan diakonian päivystyspuhelin toimii ma-ti ja to-pe kello 9–11, ke kello 14–16 040 844 2258

Leikkaa talteen!

Asiakaspalvelu TuusInfo

Tuusulan kunnan keskitetty Asiakaspalvelu TuusInfo palvelee kuntalaisia, matkailijoita, yrityksiä ja yhteisöjä sekä kunnan työntekijöitä. Asiakaspalvelupisteestä saa palvelua esimerkiksi HSL-asioihin ja -lippuihin liittyen sekä neuvontaa kunnan palveluihin liittyen. TuusInfo huolehtii myös #fiksaatuusulaa-palvelusta.

Yhteystiedot

Osoite: Tuusulan pääkirjaston rakennus (Autoasemankatu 2, 04300 Tuusula)
Sähköposti: tuusinfo@tuusula.fi
Puhelinnumero: 09 8718 3070

Aukioloajat toistaiseksi (1.4.2020 lähtien)

Maanantai 8.00–15.00
Tiistai 8.00–15.00
Keskiviikko 8.00–15.00
Torstai 8.00–15.00
Perjantai 8.00–12.00
Arki- ja juhlapyhien aattoina olemme auki kello 8–14

Etsitkö jonkin muun palvelumme puhelinnumeroa? Soita Tuusulan kunnan puhelinvaihteeseen 09 87181, josta sinut ohjataan etsimäsi palvelun numeroon.

TUUSULA