

Aleksis K - viikonvaihte

Suomi kuntoon

Suomalaiset ihmiset ja miehet ovat rapistumassa niin huonoon kuntoon, että työnantajatkin ovat huolestuneet. Viikolla asiasta piti kokousta joukko isoja hyväkuntoisia herroja, kuten Jorma Ollila ja Esko Aho. He ilmoittivat yhteen ääneen, että jos ei työntekijöiden kunto ala nousta niin johan on kumma. Pitää lähteä hakemaan Kiinasta tai Intiasta parempikuntoista porukkaa, jotta työt saadaan tehdyiksi.

Jotain on sentään jo tehtykin työläisten kunnan kohottamiseksi. Jossakin jaetaan puoli-ilmaisia uimahallilippuja tai järjestetään taukojumppaa, mutta eivät ne taida oikein riittää. Valistuneimmat firmat ovatkin jo menneet pidemmälle ja antaneet työntekijöille kenkää, josta on erinomaista apua kuntolenkillä, kun ei tarvitse paljasjaloin hölkätä. Periaate on kai suunnilleen sama kuin puoliksi maksetuissa kuntosalivuoroissa: työnantaja antaa kenkää ja työntekijä hankkii itse toisen tossun sossusta.

Yhtä edistyksellistä on panna porukka kävelemään – siitä saadaan työpaikalle aivan uutta potkua. Erityisen rapsakkaasti kunto nousee niin sanotulla kilometritehtaalla. Kaikkein riuskimmat duunarit kuulemma ovat lähteneet sinne kuin leppäkeihäät, mikä onkin oikein passelia maassamme joka tunnetaan erityisesti keihäänheittäjistään.

Jotta näin hyvästä alusta päästään eteenpäin, nyt tarvitaan koko kansan yhteisiä ideatalkoita kansalaisten kunnan kohottamiseksi. Se kyllä onnistuu vaikka työn lomassa, kun toimeen tartutaan. Työntekijöiden ei tarvitse odottaa työnantajan valmiita järjestelyjä, vaan he voivat toimia myös oma-aloitteisesti. Esimerkiksi painonnoston eri muodot ovat suositeltavia. Ne voi aloittaa vaikkapa palkannostoyrityksillä edes muutamia kertoja vuodessa. Se on sen verran kovaa hommaa, että kunto kohoaa pakosta. Ja tietysti mitä enemmän palkkaa nostaa, sitä vahvemmiksi lihakset tulevat. Toinen mahdollisuus on penkkipunnerrus. Siinä vasta jalka- ja reisilihakset kuntoutuvat, kun silloin tällöin lyödään pakarat penkkiin eikä nosteta niitä siitä ennen kuin lompassa on sen verran rahaa, ettei enää pysty istumaan.

Toinen linja on puuttua niihin syihin, jotka aiheuttavat veltostumista. Useimmilla työpaikoilla pahin kunnan tuholainen on nykyisin tietokone, jolla tehdään hyvin suuri osa sellaisestakin työstä, joka ennen tehtiin kuokalla, hevospelillä tai käsin. Siis otetaanpa jokin kaunis päivä ja kannetaan työpaikan kaikki tietokoneet kaatopaikalle. Jo kantourakassa kunto nousee, puhumattakaan siitä että sen jälkeen palataan vanhoihin hyviin manuaalisiin menetelmiin, joissa muskelit paisuvat kuin pullataikinat. Sitä on ilo katsella, kun reipas reskontra lapioi talikolla satunnaiseriä debetistä kreditin puolelle, tai solakka sihteeri polkee sähköpostia kuntopyörällä sidosryhmälle.

Tällaisilla konsteilla saamme varmasti Suomen jälleen nousuun. Kun vielä ruoan hintaa nostetaan sen verran, ettei ole varaa syödä liikaa, olemme kohta yhtä timmissä kunnossa kuin konsanaan idän ihmemiehet, kiinalaiset ja muut.



Artikkelin lähde [Kaleva](#)