



tuumm

SYKSY 2023
KIRJAUUTUUDET

MILLOIN VOIN OLLA TYYTYVÄINEN?

Kun aloitin työskentelemään kirjojen toimittamisen parissa, eräs kustannusalan konkari kertoi, että tuotannon osalta kirja on valmis, kun se tulee painosta, sen avaa – ja sieltä huomaa ensimmäisen virheen. Olin sen verran hämmentynyt, etten tajunnut kysyä, mitä hän sanoillaan tarkoitti. Virheethän ovat *kamalia*! Luulen ymmärtäneeni sanojen merkityksen kunnolla vasta vuosien jälkeen. Kirja on niin inhimillinen tuote, että meistä jokainen katsoo sitä omalla tavallaan ja pitää erilaisia asioita niin sanottuina virheinä.

Voinko olla tyytyväinen kirjaan, vaikka huolellisuudesta huolimatta sinne olisi jäänyt lyönti- tai asiavirheitä? Voinko olla tyytyväinen, vaikka tiedän, että joissain luvuissa ydinasiat olisi voinut tiivistää paremmin ja esimerkit kertoa elävämmin? Voinko olla tyytyväinen, vaikkei hyvältä vaikuttanut kirja saakaan runsaasti lukijoita? Pitäisikö ajatella, että silloin koko kirjan julkaisu oli virhe?

Kirja ei ilmestyisi lainkaan, jos kirjailija hioisi käsikirjoitustaan loputtomasti, kustannustoimittaja ehdottaisi tekstiin aina vain uusia muutoksia ja graafikko tar-

joaisi siihen jatkuvasti uudenlaisia kansiehdotuksia. Jossain vaiheessa on pakko päättää pisteen paikka.

Meistä jokainen joutuu etsimään omaan työhönsä omat tyytyväisyyden kriteerinsä. Minulle suurinta tyytyväisyyttä tuo se, kun onnistun tekemään kirjailijan ja kustantamon muiden ammattilaisten kanssa molemminpuoliseen luottamukseen perustuvaa yhteistyötä. Silloin painotuoreesta kirjasta huomattu ”virhe” asettuu parhaiten mittasuhteisiinsa.

*Mirva Kiviaho
toimituspäällikkö, kirjaideat
mirva.kiviaho@tuumakustannus.fi*





Eveliina Holmgren

Tyytyväisyys

Vastavoima jatkuvaa venymistä vaativalle työlle

Tuntuuko siltä, että työsi vaatii sinulta jatkuvaa venymistä? Odotetaanko päivästä toiseen kovaa draivia, hyvää pöhinää, itsensä täysillä likoon laittamista ja intohimoista suhtautumista työhön?

Käsitys jatkuvan kehittymisen ja kovan suorittamisen vaatimuksesta elää työelämässä vahvana. Joku voi jopa kysyä vaivihkaa, pitääkö olla huolissaan, jos ei itse jaksaa alituisen kehittyä ja kehittää. Mitä jos loivemman kasvukäyrän tavoittelu johtaisikin pidemmällä aikavälillä suurempaan tulokseen? Mitä jos superinnostumisen sijaan tasaisempi tyytyväisyyden tunne veisikin kohti kestävämpää työelämää?

Tämä kirja esittää, että tavallinen, arkinen tyytyväisyyden tunne on työelämän arvokas ja usein ohitettu voima. Jatkuvan tsemppaamisen, kirimisen ja parhaansa tekemisen vastapainoksi tarvitaan jo saavutetun äärelle pysähtymistä ja työelämän suvantohetkien vaalimista. Työssä koettu tyytyväisyys edellyttää tasapainottelua tilanteeseen tyytymisen ja korjattaviin asioihin puuttumisen välillä. Kirja neuvoo käytännönläheisesti, miten niin yksittäinen työntekijä kuin koko työyhteisö voi yhdessä rakentaa tyytyväisyyden kulttuuria. Kirja kertoo myös, miten tarttua tilanteeseen, jossa tyytyväisyyden tunteen rakentamiselle ei ole perusteita.

Näyteteksti kirjasta *Tyytyväisyys*

Työelämässä tarvitaan taitoa tunnistaa hetkiä, jolloin yksilöinä ja yhdessä todetaan, että työt on nyt tehty riittävän hyvin ja on aika olla tyytyväisiä. Tässä yhteydessä mainittakoon, että tyytyväisyyden kulttuuri ei tarkoita omahyväistä "me ollaan niin hyviä, ettei meidän tarvitse enää ponnistella" -kulttuuria (englanniksi tähän viitataan usein termillä "complacency", joka joskus tyytyväisyydeksi käännetään). Tyytyväisyyden kulttuuri ei myöskään tarkoita tyytymistä tulokseen, joka ei tyydytä asiakkaita, omistajia, pömoä tai kollegoita tai työntekijää itseään.

Olen kirjoittanut kirjan siksi, että haluan kysyä työelämän kaikilta edustajilta, mitä menetämme, jos emme työuriamme aikana osaa tai halua pysähtyä huomaamaan työmme aikaansaannoksia, iloittamaan pienistä onnistumisista ja

olemaan kiitollisia hyvistä asioista. Olen huolissani uupumuksesta, kovassa tahdissa kirimisen paineesta ja riittämättömyyden tunteesta, jota koetaan suhteessa moniin odotuksiin.

Haluan myös herätellä sinua työntekijä, esihenkilö tai työpaikan kehittäjä pohtimaan keinoja, joilla voit vahvistaa pienten, maltillisten positiivisten tunteiden kautta työpaikkojemme hyvinvointia ja sen kautta jaettua myönteistä filistä, huilin ja luovuuden hetkiä ja eteenpäin vievää energiaa. Uskon itse vakaasti, että kuten kilpaurheilussa, myös työelämässä tarvitaan taitoa huilata välillä: kestävää kehitystä ei synny ilman tietoista palautumista. Väitän myös, että työpaikoilla tarvitaan tietoisesti rakennettua tyytyväisyyden kulttuuria, joka ruokkii pitkän tähtäimen kasvua ja kestävyyttä.

Eveliina Holmgren (PsT, KTM, FM)
on organisaatiopsykologi, joka on
havainnut, että suomalaiset työntekijät
tyypillisesti haluavat tehdä parhaansa
omassa työssään. Hän haluaa sanoa,
että työelämän kasvuun ja kehitykseen
tarvitaan suorittamiskulttuurin rinnalle
tyytyväisyyden kulttuuria: ilon,
arvostuksen ja levollisuuden vaalimista.





"Kiehtovaa ja informatiivista, yleistajuista tiedettä parhaimmillaan."

- *The Observer* -sanomalehti

"Kirja on kuin romaani, jonka päähenkilöinä olemme me kaikki. Lue se! Se saa sinut ymmärtämään paremmin itseäsi ja ihmislajiasi."

- *Leonard Mlodinow, kirjailija*

"Älykäs ja ilahduttava katsaus sellaisiin aivoihin liittyviin asioihin, jotka useimmat meistä luulevat tietävänsä mutta eivät tiedä."

- *Daniel Gilbert, kirjailija*

Lisa Feldman Barrett

Seitsemän ja puoli oppia aivoista

Tiesitkö, että aivot eivät ole syntyneet ajattelua varten? Kurkkaa korvien väliin ja opi, kuinka aivosi oikeasti toimivat!

Tässä kirjassa tunnettu neurotutkija Lisa Feldman Barrett hälventää mystiikkaa harmaan massan ympäriltä. Kirjan seitsemän lyhyttä ja yleistajuista kirjoitusta – sekä yksi tiivis tarina aivojen evoluutiosta – tarjoavat ajatusmaailmaa avartavan katsauksen neurotieteisiin. Kirjasta selviää, miten aivot ovat kehittyneet ja rakentuneet, miksi aivojen rakenteella on merkitystä ja miten sinunkin aivosi työskentelevät yhdessä muiden ihmisten aivojen kanssa ja luovat kaiken, mitä koet. Samalla selviää, miksi on syytä hylätä ihmisen käyttäytymistä määrittävät yleiset myytit, kuten ajatus liskoaivoista tai vastakkainasettelu ajatusten ja tunteiden tai jopa biologisten ominaisuuksien ja kasvatuksen välillä. Kirja on täynnä yllätyksiä, huumoria ja tärkeitä huomioita, jotka vaikuttavat merkittävästi ihmisenä olemiseen.

Professori **Lisa Feldman Barrett** (PhD) on arvostettu neurotieteen tutkija. Hän on tehnyt käänteentekevää tutkimustyötä psykologian ja neurotieteen alalla, minkä ansiosta hän sijoittuu siihen yhden prosentin joukkoon tutkijoita, joiden julkaisuja on siteerattu eniten maailmassa.

Näyteteksti kirjasta Seitsemän ja puoli oppia aivoista

Pystytkö kuvittelemaan pienen, muutaman sentin mittaisen matomaisen olion keinumassa esihistoriallisen valtameren aallokossa ja näkemään väläyksen ihmiskunnan evoluutiosta? Vaikeaa se onkin. Meissä ihmisissä on niin paljon enemmän kaikkea, mitä muinaisessa suikulaisessa ei ollut: pari sataa luuta, lukuisia sisäelimiä, muutama raaja, nenä, viehättävä hymy ja – mikä tärkeintä – aivot. Suikulainen ei tarvinnut aivoja. Sen tuntoaistisolut olivat yhteydessä sen liikeaistisoluihin, joten se reagoi vesiympäristöönsä ilman mainittavaa aistitiedon käsittelyä. Meissä ihmisissä on sitä vastoin rakenteeltaan mutkikkaat, tehokkaasti toimivat aivot, jotka tuottavat monenlaista mielenisäältäö, kuten ajatuksia, tunteuksia, muistoja ja unia. Ne ovat sisäistä elämäämme ja muovaavat valtavasti sitä, mikä on tunnusmerkistä ja merkityksellistä omalle olemassaololle.

Miksi ihmisaivot kehittyivät sellaisiksi kuin ne ovat? Mitä ilmeisin vastaus on: ajattelun takia. Yleisesti oletetaan, että aivojen evoluutio on ollut jonkinlaista asteittaista kasvujohteista kehittymistä tasolta toiselle – alkeellisen eläimen tasolta kehittyneemmälle – ja että ylimmällä tasolla ovat kaikkein mutkikkaimmat, ajattelemaan kykenevät aivot eli ihmisen aivot. Onhan ajattelu ihmisen supervoima, eikö totta?

Ilmeisin vastaus on kuitenkin osoittautunut virheelliseksi. Itse asiassa ajatus, että aivot kehittyivät ajattelua varten, on ollut monien ihmisenä olemista koskevien perusteellisten väärinkäsitysten pohjalla. Tämän pitkään vaalitun uskomuksen hylkääminen on ensimmäinen askel kohti sen ymmärtämistä, miten aivot oikeasti työskentelevät, mikä niiden tärkein tehtävä on ja millainen olento ihminen todella on.



Ville Hytönen

Grand Hotel

Kuinka elää ja kasvaa anarkistisessa vapaudessa

Vapaus on elämän merkittävin käyttövoima, jos sen osaa kokea kokonaisvaltaisesti. Ville Hytönen jatkaa vapauden ja anarkismin pohtimistaan toisessa esseekokoelmassaan *Grand Hotel*. Kun Hytösen edellinen teos *Grand Tour* keskittyi liikkeen ja irrallisuuden pohdintaan, *Grand Hotel*issa pohditaan asumisen, paikallaanolon ja ruumiillisuuden teemoja sekä etsitään uudenlaista vapautta.

Hytönen käsittelee teksteissään muun muassa sisäistä kokemusta, välinpitämättömyyttä ja vastuun ottamista sekä käsillä tekemisen ja oman paikan merkitystä. Tekstien taustamaisemaksi maalautuu Hytösen elämä poikansa kanssa rantametsissä ja pienessä talossa, josta rakentuu hänen *Grand Hotel*insä.

Ville Hytönen (s. 1982) on virolaisessa majakkalaaksossa asuva kirjailija, vegaani-isä ja vapausajattelija, joka on kotonaan siellä missä liikkuu. Hän on julkaissut yli 50 teosta runoutta, romaaneja, lastenkirjoja ja esseeteoksia sekä johtanut niin perustamaansa Kustannusosakeyhtiö Savukeidasta, tamperelaista Tulenkantajien kirjakauppaa kuin nyt Suomen kirjailijaliittoakin.

Täällä virolaisessa majakkakylässä minun on hyvä olla. Kunpa saisin elää loppuelämäni siten, että voisin tehdä muutaman kerran vuodessa työmatkan jonnekin täysin erilaiseen kulttuuriin ja käydä Suomessa edunvalvonnan nimissä, mutta muuten istua täällä Landolaksi nimetyssä talossani, rakastaa ja katsoa, miten lapsi kasvaa, haravoida muumio-omenoita pihalta kuoppaan, kastella kasvihuonetta ja tehdä pieniä remonttitöitä, joihin olen juuri ja juuri kykenevä.

Minun anarkismini olisi se vanhan pikkuisen ekotalon anarkismi, tee se itse -menteliteetti ja omaehtoinen ajattelu, mutta lämmin vastaanotto vieraille. *Grand Hotel* on siksi myös nimensä mukaisesti asumista.

Filosofi Walter Benjaminin mukaan moderni aika on samanaikaisesti ikään kuin poikittaista, poikkiaikaista, jota ennustukset tai täyttymykset eivät kuvaa vaan pikemminkin ajallinen yhteensattuma, jota mitataan kellolla ja kalenterilla. Poliitiikan tutkija Benedict Anderson näkee tämän analogiaksi ajatukselle kansakunnasta, joka on kiinteä ja liikkuu historiassa eteenpäin. Vaikkei kotikyläni virolainenkaan tunne valtaosaa edustamastaan kansakun-

nasta, hän kuitenkin luottaa tämän vaakaaseen, suurin piirtein samaan suuntaan kurottavaan aktiivisuuteen.

Anarkismi on liberalismien kauan kadoksissa ollut sisar. Ne vaativat toisensa parikseen. Ne epäonnistuvat toista ilman ja kaatuvat autoritaarisuuden kanssa veljeilyyn. Niiden yhteiset vastustajat ovat nihilismi ja konservatismi kaikkine alalajikkeineen: stalinismi, populismi, äärioikeistolaisuus, agraarimanttinen utilitarismi ja niin edelleen.

Tätä ehdin toivottaa jo ensimmäisessä herraskaisen anarkismini esseekoelmassa *Grand Tour*. Trilogian toinen osa tuo siihen rauhallisuutta ja lämpimiä sävyjä lisää. Olen myös ymmärtäväni enemmän tradition merkitystä, jos sillä ei pyritä jäykistämään niskaansa ja koipiaan.

Enemmän kuin anarkismi kuuluu staattiseen aatehistoriaan, se on eteenpäin ajava voima, suunta ja liike, ei järjestelmäoppi. Se on järjestelmän vastainen, elastinen ja mukautuva; se toimii vapauden ehdoin. Se on ruumiini, joka kokee kolhuja, mutta rakentuu yhä uudelleen ja uudelleen. Kaikki solut uusiutuvat vuosien aikana niin, että pystyn uudistamaan myös itseni.



**Uudistettu versio
aiemmin ilmestyneestä
lukupäiväkirjasta!**

Mitä luen

Lukupäiväkirja

Se mitä luet, vaikuttaa ajatuksiisi ja siten elämääsi.

Haluatko löytää lukemisen kipinän pitkästä ajasta? Tai ehkä olet jo kirjojen suurkuluttaja? Mitä tahas luetkin, lukupäiväkirjan avulla voit seurata, mitä ihanaa tuli luettua – ja pysähtyä kirjojen tarjoamien elämysten ja oivallusten pariin!

Tämä lukupäiväkirja kokoaa lukemasi kirjat yhteen, mutta samalla se haastaa sinua eri tavoin rikkomaan totuttuja lukemisen tapoja ja innostaa tarttumaan sellaisiinkin kirjoihin, joihin et ehkä tavallisesti tartu.

Lukupäiväkirjassa on tätä kaikkea:

- Erilaisia lukemiseen innoittavia seurantalomakkeita, joihin voit listata luetut kirjat tai seurata luettujen kirjojen määrää ja lukupäiviä.
- Jokaiselle kirjalle on varattu oma sivu, johon voit kirjoittaa muistiin kirjan tiedot, arviosi siitä ja tärkeimmät ajatukset lukemastasi.
- Monipuolisia lukuhaasteita, jotka virittävät lukemisen uudelle taajuudelle. Kirjassa on muun muassa tilaa Helmet-haasteen kirjaamiselle, tietokirjabingo ja eri vuosikymmenien kirjojen lukuhaaste. Pysyt myös seuraamaan, mihin päin maailmaa lukemasi kirjat ovat sinut kuljettaneet. Lukuhaasteisiin voit tarttua oman kiinnostuksesi mukaan – tai kehitellä ihan uusia!
- Kesken jääneiden kirjojen hautausmaa – koska kirjan kesken jättäminenkin on ihan ok.

Täytä lukupäiväkirjaa rennolla otteella. Kun luet, maailma ympärilläsi alkaa näyttää erilaiselta!

Näytesivuja

Vuosi täynnä lukemisen iloa

Tämän taulukon avulla voit haastaa itseäsi ja potkaista lukemiseen vauhtia. Kirjaa viereeseen ruutuun lukutavoitteesi: esimerkiksi 6 minuuttia päivässä, 10 sivua päivässä tai hyvä fiilis lukemisen jälkeen. Väritä pallo niiltä päiviltä, jolloin tavoitteesi täyttyi. Näin seuraat helposti ja hauskaasti, miten usein onnistuit tarttumaan kirjaan. Lukukipinä syttyy kuin huomauttamalla!

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Tammikuu ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Helmikuu ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Maaliskuu ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Huhtikuu ○○○○○○○○○○

Toukokuu ○○○○○○○○○○

Kesäkuu ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Heinäkuu ○○○○○○○○○○

Elokuu ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Kirjoja eri maista



Keskeneräisten kirjojen hautausmaa

Kirjan nimi

hautasin, koska

Haasta lukemistasi – lue eri tavalla!

Haasta itsesi ja lue eri tavalla tai eri paikassa. Montako paikkaa tai tyyliä saat?

Luc ruohoa varpaiden välissä

Luc julkisessa
kulkuvälineessä

Luc ulkona

Luc hassulla äänellä

Luc karkk
sauusa

Late venous

Luc

Luc
akkasyōnā

Luc
ystārā/

Luc hyvän ruoan kanssa

Luc

Tietokirjabingo

Haasta itsesi lukemaan tietokirjoja!

Rasti ruutu aina kun olet lukenut ruudun aiheeseen sopivan kirjan.
Bingon saat, kun pysty- tai vaakarivi on täynnä. Jos tietokirjojen
lukeminen on tuttua, saat lisähaastetta täyttämällä koko ruudukon.

<i>En tiedänyt alkeista arvoista mitään</i>	<i>Kirjan aike liittyi työhäni</i>	<i>Kirjoista löytyi aine oivallus</i>	<i>Elämäkerta</i>
<i>Alkeista historiallisia tapahtumia</i>	<i>Kirja, josta opin uutta</i>	<i>Kirjoista aike on oppimusteknologia- kenttä</i>	<i>Suom kirjasta vaimin istelleni</i>



Metti Vuosku – Anette Siili

Aikuisten teemabileet

36 ideaa hauskanpitoon

Aikuisuudessa vaikeinta: sietää aikuisuutta – vastuuta, huolia, kriisitilanteita, uuvuttavia työrupeamia.

Aikuisuudessa parasta: ei tarvitse asettua vanhoihin kaavoihin! Aikuisena voi koota ystävät tai uudet tuttavuudet yhteen milloin tahansa ja rakentaa itsensä näköiset juhlat. Voi ilmaista itseään uusilla tavoilla tai kokeilla olla joku muu, tutustua vaivattomasti vieraisiin kulttuureihin ja parhaassa tapauksessa saada uusia elinikäisiä ystäviä.

Juhlitaan siis kaikkia niitä asioita, jotka tuovat meille iloa! Teemabileiden järjestämiseen voi käyttää omaisuuden tai sinnitellä pikkubudjetilla, sillä tärkeintä on pitää hauskaa ja kokeilla jotain uutta. Kirjaan on koottu villejä teemoja ohjelmineen ja pukukoodineen. Juhlia voi puistossa, yksiossää, huvilassa, vintillä, pöydän alla tai vaikka avaruusasemalla. Teemalle voi omistautua vähän tai täysin. Nyt pidetään hauskaa!

Metti Vuosku on kirjailija, viestinnän asiantuntija ja pedagogi, jonka mielestä aikuisuus on tylsää ilman villejä ideoita. Metti uskoo, että ilo synnyttää uutta iloa, eikä viihdy hiljaisissa juhlissa – ellei teema ole hiljaisuus. Metin lempiteema on satubileet, koska ilman bileitä aikuiselämä tarjoaa liian vähän tilaisuuksia pukeutua lohikäärmeeksi. Sadussa mikä tahansa on mahdollista, eikä bileissäkään täydy tyytyä vähempään!

Anette Siili on medianomi, markkinoinnin moniottelija, valokuvaaja ja ihmisihminen, joka uskoo, että aidot kohtaamiset ihmisten välillä luovat erinomaisen perustan merkitykselliselle elämälle. Aneten lempibileet on kolmen minuutin naamiaiset. Todellinen luovuus pääsee valloilleen, kun naamiaisasu pitääkin kasata supernopeasti ympäriltä löytyvistä asioista. Hauskinta on ihmisten sensaatiomainen kekseliäisyys ja yllättävät lopputulokset!

Kuva: Heidi Strengell



Muista myös!

Näytesivut kirjasta Aikuisten teemabileet



Klassikon uudet vaatteet

Jotkin perinteet ovat vaalimista varten. Joihinkin klassikoihin ei saa koskea. Teemabileitä varten pakkaa saa kuitenkin sekoiittaa! Vanhoista tunuista klassikkoteemoista kuoriutuu uusia bile-ideoita kädenkäänteessä. Olisi tylsää, jos morsiusjuhla ja polttareita pääsisi viettämään vain avoittumisen kynnyksellä, eikä koskaan pääsisi osallistumaan Olympialaisiin vain siksi, että on hidas juoksija ja heikko korkeushyppääjä.

Juhlat olisi helppo sivuuttaa puhtaasti viihteellisinä konsepteina. Juhlomisella on kuitenkin tärkeä tehtävä muistimme kannalta. Kuinka moni muistaa, mitä teki huhtikuun puolivälissä yhdeksännellä luokalla? Ei kovin moni. Entäpä kuinka moni muistaa saman vuoden päättäjäsjuhlat? Rohkeuden väittää, että melko moni.

Juhlamiseen liittyy myös saavutuksien ja ajanjaksojen merkityksen kohoaminen. On hausempaa kokoon tulla yhdessä juhlimaan kertyneitä ikävuosia tai muuttoa uuteen kotiin, kuin taputtaa itseään yksin olkapäälle.

– On tietäköä, että ryhmässä on turvallinen olla. Joskus ryhmässä isien roolin voi ottaa hauskuden hiekoittaja, joka vaikkapa rymäyttää muita. Siihen auttaa yleensä se, että joku muu ottaa alkoiteettiaseman ja suuntaa tunnelmaa turvallisemmaksi. Jossa puhutaan Kyllä- ja -tyylillä, jossa lähdetään mukaan toin ja jatketaan yhdessä, hän kertoo.

11



PUISTO-OLYMPIALAISET

Penkkiurheilun vierastajana tunnen itseni aina ulkopuoliseksi, kun televisiota tulee jääkiekkoa, formulat tai olympialaiset. Jaksan katsoa taitoluistelua lajin tanssillisuuden takia, mutta pelkään niin paljon kilpailijoiden kaatuvan ja satuttavan itsensä, että stressaannun. Urheilun harrastaminen itse on kuitenkin hauskaa, kunhan sitä ei ota liian vakavasti.

Suomi on erityisen hauska paikka asua erityisesti siitä syystä, että meillä järjestetään niin hulluja urheilukilpailuja. Sankohiipminen, nakukymppi ja paissään seisonta ovat kaikki lajeja, joissa voi kilpailla. Kilpailua tärkeämpää on tietenkin pitää hauskaa!

Urheilun ja bileiden yhdistäminen on helppoa! Puisto-olympialaisissa voi kilpailla perinteisissä lajeissa kuten pituushypyssä, mutta hausempaa on keksii

KLASSIKON UUDET VAATTEET PUISTO-OLYMPIALAISET

Pukukoodiksi 
jummavaatteet

Tarvitaan 
uusissa (tai vanhoissa) lajeissa
käytettäviä urheiluvälineitä,
askarreltuja mitaleita

Tarjoa 
urheilujuomaa, rahkaa ja
proteiinipirtelöä (terästys
oman maun mukaan)

Teemabiisi 
Peter Karlssonin Den glider in

Varaa urheilulajeja varten välineitä. Lajit voi keksii tai valita etukäteen, mutta myös juhlijoiden saavuttua voi yhdessä ideoida uusia lajeja. Uusia lajeja keksissä voi haalia välineiksi sattumanvaraisia välineitä, joita voi käyttää apuna ideoinnissa. Valitkaa keskuudestanne tuomaristo, joka kutakin lajia valvoo. Voittajat voidaan valita tuomaripelin tai äänestämisen avulla, mikäli laji vaa-

tii luovuutta eikä ratkea selkeästi esimerkiksi nopeuden mukaan.

Lajien kanssa kannattaa olla luova. Sattumanvaraisten esineiden kantaminen, heittäminen tai pitely oudossa asennossa mahdollisimman kauan ovat klassisia tapoja aloittaa. Ei kuitenkaan kannata tukahduttaa luovuuttaan, sillä esimerkiksi rytminen luutabaletti odottaa keksijäänsä!

Puisto-olympialaiset voi järjestää sisällä tai ulkona. Lajeja voi olla niin monta, kuin keksitte. Voittajat kruunataan askarrelluilla pokaaleilla tai mita-

leilla. Tämän jälkeen siirrytään palautumaan ja puimaan tuomaripeliä. Heidit on tietyistä voitu lahjoa lajin välissä!



Heitä meille viesti!



Mirva Kiviaho
toimituspäällikkö, kirjaideat
mirva.kiviaho@tuumakustannus.fi



Anne Luoma-aho
markkinointipäällikkö, jälleenmyynti
anne.luoma-aho@tuumakustannus.fi



Henna Santalahti
toimitusjohtaja
henna.santalahti@tuumakustannus.fi

**Arvostelukappaleet ja
haastattelupyynnöt
tiedotus@tuumakustannus.fi**

Tuuma-kustannus  
[tuumakustannus.fi](https://www.tuumakustannus.fi)

asiakaspalvelu@tuumakustannus.fi • puh 014 337 0080



***"Itse asiassa ajatus,
että aivot kehittyivät
ajattelua varten, on ollut
monien ihmisenä olemista
koskevien perusteellisten
väärinkäsitysten
pohjalla."***

- Lisa Feldman Barrett,
Seitsemän ja puoli oppia aivoista

