

TERVEHDYS KESKI-SUOMEN MUISTIYHDISTYKSELTÄ!

Yhdistyksemme syksyn toiminta on pian alkamassa. Seuraavan parin viikon aikana lähetämme jäsenillemme jäsenkirjeen, jossa kerrotaan tarkemmin toiminnastamme. Samat tiedot löytyvät myös nettisivuiltamme: www.ksmuistiyhdistys.fi/toiminta/ryhmat/. Joudumme rajoittamaan osallistujamääriä turvavälien säilyttämiseksi tänä syksynä. Tämän vuoksi kaikkiin Keski-Suomen Muistiluotsin ryhmiin tullaan mukaan ilmoittautumisen kautta, torstaihin 27.8. mennessä. Mahdollisia vapaaksi jääneitä paikkoja kannattaa kysellä myöhemminkin. Pyrimme järjestämään osallistumisen mahdollisimman monelle.

Kysy meiltä lisätietoja ja ilmoittaudu mukaan!

Myös koulut ovat käynnistämässä syyskauttaan, joten tässä uutiskirjeessä muistelemme kouluaikoja. Lisäksi jumppaamme valssin tahtiin ja hyödynämme puolukkasatoa. Alla olevalla videolla esitellään kirjeen sisältö.

Koulumuistoja menneiltä vuosikymmeniltä

Onko kasviprässi sinulle tuttu?

Oletko tehnyt kuusipäiväistä kouluviikkoa?

Miltä luokkahuone ennen näytti?

Muistipuistoon on koottu mielenkiintoista tietoa ja kuvia koulunkäynnistä 30-luvulta 70-luvulle.



Tästä koulumuistoihin

Historiavisa koulunkäynnistä

Testaa tietämyksesi entisaikojen koulunkäynnistä Helsingin kaupunginmuseon laatimassa visassa. Siinä selviää muun muassa mitä teki koulumamselli ja milloin ruumiillinen kuritus kouluissa kiellettiin.



Historiavisaan tästä

Opettelitko sinä runoja ulkoa?

Monessa kansakoulussa opeteltiin ulkoa lukuisia runoja. Niiden joukossa oli paljon Immi Hellénin kirjoittamia. Seuraavaksi hänen kirjoittama runo vuodelta 1926.



Tää nuorten iloinen koulutie

On joutuneet päivät jo syksyiset.

Käy metsäpolkua pienoiset.

On keltalehtiä täynnä maa.

Kuin hangessa siinä kahlata saa.

Ne haastavat hiljaa kahisten:

Nyt minne on matka pienoisten?

Punapuolukka mättäältä pilkistää,

luo kutsuvi kesteihin ystävää:

- Te kultaiset, kuhun nyt kiire noin?

- Vasta tullessa teidät poimia voin.

Talittintikin oksalta tirskuttaa:

- Kuhun kuljette - tottahan kysyä saa?

Etkö tiedä, kouluhun kiire on,

Se on takana metsän ja vuoriston.

Kotimökiltä sinne matkaa lie

kilometriä monta, vaan kaunis on tie.

Puut metsän lapsille nyökkivät

kuin ainakin armaat ystävät.

Syystuuli luo ruusuja poskillen.

He kulkevat riemuitten, laulellen.

Vaikka joskus se käy kautta notkojen

ja kautta jylhien rotkojen,

tää nuorten iloinen koulutie

maan kaikista teistä parhain lie.

Jumppaa valssin tahtiin

Tanssi tekee aivoille hyvää. Se on kehon ja aivojen yhteispeliä ja kehittää muistia sekä oppimiskykyä. Tanssi myös rentouttaa, vähentää stressiä ja virkistää mieltä. Jumppaa Muistipuiston videon valssin tahtiin seisten ja ota tarvittaessa tukea tuolista.

Videon pariin pääset joko [tästä](#) tai alla olevaa videota klikkaamalla.

Terveyttä marjoista

Tänä kesänä olemme saaneet nauttia runsaasta marjasadosta. Myös puolukan keruun aika lähestyy, joten ohessa on helppo ja aivoterveellinen resepti puolukka-kaurajuomasta. Puolukka sisältää muun muassa C- ja E-vitamiineja ja se vaikuttaa esimerkiksi virtsateiden ja suun terveyteen.



Puolukka-kaurajuoma

4 dl maustamatonta jogurttia

1 dl puolukoita

2 rkl kauraleseitä tai hapankorppumuruja

2 rkl hunajaa

1 tl vaniljasokeria

1. Mittaa kaikki aineet kannuun ja soseuta sauvasekoittimella kuohkeaksi.

2. Anna makujen tasaantua muutama minuutti, jolloin leseet turpoavat ja juomasta tulee täyteläinen.

Muistipuiston sivuilta löydät lisää reseptejä aivoterveellisestä ruuasta.

[Täältä lisää reseptejä](#)

Yhteislaulutilaisuudet

Kevään aikana nauhoitettiin useita eri yhteislaulunauhotteita, joita uutiskirjeissä on hyödynnetty jo aikaisemmin. Syksyn yhteislaulutilaisuuksien toteutuminen on vielä epävarmaa, mutta tallenteet säilyvät onneksi netissä.

Jyväskylän Lounaispuistossa voit osallistua kesän ainoaan Lounalaulut-yhteislaulutilaisuuteen torstaina 13.8. klo 18-19. Tilaisuutta vetää Jari Puhakka Band.



[Lue lisää Lounaispuiston yhteislaulutilaisuudesta](#)

Koulu- ja kansanlauluja

Alla olevalta videolta löydät toukokuun lopussa Jyväskylän kulttuuripalveluiden tallentaman yhteislaulutilaisuuden, jossa voit liittyä Jaana Elorannan mukaan laulamaan vanhoja koulu- ja kansanlauluja.

Jyväskylän kulttuuripalveluiden Youtube-sivuilta löydät myös muita yhteislauluvideoita, muisteluskukujen esittelyä sekä mm. lasten teatterileirin esityksiä.

[Jyväskylän Kulttuuripalveluiden Youtube-sivusto](#)



**Keski-Suomen
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry
Rauhankatu 1, 40100 Jyväskylä

Tukikeskus:
muistiluotsi@ksmuisti.fi
puh. 044 561 4926

Toimisto:
toimisto@ksmuisti.fi
puh. 044 561 4927

www.ksmuisti.fi
www.muistiliitto.fi
Rekisteriseloste
Peruuta uutiskirje