KYMI JA VOIKKAA

Kymin ja Voikkaan henkilöstölehti **5/2004**

WE LEAD.
WE LEARN.

UPM



Kymin ansiomerkit jaettiin

- Mielipidekyselyn tulokset selvillä
- Paras opinnäytetyö v. 2004 Kymillä
- TUTTAVA-indeksi Voikkaalla

KYMI JA VOIKKAA
5/2004

Julkaisija
UPM, Kymi ja Voikkaa

Päätoimittaja
Ulla Parikka
tel:+358 204 15 3262
ulla.parikka@upm-kymmene.com

Taitto: Ulla Parikka

Lehden seuraava numero ilmestyy joulukuussa. Lehteen tarkoitetun aineiston on oltava toimituksessa **viimeistään 15.2.2005**

Painopaikka ja -aika:
Esa Print Oy, Lahti
16.12.2004

Paperi:
UPM Finesse matt, 100 g/m².
kansi: UPM Finesse gloss, 150 g/m²

Osoitteenmuutokset:
Helena Lukkarinen
puh. 0204 15 2167
helena.lukkarinen@upm-kymmene.com

ISSN: 1795-1038

www.upm-kymmene.com

Kansikuva (Johannes Wiehn):

Iloa Kymin ansiomerkkijuhlassa Koskelassa 9.12. Ruut Nyyssönen ja Matti Laine.

Takakannen kuva (Lassi Kujala): Varpuspöllö.



Mielipidekyselyn satoa 4
Henkilöstön mielipiteet vievät yhtiötä eteenpäin.

UPM:n opinnäytetyöt palkittiin 8
Kymin Marko Sundqvistilla paras työ.

40 vuotta ja yli miljoona tonnia 10
UPM:n ja Rank Xeroxin yhteistyötä.

Laatu- ja TUTTAVA-indeksit 14
Paperitehtaan työkalut parempaan ja turvallisempaan työskentelyyn.

Tukea esimiestoimintaan 16
Syksyllä käynnistyneestä koulutuksesta annettu hyvää palautetta.

Kymillä jaettiin ansiomerkit 18
Ansiomerkit jaettiin viimeisen kerran nykyisen palkitsemisjärjestelmän mukaan – ensi vuonna siirrytään UPM:n malliin.

Elämä on kokonaisuus 28
Juttusarjan viimeisen osion aiheena on hyvä olo.



Pääkirjoitus



Hyvinvoinnilla on merkitystä

Tämän lehden mukana saat käteesi Kymin ja Voikkaan vapaa-aikaliitteen. Siinä puhutaan liikunnasta ja terveyden merkityksestä yleensä. Se kuvaa myös miten monipuoliset harrastusmahdollisuudet meillä on täällä Kuusankoskella. Jos kuntomme rapistuu, emme voi syyttää ainakaan harrastamismahdollisuuksien puuttumista.

Kun tarkastelemme omaa fyysistä ja henkistä kuntoamme ja laajemmin vielä omaa hyvinvointiamme, voinemme todeta, että minä itse voin siihen parhaiten vaikuttaa. Aktiivinen itsestä huolehtiminen on paras keino oman kunnon ylläpitämiseksi. Meidän pitää vain löytää itsellemme sopivat tavat. Kaikki ei sovi kaikille.

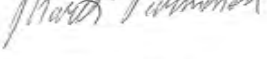
Toisaalta kun ajattelen lähelläni olevien hyvinvointia voin jälleen kääntää katseen itseeni. Mitä minä voin tehdä, että työkavereillani ja muilla lähellä olevilla ihmisillä menisi mahdollisimman hyvin? Voinko minä edistää muiden hyvinvointia? Vastaukseni näihin kysymyksiin on kyllä. Minä olen avainasemassa myös ympäristöni hyvinvointia ajatellen.

Edellä kuvaamassani olen ehkä yksinkertaistanut asioista. Mutta todellisuudessa ihmiset tekevät työyhteisön. Ihmisten käyttäytyminen toisiaan kohtaan ja toimintatavat, jotka valitaan, vaikuttavat merkittävästi siihen, miten koemme oman yhteisömme ja se osaltaan vaikuttaa työhyvinvointiimme.

Esimiestyön merkitystä ihmisten ja työssä onnistumisen kannalta emme voi vähätellä. Esimies on onnistumisten edellytysten luoja. Esimiestyöllä vaikutamme ilmapiiriin. Työyhteisöstä voi tulla kannustava, rohkaiseva ja tuloksia tekevä tai pahimmassa tapauksessa ahdistava ja lamauttava. Hyvän työyhteisön synnyttämisessä haluan esimiestyön rinnalla kuitenkin korostaa meidän jokaisen merkitystä. Olemme kaikki vaikuttajia.

Olemme juuri saaneet syksyllä suoritetun mielipidemittauksen tulokset. Vastausprosentit Kymillä ja Voikkaalla olivat korkeat, mistä parhaat kiitokseni kaikille. Tulosten analysointi on menossa ja ensi vuoden alussa ryhdymme tehdas- ja osastotasoisesti purkamaan niitä. Annetut vastaukset ovat viestejä meille. Ensi vuonna yksi keskeisiä töitämme on käydä joka työpaikassa tuloksia huolellisesti läpi, etsiä kehityskohteet ja lähteä toteuttamaan suunniteltuja asioita. Kaikki vaikuttaa kaikkeen. Mitä paremmin voimme ja mitä paremmin nautimme työstämme, sitä paremmat edellytykset ovat myös hyvälle tuloksen teolle.

Toivon kaikille lukijoillemme hyvää joulua ja menestyksellistä uutta vuotta.



Martti Purmonen



Teksti Merja Alastalo
Piirrokset Anssi Keränen
Kuvat Juha Rahkonen

Henkilöstön mielipiteet vievät yhtiötä eteenpäin

Tänä syksynä toteutettiin ensimmäistä kertaa koko UPM:n kattava henkilöstön mielipidekysely eli EOS. Vastausprosentti oli koko konsernissa 71. Aiemmin vastaavia tutkimuksia on tehty hajautetusti, toimialat ovat teettäneet omia kyselyitään eriaikaisesti.

Yleisesti ottaen kehitystä on tapahtunut verrattuna vuosina 2000 ja 2001 tehtyihin kyselyihin. Silloin yhteensä reilut 13 000 painopapereiden ja jalostustoimialan työntekijää osallistui tutkimukseen. Tänä vuonna kyselykaavakkeen palautti yli 17 500 työntekijää. Miramichin tehtaan henkilöstö ja puutuotetoimiala eivät osallistuneet kyselyyn syksyllä, vastaava kysely tehdään heille ensi kevään aikana.

Eniten kehitystä on tapahtunut yhteistyön ja henkilökohtaisten suoritusten johtamisessa. Takapakkia on otettu vastaajien mielestä eniten palkkauksessa ja työsuhde-eduissa verrattuna vuoden 2000 ja 2001 tilanteeseen.

Sitoutuminen avainasemassa

Sitoutuminen yritykseen on UPM:ssä huippuluokkaa. Tutkimuksen tehneen ISR:n mielestä sitoutuminen yritykseen heijastuu taloudelliseen tulokseen, siksi siihen liittyvät tekijät ovat hyvin merkitseviä yhtiön kannalta.

Sitoutumisen katsotaan koostuvan kolmesta avaintekijästä: johtajuudesta, yrityskuvasta ja maineesta sekä työtyytyväisyydestä. Johtamistyyli kirvoitti jonkin verran kritiikkiä, vain 48 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että nykyinen johtamistyyli kannustaa parempiin suorituksiin.

Kysyttäessä mielipidettä hyvästä johtajuudesta, 69 prosenttia ilmoitti oman yksikön olevan hyvin johdettu, oman toimialan johtamiseen oli tyytyväisiä 61 prosenttia ja koko UPM:n johtamiseen 65 prosenttia.

Esimiehet myönteisempiä

Paperiteollisuuden puolella eriteltiin esimiestason vastaukset keskiarvosta. Heidän vastauksensa poikkesivat keskiarvosta selvästi parempina. Jyrkimpiä eroja vastaajien keskiarvon ja esimiesten mielipiteiden välille syntyi kysyttäessä esimiesten ja johdon ymmärtämystä työssä kohdattaviin ongelmiin. Vain 42 prosenttia kaikista vastaajista oli sitä mieltä, että esimiehet ja johto ymmärtävät näitä ongelmia. Esimiehistä tähän uskoi 60 prosenttia.

Esimiehistä 78 prosenttia olivat sitä mieltä, että oma yksikkö on hyvin johdettu keskiarvon ollessa 69. Kaikista vastaajista 65 prosenttia arvioi koko UPM:n olevan hyvin johdettu, kun esimiesten prosentti oli 72.

Ympäristö ja tuotteet maineen perustana

Vastaajista 78 prosenttia ilmoittivat olevansa tyytyväisiä UPM:ään työnantajana. Yli 80 prosenttia sanoi olevansa ylpeitä työnantajastaan. Parhaimman arvosanan

UPM saa henkilöstöltään ympäristöasioissa, jopa 88 prosenttia vastaajista sanoo uskovansa UPM:n olevan vastuullinen ympäristöön liittyvien asioiden hoidossa.

Laadukkaat tuotteet ovat 88 prosentin mielestä UPM:n maineen perusta. Laatu on 87 prosentin mielestä myös ilmeinen osa päivittäistä työtä. Vastaajista 78 prosenttia pitää UPM:ää selvästi asiakaslähtöisenä yrityksenä, edellisiin tutkimuksiin verrattuna lukema on pudonnut kuusi prosenttia.

Lähes 80 prosenttia oli sitä mieltä, että oman osaston kanssa on helppo tehdä työtä. Asiakkaiden toiveet otetaan huomioon ja heidän odotuksensa otetaan huomioon 80 prosentin mielestä.

Työtyytyväisyys

Merkityksellistä työtä kokee tekevänsä 85 prosenttia vastaajista. Vastaajista 75 prosenttia kokee työnsä olevan myös haasteellista. Sen sijaan työtaakkaan on tyytyväisiä vain 53 prosenttia vastaajista. Varmuus työpaikasta on merkittävä osa työtyytyväisyyttä. Vain 58 prosenttia vastaajista kokee olevansa varma siitä, että työpaikka säilyy kun hoitaa työnsä hyvin. Aiempiin tutkimuksiin verrattuna pudotusta on tapahtunut kuusi prosenttia.

Vastaajista 53 prosenttia uskoo henkilökohtaiseen kehitykseen UPM:llä, tämä on neljä prosenttia enemmän kuin vuosina 2000 ja 2001. Koulutusmahdollisuuksiin on tyytyväisiä puolet vastaajista, etenemismahdollisuuksiinsa vain 30 prosenttia. Työpisteiden turvallisuuteen oli tyytyväisiä 85 prosenttia vastaajista, joka on yli 10 prosenttia parempi tulos kuin muissa vastaavissa yrityksissä.

Viestintää ja avoimuutta kaivataan lisää

Aiempiin tutkimuksiin verrattuna viestintään tyytyväisten joukko oli kasvanut kolmella prosentilla, silti vain 51 prosenttia oli sitä mieltä, että yhtiö viestii tarpeeksi paljon henkilöstöä koskevia asioita. Oman osaston ja yksikön tavoitteet olivat selviä yli 80 prosentille vastaajista, sen sijaan oman toimialan tavoitteet olivat selviä enää 67 prosentille.

Vastaajista vain 45 prosenttia oli sitä mieltä, että vallitseva ilmapiiri sallii asioiden tekemisen uudella tavalla. Noin puolet vastaajista eli 52 prosenttia vastasivat, etteivät yleensä usko mitä ylin johto sanoo, tämä on neljä prosenttia vähemmän kuin aiemmin tehdyissä tutkimuksissa.



Esimiestyö ja yhteistyö kehitysalueeksi

Tulosten perusteella koko konsernin kehitysalueeksi on päätetty nostaa esimiestyö, yhteistyö ja tiimissä työskentely. Esimiestyö on hyvin merkityksellistä työtä, jolla voidaan vaikuttaa moneen asiaan. Oleellisen tiedon välittäminen omille alaisille, motivointi ja alaisten suoritusten johtaminen on tärkeä osa esimiestyötä.

Yhteistyö ja tiimissä työskentely ovat kehittyneet tutkimuksen mukaan selvästi parempaan päin UPM:ssä. Tehokkaasti toimivat tiimit ja yhteistyö ovat kuitenkin yrityksen kannalta niin tärkeä osa-alue, että siinä halutaan kehittyä eteenpäin. UPM:n johtajisto seuraa tavoitteiden toteutumista ■



Teksti Merja Alastalo **Kuvat** Juha Rahkonen

Hyvä vastausprosentti ilahdutti

UPM:n toimitusjohtaja **Jussi Pesonen** on tyytyväinen henkilöstön mielipidekyselyn vastausprosenttiin. Joukkuepelaajana Pesonen haluaa jatkossakin panostaa tiimityöskentelyyn, samalla hän haluaa haastaa kaikki esimiehet käyttämään enemmän aikaa alaistensa kanssa.



Minkälaisena näet tutkimuksen merkityksen yhtiölle?

"Tutkimus on yhtiölle hyvin oleellinen työkalu. Tuloksia tullaan käyttämään erityisesti esimiestyön kehittämiseksi. Tutkimus toimii yhtiön strategisen kehittämisen palautekanavana. Sen avulla saadaan palautetta siitä tehdäänkö yhtiössä oikeita asioita, kehitymmekö oikeaan suuntaan ja ovatko tehdyt toimenpiteet tuloksellisia."

Mihin olit tutkimusten tuloksissa tyytyväinen, entä mikä yllätti?

"Vastausprosentti 71 oli hyvä tulos, se kertoo UPM:läisten tavasta tehdä työtä. Kaksi vuotta sitten yhtiön teemaksi valittiin tiimityöskentely ja siihen panostaminen. Oli todella palkitsevaa huomata, että työ on tuottanut selvästi tulosta ja asiat ovat menneet eteenpäin. Joukkuetyöskentelyä halutaan kehittää jatkossakin, siksi se on haluttu ottaa yhdeksi konsernin kehitysalueeksi."

Mihin tämän tutkimuksen perusteella tulee kiinnittää huomiota?

"Esimiestyön kehittämiseen tulee kiinnittää huomiota. Peruslähtökohta on se, että esimiesten tulee käyttää enemmän aikaa alaistensa kanssa. Jos jokainen esimies käyttäisi kuukaudessa tunnin verran enemmän aikaansa jokaisen alaisen kanssa, tilanne olisi jo toinen. Nyt tutkimustulosten mukaan asioiden läpi käymiselle ja säännölliselle palautteelle ei ole ollut tarpeeksi aikaa."

"Myös tiimityöhön tulee kiinnittää huomiota. Tällaisessa organisaatiossa tiimityö on toiminnan perusta, siksi sitä tulee kehittää edelleen."

Miten yrityksen ylin johto hyödyntää tutkimustuloksia jatkossa?

"EOS:n tuloksia on käsitelty jo kahdessa johtajiston kokouksessa. Tuloksien pohjalta tehtäviä suunnitelmia ja toimenpiteitä seurataan jatkossakin tiiviisti johtajistossa. Olemme kiinnostuneita myös yksiöiden suunnitelmista, emme pelkästään konsernitason toimenpiteistä." ■



Tulokset käydään läpi myös tiimitasolla

Marraskuussa julkistettiin koko konsernin tulokset ja joulukuun alussa myös yksikkökohtaiset tulokset valmistuivat. Tuloksien pohjalta tehtävät toimintasuunnitelmat valmistuvat helmikuun loppuun mennessä.

Tuloksien pohjalta tehtävien toimintasuunnitelmien pitäisi olla valmiita helmikuun loppuun mennessä. Toimintasuunnitelmien toteutumista seurataan sekä johtajiston toimesta että paikallisesti johtoryhmätasolla", linjaa henkilöstöjohtaja **Riitta Savonlahti**.

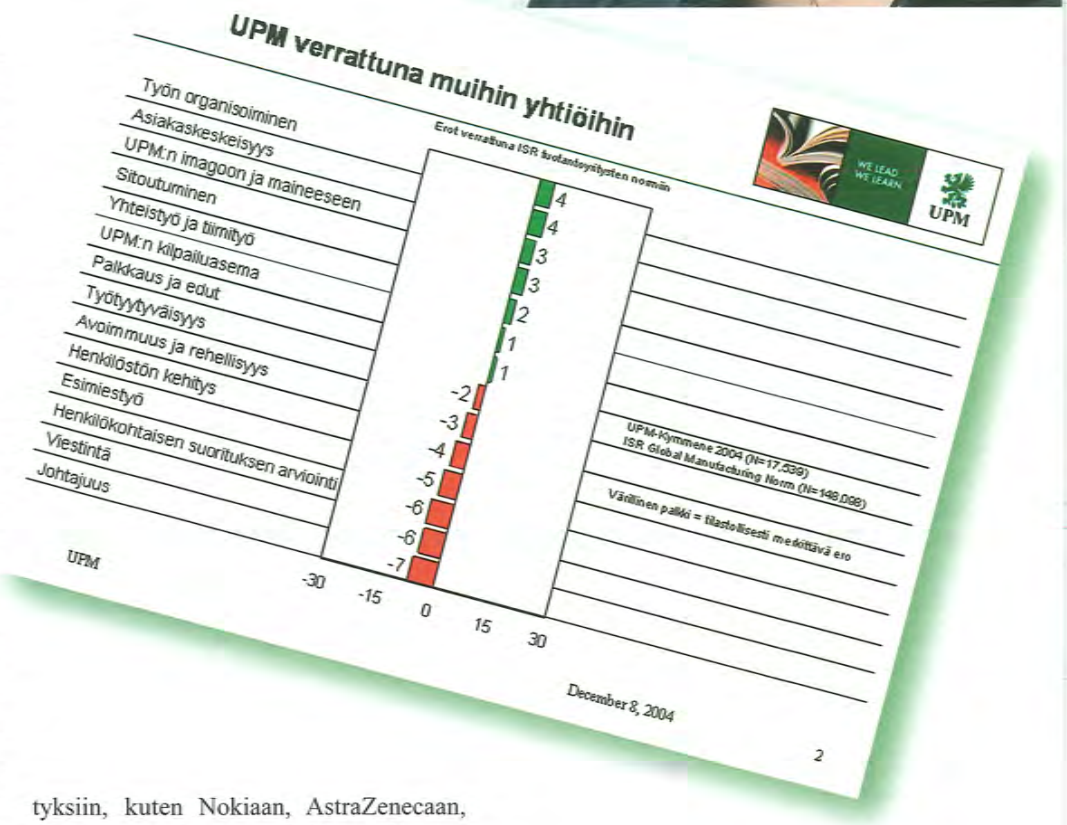
Paikalliset tulokset käydään läpi yksikkötasolla ja valitaan yksiköille omat kehitystavoitteet. Tämän jälkeen tulokset käydään läpi myös tiimitasolla.

"Tarkoituksena on, että esimies kokoaa oman porukkansa ja pyytää tarvittaessa paikallista HR:ää avuksi. Yhdessä sovitaan oman tiimin tavoitteet. Tavoitteita ei tarvitse olla useita, tärkeintä on se, että tehdään mitä sovitaan", sanoo Riitta Savonlahti.

"Jatkuvan parantamisen teeman mukaisesti myös positiivisesti kehittyneet asiat voivat olla kehityskohteita. Koko konsernin yhdeksi kehitysalueeksi valittiin tiimityöskentely, vaikka se onkin parantunut selvästi aiempiin tutkimuksiin verrattuna. Tavoitteita asetettaessa tulisi löytää oman tiimin toiminnan kannalta sellaisia asioita, jotka ovat mahdollista toteuttaa. Tärkeintä on se, että asioista voidaan keskustella avoimesti", jatkaa Savonlahti.

UPM verrattuna muihin yrityksiin

Tutkimuksen tekijä ISR on verrannut UPM:ää muihin samantyyppisiin yrityksiin, kuten Nokiaan, AstraZenecaan, Carlsbergiin ja Vattenfalliin. UPM on selvästi normiarvoja parempi työjärjestelyissä eli työturvallisuuden ja työkalujen suhteen sekä asiakaslähtöisyydessä. Myös yrityksen imago ja maine ja sitoutuminen yritykseen ylittävät normin. UPM:ssä oli jopa 12 prosenttia enemmän yritykseen tyytyväisiä työntekijöitä kuin muissa tuotantoyrityksissä.



Heikoimmin UPM:n tulokset pärjäävät vertailussa johtajuuden ja viestinnän suhteen. Vaikka henkilökohtaisten suoritusten johtamisessa UPM on petrannut, muihin yrityksiin verrattuna UPM:n tulos alittaa selvästi normin. Esimiestyö ja henkilöstökehitys ovat niin ikään normin alapuolella. ■



Tänä vuonna palkitut opinnäytetyön tekijät vas. Juha Haromo, Jaakko Rautanen ja Marko Sundqvist.

Teksti Asta Salminen **Kuvat** Marja Jäppinen ja Asta Salminen

Marko Sundqvist
palkittiin UPM:n Paras opinnäytetyö -kilpailussa

UPM palkitsi tänä vuonna toista kertaa yhtiölle tehtyjä opinnäytetöitä. Ansiokkaiden töiden huomioimisella halutaan korostaa oppimisen ja osaamisen merkitystä. Tekniikka, metsä- ja luonnontieteet sarjassa palkinnon sai Kymin sellutehtaan kuidunvalmistuksen käyttöinsinööri **Marko Sundqvist**, joka teki diplomityönsä Kymille vuonna 2003. Työn ohjaajana toimi Kymin kehitysinsinööri, tekn. lis. **Jyrki Kohtala**.

Sundqvist tutki työssään 'Puuvapaan pohjapaperin lujuuden arviointi ja hallinta' uusien mittaustekniikoiden käyttöä paperin lujuuden määrittämisessä. Tavoitteena oli tuoda esille mittausmenetelmiä, jotka kertoisivat entistä paremmin paperiradan ajettavuudesta teräpäällystyksessä sekä selvittää mahdollisuuksia siirtyä tehdasintegraatin kannalta suotuisampiin suhteisiin massakomponenteissa ja paperin valmistusresepteissä.

"Koeajoja tehtiin eri havusellulaaduilla, kokeiltiin kuivaa ja kuivaamatonta havumassaa ja niiden eri jauhatustasoja sekä eri täyteainemääriä. Tehtyjä muutoksia tutkittiin testaamalla massanäytteistä valmistettuja arkkeja sekä valmista päällystettyä paperia", Sundqvist kertoo.

"Tuloksena ilmeni, että näennäinen vetolujuus kuvaa perinteistä repäisylujuutta paremmin puuvapaan pohjapaperin ajettavuutta teräpäällystyksessä, kun arviointimenetelmänä käytetään KCL AHMA -katkopilottia. Eli periaatteessa pystyttiin ajamaan sisään uusi mittaus ja luomaan pohja sen tulevalle käytölle. Massakomponenttipuolelta saatiin odotettuja tuloksia; puuvapaa paperi pystyy saavuttamaan hyvän lujuustason alhaisellakin havusellu-osuudella ja täyteainepitoisuuden vaikutus eri lujuustekijöihin tuli hyvin esille. Havusellun alempi osuus saa aikaan myös kustannussäästöjä", Sundqvist summaa tuloksia.

Tutkimukseen liittyvät koeajot suoritettiin Kymin PK 7:llä. Työssä mukana olivat myös tutkimuskeskus ja paperitehtaan käyttölaboratorio, joissa tehtiin erilaisia mittauksia.

"Lopputyö on esimerkki hyvin tehdystä ryhmätyöstä, jossa lopputulos muodostuu monien ihmisten panoksesta. Samalla se antaa yksilölle positiivisen mahdollisuuden näyttää omaa osaamistaan muiden ihmisten avustuksella. Kunnia työstä kuuluukin monille ihmisille", Sundqvist korostaa.

Uutta tietoa käytäntöön

Kymillä on samaan aihepiiriin liittyen tehty aikaisemmin **Mikko Sillanpään** toimesta diplomityö, jolle Sundqvistin tutkimus on jatkoa. Sillanpää selvitti erilaisten havumassojen lujuusominaisuuksia ja uusia mittausmenetelmiä lähinnä laboratoriomittakaavassa. Sundqvistin työn myötä haluttiin katsoa samoja asioita käytännön ympäristössä paperikoneolosuhteissa.

"Tutkimuksen taustalla vaikuttaa kaksi tekijää. Tehtaan tuotanto on painottunut vuosien varrella päällystettyihin papereihin. Päällystetyn paperin pohjapaperi on kevyempää kuin aiemmin tuotettujen lajien, joten paperin lujuusominaisuudet ja niiden arviointi ovat tulleet entistä tärkeimmiksi. Tätä kautta on syntynyt tarve myös tietämyksen lisäämiseen. Toisena tekijänä on tutkimusmaailmassa viime vuosina tehdyt lujuus- ja ajettavuustutkimukset. Meitä kiinnosti lähteä selvittämään, miten uusi tutkimustieto on siirrettävissä käytäntöön", kertoo Kohtala, joka on luonut idean palkittuun opinnäytetyöhön.

Sundqvistin tutkimus tuo uusia näkökulmia paperin lujuusominaisuuksien tarkasteluun käytännössä.

"Nyt tiedämme tarkemmin, mihin asioihin tulisi keskittyä ja miten arvioida lujuusominaisuuksia paremmin. Luonnollisesti uuden asian tuominen organisaatioon ja laajempi omaksuminen on oppimisprosessi, jonka edetessä uuden tiedon hyödyntäminen asteittain lisääntyy. Työstä saa hyvää taustatietoa, kun tuotantolinjoilla tarkastellaan paperilajien reseptejä, millä



Jyrki Kohtala painottaa opinnäytetöiden tärkeyttä osana tehtaan toimintaa.

raaka-aineilla ja massakoostumuksilla eri tuotteet tehdään. Linjoilla muutoksia on jo tehtykin ja tullaan varmasti tekemään jatkossakin", Kohtala sanoo.

Kohtala painottaa opinnäytetöiden tärkeyttä osana tehtaan toimintaa. "Kun tehtaalla on jokin asia, josta halutaan lisätietoa ja jota halutaan kehittää, niin opinnäytteet ovat siihen hyvä mahdollisuus. Työn tekijä pystyy keskittymään koko ajan tiettyyn alueeseen ja sen tähden työ on tehokasta. Opiskelija saa samalla tehtyä lopputyönsä ja tehdas tietoa haluamastaan aiheesta. Asiasta hyötyvät kaikki." ■



Turvallinen liikkuminen oli lähtökohtana Voikkaan tehtaan uusissa liikennejärjestelyissä.

Teksti Asta Salminen **Kuva** Asta Salminen

Kevyt- ja raskasliikenne omiin liittymiinsä Voikkaalla

Voikkaan tehtaan liikennejärjestelyihin on tehty loppusyksyn aikana muutoksia turvallisen liikkumisen takaamiseksi kaikelle liikenteelle. Ennen käytössä ollut liittymä Kuusaantieltä pääportille jää ainoastaan raskasliikenteen käyttöön ja henkilöauto- ja kevytliikenne kulkevat pääportille uudesta liittymästä, joka sijaitsee noin kaksisataa metriä vanhasta liittymästä Voikkaan keskustaan päin.

Voikkaan rakennusosaston päällikkö **Paul Murtamo** toteaa muutoksen olevan tarpeellinen raskasliikenteen lisääntyneen määrän vuoksi.

"Uusilla liikennejärjestelyillä saadaan tehdasalueelle liikennöivä kevyt- ja raskasliikenne eroon toisistaan. Jatkossa puutavararekat liikennöivät vanhan liittymän kautta ja menevät suoraan vaa'alta sisään tehdasalueelle. Tieyhteys vanhasta liittymästä pääportille on katkaistu kokonaan ja henkilöauto-, pyörä- sekä jalankulkuliikenne kulkevat pääportille uuden liittymän kautta", Murtamo kertoo.

Puuportin edustalle on tehty rekoille odotusalue, josta ne ohjataan valo-opastuksella tehdasalueelle.

"Muutokset ovat osa tehtaan uutta punnitusjärjestelmää. Kaikki punnittavat tuotannon raaka-aineet tulevat sisään vanhan liittymän kautta ja punnitus tapahtuu yhdellä, uudistetulla vaa'alla. Uudistuksen myötä saamme järkeistettyä tehtaalle tulevaa raaka-ainekennettä", logistiikkapäällikkö **Juha Mölsä** selvittää. ■

Teksti Reijo Virta **Kuvat** Xeroxin arkisto

40 vuotta ja yli miljoona tonnia Xerox-papereita

"Onkohan sota tulossa, kun kuula menee edellä ja hylsy perässä", kysyi joku koiranleuka 1960-luvun lopulla Kymin paperitehtaan PK 5:llä. Koneen käyttöinsinööri oli vaihtumassa ja dipl. ins. **Timo Kuula** esitteli konetta uudelle käyttöinsinöörille **Risto Turtiaiselle**. Yksi opastuksen kohde oli Xerox-paperin valmistus. Se oli aloitettu nelisen vuotta aikaisemmin ja toimitusmäärät olivat nousseet jo 300:aan vuosittaiseen tonniin.

Vuonna 1964 koneen silloinen käyttöinsinööri **Holger Lassenius** ja myyntipäällikkö **Nils Löfgren** olivat vieneet koeriisejä Rank Xeroxille Helsinkiin. Mukana oli ainakin vanhaa päällystettyä Griffiniä ja tavallista monistuspaperia, silloiselta tuotenimeltään PV 80.

Valinta päätyi monistuspaperiin. Tilausmäärä oli kaksi tonnia. Sen saavuttua Rank Xeroxilla monet ihmettelivät mitä kaikella paperimäärällä tehtäisiin.

Kun tuotanto tehtaalla toden teolla aloitettiin, oli ratkaistava monia pulmia. Kokeiltiin mm. Xerox-paperin kalanterointia, kunnes huomattiin, että kuohkea paperi toimi paremmin kopiokoneessa.

Aluksi kuusta ja haapaa

Sopiva paperin jäykkyys löytyi lisäämällä massaan riittävästi pitkää kuitua. Se oli viereisen Kymin sulfiittisellutehtaan kuusikuitua. Lyhyenä kuituna käytettiin sekä eräajona sulfiitilla valmistettua haapasellua että "Haarlan haapaa" eli Lievestuoreelta ostettua haapasellua. Lyhyt kuitu kuivattiin aina ennen sen käyttöä paperinvalmistuksessa.

Täyteaineena paperissa oli tuolloin kaoliini.

Pohjanmuodostuksen kanssa temppuiltiin pitempään. Lopulta löytyi sopiva massasuihkun ja viiran nopeuksien suhde; kuidut piti saada kääntymään viiralle osittain sekaisin ja se onnistui kun viiran nopeus oli alhaisempi kuin suihkun nopeus.

Koska PK 5:n nopeus oli vain noin 130 metriä minuutissa ja massarata oli vain 228 senttiä leveä, kyettiin kokemuksen karttuessa paperin rakenne saamaan hyvin Xeroxia tyydyttäväksi.

Testauksia alusta lähtien

Paperit testattiin tutkimuskeskuksessa kolmella erilaisella Xerox-koneella. Yksi niistä oli tyyppimerkiltään 914. Sen vaikutus kopiointitekniikkaan oli maailmanlaajuisesti niin suuri, että se kuuluu new yorkilaisen Smithsonian-instituutin kokoelmiin. Kuusankoskelaiset paperinvalmistajat muistavat sen kuitenkin laitteena, jossa paperi usein hiiltyi jäätyään kiinni koneen sisälle.

Uusi opettelu oli edessä, kun Xerox-paperin tuotanto siirrettiin uudelle hienopaperikoneelle, Kuusanniemeen valmistuneelle PK 7:lle. Tällöin Xerox-paperia myytiin jo yli 1 000 tonnia.

Vaikka PK 7:llä oli mahdollista vähentää paperin käyristymistaipumusta säätämällä kuivatusosan sylinterien alariviin erilaiset höyrynpaineet kuin yläriviin ja tehostaa säätöä vielä viimeisellä jäähdytyssylinterillä, ei Xeroxin hyväksymään laatuun päästy helposti.

"Se on nyt niin lerjua", joutui laatua valvonut Xeroxin **Lindström** toteamaan hyvin usein. Hän koeajoi jokaisesta Xerox-konerullasta leikatut näytearkit PK 7:n väestönsuojaan sijoitetulla kopiokoneella.

Isompi kone epäilytti

Xerox-paperia oli 1970-luvulle saakka valmistettu niin Suomessa kuin Euroopassakin vain pienillä koneilla. Siksi Xeroxin taholla suhtauduttiin epäilevästi 4,5 metriä leveän koneen mahdollisuuksiin. Haasteita paperintekijöillä riittikin: siirryttiin käyttämään pääasiassa mäntysulfaattia, joskin osa pitkästä kuidusta oli 1970-luvun alkupuolella edelleen kuusisulfiittia. Haapasulfiitti muuttui koivusulfaatiksi vuoteen 1968 mennessä ja täyteaineena kokeiltiin myös talkkia.

Leikkausjälki on Xerox-spesifikaatioissa aina ollut keskeinen, karheutta ja pölyä ei saanut esiintyä. PK 7:n myötä rakennetussa arkkisalissa käytettiin Xerox-paperienkin leikkauksessa aluksi giljotiinin ja arkkileikkurin yhdistelmää. Ensimmäinen rullalta pienarkit leikkaava Lenox-Hayssen -linja sijaitsi päällystyskoneen sivuhuoneessa. 7-laatikkoinen Lenox-linja asennettiin arkkisaliin vuonna 1975.

Kopiopaperin valmistuksen siirtäminen yhä suuremmalle koneelle eli vuonna 1983 valmistuneelle PK 8:lle arvelutti jälleen Xeroxin väkeä. Uusi kone oli kuitenkin suunniteltu erityisesti korkealuokkaisen konttoripaperin valmistukseen, siinä oli kaksoisviira, jonka mahdollistama kaksipuolinen vedenpoisto helpotti mm. käyristymisen hallintaa. Myös tietokonetekniikka oli jälleen kehittynyt: esimerkiksi paperin paksuus, sileys, neliömetripaino ja kosteus nähtiin profiileina. Hyvät profiilit eivät kuitenkaan taanneet aina paperin kulkemista kopiokoneessa, vaan Xerox jatkoi tilaamiensa paperien testausta Kuusankoskella.

PK 7:llä valmistettujen Xerox-paperin ostot olivat tasaisesti lisääntyneet, mutta PK 8:n myötä ne kasvoivat jo yli 10 000 vuositonnin.

Kilpailu kiristyi

Seuraava loikka Xeroxille toimitettujen papereiden määrässä nähtiin 1980-luvun lopulla, jolloin käynnistyi PK 9. Vuonna 1989 ylitettiin jo 30 000 tonnin raja. Muutkin paperinvalmistajat olivat kuitenkin huomanneet A4-paperin kasvaneet markkinat, joten kilpailu paperintoimittajien kesken kiristyi. Suomessa mukaan tulivat mm. Kangas ja Veitsiluoto.

PK 9:n tekniset ratkaisut eivät oleellisesti poikenneet PK 8:n vastaavista, mutta hankitut kokemukset oli tietenkin huomi-

oitu. Uusi kone edellytti myös kolmannen A4-linjan hankintaa arkkisaliin. Se, että Kymistä tuli suurin eurooppalainen A4-valmistaja, nähtiinkin loogisena seurauksena monivuotisesta yhteistyöstä Rank Xeroxin kansssa.

Suurin parannus PK 9:llä oli uusi, tehokkaampi tapa ajaa paperin pinnalle pölyämistä estävä tärkkelys. Ns. filmiliimapuristin mahdollisti myös paperikoneen nopeuden nostamisen ja tuotantotehokkuuden parantamisen. Tänä päivänä ajettava 1 350 metriä minuutissa on maailman eliittiä. Kehittyneempi viiraosa loi edellytykset paperin pohjanmuodostuksen edelleen kehittämiseen. Uusi täyteaine, saostettu kalsiumkarbonaatti mahdollisti paperin korkeamman vaaleuden, bulkin eli kuohkeuden sekä jäykkyyden.

Tällä hetkellä Xerox-papereita valmistetaan vain PK 9:llä PK 8:n muututtua pohjapaperikoneeksi.

(Oheisen artikkelin tiedot perustuvat Lennart Gräsbeckin, Ensio Erkinharjun, Jorma Latomäen ja Rainer Sundströmin haastatteluihin, Kimmo Alajoutsijärven, Kristian Möllerin ja Carl-Johan Rosenbröijerin tutkimukseen Kymin ja Rank Xeroxin yhteistyöstä sekä Stig Linderborgin käsikirjoitukseen Kymin tekninen historia 1938-1991).

Xeroxin kehityskaari

Kun Kymiyhtiö ja silloinen Rank Xerox aloittivat yhteistyönsä vuonna 1964, oli kopiokoneiden maksiminopeus seitsemän kopiota minuutissa. Ensimmäinen, käsin käytettävä Xerox-kone oli tullut markkinoille jo vuonna 1949.

Vuonna 1970 kopiointinopeus oli kasvanut 60 sivuun minuutissa ja vuonna 1978 jo 120 sivuun. 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa mahdollistui pienentäminen ja vähän sen jälkeen automaattinen kaksipuoleinen kopiointi. Syöttölaitekin automatisoitiin. Vuonna 1973 Yhdysvalloissa julkistettu värikopiokone tuli Suomeen vuonna 1974. Se oli kuitenkin liiaksi edellä aikaansa.

Vuonna 1977 Yhdysvalloissa julkistettiin ensimmäinen tehokas laserprintteri, Suomeen se tuli vasta 1980-luvulla. Laserprintterissä lasersäde tekee kuvarummulle jäljen, joka siirretään paperille. Aikaisemmin käytössä oli normaali valotus. Pankeissa, vakuutusyhtiöissä ja tulostuspalveluyrityksissä laserit poistivat käytöstä rivikirjoittimet.

1980-luvulla kehitettiin kopiokoneiden ominaisuuksia kuten suurentamista ja pienentämistä, nidontaa sekä mikrosirujen mahdollistamaa sisäistä diagnostiikkaa.

1990-luvulla julkistettiin ensimmäinen digitaalinen, verkkoympäristössä toimiva painokone DocuTech ja myös värikopiointi yleistyi. Vuosikymmenen jälkipuoliskolla kehitettiin monitoimilaitteita. 1990-luvun lopulla suuntana oli myös kopiomäärien kasvun hidastuminen ja vastaavasti tulosteiden voimakas kasvu.

Xerox – tuotekehityksen liikkeellepanija

”Xerox on ollut merkittävänä liikkeellepanevana voimana paperin tuotekehityksessä. Keskeisin kehityskohde on aina ollut ajettavuus. Paperin pitää toimia kopiointi- ja tulostusprosesseissa”, sanoo Kymin tutkimus- ja kehitysjohtaja **Matti Sipilä**.

”Tällöin kiinnitetään huomiota mm. käyristymiseen, jäykkyyteen ja leikkausjälkeen.”

Myös se, miltä paperi näyttää, vaikuttaa ostopäätökseen. Valkoisuus, puhtaus ja formaatio ovat tällöin tarkastelun kohteena. Yhä tärkeämmiksi ovat tulleet fyysinen tuntuma paperiin, paperin monikäyttöisyys ja jälkikäsittelyn laatu.

”Tuoteanalyysissä mittaamme paperista kaikkia em. ominaisuuksia ja teemme sen jälkeen oman prosessianalyysimme – ja muutamme tarvittaessa prosessiamme”, tiivistää Sipilä. Hän otaksuu, että paperin neliömetripainojen laskiessa jäykkyyden hallinta tulee yhä tärkeämmäksi.



Xerox 813 oli ensimmäinen pöydälle sijoitettava kopiokone.



Xerox 7000 oli ensimmäinen kopiokone, jolla oli mahdollista tehdä pienennöksiä.



Risto Turtiainen oli pitkään mukana Kymin ja Rank Xeroxin yhteistyössä. Nykyisin hän toimii UPM:n Stracelin tehtaan teknisen asiakaspalvelun päällikkönä Ranskassa.



Kymin PK 5:llä tehtiin kopiopapereita vuodesta 1964 lähtien aina 1970-luvulle saakka. Kuvassa purkutyöt käynnissä v. 1983.

Teksti Risto Turtiainen ja Reijo Virta **Kuvat** Kymin arkisto ja Risto Turtiaisen kokoelma

"Kymin paperit näyttivät lupaavimmilta"

Risto Turtiainen, joka nykyään toimii teknisen asiakaspalvelun päällikkönä UPM:n Stracelin paperitehtaalla Ranskassa, tuli Kymin paperitehtaalle käyttöinsinööriksi toukokuussa 1968. PK 5:llä oli tuolloin tehty kopiopaperia vajaat neljä vuotta. Kopiopaperin teko oli aloitettu **Holger Lasseniuksen** johdolla. Ennen Turtiaisen tuloa PK 5:lle käyttöinsinöörin tehtäviä ehti hoitaa myös **Timo Kuula**.

"Olen kuullut, että Rank Xeroxin edustajat olivat vuoden 1964 alussa ostaneet helsinkiläisistä paperikaupoista riiseittäin Suomessa myytäviä A4-papereita ja kokeilleet niitä kopiokoneissaan. Testien tulos oli näyttänyt Kymin papereiden osalta lupaavimmalta. Kopioitaessa oli ilmennyt vähiten tukoksia ja sen takia myös vähiten kopiokoneen sisäisiä tulipaloja ja muita ikävyyksiä. Valmiit kopiot olivat jopa suhteellisen suoria ja paperin pintaan sulatettu väri pysyi paperissa eikä hankauksessa lentänyt taivaan tuuliin."

Vanha ja pieni kone

Risto kertoo, että PK oli alkujaan vuonna 1904 rakennettu tekemään sanomalehtipaperia Pietarin markkinoille. "Koneen leveys oli 228 cm, huippunopeus hihnavetoisella valta-akselikäytöllä 130 metriä minuutissa, siinä oli avoperä, tasoviira ja kolme märkäpuristinta, joista viimeinen oli ns. kääntöpuristin. Liimapuristin koneelle tuli 1950-luvulla. Kuusitelainen konekalanteri, poperullain ja jälkikäsittelyn superkalanteri ja kantotelaleikkuri kuuluivat niin ikään tuotantolinjaan."

Turtiaisen mukaan kone valmisti vuonna 1968 noin puolet 10–12 000 tonnin vuosituotannostaan päällystettynä paperina. Loput olivat erilaisia toimistopapereita. Koko tuotanto oli puuvapaita lajeja eli hioketta ei käytetty.

Spesifikaatiot muistissa

Ristolla ovat vielä 30 vuoden jälkeenkin muistissa Rank Xeroxin ja Kymin vuoteen 1968 mennessä sopimat spesifikaatiot. Niissä luki suunnilleen seuraavaa:

"80 g/m², pintaliimattu, liimattu valkoinen puuvapaa paperi ilman likapilkkuja, paksuus 80 µm, sileys 100 Bendtsen. Paperi kulkee häiriöittä Rank Xeroxin kaikissa kopiokoneissa tuottaen suoria, käyristymättömiä kopioita. Kerran kopioitujen arkkien pitää suostua toiseen kierrokseen niin, että kaksipuolisten kopioiden tekeminen on mahdollista."

Systeemiin kuului myös, että Rank Xeroxin edustaja teki Kymin tutkimuslaitoksen tiloihin asennetuilla kolmella erityyppisellä kopiokoneella vastaanottotestin jokaisesta ns. arkkilastista ennen kuin paperi pakattiin tilaajan kääreisiin.

Kopiopaperia tehtiin PK 5:llä Turtiaisen sitä ajaessa noin 1000 tonnia vuodessa, aluksi Suomen markkinoille ja vuodesta 1972 lähtien 2000–3000 tonnia kotimaahan ja Isoon Britanniaan.

PK 5:n käyttöinsinöörillä oli oikeus käyttää testikopiokoneita valmistuksen aikaiseen testaukseen, jotta vastaanottotestissä löytyisi mahdollisimman vähän hylättävää. "Tätä varten otettiin jokaisen tai joka toisen konetampuurin pinnasta näytteet radan etu-, takareunasta ja keskeltä ja niistä leikattiin 100-200 A4-arkkia käyttöinsinöörin testiä varten. Testien perusteella koottiin ns. arkkilastit karsimalla huonosti käyttäytyvä paperi muihin tarkoituksiin."

Vastaanottotarkastuksen tarkoitus oli vähentää Rank Xeroxin huoltokäynteihin liitttyviä kustannuksia ja muutenkin minimoida mahdolliset ikävät keskustelunaiheet Rank Xeroxin ja Kymin välillä.

Kuvat Johannes Wiehn

Antoisaa yhteistyötä

40 vuoden yhteistyötä ja miljoonaa tonnia Xerox-papereita juhlistettiin erilaisilla tapahtumilla. Syys-lokakuun vaihteessa Xeroxin Euroopan alueen tarvikeliiketoiminnan johdon edustajat ja UPM:n hieno- ja erikoispaperit toimialan johto tapasivat Kuusankoskella. Kuvat kotimaan asiakkaiden vierailusta Kymillä 28.10. Menossa on tehdaskierros.



Vieraat isäntineen käyttölaboratoriossa (ylempi kuva) ja arkkisalissa (kuva alhaalla).



Teittinen ja giljotiini

Käyttöinsinööri joutui ajoittain itse leikkaamaan testinsä A4:t.

"Tätä varten **Aarno Teittinen**, arkkisalin päivämestari siihen aikaan, opetti minulle giljotiinin käytön. Hän rajoitti työni yhteen vanhaan giljotiiniin 'koska sen särkyessä ei muu toiminta arkkisalissa vielä häiriintyisi !"

Kopiokoneissa sattui insinööritesteissä silloin tällöin tukoksia ja tulipaloja, joiden jälkeen vekotin ei suostunut käynnistymään. Rank Xeroxin testaajalla oli pieni varasto osia, sulakkeita ja kortteja koneiden takana.

"Minä tein aikanani yhteistyötä kahden RX-testaajan kanssa, jotka olivat todellisia ammattilaisia koneidensa kanssa. Useimmiten kone käynnistyi nimittäin tempuilla, jotka sain pelkästään puhelimen välityksellä."

Insinöörinä Risto Turtiainen pohtii, että kopiokoneiden suunnittelussa oli siihen aikaan ilmeisesti tärkeintä Rank Xeroxin oman tekniikan sovittaminen kohtuullisten kuorien sisään. Se, miten paperiarkki seikkaili onnistuneesti kopiokoneen lävitse, oli saanut vähemmän huomiota osakseen.

1960-luvulla Rank Xerox oli suorakopioinnissa monopoliasemassa, sillä sen hallussa olleet patentit sallivat kilpailun tulon markkinoilla vasta 70-luvun puolivälin tienoilla. Paperin tekijän piti siis sopeutua koneisiin tai jäädä kasvavan markkinan ulkopuolelle.

Kymillä haluttiin olla alan kehityksessä mukana. Paperikoneella ajettiin jos jonkinlaisia kokeita, joita ideoitiin insinöörikonttorissa ja mietittiin yhdessä vuoromestareiden ja koneenhoitajien kanssa ennen toteutusta. Niiden yhteydessä haettiin tietenkin myös käytännön rajoja.

"Muistan yhden koesarjan, jossa kokeiltiin viiraosan ravistusta. Yhden koepisteen jälkeen **Harjun Kalle**, pitkän linjan kokenut vuoromestari, tuli toimistooni paperikassin kanssa ja sanoi: 'Kuule, nämä pultit ja mutterit keräsin lattialta ensimmäisen kahden minuutin aikana – vieläkö jatketaan?'. Kun vastasin, että eiköhän uskota rajan tulleen vastaan ja palataan normaaleihin asetuksiin, sanoi Kalle jo sopineensa asiasta hoitajan kanssa." ■

Teksti Asta Salminen **Kuvat** Asta Salminen

TOIMIVAT TYÖKALUT ARKIPÄIVÄN TYÖSKENTELYYN

Laatu- ja TUTTAVA-indeksi

Paperitehtaan menestyvä toiminta vaatii eri osa-alueiden jatkuvaa kehittämistä ja usein myös uusia toimintatapoja. Voikkaalla vuoden alussa käyttöön otettu laatuindeksi ja PK 18:lla koekäytössä oleva TUTTAVA-indeksi (turvallisesti tuottavat työtavat) ovat esimerkkejä työkaluista, joilla voidaan parantaa arkipäivän työskentelyä ja yleistä toimintaa.

Voikkaalla pyritään laatu- ja TUTTAVA-indeksien myötä kehittämään kokonaislaatua sekä työturvallisuus ja -viihtyvyys-asioita. LWC-tuotantoyksikön johtaja **Aki Kohonen** korostaa, että liikkeelle ei lähdetä nollatilanteesta, vaan asioissa toimitaan jatkuvan parantamisen periaatteella. Niin laatu- kuin työturvallisuusasioitakin halutaan viedä eteenpäin ja samalla kehittää toimintakulttuuria edelleen parempaan suuntaan.

Laatuindeksi on kehitetty alun perin Pohjois-Amerikassa Blandinin tehtaalla. Sieltä se on vähitellen levinnyt hyvien käyttökokemusten myötä myös konsernin muille tehtaille.

”Laatujohtamisessa on usein ollut ongelma siinä, miten kokonaislaatua pystytään mittaamaan. Laatuindeksin vahvuus on, että se voidaan rakentaa kullekin tehtaalla oman tilanteen mukaan. Indeksin käyttöönotto on tuonut mukanaan jatkuvan laatutietoisuuden parantumisen ja hyviä tuloksia on jo nähtävissä”, Kohonen kertoo.

”TUTTAVAn käyttöönotto puolestaan on osa koko työsuojelu- ja työturvallisuustoimintaa. Voikkaalla tuli selkeästi esille, että meillä on ryhtiliikkeen paikka tehtaan järjestyksen osalta. Työturvallisuuden ja -viihtyvyyden kannalta siisteys ja järjestys ovat olennaisia asioita ja näitä TUTTAVAssa juuri painotetaan. Työtapaturmienkin taustalta löytyy usein jonkinlainen epäjärjestys. TUTTAVAn kautta pyritään ennen kaikkea takaamaan ihmisille turvallisempi ja viihtyisämpi työskentely-ympäristö.”

Uusien toimintatapojen osalta tullaan järjestämään koulutuksia koko tehtaan väelle. Laatuindeksin osalta koulutukset ovat jo käynnistyneet ja TUTTAVA-koulutusta annetaan osastoilla ensi vuoden puolella.

Laatuindeksi kuvaa paperin kokonaislaatua

Laatuindeksi muodostuu erilaisista ominaisuuksista, joilla mitataan sitä kokonaisuutta, miten asiakas paperin toimitettuna näkee. Voikkaalla mitattaviksi ominaisuuksiksi on määritelty paperin tekninen laatu, asiakasvalitukset ja subjektiivinen laadun arviointi.

”Teknisessä laadussa tarkastellaan paperimittauksin optisia ominaisuuksia, neliömassaa jne. Asiakasvalitukset puolestaan jaetaan ajettavuuden ja painettavuuden toimivuuteen. Subjektiivisen laadun arvioinnin suorittavat myyntikonttorit asiakkailta saamansa palautteen perusteella. Arvioitavana on paperin ajettavuus, painettavuus sekä toimitusten ajallinen ja määrällinen täsmällisyys”, kehityspäällikkö Tiina Kokkonen kertoo.

”Jokaista osa-aluetta painotetaan laatuindeksin laskemisessa osa-alueen tärkeyden mukaan. Osa-alueet ja tärkeysjärjestys määritellään kalenterivuosittain sen mukaan, mitä tehdas itse näkee oman tuotteensa tärkeimmiksi tekijöiksi. Esimerkiksi teknisen laadun osalta olemme Voikkaalla valinneet seurattaviksi paperilajeiksi ne, jotka muodostavat suurimman osan konelinjan tuotannosta tai ovat muuten strategisesti tärkeitä”, Kokkonen selventää asiaa.

Tehokas työkalu

Laatuindeksi merkitsee käytännössä eri tekijöiden mittaamista ja seurantaa. Kokkonen toteaa, että indeksiä seuraamalla laadun notkahdukset ja nousut näkyvät entistä paremmin.

”Esimerkiksi vuoden alussa tapahtunut siirtyminen neutraaliin prosessiin vaikutti positiivisesti paperikoneen ajettavuuteen ja se näkyi heti myös laatuindeksissä nousuna. Aikaisemmin ei ole ollut mitään vastaavaa systeemiä, josta olisi voinut seurata laatua näin kattavasti. Asioita katsottiin toisista irrallaan ja esimerkiksi valitukset ja paperin tekninen laatu käsiteltiin erillisinä asioina. Nyt laatuindeksi antaa kokonaiskuvan tilanteesta”, Kokkonen kehuu uutta systeemiä.

”Minulle tämä on työkalu, jolla näen yleistä kehitystä ja saan tietoa aina kunkin hetkisestä tilanteesta. Laatuindeksi toimii myös taustatekijöiden analysointityökaluna. Laskevat ja nousevat arvot herättävät tutkimaan, mitä asioiden taustalta löytyy”, Kokkonen toteaa.

Voikkaalla laatuindeksiä on ollut kehittämässä työryhmä, johon kuuluvat **Kyllikki Ek**, **Aki Kohonen**, **Tiina Kokkonen**, **Anne Lihvonen**, **Minna Lindroos**, **Aleksi Pekkanen** ja **Sami Teittinen**. Tietojärjestelmän toteutuksesta on vastannut **Antti Vehkala** ja koulutuksesta **Jouko Rantakokko**.

TUTTAVA takaa turvallisen työympäristön

TUTTAVA eli turvallisesti tuottavat työtavat on Työterveyslaitoksen kehittämä jär-

jestyksen ja siisteyden kehittämisohjelma. Kymillä TUTTAVA on ollut käytössä jo muutaman vuoden ja Voikkaan koko tehtaalle se tulee ensi vuoden kuluessa.

TUTTAVAssa on tarkoituksena pitää huolta yleisestä siisteydestä ja järjestyksestä. Asioita kehitetään eteenpäin ja taataan sitä kautta turvallinen työympäristö. Jokapäiväisessä työssä pyritään systemaattiseen ja täsmälliseen toimintaan, johon kaikki tehtaalla työskentelevät ottavat osaa. Kehityksen mittarina toimii TUTTAVA-indeksi.

"Työpisteissä määritellään yhdessä se alue, jossa TUTTAVAa toteutetaan. Meillä PK 18:lla se on märänpään seinästä aina kuivanpään seinään saakka ja mukaan kuuluvat ylä- ja alakerta sekä valvomot. Yhdessä myös päätetään, mitä hyvään järjestykseen kuuluu ja mitä osa-alueita ja tekijöitä tarkkaillaan ja arvioidaan", PK 18:n tuotantopäällikkö **Jarmo Pulli** ja päivämestari **Ilmo Koivisto** kertovat.

"TUTTAVAa harjoitellaan konelinjalla parhaillaan. Työryhmän kanssa olemme tehneet listan arvioitavista asioista. Tähän kuuluvat esimerkiksi valvomoiden siisteys, kulkuteiden esteettömyys, varastoiden hyvä järjestys ja tavaroiden löytyminen oikeilta paikoilta. Järjestystä tarkkaillaan 1 - 2 kertaa kuukaudessa kiertämällä kaikki paikat läpi ja mittaamalla oikein-väärin -akselilla määriteltyjä kohteita. Tästä syntyy TUTTAVA-indeksi, jonka avulla seurataan asioiden kehittymistä", Pulli selittää asian kulkua käytännössä.

Kaikki linjalla työskentelevät osallistuvat vuorollaan paikkojen arvioimiseen noin tunnin kestävällä kierroksella. Koska kierroksia tehdään jatkossa noin kerran kuukaudessa, tarkastusvastuu tulee jokaiseen eteen arviolta kerran kahdessa vuodessa.

TUTTAVAn työryhmä, johon kuuluvat Koiviston ja Pullin lisäksi **Marko Ahola**, **Eila Dahl**, **Kimmo Hilden**, **Mika Kuusisto**, **Seija Lallukka**, **Ari Luoma**, **Pirjo Niemelä**, **Päivi Suutari** ja **Seppo Vesa**, on ollut mielenkiinnolla asiassa mukana ja jo nyt eteen on tullut paljon kehittämiskohteita. "Olemme tehneet uudistuksia koekierrosten perusteella. Linjalle on mm. hankittu letkukeloja ja telineitä eri työvälineille. Jatkossa linjan porukka itse määrittelee kehityskohteita tarpeen mukaan."

"Turvallinen ja siisti työympäristö on kaikkien yhteinen asia. Lähtökohtana onkin, että kaverille ei jätetä mitään, vaan jokainen huolehtii aina omasta työympäristöstään", Koivisto ja Pulli muistuttavat. ■



Ilmo Koivisto (vas.) ja Jarmo Pulli pohtivat PK 18:n tarkastuskohteita TUTTAVA-indeksiä varten.



"Laatu- ja TUTTAVA-indekseilla pyritään kehittämään asioita edelleen parempaan suuntaan", Aki Kohonen sanoo.



Laatuindeksin mittauskohteisiin kuuluu myös paperin tekninen laatu. Tiina Kokkonen vertailee paperinäytteiden ominaisuuksia.

Teksti Marko Lummio ja Ulla Parikka **Kuvat** Soile Kärhä

Tukea esimiestoimintaan

Kymin ja Voikkaan esimiehille kohdistetut esimiestoimintatapahtumat alkoivat kuluneena syksynä. Kyseessä on neljä osiota käsittävä tietopaketti, jonka läpi vieminen kestää kevääseen 2006 asti.

Tietopaketilla pyritään tukemaan esimiesasemassa olevien henkilöiden toimintaa, osaamista ja onnistumissa työtehtävissään. Kyseessä on myös pitkälti tietojen päivittäminen, mikä on erittäin tärkeä osa koko esimiestyötä.

Syksyn 2004 osion aiheena oli vastuullinen esimiestoiminta, ja se toteutettiin 10 kertaa syksyn aikana, jotta jokainen noin 190:stä osallistujasta pääsisi mukaan. Sama joukko kutsutaan myös kolmeen seuraavaan osioon. Kevään 2005 aiheena on työlainsäädäntö, TES ja paikalliset sopimukset, ja syksyllä 2005 käsitellään työssä jaksamista. Viimeisen, keväällä 2006 toteutuvan osion aiheena on esimiestyökalut verkossa.

Huomiotavaa on, että kouluttajina toimii Kymin ja Voikkaan oma väki eli osa-aluiden parhaat asiantuntijat.

Koulutukseen kutsutaan kaikki Kymin ja Voikkaan vuoromestarit, varavuoromestarit, päivämestarit, työnjohtajat, kunnossapito- ja käyttöinsinöörit sekä henkilöt, joiden sijaistoimena ovat esimiestehtävät. Tilaisuuksiin osallistuminen kuuluu olennaisesti työtehtävien hoitamiseen.

Koulutuksen aihealueita on suunnitellut AKT eli ammatillisen kehittämisen työryhmä, johon kuuluvat **Arto Ahlberg** Voikkaalta, **Antti Kauppi** Kymin hienopaperilta, **Pekka Nykänen** sellu- ja energiaosastolta sekä **Marko Lummio** henkilöstöhallinnosta. Sisällön suunnittelussa ovat mukana kouluttajat, jotka myös vetävät omat aiheensa.

Ensimmäiseen koulutusosioon osallistui kaiken kaikkiaan 176 kymiläistä ja voikkaalaista, joten osallistumisprosentti oli erinomainen. He antoivat palautetta 1–4 asteikolla keskiarvona 3,08, mikä myös osoittaa, että koulutus onnistui hyvin. ■



Marko Helkala Kymin rakennusosastolta kiittelee esimieskoulutusta. ”Tämä ensimmäinen osio oli minulle paljolti kertausta, koska olen jo toiminut esimiehenä. Kertausta kuitenkin tarvitaan, joten ihan hyvältä tuntui päivittää tietojaan”, hän toteaa.

Marko lähti avoimin mielin koulutukseen. Hänelle sopii enemmän kuin hyvin tämä malli, jossa ollaan päivä kerrallaan koulutuksessa omalla paikkakunnalla. Hänen mielestään se on tehokkaampaakin kuin monen päivän koulutusputki.

Marko odottaa seuraavilta jaksoilta lisää ja uusia asioita, joita voi hyödyntää työssään. Hänen työnkuvansa on hyvin vaihteleva, kahta samanlaista päivää ei ole. ”Monet työt meidän osastolla oppii vain tekemällä, koska ne eivät ole toistuvaa rutiinia.”

”Tosi hyvä ohjelma tämä on varsinkin sellaiselle, joka tulee ensi kertaa taloon esimiestehtävään. Kaikki on uutta: talo, ihmiset, toimintatavat, säännöt jne.” Kun on saanut kunnon perehdytyksen, on töiden aloittaminen vankalla pohjalla. Perehdyttäminen ja työnopastusasiat ovat nousseet tärkeiksi alueiksi, mikä on pelkästään hyvä asia.

Myös konkareille tekee hyvää kokoontua kolleegoiden kanssa pohtimaan kokemuksia ja näkemyksiä. ”Aina oppii jotain uutta ja huomaa, että asioita voi tehdä monella tavalla oikein.” ■



Jukka Iiskola työskentelee päällystyskone 3:lla. Hänen mielestään nyt meneillään oleva esimieskoulutus on hyvä kokonaisuus. Ensimmäisessä osiossa oli hänenkin mielestään ennestään tuttua asiaa, mikä ei kuitenkaan haitannut. ”Esimerkiksi ympäristöasioita ei tule niin pohtineeksi tuotannon rutistuksen keskellä. On hyvä välillä kertailla niitä ja muitakin asioita”, hän sanoo.

Kun tieto on hallussa, on asioiden ennakointi helpompaa. ”Kaikissa asioissa olisi hyvä osata ennakoida tilanteita, ettei vahinkoa pääsisi tapahtumaan millään alueella. Turvallisuus- ja ympäristöasiat ovat tärkeimmästä päästä.”

”On hyvä, että kouluttajina toimivat oman talon ihmiset. He ovat tuttuja ja tietävät talon asiat, joten ajatusten vaihto heidän kanssaan on helppoa.” Yksi päivä tuntui Jukasta vähän liian pieneltä ajalta, keskustelua olisi riittänyt enempäänkin. Toisaalta sekin riippuu ryhmästä, millaisia asioita ilmaantuu pohdittavaksi. Eri osastoilla on hyvin erilaisia työtehtäviä. ■



Esa Jokinen PK 18:lta arveli koulutukseen mennessään saavansa juuri sellaisen tietoiskun kuin odottikin eli jossa osa oli vanhan kertausta ja osa selkiinnytti uusimpia toimitatapoja UPM:ssä. ”Luulen jatkoosien kulkevan samoilla linjoilla, aihepiirit ovat vain toiset”, hän toteaa.

Omassa työssään Esa kokee tärkeimpinä asioina turvallisen työskentelyn hyvinvoivassa työyhteisössä.

”Omassa koulutusryhmässäni eniten keskustelua herättivät työhyvinvointiin liittyvät aiheet”, hän kertoo. Esalla on myös pitkä käytännön kokemus esimiestehtävissä, mutta hänenkin mielestään kertaus ja aina uudelleen läpikäynti tekee pelkästään hyvää.■

UPM, Kymin pääluottamusmies Ari Wahlberg kättelyvuorossa.



Teksti Eila Kylliäinen **Kuva** Lehtikuva Oy

Ari Wahlberg juhli itsenäisyyspäivää presidentin linnassa

Ari Wahlberg sai kutsun linnan juhliin pääluottamusmiehen ominaisuudessa. Hän oli pukeutunut edustamiensa ammattiosaston, Paperiliiton ja yhtiön arvon mukaisesti, joten Arille tunnusomainen punainen huivi kulki mukana vain taskun pohjalla siltä varalta jos oikein hiki sattuisi yllättämään.

”Saavuin linnaan ja kohtasin ensimmäiseksi vartion, jossa oli myös tiukkailmeisiä naiskadetteja. Pienen keskusteluyrityksen jälkeen totesin että heillä oli ilmeisesti vain lupa hymyyn”, totesi Ari.

”Linnan isosta aulasta nousivat kahdet rappuset yläkertaan josta jonot yhtenivät kättelyyn meneväksi. Suurempia kontakteja ei jonossa pystynyt luomaan”, kertoi Ari. Kättely sujui kuitenkin juohevasti, ja me ruudun äärellä olijat saimmekin Arilta kivan pikku vilkutuksen.

”Yläkerran terasseilta pääsimme seurailemaan vieraiden saapumista. Siellä alkoi pienempimuotoinen tarjoilu kahdeksan maissa. Oli pikkupizzoja, lammasmakkaroita ynm, viinejä ja boolia.

Alakerran pitkissä pöydissä oli todella upeat ja runsaat tarjoilut monine pikkupaloineen ja eksoottisine lisukkeineen. Mieto ja varmasti jokaisen maun mukainen booli oli kuulemma hiljan jouduttu muuttamaan koostumuksen paljastumisen vuoksi, totesi Ari.

”Pääministeri **Vanhasen** kanssa meillä oli pieni juttutuokio, ei kuitenkaan päivän politiikkaa, mutta kansanedustaja **Tennilän** kanssa keskustelin pidempääkin.

”**Ben Zyskowiczin** ja toisen pitkätukan **Toni Halmeen** kanssa paiskattiin myös kättä”, nauroi Ari

Alkuperäinen koreografia tanssin suhteen meni kiville sillä sekä naiskadetit että **Tanja Karpela** olivat mystisesti kadonneet. ”Pääsin kuitenkin muutamalle tanssille ja lisäksi tapasin helsinkiläisiä kirjastoihmisiä joiden kanssa viettelin myös aikaa”, totesi Ari.

Mitään skandaaleja ei Arin huomion mukaan linnassa tapahtunut. Hiukan miestä oli jännittänyt pysyykö vuoden nuoren suunnittelijan **Heidi Wikarin** lakanamainen asu yllä. Myös **Pirkko Mannolan** kaunis ja nuorekas olemus sai Arin vilpittömän ihailun.

”Jatkoille menin oman Helsingissä asuvan ystäväni luokse ja loppuviikko kului muutenkin pääkaupunkiseudulla työasioissa.”

Linnan juhlat olivat kokemuksena kiva ja ainutlaatuinen. ”Pääsin näkemään livenä valtaisan määrän julkkiksia ja muita silmäätekeviä. Kovasti ovat ihmiset, aivan tuntemattomatkin kyselleet linnan juhlista.

Sen olen oppinut ja muillekin sanon, että koskaan ei pidä sanoa ei koskaan”, totesi Ari. ■

Kuvat Johannes Wiehn

Kymillä vietettiin pitkään palvelleitten



PARASTA AIKAA
- puhtia päivään

Kymi ja Voikkaa-lehden liite 2004

WE LEAD.
WE LEARN.

UPM



Ota tämä liite talteen!
Sisältää 2 kuntokorttia.

PARASTA AIKAA
- puhtia päivään

Kymi ja Voikkaa-lehden liite 2004

Julkaisija
UPM, Kymi ja Voikkaa

Päätoimittaja
Ulla Parikka
tel:+358 204 15 3262
ulla.parikka@upm-kymmene.com

Toimituskunta
Santtu Aitala, Heli Lahtinen, Anssi Pälvisalo, Marjo Ukkonen

Piirrokset Heli Pukki

Taitto Ulla Parikka

Painopaikka ja -aika:
Esa Print Oy, Lahti
16.12.2004

Paperi:
UPM Finesse matt, 100 g/m².
kansi: UPM Finesse gloss, 150 g/m²

ISSN: 1795-1038

www.upm-kymmene.com

Kansikuva (Heli Pukki):
Harrastuksista iloa elämään.



Liiku omaksi iloksesi! 3
Vapaa-ajan elämäntavoilla on merkitystä 4
Hyvänolon huominen 5
Kuntokisalla innostusta liikkumiseen 6
Kyllä kannattaa liikkua 7
Elämyksiä ja energiaa työmatkalta 8
Luonnossa liikkuminen tekee hyvää 9
Hyödyllistä hauskaa hyvässä seurassa 10
Jukolan ja Venlojen viesti Anjalankoskella 2005 11
Liikuntapaikkakartta 12
Liikuntatapahtumia v. 2005 14
Urheiluyhdysmies harrastaa edelleen 16
Tahti hidastui, muttei pysähdy 17
Onko kirjallisuudesta harrastukseksi? 18
Arkea pakoon näyttämölle 19
Mikä hippatoimikunta? 20
Soitinyhtye H.E.L.M.E.T 20
Urheiluako? 21
UPM, Kymin ja Voikkaan liikuntatyöryhmä 22
UPM, Kymin ja Voikkaan lajivastaavat 22



Pääkirjoitus



Liiku omaksi iloksesi!

Liikkumisen kautta haen itselleni mielenvireyttä ja vaihtelua päivärutiineihin. Liikunnan käsitän tässä tosi laajasti siten, että se pitää sisällään jopa moottoripyörällä tehdyn ilta-ajelun.

Fyysinen kunto siinä tuskin paljon paranee, vaikka kävisikin Pulkkilanharjulla iltakahvilla, mutta mieli virkistyy. Päivän aikana mielessä pyörineet työasiat jäävät vähäksi aikaa taakse. Joskus ajellessa saattaa jokunen ideanpoikanen alkaa muhia päässä. Tarkempi työstö on kuitenkin parasta jättää työpaikalle, koska moottoripyörällä ajamiseen täytyy keskittyä tai voi käydä köpelösti.

Muita enemmän "oikeata" liikuntaa muistuttavia lajeja ovat minulla talvella laskettelu ja kesällä golf. Ne ovat täysin erilaisia liikuntamuotoja, mutta kumpikaan ei onnistu, jos ajatukset harhailevat muualla. On irrotettava itsensä arkirutiineista ja pakotettava ajatukset meneillään olevaan suoritukseen. Muuten ovat sukset ristissä ja golfpallo ties missä. Nämä lajit kohottavat fyysistä kuntoa huomattavasti enemmän kuin mopoilu.

Tärkeä lisämauste useimmissa liikuntamuodoissa on tietysti ystäväpiiri sekä sosiaalinen kanssakäyminen muidenkin kuin työkavereiden kanssa.

Kevyempi ulkoilumuoto, jossa voi jo aika vapaasti pohdiskella syvällisiäkin asioita, on tietysti kävely ja nykyisin sauvakävely. Nyt on kävelykausi alkamassa, koska kesän pelit ja ajelut ovat ohi, mutta talvi ei vielä ole alkanut. Itse en (vielä) sauvakävelyyn ole innostunut, mutta paljon tulee ihmisiä kadulla sauvojen kanssa vastaan ja ihan tyytyväisiltä näyttävät. Tärkeintä onkin, että liikkuu omaksi ilokseen eikä pohdi koko ajan: "Miltä tämä näyttää? Olenko minä tyylikäs? Onko minulla viimeisimmän muodin mukainen vaatetus?"

Raimo Särkelä



Teksti Anssi Pälvisalo

Vapaa-ajan elämäntavoilla on merkitystä hyvinvoinnille

Yhtiön vapaa-ajantoiminta on ollut ja on varmasti jatkossakin hyvin liikuntapainotteinen. Jokainen meistä tunnustaa liikunnan merkityksen terveydelle ja hyvinvoinnille. Tuoreen liikuntatutkimuksen mukaan yli puolet suomalaisista liikkuu liian vähän. Päällimmäiseksi syyksi paljastuu ajan puute. Syy on yllättävä. Tunnin liikuntasuoritus kolmesti viikossa riittää.

Saatamme kuitenkin helposti unohtaa näissä pohdinnoissa, että teatterissa, elokuvissa, konserteissa, taidenäyttelyissä, messuilla ja eri urheilulajien kilpailuissa ja peleissä käyminen myös antavat voimaa henkisen puolen hyvinvoinnille ja jaksamiselle.

Näistä asioista juttua syntyy usein kahvipöydän ääressä kuin itsestään. Kirjojen ja lehtien lukeminen sekä television ajankohtais- ja uutisohjelmien seuraaminen lisää ajan hermolla pysymistä, ja pitää sitä kautta yllä hyvää vireystasoa sekä vie ajatukset pois päivittäisistä työrutiineista. Listaa voisi jatkaa vielä tästäkin. Tämän julkaisun monissa artikkeleissa kosketellaan juuri edellä mainitsemiani aihealueita.

Jo muutaman vuoden ajan on kokeiltu "retkeilyä" erilaisissa kulttuuririennoissa. Periaatteena on ollut, että yhtiö maksaa kuljetuksen, ja mukaan lähtevät ostavat pääsylipun, jotka henkilöstöpalvelu on varannut. Tästä on saatu positiivista palautetta. Syksyllä Peurungassa pidetyillä lajivastaavien ja liikuntatyöryhmän koulutuspäivillä perustettiin tätä asiaa edistämään erillinen työryhmä, joka nimettiin Hippatoimikunnaksi. Se on tarttunut toimeen ripeästi.

Yhtiön puitteissa tapahtuva vapaa-ajan liikuntatoiminta on varsin laajaa. Meillä on lukuisia harjoitusvuoroja eri lajeista kiinnostuneille. Kuusankoskella on yhtiön alueella kaksi kuntosalia, palloiluhalli, petankkihalli, golfin harjoitushalli ja palloiluhalli "Kymin areena". Vanhoja tehdasrakennuksia on voitu hyödyntää eri urheilulajien harrastamiseen.

Niin työelämässä kuin vapaa-aikanakin yksin puurtaminen on monesti tylsää. Yhdessä tekeminen ja harrastaminen antaa aina enemmän virikkeitä. Ensi vuoden motto voisi olla "harrastetaan yhdessä" ■





Teksti Leila Kallio-Smith

Hyvänolon huominen

Tuntuuko, että aina väsyttää eikä jaksa tarttua arjen askareisiin? Terveelliset elämäntavat ja liikunnan aloitus odottaa aina huomista; et vaan saa aikaiseksi aloittaa.

Liikunta on yksinkertainen tapa edistää terveyttä. Terveysliikunta edistää sydämen ja verenkiertoelimistön, keuhkojen sekä tuki- ja liikuntaelinten toimintakykyä. Kun liikunnan avulla fyysinen suorituskyky paranee, selviät helpommin arjen stressaavista tilanteista.

Pienillä ponnistuksilla jo saa aikaan terveysvaikutuksia; kolme kertaa viikossa ja puolituntia kerrallaan auttaa hyvin terveytesi edistämisessä.

Hyötyliikunnan omaksuminen on yksi hyvä keino lisätä liikuntaa kiireiseen arkeen. Halkojen hakkaaminen, puutarhatyöt sekä auton vaihtaminen pyörään tai kävelyyn tuo vireyttä. Jos vielä kiinnittää huomiota hyvään ryhtiin ja oikeisiin työasentoihin, voi välttyä monilta kivuilta ja saa taas mukavaa pontta päivään.

Omasta terveydestä huolehtimiseen kuuluvat myös terveellinen ravinto ja riittävä lepo sekä perhe- ja ihmissuhteista huolehteminen.

Mitä, jos lähtisit hakemaan lisäpontta terveytesi ylläpitämiseksi vuoden 2005 kuntoremonttikursseilta!

Kurssin tarkoituksena on kannustaa ja opastaa työntekijää ottamaan itse vastuuta omasta toimintakyvystä ja hyvinvoinnista.

Tavoitteena on herättää kurssilaisen motivaatio omasta kunnosta huolehtimiseen, tarjota kokemuksia eri liikuntalajeista ja hakea vinkkejä kunnon kohotukseen. Kurssilta saa eväät hyvän olon lähteille. Asiantuntijat suunnittelevat kanssasi, kuinka löytää ja käyttää omia piileviä voimavaroja.

Viiden päivän aikana sinua testataan ja opastetaan, nautit viihtyisästä ympäristöstä ja kokeilet kenties uusia lajeja. Innostavat ammattiohjaajat kannustavat sinua ja ryhmääsi yksilösuorituksiin. Ohjelmassa on liikuntaa eri muodoissaan. Luennoilla käsitellään mm. ravintoa, liikuntaa, työssä jaksamista, erilaisia terveysriskejä koskevia asioita sekä muita kohderyhmän tavoitteista lähteviä aiheita.

Puolen vuoden kuluttua ryhmä menee terveystreffeille kylpylään pariksi päiväksi arvioimaan, mitkä ovat muutoksen tulokset. Ryhmän etenemistä seurataan myös Kymin työterveyskeskuksessa aina yhden ja viiden vuoden ajan.

Omien voimavarojen löytäminen, liikunnasta ja luonnosta innostuminen auttavat jaksamaan. Arkipäivän työkin tuntuu helpommalta.

Ohessa vuoden 2005 haettavat kurssit. Lisätietoja kurssien sisällöstä ja hakemisesta saat oman alueesi hoitajalta sekä KuusankoskiNetistä Työterveys –> Palvelut –> Kuntoutus.

Mitä, jos lähtisit mukaan! ■

Kuntoremonttikurssit 2005

Selvän teki, Imatra
31.1.–5.2., seuranta 20.–22.5.

Perhetukiremontti, Lappajärvi
Kivitippu, 27.2.–4.3.

Tules kuntoon, Peurunka
14.–19.3., seuranta 23.–25.9.

Elintaparemontti, Peurunka
16.–21.5., seuranta 25.–27.11.

Voimia vaeltaen, Ylläs, Saaga
22.–27.8.

Vuorotyön hallinta, Peurunka
19.–24.9., seuranta 24.–26.3.2006

Kyytiä rasvoille, Imatra
3.–8.10., seuranta 21.–23.4.2006

Perinteinen kuntoremontti, Peurunka
14.–19.11., seuranta 5.–7.5.2006

Selkävoitto, Imatra
28.11.–3.12.,
seuranta 19.–21.5.2006

Teksti ja **Kuvat** Asta Salminen

Kuntokisalla innostusta liikkumiseen

Kymillä jo lähes perinteeksi muodostunut kuntokisa jatkaa kymiläisten kirittämistä vapaa-ajan liikunnan parissa. WFC-tuotantoyksikön johtaja **Timo Johansson** heitti kuntohaasteen tänä vuonna Kymin johtoryhmälle. Vuoden lopussa johtoryhmän kuntoa arvioidaan henkilökohtaisten liikuntasuorituskertojen perusteella.

Tutkimus- ja kehitysjohtaja **Matti Sipilän** henkilökohtaiseen kuntoiluun haastekisa ei ole tehnyt muutosta, sillä hänelle liikkuminen on lähes jokapäiväistä. "Olen täyttänyt kuntokorttia 30 vuotta ja keskimäärin liikuntasuorituksia on tullut noin 200 kertaa vuotta kohti. Liikun aina yhtä paljon, oli haastettu tai ei", Sipilä naurahtaa.

"Talvella tykkään hiihtää ja kesällä viime vuodet ovat menneet golfin parissa. Syksyllä ja keväällä harrastan kävelyä. Kuusankoskella on aina ollut erinomaiset hiihtoladut, joten harrastusten takia ei tarvitse paikkakunnalta lähteä pois. Keväällä on tietysti muuten kiva käydä Lapin hiihtolatuja katsomassa."

"Haastekisan idea on hyvä, vaikka se ei henkilökohtaiseen liikkumiseeni olekaan vaikuttanut. Jos kisa tuo lisää ihmisiä liikuntaharrastuksen pariin, niin se on kaikki vaan positiivista ja kotiin päin", Sipilä lisää.

Tehtaanjohtaja **Yngve Lindström** kertoo oman liikkumisensa olevan lähinnä luonnollista elämää. "Kävelen töihin, ja kotiin tietysti myös. En ole siinä mielessä urheilullinen ihminen, että harrastaisin kovia pelejä, vaan liikkumiseni on enemmänkin hyötyliikuntaa. Tykkään ulkoilusta ja välillä ohjelmaan kuuluu myös uintia."

"Pienelläkin liikkumisella on yllättävän hyvä vaikutus. Nykyään puhutaankin paljon luonnollisesta liikkumisesta ja sen merkityksestä. Tutkimusten mukaan esimerkiksi kävely vaikuttaa positiivisesti



Matti Sipilä



Yngve Lindström



Martti Vähäkangas

aivoihin", Lindström sanoo pilke silmäkulmassa.

"En voi kuitenkaan sanoa, että olisin liikkunut enemmän haasteen takia. Täytyy tunnustaa, että se olisi pitänyt ottaa vakavammin. On kuitenkin hyvä, että liikuntaasiat ovat esillä. Ensi kerralla tartutaan haasteeseen paremmin", Lindström lupaa.

"Kuntohaasteidea on mielestäni valtavan hyvä. Omaan liikkumiseeni haaste ei ole kuitenkaan juuri vaikuttanut, koska liikun muutenkin säännöllisesti. Mutta ainahan se motivoi lisää, kun tulee pidettyä haaste mielessä. Ja jos ei liiku, niin ainakin tulee huono omatunto", talousjohtaja **Martti Vähäkangas** nauraa.

"Haasteen uskalsin ottaa vastaan, koska liikuntaa tulee harrastettua joka tapauksessa. Käyn säännöllisesti juoksulenkillä ja joskus pitkällä yhdistetyllä juoksu- ja kävelylenkillä. Talvella hyödynnän yhtiön omia liikuntamahdollisuuksia käyden Kymin kuntosaleilla", Vähäkangas kertoo.

"Kuntokorttia en ole koskaan täyttänyt, mutta sen täytön voisin tehdä vaikka vuodeksi eteenpäin. Liikuntakertoja tulee aina viikossa kaksi ja siihen voi lisätä mahdollisesti viikonloppuna tehdyt metsätyöt ym.", Vähäkangas toteaa. ■

Kuvat Soile Kärhä



Kyllä kannattaa liikkua

Miten pääsin ruskaretkelle Saariselälle?

Ei tarvinnut tässä tapauksessa kuin vapaa-aikana harrastaa liikuntaa, lähinnä kävellä iltaisin ja viikonloppuisin. Siinä sitä olo kevenee, paino pysyy hallinnassa ja muutoinkin elämän laatu kohoaa.

Tässä tapauksessa kävi sitten niin, että vaimo voitti ja lähdin mukaan.

Ei muuta kuin ruskaa odottelemaan ja sopivaa vaatetusta suunnittelemaan. Reput, kunnon jalkineet, lenkkipuku sekä retkimieltä, niin siitä se alkoi.

Marjo lähetti postitse tiedotteen matkasta, aikatulusta, hyvä tietää, osallistujien nimet, mistä ja milloin. Tiedotteessa oli kaikki tehty selväksi.

Perjantai-iltana ammattikoululle, jossa Laurilan bussi, kylki aukinaisena, odotteli mukaan tulevia matkatavaroita. Tulikohan kaikki tarpeellinen mukaan, tiedote vielä varmuuden vuoksi esille ja kyllähän kaikki piti mukana olla.

Kauas on pitkä matka

Lyhyeksi jääneen yöunen jälkeen sitten Kuusankosken R-kioskille. Kello oli 04.15, kun Laurilan bussi kurvasi pysäkille ja kohtelias kuljettajamme toivotteli tervetulleeksi "uuden karheaan" bussiin.

Tie jota lähdimme seuraamaan ei ollut legendaarinen "Route 66" vaan tienumero 4 ja tuhannen kilometrin matka edessä.

Alkuhiljaisuus bussissa muuttui hetken päästä, kun Marjo ja Heli ilmoittelivat ensimmäisestä pysähdyspaikastamme, joka oli Hirvaskangas. Jaloittelua ja kahvikuposen äärellä rupattelua.

Matka jatkui kohti seuraavaa pysähdystä Ouluun, jossa pysähdyttiin ruokailemaan. Vilkaisu karttaan ja kylläpäs matkaa vielä riittää.

Marjo ja Heli pitivät matkan aikana retkeläisistä erinomaisen hyvää huolta. Oli tietokilpailuja, palkintojen jakoa, videot pyöri ja jutustelua riitti.

Siinähän meni Rovaniemi, Joulupukin maa, Sodankylä ja pari pysähdystä ennen Saariselkää. Kun klo 18 tienoissa bussi saapui Saariselän tunturihotellille, ei muuta kuin majoittumaan ja huomista retkiohjelmaa katsomaan. Aamulla tankkaamaan tulevaa koitosta varten ja klo 10.00 valmiina joko Marjon tai Helin mukana patikoimaan.

Rentouttava viikko

Viikon aikana tuli tutuiksi mm. Luttojoki, Vellinsärpimä, Iisakkipää, Kuukkelilampi, Laanila, Välimaa, Rumakuru, Prospektorin kaivos ja tietenkin Laanilan monotanssit.

Päiväretkiohjelmat oli laadittu todella sopiviksi, kuten myöskin vauhti ja tauot Lapin luontoa mukaillen. Omille retkille lähtijöille oli vapaat kädet liikkua jylhissä tunturimaisemissa.

Viikko Saariselällä meni kuin elokuvissa, rentouttava, liikunnallinen viikko takana Kuusankoskelle saavuttuamme tuli mieleen, että huomenissa lenkkeily jatkuu.

Ilopillerinä oli matkamme aikana joukon pienin, 1,5 vuoden ikäinen tyttö. Hänen iloiset huudahduksensa loivat hauskaa tunnelmaa matkan aikana. Myös kokopäiväretki Norjan Lappiin oli kuin piste i:n päällä.

Eskelisen Pena (alakuvassa toinen oik.)







Teksti ja **kuva**: Maria Rossi

Elämyksiä ja energiaa työmatkalta

Kun kevät taas koittaa, talouden yhteistenpalveluiden myyntikirjanpidossa työskentelevä **Riitta Virtanen** jättää auton kotipihaan ja polkaisee töihin pyörällä. Matkaa Valkealasta Kuusanniemeen kertyy noin kaksitoista kilometriä.

”Autolla kulkiessa jää paljosta paitsi; ei ehdi kuunnella luonnon ääniä eikä havainnoida ympäristöä. Pyöräily saa mielen virkeäksi ja elimistön hereille, eikä illalla tarvitse enää lähteä lenkille”, Virtanen perustelee valintaansa.

Aikaa matkantekoon kuluu noin 35 minuuttia. Polkiessa tulee hiki, joten töissä on vielä käytävä suihkussa ja vaihdettava vaatteet. ”Toisaalta se aika on kotoa pois. Aamulla ei tarvitse laittautua – verkkapuku päälle ja menoksi!”

Talvella jumppaan ja ladulle

Kun sää kylmenee ja ennen kaikkea aamut pimenevät, autolle löytyy taas käyttöä. Syys- ja talviaikaan Riitta huolehtii kunnostaan lenkkeilemällä, sauvakävelemällä ja hiihtämällä. Lisäksi hän käy jumpassa.

”Pidän erityisesti fysionapis-tunneista, joita järjestetään lääkintävoimistelun tiloissa Kuusankoskella. Fysionapis muistuttaa itämaista tanssia, jota on tehostettu kehon liikkuvuutta kehittävillä liikkeillä. Vajaa tunti vierähtää todella äkkiä ja tanssi on hyvää vastapainoa istumatyölle.”

”Liikunta on minulle tapa rentoutua ja antaa aikaa omille ajatuksille. Haluan säilyttää hyvän olon, hyvän fyysisen kunnon ja pitää painon kurissa. Innostuin liikunnasta vasta aikuisena, omien lasteni kasvaessa. Varsinainen sysäys aktiivikuntoiluun oli yhtiön kuntoremonttiloma Peurungassa”, Riitta Virtanen kertoo. ■



UPM:n hirvijahdissa Matti Laine ja Papier Unionin Thomas Schimanowski.

Teksti Maria Rossi **Kuvat** Matti Laine

Luonnossa liikkuminen tekee hyvää henkisesti ja fyysisesti

”Koko 60-vuotisen elämäni ajan olen liikkunut hyvin monipuolisesti, mutten koskaan yltiöpäisesti. Monia urheilulajeja on tullut kokeiltua, aina retkipyöräilystä ja biljardista erilaisiin joukkuepeleihin. Mikään laji ei kuitenkaan ole vienyt mukanaan täysin”, Kymin tuotannonohjauksen päällikkö **Matti Laine** toteaa.

Hänen sydäntään lähimpänä ovat luonto ja metsässä kulkeminen. Suosikkiharrastuksiin kuuluvatkin suunnistus, kalastus ja metsästys. Matille metsä on paikka, jossa hän voi sekä kehittää fyysistä kuntoaan että ladata henkisiä voimavarojaan.

”Luonto tuo vastapainoa työlle, mutta toisaalta metsästystaidoista on ollut hyötyä myös bisneksen kannalta. Olen osallistunut yli kahdenkymmenen vuoden ajan konsernin hirvi- ja muihin jahteihin. Metsästysretkillä saa uusia ystäviä ja ulkomaalaisten vieraiden myötä myös näkemystä muista kulttuureista.”

Koirat lenkkeilyttävät

Matti Laineen päivittäisestä liikuntaannoksesta ovat jo kahden vuosikymmenen ajan huolehtineet metsämiehen parhaat toverit, Labradorin koirat. ”Joka aamu ja ilta pakollisiin kuvioihin kuuluu vähintään puolen tunnin kävelylenkki koiran kanssa. Labradorinnoutajat soveltuvat hyvin sekä metsästys- että kotikoiriksi. Ne ovat sosiaalisia, eivät hauku eivätkä omista”, Laine sanoo.

Metsästysharrastuksen myötä Matti Laine löysi tiensä ammuntakilpailuihin, joissa hän edustaa Kymenlaakson reserviläispiiriä. ”Kilpaileminen ei ole tuloshakuista, vaan pääasia on metsästyksessä tarvittavan tuntuman säilyttäminen. 70- ja 80-luvuilla edustin Kymin kerhoa Kaisa-biljardissa. Ammuntaa ja biljardia yhdistää se, että molemmissa lajeissa on ensiarvoisen tärkeää tuntea itsensä ja omat kykynsä.”

Laine osallistuu vuosittain myös Jukolan viestiin, jossa hän kisailee Kuusankosken urheiluseuran toisessa tai kolmannessa joukkueessa. ”Taistelemme sijoituksista 500:n ja 1000:n välillä. Suunnistus oli minulle luontainen lajivalinta, sillä liikun mielelläni kompassin ja kartan kanssa. Kuusankoskella on hyvä iltarastiverkosto aina huhtikuun lopulta lokakuulle asti.” ■



Sorsajahdissa Matti ja hänen edesmennyt koiransa Vili Vesterinen.



Peurungassa virkistymässä. Vas. Santtu Aitala, Martti Mäkynen, Jouko Kääriäinen, Juha Rötkö, Markku Forsström, Kimmo Hilden, Reijo Niemi, Heikki Hilden, Jarmo Kontkanen, Ari Leppänen ja Timo Turpeinen.

Teksti ja kuvat Santtu Aitala

Hyödyllistä hauskaa hyvässä seurassa



Lakanankääntö oli vähän kinkkinen, mutta hauska ryhmätyö.

Voikkaan tehdaspalokunta teki virkistysmatkan Peurunkaan viime syyskuun viimeisenä viikonloppuna. Tarkoitus oli virkistäytymisen ohella kohottaa porukan yhteishenkeä, ja siihen Peurunka on mitä parhain paikka.

Yhteisen viikonlopun teemaksi oli valittu Hauskaa Hyvässä Seurassa.

Aloitimme tutustumalla ohjaajamme avulla viikonloppuohjelmaamme ja Peurunkaan. Presidentti **Urho Kekkosella** oli merkittävä rooli, kun Peurunka perustettiin sotiemme veteraanien kuntoutus- ja virkistyspaikaksi. Paikka tarjoaa nykyisin monipuolisia liikunta- ja kuntoutuspalveluja kaikille kiinnostuneille. Yli 300 työntekijää varmistaa, että palvelut ja huolto toimivat.

Lakanan kääntöä ryhmätyönä

Ensimmäiseksi suoritimme kävelytestin ja verryteltyämme hieman lihaskuntotestin. Niistä toivuttuamme lähdimme tiimipatikkaretkelle läheiseen maastoon Peurunkajärven ympärille.

Matkalla oli erilaisia selviytymisrasteja, joissa piti ryhmänä ratkaista monenlaisia tehtäviä. Esimerkiksi yhdellä rastilla piti koko ryhmän seistä lakanalla, joka piti kääntää ympäri niin, ettei kukaan pudonnut lakanalta.

Kahden tunnin vaeltamisen jälkeen saavuimme rantakodalle, missä nautimme maukasta hirvikeittoa tykötarpeineen. Keitimme jälkiruuaksi nokipannukahvit ja paistoimme lettuja. Letun paisto hoidettiin niin, että jokainen paistoi letun vieruskaverilleen ja paras suoritus palkittiin. Ilta vierähti mukavasti avotulen ääressä istuskellen ja tarinoiden.

Seuraavana päivänä oli vuorossa kehon koostumuksen mittaus. Siinä selvisi muutamassa minuutissa itse kunkin lihasmassa, rasvan määrä, paino, painoindeksi, lihasvoima, luuston tila ym. Sitten harjoiteltiin rentoutumista. Päivällisen jälkeen pureuduttiin testituloksiin, ja jokainen sai henkilökohtaiset eväät kuntonsa hoitamiseen ja mielensä virkistämiseen.

Suosittelen lämpimästi tämäntyyppistä retkeä työyhteisöille. Urho Kekkosta mukaillen: ”Jokainen syy olla harrastamatta liikuntaa on tekosyy!” ■

Teksti Eero Pasanen

Jukolan ja Venlojen viesti 2005 Anjalankoskella

Jukolan viesti on yleisnimitys 7-osuuksiselle miesten suunnistusviestikilpailulle ja 4-osuuksiselle naisten kilpailulle, jolla on myös oma nimensä, Venlojen viesti.

Jukolan viesti, yksi maailman suurimmista suunnistuskilpailuista, kilpailtiin ensimmäisen kerran vuonna 1949 Helsingin seudulla, ja siitä lähtien vuosittain ympäri maata Hankoniemeltä Lappiin ja Laitilasta Joensuuhun.

Ensin oli vain miesten viesti. V. 1951 naiset saivat henkilökohtaisen kilpailun ja 1978 alkaen heilläkin on ollut viesti. Ensimmäiseen viestiin osallistui 41 joukkuetta.

Sekä Jukolan että Venlojen viesteissä on yhteensä noin 12 000 osanottajaa. Venlojen viestissä joukkueita on viime vuosina ollut 700–800 ja Jukolassa 1200–1300 joukkuetta. Kilpailijat ovat 14:n ja yli 70 vuoden ikäisiä. Joukkueita on yli kymmenestä maasta, eniten Ruotsista ja Norjasta.

Yksittäisiä osanottajia on paristakymmenestä eri maasta. Ulkomaalaisten osuus on noin 20 prosenttia. Jukolan viestin ovat voittaneet suomalais-, ruotsalais- ja norjalaisjoukkueet. Myös Venlojen viesteissä voittajat ovat tulleet Suomesta, Norjasta ja Ruotsista.

Jukolan viesti

Matka/osuus	Alustava ratapituus km	Arvioitu osuusaika min
1.	10,9	65
2.	13,0	78
3.	14,1	81
4.	7,3	43
5..	7,5	44
6.	9,8	57
7.	15,3	82

Yhteensä 77,9 km. Arvioitu kokonaisaika 7 h 30 min. Hajonta kaikilla osuuksilla. H15–16-sarjaan kuuluvat saavat osallistua osuuksille 4, 5 ja 6. H17 ja vanhemmat saavat osallistua kaikille osuuksille.

Venlojen viesti

Matka/osuus	Alustava ratapituus km	Arvioitu osuusaika min
1.	5,2	35
2.	5,1	35
3.	5,7	38
4.	7,2	48

Yhteensä 23,2 km. Arvioitu kokonaisaika 2 h 36 min. Hajonta kaikilla osuuksilla. D15–16-sarjaan kuuluvat saavat osallistua osuuksille 1, 2 ja 3. D17 ja vanhemmat saavat osallistua kaikille osuuksille.

Jukolan viesti on suunnistusviestien aatelia

Jukolan viesti on korkealle arvostettu suunnistusseurojen huippujoukkueiden mittelö, johon kaikki maailman parhaat suunnistajat ja seurat osallistuvat. Valtaosa joukkueista on kuitenkin voittoa tavoittelemattomia, joille osanotto sinänsä ja maaliinpääsy erityisesti on haaste.

Nykyisin viesteihin voivatkin osallistua myös ei-seurajoukkueet, joita miesten viestissä on jo 20 prosenttia. Niistä pääosa on työpaikkajoukkueita, mutta mukana on myös erilaisia harrastuskerhoja, sukujoukkueita, kaveriporukoita yms., jotka ovat kokeneet Jukolaan osallistumisen ja sitä varten harjoittelemisen hienoksi, yhteiseksi tavoitteeksi.

Kisapaikalla on yleensä 30 000–40 000 henkilöä; osanottajien lisäksi siellä on huoltajia, perheenjäseniä ja katsojia. He yöpyvät kisan ajan kilpailukeskuksen vieressä tuhansissa teltoissa ja asuntovaunuissaan.

Ensi kesäkuun puolessa välissä Sippu-Jukola kerää kymmeniä tuhansia ihmisiä Anjalankoskelle.

Kilpailumaasto

Kilpailualueen kokonaispinta-ala on noin 13 km² ja se on maastoltaan vaihtelevaa metsämaastoa, jota rikkovat muutamat pienet peltoalueet.

Korkeuseroa on suurimmillaan noin 70 metriä, yksittäisten nousujen ollessa suurimmillaan 45 metriä.

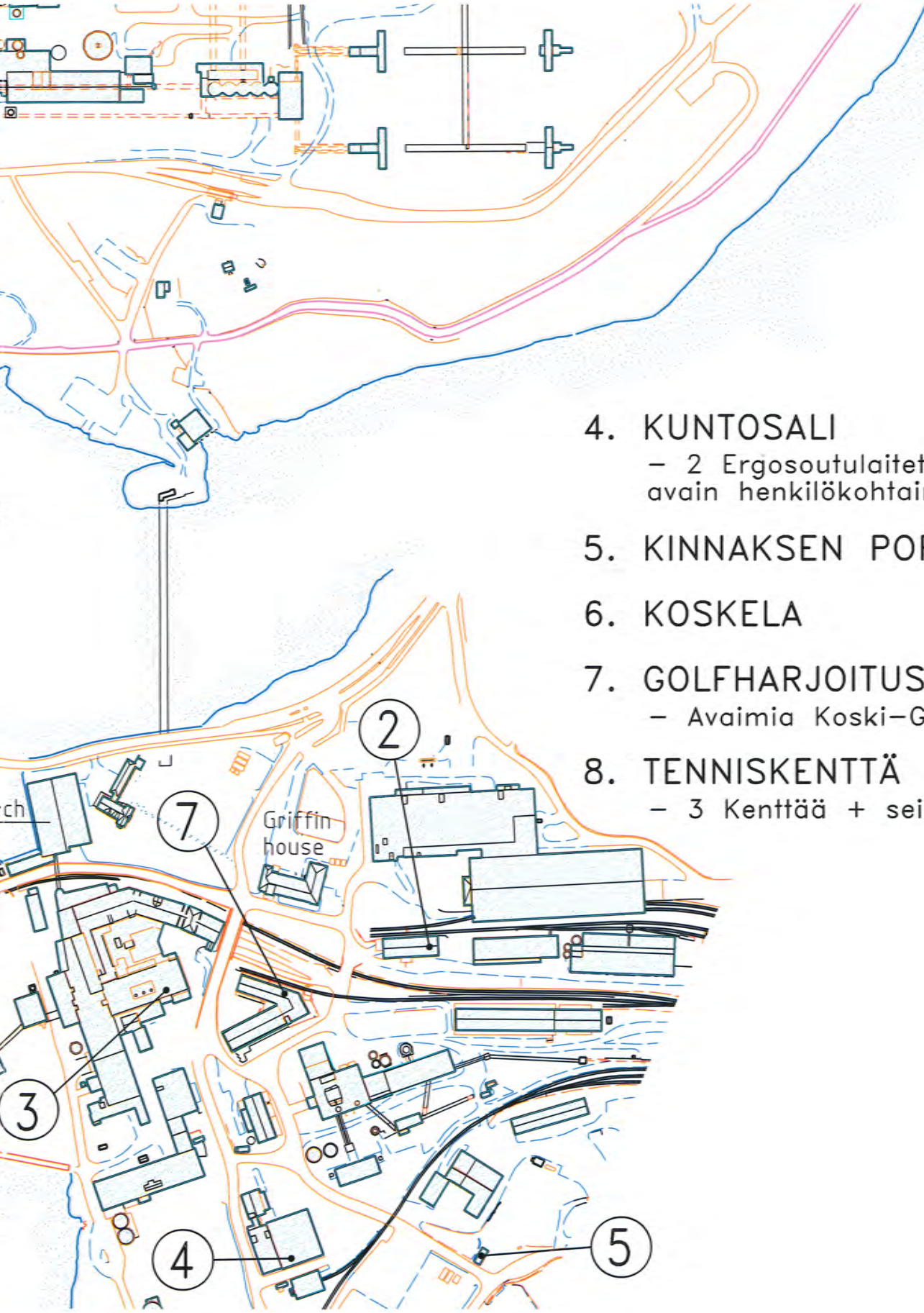
Maastopohja on pääasiassa hyvä- ja kovapohjaista. Kasvillisuus on eri ikäistä ja tiheydeltään vaihtelevaa, valtaosin mänty- ja kuusimetsää.

UPM:läiset seuraamaan kisaa!

UPM:n henkilökunnalla on mahdollisuus lähteä seuraamaan päivällä juostavaa Venlojen viestiä sekä yön yli juostavaa Jukolan viestiä. Venlojen viestin lähtö on noin klo 15.00 ja Jukolan viestin lähtö noin klo 23.00.

Bussikuljetukset järjestetään Kuusanniemen pääportilta kisapaikalle ja takaisin. Kuljetuksien aikatauluista ilmoitetaan myöhemmin. ■


LIIKUNTAPAIKKAKARTTA
1. PÄÄPORTTI
– Salibandyhallin avaimet
2. SALIBANDYHALLI
– 2 Sulkapallokenttää
– Koripallo
– Lentopallo
3. PETANKKIHALLI
– Amican tehdasruokala
100m
1
6
8



4. KUNTOSALI
   – 2 Ergosoutulaitetta
   avain henkilökohtainen

5. KINNAKSEN PORTTI

6. KOSKELA

7. GOLFHARJOITUSHALLI
   – Avaimia Koski–Golf Ry:ltä

8. TENNISKENTTÄ
   – 3 Kenttää + seinä

UPM, Kymin ja Voikkaan sekä Kuusankosken k

TAMMIKUU	HELMIKUU	MAALISKUU	HUHTIKUU	TOUKOKUU	KESÄKUU
Kuntokiekkosarja Jääkiekon ikämiesturnaus Keilauksen sarjamylly, firmapuulaaki UPM:n keilamestaruuskisat Karsintahiihtoja Laskettelumatka Kolille	Finlandia-hiihto Suomen luisteluliiton luistelupäivä Ksnk urheilupuisto Laskettelurinne Mielakka 14.2. Tossupallosekapeli, sähly	AARNI-ulkoilutapahtuma Eerola 5.3. Hiihtoja - tehtaiden väliset - lasten hiihtotapahtuma - Ksnk tehtaiden mestaruus Valojänistesti, Vierumäki Salibandyn 4-tehtaan turnaus Tennismatka, Vierumäki UPM:n jääkiekon MM-kisat	Kirkkovenesoutukausi alkaa Suunnistuskoulu Sarjasuunnistukset/ iltarastit alkavat Jalkapalloturnaus, Lahden Suurhalli Lentopallon UPM-turnaus Salibandyn SM-turnaus	Pyöräilyviikko vko 18 Naisten juoksutapahtuma Kymenlaakson pyöräviesti Kymenlaakson pyörävaellus touko–syyskuu Petankki-opastustilaisuus UPM:n tennistapahtuma 19.5. Werla-pyöräily 22.5.	Pyöräilyviikko vko 22 Petankkiturnaus Jukolan viesti, Anjalankoski 18–19.6. Hölkkätapahtuma 24 tunnin tennistapahtuma, Koskenranta Istumajumppa maanantaisin Kuusankoskitalon pihalla kesä–elokuu Puistojumppa tiistaisin Kuusankoskitalon rantapuistossa kesä–elokuu

Fysionapis

Fysionapis-ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 17.00–18.00 **Marjatta Ylösen** johdolla.

Jalkapallo

Sami Hyypiä -areena sunnuntaisin klo 19.30–21.00

Jumppa

Kuusankosken Naisvoimistelijoiden sekä **Heini Keisalan** jumpista löytyy viikon joka päivälle tunteja. Heinin jumpista saa tietoja puh. 040-5314007 ja Kuusankosken Naisvoimistelijoiden jumpista www.kuusankoski.fi/naisvoimistelijat

Jääkiekko

Kuusankosken jäähallissa Kymin ja Voikkaan yhteiset vuorot maanantaisin klo 20.30–22.00 ja torstaisin 15.00–16:00



aupungin tarjoamia liikuntatapahtumia v. 2005

HEINÄKUU	ELOKUU	SYYSKUU	LOKAKUU	MARRASKUU	JOULUKUU
Pyöräilyviikko vko 27 Kirmailua lomalaitumilla	Pyöräilyviikko vko 31 UPM:n mestaruusmaraton, Helsinki City-maraton UPM:n ampuma-mestaruuskisat Tehtaiden välinen juoksuviesti Kymi–Voikkaa Katusekasähly	Tehtaiden väliset jalkapalloturnaukset Koripallon vieraspeli UPM:n kotimaan tehdas Kymi ja Voikkaa kuntosalipäivät Naisten sählyottelu Ksnk–Lappeenranta Tenniskurssi Kävelyretki, Heisanharju, Jaala Työpaikkaliikunta-festivaalit	Jääkiekon 4 joukkueen turnaus Jääkiekkoturnaus UPM, Voikkaa – UPM, Kaukas Naisten sählyturnaus UPM–Ksnk kaupunki	Skiexpo Koripallon haasteottelu Kymi–Ksnk opettajat "Kolmen koitos" Kymi–opettajat–Kouvojen veteraanit Salibandyn UPM:n mestaruusturnaus	Kynttiläuinti, Ksnk:n uimahalli

Kaukalopallo

Kuusankosken jäähallilla maanantaisin klo 15.00–16.00 yhdessä Kymenlaakson pelastuslaitoksen kanssa, keskiviikkoisin klo 15.00–16.00.

Keilailu

Kuusankosken keilahallilla 3 rataa keskiviikkoisin klo 17.00–18.00

Koripallo

Koripalloa "Kymin Areenalla" (salibandyhalli) torstaisin 18.30–19.30

Kuntosalit

Kuntosalit Kymillä ja Voikkaalla ovat henkilöstön käytössä rajattomasti.

Lentopallo

Kuusankosken urheilutalolla tiistaisin ja torstaisin klo 15.00–16.30 ja
Kuusaan kuntoutuskeskuksella (Keskuslaitos) perjantaisin klo 18.00–19.00 ja lauantaisin klo 17.00–19.00

Salibandy

Salibandyä pääsee pelaamaan "Kymin Areenalle" hakeutumalla itselleen sopivaan porukkaan. Ajankohdat löytyvät KuusankoskiNetistä sekä hallin ilmoitustaululta.

Sulkapallo

Sulkapalloa pelataan Kuusankosken tennishallilla tai Valkealan mailapelihallilla. Kymin henkilöstöpalvelusta voi ostaa sulkapallokortin 50 euron hintaan ja sillä voi pelata syys–huhtikuussa halleilla niin paljon kuin oma aikataulu antaa myöten.

Tennis

Kuusankosken tehtaitten tenniskerhon tennistunteja maanantaisin klo 17.30–19.30 Kuusankosken Tennishallilla voivat jäsenet varata **Pekka Lampiselta** puh. 0204 15 3220 tai 040-575 7058.

Uinti

Virtakiven sauna lämpiää uimareille, keskiviikkoisin on naisten vuoro klo 14.00 –21.00 ja perjantaisin miesten vuoro klo 14.00–21.00

Allasjuoksua ja syvänvedenjumppaa Kuusankosken uimahallissa tiistaisin klo 15.00 torstaisin klo 14.30, 19.30 ja 20.00

Yleinen vesivoimistelu Kuusankosken uimahallissa maanantaisin klo 19.00, 19.30 ja 20.00





Jaakko Anttila ja Erkki Penttinen palkintomatkalla Lapissa. Penttinen voitti matkan juuri ennen eläkkeelle jäämistään.

Teksti Maria Rossi **Kuvat** Erkki Penttisen kokoelma

Urheiluyhdysmies harrastaa edelleen



Erkki on tykästynyt sauvakävelyyn.

Kymin vanhalla jenkkipuolella vuodesta 1957 työskennellyt **Erkki Penttinen** on ollut eläkkeellä nyt neljätoista vuotta. Hän toimi aikoinaan tehtaan urheiluyhdysmiehenä ja harrasti innokkaasti liikuntaa.

”Kuntokorttiohjelman alkaessa siihen otettiin mukaan kävely, pyöräily, uinti, tennis ja hiihto. Jokaisesta lajista sai maksimisuorituksella viisi arpaa eli yhden kauden aikana arpoja oli mahdollista ansaita kaksikymmentäviisi kappaletta.

Kerran ruokaporukassa sovimme, että jokainen meidän kuuden hengen seurueestamme hankkisi täyden määrän arpoja. Se, joka ei sitä tekisi, joutuisi tarjoamaan koko porukalle illan Lahdessa. Osa miehistä hiihti viimeiset kilometrinsä Naukion pururadalla, sillä lumet ehtivät sulaa, mutta kukaan ei jättänyt urakkaa kesken”, Penttinen muistelee.

Nykyään Erkki Penttinen harrastaa kävelyä ja pyöräilyä sekä käy kerran viikossa Kuusankosken kaupungin järjestämässä vesivoimistelussa. Hän on tykästynyt myös sauvakävelyyn.

Liikunta yhteinen harrastus

”Yhdessä vaimon kanssa on mukava ulkoilla. Vaikka jompikumpi ei jaksaisikaan lähteä, niin toinen saa kuitenkin patistettua mukaan. Liikunnan ansiosta olen pysynyt näin terveenä ja hyväkuntoisena. Mitään raskaita ”hikihommia” ei tule enää tehtyä, mutta joka päivä jotakin.”

Penttisillä on kesämökki Jaalassa, joten yhteisiin harrastuksiin kuuluvat myös kalastus, marjastus ja sienestys. Lisäksi molemmat pitävät matkustamisesta. Erkki kertoo käyneensä kaksi kertaa Kymin satavuotissäätiön matkalla, viimeksi Varalassa vuonna 2003. Tänä syksynä pariskunta lomaili Las Palmasissa.

Penttinen toimii edelleen aktiivisesti Kymin tehtaan kerhossa, tällä hetkellä eläkeläisten vetäjänä. Hän liittyi kerhoon jo 47 vuotta sitten. ”Eläkeläisjäseniä on lähes kaksisataa. Pelaamme kerran viikossa bridgeä ja sen lisäksi eläkeläisbiljardia. Silloin tällöin kerho järjestää myös juhlia, joissa tanssitaan ja lauletaan.”

”Kuntokorttisysteemi on todella hyvä olemassa, sillä ilman sitä moni saattaisi jättää liikkumatta kokonaan. Palkinnot ovat hyvä kannustin. Olen itsekin päässyt voittomatkalle Lappiin kolme kertaa”, Penttinen kertoo. ■



Voikkaan naisten lentopallojoukkue 1960-luvulla strategiapalaverissa. Raili Kosonen kuvassa kolmas oikealta.

Tahti hidastui, muttei pysähdy

Teksti Maria Rossi **Kuvat** Maria Rossi ja Raili Kososen kokoelma



Raili harrastaa liikuntaa aktiivisesti eläkkeelläkin. Ohjelmassa on mm. sauvakävelyä, uintia ja vesivoimistelua.

Raili Kosonen työskenteli Voikkaan rakennusosaston toimistossa neljä vuosikymmentä, kunnes jäi eläkkeelle kolmetoista vuotta sitten. Tarmokkaalla eläkeläisellä riittää monenlaista puuhaa, vaikka sydänleikkaus hieman hidastikin tahtia.

”Nuorina tyttöinä hiihdimme Lapissa likkojen kanssa yhtenä päivänä 45 kilometriä ja sen jälkeen vielä tanssimme koko illan. Nykyään voimat ovat rajalliset, mutta toisaalta osaa nauttia pienistäkin asioista. Koetan liikkua joka päivä jotenkin, esimerkiksi sauvakävellä tai uida. Myös vesivoimistelu on mahdottoman mukavaa”, 73-vuotias Kosonen sanoo.

”Jos jokin liikuntamuoto ei enää vanhuuden takia sovi, sen tilalle voi etsiä uuden. Metsässä kulkemista olen kyllä jäänyt kaipaamaan. Ennen kävimme mieheni kanssa keräämässä marjoja ja hiihtämässä Jaalassa Heisanharjulla.”

50- ja 60-luvuilla Raili Kosonen pelasi lentopalloa Voikkaan naisten joukkueessa. Kesäkisoja järjestettiin vuoron perään eri tehtailla. ”Osallistuimme joka vuosi, vaikka kymiläiset yleensä voittivatkin. Me pärjäsimme paremmin illalla tansseissa kuin itse kisoissa, mutta hauskaa oli”, Kosonen muistelee.

Jatkuva puuhastelu pitää virkeänä

Kesäisin Raili Kosonen pyöräilee Kuusankosken keskustasta Voikkaalla sijaitsevalle kasvimaalleen. Matkaa kertyy vajaat viisi kilometriä ja perillä odottavat puutarhatyöt. ”Ne ovat mukavaa vaihtelua kerrostalossa asuvalle. Samalla voi kuunnella lintujen laulua ja katsella luontoa.”

”Koko ajan täytyy olla jotakin puuhaa, jotta mieli pysyy vireänä. Pidän ruuanlaitosta ja leivon vielä nykyäänkin leivän itse, vaikka asun yksin. Lisäksi luen, ratkon ristikoita ja osallistun Marttojen toimintaan. Ystävät ovat myös tärkeitä.”

Kosonen kertoo palauttaneensa täytetyn kuntokortin lähes joka vuosi. Liikunta jäi väliin ainoastaan sydänleikkauksesta toipuessa ja lapsen ollessa pieni. ”Olen aina pitänyt kuntokorttiohjelmasta, sillä sen ansiosta saa itsensä helpommin liikkeelle. Arvonnan jännittäminen on myös mukavaa, vaikka lomia ei olekaan sattunut kohdalle enää lähivuosina.” ■

Onko kirjallisuudesta harrastukseksi?

Vastaan tuohon otsikon kysymykseen suoraan, että kirjojen lukeminen ja kirjojen keräily voi olla harrastus, mutta hyvin monessa tapauksessa kirjojen kanssa puuhastelu on ennen kaikkea elämäntapa. Siinä missä toinen vaeltaa viikoittain lätkämatsiin, toinen suuntaa askeleensa kirjastoon.

Tunnen useita yhtiöläisiä, jotka ovat himolukijoita. Ei ole mitenkään harvinaista, että joku väittää lukeneensa Kuusankosken pääkirjaston kirjat ja käy nyt läpi Kouvolan kirjaston valikoimia. Tällä hän ei tietenkään tarkoita kirjastojen koko valikoimaa, vaan jotakin tiettyä osaa: kotimaista kaunokirjallisuutta, sotakirjoja, historiaa jne.

Oma kiinnostukseni kirjoihin ja kirjallisuuteen juontuu jo lapsuudesta. Kotonani oli kohtuullisen hyvä peruskirjasto, joka auttoi alkuun. Koulussa kiinnostus kirjoihin (ei välttämättä läksykirjoihin) syveni ja kypsyi lukiovuosina päätökseksi lähteä opiskelemaan draamakirjallisuutta. Sen jälkeen en ole päässyt kirjoista irti. Ne ovat minulle osa arki- ja pyhäpäivää, yhtä itsestäänselviä kuin syöminen ja nukkuminen.



Mikä kirjoissa sitten viehättää? Vanha viisaus toteaa, että kirjat ovat yksi varmimmista ilon ja lohdun aiheista elämässä. "Jos nautit lukemisesta, sinulla on aina ystävä lähellä", sanoo suomenruotsalainen kirjailija ja kirjallisuudentutkija **Merete Mazzarella**, jolta on hiljattain ilmestynyt teos, joka kertoo kirjoista ja lukemisesta.

Mazzarella toteaa lisäksi, että "elämme todellisuuden tasolla vain yhden elämän, mutta mielikuvituksessamme ja ajatuksissamme voimme elää monta elämää; esimerkiksi lukemalla erilaisia kirjoja ja eläytymällä niihin".

Lukeminen on myös varsin joustava harrastus. Se ei ole sidottu aikaan eikä paikkaan, vaan valinnanvara on rajaton. Kirjan voi ottaa esiin ja panna pois silloin kun haluaa. Kirjan kanssa voi olla eri mieltä ja siitä voi jopa luopua tai sen voi viedä takaisin kirjastoon siinä vaiheessa, kun se on tehtävänsä tehnyt.

Tämän lehden toimitus pyysi minulta jonkinlaista vinkkilistaa niistä kirjoista, jotka jokaisen kansalaisen tulisi tuntea tai joista voisi vaikkapa aloittaa tutustumisen kirjojen maailmaan. Tehtävä ei ole helppo, mutta ehdottomasti mielenkiintoinen ja haastava.

Unescon määritelmän mukaan kirja on vähintään 48-sivuinen painotuote. Tällä perusteella lähden liikkeelle siitä, että jokaisen kansalaisen tulisi tuntea v. 2000 kaikkien meidän postiluukuista putkahtaneet pienet teokset Suomen perustuslaki ja Katekismus. Jälkimmäisen voi lukea vaikkapa yleisenä moraalioppina, ellei kuulu kristilliseen kirkkoon.

Kun kunnon kansalainen on selvittänyt nämä kaksi olemisen ja elämisen perusteosta, hän voi siirtyä niihin teoksiin, jotka jokaisen suomalaisen tulisi tuntea. Kolme aivan keskeistä kirjallista kivipilaria ovat **Aleksis Kiven** Seitsemän veljestä ja **Väinö Linnan** Tuntematon sotilas ja kolmiosainen romaanisarja Täällä Pohjantähden alla.

Jos nuo edellä mainitut teokset kuuluvat ns. yleisesti hyväksyttyyn listaan, niin omalla listallani kolme seuraavaa ovat **Veikko Huovisen** Havukka-ahon ajattelija, **F.E. Sillanpään** Hurskas kurjuus ja saksalaisen **Johann Christoph von Schmidin** klassikkojen klassikko Genoveeva, Brabantin kreivitär. Hurskas kertomus suurista kärsimyksistä ja viattomuuden lopullisesta voitosta.

Genoveeva ei ole tällä listalla mikään vitsi, sillä se on kaikkien kauhuromanttisten kioskikirjojen, seikkailuelokuvien ja tv:n saippuaoopperoiden ilmiselvä esikuva, mutta kaikkia niitä puhdashenkisempi ja jännittävämpi. Teos ilmestyi jo 1801 ja suomennettiin 1847. Aikoinaan se oli suomalaisille niin tärkeä ja monen sukupolven rakastama teos, että sitä säilytettiin Raamatun vieressä.

Eero Niinikoski
UPM-Kymmene Oyj:n kulttuurijohtaja



Teatteriharrastus vaatii luovan hulluuden ja tekemisen halun lisäksi runsaasti aikaa.

Teksti Maria Rossi **Kuvat** Issu Huovinen

Jari Lukkari pakenee arkea näyttämölle

PK 11:n koneasentaja **Jari Lukkari** on näytellyt Kuusankosken Teatterissa vuodesta 1991. Vuosien varrelle mahtuu mielenkiintoisia rooleja laidasta laitaan: toisinaan mies on röhkinyt lastennäytelmässä porsaana, toisinaan taas tulkinnut pääroolia **Ilmari Turjan** tunnetussa näytelmässä "Särkelä Itte".

"**Hartikaisen Kalevi** otti minut verstaalta mukaansa teatterille, kun Romeo ja Julia -näytelmään tarvittiin väkeä. Lähdin mukaan kokeilumielellä ja harrastus vei mukanaan. Olin tosin näytellyt Kansantalolla nuorten ryhmässä 12–13-vuotiaana eli teatterin maailma ei ollut täysin vieras", Jari Lukkari kertoo.

"Pekka ja Pätkä Iskelmätähtinä, Saatana saapuu Moskovaan, Lumikki ja seitsemän kääpiötä, Paksu porsas viidakossa, Ruma Elsa, Nummisuutarit, Kalevala…", Lukkari listaa näytelmiä, joissa on ollut mukana. Äskettäin hän pääsi kokeilemaan taitojaan myös kameran edessä, minielokuvassa nimeltä "Elinkautinen".

Lavalla saa juosta hiki hatussa

"Näytteleminen käy toisinaan kuntoilusta. Esimerkiksi tämän syksyisessä Pekka ja Pätkä -esityksessä saa juosta edestakaisin hiki hatussa. Mukavinta ovat yleisön reaktiot, ilmeet ja välitön palaute. On hienoa voida auttaa ihmisiä rentoutumaan ja irtautumaan arjesta raskaan työpäivän jälkeen."

Teatteriharrastus vaatii luovan hulluuden ja tekemisen halun lisäksi runsaasti aikaa. Esimerkiksi lokakuun lopulla ensi-iltansa saavan syysnäytelmän valmistelu aloitetaan yleensä elokuussa lukuharjoituksilla, joihin käytettiin muutama ilta viikossa. Syyskuussa tahti kiristyy ja teatterille on saavuttava päivittäin. Toisaalta mukavan porukan kanssa näytelmän harjoitteleminen voi olla jopa hauskempaa kuin sen esittäminen.

"Näyttelemisestä kiinnostuneiden kannattaa soittaa teatterille tai kävellä vaikka saman tien ovesta sisään ilmoittautumaan. Uudet ihmiset ovat tervetulleita mukaan ja jos esiintyminen ei innosta, muitakin hommia, kuten lavastamista, löytyy. Kuusankosken teatteri toimii sulatusuunina, johon lähikuntien kesäteattereiden näyttelijät tulevat talveksi. Sekalaiseen sakkiin on helppo hypätä sekaan", Jari Lukkari vakuuttaa. ■



Jari Lukkari "Pätkänä" ja Matti Kalevi Pasi "Pekkana". Hulvattoman hauska näytelmä sopii koko perheelle ja pyörii Kuusankoskella vielä tammikuun ajan.

Teksti ja Kuva Eila Kylliäinen



Kuvassa vas. Maija Uronen, Minna Mustonen, Nina Kylmäaho, Eila Kylliäinen ja Tapio Saarinen.

"Hippa",

liikkuvaisten huvitoimikunta

Hippatoimikunta perustettiin lajivastaavapäivillä Peurungassa 17.9.2004, ja nimensä mukaisesti se suunnittelee molempien tehtaiden musiikki-, teatteri- ja huvitapahtumia.

Nimi syntyi kuin vahingossa **Marjo Ukkosen** lausahduksesta, ja ainakin toimikunta itse on tykästynyt nimeensä.

Ainoa miespuolinen jäsen **Tapio Saarinen** suostuteltiin toimikuntaan. "Hyvin on 'Tapino' pitänyt puolensa ja tuonut sopivasti miesnäkökulmaa muuten niin naisvoittoiseen toimikuntaan", naureskelivat naiset.

Muutama kokous on jo takanapäin sekä ensimmäinen reissu Karjala-turnaukseen Helsinkiin tehtaalaisten kanssa heitetty.

Alustavassa vuoden 2005 toimintasuunnitelmassa tulevista isoimmista tapahtumista mainittakoon:

"Olympialaiset" tehtaalaisille syksyllä Kuusankosken urheilupuistossa (sisältäen lajiesittelyt). Kilpailulajit eivät ole mitenkään perinteiset ja ne tulevat vaatimaan jokseenkin paljon työtä. Järjestelyihin on tarkoitus valjastaa myös lajivastaavat ja liikuntatyöryhmä.

Jääkiekkotapahtuma, joko Karjala-turnaus tai vastaavaa, kuuluu myös tuleviin matkakohteisiin.

Ehdotuksia ja ohjelmatoiveita voi lähetellä Hippatoimikunnalle. ■



Ekalla keikalla.

Teksti ja kuva Matti Oksanen

H.E.L.M.E.T.

Mikä se on? Se on bändi, orkesteri, soitinyhtye, ihan mitä vaan. Oikeammin viiden miehen terapiajuttu. Yhtye sai alkunsa, kun ostin piiitkän tauon jälkeen rummut. Ja miksikö ostin? Teki mieli taas yrittää, pontimena hyvin mennyt keikka 60-luvun bändini kanssa.

Kerroin **Suutarin Jarille** tästä ja hänpä ilahtui; "mie tuun teille kitaran kaa". Kahdestaan soitettiin, ei ollut kummoista kuultavaa… Lisää musisoijia tarvittiin; Jari oli soitellut **Urosen Eskon** (Voikkaan Carlos Clapton) kanssa ja jopa alkoi homma pelittämään. Mutta, mutta… Kyllä basso pitää olla. Mistäpä basisti? **Mäkysen Martti** tuli apuun, hänen opiskelukaverillansa **Mattilan Pasilla** oli basso. Hänestäpä oiva apu basisointiin. Oksasen kellarissa jytisi! Mutta jotain puuttui? Kosketinsoittaja. Jari tiesi, että **Liimataisen Sepi** soitteli omaksi ilokseen koskettimia, ja annahan olla ja ei aikaakaan, kun olikin bändi kasassa. Siispä harjoittelemaan. Alkuinnostuksessa soitettiin kaikkea mahdollista, paitsi operettia ja oopperaa.

Vuosi on vierähtänyt ja hauskaa on edelleenkin. Muutamalla keikalla olemme käyneet ja kuuntelijat, kiltimmät sellaiset, ovat sanoneet, että soitantamme alkaa muistuttaa musiikkia. Kappaleet tunnistetaan jo muutenkin kuin sanoista. Enää emme soita ihan mitä tahansa, vaan olemme valikoituneet harjoittelemaan kaikenlaista kuunneltavaa ja tanssittavaa kevyttä musiikkia, jota on kiva soittaa: Baddingia, Beatlesia, CCR:ää, Claptonia, ikivihreitä ja tietysti sielulle hyvää tekevää rokkia! Nuotteja tarvitaan yhä harvemmin, vaikka ne edessämme ikään kuin muistin tukena ovatkin. Jokaviikkoiset treenit ovat odotettu mauste arjen keskellä. Onnistumisen tunne, kun joku kappale "kolahtaa" eli sujuu mainiosti, on mahtava.

Mitä sitten H.E.L.M.E.T. tarkoittaa? Helmet on englantia ja tarkoittaa kypärää, helmet ovat helmiä kuten helminauhassa, onpa joku irvileuka keksinyt nimestämme Hel…. Metallinkin :). Helppo nimi muistaa. Myös ulkomaalaisten, kun maailmanmarkkinoita alamme valloittamaan – sitten 2030-luvulla! ■

Teksti Arto Ahlberg



Urheiluako?

Minua pyydettiin tekemään juttu tähän vapaa-aikaliitteeseen. Miksi ihmeessä? Siksikö, että erehdyin yhdessä pakinassani väittämään itseäni urheilijaksi, verrattuna vaikkapa Merlene Otteyhin?

Hyvät ihmiset, kaikki painettu sana ei aina välttämättä ole totta. Omaakin harkintaa saa olla. Ei tarvitse kuin vähän vilkaista minun suuntaani, niin havaitsee kyllä, etten ole mikään urheilija sanan varsinaisessa merkityksessä.

No okei, olen kyllä paljon miettinyt urheilua, ja etenkin omaa suhdettani siihen, ja sitäkin, miksi tulokseni urheilun saralla ovat olleet niin huonot. Ehkä haluttiinkin hyvä huono esimerkki? Käänteinen ajattelu on ihan fiksua. Minä kerron oman lypölyhkäisen, ja surkean urheiluhistoriani, ja sitten loppuun liitetään lause: "Älkää nyt hyvät ihmiset ainakaan näin tehkö".

Yleensä, kun viljelee painettua sanaa pitäisi pysyä asiassa, ja nimenomaisesti siinä asiassa, jonka tuntee. En ole koskaan ollut huippu-urheilija tai joukkuepelaaja, en edes keskinkertainen urheilija. Ainoa urheiluun liittyvä asia, jonka tunnen, on omat punnerrukseni pitää itseäni edes jotenkuten kunnossa. Kuten aiemmin jo ilmeni, tulokset eivät ole olleet kaksiset. Niinpä keskityn tässä jutussa omaan tapaani urheilla, sekä siihen liittyviin ongelmiin. Ehkä jollakulla muullakin on samantapaisia ongelmia ja – mikä vielä parempaa – mahdollisesti ratkaisuja.

Urheiluhistoriani on lyhyt, vaikkakin vuosissa pitkä. Pääasiassa olen aloittanut jonkin lajin harrastamisen, harrastanut ja harrastanut, ja sitten vielä vähän aikaa hampaat irvessä harrastanut ennen lopullista lopahtamista.

Yleensä aloitusvaiheessa minulla on ollut joku hyvä syy aloittaa. Ylipaino tai yleiskunnon huonontuminen ovat olleet niitä tavanomaisimpia syitä aloittaa. On minulla myös jossakin sieluni syövereissä liikunnantarve, joka joskus saa aloittamaan, ja jatkamaankin vähän pidempään. Urheilusta saamani palkinto on ollut saunan lauteilla tunnettu rentous, hyvä omatunto ja kipeät lihakset seuraavina päivinä.

Olen todellakin nauttinut harrastamastani liikunnasta, olen ollut tyytyväinen saavuttamiini tuloksiin: painon putoamiseen ja liikkumisen helpottumiseen. Miksi sitten en ole ollut niin tyytyväinen, että nyt olisin huippukuntoinen ja -vartaloinen? Mitä ihmettä tapahtuu muutama kuukausi sen jälkeen, kun olen innolla aloittanut? Helppo vastaus tietysti on, että minä kyllästyn, ei huvita enää rehkiä ja juosta tyhjän perässä. On mukavampi löhötä sohvassa ja nauttia oraalisesta yltäkylläisyydestä. Olenko kenties unohtanut ylevät päämääräni? Miksi sitten toiset jaksavat vuodesta toiseen, ja pysyttelevät hyväkuntoisina?

Meillä UPM:ssä on monia tapoja vaalia henkilöstömme kuntoa ja terveyttä, mutta ovatko tavat oikeat ja riittävät? Osalle meistä varmastikin on, mutta meillä on paljon ihmisiä, jotka eivät ole tämän ohjelman piirissä, ja se joukko on ilmeisesti aina vain kasvava. Sairauslomaprosentit ovat kasvaneet, meitä uhkaa monet sairaudet, kun vanhenemme väärällä tavalla. Aikuisiän diabetes, tuki- ja liikuntaelinongelmat, kohonnut verenpaine, vain muutamia mainitakseni.

Olen miettinyt ihmisenä olemisen ongelmaa. Miksi ihmeessä kaikki hyvältä maistuva on epäterveellistä? Miksi rento ja helppo elämä tekee myöhemmin liian aikaisin sairaaksi, ennen luonnollista rappeutumista? Jos television katselu ja sohvalla löhöily laihduttaisi, ja vastaavasti räntäsateessa liukkaalla, pimeällä tiellä pipo korvilla lönköttely lihottaisi, olisimme todella hyväkuntoinen kansa. Kukaan ei liukastelisi luitaan poikki, ja jänikset saisivat pitää pöpelikkönsä aivan rauhassa.

No, valitettavasti asia ei ole niin. Miten saada minunkaltaiseni sohvaperunat liikkeelle? Meillä on paljon hyväkuntoisia liikkuvia ihmisiä, miten jakaa tämä taito myös muille?

Mielestäni kyseessä on nimenomaan tietoisuus omasta terveydestä, kuntotasosta, ja ennen kaikkea sen menettämisen riskistä. Kun päänupin saa ruuvattua oikeaan asentoon, loppukroppa tulee kyllä perässä. Pitää olla tarpeeksi selkeät ja tavoiteltavat päämäärät pysyviin tuloksiin pääsemiseksi. Päämäärät on asetettava ajatellen koko loppuelämää, mutta kuitenkin osatavoitteita pitäisi olla sopivasti, jotta jatkuvuus säilyisi.

Helpommin sanottu kuin tehty. Pitää luopua jostain vähemmän tärkeästä saavuttaakseen jotakin parempaa. Yleensä tyydymme askartelemaan jonkin miellyttävän, mutta epäterveellisen asian kanssa. Silloin emme suinkaan mieti kuntoamme, vartaloamme ja terveyttämme, vaan ainoastaan hetken tyydytystä. Pitäisi olla joku niin iso asia tavoitteena, että se ylittäisi kaiken muun, ja olisi takaraivossa koko ajan valintoja tehtäessä. Hetkellinen löysäilykään ei silloin merkitse mitään, jos suunta on keskimäärin oikea. Kunnon rapistuttaminen kuin myös kohottaminen käy hyvin hitaasti. Luulen, että oikea tapa olisi tehdä pieniä oikeansuuntaisia kurssimuutoksia kerrallaan, ja sitten pitää niistä kiinni. Näihin kurssimuutoksiin pääsemiseksi pitää kuunnella asiantuntijoiden neuvoja. Yleensä havahtuminen tapahtuu vasta sairastumisen jälkeen, mutta se on ikävin tapa oppia terveitä elintapoja.

Eivät nämä kaikki ajatukset olleet omiani, vaan "personal trainerini", joka onkin ottanut aika ison haasteen yrittäessään saada minut pysymään vielä parikymmentä vuotta työkuntoisena. Aika näyttää, miten homma onnistuu.

Ajasta muuten tuli mieleeni yksi aforismini, jota olen käyttänyt aiemmin jossakin muussa yhteydessä, mutta sopii se liikkumiseenkin, tai lähinnä liikkumattomuuteen: ***Tapoin aikaa, kunnes aika tappoi minut.*** ■

UPM, Kymin ja Voikkaan liikuntatyöryhmän jäsenet


Santtu Aitala


Jouko Kaipinen


Leila Kallio-Smith


Sari Knihtinen


Matti Lindroos


Jukka Nokelainen


Hannele Hyökkäri


Martti Purmonen


Anssi Pälvisalo


Ismo Salminen


Marjo Ukkonen


Maija Uronen

UPM, Kymin ja Voikkaan lajivastaavat

AMMUNTA


Kymi
Pertti Elg
050-5414193


Voikkaa
Markku Nenonen
0400-712982


Voikkaa
Kari Haaraoja
040-5640007

BILJARDI


Voikkaa
Juha Vainio
86-53396

GOLF


Kymi
Petteri Metiäinen
86-52875


Voikkaa
Pekka Vesanto
86-53349

HIIHTO


Kymi
Tero Puranen
52701

HIIHTO

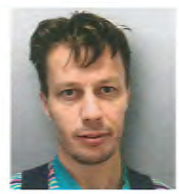
Voikkaa
Jarkko Heimonen
0400-749132

ILMAILU


Kymi
Risto Jokinen
52960

JALKAPALLO


Kymi
Marko Helkala
86-52683


Voikkaa
Janne Lindberg
040-7088853

JUOKSU &

Kymi
Seppo Häkkinen
040-5071694

KÄVELY


Voikkaa
Jorma Järvinen
044-0856590

JÄÄKIEKKO


Kymi
Matti Oksanen
86-53214

KALASTUS


Voikkaa
Markku Puranen
86-53214

KAUKALOPALLO


Voikkaa
Jukka Stenberg
040-7027982


Voikkaa
Ari Leskinen
0400-990810

KEILAUS


Kymi
Veli-Matti Pynnönen
0400-557765

KORIPALLO


Voikkaa
Rami Lehtomäki
040-8383443


Kymi
Tapio Saarinen
040-5068501


Voikkaa
Juha And
040-8443741

KUNTOSALIT



Kymi
Heikki Tiihonen
86-52863



Voikkaa
Santtu Aitala
86-53205



Voikkaa
Minna Mustonen
045-6762566

LASKETTELU



Kymi
Lasse Makkonen
86-52871



Voikkaa
Mika Rautiainen
?

LENTOPALLO



Kymi
Seppo Räihä
52958

MELONTA

Voikkaa
Pertti Liukka
041-5068556

MÖLKKY



Voikkaa
Mika Lihvonen
86-53911

NAISLIIKUNTA



Kymi
Ritva Väkevä
52754



Kymi
Linnea Renko
53505



Voikkaa
Tiina Lakimo
86-53317

PESÄPALLO



Kymi
Matti Nuija
86-52992

PETANKKI



Kymi
Arvid Kauppinen
86-52298



Voikkaa
Matti Koste
050-3078970

PYÖRÄILY



Kymi
Lassi Kukkola
0400-558242



Voikkaa
Ari Mäkinen
328 0772

RULLALUISTELU



Voikkaa
Hannu Jarva
86-53175

SALIBANDY



Kymi
Jarkko Niemi
050-5171870



Kymi
Johanna Kääpä
86-52059



Voikkaa
Ismo Kamesaki
040-5451198



Voikkaa
Nina Kylmäaho
045-6342231

SOUTU



Kymi
Raimo Mäkinen
040-5568120

Voikkaa
Sakari Ahola
86-53170

SULKAPALLO



Kymi
Veli-Matti Saareks
040-7657871

Voikkaa
Sami Kaikko
8692007

SUUNNISTUS



Kymi
Eero Pasanen
86-52829



Voikkaa
Jari Eklund
050-5835949

TENNIS



Kymi
Tuomo Lindén
86-52902

TENNIS



Voikkaa
Pekka Lampinen
040-5505877

UINTI



Voikkaa
Eila Kylliäinen
53152

URHEILUSUKELLUS



Kymi
Veli-Matti Pynnönen
0400-557765



Voikkaa
Joni Höijer
040-5596131

Kuva Raili Kososen kokoelma



Ja meitä tyttöjä nauratti niin... Voikkaan naisten lentopallojoukkue 1950–60-lukujen vaihteessa. Kuvassa vasemmalta Raija Tyni, Raili Kosonen, Leila Hokkanen, Tuula Lonka, Betty Puholainen, Maija Oksanen ja Tuula Partti.


juhlaa



Tehtaanjohtaja Yngve Lindström jakoi ansiomerkit työvoima- ja henkilöstöpalvelun päällikkö Anssi Pälvisalon avustuksella. Timo Telkkinen vastaanotti 40-vuotismerkin.



Ulla Ristola palkittiin 40 vuoden palveluksesta.



Illallisen aikana musisoi Matti Westerholm.



Tehtaanjohtaja Yngve Lindström piti juhlapuheen ansiomerkinsaajille.



Susanna Gärdström lauloi juhlaväelle.

Koskelassa juhlittiin 9. joulukuuta pitkään palvelleita yhtiöläisiä. 40 vuoden palvelusta ansiomerkin sai 15, 25 vuoden palvelusta 44 ja 10 vuoden palvelusta 9 henkilöä.

Tehtaanjohtaja Yngve Lindström piti juhlaväelle puheen, jossa mainitsi mm. seuraavaa:

”Tällä juhlalla haluamme kunnioittaa teidän sitoutumistanne vuosiksi ja vuosikymmeniksi yhtiöömme ja haluanne tehdä työtä yhtiön hyväksi. Te olette nähneet ja kokeneet yhtiössä ja työpaikoillanne tapahtuneita muutoksia. Työuraanne, kuten ihmisen elämään yleensäkin, on vuosien aikana varmasti mahtunut niin iloisia kuin vaikeampiakin aikoja. Toivon kuitenkin, että päällimmäisinä mielissänne ovat onnistumisen elämykset ja ilo.”

Linström kertasi puheessaan tapahtumia niiltä ajoilta, jolloin nyt ansiomerkkijuhlaansa viettävät tulivat yhtiön palvelukseen.

”40 vuotta sitten vuonna 1964 yhtiö oli tietenkin hyvin erilainen kuin tänä päivänä. Yhtiön nimi oli tuolloin Kymin Osakeyhtiö, sen pääkonttori sijaitsi Kuusankoskella ja yhtiössä tehtiin sanomalehtipaperia, hienopaperia, MG-paperia ja erikoispaperia. Kartonki ja selluloosa kuuluivat tuotevalikoimaan samoin kuin kemiallisen teollisuuden ja metalliteollisuuden tuotteita. Yhtiön palveluksessa oli kaikkiaan noin 13 000 henkilöä, joista toimihenkilöitä oli vajaat 1 800.

Metsäteollisuuden merkitys Suomen kansantaloudelle oli äärettömän tärkeä. Ulkomaankauppa oli ratkaisevasti puun ja puunjalostusteollisuuden varassa: yli 70 prosenttia vientituloista tuli metsäteollisuudesta.

Vuonna 1964 valmistui Kymille investointi, jolla on ollut merkittävä vaikutus tehtaan myöhemmälle kehittymiselle, kun Kuusanniemessä aloitti toimintansa sulfaattisellutehdas.

Silloisen Kymiyhtymä-lehden syyskuun numerossa todetiin sellutehdasinvestoinnista sattuvasti seuraavaa: ’Nykyisin jokainen Suomen kunta olisi valmis ottamaan vastaan uuden tehtaan. Kuusankoskella niitä on ennestäänkin, mutta nyt olemme saaneet yhden suuren lisää. Kenties täällä olemme niin tottuneet tehtaisiin ja niiden laajentamisiin, ettemme tule tätäkään saavutusta kyllin arvostaneeksi. Pian kuitenkin huomattaneen, että uudella tulokkaalla on tärkeä osuus Kuusankosken tehtaiden toiminnassa ja tehdasyhdyskunnassamme samalla kun sen vaikutus säteilee laajalti maaseutupitäjiin.’

25 vuotta sitten vuonna 1979 maailmantalous kääntyi Yhdysvaltojen talous-

.....▶

tilanteen johdosta hitaampaan kasvuun, mutta Suomessa kuitenkin taloudellinen elpyminen jatkui. Erityisesti metsäteollisuudessa vienti lisääntyi ja tuotannon kasvu oli nopeaa.

Vuonna 1979 arkkisaliin rakennettiin arkkipakettien käärimiskone ja uusi A4-papereita valmistava tuotantolinja.

Työelämä uudistui. 3-vuorotyön järjestelmä muuttui kokonaisuudessaan, kun käyttöön otettiin 5-vuorojärjestelmä. Vuonna 1979 sovittiin myös uudesta yhteistoimintamallista, joka pohjautui 1.7.1979 voimaan astuneeseen yhteistoimintalakiin. Tehty yhteistoiminta-opimus loi perustan tänäkin päivänä käytössä olevalle yhteistoimintamallille. Mielenkiintoista on huomata, että tuolloin tehtyä yhteistoimintasopimusta oli solmimassa uusi henkilöstöryhmä. Ylemmät toimihenkilöt esiintyivät nimittäin tässä sopimuksessa ensimmäistä kertaa omana ryhmänään.

Kymmenen vuotta sitten vuonna 1994 paperin kysyntä kasvoi tuntuvasti ja kapasiteetin käyttöaste nousi Kymmene Oy:n tehtailla 95 prosenttiin. Kuusankoskella ylitettiin paperin valmistuksessa ensimmäisen kerran miljoonan tonnia, josta Kymin osuus tuotannosta oli yli puolet.

Kymin kehittymiseen on vuosien ajan panostettu voimakkaasti. Ja hyvä llä tuloksella. Meillä on vahva, omaan selluntuotantoon integroitu paperitehdas ja hyvät tuotteet. Kymi kuuluu ehdottomasti niihin tehtaisiin, joihin UPM haluaa panostaa tulevaisuudessakin. Kymille on laadittu kehityssuunnitelma, jota haluamme toteuttaa. Tulevaisuuden paras tae on kuitenkin tämän päivän tehtävistä huolehtiminen ja jatkuvan parantamisen periaate.

Hyvät ansiomerkkien saajat, tämä juhlatilaisuus on viimeinen, jolloin kaikki Kymin ansiomerkkien saajat palkitaan Kymillä jo pitkään voimassa olleen palkitsemisjärjestelmän mukaisesti. Syksyllä henkilöstöryhmien ja työnantajan tekemällä sopimuksella päätettiin Kymilläkin siirtyä ensi vuonna UPM-Kymmenessä voimassa olevaan palkitsemiseen. Siinä palkitsemiseen oikeuttavat työssäolovuodet ovat 10, 25 ja 35 vuotta.

Minä haluan kiittää teitä kaikkia antamastanne työpanoksesta yhtiömme hyväksi. Työnne on ollut erittäin arvokasta. Olette omalta osaltanne vaikuttaneet siihen, mitä Kymi on tänä päivänä.

Parhaat kiitokseni ja onnitteluni teille kaikille.” ■

.....▶

Ansiomerkkien saajat

40 vuotta palvelleet

Mikko Aalto sellun kunnossapito, Hannu Halme PK 9, Markku Kansikas talteenotto, Arvid Kauppinen siivous, Pipsa Kuusenoksa konttoripaperit, Pentti Liikanen konttoripaperit, Esko Liljanheimo paperivarasto, Lasse Mykrä vuorokorjaus, Veli Naumanen MG, Toivo Nöjd vartiointi, Juhani Riipi kuitulinjat, Ulla Ristola sellutehdas, Timo Telkkinen MG, Seppo Virtanen vuorokorjaus.

25 vuotta palvelleet

Juhani Einolander konekorjaamo, Seppo Haimi C3, Veijo Hakkarainen PK 7, Kari Hartikainen tehdaskuljetukset, Jukka Henttu talteenotto, Marja-Liisa Hyytiäinen C3 jälkikäsittely, Matti Jokinen paperitehdas, Simo Julku paperitehdas, Harri Jussila ympäristönsuojelu, Jarmo Järvinen paperitehdas, Veli-Pekka Koiranen käynnissäpito automaatio, Kari Kujala talteenotto, Kimmo Kylliäinen C3 jälkikäsittely, Jyrki Lehtinen vesilaitos, Markku Leppä massaosasto, Rauno Luostarinen konttoripaperit, Jari Mattsson PK 9, Harri Meriluoto sellun kunnossapito, Ritva Mälkki jälkikäsittely, Lea Niskanen siivous, Ruut Nyyssönen asiakaspalvelu, Arsi Pajari jälkikäsittely, Sirpa Peltola käytöntarkkailu paperi, Osmo Penttilä käynnissäpito automaatio, Anita Peuhu C3 jälkikäsittely, Esko Pulliainen sellun kunnossapito, Esa Putkinen käynnissäpito kone, Liisa Saarinen talouden yhteiset palvelut, Jussi Salonen konttoripaperit, Keijo Silo talteenotto, Pekka Siren MG, Juha Skyttä käynnissäpito kone, Seppo Sonninen sellun kunnossapito, Teijo Taihomaa vesilaitos, Oiva Tenhunen kuljetusvälinekorjaamo, Jorma Timonen kuitulinjat, Jukka Tuominen käynnissäpito kone, Ari Tynys talteenotto, Juha Vanhalakka sellun kunnossapito, Kaija Vierros konttoripalvelu, Lasse Virta sellun kunnossapito, Hannu Wathen sellun kunnossapito, Eero Utti UPM Tehdasmittaus Oy, Seija Salovaara UPM Fine Paper Research Center.

10 vuotta palvelleet

Päivi Forsberg FPC, Kaarina Kellokoski asiakaspalvelu, Juha Käki suunnittelu ja projektit, Pekka Kärkkäinen suunnittelu ja projektit, Ilpo Mallat rakennuskunnossapito, Jari Metsälä konttoripaperit, Jari Salminen PK 8, Marko Stenroos MG, Risto Vuorivirta suunnittelu ja projektit. ■



Juhlaillassa vallitsi lämmin ja leppoisa tunnelma. Ansiomerkinsaajat vastaanottivat onnitteluja ja nauttivat illan ohjelmasta. Illan päätteeksi syötiin yhteinen illallinen.







Palaveri Changshun tehtaalla marraskuussa 2004. Kiinan Griffin roll-outiin osallistuneet henkilöt kuvassa vasemmalta Ma Yun, Xu Jian Zhou, Simpson Shi, Pekka Vesanto, Forest Li ja Pang Bo.

Teksti Asta Salminen **Kuva** Pekka Vesannon kokoelma

Osaamista ja tietoa mantereelta toiselle

Kymin ja Voikkaan tietohallinnon järjestelmäpäällikkö **Pekka Vesannolle** tarjottiin viime vuonna mahdollisuutta vaihtaa työympäristöä ja lähteä tekemään projektityötä Kiinaan UPM:n eri toimipisteisiin. Komennus toisella mantereella alkoi syyskuussa 2003 ja loppui ensimmäisen rupeaman osalta tämän vuoden kesäkuussa.

Vesanto työskenteli Kiinassa UPM:n Changshun tehtaalla sekä myyntikonttoreissa Shanghaissa, Guangzhoussa, Wuhanissa sekä myyntikonttorissa ja edustajistossa Pekingissä. Ajoittain työ vei myös Etelä-Koreaan, Soulin myyntikonttoriin "Tavoitteena oli työasemien muuttaminen konsernin standardin mukaiseksi, eli Griffin työasemaympäristöksi, koko Kiinan ja Etelä-Korean osalta. Tehtävässä oli apuna paikallinen tietohallintotiimi, jonka kanssa aikataulutimme ja suunnittelimme työt yhdessä. Oma roolini oli toimia asiantuntijana, organisoijana ja kouluttajana. Työ oli todella monipuolista ja työnkuvani muodostui käytännössä alun perin määriteltyä paljon laajemmaksi. Koska vietin paikan päällä pitkän ajan, sotkeuduin mukaan vähän kaikenlaisiin tehtäviin", Vesanto naurahtaa.

Kovaa uurastusta ja uusia kokemuksia

Työskentely Kiinassa tapahtui pääasiassa paikallisten ihmisten kanssa. Työkulttuurien erilaisuudesta huolimatta yhteistyö sujui erittäin hienosti. "Erilaisesta kulttuurista johtuen sitä pyrkii itse olemaan varovainen sanomisissaan ja tekemisissään. Mitään isompia ongelmia ei mielestäni ollutkaan, enkä toivottavasti niitä itsekään aiheuttanut", Vesanto nauraa.

Erityisesti ajasta mieleen jäi ihmisten motivoituneisuus ja innokkuus työntekoon. Vesanto kertoo, että ennen kaikkea työntekijöillä on todella kova halu oppia kaikkea uutta.

"Itse olin uuden tiedon tuojan roolissa, kun opetin uutta työasemapuolesta ja toimintatavoista. Välittämiäni asioita ei kyseenalaistettu, eikä ennakkoasenteita ilmennyt. Työnteko olikin hyvin helppoa, vaikka päivät usein venyivät pitkiksi ja töitä tehtiin monesti myös viikonloppuisin. Yhtäläisyytenä omaan työkulttuurimme on se, että myös Kiinassa on totuttu kovaan työntekoon."

Pelkkää työtä ei matka kuitenkaan ollut, vaan aikaa löytyi myös maahan ja kulttuuriin tutustumiseen. Mieleen painuivat niin upeat nähtävyydet pohjoisesta etelään kuin eri maakuntien maukkaat ruoatkin.

"Kaiken kaikkiaan työaika Kiinassa oli mahtava. Matkailu ja liikkuminen vieraassa kulttuurissa avartaa aina monella tapaa. Olin onnekkaassa asemassa, kun sain tutustua paikkoihin, kulttuuriin ja ihmisiin paikallisten seurassa. Silloin näkee asioita aivan toisella tavalla kuin turistina ollessa."

"Mielestäni on erittäin hienoa, että työnantaja antaa mahdollisuuden lähteä työskentelemään toiseen maahan ja että sitä tuetaan. Tällaisesta on hyötyä molemmille osapuolille ja tietotaitoa välittyy yhtä lailla kummallekin. Olen edelleen ollut yhteydessä Kiinan päähän ja auttanut ilmenneissä ongelmissa sekä Changshun uuden paperikoneen käyttöönottoon liittyvissä laiteasennuksissa", Vesanto sanoo.

Työ jatkuu vielä myös paikan päällä Kiinassa. Vesanto on äskettäin palannut vajaan kahden viikon matkalta Changshun tehtaalta, jossa juuri ennen vierailua otettiin käyttöön uusi tehdasjärjestelmä. Matkaan sisältyi lisäksi edellisen rupeaman "jälkihoitoa" ja koulutusta. Yhteistyötä tehdään vielä jatkossakin ja Vesanto arvelee palaavansa Aasian mantereelle vielä uuden vuoden alussa. ■

Teksti Asta Salminen **Kuvat** Asta Salminen



Aku, Sandra, Antti, Ida, Mariel ja P[illegible] ovat monitaiturei[illegible], jotka sekä kuvittavat, että valokuvaavat itse kaiken Kuusankoskesta kertovaan kirjaansa.



Danielle Rolser on hyvin ylpeä koululaisryhmänsä lapsista, joista osa on käynyt ranskankielistä leikkikoulua parivuotiaasta lähtien.

Kotikaupunki kiinnostaa nuoria kirjantekijöitä

Voikkaan tehdas sai syyskuussa vieraakseen joukon tiedonhaluisia lapsia. Kuusankoskella kymmenen vuotta toimineen ranskankielisen leikkikoulun koululaisryhmän tytöt ja pojat halusivat vierailla paperitehtaalla oppiakseen jotain paperinteosta sekä saadakseen aineistoa kotikaupungista kertovaan kirjaansa.

7–2 -vuotiaiden lasten kirjaprojekti on saanut alkunsa heidän omasta halustaan kertoa kotikaupungistaan. Liikkeelle lähdettiin lasten ja leikkikoulun opettajan, **Danielle Rolserin** välisillä keskusteluilla erilaisista teemoista, mitä Kuusankoskelta löytyy. Näistä lapset valitsivat ne kohteet, joihin he halusivat tutustua lähemmin ja joista he tahtoivat kertoa myös muille.

Kirja valmistuu kokonaan lahjakkaiden lasten tekemänä, he ovat sekä kirjoittaneet, kuvittaneet että valokuvanneet kaiken itse. Kaikki vaiheet tapahtuvat tietysti ranskan kielellä. Lasten haasteena on ollut kääntää haastatteluja varten ranskankieliset kysymykset suomeksi ja saadut vastaukset kirjaa varten taas ranskaksi.

”Teimme viime vuonna kirjan koko Suomesta ja nyt saimme idean tehdä kirjan pelkästään Kuusankoskesta. Olemme vierailleet Kuusankoskella erilaisissa paikoissa ja kyselleet niihin liittyvää tietoa. Sitten valokuvaamme ja kirjoitamme niistä jutuista kirjaamme. Tehtaan lisäksi olemme käyneet muun muassa Kettumäellä, kirjastossa, paloasemalla, elokuvateatterissa ja Kuusankoskitalolla”, lapset kertovat kirjastaan, jonka on tarkoitus valmistua keväällä.

”Paperitehtaalla oli kiinnostavaa vierailla, vaikka siellä oli hirveä meteli. Koneet olivat kamalan isoja ja paperirullat jäivät mieleen, koska ne olivat niin pitkiä. Saimme lopuksi suklaata, jossa oli aarnikotkalogo. Sitä olisi kiva käyttää kirjassa tehtaasta kertovalla sivulla, koska kaikki tunnistaisivat heti, että tämä on UPM”, lapset summaavat kokemustaan ja miettivät ideoita kirjaansa varten.

Kuusankosken kaupunki tukee kirjaprojektia ja kirjaa on tarkoitus jakaa lahjana kaupungin vierailla ja ystävyyskaupungeille. Ymmärrysongelmiakaan ei pitäisi vieraskielisille lukijoille syntyä, sillä lapset kirjoittavat tekstit kirjaansa suomeksi, ranskaksi ja englanniksi.

Oppia leikin ohessa

Idean ranskankielisestä leikkikoulusta ja pienten lasten toisen kielen omaksumisesta on Kuusankoskelle tuonut ranskalainen Danielle Rolser. Hän on toiminut koko ajan opettajana leikkikoulussa ja kehittänyt samalla pedagogista mallia kielen ja kulttuurin opetukseen.

”Kuusankoski on ollut hyvä ja avoin kaupunki tällaisen toiminnan kehittämiseen ja tukenut leikkikoulutoimintaa alusta asti. Haluaisin levittää malliani myös muualle Suomeen ja Eurooppaan.”

”Ajatuksena on kehittää lasten kieltä ja samalla tutkia, miten he omaksuvat kielen parhaiten.

Lapset saavat toisen kielen helposti omakseen luonnollisessa kasvu- ja oppimisympäristössä, kuten päiväkodissa. Keskeisellä sijalla tällaisessa oppimisessa ovat leikki ja taiteellinen ilmaisu. Yhden uuden kielen oppiminen auttaa omaksumaan helpommin myös muita kieliä ja koululaisryhmäni lapset menestyvät koulussa muutenkin erittäin hyvin”, Danielle kertoo.

Häntä on helppo uskoa, kun katselee reippaita lapsia ja kuuntelee heidän keskinäistä iloista keskustelua, jota käydään sujuvasti ranskaksi kuusankoskelaisessa leikkikoulussa. ■

Teksti Reijo Virta **Kuva** Reijo Virta



Kymintehtaan koululakin vietettiin Aikakauslehtipäivää 11. marraskuuta. Päivän teemasta syntyi myös oma julkaisu.

Aikakauslehtipäivää vietettiin kouluissa

UPM, maailman suurin aikakauslehtipaperin valmistaja, tuki Suomen Aikakauslehtien Liiton 11. marraskuuta maan peruskouluissa järjestämää Aikakauslehtipäivä. Tarkoitusta varten valmistettua Lukumedia Kutsuu -opetuspakettia on mahdollisuus käyttää koko lukuvuoden ajan tutustuttamaan oppilaita aikakauslehtiin mediana ja erittelemään lukutapahtumaa paneutumalla aikakauslehtien sisältöihin ja ilmaisukieleen. Oppilaat saatetaan pohtimaan myös aistihavaintojen osuutta lukemisessa tarkastelemalla mm. aikakauslehtien kannen merkitystä ja valitun paperin tuntua.

UPM tukee tätä nuorison lukuharrastuksen lisäämiseen tähtäävää tapahtumaa jo toisen kerran. Tavoitteena ei ole vain painetun aikakauslehden tekeminen tutuksi, vaan muistuttaa myös internetin kautta saatavista oheispalveluista: verkkolehdestä, lukijapalveluista, juttuarkistoista, tehtävistä ja kilpailuista.

Lehtitietoa jaettiin UPM:n perustamassa koulussa

Yksi tapahtumaan osaa ottavista kouluista on Kymintehtaan koulu Kuusankoskella. UPM liittyy oleellisesti tämän 121 vuotta vanhan koulun historiaan, sillä sen perustamiseen vaikutti merkittävästi Kymiyhtiön perustaja **Axel Wilhelm Wahren**. Kymiyhtiöstä kehittyi lukuisien fuusioiden kautta Kymmene Oy, jonka yhdistyminen Repola Oy:hyn muodosti nykyisen UPM-Kymmenen.

Koulun voimistelusalissa kerrottiin 11. marraskuuta ala-asteen koululaisille paperin raaka-aineista, paperinvalmistuksesta, kuljetuksista, aikakauslehtien teosta ja esiteltiin erilaisia UPM:n paperille painettuja aikakauslehtiä. Oppilaiden monitahoisiin kysymyksiin paperinvalmistuksesta vastasi palvelupäällikkö **Matti Oksanen**. Käytössä oli myös UPM:n tuottama Koe paperi aikakauslehden osana -paperinäytevalikoima.

Lehti piirtämisen mallina

Koulun 3 A-luokan opettaja **Maija-Stina Kankkunen** piti aikakauslehtipäivää erittäin tärkeänä, koska lehtien tutkiminen ja niiden käyttäminen opetuksen apuvälineenä poikkeaa huomattavasti tietokoneiden maailmasta.

Ensimmäisellä kuvaamataidon tunnilla, jossa lehtiä käytettiin, tutustuttiin Kankkusen opastuksella eri tyyppisiin lehtiin: sarjakuvia sisältäviin, vene-, koira- ja moottorilehtiin. Sitten opeteltiin piirrostekniikkaa Aku Ankka –lehtien avulla.

”Tarkoitus on vielä pyrkiä tekemään lehdistä kollaaseja, mikäli raaskimme leikellä kauniita lehtiä”, sanailee Kankkunen.

Alle kymmenvuotiaista oppilaista noin puolet on sitä mieltä, että perinteinen piirtäminen on hauskaa. Saman verran oppilaista on myös käyttänyt tietokonetta ”taiteiluun ja värittämiseen”. ■

Aikakauslehdistö Suomessa

- Suomessa ilmestyy noin 3 500 aikakauslehteä
- Enin osa aikakauslehdistä on ammatti- ja järjestölehtiä
- Suomalainen seuraa keskimäärin 12 aikakauslehteä
- Aikakauslehden lukemiseen käytetään keskimäärin 33 minuuttia päivässä

Teksti Reijo Virta



Virran tuomaa

Puuta tuotu Venäjältä 40 vuotta

Edellisessä Kymi ja Voikkaa-lehdessä kerrottiin laajalti Kymiyhtiön paperinviennistä Venäjälle ja Neuvostoliittoon.

Jutun tiimoilta on allekirjoittaneelta myös kysytty, miten kauan itärajan takaa on tuotu puutavaraa Kuusankoskelle.

Esitin saman kysymyksen tuontipuun parissa työskennelleelle **Pentti Solinille**. Hän mainitsi, että Thomeston historiasta löytyy asiaan valaistusta – ja lainasi mainitun teoksen.

Viljo Holopaisen kirjoittamassa Metsästä maailmalle – kirjassa todetaan raakapuun tuonnin Neuvostoliitosta käynnistyneen vuosikertomuskaudella 1963-64. Ensimmäinen runkosopimus puuraaka-aineen toimituksista Suomeen oli maiden välillä tehty jo vuonna 1961.

Tärkein puun vientiorganisaatioista oli yleisliittolainen metsä- ja puutalousalan vienti- ja tuontiyhtymä V/O Exportles. Myös yleisliittolainen, mutta rajatulla alueella toimiva vienti- ja tuontikonttori V/K Lenfintorg ja osuustoiminnalliseen keskusjärjestöön kuulunut V/O Sojuzkoopvneshtorg harjoittivat kiintiöiden ulkopuolista vaihtokauppaa. Thomélla eli Thomeston edeltäjällä oli puolestaan agentin rooli. Exportlesin kanssa sovittiin vuonna 1964, että Thomesto toimi myyjän ainoana agenttina.

Tukki- ja kuitupuun ohella tuotiin halkoja, jätepuuta, erilaisia apteerauspätkiä, sahanpurua ja haketta. Asiakkaina olivat jokseenkin kaikki massa- ja paperiteollisuusyritykset sekä jotkut sahat. Neljän yrityksen vuonna 1967 perustama Tehdaspuu hoiti aikanaan tulevien puiden vastaanoton ja jakelun, todetaan historiassa.

Hintaneuvottelut käytiin ostajayritysten ja Exportlesin välillä – yleensä Moskovassa.

”Pakko puita oli ottaa vastaan. Joskus niitä jouduttiin varastoimaan ainakin Pulsaan, Taavettiin ja Kaipiaisiin”, kertoo tuolloin piiriesimiehenä toiminut **Pekka Takkala**.

Puusta paperiin.

Nordisk Papperstidning-lehdessä oli mielenkiintoinen artikkeli siitä, miten erilaiset paperit vaikuttavat ihmisten tuntemuksiin.

Kuva lampaista ja paimenesta kedolla viestii onnellisuudesta, mikäli se on painettu vaalealle ja sileälle paperille. Harmaalla tai kellertävällä paperilla ruohikko ja maanpinta saattavat näyttää pölyisiltä ja kuivilta – ja sama kuva saattaakin tuoda mieleen kurjuuden.

Painotuotteen paksu paperi antaa useimmille vaikutelman siitä, että ”rahoille saa vastinetta”. Paperi voi tällöin olla joko kevyt tai painava.

Monien mielestä paperille painettu tieto tuntuu arvokkaammalta kuin sama asia kuvaruudulla. ”Koska joku on vaivautunut painattamaan tekstin, täytyy sen olla merkityksekäs”, kuuluu yksi perusteluista. ■

Teksti Reijo Virta

Metsäteollisuuden suurfuusiot

alkoivat Kuusankoskella sata vuotta sitten

Viime vuosisadan alkuun saakka suomalaiset metsäteollisuusyritykset olivat toimineet patriarkallisessa hengessä. Sata vuotta sitten, vuoden 1904 keväällä, alkoi puunjalostusteollisuuden fuusioiden aika, joka jatkui lähes koko vuosisadan. Fuusioiden aikakauden käynnisti Kymin Osakeyhtiön, Kuusankoski Osakeyhtiön ja Tampereen Kattohuopatehdas Osakeyhtiön eli Voikkaan tehtaan sulautuminen Kymin Osakeyhtiöksi, pohjoismaiden suurimmaksi paperintuottajaksi.

Ajatus yhdistymisestä ei ollut uusi, olihan Kuusankoski Osakeyhtiön toimitusjohtaja **Carl Robert Mannerheim** ehdottanut yrityksensä yhdistymistä Kymiyhtiöön jo vuonna 1877.

Asiakirjoista ei ole löydettävissä perusteluja fuusiolle, mutta yksi ilmeinen syy oli puunhankinnan kallistuminen. Puuhiomojen ja sahojen välinen kilpailu oli nostanut puun hintaa. Yhdistämällä kolme tehdasta voitiin ainakin niiden keskeinen ostokilpailu välttää. Suuren yrityksen arveltiin myös voivan vaikuttaa puun hintatason määräytymiseen. Toisaalta yhteisillä puunhankinta- ja uittojärjestelyillä voitiin alentaa hankintakustannuksia.

Ratkaisevimpana syynä oli kuitenkin vuosina 1902 ja 1903 alkanut puunjalostusteollisuuden hintakriisi. Paperin ja puuhiokkeen hinnat laskivat. Myös selluloosan vienti oli vaikeuksissa ja Saksan suurin massanvalmistaja Waldhof rakensi Pärnuun sellutehtaan, jonka kapasiteetin sanottiin olevan suurempi kuin koko Suomen tuotanto. Tarvittiin siis suurta ja tehokasta yksikköä vastaamaan kilpailuun.

Yhdistyminen antoi mahdollisuuden myös tehokkaampaan myyntiin myyntikonttoreita yhdistämällä sekä hintakilpailua ja luottotappioita vähentämällä. Jo vuonna 1905 lopetettiinkin viisi myyntikonttoria Venäjällä.

Kolmesta yrityksestä yhdenkään taloudellinen tila ei sinänsä pakottanut yhdistymiseen. Kuusankoski Osakeyhtiön toimitusjohtaja **Otto Kirchner** laski, että mikäli hänen yrityksensä hankkisi uuden paperikoneen, muut kaksi seuraisivat perässä. Yhdistyneellä yrityksellä olisi sen sijaan käytössä yhdeksän paperikonetta ja tilaukset voitaisiin ohjata kulloinkin sopivimmalle koneelle. Iso yhtiö voisi niin ikään toimia järjestäytyvän työväen suuntaan tiukemmin ottein.

Pääkonttori siirtyi

Aiemmin Turussa toimineet Kymiyhtiön ja Kuusankoski-yhtiön konttorit lopetettiin fuusion seurauksena ja pääkonttori sijoitettiin Helsinkiin, josta se vuonna 1906 siirrettiin Kuusankoskelle. Yhtiön toimitusjohtajaksi tuli Voikkaan tehtaan johtaja **Rudolf Elving**.

Uuden yrityksen osakepääoma oli Suomen oloissa valtava, 13,6 miljoonaa markkaa. Seuraavaksi suurimman eli Kaukaan osakepääoma oli 4,2 mmk, Walkiakoski Osakeyhtiön 3 mmk ja Läskelä Osakeyhtiön 2,5 mmk.

Tehtaiden yhdistyttyä Elving esitti johtokunnalle selvityksen tehtaiden kunnosta. Voikkaa oli suurin ja ajanmukaisin ja muiden tehtaiden heikkoudet Elving toi esille hyvin suorasukaisesti. Vain Kymin tehtaiden ulkonäkö ja järjestys saivat kiitosta.

Kymin kaksi vanhaa konetta luonnehdittiin liian pienituottoisiksi ja teknisesti vanhentuneiksi. Kuusankoski Osakeyhtiön koneita ei Elvingin mukaan ollut ehditty huoltaa riittävästi. Kummankin tehtaan hiomot olivat huonokuntoisia. Vanhentuneet työmenetelmät aiheuttivat kustannuksia samoin kuin töiden teettäminen päiväpalkalla. Tehokkaampi urakkapalkka oli Voikkaalla viety mahdollisimman pitkälle.

Kilpailu Hämeestä pelotti

Kuusankosken tehtaiden kehittämistä Elving perusteli mm. sillä, että vuonna 1901 tulipalossa tuhoutuneelle Valkeakosken paperitehtaalle oli nopean uudelleen rakentamisen jälkeen hankittu neljä uutta paperikonetta. Nokian tehtaalle oli tilattu kolmas kone ja Frenckellin tehtaalle asennettiin uutta konetta sekä kaksi muuta oli päätetty uudistaa.

Vuoden 1904 lopulla ja seuraavan vuoden alussa Kymiyhtiön johto päättikin suurimmasta uudistusohjelmasta mitä maamme paperiteollisuudessa oli siihen mennessä yhden yrityksen puitteissa tehty. Runsaat kolme miljoonaa markkaa maksanut hanke toteutettiin kesään 1906 mennessä. ■

Teksti Rea Salovaara-Simola **Kuva** Soile Kärhä

Kohti hyvää oloa



Olemme itse vastuussa omasta elämästämme ja hyvinvoinnistamme. Hyvinvoinnin taso vaihtelee, ja pysyvää tasapainotilaa ei ole mahdollista saavuttaa. Ongelmat, epävarmuus ja pelot sekä alavire kuuluvat elämään. Kukaan ei ole aina energinen ja tasapainoinen.

Jokainen voi kuitenkin vahvistaa voimavarojaan ja hoitaa itseään itselleen sopivalla tavalla omien tarpeidensa mukaisesti. Tapoja on monia – valitse omasi.

Hallinnan tunne – ohjaatko itse elämääsi?

Elämänhallinnassa olennaista on tunne siitä, että pystyy pitämään langat omissa käsissään, vaikuttamaan omaan elämäänsä, luottamaan itseensä ja omiin kykyihinsä.

Hallinta on myös kykyä kohdata vastoinkäymisiä. Keskity vastoinkäymisissä siihen mihin voit vaikuttaa. Pohdi myös tilanteen merkitystä itsesi kannalta ja muuta tarvittaessa tavoitteitasi.

Yritä pitää elämässäsi yllä myös suunnittelua. Ennakoi ja arvioi ainakin jonkin verran edessä olevia tilanteita ja vaihtoehtoja.

Omien arvojen tunnistaminen – elä sovussa itsesi kanssa

Oman elämäntehtävän löytäminen antaa elämälle merkitystä. Kuuntele tunteitasi, pohdi arvojasi ja odotuksiasi. Niiden avulla voit muokata toimintasi sopivaksi omiin voimavaroihisi ja tavoitteisiisi nähden. Huolehdi siitä, että pystyt toteuttamaan sellaisia asioita, jotka ovat sinulle tärkeitä ja tuntuvat mielekkäiltä. Mielenrauhan saat elämällä arvojesi ja omantuntosi mukaisesti.

Uskalla olla oma itsesi ja terveesti itsekäs. Älä sopeudu liikaa, sillä jatkuva toisten myötäileminen murentaa minäkuvaa. Opettele olemaan jämäkkä ja tarvittaessa sanomaan myös ei.

Tunne oma mittasi – salli itsellesi rajallisuus

Terve itsetunto – hyvä itsetuntemus, itsensä hyväksyminen ja arvostus – on hyvä perusta hyvinvoinnille.

Tunne myös omat rajasi. Älä nosta rimaa liian korkealle, mutta älä pane rimaa liian matalallekaan, koska silloin et voi tuntea itsesi voittamisen tyydytystä. Rakenna elämäsi sen varaan. mikä itsessäsi on hyvää ja vahvaa.

Pidä yllä fyysistä kuntoa – kestät henkisesti paremmin

Hyvä fyysinen kunto auttaa jaksamaan työssä ja nauttimaan vapaa-ajasta.

Liikunta antaa sinulle terveyttä, ystäviä ja virkistystä. Liikkuminen ulkona ja luonnossa lieventää myös stressioireita.

Kun huomaat, että nautit liikkumisestasi ja tunnet kuntosi kohentuvan, silloin olet löytänyt oman liikuntamuotosi. Liiku päivittäin myös arkisissa puuhissa.

Terveelliset ruokailu tottumukset – syö sopivasti suhteessa kulutukseen

Monipuolinen ja terveellinen ruokavalio edistää terveyttäsi. Syömisen tulisi olla myös nautittavaa. Nauti kiireettömistä ruokahetkistä – esim. lounastauko rytmittää työtä sen lisäksi, että saamme polttoainetta elimistöllemme.

Mieti myös alkoholinkäyttöäsi. Alkoholi on terveysriski - säännöllinen alkoholinkäyttö aiheuttaa runsaasti erilaisia haittoja työssä, perheessä ja sosiaalisessa kanssa-

käymisessä jo ennen varsinaisia terveysvaikutuksia. Selvin päin jaksat paremmin työssä - työtehosi on hyvä, vältyt virheiltä ja tapaturmilta.

Uni, lepo ja rentoutuminen - tekemisen ja kiireen vastapainona

Riittävän pitkä ja yhtäjaksoinen yöuni on yksi henkisen vireyden perusedellytys. Hyvin nukutun yön jälkeen myös murheet ja huolet painuvat oikeisiin mittasuhteisiin. Unentarve vaihtelee yksilöllisesti – keskimääräisesti se on kahdeksan tuntia.

Salli itsellesi riittävästi lepoa. Myös pelkällä oleilulla ja hiljentymisellä on sijansa. Mielellesi tekee hyvää myös tauot ja lomat.

Rentoutumisen avulla jännitystilat laukeavat, fyysiset oireet helpottuvat ja pääset hetkeksi irtautumaan arkipäivän ongelmista. Myös keskittymis- ja suorituskykysi paranevat. Opettele ja tee jokin rentoutusharjoitus päivittäin tai löydä oma tapasi rentoutua – kuuntele musiikkia.

Hoida ihmissuhteitasi – hoidat samalla itseäsi

Tasapainoiseen elämään kuuluu useat ihmisryhmät: työyhteisö, suku, perhe ja ystävät. Hyvä vuorovaikutus syntyy toisten huomioonottamisesta, ystävällisestä ja myönteisestä suhtautumisesta toisiin ja ajan antamisesta heille.

Ihmissuhteissasi saat läheisyyttä, hyväksyntää ja rakkautta. Ihmissuhteesi antavat myös tukea ja voimaa elämän eri tilanteissa. Kun huolet painavat, voivat ystäväsi auttaa ja tukea sinua. Puhuminen ja asioiden selvittely heidän kanssaan selkeyttää asioita.

Mielekäs työ ja toiminta – onko homma hanskassa?

Työ tukee ja edistää hyvinvointia. Työn avulla voit huolehtia fysiologisista perustarpeista, liittyä osaksi ryhmää, saada hyväksyntää ja arvostusta, voit jopa joskus toteuttaa itseäsi.

Tärkeää työssä on selviytymisen tunne – se, että koet olevasi riittävä omalla paikalla.

Myös ajanhallinta on tärkeää. Rytmitä työpäiväsi niin, että taukoja on riittävästi. Rauhoita ruokatunti työasioilta. Kun et voi keskittyä puheluihin, pidä kännykkä kiinni. Lue sähköpostisi tiettyyn aikaan vain muutaman kerran päivässä. Sovi itsesi kanssa jokin kellonaika, jolloin joka tapauksessa lopetat päivän työnteon.

Harrastukset – työn ja vapaa-ajan erottaminen

Harrastusten ja vapaa-ajan tulisi muodostaa sopiva vastapaino työlle. Jos työ on henkisesti vaativaa, on mielekästä harrastaa jotain fyysistä tai käden töitä. Jos työ on ihmisten kanssa olemista, voi harrastus olla yksin tapahtuvaa, esim. luonnossa kävely tai lukeminen. Tee jotakin, mistä pidät, missä viihdyt ja virkistyt.

Elämä on tässä ja nyt – nauti arjen pienistä hetkistä

Monet erilaiset mielihyvää tuottavat asiat helpottavat arjessa elämistä. Poimi yllättäen vastaantulevat pienet ilot, näe onnistumisesi ja muista hyvät asiat ja asioiden hyvät puolet. Anna tilaa myös huumorille ja naurulle sekä unelmillesi ja haaveillesi, sillä ne saavat aikaan hyvän olon tunteen sinussa.

Arkeen kuuluvat myös läheiset perhesiteet, erilaiset tavat ja perinteet. Pidä kiinni niistä ja niiden pysyvyydestä, sillä ne tuovat luottamusta siihen, että elämä kantaa. Myös usko luo merkitystä elämään ja voi toimia toivon lähteenä. ■

Mitä Sinulle kuuluu?

Pohtiessasi omaa hyvinvointiasi voit käyttää apuna seuraavia väittämiä. Moni asia on kohdallasi kunnossa, ja voit vastata väittämään myönteisesti. Löydät varmasti myös asioita, joihin sinun tulisi tehdä muutoksia.

Tahto- ja tavoitteellisuuskunto

Elämässäni on innostavia tavoitteita
Voin itse vaikuttaa elämääni
Minun on helppo tehdä päätöksiä ja pysyä niissä.
Ajankäyttöni on hyvässä järjestyksessä.

Fyysinen kunto

Kuntoni on hyvä.
Liikun paljon/ulkoilen riittävästi.
Syön terveellisesti/painoni on sopiva.
Lepään riittävästi/nukun hyvin.
Alkoholinkäyttöni on ongelmatonta/ en tupakoi.

Psyykkinen kunto

Elämä tuntuu mukavalta/olen hyvällä mielellä.
Tiedän tärkeimmät arvoni/elän arvojeni mukaisesti.
Hyväksyn itseni/pidän itsestäni.
Tunnen itseni vireäksi/olen kiinnostunut erilaisista asioista.
Rauhoitun säännöllisesti/osaan kuunnella tunteitani.
Asiani ovat kunnossa/olen toiveikas: asiat järjestyvät.

Sosiaalinen kunto

Tunnen kuuluvani jonnekin/en tunne itseäni yksinäiseksi.
Tulen toimeen muiden kanssa/muut pitävät minusta.
Lähisuhteeni ovat kunnossa/ parisuhteeni on kunnossa/pärjään lasteni kanssa hyvin.
Minulla on ihminen, jolle voin puhua asioistani ja uskoutua.

Taloudellinen kunto

Raha-asiani ovat kunnossa/tuloni ja menoni ovat tasapainossa.
Asuntoni vastaa tarpeitani/pidän asunnostani.

Työkunto

Pidän työstäni/olen tyytyväinen työhöni.
Olen pätevä nykyisiin työtehtäviini.
Työolosuhteeni ovat hyvät.
Työmääräni on sopiva.
Työni on vaihtelevaa ja tarjoaa haasteita.
Saan riittävästi tietoa työhöni ja työyhteisööni liittyvistä asioista.
Työssäni on riittävästi osallistumis- ja vaikutusmahdollisuuksia.
Työpaikallani on hyvä ilmapiiri.
Jaksan hyvin koko työpäivän. ■



Kuva Soile Kärhä

Kynttilän valossa

On ensimmäisen adventtikynttilän sytyttämisen aika, kun kirjoitan tätä. Sininen aamuhämärä kertoo meille kauniilla tavalla jotakin suomalaisen talven kauneudesta. Hiljaisuus on laskeutunut maiseman ylle. Vain hetken päivän valo viipyy luonamme, ja jälleen jäämme sinisen hämärän suojaan. Hämärä ottaa meidät suojiinsa.

On kynttilän valon aika. On adventtiaika. Adventinaikaan (latinan sanasta adventus Domini = Herran tuleminen) kuuluu neljä adventtisunnuntaita. Kynttilöiden määrä lisääntyy, valo lisääntyy, joulu tulee lähemmäksi ja lähemmäksi. Hoosiannaa lauletaan kirkoissamme. Joulun odotus on alkanut.

Millaisin miettein astut sytyttämään tämän adventin kynttilää? Olet ehkäpä työstä väsynyt, monien asioiden ympäröimä, kiireen ja huolien keskellä. Löydätkö aikaa sinisen hämärän tunnelmaan ja kynttilän valoon? Millaisin miettein astut tämän joulun ilosanoman äärelle?

Joulusanoma on yksinkertainen. Sehän tuli aikanaan arkisen työn keskelle niin kuin se tulee tänäänkin. Ensimmäinen joulu ei ollut särötön kiiltokuva niin kuin joulun ei tarvitse olla meidänkään aikanamme. Me saamme tulla keskeneräisinä, väsyneinä, toiveinemme Jeesuksen seimen äärelle tänäkin jouluna saamaan lohdutusta ja virvoitusta.

Seimen äärellä on kaikille paikka, jonne kaikki ovat tervetulleita. Tallin ja seimen äärelle ei ole korkeaa kynnystä, joten joulunsanoman armahtava viesti kuuluu jokaiselle. Meille on syntynyt Vapahtaja, kertoo joulun ilosanoma.

Joulun hyvän sanoman tulisi koskettaa maailmassa olevaa pahuutta, nostaa esille hyviä arvoja, oikeita arvoja, yksinkertaisuutta, rauhaa, toiset huomioonottavaa lähimmäisyyttä ja välittämistä. Pimeyden keskellä toivon kynttilöiden sytyttäminen on tärkeää.

Ne tuovat valoa ja rohkaisua yksinäisyyteen, toivottomuuteen, sairauteen, väsymykseen, rakkaudettomuuteen, pelkoon ja kaikkiin elämämme tilanteisiin. Hyvyyden ihmeellisen voiman voimme tänäkin jouluna saada itsellemme joululahjaksi seimen ääreltä. Valo on syttynyt pimeään. Arkiset huolet, jopa kiireenkin voi unohtaa ja astua joulun siniseen hämärään. Näinkin voi valita. On aika sytyttää kynttilälyhty ikkunalle ja toivottaa joulu tervetulleeksi.

Joulunajan kirkkotilaisuudet ovat ilahduttavalla tavalla tulleet hyvin suosituiksi ja kotikirkko on tullut yhdeksi joulunajan levähdyspaikaksi. Kuusankosken seurakunta toivottaa Sinut lämpimästi tervetulleeksi joulunajan tilaisuuksiin.

”Niityillä lunta, hiljaiset kadut, taakse jo jäänyt on syksyn lohduttomuus. Muistojen virta, lapsuuden sadut. Sanoman joulun on uusi mahdollisuus.”

Hyvää joulua ja hyvän Jumalan siunausta vuodelle 2005 toivoo Kuusankosken seurakunta.

Tuula Rikala
kirkkovaltuuston puheenjohtaja

Teksti Petri Mikkola **Kuvat** Reijo Virta

UPM tukena koululaiskoripallossa

Johan pomppas Kuusankoskella

UPM, Kymi ja Voikkaa sekä koripalloseura Kouvot järjestivät perjantaina 3.12. jo perinteiseksi muodostuneen Johan Pomppas -koululaiskoristapahtuman Kuusankosken alakoulujen oppilaille Kuusankosken urheilutalolla.

Turnauksessa oli mukana 34 tyttö- ja poikajoukkuetta kaupungin neljänsiltä, viidensiltä ja kuudensilta luokilta. Yhteensä hallilla oli 200 pelaajaa sekä parisataa innokasta kannattajaa opettajineen.

Tapahtuma alkoi klo 8.45 ja päättyi kello 12.45 pelattuihin sijoitusotteluihin.

Koululaisten ottelujen välissä pelattiin perinteikäs Opettajat vastaan UPM -ottelu. Kovan ja tasaisen väännön vei nimiinsä UPM:n joukkue lukeminen 4–1. Ottelu pelattiin koululaisturnauksen säännöillä 3 vastaan 3 -periaatteella.

Vauhtia riitti

Päivä sujui vauhdikkaasti. Pontta koululaisten otteisiin antoivat toimitsijoina toimineet KoriKouvojen sekä Kouvottarien pelaajat.

Kouvojen edustusjoukkue oli lähes kokonaisuudessaan hienosti paikalla. He jakoivat nimikirjoituksia, kausijulkaisuja sekä postikortteja päivän aikana lähes 400. Innokkaimmat olivat käyneet kyselemässä vinkkejä taitojensa kehittämiseksi – ja vinkkejähän riitti.

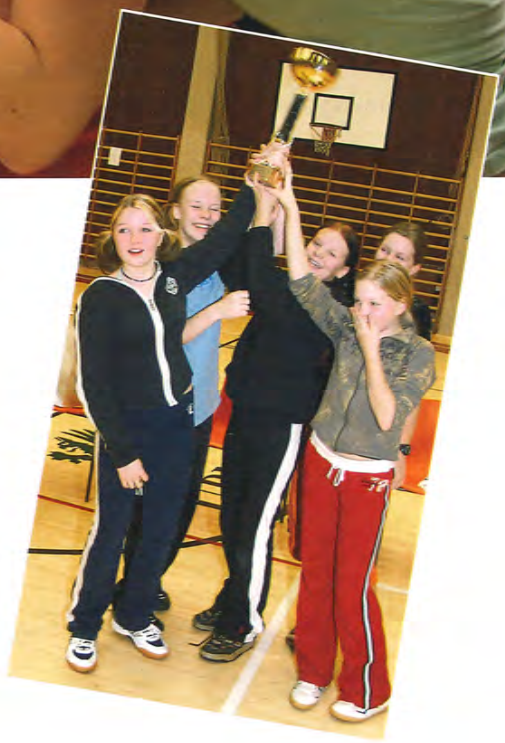
Johan Pomppas -pelit pelattiin joko kahdeksaan pisteeseen tai 8 minuuttiin asti, yhteen koriin ja 3 vastaan 3 -periaatteella. Pelaajat itse toimivat tuomareina. Kenttäkohtaiset valvojat puuttuivat peliin vain tarvittaessa.

”Kuusankosken turnaus oli jälleen kerran onnistunut tapahtuma. Tapahtuman tärkeimmät elementit toteutuivat hienosti: kaikki pääsivät pelaamaan, pelit sujuivat Fair Play-hengessä ja kaikkien pelaajien käyttäytyminen oli mallikasta, kuten koriskentällä pitääkin. Tästä kuuluu suuri kiitos opettajille”.

UPM:n lahjoittaman Parhaan koulun -kiertopalkinnon sai tällä kertaa Pilkanmaan koulu. Lisäksi UPM lahjoitti kaikille turnaukseen osallistuneille kouluille upeat peliliivit.

Peleissä myös valvojat valistivat jokaisesta ottelusta esimerkillisimmän pelaajan.■





Pilkanmaan ala-asteen tytöt puhkesivat onnen kyyneliin voitettuaan Johan pomppas -turnauksen. Riemulla ei ollut rajoja, kun saatiin ”tyttö” kotiin!

ELÄKKEELLE

Kymi

Konemies **Pertti Brandt-Ojala** paperitehdas (37 palvelusvuotta), projektipäällikkö **Johan Eklund** tekninen osasto/suunnittelu (37), siivooja **Seija Lakimo** rakennusosasto/siivous (33), siivooja **Raili Leino** rakennusosasto/siivous (28), A4-valmistaja **Mirja Mäkelä** arkkisali (37), asentaja **Timo Nurkka** paperitehdas/kunnossapito (27), vartija **Toivo Nöjd** suojelu (40), A4-järjestelijä **Helena Perätalo** arkkisali (35), laboratoriomestari **Olli Qvick** sellun labora (38), varamies **Seppo Simola** Kymin höyryvoimalaitos (29), päälämmittäjä **Raimo Vauhkonen** Kymin höyryvoimalaitos (39).

Voikkaa

Päivämestari **Aulis Auvinen** paperitehdas (34), koneasentaja **Johan Heimonen** kunnossapito (40), käytöntarkkailija **Seija Hyypiä** labora (41), pit.leikk.II-mies **Aila Inkeroinen** PK 17 (36), pastamies **Heikki Joutjärvi** PK 11–18 (34), käytöntarkkailija **Leena Karhu** labora (41), puuannostelija **Kari Korpela** kuorimo (35), koneasentaja **Jorma Lunkka** kunnossapito (35), koneenhoitaja **Antero Salonen** PK 16 (42), koneenhoitaja **Hannu Suur-Hamari** PK 11 (42), siistijä **Liisa Ukkonen** puhtaanapito (41), pakkaaja **Kalevi Vesalainen** PK 17 (41).

Konserni

Senior advisor **Markku Johansson** tutkimuskeskukset/Kuusankoski (36).

MERKKIPÄIVÄT

Voikkaan tehtaan työsuojeluvaltuutettu **Matti Koste** täyttää 50 vuotta. Vastaanotto Voikkaan kerholla tiistaina 11.1.2005 klo 13–17.
Tervetuloa!

HENKILÖUUTISET

Kymi

Arkkisali

Teknikko **Raimo Timonen** on nimitetty arkkisalin päivämestariksi 8.11.2004 alkaen. Hän on toiminut aikaisemmin useissa työnjohtotehtävissä paperitehtaalla. Raimo Timonen raportoi PK 9 ja A4 linjojen tuotantopäällikkö Pekka Mertakorvelle.



Raimo Timonen



Jukka Iiskola

Paperitehdas

Jukka Iiskola on nimitetty PK 8 tuotantolinjan päällystyskone 3:n käyttöinsinööriksi. Hän on aloittanut työt syksyn 2004 kuluessa vapauduttuaan erillisestä projektista PK 7:ltä. Iiskola raportoi linjan tuotantopäällikkö Pentti Putkiselle.

Suojeluosasto

Tuomo Lindèn on nimitetty suojelupäälliköksi Kymin ja Voikkaan suojeluosastolle 1.1.2005 alkaen. Lindèn siirtyy toimeen Kymin laatupäällikön tehtävästä. Hän raportoi suojeluosaston johtaja Jaakko Sutelalle.

Erkki Haarto siirtyy suojeluosaston suojelupäällikön tehtävästä kehityspäälliköksi 1.1.2005 alkaen. Hän jatkaa edelleen työsuojelupäällikkönä.



Tuomo Lindén



Erkki Haarto

UPM

Arkistotoimi

Ritva Lehto on nimitetty 1.11.2004 alkaen keskusarkistonhoitajaksi Kymin keskusarkistoon, joka on osa konsernin arkistotoimea. Hänen toimipaikkansa on Kuusankoskella. Hän on aiemmin työskennellyt Busines & Technology Intelligence-osaston Kuusankosken tietopalvelussa.



Ritva Lehto

Laskettelumatka Kolille 5–6.2.2005

UPM, Kymi ja Voikkaa järjestää yhdessä Kuusankosken kaupungin kanssa laskettelu- ja hiihtomatkan Kolille 5–6.2.2005.

Lähtö lauantaina varhain aamulla 5.00 ja paluumatkalle lähdetään sunnuntaina iltapäivällä noin klo14.

Matka on tarkoitettu työntekijöille ja heidän perheenjäsenilleen sekä eläkeläisille.

Hintaan sisältyy: matka, majoitus Sokoshotelli Koli, iltasauna porealtaineen klo 16–20, runsaan hotelliaamiaisen, hissilipun lauantaille tai vaihtoehtoisesti päivällisen. Kuljetus Loma-Kolille tarvittaessa. **Loma-Kolilla kauden uutuus Aleksi Vannisen suunnittelema koko perheen Snow Park!**

Huonehinnat

1hh	88 euroa/huone
2hh	113 euroa/huone
2+1hh	154 euroa/huone
2+2hh*	178 euroa/huone

*tässä huoneessa kaksi lasten vuodetta. Maksu kerätään bussissa.

Paikkoja varattu 50 henkilölle. Mahdollisuus kimppa kämppään. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Bussin ajoreitti ilmoitetaan myöhemmin. Kyselyt ja sitovat varaukset 17.1.2005 mennessä Lasse Makkonen, työpuh. 0204 15 2871/ 040-7657849 / notes tai lasse.makkonen@upm-kymmene.com

Kymin Osakeyhtiön 100-vuotissäätiön henkilövalintoja vuosille 2005–2006

Säätiön puheenjohtajan, Kymen läänin entisen maaherran **Matti Jaatisen** ilmoitettua luopuvansa puheenjohtajuudesta on UPM-Kymmene Oyj:n hallitus nimennyt 100-vuotissäätiön valtuuskunnan puheenjohtajaksi vuosiksi 2005–2006 Kouvolan hovioikeuden presidentin **Jussi Kivisen**. Maaherra Matti Jaatinen on toiminut säätiön puheenjohtajana vuosina 1989–2004.

Valtuuskunnan varapuheenjohtajaksi on säätiön valtuuskunta valinnut **Reino Grönlundin.**

Säätiön hallitukseen kuuluu puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan lisäksi viisi jäsentä.

Hallituksen varsinaisiksi jäseniksi valtuuskunta on valinnut **Kirsti Hirvosen**, **Urpo Huuskosen**, **Harri Meriluodon, Pekka J Pöysän** ja **Seija Ämmälahden**. Varajäseniksi valittiin **Pertti Mäkelä** ja **Leena Heimonen**.

UPM-Kymmenen hallitus on nimennyt apurahalautakunnan jäseniksi tehtaanjohtaja **Raimo Särkelän**, UPM Voikkaa ja rakennusosaston päällikkö **Markku Pasin**, UPM Kymi.

Valtuuskunta on valinnut apurahalautakuntaan Reino Grönlundin, Kirsti Hirvosen, **Sirkka-Liisa Huumosen**, **Seppo Kylliäisen**, **Keijo Vilkin** ja Seija Ämmälahden.

UPM-Kymmenen hallituksen nimeämänä tilintarkastajana vuonna 2005 toimii kauppat. maist. **Christina Varis**, KHT ja hänen varamiehenään kauppat. maist. **Jouko Taipale**.

Säätiön valtuuskunta on valinnut vuoden 2005 hallintoa ja tilinpitoa tarkastamaan **Seppo Sahalan**, HTM sekä **Tapani Kivelän**, HTM. Heidän varamiehikseen valittiin **Olavi Sommarberg,** HTM sekä **Kari Palmumaa**.

Säätiön valtuuskuntaan kaudelle 2005–2006 tulivat valituiksi työntekijäjäseninä **Tuija Pasonen** (henkilökohtainen varajäsen **Riitta Tuviala**), Kirsti Hirvonen (**Kari Haaraoja**), Harri Meriluoto (**Jukka Koponen**), **Helena Karvonen** (**Anita Hirvonen**), Pekka J Pöysä (**Paavo Pesonen**) ja **Hannu Pääkkönen** (**Kati Liikanen**) sekä toimihenkilöjäseninä **Kyllikki Ek** (**Petri Joutjärvi**), Reino Grönlund (**Antti Tuominen**), **Rauno Karvinen** (**Janne Rantanen**), **Raimo Motturi** (**Päivi Puranen**), **Arja Pesu** (**Eila Jyräs**) ja **Anne Pelli** (**Maija Uronen**).

www.kymin100.fi

KIITOKSET

Kiitokset kaikille merkkipäivääni muistaneille.

Kari Tiitinen

Muistitte somasti minua,
ylenmäärin aattelitte,
siitä kiitoksen sanelen.
Kiitän mukavista työvuosista kaikkia työkavereita.

Pekka Pärssinen

Lämmin kiitos kaikille muistamisesta jäädessäni vapaalle.

Juha Pesu

Lämmin kiitos yhteisistä työvuosista kaikille jäädessäni vapaalle.

Seija Lakimo

Kiitos kaikille jäädessäni sankarieläkkeelle.

Aulis Auvinen

Kiitos kaikille työtovereilleni yhteisistä vuosista ja muistamisesta.

Pirkko Paasonen

OSANOTTOMME

Edellisen lehden ilmestymisen jälkeen tietoomme tulleet kuolleet eläkkeensaajat:

Reino Holm, 84, voimaosasto (kuollut 17.10.2004), **Leo Honkanen**, 74, kemian kunnossapito (1.10.), **Mirja Juutila**, 71, Kymin arkkisali (13.11.), **Niilo Karjalainen**, 89, Kymin paperitehdas F (25.10.), **Kaarlo Kauppinen**, 87, Voikkaan kemia (17.10.), Eino Koskinen, 77, Kymin sähkökorjaamo (17.10.), **Jorma Kossila**, 73, sellun kunnossapito (20.10.), **Esko Partiainen**, 73, Voikkaan puuhiomo (18.10.), **Leo Perätalo**, 75, Kymin paperitehdas (9.11.), **Siiri Rinne**, 86, Kymin paperitehdas F (2.10.), **Unto Salminen**, 72, sellu (23.10.), **Sulo Salo**, 88, sellu (5.10.), **Eino Ylätalo**, 81, Voikkaan konekorjaamo (18.09.) **Veikko Lupunen,** 89, rakennusosasto (31.10.).

Sairauskassan päätöksiä

Kuusankosken Tehtaiden Sairauskassan varsinainen kassankokous pidettiin 18.11.2004 Yksysissä. Kokouksessa puhetta johti Pasi Untolahti.

Hallituksesta olivat erovuorossa varsinaisista jäsenistä Tytti Penttilä, Heikki Miettinen, Pasi Untolahti ja Erkki Mukkila sekä henkilökohtaisista varajäsenistä Riitta Sjöblom, Antero Poikala, Pertti Mäkelä ja Kari Niemi.

Varsinaisiksi jäseniksi valittiin uudelleen Pasi Untolahti ja Heikki Miettinen. Tytti Penttilän tilalle valittiin Leila Hietanen ja Erkki Mukkilan tilalle Risto Kärkkäinen.

Henkilökohtaisiksi varajäseniksi valittiin Pertti Mäkelä, Antero Poikala, Ari Leppänen ja Tapio Koskinen. Valittujen toimikausi on 2005–2007.Varsinaisiksi tilintarkastajiksi valittiin toimintakaudelle 2005 Christina Varis KHT ja Tuure Ainikkamäki sekä varatilintarkastajiksi Seppo Sahala HTM ja Kari Palmumaa.

Sääntöjen 20 §:n 2 momentin mukaisen hautausavustuksen määräksi vuodelle 2005 vahvistettiin edelleen 211 euroa.

Lisäksi käsiteltiin ja hyväksyttiin yksimielisesti sääntöjen 8, 11, 20, 33 ja 34 pykälien muutokset. Muutoksista tärkein oli 8 §:n jäsenmaksun korotus 0,1 prosenttiyksiköllä. Muutos tulee voimaan työntekijöiden osalta tilikaudesta 06/2005 lukien ja toimihenkilöiden sekä eläkeläisten kohdalta 1.3.2005 lukien.

Kokouksessa esitettiin myös selonteko kassan tilasta ja tiedotettiin meneillään olevista muutoksista, jotka koskivat Vakuutuskassojen Yhdistyksen lopettamista ja suunniteltuun uuteen valtakunnalliseen rekisteröityyn yhdistykseen liittymistä. ■

Arska

Ari Rantaharju



Joulu on taas, joulu on taas...



Arto Ahlberg

Joulun odotusta

Joulunodotukseen kuuluu jouluaiheinen juttu. Tämä on nyt semmoinen. Keskityn nyt siis vain jouluun, enkä edes yritä saarnata. Joulu on minusta ihanaa odotuksen aikaa, poltetaan kynttilöitä, ja katsellaan valkoisia leijuvia karvahattuja, jotka peittävät mustan maan. Iloisena sydän täynnä antamisen iloa valmistaudutaan joulun huippuhetkeen lahjoja rustaillen, ja kinkkua paistaen. Etsitään kuusi, ja koristellaan se kauniisti tähtineen kaikkineen. Joulu on ennenkaikkea rauhoittumisen, ja perheen aikaa.

Ei helvetti, en minäkään kirjoita sentään ihan mitä tahansa. Se, jonka mielestä joulu on juuri edellä kuvatun kaltainen kannattaa lopettaa lukeminen tähän, niin ei mene tunnelma pilalle. Itse asiassa joulu on aina ollut minulle enemmän tai vähemmän ongelma, yleensä enemmän. Salainen jouluhaaveeni on ollut viettää joulukuu vaikkapa Kanariansaarilla kaukana siitä joulurauhan epätoivoisesta etsimisestä, jonka joulu aina aiheuttaa.

Minun kirkkaimmat joulumuistoni ovat kaupassa pomppa päällä epätoivoinen hikoilu lahjalista kädessä, yrittäen kurkottaa hyllyltä jotakin tiettyä tavaraa, jonka joku toinen on jo vienyt. Sitten, jos sen hilavitkuttimen viimein saa käsiinsä alkaa jonotus, ensin kassalle, sitten paketointiin, ja sitten liikenteeseen. Joulunajan odotukseen kuuluu kiertää kaikki Kouvolan ja Kuusankosken kaupat noin 40 tuhannen muun ihmisen kanssa, ja koko ajan lompakko levällään. Sitten seuraa vielä sen kaiken krääsän piiloittelu, ja osan pakotointi, mitä ei ole saanut kaupassa teetettyä, ja sekin on tehtävä salaa.

Joulu on kiirettä, jonotusta, siivoamista ja huolehtimista asioista, jotka eivät muina aikoina tule mieleenkään. niin kuin, esimerkiksi, että minkä näköinen postikortti ilmentää sen vastaanottajalle lähettäjän ajatuksia tämän suhteen, ja ettei se suinkaan vaan ole loukkaava esimerkiksi joulupossun kuva. Tai minkä väriset kynttilät ja verhot sopivat juuri tähän vuodenaikaan?

Kaiken pitää myös näyttää joululta. Joulu on punainen ja valkoinen. Siivouskin on joulusiivousta, se on erilaista, kuin kaikki muu siivous. Jouluna luullaan, että ihmiset, vai ties mitkä joulutontut nuuskivat kaikki nurkat, ja siksi ne pitää olla niin puhtaat, ettei ikinä ennen. Miksi luututa lattia esimerkiksi kaappien alta, ja siivota kaikki hyllyt ja komerot? Tietenkin siksi, että on joulu.

Joulun nimissä tehdään kaikenlaista hullua, mitä ei muuten tehdä. Perusvire joulun odotukseen on kiire, kiire saada postit liikkeelle, kiire ostaa jokin muotituote, joka muuten loppuu, kiire valmistaa jouluruoat protokollan mukaan. Kiire, ja vielä kerran kiire. Tätä kiirettä vastaan on melkein mahdoton taistella. On toki ihmisiä, jotka yrittävät pyristellä näitä "joulumääräyksiä" vastaan, mutta sortuvat kyllä musertavan ylivoiman edessä.

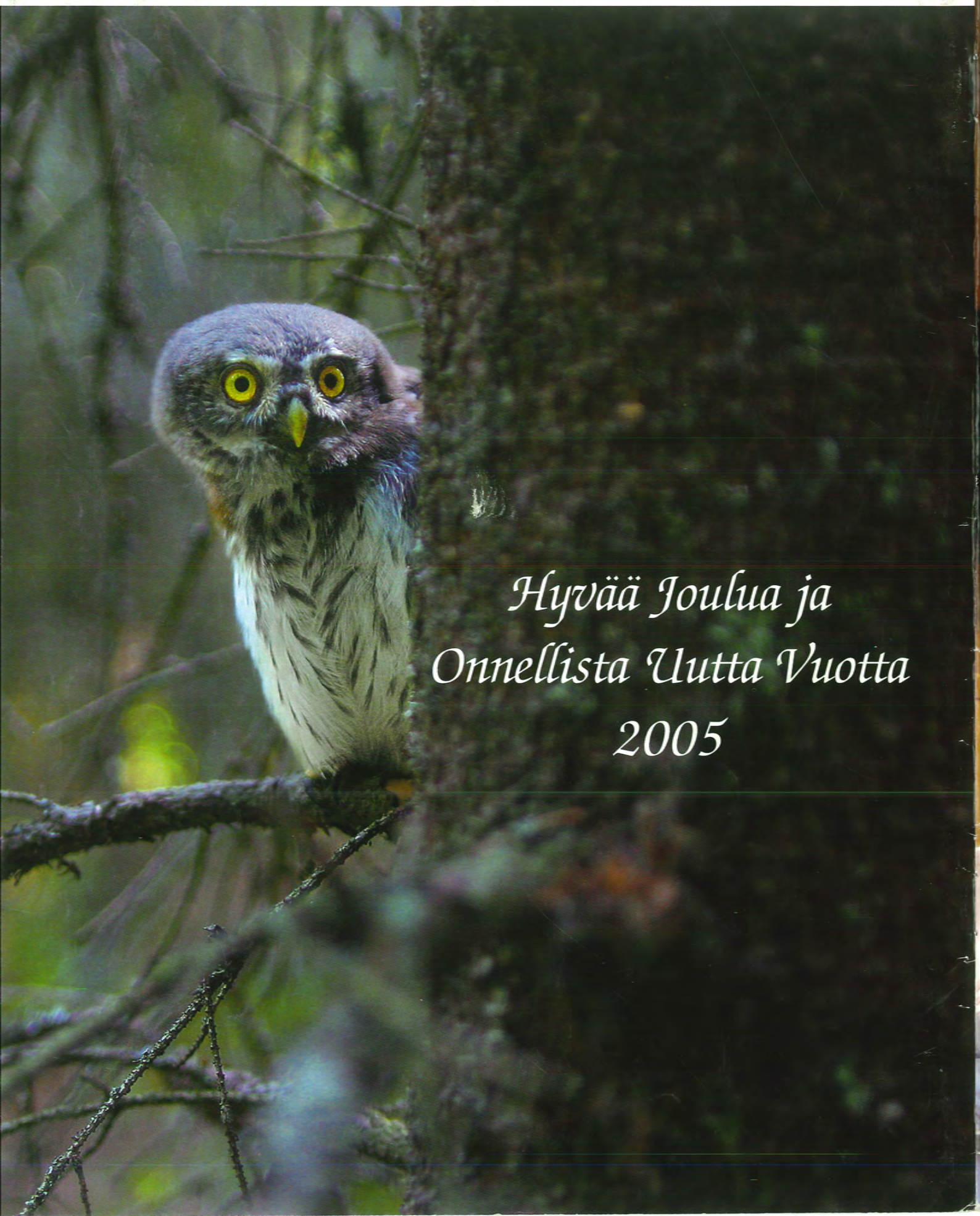
Sanonta , "no jos nyt kumminkin yksi tai kaksi lahjaa," tarkoittaa aina sitä, että joulukuusi ei juurikaan erotu sen vuoren takaa, joka tulee aattoiltana jo pelkistä lahjapapereista. Joulu on lasten ja vanhusten juhla, jonka keski-ikäiset järjestävät.

Tämä nyt on tietysti vain tämmöistä keski-ikäisen miehen jupinaa, joka on jo hyvän aikaa ollut sillä järjestävällä puolella, mutta muistan toki vielä lapsuuteni joulut. Meillä oli luminen metsämaisema, joulupuurot, joulusauna, joulukinkku ja aamukirkkokin, sekä tietysti ne pari lahjaa.

Muistan vieläkin kuusen tuoksun sekoittuneena kynttilöiden stearriiniin, ja kypsyvään kinkkuun, sekä ne värit jotka syntyivät kuusenkynttilöiden keltaisesta valosta sekoittuen valkoiseen lumeen ja sinisenä hohtavan pakkastaivaan hiljalleen tummuvaan hämärään.

Niin mitäs minun pitikään vielä sanoa jouluhössötyksestä ennen kuin lankesin tuohon tunnelmointiin? En nyt millään enää muista, enkä ehdikään, sillä on jo kova kiire mennä ostamaan meidän kuuseen uudet punaiset pallot, sillä vanhoja ei enää löytynyt mistään.

Siispä rauhallista joulua vaan kaikille!


Hyvää Joulua ja
Onnellista Uutta Vuotta
2005