

POGOSTAN ALLAKKA

NIMIPÄIVÄT

Torstaina: Taito, ort. Martti, Risto
Perjantaina: Pitkäperjantai, Linda, Tuomi, Ari, Rohkima, Runo
Lauantaina: Patrik, Linda, ort. Lempi, Irene, Irina, Irinja, Irja,

Rauha, Lumi
Sunnuntaina: Pääsiäispäivä, Otto, ort. Simeoni, Simana, Sosima
Maanantaina: 2. pääsiäispäivä, Valto, Valdemar, ort. Johannes, Juhani, Juha, Juhon, Jouni, Jussi, Jukka, Hannele, Hanni, Jehki, Antoni, Anton
Tiistaina: Pilvi, Pälvi, ort. Nuutti, Matja
Keskiviikkona: Nella, Neela,

Lauha, ort. Feodor, Heikki, Teo, Teppo, Teuvo

PÄIVÄN SANA

Jeesus otti leivän, siunasi, mursi ja antoi sen opetuslapsilleen sanoen: "Tämä on minun ruumiini, joka annetaan teidän puolestanne. Tehkää tämä minun muistokseni!"
 Luuk. 22:19

AJASTA IÄISYYTEEN

Ilomantsin ev.lut.srk:sta
 Anja Mirjam Kettunen 93 v.

AURINGON NOUSU JA LASKU

Aurinko nousee 5.35 ja laskee 20.21. Päivän pituus on 14 tuntia 46 minuuttia.



SEURAKUNNAT

ILOMANTSIN EV.LUT. SEURAKUNTA

puh. 0400 364 200
 ma-ke klo 9–12
 www.ilomantsinseurakunta.fi
To 14.4. klo 12 kiirastorstain messu Kivilahden kirkossa, klo 18 kiirastorstain iltamessu kirkossa, avustajana Ilomantsin Mieslaulajat.
Pe 15.4. klo 10 pitkäperjantain sanajumalanpalvelus kirkossa.
Su 17.4. klo 10 pääsiäispäivän messu kirkossa, avustajana Sadan enkelin kirkon kuoro, klo 13 messu Naarvan kirkossa.
Ma 18.4. klo 10 sanajumalanpalvelus kirkossa, klo 17.30 keskusteleva raamatupäivä etänä. Opetus Mikko Tolonen, 1. Kor. 12.
Ti 19.4. klo 9–11 perhekerho päiväkerhuhuoneessa.
Ke 20.4. klo 13 kirkonkylän lähetyspiiri kerhokellarissa, käsitellään Matt. 5. lukua, klo 17 vapaaehtoisten koulutus alasalissa, aiheena muistisairaana kohtaaminen, lisätiedot Suvilta p. 0400 234 964.
To 21.4. klo 13 Porinapiiri (vanhusten päiväkahvit) alasalissa.

JOENSUUN ORT. SEURAKUNTA

puh. 0400 397 900
 www.joensuunortodoksit.fi
 Tuupovaara
Pe 15.4. klo 14 suuren perjantain ehtoopalvelus.
La 16.4. klo 9 liturgia.
Hoilola
To 14.4. klo 17 suuren torstain liturgia.
Pe 15.4. klo 10 suuren perjantain

aamupalvelus (12 kärsimysevankeiliumia).
Sonkajanranta
Pe 15.4. klo 16 suuren lauantain aamupalvelus.
La 16.4. klo 23.30 pääsiäisyöpalvelus.

ILOMANTSIN ORT. KAPPELISEURAKUNTA

Puh. 0504706 383
 www.ort.fi/ilomantsi
 Seurakunnan palveluksiin voi tulla ilmoittautumatta. Noudata kuitenkin paikan päällä annettavia ohjeita hygieniasta ja turvaväleistä. Osallistu toimintaan ainoastaan terveenä.
Elian kirkko
To 14.4. klo 17 ehtoopalvelus ja liturgia.
Pe 15.4. klo 9 suuren perjantain aamupalvelus (12 evankeliumia), klo 15.30 suuren perjantain ehtoopalvelus (hautakuvan esilletoiminen).
La 16.4. klo 9 suuren lauantain aamupalvelus (hautaus), klo 15.30 ehtoopalvelus ja liturgia, klo 23.30 pääsiäisyön jumalanpalvelukset ja yöpala (josta vapaaehtoinen maksu).
Ma 18.4. klo 9 lasten pääsiäinen ja kirkkokahvit.
Ti 19.4. klo 9 pääsiäisen koululaisliturgia.
Muuta
 Vapaaehtoisten koulutus: muistisairaana kohtaaminen ke 20.4. klo 17 luterilaisella seurakuntatalolla.

Seurakunta toivottaa kaikille riemullista Vapahtajan ylösnousemusjuhlaa: Kristus Nousi Kuolleista – Totisesti Nousi!

Helluntai-seurakunta
 Ruskosillantie 19
 040 728 3510
 www.ilomantsinhelluntaiseurakunta.fi

Su 17.4. klo 11 sanan ääressä, Päivi Niemeläinen.
Ti 19.4. klo 19 rukouksen ilta.

Ilomantsin Vapaaseurakunta
To 14.4. klo 18 Kiirastorstai-illan ehtoollisjuhla.
Su 17.4. klo 11 elämän sanan lähteellä.
Ke 20.4. klo 18 sanan ja rukouksen ilta.
 Tervetuloa!

Siunattua Pääsiäistä kaikille!

Kiirastorstai 14.4.
 - klo 12 messu Kivilahden kirkossa
 - klo 18 messu kirkossa
Pitäkäperjantai 15.4.
 - klo 10 sanajumalanpalvelus kirkossa

Pääsiäispäivä 17.4.
 - klo 10 messu kirkossa
 - klo 13 messu Naarvan kirkossa
2. Pääsiäispäivä 18.4.
 - klo 10 sanajumalanpalvelus kirkossa

Jumalanpalvelus on katsottavissa myös YouTube.com/Ilomantsinseurakunta Ilomantsin ev.lut. seurakunta

ILOMANTSIN KANSALAIPOISTO p. 040 104 3112 www.opistopalvelut.fi/ilomantsi

• **Hygieniapassi, testi ja koulutus** ti 3.5. klo 15.30-18.30, lukio lk 164. Ennakkoilm. 25.4. mennessä. • **Koirien pentukurssi** aloitusilta ilman koiria ma 2.5. klo 18-20.30 Pogostan yläkoulun lk 101, jatko koirien kanssa ma 9.5.-6.6. klo 18-18.45 Pogostan yläkoulun piha. Ennakkoilm. 25.4. mennessä. • **Ekoprint – kontaktivärvästä kasveilla** la-su 11.-12.6. klo 10-17, Pogostan koulun paja. Ennakkoilm. 20.5. mennessä.
 • **KIITOS POTROIT-NÄYTTELYN ESINEIDEN TUOJILLE JA NÄYTTELYYN OSALLISTUNEILLE. NÄYTTELY OLI UPEA!**



Aila Ruokolainen osallistui elämänsä ensimmäiselle ruokakurssille ja iloitsi paitsi valmistetuista ruuista, mutta myös siitä, että kurssilla pääsi tutustumaan toisiin. KUVA: MERVİ NEVALAINEN

Kasviproteiinit tutuksi

Värikkäät herkut saivat makunystyrät heräämään ruokakurssilla.

Mervi Nevalainen

Valmistuvan ruuan tuoksu leijuu Pogostan yläkoulun kotitalousluokan ovelle. Hihat käärittynä, esiliinat edessä ja myssyt päässä kurssilaisia hääräi ruuan parissa.

Pellillinen juureksia on laitettu justuun uuniin. Maistelussa on valkosipulinen levite – kaipaako se jotain potkua – on pohdinnassa.

Meneillään on kolmas Pohjois-Karjalan Marttojen Ilomantsissa järjestämä ruokakurssi, joka toteutettiin Virkeä - Vireästi Karjalassa -hankkeen myötä yhteistyössä Ilomantsin Marttayhdistysten ja Ilomantsin Sydänyhdistyksen kanssa.

”Linssi on minulle uusi tuttavuus.

Aila Ronkainen

– Tosi kivasti saatiin tänne osallistujia, vaikka olisi jokunen enemmänkin mahtunut. Osallistujat saivat hankkeen myötä tuotetun *Virkeet keittiössä – arkiruokavinkkejä ikäihmisille* reseptikirjaisen, kertoi Pohjois-Karjalan Marttojen kotitalousasiantuntija **Loviisa Salin**.

Kattilassa porisi tomaattinen linssikeitto ja paistinpannalla haudutui härkis. Kurssin ruokalistalla oli alkuruoka, pari pääruokaa salaateineen ja jälkiruoka.

– Tuodaan kurseilla esille kasviproteiiniaineksia. Tosi vastaanottavaisia ovat kurssilaiset uusille tuotteille olleet. Joku oli niitä jo ennenkin kokeillut. Maku voi tuntua valjulta lihaan verrattuna, jos sitä ei osaa maustaa reippaalla kädellä.

Mukava osallistua

Aila Ronkainen nosti uunista pelin, jossa oli erilaisia juureksia, muun muassa lanttua, porkkanaa

ja palsternakkaa.

– On ollut todella kiva osallistua kurssille. Tulee kokeiltua uusia juttuja, kun yksin asuessa tekee vain, mitä on ennenkin tehnyt. Linssi on minulle uusi tuttavuus, kertoi ensimmäistä kertaa ruokakurssille osallistunut Ronkainen.

Hän muutti viime marraskuussa Huhuksesta Ilomantsin keskustaan ja niin ollen on nyt päässyt mukaan erilaisiin tapahtumiin ja toimintoihin.

– Mukava kun tuo **Aulikki (Tahvanainen)** on houkuttellut minut mukaansa moneen kohtaan. On ollut mukava lähteä, tällä tavalla pääsee tutustumaan toisiin.

Aiemmin kansalaisopiston miesten kokkurssille osallistunut **Timo Jalava** oli kurssiannista mielissään.

– Kiinnostava kurssi oli. Härkis on itselleni ihan uusi tuttavuus, hyvä proteiinin lähde se on. Voisi sitä kotiin ostaa, hän pohti.

LUKIJAN RUNO

Peiliin piirretty kuva

Sen kodin lämpöisen, sylin turvallisen, muistoissa elää saan uudelleen. Hetket onnelliset, nuo muistot lapsuuden, ne leikit paljaiden varpaiden. Kuvan kauniin muistan, nuoruuden lyhyen, ehjän peiliin piirretyn kuvan.

Sen unelman kauniin, sen hohtavan lasin, hauraan herkän hohtavan lasin. Työn parhaat vuodet, vieläkin ne tunnen, hetket työntäyteisten päivien. Sen elämän mahdin, voiman sydämen pienen, voiman lapsien kasvavien.

Nyt kasvanut lienen voimieni voittoon, hyväksymään annetun osan. Elämän illan tään, hiiloksen sammuvan, tämän rauhaosan elämän osan.
 EIJA PARVIAINEN