

Alex Grafix Galleria

*Aitoa taidetta kotiin
Kirjoja moneen makuun
Mariankatu 15, Lahti*

JANNE VALKEENIEMI

Suuri suomalainen menestysromaani

Kuukaudeksi luettavaa 35 eurolla

Netissä sujuvasti saatavilla

<https://www.jannevalkeeniemi.fi/tilaukset>



SYNAPTORI



Ammatti ja ihminen

Ammatti muodostaa ihmisen identiteettiä. Tehtäviin valikoituminen kertoo ominaisuuksista. Boheemista taiteilijasta ei tule kirjanpitäjää. Poliisista harvoin tulee rosvo. Runoilijoiden joukossa bisnesmiehet ovat poikkeuksia, esimerkiksi Paavo Haavikko.

Ammatti ja yksityisyys

Entisaikaan pienillä paikkakunnilla ihmiset tunsivat toisensa. Perheenjäsenetkin yksilöitiin ammattien perusteella. Keski-ikäinen nainen seurapiireissä oli ”ruustinna”, ja ylivilkkaasta koululaisesta tiedettiin, että se on se ”poliisin poika”.

Ammattilaisilta edellytettiin oikeanlaista käyttäytymistä yksityiselämässä. Jos muurari hoippuroi humalassa raitilla, siitä ei pahastuttu eikä uutisoitu. Jos johtaja-opettaja kylän pubista tullessa kompastui rappurallin ja lensi mahalleen lättäkköön, kummalluksesta riitti juttua loppuvuodeksi.

”Ei me sulta mitään tilata”

Lääkäreitä arvostettiin ennen vanhaan. Olen lääkäri vuodesta 1976, mutta minulla on 4-5 muuta ammattia. Niistä olen saanut avartavia kokemuksia.

Delta Video Oy:n käsikirjoittajana minut kutsuttiin Helsinkiin neuvottelemaan video-ohjelman tekemisestä. Odottelin suuren järjestön johtajaa tunnin. Hän pyyhälsi paikalle ja poistui huoneeseensa murahtaen: ”Ai, se



Naamojen taulu. Aleksis Joensuu öljyvärimaalaus, jossa hän käytti myös laastia. Lääkäri kohtaa työssään monenlaisia persoonia.

videomies? Ei me sulta mitään videota tilata.”

Sen pituinen neuvottelu. Ei anteeksipyyntöä myöhästymisestä. Sain havainto-opetusta, miltä tuntuu olla halpa makkara.

Sattumoisin sama johtaja soitti viikon päästä **erikoislääkäri** Joensuulle ja kysyi, sopsisiko tohtorille pitää luento heidän tilaisuudessaan. Houkutti vastata: ”En minä, videomies, sun pippaloissas mitään puhu.”

Valkeeniemi, lääkäri, ihminen

Olen määritellyt hyvän lääkärin: *Hyvä lääkäri on mahdoton juttu.*

Jos lääkäri yrittää olla ammatissaan täydellisen hyvä,

hän palaa loppuun tai joutuu kovettamaan itsensä. Silloin hän lakkaa olemasta hyvä.

Jos lääkäri lepuilee työssään, hän ei tietenkään ole hyvä. Hän tajuaa huonoutensa. Omatunto soimaa. Hän hankkii ehkä onnistumisia muilla keinoilla, esimerkiksi tavoittelemalla valtaa. Tämän valinnan teki ylilääkäri Notkola.

Janne Valkeeniemi pyrki täydellisyyteen lääkärinä. Ihmisenä hän oli ristiriitainen, erehtyväinen, tunteellinen, heikko – ihminen.

Psykiatri Valkeeniemen oma diagnoosi oli epävakaa persoonallisuus. Heikkous teki hänestä hyvän lääkärin. Hänen haitakseen, liian hyvän.

Synaptori nro 1/2020 sisältö

Pääkirjoitus
Synaptori
vuonna 2020
sivu 2

**Kehitys on
kestettävä**
sivu 3

**Kirjailijuus
2000-luvulla**
sivu 4

**VR connecting
people**
Mummon matka
I osa
sivu 5

**VR connecting
people**
sivu 6

**Janne Valkeeniemi
Ilmoitus**
sivu 7

**Jyrki Joensuun
luennot**
Alex Grafix
Galleriassa
sivu 8

**Synaptorin
toimitus**

jyrki.joensuu@synaptori.fi

Pääkirjoitus

Synaptori vuonna 2020

Lokakuussa 2019 Synaptori alkoi ilmestyä 8-sivuisena ja A4 kokoisena. Ajateltiin, että halutessaan lukijat tulostavat helposti sen sivuja. Esimerkiksi Synaptori 2:n Huolettomuusohjeet ovat suosittuja. Riitelyohjeiden sarja alkoi numerossa 3.

Vuoden loppuun mennessä julkaistiin 8 Synaptoria. Mainoksia oli 1-2 sivua/lehti.

Tottuneet älykännykän käyttäjät lukevat sujuvasti nykyisenkaltaista Synaptoria. Vuonna 2020 tehdään ehkä kaksi versiota, toinen isoille kuvaruuduille ja ”suuro” kännykkää varten.

Kahden viikon välein ilmestyvässä Synaptorissa on pysyvästi kiinnostavaa asiaa.

Tärkeä pötyhöpö-palsta jatkuu. Maailman meno takaa pötyhöpölle aineksia.

Aleksin kuvakulmassa taide kukoistaa.

Yhden Euron Kokki keksii reseptejä, joilla välttää rahan tuhlaamisen. Ilmastomuutoksen torjumisesta kokki huomauttaa, että monet puhuvat, ja harvat tekevät. Näin on aina.

Uutisia lääketieteen kehityksestä ja tietoa lääkkeistä julkistetaan.

Vaaran paikkoja esitellään, ja keinoja tapaturman välttämiseksi.

Kirjapalstalla otan esille kuuluisia tai tuntemattomiksi jääneitä kirjoja. Hyviä kirjoja on paljon, ja kaikkien lukemiseen ei yksi elämä riitä.

Kolme aihepiiriä puuttuu Synaptorista. Ne ovat puoluepolitiikka, viihdeteollisuus ja urheilubisnes. Televisio, some ja paperilehdet tulvivat niiden uutisia. TV 2 on miltei kokonaan omistettu urheilulle.

Maanantaina päivälehti valistaa urheilusta 4-6 kokonaisella sivulla.

Urheilun tietämyksessä Synaptorin päätoimittaja on ihan pihalla. En kehu enkä häpeä, mutta en ole varma olivatko olympialaiset viimeksi Kiinassa, enkä tiedä yhtään olympiamitalistia

Viihde? Vältän viihdettä, koska en kykene siitä kiinnostumaan. Tämä johtune vanhuudesta. Kun elinvuodet ovat vähissä, aikaa ei raaski heittää hukkaan. Jos haluan nauraa, koetan keksiä vitsin.

Politiikka? Velvoitteeni olen täyttänyt: 20 vuotta kunnallispolitiikassa ja kahdesti ehdokkaana eduskuntavaaleissa.

Täyttymässä ovat myös lääkärin ammatin velvoitteet. Teen viimeisen työpäiväni psykiatrian poliklinikalla 31.12.2019. Otan 71-vuotiaana rennosti, pidän pientä vastaanottoa ja teen Synaptoreita ja kirjoja, ja hoitelen kahta taidegalleriaa.

Synaptoreilla tavataan!

Hyvää lukuvuotta, ja kaikenlaista muuta myönteistä lukijoille!

Jyrki Joensuu

*Yleislääketieteen ja psykiatrian erikoislääkäri
Synaptorin päätoimittaja
Mariankatu 15, 15110 Lahti
jyrki.joensuu@synaptori.fi*



*Jyrki Joensuu, päätoimittaja.
jyrki.joensuu@synaptori.fi*



Kustantaja Jyrki Joensuu bodailee kantamalla kirjalaatikoita autoon. Vaatimattomuuksissaan hän ei pullista hauislihasta.



Kirjoittaja Jyrki Joensuu ylläpitää yhteyttä arkitodellisuuteen lämmittämällä talonsa puilla. Hän pullistaa hauislihasta, mutta se menee hukkaan. Vapaa-ajan vaate estää näkemästä lihasta.



Aleksis Joensuu öljyvärimaalaukset.
Kommunikaatiolaitteet yhdistävät saaret ja ihmiset. Jos ne toimivat.

Kehitys kehittyä, ja kehittyminen on kestävä

Digimaailma ei ole valmis. Keskeneräistä ei pitäisi arvostella. Pahus soikoon, joudumme elämään ja toimimaan keskeneräisen keskellä!

Pankkiasiointi

Yhdistys teki päätöksen rahastonhoitajan vaihtumisesta. Rahastonhoitajalla on yhdistyksen pankkitilin käyttöoikeus. Vaihtumisen vuoksi rahastonhoitaja kävi pankissa 2-3 kertaa. Se oli pientä. Hänen seuraajansa piti käydä pankkikonttorissa 4-5 kertaa, ja puhelinsoittoja tarvittiin saman verran. Vaivaa!

Pieni yritys vaihtoi pankkia. Päätöksistä tiedottaminen hoidettiin täsmällisesti. Muutaman kuukauden kuluttua yksi lasku katosi. Rahat olivat menneet tilille, joka

oli lopetettu. Tilinumero jäi digiavaruuteen kummittelemaan. On mahdotonta hoitaa jotain mitä ei näy. Ylimääräistä riesaa.

Ammattihenkilön kortti

Vuodenvaihteessa lääkäri ei kirjoittanut ammattikorttinsa PIN-koodia kalenteriin. Työpaikassa tietokone vaati koodia, jota se ei edellisestä vuonna kaivannut. Lääkäri sai kotoaan puhelimitse koodinumeron. Mutta hän oli kirjoittanut numeron epäselvästi.

Virheellisten yritysten ansiosta ohjelma meni lukkoon. Nyt kone piti avata PUK-koodilla, joka ajoja sitten oli lääkäriä toimitettu. Sitähän ei löytynyt mistään.

Lääkäri ei ollut työpaikassa

outo. Hän työskenteli siellä ensi kerran vuonna 1974, ja viimeksi edellisenä vuonna. Ilman koodia kukaan ei ole mikään.

Varasysteemi oli olemassa. Lääkäriä järjestettiin tilapäinen ammattikortti, jolla pääsee tietokonetta käyttämään. Kun hän meni toimistolle, selvisi, että siellä piti näyttää passi. Ajokortti ei riittänyt. Kotimaassa tarvitaan passi töihin pääsemiseksi. Kenkuttaa.

Avain väärässä taskussa

Ennen vanhaan auto käynnistyi virta-avaimella. Moottori sammui kääntämällä avainta. Kuski otti avaimen käteensä. Digiavain on jossain. Toivottavasti sen patterissa on virtaa.

Mies lähti veneellä merelle. Menomatkalla mies ajoi autoa. Vaimon piti palata autolla kotiin. Digiavain oli jäänyt miehen taskuun, ja tasku oli jo kaukana merellä.

Onneksi! Rouvan puhelin oli käsilaukussa autossa. Epäonneksi! Auton digiaivo oli huomannut, että auton avain on kaukana, ja se lukitsi auton ovet. Rouva jäi rannalle ruikuttamaan. Avioeron uhka.

Digiaika kehittää suunnitelmallisuutta. Aina on oltava suunnitelma B, joka otetaan käyttöön, kun mikään ei toimi. Paljon pitää huolehtia: koodeja, salasanoja, käyttäjätunnuksia. Niiden pitää olla vaikeita, ja niitä pitää vaihtaa. Niitä ei saa säilyttää missään, jotta ne pysyvät tallessa.



Motoristi murhasi tuhansia viattomia itikoita.
Kun motoristikirjailija kertoo kuvailuistaan, ihmiset suviyössä eivät siitä tausta-aineistoksi.
"Kesäillan vieno tuuli hyväili kasvoja hänen kiitäessään läpi laaksojen ja kunnasten."
Kokemusasiantuntija jyrähtää: pötyhöpöä.

Kirjailijuus 2000-luvulla

Kirjailijuus kuulostaa tutulta kuin pappeus ja naiseus. Saima Harmajaa oli runoilijoista ”runoilijoin”.

Ensimmäisen Finlandia-palkinnon 1984 sai Erno Paasilinna ohuella kirjalla Yksinäisyys ja uhma.

Eläminen vie aikaa

Paasilinna toisti kirjailijuiden ohjeen: ”On elettävä sellainen elämä, josta syntyy kirjailija.”

Ennen vanhaan oli alkeellista, ja asiat opittiin kantapään kautta. Kirjailijan kouluna toimi oma elämä, Maksim Gorkilla Nuoruuteni yliopistot, Jack Londonilla seikkailut, August Strindberg tutustui aviohelvettiin.

Omien kokemusten kerääminen vie aikaa! Se on

vaivalloista ja vaarallistakin.

Taloudelliset-tuotannolliset syyt

Modernissa kirjailijuuksessa aikaa ei haaskata. Termi on ansaintalogiikka.

Hankitaan markkinointiosaaminen. Mestarteos jää hyllylle homehtumaan, jos sitä ei markkinoida ammatitaitoisesti.

Tehdään liiketoimintasuunnitelma. Segmentointi on A ja O. Ei kuvitella kirjan menestyvän, jos lukeminen vaatii ällä ja yleissivistystä. Edellytykset täyttävää isoa segmenttiä ei ole.

Suoritetaan tuotteistaminen. Sekä kirja että tekijä muokataan brändiksi. Media riemastuu ja kuluttajasegmentti hotkaisee. Tyylikäs

pitää olla. Huonosti pukeutuvat rentut ovat out.

Autoteollisuus opettaa. Automallit ovat muunnoksia aikaisemmista. Kirjailijuukselle on hyödyksi lukea menestyneitä kirjoja, mutta ei nautiskellen, vaan analyttisesti.

Markkina-analyysi

Analysoidaan F1-palkinnon mitalisijoille päässeet. Teosten ominaispiirteet pisteytetään.

Samalla kertyy tietoa sisälloista, joilla kirja ei menesty. Heteroseksiksi ei ole mistään kotoisin. Lesbos ja homot on kaluttu loppuun. Eläimiin sekaantuminen on genren kyseenalaistamista kuin Portnoyn tauti.

Analysoidaan vaikutus-

valtaiset kirja-arvostelijat. Ruodussa juoksevat sopulit takaavat menestyksen. Kaiken pitää mätschätä.

Teoksen henkilögalleria? Kirjaa ei kustanneta, jos suota kuokkii Jäärä-Jussi, tai parikin rakentamista juonii läski Alastalo. Tuollaisten päähenkilöiden segmentit maatuvat haudoissaan, ja ruumiit eivät maksa kirjoista.

Kirjailijuuksessa on toki omilla kokemuksilla merkitystä. Jos kirjailijan lapsuudessa joku moitti hänen napaansa, traumaattinen kokemus on loistojuttu. Lapsiparka tuijottaa kauan napaansa. Terapian läpäistyään hän kirjoittaa autofiktiivisen menestysteoksen ”Naparet-keltä valoon”.

VR connecting people

Mummon matkaseikkailu

Tässä alku, Synaptori
numero 1/20 OSA 1, VR

Jatko-osa, Synaptori
numero 2/20: OSA 2,
CONNECTING

Tarinan päätös,
Synaptori numero 3/20:
OSA 3, PEOPLE

Mummo viihtyi kaksiossaan, jota hän nimitti paratiisiksi. Kun tietää, millaista räätystämistä hänen elämänsä oli 50 vuotta aikaisemmin, paratiisi ei ole liioittelua. Vesi tulee ja kakka menee, ja puita ei tarvitse kantaa liian matalasta puuvajasta liian korkeita portaita ylös.

Paratiisia lämmittävät patterit kuin olisi osa seinää kuin uunin kylki tai lattia jatkuvassa päivän paisteessa. Sanomalehteä ei tarvitse hakea aamulla laatikosta lumituiskun läpi. Se tupsahti melkein makuuhuoneeseen, mutta tietenkin vain eteisen ovelle.

Edellyttäen että paratiisissa on pankkitilejä, myös Mummon taloudellinen tilanne oli paratiisia. Hyvin pienellä eläkkeellään hän pärjasi niin, että mistään ei tarvinnut pihtailla, ja kun ei mihin-



kään tuhlannut, rahausma
pankissa senkuin kasvoi.
Hän päätti sijoittaa varojaan

tulevaisuuteen.

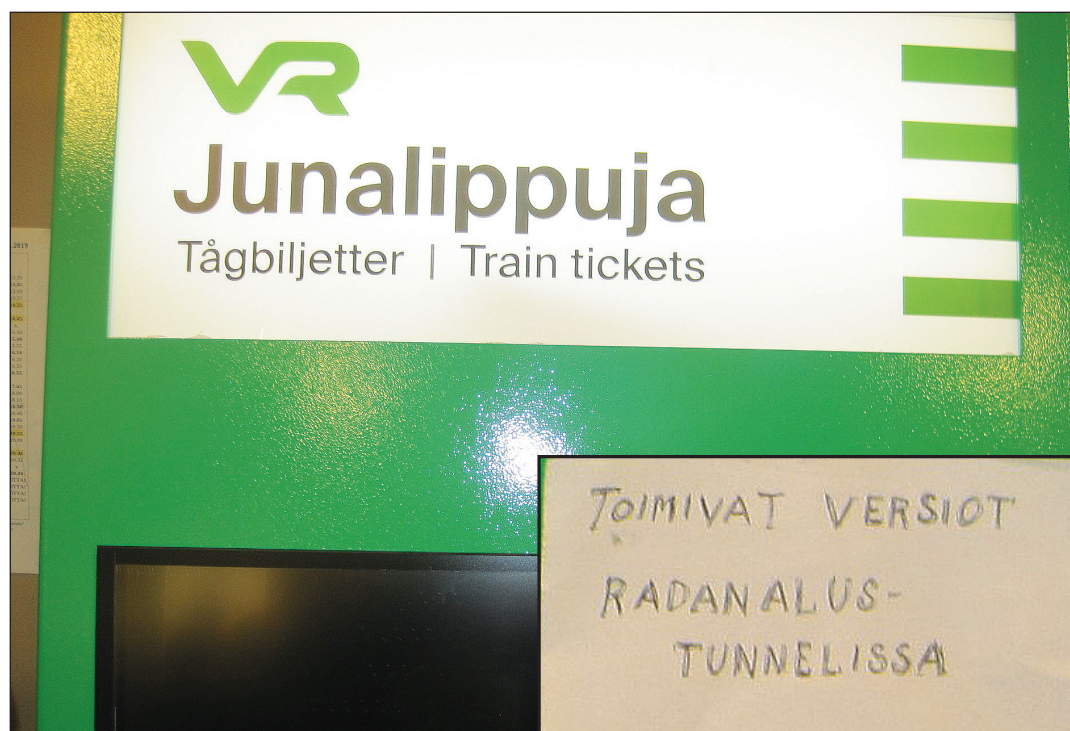
Mummo teki harkitut jou-
luostokset lapsenlapsilleen.

Yhdelle hän tiesi sopivan lahjan, ja toiselle hän keksi lahjakortin. Lahjakokoelma mahtui yhteen isoon kassiin, eikä se paljon painanut.

Mummo totesi jämähtäneensä pitkäksi ajaksi paratiisiinsa, ja nyt siunaantui sopiva tilaisuus lähteä matkoille. Hän vierailisi lastensa luona henkilökohtaisesti. Junamatka kestää vain kolme tuntia. Junat ovat kuulemma nykyään upeita. Ravintola-vaunussa voisi tehdä ennen kokemattoman tempun, ruokailla. Miniä oli kertonut, että lihapullat ja muusi ovat hyviä.

Mummo laittautui ilta-päivällä linja-autopysäkillä ajoissa. Kello kävi, aika kului, linja-auto ei ilmestynyt. Pysäkillä odottavat henkilöt varmistivat, että mummon tieto bussin aikataulusta oli oikea.

”Kuljettaja on sairastunut” joku ehdotti. ”Ja sijaista ei ehditty hankkia”, jatkoi



Suosittelii kasveja, jotka ovat vasta versoja.

toinen.

”Jos kuski on nainen, sillä on voinut tulla pänksit miesystävän kanssa, ja se haki saikkua.”

”Niin. Tai jos se on se kunnanvaltuutettu, joka hävisi äänestyksessä. Se meni saitsulle.”

Mummo ei ymmärtänyt bussinkuljettajan sairastumisen herättämää aprikointia. Hänellä sappikivet olivat aikoinaan niin kivuliaat, että hän pyörtyi työpaikalle.

Keskustelu lähensi pysäkillä odottavia niin, että joku rohkaistui kysymään mummolta, mihin tämä on menossa. Sananvaihdossa paljastui, että harmaaviiksinen herrasmies oli menossa samaan junaan. Hän ehdotti Mummolle, että saa tarjota taksikyydin. Mies näytti luotettavalta, ja Mummo suostui. Mies otti kännykensä, soitti, taksi tuli, ja rautatieasemalle päästiin. Mies maksoi ja katosi. Hänellä oli kai matkalippu.

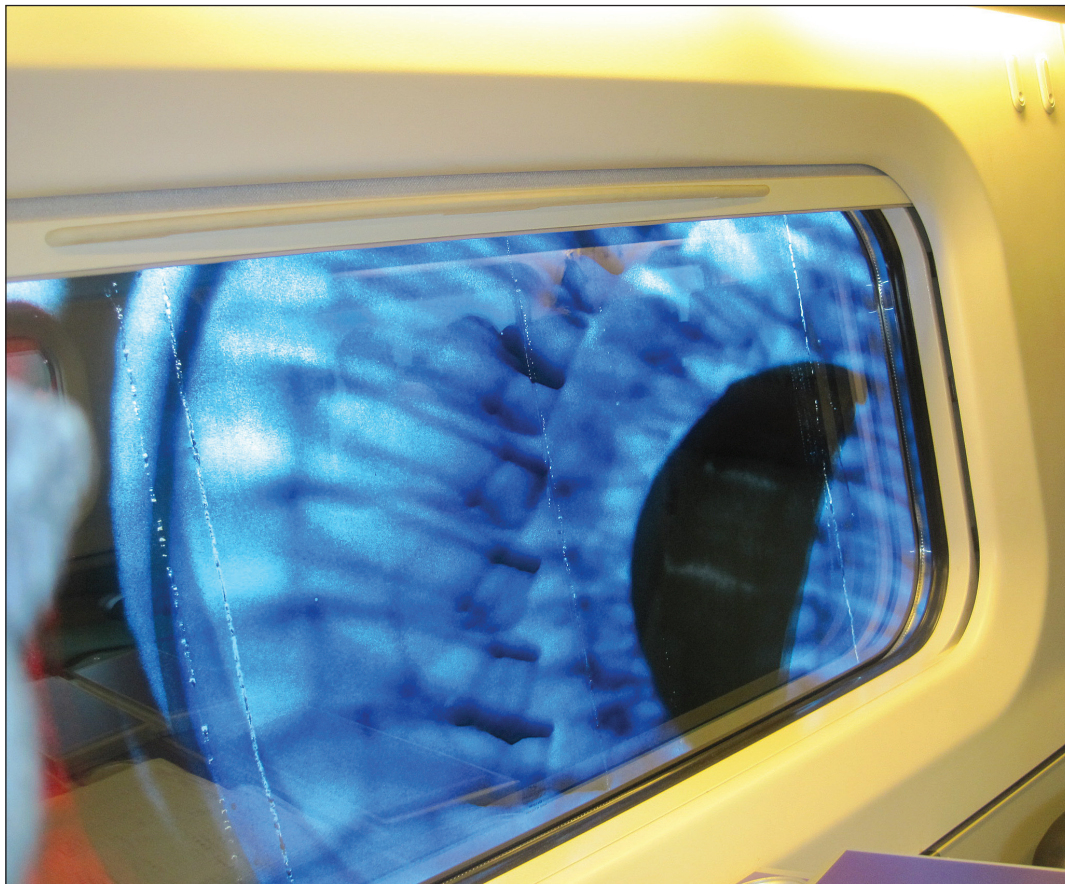
Junan lähtöaika lähestyi uhkaavasti. Lipputoimisto oli suljettu. Vihreä laatikko seinällä oli semmoinen missä suositeltiin kasveja, jotka olivat vasta versoja. Mummo ei sitä noteerannut, kun hänellä ei ollut enää kasvimaata ilona ja murheena. Parasta oli mennä asemalaiturille ja ostaa lippu junasta.

Eipä hän ollut aikoihin junalla matkustanut. Ylväs kulkuneuvo pysähtyi viereen. Pendolino. Pendolino kuulosti italialaiselta. Suomessa esiintyi aikoinaan nätti italialaispoika, Robertino.

Juna oli kaksikerroksinen! Mummon mieli kiivetä yläkertaan, koska maisemien katselu kuului matkan iloihin. Polven nivelrikko sai etsimään istumapaikan alakerrasta. Sen enempiä tutkailematta hän istui todella mukavaan tuoliin.

Voi herrajesta! Ikkunan takana möllötti hirviön silmä. Mikä lie! Tuota en katsele kahta sekuntia enempää.

Mummo löysi toisen istumapaikan, jonka vieressä oli oikea ikkuna, ja siitä avautui oikeaa maisemaa. Hän nautti olostaan, junan tasaisesta liikkeestä, ohiliukuvista metsistä ja pelloista, ja laskevan



Ikkunan takana möllötti hirviön silmä.



Tätä plakaattia ei ollut kodin seinällä.

auringon punerruksesta hängillä ja perille saapumisen hetkestä. Mummo! Mummo tuli! Ja niiden äiti sanoo: Hei! Älkää kaatako mummoa! Ja mummo sanoo: En minä niin helposti mene nurin.

Vaunussa oli hiljaista. Ihmiset, jotka yhdessä ja

vierekkäin tekivät matkaa, olivat tuhansien kilometrien etäisyydellä toisistaan. Heidän välissään oli näkymätön yhteys satelliitteihin, joista ihmisille välittyi näkymiä ja kuulumia kännyköihin, joita he tuijottivat ja näpräisivät niin keskittyneesti, että oli

yhdentekevää, vaikka vieressä jököttävän rakkaan tai ystävän paikalla istuisi Belsebuubi, kunhan sekin vaan eläisi kännykän kautta eikä mitenkään muuten.

Oli siis hiljaista, ja Mummo torkahti.

Suurteoksen painos myydään loppuun

Jyrki Joensuu on tehnyt lyhennetyn version Janne Valkeeniemi-teoksesta äänikirjaa varten. Alkuperäisestä, ensimmäisestä painoksesta poistettuja ovat satu Kukka pilven päällä ja Jannen hehkuttelut moottoripyörällä ajamisen ihanuudesta.

Lääketieteen ja psykiatrian nykytilan kritiikki ei lieventynyt.

Huumoria ei vähennetty eikä seksikohtauksia laimennettu.

Helpoin ja heppoin keino kirjan kutistamiseksi on tekstityypin ja tekstikoon pienentäminen. Se on vastoin Joensuun periaatteita.

”Kirjan pitää olla helposti luettava. Samasta syystä lauseeni ja virkkeeni ovat rakenteeltaan yksinkertaisia, ja vältän käsittämättömiä sanoja. Ikinä ette löydä teksteistäni sanaa viitekehys, koska se ei ole mitään muuta kuin pötyhöpöä.”

Jyrki Joensuu: ”Kirja ei lyhentämällä oikeastaan parane, mutta paksua ja painavaa kirjaa on ihan fyysisistä syistä vieroksuttu. Sitä ei voi lukea sängyssä selällä maaten. 1,3 kiloa! Toinen mahdollisuus on jakaa se kahdeksi kirjaksi. Se on lukijan kukkarolle huono ratkaisu, sillä kirjan kannet muodostavat ison osan hinnasta.”

**Verkkokaupassa sujuvasti
35 euroa toimituskuluineen**

<https://www.jannevalkeeniemi.fi/tilaukset>



**Janne Valkeeniemi Lääkäri, ihminen myynnissä kaikkialla,
35 euroa toimituskuluineen**

**Janne Valkeeniemen arkistot avautuvat, 20 euroa toimituskuluineen,
<https://www.jannevalkeeniemi.fi/tilaukset>**

Tutustukaa myös Valkeeniemen sivuilla tarinoihin ja neuvoihin!

Hyvät kirja-arvostelut puuttuvat

Janne Valkeeniemi ei ole saanut hyviä kirja-arvosteluja useimmissa arvostetuissa sanoma- tai muissa lehdissä. Se johtuu siitä, että sitä ei ole luettu. Muutenkin, kukaan, joka ei ole Janne-kirjoja lukenut, ei ole ilmaissut myönteisiä kokemuksiaan. Toista oli ennen. Hesarin kuuluisa musiikkiarvostelija Heikinheimo haukkui pataluhaksi konsertin, jossa häntä ei nähty kuulijoiden joukossa. Ei sen väliä. SH:n arvostelut olivat ihanaa sanan säilän heilutusta.

Lukijat ylistävät Janne-kirjoja

”Kolmannella lukemalla parasta!”

”Siinä on paljon sellaista mitä ei heti huomaa.”

”Sujuvaa, elämänläheistä, aitoa.”

”Luin junassa. Hekotin niin, että matkustajat huolestuivat.”

”Suomessa olisi vakavan keskustelun paikka lääketieteestä.”

Äänikirja tulee, mutta milloin?

Äänikirjaksi muokkaaminen vaatii tekstin yksinkertaistamista. Samalla se lyhenee. 680-sivuisen kirjan lukeminen ääneen vie yli 40 tuntia. Kadonnutta aikaa ei olla etsimässä. Äänikirjan aikataulu ja jakelu ovat avoinna. Ei kannata odotella, voi mennä syksyyn.

Alex Grafex Galleria kirjakauppana

Alex Grafex Galleriassa Lahdessa Janne Valkeeniemi maksaa 20 euroa, 680 sivua, sidottuna.

Alkuperäinen kansikuva on

Aleksi Joensuun öljyvärimaalaus,

Alex Grafex Galleriassa 400 euroa.

Janne Valkeeniemen arkistot avautuvat, hulvaton pakinakokoelma.

Naurutakuu!

Nidottu, 144 sivua, 5 euroa.

Aleksi Joensuun Kuvien kirja,

52 sivua, 10 euroa.

Kukka pilven päällä,

kuvitettu satuvihko 5 euroa.

Minä olen kiva, kuvitettu vihko

lapsille 5 euroa.

Synaptorin numerot 1-6 painettuina

2 euroa/Synaptori.

Kaikki 6 numeroa 10 euroa.

Ennakkovaroitus

Jyrki Joensuun teksti ja Aleksi Joensuu kuvitus synnyttävät vihdoin myös kissoja. Neljättä vuotta tekeillä ollut kirja, Teneriffan kissat, valmistuu maaliskuussa. Kustantajaa ei ole päätetty.

Seuraavissa Synaptoreissa julkaisemme kirjan kuvia.

Erikoislääkärin luennot

Alex Grafix Galleriassa keväällä 2020

Yleislääketieteen ja psykiatrian erikoislääkäri Jyrki Joensuu on 2016 alkaen pitänyt 50 luentoa Alex Grafix Galleriassa Lahdessa.

Maksuttomat yleisötilaisuudet ovat olleet suosittuja, mutta ongelmana on tiedottaminen. Kalliilla lehti-ilmoituksilla ei voi mainostaa ilmaisia luentoja. Jatkossa Synaptori toimii ilmoitusvälineenä.

Seuraavasta luettelosta pyydän lukijaa valitsemaan viisi kiinnostavaa.

Lähetä viesti osoitteeseen

jyrki.joensuu@synaptori.fi

Sopii tehdä myös omia ehdotuksia.

Luentoaiheet ja aikataulu julkaistaan Synaptorissa nro 2/2020.

1 Jo roomalaiset sanoivat...

Latinankielisiä viisauksia analysoidaan.

2 Seitsemän kuolemansyntiä keskiajalla.
Soveltuvuus 2000-luvulla.

3 Hyvän elämän yksilöllinen määrittely
ja tavoittaminen.

4 Parisuhde. Vaimoni (mieheni)
ei ymmärrä minua!

5 Kasvatetaanpa lapsi.

6 Opi vanhenemaan.

7 Opi kuolemaan.

8. Unihäiriöt ja hoito ilman lääkkeitä.

9 Ahdistus, sen synty ja hoito.

10 Masennuksen hoitomuodot.

11 Psykoosisairaudet.

12 Hyvä narsismi, paha narsismi.

13 Itsetunto – mistä se koostuu

14 Elämä sairauden kanssa,
ja siitä huolimatta.

15 Fyysisen sairauden henkiset
vaikutukset.



Neuvolassa. Aleksi Joensuun öljyvärimaalaus.

Terveyskasvatus on tärkeää terveydenhuollossa. Ihmiset oppivat toimimaan niin, että eivät omilla elintavoillaan hanki sairauksia.

Terveyskasvatuksen aiheet ovat yksinkertaisia, ja aikuiset tuntevat ne hyvin. Ei saa polttaa tupakkaa eikä käyttää päihteitä. Pitää syödä monipuolisesti, ja paljon kasviksia. On vältettävä kovia rasvoja, voita, läskiä ja transrasvoja. Synaptorin Yhden Euron kokin ruoat ovat terveellisiä.

Jos terveystietäminen oppoisi aikuisiin kuin äidinmaito lapseen, olisi homma hoidettu.

Hankalaa on ehkäistä psyykkistä sairastumista. Kaikessa vaikuttavat ihmisen persoonallisuus ja ajatustottumukset.

Jos psyykestä luennoitseva väittää esityksensä muuttavan kuulijoiden elämän, hän on huijari.

Jyrki Joensuu tietää luentoaiheensa rajoitukset. Voimme vaikuttaa vain niihin asioihin, jotka saamme esille, näkyviin.

Ei voi torjua ongelmaa, jota ”ei ole”.

Joskus hyödyllisempää on paneutua myönteisiin seikkoihin, jotka vahvistavat henkistä hyvinvointia.

Hyvät asiat ovat olemassa, vain, jos ne huomaa. Sitä huomaamista voi harjoitella.