



## [www.ekl.fi](http://www.ekl.fi)

Melkoinen urakka on takanamme ja saimme lopultakin avattua liiton uudet nettisivut. Samassa yhteydessä lyheni kotisivuosoitteemme ja uudet sivut löytyvät nyt osoitteesta [www.ekl.fi](http://www.ekl.fi). Ennen julkaisua sivusto käyttäjätestätiin ja sen pohjalta tehtiin vielä viimehetken muutokset. Toivomme, että sivut olisivat entistä käyttäjystävällisemmät ja tarvittava tieto löytyisi Teille entistä helpommin.

Uudistuksen yhteydessä muuttuivat myös liiton henkilökunnan sähköpostiosoitteet ekl.fi -päätteisiksi. Vanhallakin osoitteella lähetetyt viestit tulevat kuitenkin perille, koska ne kääntyvät automaattisesti uuteen osoitteeseen.

Oikein hyvää jäsenhankintavuotta kaikille toivotellen

Toimiston väki

## Palautekysely EKL:n uusista kotisivuista

Mielipiteesi on meille tärkeä! Anna palautetta kotisivuistamme. Niin risut, ruusut kuin uudet ideatkin ovat tervetulleita. Saamamme palautteen avulla pystymme kehittämään kotisivujamme edelleen. Vastaaminen ei vie kauan aikaasi.

[Palautekyselyyn](#)

## Yhdistysavaimessa uusi kotisivutyökalu

EKL-yhdistysten käyttämien kotisivujen uudessa kotisivutyökalussa on nyt saatavissa tapahtumakalenteri, joka koettiin yhdistyksissämme erittäin tarpeelliseksi. Yhdistykset voivat nyt halutessaan ottaa uudet ja entistä paremmat sivut käyttöönsä **ilman lisäkustannuksia**. Ohjeet Yhdistysavaimen uuden kotisivutyökalun käyttöönottoon löytyvät [täältä](#).

[Uuden kotisivutyökalun ohjeistossa](#) on myös havainnollistavia videoita työkalun käytöstä (esim. tapahtumakalenteri: <https://ohjeet.yhdistysavain.fi/osiot/tapahtumalista/>).

Neuvoja asiaan liittyen saa tarvittaessa Yhdistysavaimen asiakaspalvelusta: [asiakaspalvelu@yhdistysavain.fi](mailto:asiakaspalvelu@yhdistysavain.fi).

## Muistutus: toimihenkilötiedot

Liki kaikki piirit ja yhdistykset ovat ilmoittaneet liittoon tiedot tämän vuoden toimihenkilöistään. Osalta tietoja kaivataan edelleen, ja ne voi lähettää joko postitse osoitteeseen EKL ry, PL 168, 00531 Helsinki tai sähköpostitse osoitteeseen [jasenasiat@ekl.fi](mailto:jasenasiat@ekl.fi).

## Järjestöjen sosiaaliturvaopas on päivitetty



Sosiaaliturvaopas on päivitetty. Verkkosivuille on koottu laajasti tietoa pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden sekä ikääntyneiden henkilöiden sosiaaliturvasta ja palveluista. Sosiaaliturvan tarkoituksena on turvata ihmisille riittävä toimeentulo ja huolenpito kaikissa elämäntilanteissa. Sosiaaliturva koostuu palveluista ja toimeentuloa turvaavista rahallisista etuuksista. Oppaasta hyötyvät kaikki asiasta kiinnostuneet, ja se on sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijöiden käytettävissä. Opas on hyvä työväline järjestöjen työntekijöille ohjausta ja neuvontaa varten. Tavoitteena on sosiaaliturvan tunnetuksi tekeminen ja käytön helpottaminen. Lähteinä on käytetty julkisia asiakirjoja sekä asiantuntijatietoa. Opastyöryhmä kiittää lämpimästi kaikkia oppaan työstämisessä avustaneita asiantuntijoita arvokkaasta, asiantuntevasta ja perusteellisesta työstä.

Julkaisun on kirjoittanut 18 järjestöstä koostuva työryhmä, johon kuuluvat Aivoliitto, Aivovammaliitto, Crohn ja Colitis, Eläkeliiitto, Eläkkeensaajien Keskusliitto, Hengityслиitto, Invalidiliitto, Kehitysvammaisten Tukiliitto, Mielenterveyden keskusliitto, Munuais- ja maksaliitto, Neuroliitto, Näkövammaisten liitto, Psoriasisliitto, Suomen CP-liitto, Suomen Diabetesliitto, Suomen Nivelyhdistys, Suomen Sydänliitto ja Suomen Syöpäpotilaat.

[Otamme mielellämme palautetta oppaasta.](#)

[Linkki oppaaseen](#)

## EKL Eläkkeensaaja



## Vuoden ensimmäinen Eläkkeensaaja-lehti on ilmestynyt!

Löydät siitä mm. nämä jutut:

- Ikä ei ole este: Poika sai opetusluvan – ja mummo ajokortin
- Nakkilan Jukka ja Loimaan Aarne: Uuden ja väistyvän puheenjohtajan ajatuksia
- Reino Jollan tarina: Suuntana itsensä voittaminen – ja Santiago de Compostela
- Jäsenhankintakampanja Eläköön elämä alkaa näyttävästi

Ota ystävätkin mukaan –

## EKL-jäsenmatka Provenceen ja Nizzaan!

Matkaporjat vie eläkkeensaajia toukokuussa 14.–19.5. aurinkoiseen alkukesään Provenceen, joka on tunnettu muun muassa keittiöstään ja erinomaisista viineistään. Tällä upealla matkalla tutustutaan myös Nizzaan, Antibesiin, Aix-en-Provenceen ja Avignoniin. Suorat Finnairin lennot. Matkalle voivat osallistua myös ei-jäsenet!

Toimikaa pian ja varmistakaa oma matkanne **Matkaporjilta**, [www.matkaporjat.fi/ekl\\_provence](http://www.matkaporjat.fi/ekl_provence)



HUOM! LINKKIÄ SAA VAPAASTI JAKAA (matka on avoimessa myynnissä)! Lisätiedot: [minna.lehtonen@matkaporjat.fi](mailto:minna.lehtonen@matkaporjat.fi)

## Syksyn lukijamatka Montenegroon ja Albaniaan!

Tule ja koe Eläkkeensaaja-lehden lukijamatkalla Montenegro ja Albania 28.–3.10.! Todella mielenkiintoinen yhdistelmämatka näihin Balkanin helmien ihaniin maisemiin! Finnairin suorat lennot Dubrovnikiin, josta matka alkaa.

Näemme mm. Budvan, Skhodran ja Tiranan sekä veneilemme luonnonystävän paratiisissa, Skadarjärven kansallispuistossa ja ihastelemme upeaa Kotorin lahtea. Lehden edustaja mukana matkalla.



[https://www.matkaporjat.fi/ekl\\_montenegroalbania](https://www.matkaporjat.fi/ekl_montenegroalbania), lisätiedot [minna.lehtonen@matkaporjat.fi](mailto:minna.lehtonen@matkaporjat.fi)



## Liikunnan haastekampanja 2020

EKL:n liikunnan haastekampanja käynnistyy 1.3.2020. Haastekampanjan kesto on kaksi kuukautta ja se päättyy 30.4.2020.



Kaikki EKL-yhdistysten jäsenet liikkumaan, liikkumaan! Paras piiri ja yhdistys palkitaan!

Lue lisää



## Kevään kursseja Rajaniemessä Virroilla

Tässä kevään kurssimme Rajaniemessä:

- Opintovastaavien kurssi 2.-4.3.
- Kisälli- ja kuplettilaulun kurssi 30.3.-1.4.
- Lavakarisman kurssi 4.-6.5.



- Viestinnällä näkyväksi 4.-6.5.
- Kuorokurssi 18.-20.5.

Kurssin hinta on 115 €. Vielä ehdit ilmoittautua!

EKL  
Koulutus



## Maksuttomat, mielenkiintoiset ja mukavat Elinvoimaa-koulutukset



Elinvoimaa-koulutukset on tarkoitettu kaikille eläkkeensaajille, vapaaehtoisille ja kerhojen vetäjille. Koulutuksista saa keinoja vahvistaa omaa ja läheisten mielen hyvinvointia, voimavaroja jaksamiseen ja helppoja menetelmiä yhdistyksen ja ikääntyneiden toiminnan monipuolistamiseen sekä kehittämiseen. Kevään aikana tulossa nämä koulutukset:

- ke 4. - pe 6.3.2020 Hyvän mielen kulttuurikerho -ohjaajakoulutus, josta saat runsaasti ideoita käynnistää oman kerhon, ja jonka on tähän mennessä käynyt 102 eläkkeensaajaa, 36 yhdistyksestä.
- ke 1. - pe 3.4.2020 Elinvoimaa-koulutus, jossa saat virkistystä ja vahvistusta itsellesi, oman hyvinvointisi lisäämiseksi.
- ma 11. - ke 13.5.2020 Kesämieli-koulutus, josta saat ideoita sekä menetelmiä erilaisiin kohtaamisen ja ryhmässä olemisen tilanteisiin, rikastuttamaan yhdessäoloa.

Lue lisää ja ilmoittaudu  
mukaan

## Elinvoimaa-julkaisut erilaisille ryhmille

Oletko jo tutustunut Elinvoimaa-julkaisuihin? Saat niistä uusia ideoita yhdessäoloon, ryhmäytymiseen, osallisuuden vahvistamiseen, liikkumiseen tai muuten vaan keskustelun virittämiseen. Uusimpana materiaalina olemme julkaisseet Bucket listin (Lupauslista), joka auttaa toteuttamaan omia uusiakin tavoitteita tai kokeiluja.

Tutustu ja tilaa  
yhdistykseesi

## Kulttuurista mielen hyvinvointia

Kulttuuripitoiset tapahtumat voidaan toteuttaa hyvinkin lähellä ikääntyvien omaa arkea ja yhdessä, pienissä tai suuremmissakin ryhmissä. Yhdessä toteutettu kulttuuritapahtuma voi olla esimerkiksi Kulttuurikilometrit, Kulttuuripassi ja Paas poiketen- tapahtuma. Materiaalia näihin on saatavissa Elinvoimaa-toiminnasta.

Lue lisää ja tilaa yhdistykseesi tai  
ryhmääsi



## Auta seniorikaveria digimäessä ja tule tietotekniikan vertaisopastaja-koulutukseen!

Käytätkö tietokonettasi, tablettiasi tai älypuhelimiasi sujuvasti? Haluaisitko opastaa ikätovereitasi laitteiden ja netin käytössä ja samalla oppia itsekin lisää? Haluatko merkityksellistä tekemistä mukavassa valtakunnallisessa porukassa?

Jos vastasit näihin kysymyksiin kyllä, tule tietotekniikan vertaisopastajakoulutukseen oppimaan lisää älylaitteista, netistä ja vertaisopastatuksesta! Koulutus on maksuton (majoitus, ruuat, matkat), mutta edellytyksenä osallistumiselle on, että koulutuksen käyneet sitoutuvat opastamaan omilla paikkakunnillaan muita ikäihmisiä digiasioissa. Vapaaehtoisia vertaisopastajia tuetaan myös koulutuksen jälkeen.

### Valtakunnallinen peruskurssi järjestetään Rajaniemessä, Virroilla 18.–20.5.2020.

Koulutukset on tarkoitettu tietotekniikan hyvin hallitseville. Toivomme kolmea osallistujaa/paikkakunta. Vertaisopastajakoulutukset ovat suosittuja, kannattaa siis ilmoittautua ajoissa, osallistumisen voi perua esteen sattuessa. Koulutukseen tulijoille lähetämme sähköpostitse alustavan ohjelman ja käytännön ohjeita noin 1–2 viikkoa ennen koulutuksen alkua.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: [www.verkostavirtaa.fi/koulutukset](http://www.verkostavirtaa.fi/koulutukset)

### Peruskursseilta vertaisopastajaksi

Näin vertaisopastajat kommentoivat antamiaaan opastuksia ja opastettavilta saamaansa palautetta. Palaute on ollut myönteistä: "Vielä tässä iässäkin oppii" -tyyppistä. Nostaa opastettavien itsetuntoa ja helpottaa heidän yksinoloaan (esimerkiksi tutustuminen Yle Areenan palveluihin), opastus lisää tietämystä ja auttaa opastettavia asioimaan, tilaamaan esim. junaliput."

"Vertaisopastajana olen saanut opastettavilta kiitollisuutta opastuksesta, mukavaa yhdessäoloa ja molemminpuolista virkistystä!

### Kysyttävää?

#### Verkosta virtaa -järjestösuunnittelijat

Joonas Rentola, [joonas.rentola@ekl.fi](mailto:joonas.rentola@ekl.fi), puh. 050 441 2275

Juha Viitanen, [juha.viitanen@ekl.fi](mailto:juha.viitanen@ekl.fi), puh. 050 408 3376



Vertaisopastajien peruskursseilla on rento ja iloinen tunnelma. Opiskelupäivien vastapainona järjestetään yhteisiä virkistysillanviettoja. KUVA: JOONAS RENTOLA

## Rajaniemen lomakeskus

### Tänä vuonna on Rajaniemen lomaviikoissa paljon tarjontaa!



Edullisia jäsenlomaviikkoja maaliskuusta syyskuun loppuun, ota yhteyttä ja valitaan juuri sinulle sopiva loma-ajankohta!

Ohjelmallinen 5 vuorokauden täysihoitolomaviikko vain 340,- / henkilö.

Ryhmille ohjelmallisia päiväkäyntipaketteja esim. sokkomatkaksi alkaen 30,- / hlö sis. lounaan, yhdessä suunnitellut aktiviteetit ohjaajineen, päiväkahvin sekä saunat.

Ota yhteyttä, niin suunnitellaan juuri teidän ryhmällemme sopiva loma- tai virkistyspäiväpaketti! Uudet, erilaisilla sisällöillä suunnitellut, teemalomat sekä juhlapaketit löydät uudistuneilta nettisivuiltamme.

[Tutustu Rajaniemeen](#)

## VR:n säästölipusta -20 %:n pysyvä alennus eläkeläisille 30.12.2019 lähtien

Säästölippuja on tarjolla rajattu määrä kaikkiin junavuoroihin. Ruuhka-aikojen ulkopuolisille junavuoroille säästölippuja on kuitenkin saatavilla enemmän.



Lue  
lisää

## Uutisia

### Tärkein tieto Kelan tuista selkosuomeksi

Tarvitsetko tietoa Kelan tuista? Kelan uudelta selkokieliseltä sivustolta löydät tärkeimmät tiedot helppossa ja ymmärrettävässä muodossa. Sivustolla kerrotaan myös Kelan asiakaspalvelusta sekä tukien hakemisesta ja maksamisesta. Pääset tutustumaan sivuihin [täältä](#).

\*\*\*\*

### Sote-uudistuksen verkkosivusto avattu

Hallituksen sote-uudistuksen verkkosivut on avattu. Sivusto kokoaa sote-uudistukseen liittyvän tiedon yhteen paikkaan ja esittelee uudistuksen kokonaisuutta ja etenemistä. Sivustolta löytyvät sote-uudistuksen yleisesittely ja aikataulu sekä tietoa palvelujen kehittämisestä ja uudesta sote-rakenteesta. Sivusto on suunnattu uudistuksen valmistelijoille ja muille sen parissa työskenteleville. Sivustoa ylläpitää Stm, ja mukana ovat myös valtiovarainministeriö, sisäministeriö ja THL. Tutustu [tästä](#).

\*\*\*\*

### Oikeusasiamies valvoo vanhusten oikeuksia

Oikeusasiamiehen tehtävänä on edistää vanhusten oikeuksia. Vanhusten oikeuksien turvaaminen on osa kokonaisvaltaista perus- ja ihmisoikeuksien suojaamista, valvontaa ja edistämistä. Tavoitteena on vanhusten perus- ja ihmisoikeuksien kunnioittaminen ja ihmisarvoinen elämä koko elämänkaaren ajan. Lisätiedot [täältä](#).

\*\*\*\*

### Esiselvitys työeläkesijoitusten tuottojen kohentamismahdollisuuksista valmistui

Keskeisten työmarkkinajärjestöjen Eläketurvakeskukselta pyytämä esiselvitys yksityisen sektorin työeläkevarojen sijoitustuottojen kohentamismahdollisuuksista on valmistunut. Esiselvityksen teki FT **Jukka Rantala**, joka työskenteli kesäkuuhun 2019 saakka Eläketurvakeskuksen toimitusjohtajana. Tutustu [tästä](#).

\*\*\*\*

### Uusi osakesäästötili vaikuttaa osaan etuuksista

Osakesäästötilit tulivat käyttöön vuoden 2020 alusta, ja sen vuoksi Kelan on pitänyt arvioida uuden tilimuodon vaikutuksia eri etuuksien myöntämiseen. Osakesäästötilille maksettavat osinkotulot huomioidaan tulona eläkkeensaajan asumistuessa, kotihoidon tuen ja yksityisen hoidon tuen hoitolisässä, leskeneläkkeen täydennysmäärässä, perustoimeentulotuessa, työmarkkinatuessa ja yleisessä asumistuessa. Lisätietoja [täältä](#).

\*\*\*\*

Avoimna ma 9.30 - 16.00  
ti – pe 8.30 – 16.00  
Puh. (09) 612 6840  
Puhelinkeskus ma - pe klo 10 - 15

Sähköposti  
[ekl@ekl.fi](mailto:ekl@ekl.fi)



Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat.  
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.  
[Tietosuojaseloste](#)