



Sisällys

Hallituksen yhteystiedot	s. 02
Kutsu kevätkokoukseen	s. 03
Toimintakertomus 2025	s. 03
Toimintasuunnitelma 2026	s. 07
Retkiohjelma	s. 09
Luomuviljely	s. 11
Hyvinvointia luonnosta	s. 13
Kiehtovat sienet	s. 16
Ympäristöahdistus	s. 18





Hallituksen yhteystiedot 2026

Hallitus ja varajäsenet

Oona Hillgén

oona.k.hillgen@gmail.com

Virkkala, Lohja

Hannele Ilomäki-Piirilä

hannele.ilomakipiirila@gmail.com

Veijola, Lohja

Jade Lönnqvist

lonnqvistapri@gmail.com

Routio, Lohja

Pauli Maaheimo

pauli.maaheimo@gmail.com

Koski, Millola

Marja-Leena Nikander

antero.nikander@dnainternet.net

Perttilä, Lohja

Jarmo Pasanen

jarmo.pasanen@pp2.inet.fi

Metsola, Lohja

Katriina Veijola

katriina.veijola@gmail.com

Hiittinen, Lohja

Marjo Ojala, varajäsen

marjo.h.ojala@gmail.com

Routio, Lohja

Jutta Vaarala, varajäsen

jutta.vaarala@gmail.com

Keskusta, Lohja

Toimihenkilöt

Esa Lehtinen, puheenjohtaja

esa.lehtinen@virho.fi, p. 040 532 8830

Mäntynummi, Lohja

Jessica Haapkylä, varapuheenjohtaja

jshaap@yahoo.fr

Nummela, Vihti

Jenna Kotilehto, sihteeri

jenna.kotilehto@gmail.com

Leikkilä, Sammatti

Minna Laurentz, taloudenhoitaja

minna.laurentz@gmail.com

Anttila, Lohja

Sähköpostilista

Liity yhdistyksemme sähköpostilistalle ilmoittamalla **Minna Laurentzille** sähköpostiosoitteesi. Näin saat aina ajankohtaiset tiedot yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista.

Yhdistyksen kotisivut:

www.sll.fi/lohja

Yhdistyksen Facebook-sivu:

[Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry](#)

Jäsenkirje 1/2026

Kirjoittajat: Oona Hillgén, Iris Mattila (kannen kuva), Marja-Leena Nikander ja Jarmo Pasanen. Taitto: Jenna Kotilehto.

Kutsu kevätkokoukseen

Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidetään **tiistaina 24. maaliskuuta 2026 klo 17.00–18.00** Lohjan pääkirjaston Järnefeltinsalissa (Karstuntie 3).

Kokouksen jälkeen kaikille avoimessa yleisötilaisuudessa klo 18.15 alkaen jaetaan

Lohjan ympäristöpalkinto, minkä jälkeen kuullaan **Janne Heliölän** esitelmä pölyttäjistä. Suomen ympäristökeskuksen tutkija Heliölä kertoo pölyttäjien tilanteesta, suojelusta ja harrastuksesta Suomessa. Mukana myös paikallistietoa Lohjan pölyttäjälajistosta. Lämpimästi tervetuloa!

Kokouksen esityslista

1. Kokouksen avaus
 2. Kokouksen puheenjohtajan, sihteerin ja kahden pöytäkirjantarkastajan valitseminen
 3. Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen
 4. Kokouksen esityslistan hyväksyminen
 5. Vuoden 2025 toimintakertomuksen käsitteleminen ja hyväksyminen
 6. Vuoden 2025 tilinpäätöksen ja toiminnantarkastajan siitä antaman lausunnon käsittely
 7. Tilinpäätöksen vahvistaminen ja vastuuvapauden myöntäminen hallitukselle ja muille tilivelvollisille
 8. Piirikokousedustajien valitseminen
 9. Kokouksen päättäminen
-

Luonnos yhdistyksen kevätkokoukseen

Toimintakertomus vuodelta 2025

Yleistä

Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry on Suomen luonnonsuojeluliiton paikallisyhdistys, joka kuuluu Luonnonsuojeluliiton Uudenmaan piiriin. Yhdistys edistää luonnon- ja ympäristönsuojelua sekä säilyttää ja vaalii kulttuuriperintöä Lohjalla. Luontokadon ja ilmastokriisin pysäyttäminen ovat yhdistyksen toiminnan keskeisiä päämääriä. Yhdistyksessä oli vuoden lopulla 250 jäsentä.

Yhdistyksen hallitukseen kuuluivat **Esa Lehtinen** (puheenjohtaja), **Jessica Haapkylä** (varapuheenjohtaja), **Jenna Kotilehto** (sihteeri), **Minna Laurentz** (taloudenhoitaja), **Oona Hillgén**, **Hannele Ilomäki** - **Piirilä**, **Pauli Maaheimo**, **Marja-Leena Nikander**, **Marjo Ojala**, **Jarmo Pasanen** ja **Katriina Veijola**. **Jutta Vaarala** oli hallituksen varajäsen.

Toiminta

Vuonna 2025 edistimme ympäristön- ja luonnonsuojelua lukuisin kannanotoin, minkä lisäksi järjestimme useita luontoretkiä, talkoita, yleisötilaisuuksia ja tapahtumia. Yhdistys oli mukana kahdessa luonnonhoitohankkeessa, joissa kunnostettiin elinympäristöjä Lohjalla.

Ympäristön- ja luonnonsuojelu

Vuotta 2025 vietettiin Suomen Luonnonsuojeluliitossa, piireissä ja paikallisyhdistyksissä muun muassa lähiluontoteeman merkeissä. Lohjalla lukuisat kannanottomme sekä *Länsi-Uusimaassa* julkaistut mielipidekirjoituksemme kuvastivat hyvin toimintamme painopisteitä.

Annoimme kaavalausuntoja Lohjan kaupungille Nummen, Kisakallion ja Virkkalantien alikulkusillan asemakaavamuutoksista, Äijälän ranta-asemakaavan muutoksesta sekä taajamao-sayleiskaavan päivityksestä. Laadimme kaupungille muistutuksen Vappulantien kevyen liikenteen suunnitelmista, oikaisuvaatimuksen Porlan kalanviljelylaitoksen hautomorakennuksen käyttökieltoon asettamisesta ja mielipiteen Liessaaren hoito- ja käyttösuunnitelmasta 2026–2035. Uudenmaan liitolle annoimme lausunnon Visio-maakuntakaavan osallistumis- ja arviointisuunnitelmasta.

Osallistuimme yhdeksän paikallisyhdistyksen Lohjan kaupungille jättämään yhteiseen aloitteeseen Porlan kehittämiseksi kalanviljelymuseoksi ja luontonähtävyydeksi. Kirjoitimme *Länsi-Uusimaan* yleisönosastolle mielipidekirjoitukset Rausjärven luonnonsuojelualueen rajauksesta ja Länsiradan osakassopimuksen hylkäämisestä. Mielipidekirjoituksen lisäksi otimme vuoden lopulla kantaa Länsirata-hankkeen osakassopimuksen hylkäämisen puolesta laatimalla aiheesta vetoituksen, jonka lähetimme Lohjan jokaiselle kaupunginvaltuutetulle.

Pidimme yllä vuoropuhelua Lohjan kaupungin viranhaltijoiden kanssa. Toukokuisessa neuvottelussa kaupungin puistopuolen ja ympäristönsuojelun kanssa keskustelimme muun muassa siitä, millaisilla periaatteilla ja ohjeilla kaupungin tekninen toimi kaataa puustoa ja raivaa vesaikkoja väylien varrelta. Marraskuussa järjestimme yhdessä Lohjan lintutieteellisen yhdistyksen eli Hakin kanssa Lohjan uudelle kaupunginjohtajalle **Petra Ståhlille** tapaamis- ja tutustumisretken Karnaistenkorpeen Ahvenalammen laavulle.

Vuoden aikana Lohjalle perustettiin kahdeksan uutta yksityismaiden luonnonsuojelualueita, yhteensä 31 hehtaaria. Näistä suurin on lähes 15 hehtaarin laajuinen Korppikorven luonnonsuojelualue. Lohjalle myös rajattiin yksi erityisesti suojeltavan lajin (soikkokämmekän) esiintymispaikka ja yksi suojeltu luontotyyppi (kalkkikallio).

Retket ja talkoot

Ympäristöyhdistys järjesti kaikille avoimia retkiä ja talkoita toimintasuunnitelman mukaisesti yhteensä 13 kappaletta. Näihin osallistui yhteensä noin 200 henkilöä. Talkoita markkinoitiin tällä kertaa myös levittämällä Lohjalle talkoojulisteita. Lue tarkemmin viime vuoden retkistä ja talkoista tämän lehden sivulta 13.

Tapahtumat

Helmikuussa Luonto Lainassa -viikolla järjestimme Lohjan pääkirjaston Järnefeltinsalissa yleisötilaisuuden, jossa Suomen luonnonsuojeluliiton Uudenmaan piirin erityisasiantuntija **Lauri**



Lohjalaisia ehdokkaita tentattavana ympäristökysymysten kuntavaalipaneelissa Harjulassa.

Kajander piti esityksen "Monimuotoisuutta kaupungin metsiin". Yleisöä oli noin 20 henkeä. Ympäristöyhdistyksen ja Pro Luontokuva ry:n yhteinen Lohjan Luontokuvailta järjestettiin maaliskuussa 7.3. Laurentius-salissa. Ohjelmassa oli kolme esitystä: "Kuvia luonnon puolesta (Pro Luontokuva)", "Valon ja varjon talo" (**Kikka Niittynen & Heikki Willamo**) sekä "Itämeren monet kasvit" (**Mats Westerbom**). Osallistujia oli noin 160 henkeä.

Maaliskuussa järjestimme pääkirjastolla Järnefeltinsalissa yhdistyksen kevätkokouksen yhteydessä yleisötilaisuuden, jossa LUVY:n **Joonas Tammivuori** kertoi 22-henkiselle yleisölle Karjaanjoen vesistön virtavesien kunnostuksista. Tilaisuudessa jaoin Lohjan ympäristöpalkinnon Töllin myllyosuuskunnalle Pusulanjoen Töllinkosken padon purkamisesta ja virtavesiluonnon ennallistamisesta. Palkinnon vastaanotti myllyosuuskunnan varapuheenjohtaja **Tuomas Mattila**. Osuuskunta lahjoitti palkintosumman (150 €) Virtavesien hoitoyhdistys Virho ry:lle. Lohjan ympäristöpalkinto jaettiin edellisen kerran vuonna 2020.

Maaliskuussa ennen kevään kuntavaaleja järjestimme myös ympäristö- ja luontoaiheisen kuntavaalipaneelin Harjulassa. Paneelin puheenjohtajana toimi **Jarmo Pasanen**, jonka kysymyksiin oli vastaamassa kahdeksan ehdokasta Lohjan eri valtuustopuolueista. Paneeli oli sinänsä erittäin onnistunut, mutta yleisöä saapui vähänlaisesti, vain 15 henkeä.

Perinteinen Porlan järviluontoseikkailu järjestettiin kesäkuussa useiden yhdistysten yhteiskoordinoituna. Tapahtumassa oli noin 200–300 kävijää. Yhdistyksemme piti vuoden aikana edelleen eri tavoin vahvasti esillä Porlaa ja sen kehittämistä.

Syyskuussa yhdistys osallistui Lohjan kaupungin järjestämille Kierrätysmarkkinoille Laurentius-talolla. Yhdistyksen syysvuosikokouksen yhteydessä marraskuussa järjestimme yhdessä

Lohjan kaupunginkirjaston kanssa pääkirjaston Järnefeltinsalissa tietokirjailija ja biologi **Juha Kauppinen** kirjailijavierailun. Tilaisuudessa toimittaja **Jarmo Pasanen** haastatteli Kauppista hänen uusimmasta kirjastaan *Kertomus Maasta: ratkaisuja ilmastomuutokseen ja luontokatoon* (Siltala 2025). Tilaisuuteen osallistui noin 60 henkeä.

Hankkeet

Helmi-hankkeemme jatkuivat menestyksekkäästi vielä vuoden 2025. Ympäristöministeriön Helmi-rahoitukset kuitenkin loppuvat ennenaikaisesti jo vuonna 2026.

Luonnonsuojeluliiton Uudenmaan piirin koordinoimassa ja ympäristöministeriön Helmi-elinympäristöohjelmaan kuuluvassa Länsi-Uudenmaan Luontohelmet 2025 -hankkeessa vastasimme perinnebiotooppien hoitotalkoiden järjestelyistä Paloniemen niityllä ja Kokkilan kedolla. Osallistuimme myös Virtavesien hoitoyhdistyksen Virhon Helmi -hankkeeseen, jossa kunnostettiin virtavesiä Länsi-Uudellamaalla. Lohjalla kunnostettiin Munkkaanojaa ja Asemanpellonpuroa. Olemme osallistuneet hankkeeseen pienellä rahoitusosuudella, ja vuonna 2025 olimme mukana kolmissa Lohjalla järjestetyissä soraistustalkoissa. Puheenjohtajamme oli hankkeessa mukana Virhon hallituksen nimeämänä valvojana ja ohjaajana.

Tiedotus- ja julkaisutoiminta

Jäsenkirje postitettiin maaliskuussa ja julkaistiin myös sähköisenä yhdistyksemme verkkosivuilla. Retkistä ja muista tapahtumista tiedotettiin ensisijaisesti yhdistyksen jäsenkirjeessä, sähköpostilistalla ja verkkosivuilla. Lisäksi näistä tiedotettiin *Luonnonsuojelija*-lehdessä, yhdistyksen Facebook-sivulla, paikallislehdissä ja Lohjan kaupungin julkaisemassa retkiohjelmassa.

Luonnonsuojeluliiton verkkosivu-uudistuksen myötä yhdistyksen verkkosivut saivat uuden ilmeen alkuvuodesta. Syksyllä Ympäristöyhdistykselle laadittiin uusi esite tapahtumien yhteydessä jaettavaksi.

Kokoukset

Yhdistyksen hallitus kokoontui vuoden aikana kuusi kertaa. Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 17.3. ja syyskokous 10.11. **Risto Murto** edusti yhdistystämme Suomen luonnonsuojeluliiton Uudenmaan piirin sääntömääräisissä kokouksissa.

Muu toiminta

Keväällä myönsimme 150 euron stipendin Lohjan Yhteislyseon lukion oppilaalle **Emma Leimukoskelle** hyvästä suorituksesta biologian ylioppilaskokeessa.

Ylläpidimme nettisivuillamme Lohjan kivikierroksen retkireittien kuvauksia ja rastitekstejä, jotka tuotettiin erillisessä hankkeessa vuosina 2019–2021.

Talous

Yhdistyksen tulot muodostuivat lähinnä jäsenmaksuista. Saimme toimintaamme Suomen luonnon päivän retkiavustuksen August Ludwig Hartwallin säätiöltä (600 €) ja retkiavustuksen Lohjan kaupungilta (390 €). Suurimmat kulut muodostuivat jäsenkirjeen postittamisesta ja retkijärjestelyistä.

Toimintasuunnitelma vuodelle 2026

1. Yleistä

Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry toimii Suomen luonnonsuojeluliiton paikallisyhdistyksenä edistämällä vapaaehtoista ympäristön- ja luonnonsuojelutyötä sekä kulttuuriperinnön vaalimista Lohjalla. Luontokadon ja ilmastokriisin pysäyttäminen ovat yhdistyksen toiminnan keskeisiä päämääriä.

2. Varsinainen toiminta

2.1. Ympäristön- ja luonnonsuojelu

Yhdistys seuraa toimialueensa ympäristöä, maankäyttöä ja kaavoitusta koskevia hankkeita ja ottaa niihin tarvittaessa kantaa esimerkiksi antamalla lausuntoja. Tällaisia hankkeita ovat mm. Lohjan kaupungin keskustojen suunnittelu, tie- ja markethankkeet sekä muut infrastruktuurihankkeet, seudun jätehuoltosuunnittelu ja Lohjan järvien ranta-alueiden käyttö. Yhdistys seuraa aktiivisesti Länsirata (Tunnin juna) -hankkeen suunnittelua ja pyrkii vaikuttamaan siihen, ettei pysyviä haitallisia ympäristö- ja luontovaikutuksia aiheuttavaa ja taloudellisesti kannattamattomaksi todettua hanketta toteuteta tämänhetkisten suunnitelmien mukaisesti.

Yhdistys osallistuu Suomen luonnonsuojeluliiton kampanjoihin ja teemavuoden viettoon. Vuonna 2024 alkanut Luonnonsuojeluliiton kolmivuotinen lähiluontoteema jatkuu vuonna 2026 tuoden luontokadon pysäyttämisen lähelle ihmisiä. Metsät ovat tutkimusten mukaan yksi tärkeimpiä tekijöitä ihmisten hyvinvoinnin ja luonnon monimuotoisuuden säilyttämisen kannalta. Siksi lähiluonnon teemavuosien yhtenä pääasiana yhdistyksessä onkin vaikuttaa Lohjan metsästrategian toteuttamiseen. Yhdistyksen tavoitteena on, että Lohjan kaupunki luopuu avohakkuuseen perustuvasta metsänhoidosta ja kaupungin metsät varataan pääsääntöisesti luonnonsuojelu- ja virkistyskäyttöön.

Luonnonhoidon osalta yhdistyksemme jatkaa Kokkilan ja Maksjoen kummiketojen hoitoa ja vieraslajitalkoita yhteistyössä paikallisten asukkaiden ja Uudenmaan piirin Helmi- ja Ketosirkka hankkeiden kanssa. Yhdistys voi myös olla mukana Virtavesien hoitoyhdistyksen kunnostustalkoissa, mikäli niitä järjestetään Lohjalla. Ympäristön- ja luonnonsuojeluun sekä kulttuuriperinnön vaalimiseen liittyvissä asioissa tehdään yhteistyötä muiden järjestöjen sekä kunnan ympäristöviranomaisen ja viranhaltijoiden kanssa. Yhdistys tukee luonnonvarojen kestävään kulutukseen ja käyttöön liittyviä hankkeita ja tapahtumia ja osallistuu niihin mahdollisuuksien mukaan.

2.2. Tiedotus- ja julkaisutoiminta

Yhdistys lähettää jäsenilleen alkuvuodesta jäsenkirjeen, jossa kerrotaan yhdistyksen toiminnasta ja retkistä. Lisäksi yhdistyksellämme on käytössä sähköpostilista jäsentiedottamiseen. Toivommekin jäseniltä yhteydenottoa, mikäli sähköpostiosoite muuttuu. Yhdistys tiedottaa toiminnastaan myös omilla nettisivuillaan (sll.fi/lohja) ja toiminta-alueen paikallislehdissä. Retkistä tiedotetaan myös Lohjan lintutieteellinen yhdistys Hakki ry:n välityksellä, Lohjan kau-

pungin julkaisemassa retkiohjelmassa ja Visit Lohjan tapahtumakalenterissa (visitlohja.fi). Yhdistyksellä on oma Facebook-sivu (@Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry).

2.3. Kokoukset

Yhdistyksen kevätkokous järjestetään helmi–maaliskuussa ja syyskokous loka–marraskuussa. Virallisten asioiden lisäksi näissä kokouksissa nähdään usein kuvaesityksiä tai kuullaan esitelmiä. Yhdistyksen hallitus kokoontuu yleensä kerran kuussa, ei kuitenkaan kesä- ja heinäkuussa.

2.4. Retket

Yhdistys järjestää opastettuja yleisöretkiä. Perinteisesti osallistutaan luonnonkukkien päivän ja Suomen luonnon päivän retkitarjontaan. Osa retkistä suunnitellaan yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa. Retkiä tehdään alueille, joiden luontoa uhkaavat erilaiset ympäristöä vahingoittavat hankkeet tai jotka ovat luonnonkauniita ja kiinnostavia. Lisäksi järjestetään tempauksia, kuten Porlan järviluontoseikkailu, joissa ihmisiä kannustetaan ulkoilemaan luonnossa.

2.5. Muu toiminta

Alkuvuodesta yhdistys järjestää perinteisen Lohjan luontokuvaillan yhteistyössä Pro Luontokuva ry:n kanssa. Kevätkokouksen yhteydessä yhdistys voi jakaa vuosittaisen ympäristöpalkinnon ympäristöasioissa eri tavoin ansioituneelle henkilölle tai yhteisölle. Keväällä yhdistys luovuttaa stipendin biologian ylioppilaskokeessa menestyneelle Lohjan lukion ylioppilaalle. Kesällä osallistutaan perheille suunnatun Porlan järviluontoseikkailun järjestämiseen. Vuoden mittaan yhdistys järjestää myös yleisötilaisuuksia ajankohtaisista ympäristön- ja luonnonsuojelun aiheista. Yhdistys huolehtii Kivikierros-hankkeen rastireitin kunnosta ja pitää hanketta esillä. Tauolla ollutta lasten luontokerhotoimintaa voidaan jatkaa, mikäli vetäjä ja mahdollisesti rahoitus löydetään.

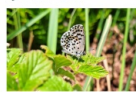
3. Talous

Yhdistyksen tulot koostuvat pääosin jäsenmaksuista sekä projekteihin anotuista avustuksista. Yhdistyksen suurimmat kulut muodostuvat jäsenkirjeen postittamisesta ja retkijärjestelyistä.

Ota yhdistyksen verkkosivusto seurantaan!

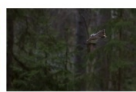
Löydät ajantaisimman tiedon yhdistyksen toiminnasta, kuten tapahtumista, retkistä, talkoista ja kannanotoista, yhdistyksen omien verkkosivujen etusivulta osoitteesta sll.fi/lohja

Ajankohtaista



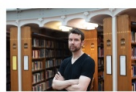
ARTIKKULI, TIEDOTTEET | 16.3.2023

Janne Halliö kiertoi Lohjalla Suomen poliittisena ilaana



ARTIKKULI | 20.3.2023

Länsiradan haitalliset ympäristövaikutukset



ARTIKKULI | 20.3.2023

Kertomus maasta – kirjailija Juha Kauppinen saapuu paikallistalouteen

Tapahtumat

11.24.03. Yhdistyksen kevätkokous
Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry
Lohja
17.00 – 18.00

11.24.03. Kevätkokous: Poliittisena ilaana ja harrastaminen
Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys ry
Lohja
18.30 – 19.15

Kannanotot

24.3.2023
Ei Länsiradalle: vetoamus hankkeesta luopumiseksi

Retket ja talkoot

Ympäristöyhdistyksen retkiohjelma 2026

Ympäristöyhdistyksen retket ovat kaikille avoimia. Retkiohjelmaan saattaa tulla muutoksia ja kellonaikoihin tarkennuksia, joten seuraa yhdistyksen retkietiedotusta nettisivuilla, sähköpostilistalla tai paikallislehdessä. **Kimppakyyteihin ilmoittautuminen etukäteen!**

Toukokuu

Ke 13.5. klo 16–18 Suomukkaretki Pähkinäniemeen yhdessä Virkkalan Kulttuurin Ystävät ry:n kanssa. Kokoontuminen Pähkinäniemen parkkipaikalla (Pähkinäniemen puistotie). Sään mukainen pukeutuminen ja kengät. Omat eväät mukaan. Oppaana väitöskirjatutkija **Oona Hillgén**. Lisätietoja ja kimppakyytikyselyt p. 044 284 6550.

Ke 20.5. klo 17–20 Lempoonkorven lintu- ja luontokävely. Hakin ja LSY:n retkellä koetaan ja keskustellaan, miksi metsiä pitää arvostaa eikä hävittää. Kokoontuminen Lempolantien ja Saukkolantien risteyksessä, josta jatketaan kävellen. Voit jättää auton Lempolan pallokentän reunaan (Lempolantie). Polkupyörillä yhteislähtö klo 16.40 Moisioin päiväkodilta (Kurjenkatu 12–14). Mukaan kumisaappaat tai vedenpitävät jalkineet sekä omat eväät. Oppaana biologi, lintuharrastaja **Aki Mettinen**, p. 040 767 1681.

Kesäkuu

La 13.6. klo 10–14 Porlan järviluontoseikkailu. Alueella on lapsille ja kaikenikäisille sopivia rasti- ja toimintapisteitä, joilla tutustutaan muun muassa kasveihin, rapuihin, lintuihin ja vesieliöihin. Makkaranpaistoa. Reitille pääsee Lohjan Aurlahdesta Liessaarenkadun päästä.

Su 14.6. klo 13–16 Luonnonkukkien päivän retki Paikkarin torpalle yhdessä Sammattiseuran kanssa. Lähtö Lohjan kirkkokentältä (Sibeliuksenkatu) kimppakyydein klo 12.30, kokoontuminen Paikkarin torpan parkkipaikalla (Torpantie 20, Sammatti) klo 13. Retkellä tutustutaan muun muassa päivän teemalajiin kieloon ja alueen perinnebiotooppeihin. Omat eväät mukaan. Oppaina väitöskirjatutkija **Oona Hillgén** ja luontoharrastaja **Jenna Kotilehto**. Lisätietoja ja kimppakyyti-ilmoittautumiset p. 044 284 6550.

Ke 24.6. klo 17.00 Vieraslajitalkoot Virkkalan Tuusanrannassa. Talkoissa kitketään haitallista vieraslajia jättipalsamia luonnonsuojelualueen reunamilta yhdessä kaupungin ympäristöyksikön kanssa. Kokoontuminen Pähkinäniemen parkkipaikalla (Pähkinäniemen puistotie). Mukaan kumisaappaat, työkäsiineet ja säänmukaiset työvaatteet. Tarjolla talkoovästä. Lisätietoja **Marija-Leena Nikander**, p. 044 284 6550.

Ma 29.6. klo 17.00 Vieraslajitalkoot Liessaareessa. Talkoissa kitketään jättipalsamia yhdessä kaupungin ympäristöyksikön kanssa tämän haitallisen vieraslajin hävittämiseksi saaresta. Ko-

koontuminen Liessaaren sillan alussa parkkipaikalla (Haikarinkadun päässä). Mukaan kumisaappaat, työkalut ja säänmukaiset työvaatteet. Tarjolla talkoovästä. Lisätietoja **Marja-Leena Nikander**, p. 044 284 6550.

Heinäkuu

Ke 8.7. klo 17–20 Maksjoen niityn kunnostustalkoot. Talkoissa opastetaan, miten perustetaan pörräisniitty omalle pihalle. Niitylle pääsee Maksjoelta Braskintietä, jolta käännetään tielle Yli-Paila, jota pitkin kuljetaan vielä noin 1 km. Tarjolla talkoovästä. Oppaana biologi **Risto Murto**, p. 044 201 6070.

Ke 15.7. klo 17–20 Kokkilan kedon kunnostustalkoot. Illan aikana yhdistyksen kummikedolla opastetaan, miten perustetaan luonnontilainen pörräisniitty. Kokoontuminen Virkkalan pururadan parkkipaikalla Hankoniemmentien varressa, noin 1 km Virkkalan ristiltä Hyvinkäälle päin. Tarjolla talkoovästä. Oppaana biologi **Risto Murto**, p. 044 201 6070.

La 25.7. klo 10–13 Vierailu Kilpiän tilalle ja Töllinkoskelle Pusulaan. Lähtö Lohjan kirkkokentältä (Sibeliuksenkatu) kimppekyydein klo 9.20, kokoontuminen tilalla klo 10 (Töllintie 270). Tilan viljelijät **Tuomas** ja **Iiris Mattila** kertovat luomuviljelystä, maatalon luonnonhoidosta sekä erityisesti pölyttäjien ja muiden selkärangattomien eläinten tukemisesta maatalousympäristössä. Lopuksi tutustutaan läheiseen ennallistettuun Töllinkoskeen. Tilalla myydään kahvia ja pullaa, läheisellä Töllin myllyllä viljatuotteita, sekä naapureissa uutta perunaa ja kananmunia. Ostokset käteisellä. Lisätietoja **Marja-Leena Nikander**, p. 044 284 6550.

Elokuu

La 29.8. klo 13–16 Suomen luonnon päivän retki Rausjärvelle. Lähtö kimppekyydein Lohjan kirkkokentältä (Sibeliuksenkatu) klo 12.15. Kokoontuminen Partiokämpä Rasan parkkipaikalla (Rausjärven rantatie 170, Ikkala). Retkellä nautitaan luonnon hyvää tekevistä vaikutuksista ja tutustutaan metsään, jonne Lohjan kaupunki on päättänyt perustaa 92 hehtaarin luonnonsuojelualueen. Omat eväät mukaan. Oppaana luontoharrastaja **Jenna Kotilehto**. Lisätietoja ja kimppekyyti-ilmoittautumiset p. 044 284 6550.

Syyskuu

Sieniretki. Aika ja paikka ilmoitetaan sienitilanteen mukaan ennen tapahtumaa verkkosivuillemme ja paikallislehdissä. Tiedustelut **Marja-Leena Nikander** p. 044 284 6550.



Luomuviljely

ja luonnon monimuotoisuus

Luomuviljely turvaa maatalouden ekologista kestävyyttä ja luonnon hyvinvointia. Kuitenkin jokaisen tilan arjessa voidaan vahvistaa monimuotoisuutta monin käytännön keinoin – pelloilla, metsänreunoissa ja koko maatalousmaisemassa.



Kilpiän tilan omenatarha. Kuva Iiris Mattila.

Kaikki me syömme ruokaa. Eikä ole ihan sama missä ja miten se on tuotettu. Suomalaisen ruuan tukemisesta puhutaan mediassa paljon, suomalaisen luomun valitsemisesta vähän vähemmän.

Ruoantuottajista noin 10 prosenttia on Suomessa luomuviljelijöitä. Luomumerkillä varustetut elintarvikkeet on viljelty ja kasvatettu tiukkojen ja valvottujen sääntöjen mukaan. Viljelykierto, typensidontanurmet, tuotantoeläinten lajinnukaisen käyttäytymisen mahdollistaminen, siementen ja lannoitteiden luomulaatuisuus, myrkyttömyys sekä ekologiset rikkokojen ja tuhohyönteisten hallinnointikeinot ovat sääntöjä, joilla luomutuotannossa pyritään turvaamaan työn ekologinen kestävyys ja maatilän luonnon hyvinvointi.

Pitäisi kuitenkin voida tehdä enemmän. Luomun perusstandardien lisäksi on paljon myös tavanomaiseen ruoantuotantoon sopivia tekoja, joilla viljelijä voi lisätä luonnon monimuotoisuutta.

Esimerkiksi kasvustojen monilajisuus, pellon ja metsän vaihtumisyvyshyökkeen hoito, kukkivien kasvien saatavuuden turvaaminen varhaisesta keväästä myöhäiseen syksyyn, vesistöjen hoito, lahoppuun saataavuus, laiduntaminen, talviaikainen kasvi- peitteisyys, alus- ja kerääjäkasvit...

Loputon lista tekoja, joilla parannetaan mikrobien, selkärangattomien ja selkärangastaisten eliöiden talvehtimis- ja lisääntymisoloja maatalousympäristöissä. On eri kysymys tuntevatko viljelijät näitä keinoja vielä riittävästi.

Puustoista maataloutta

Omalla tilallamme olemme yllä mainittujen monimuotoisuustoimien lisäksi käyttäneet puukaistoja eroosion hillintään ja tuulennopeuksien hallintaan. Alkuperäinen ongelmamme oli rinnepelloilta karkaava maa-aines ja maata kuluttavat vesivirrat keväisin ja syksyisin. Pysyvät, muokkaamattomat, nykyään 10-metristä pajua tai 3-metristä tyrniä kasvavat kaistat ovat pysäyttäneet eroosion.

Puukaistat ovat toimineet meille hyvänä viljelyä parantavana ratkaisuna, mutta myös usean lajin kulkuväylänä (ketut, kauriit, liskot, linnut, mäyrätkin), ruokavarastona (pöllö, pikkulepinkäinen, rusakko), ja talvehtimispaikkana (maakiitäjät, myyrät). Toisista kaistoista saamme harmaita hiuksia (pajut salaojissa), toisista varastoa talvelle (tyrnit), ja kaikista kuitenkin estetiikkaa ja harmoniaa silmälle ja luonnolle.

Puiden istuttaminen pellolle tarkoitus- senmukaisesti on ”puustoista maataloutta” tai ”peltometsäviljelyä”. Euroopassa peltometsäviljely (*agroforestry*) on tunnetumpi ilmiö, ehkä metsäkadon vuoksi, ehkä ekosysteemipalveluiden tarpeen vuoksi.

Suomessa perinnebiotoopit, laidunnetut sekä ihmiskäsin hoidetut, ovat hyvä esimerkki historiallisesta puustoisesta maataloudesta. Muita nykyään nousevia trendejä ovat metsäpuutarhat, talousmetsän laidun- nus, tuulensuojarakenteet ja erilaisten sien- ten, marjojen ja yrttien tavoitteellinen vil- jely metsässä. Tästä kirjoitimme kirjankin. Opas *Puustoinen Maatalous Suomessa* (Kilpiän tila 2023) löytyy internetistä eikä se maksa mitään.

Luomu on yksi osa ratkaisua

Ilmastonmuutos ja luontokato ovat aikam- me suurimmat ympäristökriisit. Miten luo-

mutuotanto asettuu näihin, on tutkimuk- sessa kiistelty ja monimutkainen vyyhti, koska ratkaisut vaativat koko ruokajärjes- telmän uudelleentarkastelua. Hiilen kierto ja pysyvyys maatalousmaassa on vielä mys- teeri. Ihmisten kulutuskäyttäytymisen olisi muututtava.

Tällä hetkellä kuitenkin Suomen Luon- topaneelin raportissa *Maatalousympäristöjen monimuotoisuutta edistävät ja heikentävät tekijät Suomessa* (Suomen Luontopaneeli 2024) luomutuotanto on mainittu merkittävänä tuotantomuotona.

Maisematasolla tärkeimpiä monimuo- toisuusvalintoja ovat Luontopaneelin mu- kaan: niityt, viljelemättömät peltoalat eli kesannot, suojavyöhykkeet, luonnonhoito- pellot ja pientareet, kukkakasvien runsaus maisemassa, kukkakaistat pelloilla, luomu- tuotanto sekä yleinen maatalousmaiseman monimuotoisuus.

Luomuruoan valitseminen kaupassa on siis merkittävä kuluttajateko. Usein mietin kuitenkin, olisiko vielä merkittävämpi teko ruoan syöjältä pyytää audienssi paikallisen viljelijän luo. Kysellä, toivoa, kommentoida, kertoa, osallistua. Harvoin me ammatissam- me tapaamme ihmisiä, jotka syövät sen mi- tä me tuotamme. Harvoin me kuulemme, kuka on huolissaan kiurusta ja kuovista. Harva asiakas jää kanssamme katsomaan ki- malaista.

Ympäristöyhdistys järjestää heinä- kuussa retken avointen ovien päivään tilal- lemme (katso tarkemmat tiedot tämän leh- den sivulta 10). Tervetuloa katsomaan ja kysymään lisää, ihmettelemään ja argu- menttoimaan.

TEKSTI: IIRIS MATTILA, KILPIÄN TILA

Yhdessä reippaillen

hyvinvointia luonnosta ja luonnolle

Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys vei viime vuonna lähes 200 ihmistä nauttimaan Lohjan upeasta luonnosta. Yhdistys järjesti kesäkaudella seitsemän kaikille avointa ja ilmaista luontoretkeä sekä kuudet luonnonhoitotalkoot.

Lhyhtkin oleskelu luonnossa alentaa verenpainetta ja sydämen sykettä sekä lievittää stressiä. Fyysinen kunto ja mieliala paranevat. Altistuminen luonnon mikrobeille lisää vastustuskykyä ja suojaa allergioilta. Kannattaa siis lähteä retkelle!

Ympäristöyhdistyksen opastetut luontotahtumat tarjoavat tähän erinomaisen mahdollisuuden. Ne ovat kaikille avoimia ja ilmaisia. Osa niistä järjestetään yhdessä muiden paikallisten yhdistysten ja tahojen kanssa. Yhteistyötä tehdään esimerkiksi Hakin eli Lohjan lintutieteellisen yhdistyksen ja Lohjan kaupungin kanssa.

Opastetuilla retkillämme pääsee kohteisiin, joihin ei ehkä yksinään tule lähdettyä. Oppailta saa matkan varrella ja talkootyön lomassa tietoa muun muassa kasveista, linnuista, luontoarvoista ja luonnonsuojelusta.

Tuttuja teemaretkiä ja uusia kohteita

Vapun jälkeen perheiden kevätseurantaretkellä Sammatin kirjaston ympäristössä leikimme lorujumppaa ja puusokkoa sekä teimme taidetta metsän materiaaleista samalla, kun etsimme kevään merkkejä. Kirjastolla kuunneltiin luontosatuja ja ihailtiin kirjastoauto Saimaa.

Myöhemmin toukokuussa, Ympäristöyhdistyksen ja Hakin yhteisellä lintu- ja luontoretkellä, lintuharrastaja **Aki Mettinen** vei meidät Lempoonkorpeen. Tulevan Länsiradan varteen suunnitellun Lohjansolmun aseman seudulla pohdimme, onko tämä alue parempi rakennettuna vai nykyisellään metsinä, soina ja lampina.

Yhdistyksen ensimmäisellä villiyrttiretkellä puolestaan etsimme **Karri Uusi-Äijön** opastuksella Ojamon rannan alueelta syötä-





viä kasveja. Opettelimme tunnistamaan viljelyrttejä, ja samalla kuulumme niiden keräämisestä ja käytöstä.

Kesäkuussa Kilpiän tilalla Pusulassa viljelijät **Iiris** ja **Tuomas Mattila** esittelivät hiiliviljelyn periaatteita luomupelloillaan ja jatkuvan kasvatuksen menetelmiä metsäsaan. Tutustuimme myös rinnepelloille perustettuun hedelmä- ja marjatarhaan. Ihailimme koskiuomaa läheisellä Töllinkoskella, josta oli syksyllä 2024 purettu patorakennelmat. Ympäristöyhdistys myönsi kosken ennallistamisesta vuoden 2025 Ympäristöpalkinnon Töllin myllyosuuskunnalle.

Luonnonkukkien päivän retkellä 14.6. tutustuimme Paloniemen niityn kasvilajistoon ja päivän teemalajiin, harakankelloon. Suomen luonnon päivänä 30.8. lähes 30 retkeilijää suuntasi lempeässä tihkusateessa Lahokallion ulkoilualueen poluille. Aistimme luonnon monimuotoisuutta ja kauneutta, rauhoituimme rannalla kuuntelemaan luonnon ääniä, osallistuimme pilates-tuokioon ja söimme retkieväitä rantakalliolla. Saimme nauttia luonnon tarjoamasta hyvinvoinnista.

Retkikesä päättyi sieniretkeen Gunnarlan majan maastossa tutun sienineuvojamme, **Marja-Liisa Suomi-Agartzin** opastuksessa. Heinäinen metsä piilotteli runsasta suppiskasvustoa, ja kuusten alta löytyi rykelmä mustia torvisieniä. Koreihin poimittiin myös muun muassa tatteja, harmaarouskuja ja kehnäsieniä.

Talkoita kedoilla ja puroilla

Talkoissa pääsee testaamaan omaa kuntoaan, lihasvoimiaan ja niittotaitojaan. Samalla niissä saa myös neuvoja oman pihaan luontokohteiden hoitamiseen. Ilta päättyy talkooeväiden syöntiin ja maailman parantamiseen.

Kesäkuun lopussa jatkoimme monivuotista jättipalsamin kitkentäurakkaamme Virkkalan Tuusanrannassa. Tavoitteena on estää tämän haitallisen vieraslajin leviämistä viereiselle Pähkinäniemen luonnonsuojelualueelle. Työskentely rannan pusikoissa ja kasvillisuuden seassa oli hikistä hommaa!

Heinäkuussa Paloniemen niityllä parinkymmenen hengen talkooporukka niitti kasvustoa viikatteilla ja laittoi heinät perinteisesti seipäille. Kokkilan kedolla niitettiin reheviä kohtia ja niittojäte kasattiin alueen reunoille. Molemmissa talkoissa oli mukana Länsi-Uudenmaan luontohelmet -hanke, joka hoiti alueita koko kesän ajan.

Osallistuimme myös Virtavesien hoito-yhdistyksen Virhon Helmi -hankkeen järjestämiin sorastustalkoisiin Asemanpellonpurolla ja Munkkaanojalla. Kolmena iltana elokuussa talkooporukka ahersi kantamalla sangoilla kiviä kuorma-auton kippaamasta kasasta puron pohjalle taimenten kutupaikoiksi.

Tulevana kesänä odottavat uudet retket ja talkoot. Tervetuloa mukaan nauttimaan luonnon hyvää tekevästä vaikutuksista ja parantamaan ympäristön tilaa!

TEKSTI: MARJA-LEENA NIKANDER

KUVAT: JUTTA VAARALA

*Kuvat on otettu Lahokalliolla
Suomen luonnon päivänä 2025.*

Kiehtovat sienet

Kummitustarinoista DNA-sekvensointiin

*Sienet voivat yllättää – joskus jopa säikäyttää.
Huomion kiinnittäminen ympäröivän sienimaailman ihmeellisyyksiin
syventää luontokokemusta, ja sienituntemuksen kehittämisestä
luontoharrastaja saa itselleen elinikäisen projektin.*



Sienistä on moneksi, myös kummitusjuttuihin. Isäni on kertonut tarinaa ukisitani, joka vielä vanhassa Karjalassa asuessaan oli tulossa pimeällä kotiin ajaen hevoskärryjä. Metsän siimeksestä oli alkanut loistaa kelmeää valoa, ja ukkini oli säikähtänyt ja kannustanut hevosia kauheaa vauhtia kohti kotia.

Tämä yöllinen kohtaaminen jäi vaivaamaan, joten hän oli palannut päivällä takaisin. Paikalta hän oli löytänyt onton puun, jonka sisällä kasvoi sieniä ryppäinä. Nämä sienet olivat loistaneet pimeässä ja peläs-

tyttäneet ukkini pahanpäiväisesti.

Kyseessä on ehkä saattanut olla pohjamesisieni (*Armillaria borealis*) tai nuijamesisieni (*Armillaria lutea*), joiden tiedetään hohtavan valoa pimeässä. Ilmiö tunnetaan myös nimellä peikonkulta, mutta tieteellisesti kyse on bioluminesenssistä eli biologisesta valontuotannosta.

Harvinaisten sienten mailla

Tiesitkö, että sen lisäksi, että Lohjalla tapaa useita harvinaisia kasvilajeja, täällä on myös paljon harvinaisia sieniä? Tämä johtuu osit-

tain samasta syystä kuin kasveilla: Lohjan maa- ja kallioperä on hyvin kalkkipitoista. Lohja on myös yksi Suomen tärkeimmistä lehtokeskuksista. Lehdot ovat itsessään uhanalainen luontotyyppi, ja siksi lehdoissa tavataan useita harvinaisia sienilajeja.

Tästä hyvä esimerkki on Kalvomaljakas [*Karstenella vernalis*, Harmaja (1969)], jonka esiintymä Pähkinäniemessä oli pitkään ainoa tunnettu maailmassa. Sitä on sittemmin raportoitu löytyneen myös Pohjois-Amerikasta (Hansen ym. 2008) ja Japanista (Ohmae ym. 2024). Kalvomaljakas on luokiteltu äärimmäisen uhanalaiseksi, eikä sitä ole löydetty tähän mennessä mistään muualta Suomesta.

Katse yksityiskohtiin

Luonnossa liikkua on toisinaan hyvä pysähtyä. Nopeasti ohi kävellessä moni asia jää havaitsematta. Usein on niin, että kun suunntaa katseensa maahan, puunrungolle tai lahopuulle, huomaa jonkin ajan kuluttua paljon sellaista, joka nopealla vilkaisulla olisikin jäänyt huomaamatta. On sieniä, limasieniä, sammalia, jäkäliä, pikkuruisia hyönteisiä ja muita vipeltäjiä.

Toisinaan jo se, että katsoo puun runkoa tai kiveä läheltä voi avartaa omaa luontokokemusta. Kalliot ja kivet kertovat omaa tarinaansa alueen historiasta ja puun rungoissa voi erottaa menneiden myrskyjen tai vaikkapa tikkojen jättämät jäljet.

Haasteena sienten opettelu

Sieniharrastus vie helposti mukanaan ja eskaloituu nopeasti kaikkeen muuhunkin kuin vain ruokasieniin. Aloittelijan täytyy olla sekä ankara, että armollinen itselleen. Sieniharrastajan on hyvä jatkuvasti kyseenalaistaa itseään, sillä sienten opettelu voi olla haastavaa.

Sienet ovat edelleen varsin huonosti tunnettuja ja uusia lajeja löytyy jatkuvasti. Hiljattain merkittävästi edistyneet molekyylibiologiset menetelmät ovat mullistaneet sienten tutkimuksen, ja näin monet tututkin lajit ovat viime vuosina löytäneet tiensä uusiin sukuihin. Itselleen voi antaa myös hiukan siimaa, sillä monet kokeneetkin asiantuntijat tekevät välillä virheitä. On paljon lajeja, joita ei voi tunnistaa ilman mikroskooppia tai DNA-sekvensointia.

Jotta välttyt ylikuormitukselta, aloita vaikka asettamalla itsellesi tavoitteeksi oppia vuoden aikana kymmenen uutta lajia. Lohjalla on hyvät edellytykset löytää myös hieman erikoisempia lajeja.

Lopuksi on hyvä kerrata sienestäjän tärkein sääntö: **mitään sientä ei tule kerätä ravinnoksi ilman, että sen tunnistukselta on itse täysin varma.** Sieniä voi kuitenkin kerätä opettelumielessä, kunhan pitää ne erillään ruokasienistä, jos vaikkapa haluaa vielä myöhemmin kotona kerrata tuntu-merkkejä paremmassa valossa hyvän ja tuoreen sienioppaan kera.

Lähteet

- Hansen K., Weber N.S., Landvik S. 2008. Phylogenetic relationships and distribution of *Karstenella* (Pezizomycetes). *Karstenia*, 48: 13–19.
- Harmaja H. 1969. *Karstenella vernalis* a new genus and species of discomycetes from Finland. *Karstenia*, 9: 20–22.
- Ohmae M., Nakajima M., Orihara T. 2024. First report of a unique resupinate ascomycete, *Karstenella vernalis* (Karstenellaceae, Pezizales) from Japan. *Ascomycete.org*, 16(3): 167–173.

TEKSTI JA KUVA: OONA HILLGÉN

Ympäristöahdistus

Luonnollinen reaktio

Ympäristön tila ja tulevaisuus huolettaa. Maailman nykymenoa seurattaessa huoli helposti kasvaa ahdistukseksi. Ympäristöahdistuksen saa paremmin hallintaan, kun toimii yhdessä muiden samanhenkisten kanssa luonnon puolesta.

Ilmastonmuutos ja luontokato etenevät pelottavalla vauhdilla. Kulutamme luonnonvarojamme jatkuvasti liikaa, mutta poliitikot ja bisnesväki kehittävät kuluttamaan lisää. Maailma tuntuu etenevän väärään suuntaan. Surettaa ja masentaa.

Tutkimusten mukaan lähes joka toinen suomalainen on ainakin ajoittain huolestunut maapallon ekologisesta tilasta ja ihmiskunnan tulevaisuudesta. Yli 60 prosenttia 16–25-vuotiaista on melko tai erittäin huolissaan. Nuorten suuri osuus johtuu ymmärrettävästi siitä, että heillä on enemmän menetettävää, mutta huolta kantavat kaikki ikäiset.

Tunnista tunteesi

Joskus huoli kasvaa ympäristöahdistukseksi tai -suruksi. Ympäristöahdistus ei ole sairaus, vaan sitä voi pitää luonnollisena reaktiona uhkiin ja menetyksiin, jotka ovat tieteen valossa todellisia ja vakavia. Mutta lisääntynyt stressi voi alentaa toimintakykyä ja aiheuttaa terveyshaittoja kuten uni-häiriöitä, masennusta ja vihan ja toivottomuuden tunteita. Apua kannattaa hakea, jos maailmantilasta seuraa itsetuhoisia ajatuksia tai fyysisiä oireita.

Ammattiapuun ei välttämättä tarvitse turvautua, jos tarjolla on psyykkisiä ja sosiaalisia pärjäämiskeinoja. Tärkeää olisi, ettei jäisi tunteineen yksin. Keskusteluryhmät ja vertaisporukat voivat tarjota monia hyötyjä.

Ahdistusta voi käsitellä merkityskeskisillä metodeilla, joilla pyritään vahvistamaan elämän mielekkyyden kokemusta ympäristötuhojen keskelläkin. On myös hyvä oppia rauhoittamaan hermostoa ja harjoittamaan rakentavia ajattelumalleja. Lepo ja ajoittainen etäisyyden ottaminen on tarpeen varsinkin aktiivitoimijoille, sillä kuukaan ei jaksakaan painia ympäristökriisin kanssa kokoaikaisesti.

Todellisuuspako eli ahdistusta herättävien tietojen kieltäminen ja pään työntäminen pysyvästi pensaaseen ei kuitenkaan ole suotavaa. Synkkien uutisten lukemista voi silti rajoittaa vain tiettyyn aikaan päivästä, jotteivät ne valtaisi kaikkia mielen kapasiteettia.

Yhdessä toimiminen

Keskeinen ympäristöahdistusta lieventävä asia olisi riittävä yhteiskunnallinen reagointi ympäristöongelmiin. Enemmän kuin ongelmat sinänsä, ahdistusta tuottaa se, että ihmiskunta näyttää olevan haluton ja kyvytön ratkaisemaan niitä. Lähipiirin ja esimerkiksi sosiaalisen median vähättelevät ja kielteiset asenteet voivat pahentaa epätoivoa.

Yhteisöllisyys, toiminta ympäristön ja toisten ihmisten hyväksi voi parantaa mielialaa ja lisätä merkityksellisyyden kokemuksia. Samalla vähenee kognitiivinen dissonanssi eli syyllisyys omien arvojen ja

tekojen välisestä ristiriidasta. Tutkimusten mukaan masennus- ja ahdistusoireita on vähemmän niillä ilmastosta huolissaan olevilla, jotka tekevät ilmastoon liittyvää vapaaehtoistyötä tai välttävät lentämistä.

Ympäristöjärjestöt ja usein myös vapaaehtoiset ryhmät tarjoavat runsaasti tekemistä erilaisen aktivismin ja muun muassa luonnon entistämisen parissa, ja niistä löytyy samalla aaltopituudella olevia ihmisiä.

Lupa iloita

Ekologisen kriisin globaaleista, alueellisista ja paikallisista ilmenemismuodoista ja vaikutuksista kyetään esittämään lähinnä suuntaa antavia skenaarioita. Etusijalla ovat poliittiset päätökset. Ratkaisujen pitää ulottua kaikille yhteiskuntaelämän sektoreille.

Joka tapauksessa kriisi on ylisukupolvinen, ja siksi sen kanssa on opittava elämään tiedostaen, tasapainoisena ja toimintakykyisenä. Vaikka makrotasolla tulisi takaiskuja, on hyvä iloita pienistä saavutuksista ja edistysaskelista. Parhaimmillaan ahdistuksen ja toivon yhdistelmästä syntyy myönteistä energiaa.

Lähteet

- Pihkala, P. 2025. "Ympäristöahdistus ja ilmastoahdistus." www.terveyskirjasto.fi Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 13.2.2025.
- MIELI Suomen Mielenterveys ry ym. [Ympäristöahdistus.fi](http://Ymparistoahdistus.fi). Ympäristö ja tulevaisuus mielessä -hanke.

TEKSTI: JARMO PASANEN

Metsän uudistamista. Kuva Merja Ylönen, SLL.





Janne Heliölä:

Tilaisuudessa
jaetaan

**Lohjan
Ympäristö-
palkinto
2026!**

Kuva: J. Heliölä

PÖLYTTÄJÄT SUOMESSA

Miten pölyttäjillä menee?

Miten niitä voi suojella ja harrastaa?

Tiistaina 24.3.2026 klo 18.15 alkaen

Järnefeltinsali | Lohjan pääkirjasto | Karstuntie 3

Pölyttäjien puolesta puhuva FM **Janne Heliölä** kertoo kaikille avoimessa tilaisuudessa maamme pölyttäjien tilasta. Mukana on myös paikallistietoa Lohjan pölyttäjälajistosta. Viime vuodet Lohjalla asunut tutkija työskentelee Suomen ympäristökeskuksessa pölyttäjien seurannan, tutkimuksen ja suojelun sekä maatalousluonnon ja perinnebiotooppien parissa. Lämpimästi tervetuloa!

Tilaisuuden järjestää Lohjan Seudun Ympäristöyhdistys.

