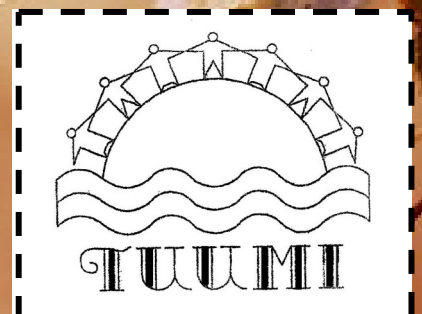


TUUMI.INFO

Tuusulan seudun mielenterveysyhdistys

Tuumi ry:n julkaisu 1/2022





Lehtiryhmä:

Anni

Harri

Sisällys:

Puheenjohtajan tervehdys.....	3
Juha Korkeen kuva.....	4
Runoja.....	5
Tietovisa.....	6-7
Tietovisan vastaukset.....	8
Jarin valokuvia.....	9
Tuumin 30-vuotis juhlat.....	10
Tuumin tapahtumien kuvia.....	11
Juha Korkeen kirjoitus.....	12-13
Kuva-arvoitus.....	14
Takakansi, kuva ja mietelause.....	15

Kirjoitukset, runot ja kuvataidemateriaali ovat tervetulleita.

Toimitus pidättää oikeuden valita julkaistavan aineiston.

Aineiston voi toimittaa joko tuumiry1@gmail.com tai Tuumin pj .

Raija Wallin/ Tuumi.info-toimitus, Harjutie 15 C as.30

04400 Järvenpää

Tämä lehti on luettavissa netissä osoitteessa

tuumi.info



Puheenjohtajan tervehdys

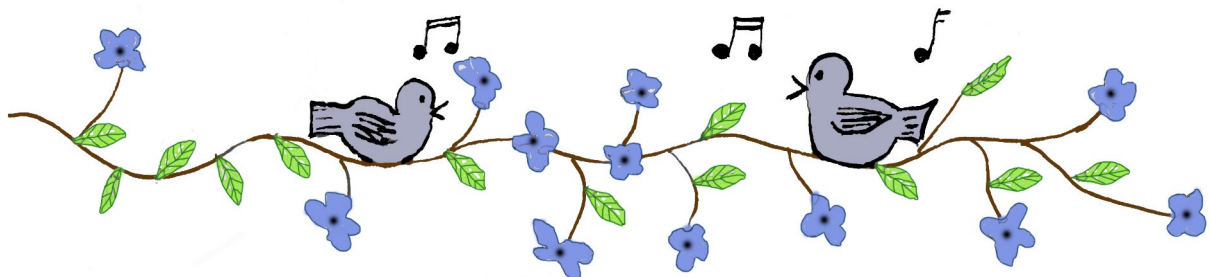
Kuluneen vuoden aikana olemme luoneet yhteyksiä tulevan hyvinvointialueen toimijoiden kanssa.

Vaikutuskanava on Järjestöneuvottelukunnan Mielenterveys- ja päihde/MiPä kumppanit ryhmän kautta tapahtuva terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Mutta tärkeintä on yhteys jäseniin, ole rohkeasti yhteydessä.

Yhdistyksellä on perinteitä, mutta myös halua uudistua jäsenistön toiveiden mukaisesti.

Vertaisuudessa on voimaa



Juha Korkeen kuvia



Runoja

Syksy

Syksyllä koululaisille reput selkään ja huonoja arvosanoja turhaan pelkään.
Syksyllä, varsinkin lapissa, kaunis ruska, poimijaa odottaa moni marja puska.

Talvi

Talvella jäällä luistellaan ja lasketaan mäissä, toivottavasti et ole pudonneena jäissä. Talvella myös joulun aika ja joulussa jokin taika.

Kevät

Keväällä nurmi ja puut vihertää ja taivas on pilvetön ja kauniina sinertää.
Keväällä myös päivä äitien ja lapset leipovat kera isien.

Kesä

Kesällä lapset koulureput nurkkaan heittävät ja isoäidit mansikkamehua keittävät. Juhannus on juhla keskikesän, joku rakentaa pikkulinnuille pesän.

Olet ihmisenä kaunis ja yhtä vahva kuin metsän kauris.

Olet ihminen joka minut hyväksyy, olet elämiseni ja pärjäämiseni syy.

Olet jotain ainutlaatuista, muistutat minua jostain mitä en muista.

Kiitän sinua, vaikka olet vain kuvitelmaa, silmät kiinni unelmissani odotan suudelmaa.

Runot: Linda

Tietovisa

1. Kelloja siirretään kesä-ja talviaikaan, mutta mihin päin kelloja siirretään?
kohti kesää

Kohti talvea

2. Kuka laulaa alun perin Salatut Elämät-sarjan tunnusmusiikin?

Anna Hanski

Tiktak

PMMP

3. Vesa-Matti Loirin esittämän tunnetun roolihahmon nimi?

Pekko aikamiespoika

Uuno Turhapuro

Pekka Puupää

4. Missä bändissä ovat olleet mukana edesmenneet Olli Lindholm ja Jussi

Hakulinen.

Dingo

Popeda

Yö

5. Minä vuonna Suomi itsenäistyi?

1917

1920

1922

6. Suomen itsenäisyyspäivää vietetään?

1. tammikuuta

23. kesäkuuta

6. joulukuuta

7. Helmikuussa on viiden vuoden välein yksi ylimääräinen päivä eli päiviä on tuolloin on 29, miksi tuota päivää kutsutaan?

helluntaiksi

karkauspäiväksi

Revontulien ja täyskuun yhteinen ilmentyminen

8. Kuka näistä ei ole Disney hahmo?

Aladdin

Peppi Pitkätossu

Kaunotar ja kulkuri.



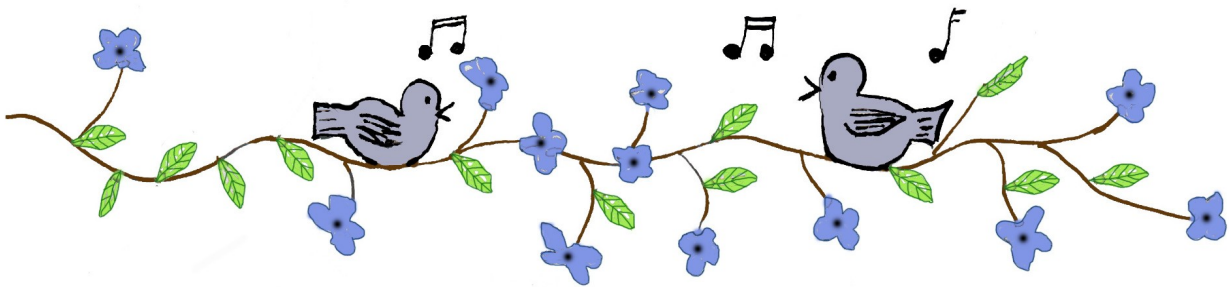
Tietovisan laatija: Linda

Tietovisan oikeat vastaukset

A
A
B
C
A
C
B
B
B



Kuva: Jari J.



Jarin valokuva



Tuumin 30-vuotis juhla



Viime vuonna Marraskuussa juhlittiin Tuumin 30-vuotis synttäreitä.

Olimme Hyrylässä Mikä mikä teatterissa katsomassa esitystä nimeltä Sininen huivi. Oli paljon paikalla Tuumilaisia ja muita ihmisiä. Siellä oli myös kakku ja kahvitarjoilu.

Tuumin tapahtuma kuvia 2022



Sorsat Ollilanlammella elokuussa 2022



Miesten saunailta Vanhankylänmiessä lokakuussa 2022

Sikermä asioita ja ajatetta ja kehittelyä

Murtautua ulos mielenterveys umpiosta, kodin, kaupan, ja Mt-Yhdistyksen ja Klubitalon kolmiokulmiosta tai nelikulmiosta. Ja moraalin hienouksien kantaessa tekoja. En ikinä jätä näitä kavereita, ystäviä, tuttuja, jossa joukossa kävin monet kerrat ihan pohjalla ja nyt on nousua. Mielenterveys umpiosta ulos murtautuminen ei ole pois ulos murtautuminen. Se on elämänpiirin laajentaminen alueeksi ikiääretön tähtitarhojen todellisuus. Sekin ympäristö -sanon ja todellisuus -sanon käyttö on viisainta sanaa kärsivällisesti näin pitkän sanon roikale systeemillä, kuin että ikiääretön tähtitarhojen todellisuus. Sen takia, että jos käyttää sanaa ympäristö, luullaan usein, että se on välitön lähistö, eli juuri tuo paha liian pieni umpio. Taas, jos käyttää sanaa todellisuus, luullaan, että tyyppi kuvittelee jotain väitteitään muiden väitteitä paremmiksi, eli söhläilee jotakin mielikuvituksensa alueilla. Todellisuus oikein ajateltuna on taas kaikki oleva, kuten kaikki materia, ja sitä ympäröivä ääretön ja seinätön tyhjä. Tätä ei muuta se, että materian olomuodot vaihtelee, välillä se on ainetta ja välillä energiaa, onhan se silloinkin tosi-olevaa ja voidaan osittaa tosi-olevaksi, vaikka mittareiden avulla. Terveysoppi harrastus sisältää mielenterveyden harrastamisen ja on mainio laajennos jo ulos kohtalokkaasta umpiosta.

Muotiasiaksi tullut biodiversiteetti tutkimus, harrastus, ja tulosten seurailu, sekä suoraan itse bio kohteiden havainnointi, havaintokokoelmien teko, tiedostelu, tietoisuuden lyhyet kestävyudet, ja havainnoinnin jatkeleminen saaden tuoreita uusien tapahtumis vaiheiden havaintoja, niiden tiedosteluja, ja taas uusia tuoreita tietoisuuden elementtejä, jotka taas kestää eteenpäin taas uusien havaintojen + aprikoinnin täsmennellessä kaiken taas kerran tuoreemmaksi ja uudemmaksi, ja niin edelleen. Puuhailua. Ahkerointia. Menestystä.

Ikiääretön materianseutu jakautuu nestesolu biologiseen ja nestesolubiologisettomaan, noin karkeasti ottaen. Usein tuo mainittu neste on vesi, koska itse elämme tällä vesibiologian seudulla. Maapalloltakin kyllä löytyy muita solubiologia nesteitä kuin vesi, usein vielä kokonaan vedettömiä ja muita kemiallisia ja biokemiallisia nesteitä ollen. Näitä on esim merten hurjimpien syvänteiden kuumissa syvyyden syövereissä, joissa ei vettä edes enää ole vaan nestemäistä kemiavelliä ja biokemiavelliä. Sekin on kyllä biologista menestystä, erilaista vaan tän vesi, vai muu neste, asian osalta.

Vielä täytyy sitten mainita ns kuiva hiekka, kivi, kallio, ja avaruuspölyn tällaiset ainekset. Ne ovat kyllä nestesolubiologian ulkopuolisia materioita noissa muodoissaan. Tieteiden ja filosofian alueella on keskusteltu jo sata vuotta siitä, että filosofia kyllä pitää partikkeleista kostuvan kappaleen sisäistä liikehdintää liikehdinnän perusteella eläväisenä, koska tällainen liikehdintä on filosofiassa samaa kuin liike, elo, elävyisyys, tapahtuminen, ja tuuppujen ja vetäisyyden kokoelma, jolla kappale järjestelee ympäröiviä kappaleita eri järjestykseen sijaintiin ja asentoihin, kuin ne enne oli. Paljon elävän tunnuspiiretiä. Ja lisää löytyy kun funtsii. Vetovoimayhteydet eli gravitaatio toimii aisoina ja akseleina. Kivi todella vetkuttaa ympäristöään.

Alussa esitin, että ulos liian pienistä ympyröistä selkää kääntämättä omille joukoille. Elämänpiirin laajentaminen osoittautuu todeksi suunnilla ikiääretön tähtitarhojen todellisuus. Vaikka mielenterveys. Kaikki terveys. Biodiversiteetti. Ja loppukin kaikki diversiteetti aina kuivan hiekan, kiven, kallion, ja avaruuspölyn kuivien osien suuntiin. Tiedostellen. Havainnoiden. Uusimmilla havainnoilla järkeään korjaillen, täsmennellen, tuorestellen. Menestyillen. Menestyen.

Juha Korkee, ajattelija, aktivisti, vanhasuomiradikalisoituva, Tuumilainen jostain 90-luvun alun hämäristä. Hyvinkää.



Sana-arvoitus

Laatinut Anna L.

---RA--- --O---I---,
 --S--L--P-----J--.
 -I--A--- ---NY--ÄN,
 -L---N-- --T--, -A
 --L-----J-T P---A---T
 -EH---J---.

V	Ä	N	H	Ä	K	A	O	S	I	N	R	K	I	E	N	O	M	O	S	N	E	S	T	I	N
P	H	E	N	S	T	O	I	M	O	I	S	T	O	N	Ö	N	N	Ä	Y	S	T	Ö	I	N	E
A	H	V	A	I	S	E	T	K	O	M	P	I	O	N	P	Ö	I	N	E	N	S	T	E	S	T
I	Ö	P	R	S	E	Q	P	L	O	N	M	D	E	F	Ö	G	J	A	N	D	E	K	I	P	H
J	A	J	A	K	O	I	R	A	L	L	A	V	O	Y	H	I	A	I	J	L	K	L	M	A	I
A	A	Y	F	A	B	C	K	Y	B	A	O	M	Ö	K	K	H	O	Y	H	I	J	A	L	E	
A	V	K	A	T	S	E	R	P	R	P	U	O	I	N	K	I	S	S	A	L	L	A	N	V	N
V	I	H	G	I	E	M	O	N	M	O	Q	N	S	Ä	O	O	N	K	V	J	O	A	O	E	A
A	N	T	N	U	S	E	E	T	A	S	V	I	T	O	Ä	N	N	X	K	I	Z	Ö	N	L	S
T	N	K	E	H	R	Ä	Ä	J	Ä	Ä	R	I	A	S	V	E	Y	O	I	N	K	O	E	I	E
T	O	J	A	N	K	A	S	N	U	T	S	O	J	A	S	Y	N	N	Y	T	Ä	Ä	N	J	S
P	A	L	V	E	L	I	J	A	N	N	E	N	A	K	I	O	U	M	E	N	O	O	N	A	K
Ä	N	K	I	N	N	A	T	S	O	K	I	S	S	A	K	S	I	Y	N	M	N	O	T	T	E
N	O	D	I	V	T	V	U	S	S	U	L	E	V	A	N	N	A	S	O	N	F	N	A	E	S
M	O	O	N	Y	L	H	Ä	I	N	E	N	S	Y	Ö	T	Ä	N	E	L	Ö	N	G	E	T	A
B	E	C	M	A	R	A	O	L	O	J	E	V	O	S	S	A	N	O	K	N	I	O	V	A	N

Sanat mietelauseeseen löytyvät ruudukosta



Pitkä ja lyhyt,
pieni ja suuri.
Kaukana alhaalla,
asuu kummitus juuri.
Onko hän vaarallinen?
No, ei, ei, ei!

Hän vain tahtoo sanoa sinulle: -HEI!

Lähde: <https://varssyja.wordpress.com/halloween/>