



Jäsentiedote 2/2019

<https://www.facebook.com/jarvenpaanlatu/>
<https://jarvenpaanlatu.sporttisaitti.com>

HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT 2019



Turvallisuusasiat, Talviuinti
Kansainvälinen toiminta

Kaj Natri, puheenjohtaja
kaj.natri@kolumbus.fi, 050 435 1872

Sieniretket
Geokätköily

Timo Lehtinen, varapuheenjohtaja
timolehtinen351@gmail.com, 040 732 0469

Lasten- ja nuorten
toiminta, perheliikunta

Saija Eronen, sihteeri
saija.eronen@hotmail.fi, 041 465 2420
jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi

SOME

Eveliina Puhakka, tiedottaja
eve.puhakka@netti.fi, 040 554 7112

Pesäpallo

Kirsi Autio, jäsen
kirsi.autio@gmail.com, 040 565 4607

Retkeily, hiihto

Arja Sallinen, jäsen
arska60@gmail.com, 040 561 6086

Jäsenyysasiat
Ullmax

Marita Turunen, jäsen
marita.turunen@kolumbus.fi, 0400 404 561

Polkujuoksu

Eero Kittelä, varajäsen
eero.kittela@gmail.com, 040 748 2400

Maija Kortessalo, varajäsen, 040 512 5930

Rahastonhoitaja

Anne Koskinen, aikoskinen@elisanet.fi, 0400 692 260

Retkeily, hiihto
Matkaluistelu
Talviuinti
Maantiapyöräily
Ikäihmistien liikuttaminen
Päiväretket, Sauvakävely
Sauvakävely
Lumikenkäily
Salijumppa
Muumihiihtokoulu
Polkujuoksu
Lentopallo
Kalustovastaava

Matti Salo, matti.salo@kotikone.fi, 045 158 2009

Matti Toivanen, matti.toivanen@kolumbus.fi, 0400 582 300
Ilkka Arola, arola.ilikka@gmail.com, 0400 549 620
Katriina Hemmi, katriina.hemmi@gmail.com, 050 539 2935

Sirkka Savonne, sirkka.savonne@gmail.com, 040 482 9138
Heikki Laaksonen, heikki.laaksonen.hjl@gmail.com, 045 235 7338
Maria Juntti, mariajuntti@hotmail.com, 040 569 1999
Kati Suvanto, kativalkonen@hotmail.com, 044 336 3636
Jari Muurainen, jari.muurainen@gmail.com, 040 180 2226
Heidi Patrikainen, heke79@hotmail.com, 040 741 3415
Pertti Ottman, pertti.ottman@outlook.com, 0400 417 883

LIKKUVAMPI JA TERVEEMPI TULEVAISUUS

“Ylös, ulos ja lenkille!” - Niilo Tarvajärvi

Yksi alkuvuoden usein esiin nostettu puheenaihe ovat olleet lasten ja nuorten liikuntatottumukset, sekä niihin vaikuttaminen positiivisesti tulevaisuudessa. Tämänhetkinen näkymä ja sen perusteella tehdyt ennusteet eivät ole olleet kovinkaan valoisia olettaen, ettei muutoksia saada aikaan. Huoli on ilmeinen ja se koetaan niin merkittäväksi, että jopa poliittiset päätöksentekijätkin ovat siihen puuttuneet. Tulevaisuuden kuvaa on maalailtu eri perspektiiveistä ja erivärisin näkemyksin, sekä suunnitelmia laadittu asiantilan parantamiseksi. Iso kysymys lieneekin, miten sanoista siirrytään käytännön tekoihin ja toteutuksiin.

Istuva elämäntapa ei ole hyväksi kenellekään. Lapsille, joilla on edessään vielä pitkä elämäntaival, se saattaa olla hyvinkin turmiollista. Tuore tilastointi kertoo, että kaikista 2-16 vuotiaista pojista 27 prosenttia ja tytöistä 18 prosenttia on ylipainoisia. Samoin alkuvuodesta tehty Liitu-tutkimuksen tulos lisää huolta: Suomessa on jo lähes 50000 lasta ja nuorta, jotka kokevat ongelmia terveytensä kanssa. Nuorten liikuntatottumuksista tehdyn tutkimuksen mukaan yhdeksäsluokkalaiset liikkuvat rasittavasti keskimäärin 8 minuuttia päivässä.

Moni lapsi tai nuori ei itsekään tiedosta ylipainoaan, tai suhtautuu välinpitämättömästi siihen. Entäpä lapsistaan vastuussa olevat aikuiset? Mikseivät he tunnista ylipaino-ongelmaa, vai tunnistavatko kuitenkin? Lapsilla tietty pyöreys on toivottavaakin, kuten sen hoitoa 1980-luvulta asti tutkinut professori Pertti Mustajoki on arvioinut. Vastaavasti vanhempien osuudesta asiaan Mustajoki on todennut: ”Meillä vanhemmilla on taipumus nähdä omat lapset positiivisessa valossa. Se on luonnollista ja yleisinhimillistä.” Vanhempien oma ylipaino ei sekään helpota lasten liikalihavuuden tunnistamista.

Osana yhteiskuntaa ja sen terveysliikunnasta huolta kantavana, meillä latulaisilla on taatusti omat mahdollisuutemme vaikuttaa edellä mainittuun asiaan omilla resursseillamme. Järjestämme jo nyt lasten ja nuorten kunnon ylläpitämiseen tähtäävää luontoliikuntaa, sekä perheliikuntaa eri muodoissa. Tilaisuus, jonka yhteiskunnassa kasvava kiinnostus luontoa kohtaan tarjoaa, on vain käytettävä hyväksi oikealla ja innostavalla tavalla. Tarvitaan monipuolisia tuoreita ideoita ja toteuttamiskeinoja, jotka vetoavat nuoreen mieleen – herättävät mielenkiintoa ja uteliaisuutta jo miltei unohtuneeseen mahdollisuuteen. Aina ei tarvita kilpailuhenkisyttä. Riittää, kun löytyy asiaansa vihkiytyneitä, innostavia vetäjiä ja tietäjiä, sekä puoleensavetäviä kohteita toteutettaviksi. Tehdään tästä Me-henkinen yhteinen haaste itsellemme.

Kajtsu



Suomen Ladun kevätkokous liikuntakeskus Pajulahdessa

Suomen Ladun kevätpäivät ja kevätkokous järjestettiin 27-28.4. Liikuntakeskus Pajulahdessa. Ensimmäisenä päivänä keskityttiin kevätpäivien teemaan, joka oli vapaaehtoistyö. Toisena päivänä pidettiin järjestön virallinen kevätkokous.



Järvenpään ladusta osallistujia olivat sihteeri Saija Eronen, puheenjohtaja Kaj Natri sekä hallituksen jäsen Kirsi Autio.

Vapaaehtoistyön vahvistaminen on yksi Suomen Ladun strategisista painopisteistä, sillä järjestön toiminta perustuu pitkälti vapaaehtoisuuteen. Suomen Ladun yhdistyksissä tehdään vuosittain yli 250 000 tuntia vapaaehtoistyötä, mikä on todella paljon! Vapaaehtoistyöllä on siis suuri merkitys koko järjestön työlle, myös meille Järvenpään Ladulle. Yhdistys ei olisi näin aktiivinen ilman lukuisia vapaaehtoisia. Järvenpään ladussa aktiiveja vapaaehtoisia on noin 30, ja jotta toiminta voi kehittyä niin lisää tarvitaan koko ajan. Suurin osa suomalaisista ei kuitenkaan tee vapaaehtoistyötä.

Suomen Ladun kevätpäivässä esitettiin väite, että yksi tärkeimmistä syistä on, ettei kukaan ole pyytänyt mukaan. Vapaaehtoistyötä voi tehdä kuka tahansa, iästä riippumatta, omien aikataulujen ja voimavarojen mukaan.

Latugaala

Suomen Ladun kevätpäivien lauantai-ilta huipentui latugaalaan, jossa jaettiin huomionosoituksia yhdistyksissä tehdyille merkittäville ulkoiluteille. Palkittavia kategorioita oli mm vuoden nuori latulainen, vuoden vapaaehtoinen, vuoden ulkoilija ja vuoden innostaja. Latugaalassa jaettiin myös opetus- ja kulttuuriministeriön Suomen Ladun jäsenille myönnettyt ansiomitalit. Tällä kertaa palkittavien joukossa ei ollut Järvenpään latulaisia. Vuoden jäsenyhdistyksenä palkittiin Mikkelin Latu.



Selkeitä oppeja kevätpäivästä, mitä tuomme mukamme Järvenpään Latuun:

Vapaaehtoistyö ei ole itsestäänselvyys. Meidän täytyy kehittää yhdistyksessämme perehdytystä, mentorointia sekä ohjeistusta vapaaehtoisillemme. Instagram-tili ja sen käyttö. Olethan jo löytänyt meidät instagramista? Löydät meidän profiilin sieltä kirjoittamalla hakuun Järvenpään latu. Muista käyttää kuvissa #järvenpäänlatu
Tämän käyttöön meillä liittyy vielä paljon opeteltavaa.

Miksi minä olen mukana Järvenpään Ladussa vapaaehtoisena? Mitä siitä saan?

Järvenpään Ladun ja koko Suomen Ladun ajatus matalan kynnyksen liikkumisesta ja slogan "löydä oma tapasi ulkoilla" kiteyttää mielestäni kaiken sen miksi olen mukana vapaaehtoisesti. Vapaaehtoistyö tuo tavalliseen arkeen mahdollisuutta saada ajatukset aivan muualle. Palautteen saaminen auttaa kehittämään omaa toimintaa ja tuo iloa!

Tarvitsemme Järvenpään Ladussa lisää innostuneita vapaaehtoisia. Mitä enemmän meillä on vapaaehtoisia, niin sen monipuolisempia liikuntaelämyksiä pystymme Järvenpäässä tarjoamaan. Haluatko sinä lähteä mukaan? Olet lämpimästi tervetullut!

Kirsi Autio, Hallituksen jäsen, naisten harrastesälpallon vastuuvetäjä

Loppuvuoden 2019 tapahtumakalenteri

Uusimmat tiedot tapahtumistamme löydät kotisivuiltamme

<https://jarvenpaanlatu.sporttisaitti.com> ja

<https://www.facebook.com/jarvenpaanlatu/>

KESÄKUU

- Polkujuoksut tiistaisin (jatkuu)
- Naisten pesäpallo tiistaisin ja sunnuntaisin (jatkuu 10.9. asti)
- Naisten beach lentis torstaisin

HEINÄKUU

- 20.7. Patikkaretki Tiirismaalle

ELOKUU

- Naisten lentopallo sunnuntaisin (jatkuu koulujen lukukauden ajan)
- 10.8. Porvoon pyöräretki
- 17.8. Harrastemessut
- 31.8. Sieniretki
- 31.8. Nuku Yö Ulkona Oittaalla

SYYSKU

- Kävelylenkit keskiviikkoisin
- Ikäihmisten ulkoiluttaminen maanantaisin
- Salijumppa alkaa lauantaiaamuisin (7.9.-14.12.)
- 14.-21.9. Ruskaretki Saariselälle
- 28.9 Sieniretki

LOKAKUU

- 6.10. Patikkaretki Räyskälään
- 26.10. Sieniretki

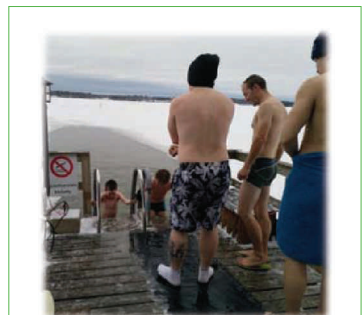
MARRASKUU

- 6.11. Yhdistyksen syyskokous

JOULUKUU

- 6.12. Itsenäisyyspäivän patikointi
Tuusulanjärven ympäri

***Muista tapahtumistamme
ilmoitamme kotisivuiltamme.***



***Talviuinnin järjestämisratkaisua
2019/2020 ei ole vielä tehty.
Neuvottelut ovat meneillään.
Asiasta ilmoitetaan heti, kun
varmaa tietoa on saatavilla.***

Saariselälle patikoimaan viikolla 37

Järvenpään Latu järjestää perinteisen Lapin ruskaviikon, tällä kertaa Saariselälle 14.9.-21.9.2019 ja vain omille jäsenilleen.

Majoitus järjestetään Retkeily- ja kurssikeskus Tievatuvasa / 34 henkeä majoitetaan Kurssitievaan (K) kahden hengen kylpyhuoneellisiin huoneisiin ja loput 5+1 henkeä Retkitievaan (R) 2h huoneisiin; erilliset suihku- ja WC-tilat.



Matkan hinta on (K) 650 euroa ja (R) 550 euroa / henkilö, johon sisältyy matkat linja-autolla Järvenpää – Saariselkä + paikalliset siirtokuljetukset perillä, lounas meno- ja paluumatkalla, perillä tulopäivän iltapala, lähtöpäivän aamiainen ja retkipäivinä aamiainen, retkievää sekä päivällinen, majoitus liinavaatteineen, sekä saunat (ns. Lapin täyshoito).

Mukaan mahtuu 39 patikoijaa + kuljettaja.

Teemme Saariselän luonnonkauniissa maisemissa kuusi (6) eripituista päiväretkeä (16-30 km). Valmistaudumme tarvittaessa jakamaan joukon päivittäin kahteen ohjattuun ryhmään.

Varausmaksu (=sitova ilmoittautuminen) € 100 / osallistuja on maksettava Järvenpään Ladun tilille FI78 8044 0710 2005 52 **heti, kun ilmoitusvahvistus ilmoittautumisesta on tullut.** Viestiksi maksun saajalle: Saariselkä + osallistujan oma nimi. **Loppumaksun on oltava maksettuna 2.9.2019 mennessä.**

Kaikille matkan varanneille lähetetään elokuussa 2019 yksityiskohtaisempaa lisätietoa matkasta. Katso Järvenpään Ladun matkaehdot <https://jarvenpaanlatu.sporttisaitti.com/>



Ilmoittautumiset: Kajtsu, kaj.natri@kolumbus.fi tai tekstiviestinä puh. 050 435 1872

Lisätietoa: Petri, petri.oikkonen@laurea.fi tai puh. 046 856 7791

Kesäinen patikkaretki Salpauselälle 20.7.

Järjestämme päivätretken Salpausselälle Messilän – Tiirismaan – Hollolan kk:n maastoon. Retki taivalletaan pitkälti melko tasaisia latupohjia, mutta TV-mastolle nouseaan aina 223 m merenpinnan yläpuolelle, eteläisen Suomen korkeimpaan kohtaan. Taukoja pidetään TV-mastolla ja tarpeen mukaan. Matkaa kertyy noin 12 km. Omat eväät ja lisävarusteet sään mukaan on hyvä ottaa päireppuun.



Paluumatkalla oheisohjelmaksi järjestetään Sotilaslääketieteen museoon tutustuminen / esittely Lahden Hennalassa.

Lähdemme Järvenpään linja-autoasemalta klo 9:00 ja palaamme Järvenpään n. klo 17. Matkasta peritään 20 euron maksu.

Ilmoittautumiset 12.7. mennessä Kajtsulle, kaj.natri@kolumbus.fi

Lisätietoja: Kajtsu, puh. 050 435 1872

Patikkaretki Räyskälään 6.10.

Järjestämme päivätretken Räyskälään Iso-Melkuttimen luontopolulle sunnuntaina 6.10.2019. Maasto on helppokulkuista neulaspolkua ja matkaa kertyy n. 10 km. Omat eväät mukaan ja retkellä on myös makkarapaistomahdollisuus.

Lähdemme Järvenpään linja-autoasemalta klo 9:00 ja palaamme Järvenpään n. klo 16:00. Matkasta perimme 15 euron maksun.

Ilmoittautumiset

28.9. mennessä Saijalle, saija.eronen@hotmail.fi

Lisätietoja:

Arja, arska60@gmail.com tai 040 561 6086



Itsenäisyyspäivän kävely 6.12.

Jatkamme itsenäisyyspäivän kävelyperinnettämme. Perinteiseen tapaan kierrämme Tuusulanjärven (n. 20 km) yhdessä, leppoisaan vauhtiin (n. 4h) seurasta ja kotiseutumaisemista nauttien.

Lähtö Kolmisoinnulta klo 10:00. Jonkun verran evästä ja juotavaa on hyvä ottaa päiväreppuun mukaan. Säänmukainen varustus.

Lisätietoja: Arjalta, arska60@gmail.com tai 040 561 6086



Sauvakävelyn iltalenkit

Syksyllä lenkkeilemme sauvoilla tai ilman keskiviikkoisin klo 18:00. Lenkin pituus on noin puolitoista tuntia.

Lähtö:

- * PARILLISINA viikkoina Rantapuistosta Kolmisoinnun kulmilta.
- * PARITTOMINA viikkoina Justin ja ABC:n väliseltä aidalta.

Syyskausi alkaa 4.9. Kolmisoinnulta

Lisätietoja reippailusta antaa Katriina, katriina.hemmi@gmail.com tai 050 539 2935



Polkujuoksu

Viikoittaiset lenkit juostaan **tiistaisin**. Lähtö lenkille tapahtuu Paavonpolun kuntoradan pysäköintialueelta klo 18:00.

Lisälenkeistä tai lähtöpaikan muutoksista ilmoitetaan Facebook-sivuillamme. Voit myös varmistaa lähtöpaikan itse vetäjältä tekstiviestillä.

Lisätietoja:

Jarilta, jari.muurainen@gmail.com tai 040 180 2226
Eerolta, eero.kittela@gmail.com tai 040 748 2400
Janilta, jani.kervinen@mestaritoiminta.fi tai 040 922 2263



Pyöräretki Porvooseen

Leppoisa pyöräretki Porvooseen poljetaan lauantaina 10.8.

Lähtö retkelle tapahtuu klo 8:00 Rantapuiston Kolmisointupatsaan juurelta.
Kokonaismatka on noin 90 km.

Porvoon pyöräretkestä tarkemmat tiedot löytyvät kotisivuiltamme sekä paikallislehdestä edellisessä viikonloppuna.

Edellytämme pyöräilykypärän käyttöä ajon aikana!

Lisätieto: Ilkka, arola.ilkka@gmail.com tai 0400 549 620



***Järjestämme myös satunnaisia pyörälenkkejä lähiympäristössä.
Näistä ilmoitetaan ajankohtaisemmin kotisivuillamme.***

Kilometrikisa

Kilometrikisa poljetaan 1.5. – 22.9.2019 välisenä aikana.



Järvenpään Latu on ilmoittautunut Kilometrikisaan, joka on muun muassa yhdistysten välinen leikkimielinen kilpailu, jossa osallistujat kirjaavat pyöräilykilometrejänsä tai -minuuttejaan ylös ja kartuttavat oman joukkueen saldoa. Kisan päätarkoituksena on innostaa ihmisiä pyöräilemään.

Kilometrikisaan voit liittyä osoitteessa <https://www.kilometrikisa.fi/teams/join/>
Joukkuetunnuksemme on **Järvenpään Latu** ja osallistumiskoodimme **jäkelatu2019**.

Jos olit mukana kisassa jo viime vuonna 2018, voit käyttää aiemmin käyttämiäsi tunnuksia. Jos salasanasi ja/tai käyttäjätunnuksesi on päässyt unohtumaan, voit helposti palauttaa tunnustiedot omaan tunnukseen liittyvällä sähköpostiosoitteella osoitteessa <https://www.kilometrikisa.fi/accounts/recover/>

Sitten ei muuta, kun kypärä päähän ja ulos polkemaan!

Lisätieto: Ilkka, arola.ilkka@gmail.com tai 0400 549 620

Sieniretket

Järjestämme Järvenpään Ladun syksyn 2019 sieniretket Järvenpään lähialueille (Röstrand tai Kummelbergen)

- lauantai 31.8.2019
- Lauantai 7.9.2019 / Koko perheen Metsämörrin sieniretki
- Lauantai 28.9.2019 ja
- Lauantai 26.10.2019



Sieni-/metsäretkille lähdemme aamulla klo 9:00 Järvenpään kirkon alaparkkipaikalta (Kansakoulunkatu) kimppakyydein. Sieniretkien arvioitu kesto aika on noin 4-6 tuntia, joten pidämme retkellä myös evästauon. Jalkineiksi kumisaappaat.

Ilmoittautumiset: Edeltävään torstai-iltaan mennessä sähköpostitse timolehtinen351@gmail.com tai 040 732 0469

Ikäihmisten ulkoiluttaminen

Kevään palaute asiakkailta:

“Parasta tässä talossa on Ladun ulkoilutukset.”

Jatkamme siis tätä vapaaehtoistoimintaamme syys- ja lokakuun ajan maanantaisin. Aloitamme 2.9. klo 10:30 ja päätöskerta on 28.10. Sateen sattuessa laulatamme asukkaita aulassa.

Lisätietoa: Katriina, katriina.hemmi@gmail.com tai 050 539 2935



Salijumppa

Järvenpään Latu tarjoaa jäsenilleen jumpan Järvenpään kirkon liikuntasalilla lauantaisin klo 9:30-11:00.

Tarjoamme monimuotoisia jumppahetkiä Lauantai-aamun ratoksi. Syksyllä ensimmäisen kerran jumpaamme lauantaina 7.9. ja vuoden viimeinen jumppakerta on lauantaina 14.12.



Tervetuloa jumppaamaan iloiseen ja rentoon porukkaan!

Lisätietoa: Maria, mariajuntti@hotmail.com tai 040 569 1999

Pesäpallo (naiset)

Naisten harrastesäpällo on parhaillaan käynnissä. Treenaamme hyvässä hengessä tiistaisin klo 18:00 Haarajoen koulun kentällä aina 10.9. saakka, jolloin on kauden viimeiset harjoitukset.

Harrastesäpällo on tarkoitettu kaikenikäisille ja -kuntoisille pesäpallosta kiinnostuneille naisille.

Tervetuloa mukaan!!!

Rentoa ja mukavaa menoa, sekä pidetään hauskaa.

Suosittelemme hankkimaan oman räpylän, mutta välineitä löytyy myös lainaksi. Kypärän käyttöä suositellaan, kun pelataan. Erityisesti etukentällä. Pelaamme harrastesäpällo säännöillä. Kauden päätteeksi osallistumme kaikkien halukkaiden pelaajien kanssa Lady-pesisturnaukseen Turussa. Facebookista löydät meidän oman ryhmän: Järvenpään Latu / Räpsämirkut
Tervetuloa mukaan hauskan harrastuksen pariin!

Lisätietoja: Kirsi, kirsi.autio@gmail.com tai 040 565 4607

Kuntolentopallo (naiset)

Tervetuloa pelaamaan lentopalloa Yhteiskoulun ala-asteelle sunnuntaisin klo 19:30-21:00 (voit aloittaa mihin aikaan vain kautta). Aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Opetusta ja ohjausta saat tarpeen mukaan, tasosi vaatimalla tavalla.

Harjoittelemme myös kaikki yhdessä, kun tuntuu siltä. Jokainen saa esittää toiveita mitä harjoitellaan! Ohjaajalla on noin 12 vuoden valmennustausta!

Alaikäraja on nyt 16-vuotta! Tervetuloa kokeilemaan!!

Lisätietoja: Heidi Patriainen, heke79@hotmail.com tai 040 741 3415

***Nuku Yö Ulkona,
Oittaaan metsähotelli
31.8.2019***



TOIMINTAA LAPSILLE, SYKSY 2019

Metsävaeltajat

Metsävaeltajat ovat 7-10 vuotiaille koululaisille suunnattu Suomen Ladun toimintamuoto. Ryhmä kokoontuu vuoden kerrallaan, kerran kuukaudessa **sunnuntaisin**, retkeillen lähiluonnossa. Kokoonnumme Järvenpään alueen ulkoilupaikoilla.



Uusi ryhmä alkaa 1.9.2019, toimimme klo 15:00-17:00 Paavonpolun kuntoradan metsässä.

Osallistumismaksu: Ladun jäsen 15€, ei jäsen 25€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja: Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 041 465 2420

Metsämörri

Syksyn mörriit kokoontuvat **torstaisin** Paavonpolun kuntoradan metsässä: 5.9., 12.9., 19.9., 26.9. klo 18-19:30 ja sunnuntaina 29.9. klo 11:00-12:30

Osallistumismaksu: Ladun jäsen 10€, ei jäsen 15€.

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:
Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 040 465 2420



Hoi Kolikok

Metsänuppuset

Metsänuppuset on tarkoitettu alle 3-vuotiaille lapsille yhdessä oman aikuisen kanssa. Ryhmässä tutustutaan metsään aikuisen kanssa. Ryhmä kokoontuu Paavonpolun kuntoradan metsässä **tiistaisin** klo 18:00-19:00 yhteensä 5 kertaa.

Kokoontumiskerrat ovat 3.9., 10.9., 17.9. 24.9.,
Sunnuntai 29.9. klo 9:30-11:00

Osallistumismaksu: Ladun jäsen 5€, ei jäsen 10€

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:
Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 040 465 2420





KOKO PERHEEN METSÄMÖRRIN SIENIRETKI

Lauantaina 7.9.2019 klo 10:00

Hiihtomajan maastossa
(kokoontuminen hiihtomajan pihalla: Jokelantie, Järvenpää)

Retkellä tutustutaan sieniin tutkien ja leikkien.

Omat eväät mukaan,
makkaranpaistomahdollisuus nuotiopaikalla!
Retken kesto noin 2 tuntia.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

Saija, jarvenpaanmetsamorrit@hotmail.fi tai 041 465 2420
Tapahtuma on kaikille maksuton.



Teijon patikkaretki 25.–26.5.

Emme kertaakaan aikaisemmin ole suunnanneet patikkaretkiämme Teijon kansallispuistoon, mutta nyt sinne avautui oiva mahdollisuus, kun löysimme omasta takaa hyvää paikallistuntemusta. Petri, retkemme vastuuvetäjä, oli jo lapsuudessaan kulkenut alueella olevia polkuja ristiin rastiin, käynyt kastautumassa sen järvissä ja istuskellut tulipaikoilla eväitään nautiskellen. Tietämys riitti hyvin jaettavaksi luotettavasti ryhmällemme.



Teijon kansallispuisto sijaitsee Salossa, Varsinais-Suomessa. Jo kahden päivän retkeily avasi ymmärrystä tajuamaan, kuinka monivivahteisen kauniista luonnonvarasta on kyse. Maasto ja maisemat vaihtelivat alinomaa. Matilda-, Puolakka- ja Sahajärvien monimuotoiset rantamaat, Miilunummen ympäristö, Punasuo pitkospuineen, Jeturkasti, joka osoittautui 9000 vuotta vanhaksi Ancylys-järven muinaisrannaksi, missä veden ja jään hiomia pyöreitä kiviä riitti laajalti, sekä monet muut luonnonkauniit paikat saivat katseen kiertämään ja mielen ihastelemaan Luojan luomaa.



Järvenpäästä Teijoon siirtymisen jälkeen teimme pikaisen majoittumisen Mathildedalliin, pääosan ryhmää sijoituessa hotellin puolelle ja loppuosan Marinan puolelle. Välttääksemme näläntunteen synnyn, nautimme ennen maastoon siirtymistä makoisaa kalakeittolounaan hotellin ravintolassa. Sitten kelpasikin jo lähteä hyvin ravittuna luonnon helmaan.

“Ratamestarimme” Petri oli laatinut hyvän reittisuunnitelman molemmille retkipäiville. Lauantain reippailuksi tarkoitettu 16 kilometrin retki saattoi joidenkin mielestä olla alimitoitettu, ja totuuden nimissä sanottuna, sitähan se olikin. Tosiasiallisesti taivalsimme noin 23 kilometriä, mutta luontoliikuntaa vartenhan me paikalle olimme menneetkin. Ainakin ruoka ja uni maistuivat paremmin hyvin toteutetun urakan jälkeen.

Vastoin hyviä liikuntaohjeita aloitimme maantietä suoraan jyrkähköön ylämäkeen noustessamme hotellilta Tullintietä kohti Järvenkylää ja sen kautta luontokeskukselle. Tässä vaiheessa vielä täydet vatsat, keskeneräinen ruoansulatustoiminta ja keuhkot saivat taatusti oman osansa. Matildajärven itäpään kiertäen jatkoimme läpi järvisen pohjoista. Pienet lepotaumat nestetäydennyksineen, ja sitten taas mentiin kohti Kalasunttia ja sitä seuranneeseen Sahajärven poikki kulkevaan vetolossia. Uusi ja monille outo tehtävä.



Äänenvoimakkuus ryhmässä kasvoi huomattavasti, kilvan epäuskoisten katseiden ja epätietoisuuden lossin käyttötavasta. Todellisuudessa tilanne ei ollut niin huolestuttava, vaan vetäjät antoivat retkeläisten kokea omaa ahaa – elämyksensä: näinhän tässä pitää menetellä.

Lopulta keinot keksittiin ja ensimmäisen lauttauksen mes- tarina ei toiminut Kaaron, vaan Hannu hyvällä menestyksellä. Väki saatiin onnellisesti lossattua Kalasutin saaren puolelle ja hilattua takaisin vastarannalle noutamaan loppua porukkaa.

Henki oli korkealla, josta se vielä petraantui, kun ryhmä saapui saaren laavulle ja sen tulipaikalle. Partiolaiset olivat ehtineet levittäytyä jo ennen meitä, mutta sopu antoi tälläkin kertaa tilaa. Reput pois selästä, makkarat ja makkaratikut esiin, ja nuotiolle.



Kun keho oli ravittu, oli taas aika jatkaa matkaa. Suunta kääntyi takaisinpäin kohti etelää ja Punasuota. Tasapainoilu pitkospuilla oli hyvää vaihtelua polkujen jonossa kulkemiselle. Suonlaidan kasvillisuuden kukkaloistosta saattoi päätellä, että kesä oli hiljalleen saapumassa, ellei jo saapunut.



Matka jatkui ja sen pituus alkoi jo painaa askelta. Päätävästi, vetäjäänsä uskoen ja luottaen, joukko eteni järvien eteläpuolitse kohti länttä ja päämääräänsä Mathildedalia. Lähes 6 tunnin retkirupeama kirvoitti puheensorinan päivällispöydän ympärillä. Ympäröivä luonnonrauha satamanäköaloiheen, sekä Marinan viehättävä emäntä antoivat oman lisäpanoksensa viihtyvyydellemme. Eikä untakaan tarvinnut paljoa odotella.

Sunnuntai ja uusi päivä, sateinen sellainen. Joidenkin retkitarve oli täytynyt edellisen päivän uurastuksesta. Ihana jäykkyys raajoissa, kiputiloja siellä ja täällä. Jotkut halusivat tehdä oman päivä- ohjelman, enemmistön valmistautuessa uudelle retkelle lähtöön.



Kiersimme Matildejärven pohjoispuolitse Jertukastin muinaispolulle, kalliopolkuja myöten muinaisrantaan. Ainakin oma mielikuvitukseni oli kovilla, kun katselin edessä aukeavaa kivimuodostelmaa ja yritin siitä saada mielikuvan meren rannasta. Oliko kyse väsymyksestä vai mielikuvituksen tai tiedon puutteesta, mutta hankalaa asia oli mieltää opaskyltistä huolimatta. No, kaikki asiat eivät aukea ihan heti, vaan vaativat lisätutkimus.

Ehkäpä siihen löytyy uusi mahdollisuus jo ensi vuonna.

Kajtsu

Liity jäseneksemme!

Suomen Ladun elinehto ovat paikallisesti toimivat jäsenyhdistykset. Järvenpään Latu etsii uusia jäseniä pirteään joukkoonsa. Tarjoamme monipuolista toimintaa, joka auttaa jokaista löytämään oman tapansa liikkua. Matalan lähtökynnyksen takia joukkoomme on helppo liittyä. Sinut otetaan varmasti ilolla mukaan toimintaan.

Tee aloite, kutsu myös ystäviäsi mukaan. Tule ainakin kokeilemaan, miltä toimintamme vaikuttaa.

Lisätietoja:

<https://www.suomenlatu.fi/osallistu/liity-jaseneksi.html>

<https://jarvenpaanlatu.sporttisaitti.com/jasenyys/>



Voit ostaa Ullmaxia kauttamme.

Tuotteet ovat urheiluvaatteita, pääasiassa kerrastoja.

Vaatteet ovat laadukkaita ja edullisia.

Teemme yhdessä tilauksen ja tilaamasi tuotteet maksat Järvenpään Ladun tilille. Tilaamasi vaatteet voit noutaa maksutositetta vastaan. Näin säästät postimaksut.

Käy tutustumassa tuotteisiin Ullmaxin kotisivuilla:

<https://shop.ullmax.com/fi/webshop>

Ota yhteyttä, niin kerromme lisää!

Lisätietoja: Marita, marita.turunen@kolumbus.fi tai 0400 404 561

Jäsenyysasiat

Jäsenmaksut 2019

Henkilöjäsen	30 euroa
Perhejäsenyys (samassa taloudessa asuvat)	40 euroa
Rinnakkaisjäsenyys (henkilöjäsenenä toisessa yhdistyksessä)	10 euroa
Nuoriso- ja opiskelijajäsenyys (joko alle 29v opiskelija tai alle 20v nuori, ei opiskelija)	10 euroa
Kannattajajäsen	150 euroa

Suomen Latu hoitaa jäsenlaskutuksen lähettämällä laskut jäsenille ja tilittää jäsenyhdistysten osuudet keskitetysti sille.

Laskutusosoite: Anne Koskinen, Postikatu 11 A 19,
04400 Järvenpää
aikoskinen@elisanet.fi, puh. 0400 692 260

Järvenpään latu Ry:n tilinumero FI78 8044 0710 2005 52

Seuraava tiedote: Alkuvuoden 2020 toiminnasta 1/2020
tiedote julkaistaan joulukuussa 2019

Yhdistyksen kokous: Yhdistyksen syyskokous pidetään
keskiviikkona 6.11.2019 Järvenpää-talolla
klo 18:00 alkaen. Kokouksessa käsitellään
yhdistyksen säännöissä syyskokoukselle
määritellyt asiat. Muut kuin edellä mainitut,
kokoukselle tarkoitetut asiat on välitettävä
kirjallisessa muodossa hallitukselle vähintään
neljä (4) viikkoa ennen kokousta.

Järvenpään Ladun matkaehdot

MATKAN PERUUTTAMINEN

Mikäli peruutus tapahtuu:

- myöhemmin kuin 28 vrk, mutta viimeistään 14 vrk ennen lähtöä, veloitetaan hallintokuluja 20 eur.
- myöhemmin kuin 14 vrk, mutta viimeistään 48 tuntia ennen lähtöä, peritään 50% hinnasta
- myöhemmin kuin 48 tuntia ennen lähtöä, tai jos osallistuja ei saavu ajoissa lähtöpaikalle myöhästyen matkasta, on järjestäjällä oikeus pidättää koko matkan hinta.
- sairastapauksissa maksut palautetaan vähennettynä hallintokuluilla 20 eur, sairauden varmistava lääkärintodistus on toimitettava Järvenpään Ladun sihteerille.

Ilmoitamme lähempänä tapahtuma-ajankohtaa kaikista tapahtumistamme yksityiskohtaisempaa, päivitettyä tietoa omilla kotisivuillamme ja facebookissa.

Järjestämme tiedotteessa olevien tapahtumien lisäksi myös pienempiä, eri aiheisia tapahtumia; lyhyitä patikkaretkiä lähiympäristössä, pyöräretkiä keväällä, sekä toimintaa lapsille ja perheille. Tarkkaile ja seuraa koti- ja facebook-sivujamme. Tiedotamme siellä mm. viikonlopputapahtumista.

***www.facebook.com/jarvenpaanlatu/
<https://jarvenpaanlatu.sporttisaitta.com>***

Otteita yhdistyksen uusista säännöistä:

- Varsinaiset jäsenet ja kannattavat jäsenet hyväksyy hakemuksesta yhdistyksen hallitus.
- Perhejäsen asuu samassa taloudessa varsinaisen jäsenen kanssa.
- Puheenjohtaja, hallituksen jäsenet ja varajäsenet valitaan kahdeksi kalenterivuodeksi kerrallaan. Vuosittain puolet hallituksen varsinaisista ja varajäsenistä on erovuorossa. Henkilö voi toimia hallituksen puheenjohtajana korkeintaan kuusi peräkkäistä kalenterivuotta. Hallituksen puheenjohtajan, jäsenen ja varajäsenen on oltava yhdistyksen jäsen.
- Hallituksen toimintakausi on kalenterivuosi.
- Yhdistyksen kokouksissa on jokaisella 15 vuotta täyttäneellä varsinaisella jäsenellä, kunniapuheenjohtajalla ja kunnisjäsenellä yksi ääni. Kannattavalla jäsenellä on kokouksessa läsnäolo- ja puheoikeus.
- Yhdistyksen varsinaisessa kokouksessa käsiteltäväksi tarkoitettu asiasta on tehtävä kirjallinen esitys hallitukselle viimeistään neljä (4) viikkoa ennen kokousta.





Posti Green

Kannattajajäsenemme:



www.fysioprofinland.com
Alhotie 14, 04430 Järvenpää ja
Tupalantie 7 A, 04400 Järvenpää
anne@fysioprofinland.com
Puh. 044 564 4876



www.kuntosalus.fi
Alhotie 14, Järvenpää
Puh. 09 271 3008



Oy Chebici Ltd
Vanha Yhdystie 2
04430 Järvenpää



Järvenpää
Helsingintie 4-8
Puh. 09 279 7200



Emalikatu 9, Järvenpää
Primulan kiinteistö
p. 040 128 3322
herkkupaja@herkkupaja.fi
www.herkkupaja.fi



HOTELLI & RAVINTOLA
**HIRVIHAARAN
KARTANO**

"vain 30 min Kehä III:lta"
Kartanonlenkki 56, 04680 Mäntsälä
p. 019 688 8255
myynti@hirvihaarankartano.fi
hirvihaarankartano.fi



Vanha Yhdystie 17
04430 Järvenpää