

Joulupähkinöitä

[alkutunnus] Pianon soittoa, jonka ohessa sanotaan: Kiikarissa aivoterveys. Tietoa ja tukea näkövammaisille -hanke. [/alkutunnus]

Hei! Täällä on äänessä Helvi Janhunen. Joulu tulla jolkuttaa, pian pukki joo oveen kolkuttaa. Kuinkahan moni teistä on aiemmin törmännyt Pukki käskee -jumbaan? Tänä vuonna Pukki käskee keskittymään omaan kehoon ja rauhoittumaan!

Pukki käskee istumaan mukavaan asentoon joko nojatuoliin tai sohvalle. Vedä muutaman kerran henkeä sisään ja ulos rauhallisesti, omaan tahtiisi. Tunne miten vatsa liikkuu ylös ja alas. Pukki käskee laittamaan silmät kiinni. Jännitä silmät sikkuraan, kulmat kurttuun ja suu suppuun - ja pidä jännitystä - rentouta. Sama uudelleen: silmät sikkuraan, kulmat kurttuun ja suu suppuun - pidä ja sitten rentouta. Tunnet rentoutuneet kasvosi. Hengitä rauhallisesti. Nyt pukki käskee nostamaan olkapäät kohti korvia, jännittämään käsivarret tikkusuoriksi ja puristamaan kädet nyrkkiin - pidä jännitys - rentouta! Ja sama uudelleen olkapäät ylös ja kädet tiukoiksi - pidä jännitys - ja rentouta! Tunne hartia rentoina, kädet vapaina vierelläsi ja hengitys vapaana. Nyt pukki käskee jännittämään molemmat jalat tikkusuoriksi - pidä jännitys - rentouta! Ja jännitä jalat uudelleen - tunne jännitys varpaissa, nilkoissa, polvissa - ja rentouta. Lopuksi pukki käskee sinua halaamaan itseäsi: vie oikea käsi edestä kohti vasenta lapaluuta ja vastaavasti vasen kohti oikeaa lapaluuta - rutista itseäsi lujaa ja vielä hetki rutista! Hellitä ote ja huokaise syvään. Avaa silmäsi.

Nyt pukki haastaa aivot työhön! Voit halutessasi ottaa itsellesi paperia ja kynän, joilla kirjaat jouluisan vastaukset. Voit myös tallentaa vastaukset muistiisi! Kysymyksiä on kaikkiaan 10. Vastausvaihtoehtoja on kolme, joista yksi on oikein. Kirjaa siis paperille numerot 1-10 ja kunkin numeron perään oikean vastauksen kirjain a, b tai c.

1) Mistä glögi saapui Suomeen?

a) Englannista b) Ruotsista c) Saksasta

2) Missä kerrottiin ensimmäisenä, että joulupukki asuu Korvatunturilla?

a) Lapin-kansa sanomalehdessä b) joulupukin -kuumalinja -tv-ohjelmassa c) radiossa lasten satutunnilla

3) Sakari Topelius on kirjoittanut monia joululauluja, mutta mikä seuraavista ei ole hänen käsialaansa? a) Nyt syttyy valot tuhannet b) Varpunen jouluaamuna c) Sylvian joululaulu

4) Turku julistaa joulurauhan aattona klo 12. Milloin perinne on alkanut? a) 1935 b) 1700-luvulla c) 1300-luvulla

5) Mikä seuraavista on perinteinen jouluruoka a) kapakala b) kesääntynyt kala c) lipeä kala

6) Mistä sadusta idea piparkakkutaloihin on peräisin? a) Punahilkasta b) Hannusta ja Kertusta c) Lumikki ja seitsemän kääpiötä

7) Mikä laulu alkaa: ”Ei itkeä saa, ei meluta saa, joku voi tulla ikkunan taa?

- a) Joulupuu on rakennettu
- b) Joulupukki jo matkaan käy
- c) Kun joulupukki suukon sai

8) Joulun pakkasennätys on mitattu 1947 Sodankylässä. Kuinka paljon pakkasta silloin oli? a) 43 astetta b) 46 astetta c) 49 astetta

9) Kuinka pitkä oli Marian ja Joosefin kulkema matka Nasaretista Betlehemiin? a) 45 km b) 20 km c) 145 km

10) Hyvä Tuomas joulun tuopi, mutta kuka sen pois vie? a) Musta Pekka b) Paha Nuutti c) Pakkasukko

Nyt kerron oikeat vastaukset - jokaisella varmaan oli oikeita vastauksia!

1 = b (glögi saapui Ruotsista)

2 = c (radiossa lasten satutunnilla kerrottiin ensiksi joulupukin asuinpaikka)

- 3 = a (Nyt syttyy valot tuhannet ei ole Topeliuksen kirjoittama)
4 = c (Turun joulurauhan julistamisen perinne on alkanut 1300-luvulla)
5 = c (lipeä kala on perinteinen jouluruoka)
6 = b (idea piparkakkutalosta on peräisin Hannu ja Kerttu -sadusta)
7 = b (Joulupukki jo matkaan käy alkaa ”Ei itkeä saa, ei meluta saa, joku voi tulla ikkunan taa)
8 = a (Sodankylän pakkasennätys 1947 oli 43 astetta)
9 = c (matka Nasaretista Betlehemiin oli 145 km)
10 = b (paha Nuutti joulun pois vie)

Kuuntele... tiukuja voit jo kuulla. Joulu on porraspuulla. Sytytä kynttilä, hiljenny tovi, avaa joululle ovi. Toivotan kaikille teille kuulijoille rauhallista joulua ja kaikkea hyvää tulevalle vuodelle.