



# Mieskuoro SIRKAT

Miehemme maskeissa

Harjoitukset keväällä 2021

Kari Ruoho

2021





## Sirkkojen harjoitukset

Mieskuoro Sirkat harjoitteli toukokuussa 2021 jo tottuneen oloisesti poikkeuksellisissa olosuhteissa. Koronavirus oli jyllännyt ja myllännyt jo runsaan vuoden niin maailman kuin Suomenkin kansalaisten elämää. Ja virusuhka oli edelleen päällä, kun Sirkat harjoittelivat maanantaina 24.5.2021 Jyväskylän kristillisen opiston tiloissa. Opisto on yksi maamme 87 kansanopistosta.

Opistolla on runsaasti erilaisia opetus- ja muita tiloja. Näistä yhdessä Sirkat verryttelivät viruksen torjuntaan tarkoitettuja suojamaskit päällään. Maskit tekivät tilaisuudesta sangen erikoisen. Siitä kertovat oheiset kuvat, jotka jäävät toivottavasti elämään seuraaville Sirkka-polville ja kertomaan aikamme vitsauksesta, joka teki vaikutuksensa kaiken muun ohella myös maamme kuoroelämään.





Mika Suhonen (2t)



Lasse Vuori (1b)



Kari Anttila (1b)



Kuoronjohtaja Kimmo Tuuri



Harjoituksissa oli hieman normaalia vähemmän laulajia, ja osa harjoitteli kotonaan zoomin äärellä. Etualalla voimistelee Jouko Järvenpää (2t)



Juha Saariaho (1t)



Kimmo Suortamo (2b), Tapani Tuomikoski (2b)  
ja taustalla Jari Rantamäki (2b)



Etualalla Matti Mustanoja (1t) ja hänen takanaan Pekka Rossi (1t)



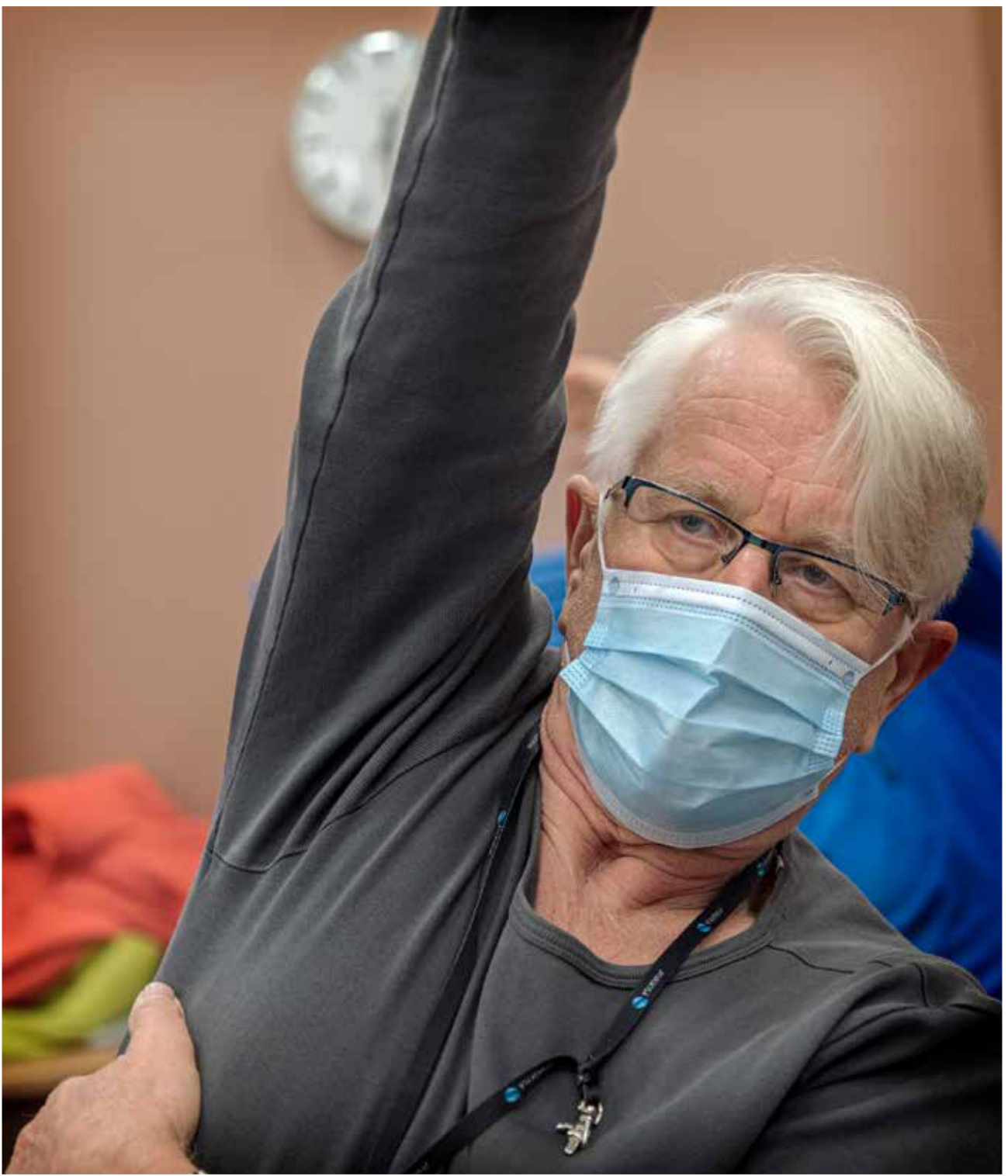
Kuoron puheenjohtaja Osmo Polas



Hymyjä maskin takana



Kuoronjohtaja Kimmo Tuuri



Matti Kuorelahti (1b) huoltamassa kehoaan



Juha Saariaho (1t) avausjumppaamassa



Tommi Vähäjlkkä (1b)



Jouko Järvenpää (2t)



Jari Rantamäki (2b)



Jari Pihlajaniemi (1t)

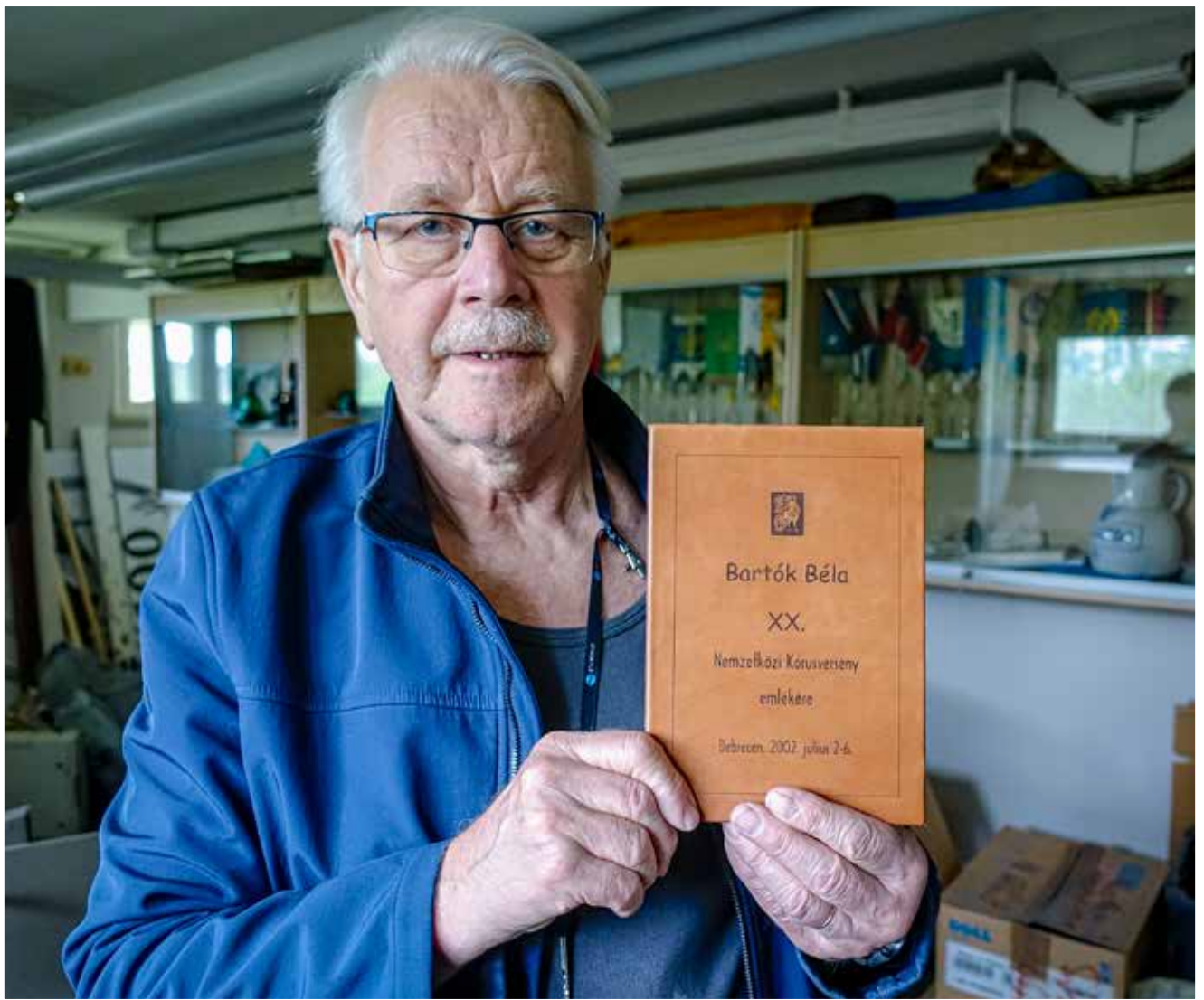


Matti Kuorelahti (1b) ja nuotistonhoitaja Matti Hytönen (2b)

# Ja kas, mitä Sirkkojen varastosta löytyikään...



Matti Kuorelahti  
esittelee Sirkkojen varaston helmiä













### 5. Päämäärätietoinen ja sosiaalinen harrastus kantaa pitkälle

**KOLMAS** iso asia, jonka jokainen voi Renvallin mukaan tehdä oman aivoterveytensä eteen, on lopulta aika simppele: aivoja kannattaa käyttää.

Virikkeellistä elämää elämällä voi ehkäistä myös muistisairauksien kehittymistä.

Tekemisen ei Renvallin mukaan tarvitse olla välttämättä lukemista tai ristisanatehtävän täyttämistä, vaan tärkeintä on se, että aivojaan käyttää mahdollisimman monipuolisesti.

Asiasta tehtyjen tutkimusten perusteella tekemisen olisi hyvä olla jotakin päämäärätietoista, ja mielellään vielä sosiaalista. Renvall itse harrastaa kuorolaulua, joka tutkitusti parantaa ikääntyvien aivojen hyvinvointia.

Kiitokset taasen kerran  
kuvausmahdollisuudesta



Kari Ruoho