



Tutustu asiakasomistajaetuihisi s. 77

HOK-ELANTO

# yhteishyvä

ASIAKASOMISTAJAN OMA LEHTI ELOKUU 2014

yhteishyvä.fi

**Ruoka-liitteessä  
tirisevää grillistä**

**5**

**TAPAA  
SÄILÖÄ  
MARJOJEN  
VITAMIINIT**

**SUO KIEHTOO  
JA PELOTTAA**

**LUOTA  
RUOAN  
LAATUUN**

Tuotevirheisiin  
puututaan  
nopeasti

**Väriä &  
vauhtia**

Lähetä lapsi koulutielle  
pirteissä kuoseissa



**Pala palalta parempaa...**  
**Uudessa pakkauksessa!**



**FANI  
PALA**  
**PIENI PALA HAUSKAA**



## 72

Nappaa  
vitamiinit  
talteen

Viisi tapaa säilöä  
marjoja talven varalle

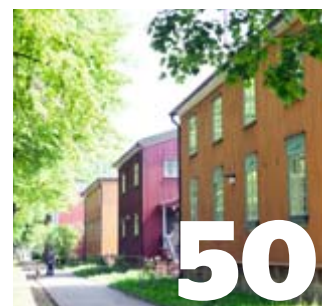


## Ruoka-liitteessä

Säilönnän niksit

## Tässä numerossa

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>14</b> Suo iholla ja saappaiden alla<br/>Suo on tärkeä osa suomalaista<br/>sielunmaisemaa</p> <p><b>20</b> Takaisin kouluun!<br/>Koulutyyli muodostuu haus-<br/>koista printeistä ja kuoseista</p> <p><b>26</b> Klassikko jo syntyessään<br/>Uotilan perunalimppu maistuu<br/>samalle kuin 73 vuotta sitten</p> <p><b>32</b> Turvallisesti pellolta pöytään<br/>Ruoan turvallisuuteen kiinnite-<br/>tään yhä enemmän huomiota</p> <p><b>38</b> Keittiön kunkut<br/>Sipuli mukautuu moneksi</p> <p><b>42</b> Urheilun moniottelija<br/>71-vuotias Kirsti Viitanen<br/>hullaantui kilpaurheilusta</p> <p><b>47</b> Sattumusten kautta onneen<br/>Hallittu kaaos inspiroi uutta<br/>Onni-sisustusmallistoa</p> | <p><b>50</b> Hallittua väriloistoa<br/>kaupungin kaduilla<br/>Helsinki sädehtii eri<br/>aikakausien väreissä</p> <p><b>54</b> Somen pauloissa<br/>Sovi lapsesi kanssa netin<br/>pelisäännöistä</p> <p><b>57</b> Sähköromu kiertoon<br/>Kaupat ottavat vastaan<br/>vanhaa sähköromua</p> <p><b>58</b> Kasviksia kauden mukaan<br/>Sesonkikalenteri kertoo,<br/>milloin kasviksia kannattaa syödä</p> <p><b>68</b> Vakaata tuottoa sijoitus-<br/>asunnosta<br/>Asiantuntijan vinkit tuottoi-<br/>saan asuntosijoittamiseen</p> <p><b>75</b> Säilö kesä talteen<br/>Mehusta, kuivata, vakumoi ja<br/>pakasta</p> |
|---|---|



## Joka numerossa

4 Yhteishyvä Live 5 Tervetuloa 6 Tehdään hyvää 9 Hyvä tietää 19 Kolumni 31 Kirjat 40 Ole hyvä  
61 Hyvännäköinen 63 Älykästä 77 Asiakasomistajasivut 112 Ristikko 113 Sinulla töissä  
114 Lukijakilpailu



## Katso Livestä myös nämä videot:

- Opi oikea juoksutekniikka
- Ohjeet kompassin käyttöön
- Vinkit veitsen huoltoon ja teroittamiseen, ilmestyy viikolla 33

# yhteishyvä *live*

Yhteishyvä Livessä kannattaa vierailla säännöllisesti, sillä uusia juttuja ja videoita päivittyy viikoittain osoitteessa [www.yhteishyvä.fi/live](http://www.yhteishyvä.fi/live).



### Kynnet kuntoon

Katso videolta kolme erilaista tapaa lakata kynnet arkeen ja juhlaan. Ilmestyy viikolla 34.



### Puikot heilumaan

Opi silmukoiden teko ja neulomisen alkeet videolta. Ilmestyy viikolla 35.

### Uusi elämä Suomessa

Ulkomailta Suomeen muuttanut kertoo videolla arjestaan. Ilmestyy viikolla 32.

### Pysy kartalla

Liiku turvallisesti luonnossa. Vinkit metsään eksymisen varalle. Ilmestyy viikolla 31.



## Tyglad färgglädje

Helsingfors ter sig för en utomstående som en rätt blek uppenbarelse. Med undantag för nyrenässanshusen i stadskärnan från slutet av 1800-talet, har stadsbilden hållits ganska stram med ljusa och naturnära färger. Man kan rätt långt på basis av fasadfärgerna bedöma när områdena har uppstått.

Det är ett medvetet val, att man hållit fast vid den tids- typiska färgsättningen, som styr både nybyggande och renovering av fastigheter. Vi bekantade oss med Helsingfors färgmönster, som bjuder på 378 färgkombinationer från olika tidsåldrar och regionala direktiv för färgplanering.



*Ralf Nyberg*

ralf.nyberg@sok.fi

## Katukuvan värikoodit

Ulkopuolisen silmin Helsinki näyttää hillityltä. Laajoilla alueilla talojen julkisivuissa korostuvat vaaleat ja maanläheiset värit. Näin ei ole aina ollut. Kantakaupungin 1800-luvun lopun rakennuskannassa on hyvinkin näyttäviä ja värikkäitä julkisivuja, mutta 1900-luvulle tultaessa tyyli muuttui. Helsingissä on pyritty säilyttämään yhtenäinen linja, jossa jo värietyksen perusteella voi arvioida, milloin talo tai alue on rakennettu.

Pelkistettyjen funkistalojen myötä tulivat muotiin valkoinen ja luonnonmateriaalit. Sodan jälkeisen kauden rakennuskantaa leimaa eräänlainen tietoinen ankeus, ja sillä tyylillä jatkettiin myös 60- ja 70-luvun lähiöitä rakennettaessa. Niiden jälkeen muotiin tulivat tiilipinnat, ja graffitien yleistessä helpommin puhdistettavat klinkkerit.

Värejä ei valita vapaasti, vaan talojen suunnittelijat noudattavat Helsingin värikaavaa, joka sisältää 378 väriyhdistelmää eri aikakausilta sekä alueelliset värietyssuunnitelmat.

S-Etu  
50 %

79

MAMMA MIA!  
ihastuttaa Svenska  
Teaternissa



## Elokuun edut ja uutiset

- 78 **Musiikki:** Kiehtova BRQ Vantaa Festival ja We Love The 90's
- 78 **Show:** Finland International Airshow
- 79 **Teatteri:** Olavi Virran musiikkia Tervasaassa
- 83 **Matkalle:** Helsinki tutuksi SpåraKOFFin kyydissä
- 85 **Uutisia:** Prisma.fi-palvelu yhdistää kivijalkamyymälät ja verkkokaupan



Palstalla tutustutaan arjen hyviin tekoihin. Kuuluuko lähipiiriisi aktiivisia ihmisiä, jotka ilahduttavat muiden elämää pyyteettömällä toiminnallaan? Lähetä juttuehdotuksesi osoitteeseen yhteishyva@alma360.fi.

TEKSTI JAANA HAAPALUOMA  
KUVA VESA RANTA

## Leijonaemot suojelevat toisiaan

Apert-syndroomaa sairastava **Henri Hyvönen**, 5, puhuu hieman epäselvästi, mutta kyläilijät ymmärtävät poikaa. Hän tuo jäätelöt äidilleen **Anu Pekkalle**, äidin ystävälle **Marika Salolle** ja tämän CP-vammaiselle pojalle **Paulus Pellikalle**, 11. Äidit vaihtavat kuulumisia samalla, kun lapset keskittyvät jäätelön syömiseen.

Pekkala ja Salo ystävystyivät Leijonaemojen tapaamisissa, joissa erityislasten vanhemmat saavat toisistaan vertaistukea. Vertaisohjaajien vetämiä ryhmiä on 27 eri puolilla Suomea.

Niissä voi käydä kuka vain, jolla on erityislapsi – diagnoosilla ei ole väliä.

”Alkusokin jälkeen oli vaikea suodattaa tietoa Henrin sairaudesta. Leijonaemoissa tajusin, että kaikkea ei tarvitse tietää heti. Oli helpottavaa, että muutkin jakoivat samantaisia huolia, vaikkei heidän tilanteensa ollut samanlainen”, Pekkala kertoo.

”Ennen kuin liityin Leijonaemoihin, kohtasin paljon vähättelyä. Vertaisryhmässä ei vähätellä vaan ymmärretään ja tsemputaan”, Salo jatkaa.

Säännöllisten tapaamisten lisäksi Leijonaemot järjestävät niin sanottuja Voimaannuttavia vertaistukipäiviä ja -viikonloppuja. Lisäksi he juttelevat toistensa kanssa internetin keskusteluryhmissä.

Erilliseen Leijonapartioon kuuluu paitsi erityislasten vanhempia myös muita vapaaehtoisia. Partio auttaa kriisitilanteessa olevia perheitä arjessa, kuten pyykinpesussa, ruoanlaitossa ja kauppareissuissa.

Pekkala ja Salo ovat kahvitelleet ryhmätapaamisten ulkopuolellakin. Salo muistaa, että heidän hengenheimolaisuutensa selvisi jo ensimmäisellä tapaamisella.

”Minulla oli kriisi, joka ei liittynyt erityislapseen. Anu kuunteli sitäkin.”

Leijonaemojen  
vertaistukiryhmiä  
toimii noin

**20**

paikkakunnalla.

Vertaistukiryhmissä  
on mukana noin

**90**

perhettä.

Kelan vammaistukea saa noin

**35 000**

lasta. Erityislasten todellinen määrä  
on kuitenkin suurempi.



## TEHDÄÄN HYVÄÄ



Marika Salo ja Paulus Pellikka (vas.) käyvät usein kylässä Anu Pekkalan ja Henri Hyvösen (oik.) luona. Pauluksella on CP-vamma ja Henrillä apert-syndrooma. Anu Pekkalan sylissä istuu Henrin pikkuveli Taneli.





# Suomen paras palvelu\* muuttui jopa 5% paremmaksi.



LähiTapiolasta saat tutkitusti Suomen parasta palvelua.\* Ja 2.6.2014 alkaen nyt myös jopa 5% Bonusta. Asiakkaidensa 100% omistamassa yhtiössä eduista hyödynnämme me kaikki. Välitetään toisistamme.



# Osallistu Yhteishyvän ja Novitan pipokilpailuun

Neulo, virkkaa, huovuta tai kirjo. Osallistu Yhteishyvän ja Novitan neulekilpailuun pipolla, jonka toteutustapa on vapaa. Lähetä kilpailuun Novitan langoilla toteutettu pipo, voit myös halutessasi liittää mukaan pipoon liittyvän tarinan. Kilpailuun lähetetyt pipot lahjoitetaan Suomessa Pelastakaa lapset ry:n tuen piirissä oleville lapsille, nuorille ja perheille.

Pipoja voi lähettää osoitteeseen Novita Oy, Pipokilpailu, Kiviaidankatu 2 A, 00210 Helsinki 12. syyskuuta saakka. Liitäthän pipon ja tarinan yhteyteen yhteystietosi puhelinnumeroineen. Esiraati valitsee yleisöäänestykseen kymmenen parasta pipoa. Novita laatii ohjeet voittajapipoista, joten ohjeita ei tarvitse liittää mukaan.

Esivalitut pipot ovat äänestettävissä Yhteishyvä.fi:ssä 24.9.–12.10. Voittajapipon ohje julkaistaan Yhteishyvässä ja Novita-lehdessä. Lisäksi Yhteishyvällä ja Novitalla on mahdollisuus käyttää kilpailuun lähetettyjen pipojen teko-ohjeita julkaisuissaan myöhemmin.

Kolme eniten ääniä saanutta palkitaan Novitan lankapaketilla ja S-ryhmän lahjakortilla. Ensimmäinen palkinto sisältää kaksi kiloa lankaa ja S-ryhmän 20 euron lahjakortin. Toinen ja kolmas palkinto sisältävät kilon lankaa ja S-ryhmän 20 euron lahjakortin. Lankapaketti kootaan voittajien toiveiden mukaan joko Suominvilla- tai Myboshi-langoista.



## Tunnista tähtikuvio

Loppukesän pimenevät illat ovat otollisia tähtitaivaan tarkkailuun. Seitsemän tähden muodostama Otava on elokuussa iltaisin luoteen suunnalla. Sen avulla voi helposti paikantaa myös muita tunnettuja taivaankappaleita.

Kauhaa muistuttavan Otavan varsi osoittaa lännessä Arcturukseen, joka on pohjoisen tähtitaivaan toiseksi kirkkain

tähti. Seuraamalla tähtikuvion kahden oikeanpuoleisimman tähden linjaa ylöspäin löytää Pienen karhun tähtikuvion kirkkaimman tähden, Pohjantähden.

Tähtitaivas näyttää pyörivän yön mittaan Pohjantähden ympäri. Pohjantähden avulla voi suunnistaa, koska se on aina samassa paikassa pohjoisella taivaalla.







# Turvallista koulumatkaa

Kävelevä koulubussi on kimppekyyti ilman autoa. Kun aikuinen kävelee lasten kanssa kouluun, lapset oppivat turvallisen reitin ja autoliikenne koulujen läheisyydessä vähenee.

”Ekaluokkalainen ei opi kulkemaan koulumatkaa päivässä tai kahdessa. Se vaatii paljon harjoittelua ja yksityiskohtaisia ohjeita reitin varrella”, Liikenneturvan suunnittelija **Laura Loikkanen** sanoo.

Liikenneturva rohkaisee samalla alueella asuvien lasten vanhempia saattamaan lapset kouluun vuorotellen. ”Kävelevä koulubussi” noutaa lapset kouluun ennalta sovittujen reitien, aikataulujen ja pysäkkien mukaan.

”Ekaluokkalaisten turvallisuus lisääntyy, kun heidän ei tarvitse kävellä koulumatkaa yksin, vaan mukana on aikuisia neuvomassa. Samalla lasten vanhemmat oppivat tuntemaan toisensa.”

Autoilua on hyvä välttää koulun ympäristössä. Näin koulureitti pysyy turvallisena.

”Lapselle kannattaa opettaa turvallisista kävelyreiteistä kouluun. Lapsen liikennetaidot eivät kehity auton takapenkillä”, Loikkanen muistuttaa.

## Hyvä alku koulutielle

Tänä syksynä koulutiensä aloittaa yli 58 000 lasta. MLL lahjoittaa uusille koululaisille Hyvä alku koulutielle -pussit. Niiden sisällä on vanhemmille tietoa koulun aloituksesta ja pienen koululaisen opastamisesta. S-ryhmä tukee kampanjaa.

## Puhelinkulut kuriin

Koululaisen puhelinlaskua on helppo hallita valmiiksi maksetulla prepaid-liittymällä. Saunalahti Prepaid -puheaikaa voi ladata kauppareisun yhteydessä Alepoissa, Prismoissa, S-marketeissa ja Saleissa. ABC-liikennemyymälöistä voi lisäksi ostaa 10 ja 20 euron latausseteleitä.

SAULI PALMU



## Kova hinku skoleen

”Meikäläisen ei oo tarviinnu hirveesti hengata missä mihi ei sporal pääsis. Mut snadina kesikset oli vähä eri juttu. Pakattii koko kööri fiudeen ja tsombattii landelle. Viimeset kilsat viel botskil päälle. Siel sit budjattii pienes tönös koko kesis ja nysvättii kaikenlaist heinähattuhommaa ajan tappamiseksi.

Kyl se otti koville pitää faasaadii yllä ku fillari vaihtu rutsariksi. Mut ei siin auttanu ku stikkaa airoo pelii, et pääs jonneki. Lähin kaveri budjas lahen toisel puolel.

Et elokuun lopul hinku oli kyl kova päästä takas skoleen treffaa kaverit. Siin me sit vertailtii, kuka oli kärsiny enite. Ja skoleki tuntu jotenki ihan kliffalt. Et ku nyt pidetää metelii, et kaverit kiusaa skoles, nii kelatkaa vähä, ku oma mutsi ja faija järkkää sut tällasee keskitysleirii.”

- B. WISSER

**OIKAISU:** Toukokuun lehden ekologista mökkeilyä käsittelevässä jutussa ”Ympäristön ehdoilla” mainittiin, että jätemaksua ei tarvitse maksaa, jos vie itse roskat pois. Jätemaksukäytäntö vaihtelee kunnittain, ja maksun perusteet tulee aina tarkistaa omasta mökkikunnasta. Pahoittelemme virhettä.



SOK

## Uunituore juustokakku

”Onhan omin käsin tehty aina paljon parempi”, Amarillo Flamingon keittömestari **Mika Karonen** toteaa.

Hän on ollut mukana kehittämässä ketjun uusinta jälkiruokaa, Amarillo Cheesecakea, joka on paikan päällä leivottu amerikkalais-tyyppinen juustokakku.

Murotaikinapohjaan valmistettu, tuorejuustoa ja ranskankermaa sisältävä juustokakku saa hapokkuutta limettimehusta.

”Kakku ei ole äkkimakea, kuten muut juustokakut usein ovat. Se tarjoillaan itse tehdyn kirsikkakompotin kanssa, joka on annoksen makein ainesosa”, Karonen kertoo.

Kirsikkakompotti valmistetaan keittämällä kokonaisia kirsikoita lie-  
messä, joka sisältää jauhettua bourbon-vaniljaa. Juustokakun voi halutessaan tilata myös mansikkamelballa.



ISÄ JA TYTÄR KANANMUNAHYLLYLLÄ

”Isi, mitä ne on?”

”Jättiläiskanamunia”

”Kuinka suuria ne on?”

”No juurihan sinä näit ne.”

”Eikun ne jättiläiskanat!”

Lähtettänyt Tuomo Ylöjärveltä



## Työskentelemme viitenä päivänä viikossa

Totuus: Viisipäiväinen työviikko on Suomessa yleisin, mutta vain puolet työllisistä työskentelee viitenä päivänä viikossa. Esimerkiksi yrittäjien työviikko on palkansaajia useammin yli viisipäiväinen. Heistä vajaa kolmannes työskentelee kaikkina viikonpäivinä.

Lähde: Tilastokeskus

## Liikuntakenttiä koululaisille

S-ryhmä ja Suomen Palloliitto rakennuttavat yhteistyössä kuntien kanssa alakoulujen pihoiille monitoimikenttiä, joilla voi pelata erilaisia pallopelejä. Ässäkenttä koostuu on noin 250 neliömetrin aidatusta tekonurmesta, pienistä jalkapallo-maaleista, lentopallotolpista ja koripallokorista.

Yhteistyön tavoitteena on kannustaa lapsia ja nuoria liikkumaan enemmän. Kentät ovat ahkerassa käytössä liikuntatunneilla, välitunneilla ja kouluajan ulkopuolella. Ässäkenttiä on rakennettu ympäri Suomea yhteensä 31 kappaletta, ja tänä vuonna niitä avataan viisi lisää. Tarkoituksena on pystyttää yhteensä sata kenttää. Mäntsäläläisen Hyökännummen koulun Ässäkenttä valmistui kolme vuotta sitten.

”Se on ehdottomasti lisännyt välituntiliikuntaa. Oppilaat käyttävät kenttää niin innokkaasti, että olemme joutuneet laatimaan vuorolistan luokit-  
tain, jotta kaikki pääsevät tasapuolisesti pelaamaan”, koulun rehtori **Hanna Oresmaa** kertoo.

Kunnat ja koulut voivat hakea ensi vuonna rakennettavia Ässäkenttiä elokuun alusta lähtien Suomen Palloliiton kautta. Hankintahinta on 25 500 euroa, josta alueosuuskaupan avustus kattaa 10 000 euroa.

Lisätietoa: [www.palloliitto.fi](http://www.palloliitto.fi)



IDA NISONEN



## HYVÄ TIETÄÄ

### Energian- SÄÄSTÖVINKIT kotiin 1/5

Alan asiantuntijat kertovat, miten voit helposti säästää energiaa kodin eri tiloissa.

## Säästä sähköä keittiössä

### Tarkkaile kylmälaitteiden lämpötiloja

- Kylmälaitteet kuluttavat eniten sähköä keittiössä, joten ne on hyvä säätää oikein.
- Jääkaapin ihannelämpötila on noin viisi ja pakastimen -18 celsiusastetta. Jokainen ylimääräinen aste lisää kulutusta viisi prosenttia.
- Muista jättää jääkaapin yläpuolelle 5-10 senttiä ilmankiertotilaa, muuten energiankulutus kasvaa 2-3-kertaiseksi.



### Hyödynnä uunin jälkilämpö

- Kokkaa kerralla monen päivän tarpeen ja käytä hyväksesi uunin jälkilämpö.
- Kiertoilmauunissa riittää 15-20 astetta matalampi paistolämpötila, ja uuniin mahtuu useita pellillisiä kerrallaan.
- Älä laita kattilaa liian suurelle keittolevyille ja käytä kattilassa kantta.

- Induktioliesi on ekotehokkain, mutta kallein liesityyppi.

### Pese täysiä koneellisia

- Astianpesukone kuluttaa useimmiten vähemmän vettä kuin käsinpesu.
- Pese täysiä koneellisia ja suosi lyhyitä ohjelmia.

### Käytä mikroa ja vedenkeitintä

- Pieniä ruoka-annoksia lämmittäessä mikroaaltouuni kuluttaa uunin ja liettä vähemmän sähköä.
- Vedenkeitintä kannattaa käyttää pienten vesimäärien kiehauttamiseen.

Lähde: Asiantuntija Elina Ovaskainen Motivasta

KYSYIMME  
lukijoilta

### Liikunta- harrastukset TOP 5

# 86 %

7-29-vuotiaista kertoo  
harrastavansa liikuntaa.

Tytöt	Pojat
1. Lenkkeily	1. Kuntosali
2. Kuntosali	2. Jalkapallo
3. Kävely	3. Salibandy
4. Pyöräily	4. Pyöräily
5. Ratsastus	5. Lenkkeily

Lähde: Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus



JOHANNA ISSAKAINEN

Juttusarjassa tutustutaan eri elämäntilanteissa oleviin Yhteishyvän lukijoihin. Vinkkaa kiinnostavasta henkilöstä osoitteeseen yhteishyva@alma360.fi.

### Heidi Nyttäjä, 45, Espoo

”Työskentelin parikymmentä vuotta elektroniikka-alalla, ja vuonna 2008 jäin vanhempainvapaalle valmistuspäällikön tehtävistä. Elektroniikka-alalla oli ollut pitkään tuulista. Se laitto mieltämään muutosta.

Kypsyttelin päätöstä jonkin aikaa, kunnes vaihdoin rohkeasti alaa. Puutarha-ala oli kiinnostanut jo kouluajoista alkaen, ja löysin itselleni sopivan koulutusohjelman aikuisopistosta. Valmistuin viherrakentamisaikana muutama vuosi myöhemmin.

Nyt minulla on oma viherrakentamisan yritys. Rakennan asiakkaille pihoja. Yrittäjyys sopii minulle erinomaisesti hyvin. Työtä on valtavasti, mutta yrittäjänä se tuntuu pelkästään hyvältä.”



## Helsingin juhlaviikkojen aakkoset

Helsingiläisten festivaalien suurin, tunnetuin ja vanhin, Helsingin juhlaviikot, järjestetään tänäkin vuonna perinteisesti elo-syyskuun vaihteessa. Tapahtuman historia yltää vuoteen 1951 ja tuoloin perustettuihin Sibeliuss- viikkoihin. Tänä vuonna HOK-Elannon Kulttuurin aakkoset johdattavat yleisön juhlaviikkojen monipuoliseen ohjelmistoon, josta löytyy tarjontaa aina abstraktista taiteesta Viaporin Jazziin.

Ennen festivaaleja kulttuuritietoutta voi testata tapahtuman sivuilla: [www.helsinginjuhlaviikot.fi/aakkoset](http://www.helsinginjuhlaviikot.fi/aakkoset).



E niin kuin ethio-jazz. Ester Rada Huvila-teltassa perjantaina 15.8. kello 19.00.

Kilpailussa pääsee vastaamaan muun muassa kysymykseen: Millä nimellä muusikko **Mika Tuokkola** tunnetaan paremmin? Kaikkien vastaajien kesken arvotaan 250 euron lahjakortti HOK-elannon ravintolaan ja lippuja juhlaviikoille.

## Suosituin surukukka on ruusu

Suomalaiset luottavat hautajaiskukisakin ruusun voimaan. HOK-Elannon hautauspalvelu myy vuosittain kymmeniä tuhansia ruusuja surukukaksi hautajaisiin.

Muita yleisimmin käytettyjä surukukkia ovat kotimaiset valkokiikset ja siniset iirikset ja ritarinkannukset. Väreistä suosituimpia ovat punainen, joka symboloi rakkautta, sekä valkoi-

nen ja sininen, jotka kuvastavat suomalaisuutta ja isänmaallisuutta.

"Kukat ovat tärkeä osa hautajaisia. Suruvihko valitaan usein sen perusteella, mistä asiakas itse pitää tai mitkä ovat olleet vainajan suosikkikukkia. Asiakkaat miettivät hyvin tarkkaan, mitä kukkia haluavat", sanoo **Iina Lehtinen** HOK-Elannon hautauspalvelun Hakaniemen toimistosta.

## Mitä uutta tarvitaan, kun kouluvuosi alkaa?

Haastattelut tehtiin Kaupakeskus Kaaressa.



**Miia Saarelainen, 36, Helsinki**  
"Tyttäreni menee ensimmäiselle luokalle. Varmasti ainakin uusi reppu, penaaali, kyniä ja muita koulutarvikkeita tulee hankittua."



**Piritta, 39, Lohja**  
"Yhdeksänvuotias tyttäreni aloittaa neljännen luokan. Hän tarvitsee ainakin uuden repun ja penaaalin uuden kouluvuoden alkaessa."



**Marko, Pinja, 11 ja Pihla, 9, Heintsola, Helsinki**  
"Kouluun tarvitsemme ehdottomasti uusia kyniä, kumeja, penaalit ja koulureput", Pinja ja Pihla ilmoittavat.

## Taide täyttää jälleen kapakat

Helsingin Juhlaviikkojen yhteistyöfestivaali Art goes Kapakka puhalttaa jälleen henkeä Helsinkiin, kun monipuolinen taiteilijajoukko jalkautuu kaupungin kiinnostavimpiin ravintoloihin 14.-23.8.



Vuosisadan rakkauslaulun loivat Johannes Salomaa, Anne Nielsen ja Monna Relander.

Esimerkiksi keskiviikkona 20.8. kello 20 alkaen Kappelin kahvilassa pääsee nauttimaan Teatteri Vantaan taidonnäytteestä *Vuosisadan rakkauslaulu*. Musiikkiesitys pohjautuu **Märta Tikkasen** häkellyttävän henkilökohotaiseen ja tunnettuun runoteokseen *Vuosisadan rakkaustarina*. Esityksen runoissa ja **Toni Edelmanin** säveltämissä lauluissa liikutaan ihmiselon syvimmissä tunteissa.

Lisätietoja: [www.artgoeskapakka.fi](http://www.artgoeskapakka.fi)

## MENOVINKIT

**KAPPELISSA** kesän kulttuuritarjonta kiihtyy syksyn myötä. Odotettu Tiffans ry:n 20-vuotisjuhlanäyttely saa arvoisensa raamit Espan helmessä 10.8.-7.9., kun noin sadan ammattilaisen ja harrastelijan teke-mät lasityöt asetetaan näytille. Vapaa pääsy. Lisätietoja [www.tiffans.fi](http://www.tiffans.fi).

**VLTAVASSA** jatkuu keskiviikkoisin suosittu Muzika Vitava. Esiintyjälistalla on uusia nimiä: 14.8. Sallad Band ja 27.8. Howlin' Duo. Maanantait pyhitetään visailuille. Mukaan voi tulla 1-5 henkilön joukkueella. Voittajajoukkue pääsee edustamaan Vltavaa visojen SM-finaaliin, jonka pääpalkintona 2 000 euron arvoinen lomamatka.

**CHICO'S JUMBO, SELLO JA ISO OMENA** huomioivat elokuussa erityisesti lapsiperheitä. Maanantaista torstaihin kello 14-17 on osassa muksujen annoksista reilut alennukset.

**VIRGIN OILISSA** elokuva päättää clubin kesätauon. Lauantaina 2.8. lavalle nousevat Rytmihäiriö, Cantilena (EST) sekä Jumalation. Tästä viikon päästä 8.8. Psychobilly Night Out: Nekromantix (USA/DEN), Rejected ja Relentless. 16.8. Rockabilly Heavyweight Tournament vol. 5.





TEKSTI HANNA MOILANEN  
KUVAT IDA NISONEN

# SUO IHOLLA ja saappaiden alla

Kiehtova ja pelottava suo on aina ollut osa suomalaista sielunmaisemaa. Suolle mennään marjastamaan, rauhoittumaan ja urheilemaan. Myös turvehoidot ovat kasvattaneet suosiotaan.



”Olen aina rakastanut suon voimaa ja sen omalaatuista tuoksua.”

Karpalon sirot varvut suikertavat maata pitkin. Sammaleen, turpeen ja suopur-sun tuoksut sekoittuvat toisiinsa. Kun saapas irtoaa mättään imusta, kuuluu moiskaus. Teeri kahahtaa lentoon varvi-kosta. Jossain kauempana huutaa kurki.

Pieksämäen seudulla ei voi kulkea kovin kauas törmäämättä suohon. Sama pätee muuallakin Suo-messa. Meillä on maailman soisin maa pinta-alaan suhteutettuna. Yhteensä suota on noin yhdeksän miljoonaa hehtaaria eli lähes kolmasosa Suomen maa-alasta.

Aiemmin soita oli vieläkin enemmän. Ei ihme, että varhaiset kielitieteilijät arvioivat Suomen saaneen nimensä niiden mukaan. Suo-maa, fen-land. Uudempi tutkimus kiistää väitteen nimen alkuperästä. Silti suot ovat suomalaisille edelleen tärkeitä.

Suomalaisten suhde soihin on aina ollut monija-koinen. Se näkyy niin *Yhteishyvän* lukijoiden suo-muistoissa kuin kansantaruissakin. Yhtäältä suo on marja- ja metsästysmaasto. Sinne mennään retkei-lemään ja nauttimaan rauhoittavasta tunnelmasta.



Turpe on yksi suon lahjoista. Se on muodostunut kuolleista suokasveista maatumalla hyvin kosteissa olosuhteissa.



”Olen city-tyttö, ja joudun ostamaan suon antimia kaupoista.”



”Suo herättää minussa suojelemisen halua.”

- Soita pidetään hieman mystisinä paikkoina, joissa voi kokea vahvoja luontoelämyksiä. Toisaalta suohon uppoamista ja eksymistä pelätään.

”Soihin liittyy paljon uskomuksia ja tarinoita. *Kalevalassa* Väinämöinen lauloi Joukahaisen suohon. Joissain muissa maissa suolle on karkotettu ihmisiä kuolemaan”, geologi ja Suoseuran puheenjohtaja **Riitta Korhonen** kuvailee.

Esimerkiksi Varsinais-Suomessa on kerrottu tarinaa isän haamusta, joka etsiskelee Kurjenrahkan suoalueella kadonnutta poikaansa. Kertomuksissa on muisteltu piikatyttöjä, jotka hukuttautuivat suon-silmään, kun huomasivat olevansa ras-kaana.

Tarinoita on kerrottu myös soilla nähdystä valoilmioista, joita on kutsuttu virvatuliksi ja aarnivalkeiksi. Outojen valojen uskottiin näyttävän tietä kätkeytyjen aarteiden jäljille. Toisissa taruissa tulet houkuttelivat ihmisiä eksyksiin. Koettuja valoilmiöitä on myöhemmin selitetty suokaasujen tai fosforipitoisen lahoppuun aiheuttamiksi.

Toisaalta kertomuksista nousee kuva ahkerista suomalaisista, jotka kamppailevat karun luonnon kanssa. Runossa leipään laitetaan puolet petäjäistä, koska suolta nouseva halla on paelluttanut viljan. *Täällä Pohjantähden alla* -sarjassa Jussi raivaa kuokallaan suota torppansa viljelysmaaksi.

**Suot hyötykäytössä.** Uusia soita syntyy kolmella tavalla. Vesistö voi kasvaa umpeen suoksi. Metsä-

maa voi soistua. Lisäksi esimerkiksi rannikolla maaperä saattaa soistua sitä mukaan, kun uutta maata nousee merestä.

Soiden yleisyys Suomessa johtuu kosteasta ja viileästä ilmastosta. Vettä sataa enemmän kuin sitä ehtii haihtua. Tällaisissa kosteissa olosuhteissa syntyy myös soiden tyypillinen maalaji, turve. Kuolleet suokasvit maatuvat hitaasti eivätkä hajoa kunnolla. Näin maan turvekerros kasvaa pikkuhiljaa.

Aikanaan suot olivat osa erämaata, jossa metsästettiin ja marjastettiin. Soilta niitettiin heinää karjan rehuksi. Turvetta nostettiin kuivumaan, ja sitä käytettiin navetoissa karjan kuivikkeena.

Soita myös kuivattiin pelloiksi jo keskiajalla ja erityisesti 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa.

1960–70-luvuilla puolet silloisista soista ojitettiin metsänkasvatukseen valtion päätöksillä. Nykyisin soista noin 12 prosenttia on suojeltuja ja sen lisäksi 33 prosenttia soista on luonnontilassa tai ainakin ojittamattomia.

Suot ja suopohjaiset metsät ovat edelleen merkittäviä marjastus- ja sienestysmaastoja. Kesällä niiltä poimitaan etenkin lakkoja, syystalvella karpaloita. Joskus suolta voi löytää keväälläkin, lumien sulamisen jälkeen kirpeitä karpaloita.

Osa soiden hyötykäyttöä on turpeen nostaminen energiakäyttöön, vaikka turpeen polton ilmasto-vaikutuksista käydäänkin vilkasta keskustelua. ●●●

### Lukijoiden suosituimmat suomarjat top 3

1. lakka
2. karpalo
3. juolukka



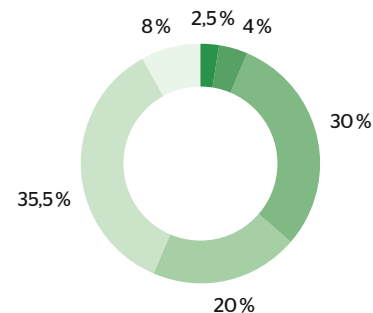
”Kun hiihtää suolla talviaikaan, voi päästä etelässäkin lähelle pohjoisen tunnelmaa.”

## Suo herättää ristiriitaisia tunteita

*Yhteishyvän* lukijat kertovat käyvänsä suolla marjastamassa lakkoja ja karpaloita, patikoimassa, valokuvaamassa luontoa tai ihan muuten vaan. Lapsuuden suomistot elävät monella vielä vahvana mielessä.

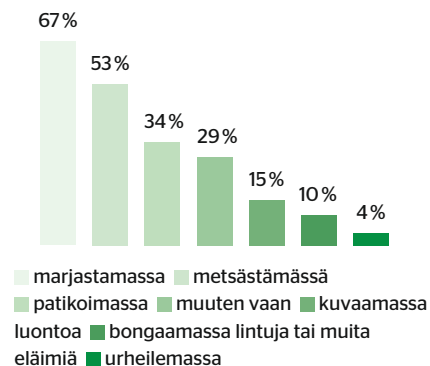
Pienemmät ja suuremmat kokemukset suolle uppoamisesta ovat jättäneet toisille vahvan pelon eikä soille uskalleta enää mennä. Toisille ne ovat jännittäviä muistoja, jotka eivät ole vieneet retkeilyn ja marjastuksen iloa.

### Kuinka usein käyt suolla?



■ viikoittain ■ kuukausittain ■ joitakin kertoja vuodessa ■ vuosittain ■ harvemmin ■ en koskaan

### Mistä syystä käyt suolla?



Karu suomalaisema kutsuu retkeilemään ja marjastamaan.

## ”Armeijassa vedimme kuiville yhden epäonnisen, joka upposi suonsilmään.”

- Energiantuotannossa on tällä hetkellä suunniteltu prosentti kaikista Suomen soista, ja yhteensä yli 750 000 suomalaisen koti lämpimää jyrsin- tai palaturpeella. Lisäksi noin 10 000 ihmistä saa elantonsa turpeesta suoraan tai välillisesti.

”Soita ja turvetta riittää kaikille ja kaikkiin tarkoituksiin. Suot eivät lopu, vaan uutta turvetta ja suoalaa syntyy jatkuvasti”, Korhonen huomauttaa.

**Terveyttä turpeesta.** Lämmin turveseos painautuu käsivarsiin ja kasvoille kuin toinen iho. Riitta Korhonen on peittänyt saunan lauteet pyyhkeillä ja liinoilla Helsingin Viikissä. Turvenaamio irtaota kehosta pesemällä, mutta lauteisiin se saattaa jättää pysyviä jälkiä.

”Keski-Euroopassa turvetta on käytetty terveyskylpylöissä yli 200 vuoden ajan. Suomessa me vasta opettelemme turpeen terveyskäyttöä”, Korhonen kertoo.

Kokovartalohoidossa turvetta sivellään paksu kerros iholle, ja se saa vaikuttaa noin 20 minuuttia. Hoitoa voi kokeilla myös pienemmässä mitta-kaavassa kasvonaamiona, pelkästään hartioille tai käsi- ja jalkahoitona.

Turvenaamiot ja -pesuaineet ovat nekin suon lahjoja. Turvenaamio tai -kylpy on samalla syvä-lämpöhoitoa. Lämpö siirtyy turpeesta kehoon, ja verenkierto vilkastuu. Turpeen myös uskotaan imevän kehosta kuona-aineita.

”Kylpyturpeen tulee olla hyvin maatunutta. Se on sataprosenttinen luonnontuote, johon ei lisätä mitään eikä oteta mitään pois”, Korhonen sanoo.

Turpeen terveysvaikutuksista on olemassa toistaiseksi lähinnä kokemusperäistä tietoa. Turvetta on vuosien saatossa käytetty erityisesti reuman hoidossa. Lisäksi sen on huomattu nopeuttavan urheilijoiden lihasten palautumista. Tieteellistä tutkimustietoa turpeen terveysvaikutuksista on vasta hyvin vähän.

### Rentoja urheiluelämyksiä.

Yhtenäisiin asuihin sonnustautunut joukkue tallaa suolla. Lentopallo lentää verkon yli ja palaa kohta takaisin. Yksi pelaajista horjahtaa. Näissä kisoissa hyvä fiilis on tärkeämpää kuin tyyli puhdas urheilusuoritus. Suolentopallon kisat Itä-Suomessa Haukivuorella ovat yksi esimerkki siitä, miten ennen uhkaavana pidetystä



Turvesaunassa käyminen rentouttaa. Lauteet kannattaa suojata pyyhkeillä, ettei turve jätä niihin jälkiä.

## ”Suo herättää pelonsekaisia tunteita. Yksin en mene suolle.”

suosta on tullut jopa hilpeän ajanvieton näyttämö. Suo innostaa lentopaloilijoiden lisäksi sählyn- ja jalkapallon pelaajia. Suosählyn ensimmäiset SM-kisat käytiin Leivonmäellä vuonna 1999 ja suopotkupallon MM-kisat kisataan vuosittain Hyrynsalmella.

Turve-elämyksiä on myös alettu hyödyntää eksoottisen suomatkailun osana. Miltä kuulostaa kävely pitkospuita pitkin savusaunalle ja pulahdus löylyjen lomassa suon silmäkkeeseen uimaan? Entäpä opastettu marjaretki suomalaisessa suomaismassa? •



# Maakrapu ja meri

Ystäväni nimitteli minua maakravuksi, kun hän nuorena naisena seilasi ruotsin-laivalla siivojana ja lähetteli postikortteja. Hyväksyin lempinimen, koska tottahan se oli.

Hän vei esikoisvauvansa melkeinpä suoraan laitokselta dzonkkiin purjehtimaan. Vastasyntynyt viihtyi merellä hyvin. Näin tuore äiti kertoi uuden perheen seilausloman jälkeen. Olihan piltti tottunut kellumaan lapsivedessä. Heijaus vain jatkui kotimeren suuremmassa sylissä.

Toiset meistä ovat luotuja purjehtimaan, toiset vilkuttamaan rannalla. Rakastan ja kunnioitan merta, mutta viihdyn paremmin maissa kuin arvaamattomassa aallokossa ahtaassa purressa.

Olen purjehtinut vain yhden kerran. Se oli viikon mittainen taidekoulun matka Ahvenmaalle viisitoistakesäisenä.

Toimin koululaivaksi muutetun Astrid-jaalan apukokkina. Kuorin ja pilkoin perunoita ja porkkanoita makkarasoppaan keinuvan laivan ruumassa. Ilman sitä reissua en tietäisi mitään ihanasta saaristostamme.

Vanhat purjelaivat lipuvat kauniina ja ylväinä maisemassa. Ulapalla luovii parvi valkopurjeisia pikkujollia. Ihailen risteilyaluksia, hinaajia ja paatteja, joista Helsingin edusta täyttyy tähän aikaan vuodesta. Mihin kaikkialle ne matkaavatkaan. Merelle katselu rauhoittaa ja laittaa meditoimaan. Kaukokaipuu saattaa iskeä.

Meri vaihtaa väriä harmaasta tummansiniseen tai oliivinvihreään. Taivas määrää meren värin. Välillä meri täyttyy välkkeestä ja välillä uhkasta. Se myrskyää, se tyyntyy. Läheltä katsottuna kotimeri näyttää likaiselta, roskat ja levät pilaavat veden. Uimakielto uhkaa helteen hellimiä. Ihmisen toiminta turmelee veden ja rannat. Vain ihminen voi tapansa parantaa ja pelastaa ne.

On hyvä antaa katseen surffata kauas sinne, missä taivas ja meri yhtyvät kaarevaksi viivaksi. Se lepuuttaa silmälihaksia, jotka kramppaavat tablettien ja ruutujen tiirailusta. Suomenlahden aukeilta rannoilta nähtynä horisontti lepää kaukaisuudessa ja kätkee taakseen toiset rannat, toiset valtiot.

Silloin kun M/S Estonia upposi, murehdin, etten koskaan enää voisi katsoa Itämerta syyttämättä sitä 852 ihmisen kuolemasta. Merenkäynti vaatii uhrinsa. Kun oma tarinani päättyy, haluan tulla ripotelluksi Harmajan majakan edustalle. Siellä on tarpeeksi aavaa ja kyllä sinne yksi maakrapukin mahtuu.

Kati Tervo on helsinkiläiskirjailija, joka rakastaa arkea, hullaantuu väreistä, innoittuu muistoista ja koti-illoista.







# Takaisin kouluun!

Ensimmäiseen koulupäivään pukeudutaan rennosti, mutta tyylikäästi. Värikkäät kuosit ja hauskat printit ovat tämän syksyn juttu.

KUVAT KREETTA JÄRVENPÄÄ  
MEIKKI JA HIUKSET KAISA RINNE



**VASEMMALLA** Iso kirjoitussetti, 9,95 €. 5-osainen kirjoitussetti, 4,95 €. Kirja, 14,95 €. Jättipenaali, 8,95 €. Geelikynät, 3,95 €/4 kpl. Lukollinen päiväkirja, 4,95 €. Kaikki tuotteet One Direction -sarjaa. Prismat.

**VIEREISELLÄ SIVULLA** Pojan flanellipaita, 19,95 €. T-paita, 9,95 €. Farkut, 19,95 €. Glup. Prismat ja Sokokset. Reppu, 24,95 €. X'Force. Prismat. Tytön neulepusero, 19,95 €. Glup. Prismat ja suurimmat Sokokset. Toppi, 5,95 €. Glup. Suurimmat Prismat ja Sokokset. Myös korallinvärisenä ja valkoisena. Denim-leggingsit, 19,95 €. Glup. Prismat ja Sokokset. Laukku, 19,95 €. Prismat. Kengät kuvausrekvisiittaa. Laajempi reppuvalikoima löytyy sivulta 24.

”Opiskelu sujuu kuin tanssi, kun koulutarvikkeita kuvittaa suosikkipoikabändi.



Pojan trikoopusero, 12,95 €. Pojan twill-housut, 17,95 €. Vain mustana. Tytön trikootunika, 16,95 €. Tytön twill-leggingsit, 19,95 €. Glup. Prismat ja Sokokset. Läppälaukku, 19,95 €. Prismat. Kengät kuvausrekvisiittaa.



Lasten nilkkasukat tytöille ja pojille, pakkauksessa seitsemän paria, 9,95 €. House. Prismat ja Sokokset.

”Sujauta kynät ja kumit lempijoukkueesi logolla varustettuun penaaliin.



Kirjoitusvälinesetit, 4,50 €/kpl, Talvisaappaan mallinen penaali, 6,95 €. Eastpak-penaali, 9,95 €. Muistivihko, 4,95 €. Prismat.



Täytetty jalkapallopenaali, 12,95 €. Mukana tulee erilaisia koulu-tarvikkeita. Jalkapallokengän muotoinen penaali, 8,95 €. Prismat.



” Iltapäiväkerhoon  
vaihdetaan rennot  
tennarit ja collegepuku.



Tytön collegetakki, 29,95 €.  
T-paita, 12,95 €. Collegehousut,  
14,95 €. Beavers. Prisma.  
Pojan collegetakki, 29,95 €.  
T-paita, 12,95 €. Collegehousut,  
14,95 €. Beavers. Prisma.  
Kengät kuvausrekvisiittaa.



# REPPU SELÄSSÄ KOULUTIELLE

Tilavaan reppuun mahtuvat koulukirjojen lisäksi harrastusvälineet. Tukeva ja oikein säädetty reppu pitää koululaisen selän terveenä.



**NEO-REPPU** soveltuu kouluun ja vapaa-aikaan. Repussa on useita taskuja. Myös limenä. 24,90 €. Catmandoo. Sokokset.

**REPUSSA** on vetoketjullinen etutasku sekä sivutasku juomapullolle. Kangas hylkii vettä ja kestää kulutusta. 24,95 €. X-Force. Prismat.

**REPPU** sopii erinomaisesti isommallekin koululaiselle. Tilavan repun olkahihnat ovat tukevat ja säädettävät. 19,95 €. House. Prismat.

**REPPU** on kestävä ruutu-kuvioista kangasta. Siinä on useita erikokoisia taskuja koulutarvikkeille. 19,95 €. House. Prismat.



**DUEL 26L -REPUSSA** on kiinnikkeet skeittilautaa varten. Repusta löytyy myös erillinen topattu tasku 15-tuumaiselle tabletille. 69,95 €. Dakine. Prismat.



**BUZZ-REPUSSA** on tilavat sivutaskut esimerkiksi juomapullolle sekä pehmusetut ja säädettävät olkahihnat. Myös sinisenä. 29,95 €. Puma. Prismat.



**TREBBLE YELL -REPUSSA** on pehmeät kantohihnat, kiinnikkeet skeittilaudalle ja tasku kannettavalle tietokoneelle. Myös vihreä-harmaana. 49,95 €. Burton. Prismat.



**KILO 27L -REPPU** on kulu- tusta kestävä materiaalia. Siinä on erillinen tietokone- ja iPad-tasku sekä skeittilautakiinnikkeet. 69,90 €. Burton Sokokset.

”Urheilullisissa repuissa kulkee mukana skeittilauta ja tietokone.

Katso vinkit sopivan repun löytämiseen reppujen ostajan oppaasta.



yhteishyvä.fi







TEKSTI SOLJA VIRKKUNEN KUVAT SAKARI PIIPPO

# Klassikko jo syntyessään

Leivinuunit ja puusaavit ovat vaihtuneet huippuhygieeniseen nykytekniikkaan. Silti Uotilan perunalimppu maistuu tismalleen samalta kuin 73 vuotta sitten.

leipomossa leijuu makean maltainen ja tukevan rukiinen tuoksu. Huoneen perimmäisessä nurkassa **Maiju Heinonen** on kumartunut kyynärpäitään myöten ison rosteriastian ylle, jonka reunoja hän kaapii puhtaaksi. Jättimäisessä kulhossa lepää 200 kiloa vaaleanruskeaa perunalimpputaikinaa.

Heinosen herätyskello on soinnut aamuyöllä viisi minuuttia yli kolme, kuten se on tehnyt jokaisena arki-aamuna viimeiset 28 vuotta. Niin kauan Heinonen on työskennellyt Uotilan leipomossa Pälkäneellä.

”Koskaan ei ole tehnyt tiukkaa herätä aikaisin!” Heinonen sanoo.

Kellon näyttäessä yhdeksää on Heinosen työpäivästä jo puolet ohi. Kun muut leivät on leivottu, on viimeisen tuotteen, Aidon Pälkäneen perunalimpun, vuoro.

## Isoäidin reseptillä

Perunalimput ovat saaneet alkunsa jo edellisenä aamuna, kun hattulalaiset perunat on keitetty ja murskattu. Kone on annostellut joukkoon vettä ja jauhoja ja laskenut lämpötilan juuri sopivaksi, jotta taikinajuuri alkaa imeltyä – samaan tapaan kuin hämäläinen perunalaatikko.

”Nykytekniikasta huolimatta tekovaiheet ovat samat kuin ennen vanhaan, kun mummoni leipoi leivät puusaavissa”, sanoo perheyrittäjän toimitusjohtaja **Harri Uotila**.

Uotilan isoäiti **Hilma** paistoi ensimmäiset perunalimput myyntiin Tampereen Tammelantorille sodan jälkeen vuonna 1941. Alkujaan yksi perunalimppu painoi melkein kilon verran ja oli pyöreä, toisin kuin nykyinen puolikiloinen vuokaleipä, joka nousi jo vuosikymmeniä sitten pyöreää limppua suositummaksi.

Nyt limppuja myydään ympäri maata. Yksi asia on kuitenkin pysynyt samana: resepti. Se on tismalleen sama kuin 73 vuotta sitten.

”Tekniikan ansiosta leipomon hygienian on parempi ja leipien onnistumisprosentti korkeampi kuin ennen. Aikoinaan esimerkiksi väärä huoneenlämpö saattoi pilata taikinajuuren, ja lopulta vain parhaat leipäyksilöt päätyivät kauppaan myytäväksi”, Uotila sanoo.

## Veri vetää leipomaan

Hiiop! Maiju Heinonen nojaa taikina-astiaan koko painollaan ja saa monisatakiloisen saavin rullaamaan huoneen halki helpon oloisesti. Seinustalla odottaa saavikaupalla taikinaa, jonka annetaan tekeytyä noin tunnin ajan ennen varsinaista leipomisvaihetta.

Heinonen valmistaa päivittäin noin kuusi jättikulhollista perunalimpputaikinaa. 1 200 taikinakilosta syntyy noin 2 400 leipää. Tekeytymisen jälkeen Heinonen kaataa taikinan







1.



”Nykytekniikasta huolimatta perunalimppun tekovaiheet ovat samat kuin ennen vanhaan.”



2.



3.

**1.** Taikinantekijä Maiju Heinonen kertoo, että ennen 40 kilogramman jauhosäkkejä piti nostella käsivoimin. Nyt työn hoitaa kone. **2.** Leipomotyöntekijä Heikki Sarpilan mukaan Uotilan leipomossa työntekijät huolehtivat tarvittaessa jokaisesta työvaiheesta. **3.** Alkujaan Uotilan perunalimppu oli pyöreä. Nykyään limput myydään viipaloituina.





**4.** Toimitusjohtaja Harri Uotilalle oli pienestä pitäen selvää, että hän jatkaa vanhempiensa ja isovanhempiensa työtä. **5.** Valmiit limput liukuvat varatoimitusjohtaja ja tuotantovastaava Ville Klasilan valvovan silmän ohi.



●●● paloittelulaitteeseen, jonka toisesta päästä tupsahtaa pian ulos tismalleen tasakokoisia ja -muotoisia jauhotettuja taikinakuutioita. Taikinakuutioiden tasaisuutta tarkkailee **Heikki Sarpila**. Hän on leipomotyöntekijä neljännessä polvessa.

”Isän toistuvista pyynnöistä huolimatta”, Sarpila naurahtaa.

Yleensä Sarpila työskentelee pakkaamon puolella, mutta pienessä yrityksessä tehtävät vaihtelevat päivystä toiseen tarpeen mukaan.

Se sopii Sarpilalle mainiosti. Vaihdelun ansiosta työntekijätkään eivät pääse kyllästymään.

### Kuin astronautit työssään

Sarpilan valvovan silmän alla taikinapalat tipahtavat linjastolta vuokiin, jotka kulkeutuvat edelleen nostatushuoneeseen. Huoneessa ei tarvitse olla montaa minuuttia, ennen kuin olo muuttuu tukalaksi. Lämpöä on yli 37 astetta ja kosteutta kuin kovissa löylyissä.

”Kerran jouduin olemaan täällä neljä tuntia, kun vuokia kuljettava linjasto meni rikki. Käänsin laitetta käsin, enkä tiedä, kumpi tuotti enemmän kosteutta – huone vai minä”, muistelee varatoimitusjohtaja ja tuotantovastaava **Ville Klasila**.

Nostatuksen ja paiston jälkeen huuomaavan tuoksuiset limput siirtyvät tuotannon huippuhygieeniseen vaiheeseen. Tulikuumat leivät katoavat linjastoa pitkin suljetun putken uumeniin, minkä jälkeen ne eivät ole missään kosketuksessa tavallisen huoneilman kanssa. Tästä eteenpäin leipomotyö muistuttaa steriiliä sairaalatyöskentelyä.

”Avaruusmeiningiksikin tätä on kuvailtu”, toimitusjohtaja Uotila kertoo.

Eikä luonnehdintaa tarvitse ihmetellä. Lasin takana, kiiltävän puhtaassa tilassa työntekijät liikkuvat kuin astronautit konsanaan. Heidän kokovalkoisista haalareista pilkistävät vain kasvot.

### Ei keinotekoisia aineita

Äärimmäiselle puhtaudelle on selvä syy. Sen ansiosta Uotilan leipomon ei tarvitse käyttää perunalimpuissa tai muissakaan leivissä lainkaan säilöntä- tai lisäaineita.

Suodatettu ilma takaa, että leipiin ei joudu jäähdytyksen, viipaloinnin tai pakkaamisen aikana mitään niihin kuumumatonta, kuten homeita tai hiivoja.

”Suurin riski hygienialle on ihminen”, Uotila sanoo.

Siksi työntekijät vaihtavat vaatteensa kahdesti ennen tuotantotilaan astumista: ensin tavalliseen työasuun ja sitten erikoishaalariin. Haalariin pukeutumisessakin on noudatettava tarkkoja ohjeita. Hupun alle pitää laittaa myssy. Tämän jälkeen työntekijät astuvat kypärät päässä sterilisoivan valaistuksen läpi työpisteilleen.

Kun limput putkahtavat tunnelin toisesta päästä, ne ovat pusseihin pakattuja ja myyntivalmiita.

”Tekeminen on lopulta hyvin yksinkertaista, koska leivomme vain muutamaa eri leipää. Mitä vähemmän tuotteita, sitä paremmin voimme keskittyä niihin”, Harri Uotila toteaa. •





MOCCAMASTER-UUTUUS

*Cup-one*

SINUN KAHVIHETKESI



Matt Black



Cream White



Fresh Green



Orange



Royal Blue

SAATAVILLA PRISMAN  
MYYMÄLÖISTÄ KAUTTA MAAN

**MOCCAMASTER**  
FOR A BETTER CUP OF COFFEE

ECBC-MERKKI TAKAA  
PARHAAN KAHVINAUTINNON







## Piikana kulttuurikodissa

Nuoren piikatyön vaiheista kertova romaanisarja on yltänyt toiseen osaan. Jo ykkösosa sai mainion vastaanoton, ja ihme olisi, jos Idan pestautuminen lapsenpiikaksi Sibeliuksen perheeseen ei kiinnostaisi samalla tapaa. Kurkistus kulttuurisuvun elämään on herkullinen lähtökohta.

Aino Sibelius ja Ida saavat yhtälailla tuta Janne-herran sävellystyön tuskista, taiteellisista voitoista ja viftireissuista eli kansallissäveltäjän juopotteluretkistä Helsingin humuun. Siinä sivussa piikakin varttuu aikuiseksi ja alkaa ottaa vastuuta omasta elämästään.

Kannattaa vilkaista kirjailijan perustamia Facebook-sivuja Syrjästäkatsojan tarinoita -sarjalle. Sieltä löytyy **Enni Mustosen** kirjoitustyössä käyttämiä arkistolähteitä sekä romaanissa esiintyviä historiallisia henkilöitä, paikkoja, tapahtumia ja ilmiöitä. Lukijan halu tietää lisää tyydyttyy oivallisesti. Kirjailijan taidokas fiktio pääsee kiehtovaan lentoon faktojen siivittämänä.

**ENNI MUSTONEN: LAPSENPIIKA**  
368 s. Otava



### Lisää läksyjä!

**TIMO PARVELA: ELLA JA KAVERIT KARKAAVAT KOULUSTA**

Kuv. Mervi Lindman  
120 s. Tammi  
Tokaluokkalaiset siirtyvät yllättäen luokalle kaksi ja puoli A. Kaverukset lähtevät karkumatkalle etsimään koulua, jossa olisi hauskaa.



### Hyvästi Viktor

**MATTI RÖNKÄ: LEVANTIN KY**

248 s. Gummerus  
Kärppä-sarjan päätösosassa menneisyys ei jätä rauhaan. On nuorisojengi, vaaranmakuinen tyttö, myrkyllinen pistos ja jännitys. Pokkari.



### Kauhua nuorille

**SALLY GREEN: PUOLIKSI PAHA**  
Suom. Sari Kumpulainen  
400 s. Gummerus  
Esikoisteos on trilogian avausosa. Ihmisten joukossa elää mustia ja valkoisia noitita. Niiden välillä poika kamppailee selviytyäkseen.



### Hulivilit irti

**TUULA KALLIONIEMI: HÄSSÄKKÄÄ JA HÄTÄHOUSUJA**

Kuv. Jii Roikonen  
96 s. Otava  
Reuhurinteen alakoulussa vietetään työpajaviikkoa. Leipominen ei ole helppo nakki ja taideryhmän performanssi ällistyttää ostarilla.



### Uudet säännöt

**PIPER KERMAN: ORANGE IS THE NEW BLACK**

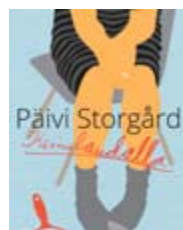
Suom. Oona Timonen  
461 s. Seven  
Hulvaton tositarina – ja tv-sarja – vie amerikkalaiseen naisvankilaan. Uranainen joutuu telkien taakse nuoruuden virheestään. Pokkari.



### Rahaa vai räppiä?

**SINIKKA JA TIINA NOPOLA: RISTO RÄPPÄÄJÄ JA SEVILLAN SAITURI**

Kuv. Christel Rönns  
112 s. Tammi  
Ikääntynyt kroisos haluaa testamentata perintönsä Ristolle. Mies kuitenkin inhoaa räppiä. Miten käy?



**LIIAN LUJAA PÄIVI STORGÅRD: KEINULAUDALLA**

266 s. Schildts & Söderströms  
Teos perustuu kirjailijan omakohtaisiin kokemuksiin kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä. Koskettava fiktio on myös tositarina. Pokkari.



**KULINARIAA RICHARD C. MORAIS: HERKULLINEN ELÄMÄ**

336 s. WSOY  
Kokki Bourdain kehaisi kirjan olevan paras ruokaromaani aikoihin. Saakohan tuleva Spielbergin elokuva veden kielelle? Pokkari.

# Turvallisesti pellolta pöytään

Elintarviketurvallisuuteen kiinnitetään yhä enemmän huomiota EU:n alueella. Suomessa valvontaa ja valistusta tehdään aina maanviljelijöistä kauppaan. Jos virheitä ilmenee, niihin reagoidaan salamannopeasti.

Elintarvikelainsäädännön lähtökohtana on, että kaikki myynnissä olevat elintarvikkeet ovat turvallisista. Kuluttajalle se voi tuntua itsestään selvältä, mutta todellisuudessa turvallisuuden varmistaminen vaatii töitä läpi koko elintarvikeketjun.

Elintarviketurvallisuusvirasto Eviran pääjohtaja **Matti Aho** mukaan kyse on ennen kaikkea alan työntekijöiden osaamisesta.

”Arkijärjellä pärjää todella pitkälle. Kun tuottajalla, jalostajalla ja kauppialla on selvä ymmärrys omasta tekemisestään, on elintarviketurvallisuus yleensä kunossa”, Aho sanoo.

”Elintarvikkeissa ei saa olla biologisia, fysikaalisia tai kemiallisia riskejä. Ne voidaan todeta jälkikäteen tehtävillä tarkastuksilla, mutta silloin on usein jo liian myöhäistä korjata vahinko.”

Ennaltaehkäisevä työ on kaiken A ja O, ja Aho mukaan juuri Eviran rooli neuvovana ja ohjaavana organisaationa on tässä avainasemassa. Lisäksi tarvitaan valmiiden tuotteiden ja tuotantotilojen valvontaa. Siinä Eviran apuna ovat paikalliset elintarvikeviranomaiset sekä tuontiruoan osalta Tullilaboratorio. Valvontaa tehdään elintarvikeketjun kaikissa vaiheissa. Tarvittaessa elintarvikeviranomaisella on valtuudet

pakottaa elintarvikealalla toimiva yritys tai muu toimija muuttamaan tapojaan tai lopettamaan toimintansa, jos virheitä ei muuten saada korjattua.

EU:ssa on yhtenäiset vaatimukset elintarviketurvallisuuden suhteen. Suomalaisten pitää pystyä luottamaan muissa EU-maissa tuotettujen elintarvikkeiden turvallisuuteen, ja samaa pätee toisinpäin.

Vuosina 2002-2013  
Suomessa myönnettiin  
**880 000**  
hygieniapassia.

**16 %**  
suomalaisista on suorittanut  
hygieniapassin.

Vuosittain myönnetään  
**60 000**  
hygieniapassia.

**Omaavalvonta tärkeää.** Vastuu elintarvikkeiden turvallisuudesta on aina alan toimijalla eli tuottajilla, tuotteiden jalostajilla, jakelijoilla ja kaupalla. Laki sanelee vähimmäisvaatimukset, mutta monet toimijat ovat laatineet omia ohjeistuksiaan, jotka ovat usein virallisia ohjeita tarkempia.

”Kyse on hyvin konkreettisista asioista. Pestään kädet, ei tuoda ulkoa likaa tuotantotiloihin, pidetään kuumat elintarvikkeet kuumina ja kylmät kylminä, ei sekoiteta kypsiä ja kypsennättömiä raaka-aineita keskenään, puhdistetaan tuotantotilat

hyvin ja niin edelleen. Nämä ovat hyvin yksinkertaisia asioita, mutta jokaisen alalla toimivan täytyy käydä ohjeet tarkasti läpi ja noudattaa niitä jokapäiväisessä työssään”, Eviran Aho muistuttaa.

Alan omaavalvonnan rooli on suuri. S-ryhmässä vastuu näkyy siten, että jokaisella ruokakaupalla on oma myymäläkohtainen omaavalvontasuunni-



” Suomessa jokaisen elintarvikkeiden parissa työskentelevän henkilön on täytynyt suorittaa lain edellyttämä hygieniapassi.





99 Elintarviketurvallisuutta valvoo Suomessa 725 virkamiestä. Heistä reilut 40 prosenttia työskentelee Evirassa.



- telmansa, jonka mukaan toimitaan. Lisäksi vastuu vaikuttaa esimerkiksi tavarantoimittajien valintaan ja sopimuksiin. Päivittäistavarakaupan tuotelaadun ohjauksen ryhmäpäällikkö **Marjatta Väisänen** kuvaa kauppaan portinvartijaksi, jonka tehtävänä on varmistaa myymälöihin tulevien elintarvikkeiden turvallisuus.

Kotimaista ruokaa on perinteisesti pidetty turvallisempina kuin muualta tuotuja elintarvikkeita. Matti Ahon mukaan uskomuksessa on perää. Jo maantiede osaltaan suojaa Euroopan laidalla olevaa syrjäistä Suomea, ja lisäksi kotimaiset elintarviketut ovat lyhyitä ja nopeita. Mitä pidempi ja monimutkaisempi tuotantoketju, sitä enemmän siinä on kohtia, joissa virheitä voi syntyä.

”Lyhyet ketjut mahdollistavat sen, että ongelmatilanteissa löydämme nopeasti virheen ja voimme yhdessä pohtia, miten se korjataan. Se on pienen maan etu”, Aho sanoo.

**Kuluttajat vaativat vastuullisuutta.** Elintarvikealan toimijan pitää pystyä osoittamaan, mistä raaka-aineet on hankittu ja minne lopputuotteet

## Elintarviketurvallisuus parantunut

- Elintarviketurvallisuus on parantunut Suomessa huomattavasti 25 vuodessa.
- Esimerkiksi vielä 30 vuotta sitten ongelmia aiheutti erityisesti salmonella.
- Uusiksi riskeiksi ovat nousseet ravitsemusongelmat ja erilaiset huijaukset, biologisista riskeistä norovirukset, kampylobakteerit, listeria ja EHEC-bakteeri sekä antimikrobiresistenssin leviäminen.
- EU:n ulkopuolelta Suomeen tulevien kasvi-peräisten elintarvikkeiden valvonta on Tullin vastuulla, eläimistä saatavia tuotteita valvoo Evira.

on viety. Tämän vuoksi ruoan alkuperä on hyvin jäljitettävissä alkutuotantoon saakka. Nykyään yhä useampi suomalainen kiinnittää huomiota ruoan tuotanto-olosuhteisiin ja vaatii ruoka-tuottajilta vastuullisuutta. Kuluttajien vaatimuk-



## Oiva kieli elintarvike- turvallisuudesta

Eviran koordinoima Oiva-raportti kertoo yksinkertaisilla symboleilla, onko kaupan, kioskin, ravintolan, kahvilan tai muun ruokapaikan elintarvike-turvallisuus kunnossa. Jos Oiva-naama hymyilee, asiat ovat hyvin. Jos naama on vakava tai yrmeä, toiminnassa on korjattavaa.

Oiva-arvosanat perustuvat kuntien viranomaisten tekemiin normaleihin tarkastuksiin. Valvontakäynnit tehdään pistokoemaisesti ennalta varoittamatta. Tarkastukset tehdään samalla tavalla koko maassa.

Oiva-raporttien julkaiseminen alkoi keväällä 2013, joten kaikkia tarkastusten piiriin kuuluvia kauppiaa ja ruokapaikkoja ei ole vielä ehditty tarkastaa. Ensi vuonna Oiva laajenee koskemaan kaikkia elintarvikealan yrityksiä.

Oiva-raportin esille laittaminen yrityksen sisäin-käynnin lähelle on pakollista. Raportit ovat nähtävillä myös osoitteessa [www.oivahymy.fi](http://www.oivahymy.fi).



Oivallinen



Hyvä



Korjattavaa



Huono

set lisäävät tuottajien ja kaupan antaman tiedon määrää ja sitä kautta osaltaan parantavat ruoan turvallisuutta.

”Meillä on jo ajat sitten siirrytty tarkastelemaan alkutuotannon lisäksi ympäröivää luontoa ja sen vaikutusta elintarvike-turvallisuuteen. Alkutuotannolla ja puhtailla raaka-aineilla on keskeinen rooli turvallisuudessa”, Aho sanoo.

Uusin kehityssuunta on se, että ruokatuotantoa ei tarkastella suorana janana vaan kiertokuluna, jossa ruokajäte, ketjusta luontoon palautuvat osat ja ympäristö otetaan kokonaisuutena huomioon.

**Virheisiin tartutaan herkemmin.** Vaikka elintarviketeollisuudesta pidetään tarkasti huolta, tapahtuu virheitä ajoittain. Elintarvikkeiden takaisinottojen määrä on kasvanut, mikä Ahon mukaan kertoo ennen kaikkea siitä, että virheisiin tartutaan aikaisempaa hanakammin. Yleensä tuottajat ja kaupat tekevät takaisinvedot oma-aloitteisesti, tarvittaessa Evira puuttuu peliin.

...



# MITÄ JOS...?

*Kukapa nyt ikäviä asioita haluaisi miettiä tai pohtia tulevaisuuden uhkakuvia? Mutta joskus pahimpaan varautuminen on järkevää.*

Finanssialan Keskusliiton parin vuoden takaisen tutkimuksen mukaan 86 prosenttia suomalaisista on vakuuttanut kotinsa ja 70 prosenttia on varautunut matkalla sattuviin haavereihin henkilövahingot korvaavalla matkavakuutuksella.

Mutta vain noin 40 prosentilla on vapaaehtoinen henkivakuutus kuoleman varalle. Näyttää siltä, että valitettavan usein unohtamme siis vakuuttaa sen kaikkein tärkeimmän, itsemme.

Tutkimukset osoittavat, että me suomalaiset välttelemme henkivakuutuksia. Suurin syy lienee se, että jo pelkkä ajatus omasta tai läheisen kuolemasta on liian raskas. Toinen syy henkivakuuttamisen matalaan suosioon on se, että vakuutusten ajatellaan olevan todella kalliita.

Varsinkin jokaisen perheellisen olisi hyvä pohtia, kuinka hyvin perheen taloudellinen tilanne kestäisi sen, jos toinen perheen elättäjäistä menehtyisi tai menettäisi työkykynsä pysyvästi.

### S-Arkiturva – perheesi parhaaksi

S-Arkiturva on edullinen henkivakuutus, joka auttaa perhettäsi selviämään arjesta, jos ikävin sattuu. S-Arkiturva sisältää turvan kuoleman ja pysyvän työkyvyttömyyden varalta.

Vakuutusturvan määräksi voit valita 10 000, 20 000 tai 30 000 euroa. Vakuutuksen hinta määräytyy vakuutuksen ottajan iän ja vakuutusturvan määrän mukaan. Edullisimmillaan se maksaa vain kaksi euroa kuukaudessa.

S-Arkiturvan myöntää LähiTapiola Keskinäinen Henkivakuutusyhtiö ja asiakasomistajana saat vakuutusmaksuista Bonusta.

Tutustu S-Arkiturvaan osoitteessa [s-pankki.fi/s-arkiturva](http://s-pankki.fi/s-arkiturva).

Turvallista syksyä toivottaen

Raija



# S-Pankki

S-PANKKI.FI

## ” Viime vuonna Suomessa vedettiin 134 eri elintarviketta pois markkinoilta.

●●● Tyypillisesti takaisinvedon syynä on se, että tuote ei vastaa pakkausmerkintöjä. Se voi olla tahatonta tai tahallista. Esimerkkinä tästä oli keväällä 2013 roihahtanut hevosenlihakohu. Useita tuotteita jouduttiin vetämään pois myynnistä, kun ilmeni, että niistä oli löytynyt yllättäen hevosenlihaa, vaikka pakkausmerkinnässä tuotteen kerrottiin sisältävän vain naudanlihaa. Pakkausmerkintöjen virheet voivat olla vaarallisia, jos elintarvikkeessa on allergisia reaktioita aiheuttavia ainesosia, kuten pähkinöitä.

”Tyypillisesti virheitä aiheuttaa se, että tuotannon kasvu ja riskien hallinta eivät kehity samassa mittakaavassa. Ajatellaan, että isossa ruokatehtaassa voidaan toimia samalla tavalla kuin kotikeittiössä”, Aho sanoo.

Hänen mukaansa hankaluuksia aiheutuu myös siitä, että kuluttajat haluavat kauppoihin nykyään yhä enemmän tuotteita, joiden riskitaso on lähtökohtaisesti korkea. Sellaisia ovat esimerkiksi raakamaito ja raat vihannekset, joista jälkimmäiset voivat päätyä ostoskoriin pitkän ja monimutkaisen ketjun kautta. •



## Tapaus hulluruoho opetti

Huhtikuussa 2013 SOK:n kuluttajaneuvontaan tuli palautteita, jossa asiakkaat epäilivät sairastuneensa Rainbow Ruokaisat pannukasvikset -pakasteesta. Pian selvisi, että syynä oli kasvien sekaan päässyt hulluruoho, joka voi pieninäkin määrinä aiheuttaa vakavia oireita. Kyseessä oli terveydellistä vaaraa aiheuttava tuotevirhe.

”Reagoimme välittömästi ja vedimme tuotteen heti pois myynnistä. Nopea reagointi on olennaisen tärkeää”, SOK:n päivittäistavarakaupan tuotelaadun ohjauksen ryhmäpäällikkö **Marjatta Väisänen** kertoo.

Myymälöihin tehtiin lisäksi takaisinvedon varmistamiseksi kassasulku, eli kassalaite ilmoitti, että tuotetta ei saa myydä. Eira antoi SOK:lle määräyksen avata ostotiedot, jolloin asiakasomistajarekisterin ja kassatietojärjestelmän tietoja yhdistämällä saatiin selville ne asiakkaat, jotka olivat ostaneet kyseisiä pakastekasviksia. Sen jälkeen SOK:sta oltiin suoraan yhteydessä näihin asiakkaisiin.

Ongelman taustalta löytyi monimutkainen tapahtumaketju. Pannukasvien yhtenä osana oli romanopapu, jonka rikkakasvi hulluruoho on. Normaalisti romanopavut tulivat belgialaisvalmistaja Dujardin

Foodsille Pohjois-Ranskasta ja Belgiasta, mutta kato vuoden takia raaka-ainetta oli poikkeuksellisesti hankittu Espanjasta, jossa hulluruoholle on otollisemmat olosuhteet. Pieni määrä hulluruohoa oli päässyt läpi sadonkorjuusta, sadon puhdistamisesta ja pakastamisesta, ja loppujen lopuksi päätynyt valmiiden pannukasvien joukossa Suomeen.

”Tapauksen johdosta toimintatapoja muutettiin pysyvästi. Dujardin Foods on ohjeistanut viljelijöitään tarkkailemaan peltojaan tarkemmin, tunnistamaan hulluruohon sen kaikissa kasvuvaiheissa ja raportoitmaan joka ikisestä havainnosta. Tavarantoimittajan työntekijät ovat saaneet lisäkoulutusta, ja epäpuhtauksia tunnistavia tehtaan skannereita on hienosäädetty”, Väisänen kertoo.

”Olemme myös sopineet, että meille tuotaviin tuotteisiin käytetään ainoastaan Belgiasta ja Pohjois-Ranskasta tulevaa romanopapua.”

Hulluruoholöydöksen vuoksi myös Rainbow Meksikolaiset pannukasvikset vedettiin varmuuden vuoksi pois markkinoilta. Ruokaisat pannukasvikset ja Meksikolaiset pannukasvikset palasivat valikoimiin tämän vuoden maaliskuussa.



# Tefal®

## KUMPI PANNU PAREMPI?

- Tarttumattomalla vai keraamisella pinnoitteella päällystetty?

### TALENT

- Helppoon, päivittäiseen ruoanlaittoon
- Liukas pinnoite paistaa jopa ilman rasvaa
- Helppo puhdistaa

PAISTINPANNU  
28CM

39,95



### TARTTUMATON PINNOITE

TALENT-pannussa on kuusinkertainen, titaanilla vahvistettu tarttumaton Titanium Pro -pinnoite. Se on kestävin Tefal-pinnoite ikinä! Ainutlaatuinen Thermo-Spot -lämpötunnistin näyttää, kun pannu on paistovalmis. Talent sopii kaikille liesille, myös induktiolle.

KATSO FILMI!



### CeramicCONTROL

- Kestää korkeita lämpötiloja
- Sopii hyvin ruskistamiseen ja liekittämiseen
- Hyvä naarmuuntumisen ja kulutuksen kesto

PAISTINPANNU  
28CM

37,95



### KERAAMINEN PINNOITE

CeramicControl-pannussa on kestävä keraaminen pinnoite ja ainutlaatuinen Thermo-Spot -lämpötunnistin. Paksun teräspohjan ansiosta lämpö jakautuu tasaisesti. Sopii kaikille liesille, myös induktiolle.



Hinnat voimassa kaikissa Prismoissa 1.-31.8.2014



# Keittiön kunkut

Sipuli on keittiön kuningasraaka-aine. Ilman sitä ei synny mummon lihapullia eikä gourmet-kastikkeita. Eri sipulit tuovat ruokiin uusia makuja.

”Sipulin itkettävä ominaisuus johtuu rikkiyhdisteistä sisältävistä aromaattisista öljyistä.

## Raikas kevätsipuli

Kevätsipuli on tuore sipulikasvi, jonka tyviosa ei ole vielä paksuuntunut. Vihreät varret ovat poikkileikkaukseltaan pyöreät ja ontot. Miedon makuisena se sopii silputtavaksi salaatteihin. Kevätsipulia voi myös kypsentää, ja se onkin yleinen raaka-aine aasialaisissa ruoissa.

## Hienostunut hopeasipuli

Hopeasipuli eli valkoinen kepasipuli koristaa salaatit ja sillivadit, mutta se sopii myös kypsennettäväksi. Miedon ja hienon makunsa ansiosta hopeasipuli maistuu herkulliselta vaikkapa liharuokien lisäkkeenä uunissa tai grillissä kypsennettynä.

## Tuttu keltasipuli

Keltasipuli eli kepasipuli on yleisin ja käytetyin sipulilajike. Se on todellinen kotikeittiön moniottelija. Muodot vaihtelevat litteästä pyöreään ja pitkulaiseen. Kesän ensimmäiset sipulit myydään naatteineen nipuissa. Ne ovat tavallista sipulia pienempiä, ja niiden maku on miedompi.

## Monipuolinen valkosipuli

Valkosipuli eli kynsilaukka muodostuu kynsimäisistä pikkusipuleista, joita peittää ohut paperimainen kuori. Kaupoissa myydään myös yksikyntisiä valkosipuleja. Käyttötarkoituksesta riippuen valkosipuli hienonnetaan veitsellä, pusertimella tai raastimella. Intohimoinen kokki maustaa voimakkaalla valkosipulilla ihan kaiken – jopa jäätelön.

## Mieto makea sipuli

Makea sipuli on on melko kookas ja lempeän makunsa ansiosta parhaimmillaan raakana. Vaalea ja usein melko kookas makea sipuli kruunaa kreikkalaisen fetasalaatin. Se on omiaan myös hampurilaisen välissä, voileipien ja wrappien täytteenä sekä tartarpihvin kaverina.

Katso videolta Hellapoliisin vinkit oikeaoppiseen sipulin leikkaamiseen.



yhteishyvä *live*



### Pirtsakka punasipuli

Punasipuli muistuttaa maultaan kepasipulia, mutta sen upea väri tekee siitä erikoisen. Punasipuli juhlistaa niin silit, silakat kuin pyttipannunkin. Sen voimakas maku kruunaa monenlaiset kastikkeet, marinointi- ja säilöntäliemet sekä keitot ja pataruuat.

### Pitkänhuiskea purjosipuli

Purjo poikkeaa ulkonäöltään muista sipulikavereistaan. Litteä- ja pitkälehtisen varren mehevin osa on vaalea kaula. Purjoa käytetään sekä kasviksena että mausteena. Kasvutavasta johtuen lehtien välissä on usein multaa. Siksi purjo kannattaa aina halkaista ja huuhdella ennen silpuaamista.

### Salonkikelpoinen salottisipuli

Salottisipuli kuuluu ranskalaisen keittiön perusaineisiin. Sitä käytetään erityisesti kastikkeissa aromikuutensa ja lyhyen kypsennyksensä ansiosta. Pienikokoinen, muutamaksi pikkusipuliksi jakaantunut salottisipuli on maultaan keski-voimakas ja erittäin hienostunut.

Sipuli on paitsi mauste myös monipuolinen raaka-aine. Sitä käytetään useimmiten kypsennettynä, mutta raakana se maistuu vaikkapa mätileivän päällä. Sipuli antaa monille ruoille ja leivonnaisille herkullisen maun, tuoksun ja ulkonäön. Eri sipulilajikkeet eroavat toisistaan muodon ja maun perusteella. Yhdistelemällä eri lajikkeita syntyy uusia, oivaltavia makuelämyksiä.

Sipulin kuori irtoaa helpoiten halkaistuista puolikkaista. Kokonaisesta sipulista kuori lähtee irti juoksevan, kylmän veden alla. Sipulin itkettävä ominaisuus johtuu rikkiyhdisteistä sisältävistä aromaattisista öljyistä, jotka haihtuvat sipulia hienonnettaessa. Kyyneleitä kirpooa vähemmän, kun veitsi on terävä ja leikkausliikkeet viiltäviä.

Sipulisilpun voi esikypsentää mikrossa tai kuullottamalla pannulla voissa tai öljyssä. Kun sipulin keittää suolalla ja sokerilla maustetussa vedessä, sen maku muuttuu miedommaksi. Sipuli kypsennetään aina lempellä lämmöllä, sillä kovassa kuumuudessa maku muuttuu karvaaksi. Myös marinointi miedontaa raa'an sipulin makua.

Sipulit kannattaa säilyttää kuivassa, ilmastussa ja viileässä paikassa. Liian kosteassa sipulit homehtuvat, ja liian lämpimässä ne alkavat itää ja pehmetä. Kuivatut sipulit säilyvät hyvinä jopa kuukausien ajan. Purjo ja kevätisipuli säilytetään jääkaapissa. Sipulit on syytä pitää erillään, sillä niiden maku tarttuu helposti muihin raaka-aineisiin.

Sipulien lääkinnälliset ominaisuudet on tunnettu jo satoja vuosia. Tutkimukset tukevat käsitystä siitä, että erityisesti sipulien flavonoidit parantavat vastustuskykyä ja ehkäisevät esimerkiksi sydän- ja verisuonitautien syntymistä. •

# OLE HYVÄ

KOONNUT SANNA AUTIO  
sanna.autio@sok.fi,  
SOK, PL 1, 00088 S-ryhmä

## Grilliherkkuja puutarhajuhliin

**HK:N KABANOSSI KOLBASZ** on unkarilaistyyppinen makkara, jota maustavat paprika, sipuli, tomaatti, valkosipuli ja chili. Makkara on tavallista grillimakkaraa ohuempi ja pidempi. Lihapitoisuus on 80 prosenttia.

**FELIXIN BBQ-HUNAJAKASTIKE** sopii grillatulle lihalle ja kanalle. Amerikkalaiselle keittiölle ominainen savunmakuinen kastike maistuu myös hampurilaisen, ribsien ja pulled porkin eli nyhtöpossun höystäjänä.

**VAASAN GRILLITYNYT** on kehitetty kuumennettavaksi. Sarjaan kuuluvat chilillä ja rosmariini-merisuolalla maustetut leivät. Täytä vaikkapa halloumilla, nyhtöpossulla, kanalla tai lihapullilla sekä kasviksilla. Pussissa on neljä grillityynyä.

**CRÈME BONJOUR SAVUINEN BBQ-TUOREJUUSTO** sopii vaikka sellaisenaan grillatun kanan ja lihan päälle tai herkkusienten täytteeksi. Juustolla voi maustaa myös avokadodipin tai perunasalaatin. Sitä voi myös sipaista hampurilaisen väliin.



## Kesäpäivän kahvitarjoilut

**VAASAN OOH-PIKKUPUUSTISARJA** koostuu kolmesta erilaisesta täytepullapussista. **LAKU & FRUTTI -PUUSTEJA** höystää hedelmän ja lakun makuinen täyte. Muita tätevaihtoehtoja ovat **KANELI JA TOFFEE**.

**PÄGINEN CRÈME-TÄYTE-MUFFINSIN** sisällä on appelsiini-suklaasydän. Pakkauksessa on kahdeksan leivonnaista, jotka säilyvät pitkään mehevinä. Niistä voi jalostaa myös kuppikakkuja tekemällä päälle kuorrutteen esimerkiksi tuorejuustosta.

## Uutta pikkupurtavaa

**NESTLÉN SHREDDED WHEAT** on runsaskuituinen aamiaismuro, jossa tyynyn sisälle kätkeytyy marjainen sydän. Marjaseos koostuu vadelmasta, mansikasta ja karpalosta. Tyynyt sisältävät 67 prosenttia täysjyvää.

**NUTISALIN ENJOY MIX** on rapea ja kevyesti suolattu 85 gramman sekoitus kuivapaahdettuja pähkinöitä ja maissia. Pähkinät paahdetaan avotulella ilman öljyä. Sopii salaatteihin. Pähkinöiden suositusannos on 30 grammaa päivässä.



## Rainbow-uutuukslia

**GRILLIJUUSTO**, 250 grammaa, sopii haloumin tapaan käytettäväksi. Juusto valmistetaan lehmänmaidosta. Välimerellinen juusto saa grillissä tai pannulla rapean pinnan ja sulaa sisältä pehmeäksi. Valmistusmaa on Tanska, lehmänmaidon alkuperä EU ja maitoproteiinin alkuperämaa Sveitsi.

**APPELSIINI-KERROSVIILI** koostuu pehmeän raikasta, lohkeavasta viilistä ja alle piiloutuneesta appelsiinihillosta. **RUUSUNMARJA-KERROSVIILIN** pohjalla on ruusunmarjahilloa. Viilit ovat vähälaktoosisia ja sisältävät vain yhden prosentin rasvaa. Valmistusmaa on Suomi. Raaka-aineena käytetty maito on seos, jonka alkuperämaat ovat Ruotsi ja Suomi.

**KREIKKALAISTYYLINEN MANSIKKA- ja VERIAPPELSIINI-GRANAATTIOMENA-JOGURTTI** maistuvat välipalana tai jälkiruokana. Kerrostettu herkku koostuu täyteläisestä, paksusta jogurtista ja herkullisesta hillosta. Valmistusmaa on Saksa ja maidon alkuperä EU.

**KAAKAOTÄYTEISET VÄLIPALAKEKSIT** on pakattu neljään kahden keksin annospussiin. Täysjyväisten ja mureiden keksien välissä on kaakaokreemiä. Valmistusmaa on Alankomaat. Raaka-aineena käytetty vehnä on sekoitus, jonka alkuperämaat ovat Saksa ja Ranska.



## Kotimaista -tuotesarjan uutuukslia

**PIPPURIMARINOIDUT BROILERIN OHUT-LEIKKEET** sopivat erinomaisesti grillattavaksi. Pakkaus painaa 430 grammaa.

**RUOKAKERMA 15 %** sopii käytettäväksi ruoanvalmistukseen ja leivontaan. Kerma ei vaahdoudu. Pakkauksessa on kaksi desilitraa.

**LEIPÄJUUSTO** on tuorejuusto, joka on viimeistelty paistamalla siihen ruskeankirjava pinta. Leipäjuusto maistuu juustotarjottimella, salaateissa, välipalana tai kahvin kanssa. Pala painaa 480 grammaa.

**MARINOIDUT PORSANLIH-VARTAAT** painavat 500 grammaa, josta riittää grillattavaa neljälle hengelle. Vartaat maistuvat esimerkiksi kasviksien kanssa.





# LEIKITELLEN KOULUUN!

Kynät, reput, farkut ja loistavan koulunaloittamisen fiiliksen löydät Kauppakeskus Kaaresta, Kehä I:n varrelta. Neljän kerroksen ja noin 80 liikkeen voimin saat kaiken tarvittavan iloiseen arkeen ja alkavaan syksyyn. Nyt kauppakeskus on täynnä loistavia tarjouksia ja etuja koko perheelle. Tervetuloa lähelle, Kannelmäkeen!

## Tee ostoksista helpompaa seikkailupelin avulla

Tule pelaamaan 4.–10.8. hauskaa **kauppakeskuseikkailua**, jossa salaperäisten vihjeiden avulla etsitään Kaapo Hiirelle koulutarvikkeita. Peli viihdyttää alakouluikäistä ja seikkailun lomassa ostokset sujuvat helpommin – kuin leikitellen.

Etsi **KAAPOLLE**  
koulutarvikkeet  
hauskassa  
seikkailupelissä!

Lue peliohjeet ja katso tarjoukset:  
[kauppakeskuskaari.fi/kouluun](http://kauppakeskuskaari.fi/kouluun)

K A U P P A K E S K U S  
**KAARI**  
K A N N E L M Ä K I

Kantelettarentie 1, 00420 HELSINKI



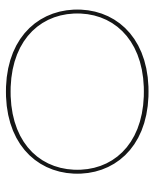






# Urheilun MONIOTTELIJA

Kirsti Viitanen, 71, innostui yleisurheilusta toden teolla vasta eläkeikään tultuaan ja eteni suoraan kilpaurheilijaksi. Nyt hänellä on hallussaan 200 mitalia ja useita kansainvälisiä ennätyksiä.



n tammikuu 2001. Turkulainen **Kirsti Viitanen** on saapunut lentopallotreeneihin tapansa mukaan etuajassa ja odottelee hallin laidalla muita joukkueen pelaajia. Pian hänen katseensa kiinnittyy naiseen, joka harjoittelee vauhditonta pituushyppyä hallin toisella laidalla. Laji näyttää haastavalta, mutta uteliaisuus valtaa Viitanen. Keskusteltuaan naisen kanssa hän päättää lähteä kokeilemaan lajia. Vain viikon harjoittelun jälkeen Viitanen löytää itsensä Kupittaan aikuisurheilun piirinmestaruuskilpailuista.

”Olin harrastanut lentopalloa 30-vuotiaasta asti, mutta en koskaan kilpatasolla. Ensimmäiset yleisurheilukisat jännittivät hirveästi. Uutena tulokkaana jouduin aloittamaan kierroksen ensimmäisenä, kun kokeneemmat katselivat taustalla. Polveni tärisivät niin kovaa, että minun oli vaikea päästä liikkeelle. Alkujännityksen jälkeen kilpailuista kotiin lähti kisainnostuksen lisäksi ensimmäinen mitalini”, Viitanen muistelee.

**Mitalihai.** Urheilukärpäsän purtua mukaan tulivat pikku hiljaa myös heittolajit.

”Muistan katselleeni jo tuolloin aikuisurheilijoiden SM-kisojen tuloksista, miten toiset likat olivat pärjänneet. Vertasin tuloksia omiini. Ajattelin, että jos yltäisin edes pronssiin, osallistuisin itsekin. Välillä pääsin tavoitteeseeni ja välillä en. Vuonna

2001 olisi ollut Porissa kisat, mutta mieheni sanoi minulle, että älä viitsi mennä sinne itseäsi nolauttamaan. En mennyt silloin, mutta seuraavissa SM-kisoissa minua ei pysäyttänyt enää mikään.”

Vuonna 2003 Viitanen jäi eläkkeelle koruntekijän työstään ja alkoi keskittyä kilpaurheiluun täyspäiväisesti. Nyt 11 vuotta myöhemmin Turussa sijaitsevan kerrostaloasunnon olohuoneen seinää koristavat useat kunniakirjat, Viitanen kisamennestyksestä kertovat lehtileikkeet ja yli 200 mitalia.

71-vuotias Viitanen hörppää kahvia ja haukkaa palan ruisleivästä. Hetkeä aiemmin hän on hypännyt kotinsa vieressä sijaitsevalla Kuuvuoren kentällä pituutta, työntänyt kuulaa, heittänyt kiekkoa ja kivunnut sitten portaita pitkin neljännessä kerroksessa sijaitsevaan asuntoonsa – hengästymättä. Hän harjoittelee kuutena päivänä viikossa ja vierastaa tilaisuuksia, joissa joutuu istumaan pitkiä aikoja paikoillaan.

Lajeikseen hän luettelee vaatimattomasti 60:n ja 80 metrin aitajuoksun, 60:n, 100:n, 200:n ja 800 metrin juoksun, seiväshypyn, korkeushypyn, kolmiloikan, pituushypyn, kiekonheiton, kuulantönnön, keihäänheiton, moukarinheiton, painonheiton, 7-ottelun ja lentopallon.

”Eläkkeellä minulla on aikaa urheilla ja olen motivoitunut pitämään kuntoani yllä. Olen myös saanut uusia ystäviä kilpatovereistani. Vaikka kyse on kilpaurheilusta, olemme kaikki toistemme tukena.”



## Kirsti Viitanen, 71

**Mottoni on...** naiset rohkeasti mukaan urheilukilpailuihin iästä riippumatta!

**Nauroin viimeksi...** siskosten kutsuilla, kun muistelimme lapsuuttamme. Olosuhteet olivat silloin aika erilaiset kuin nykynuorilla.

**Itkin viimeksi...** veljeni hautajaisissa.

**Moka, joka opetti eniten...** liittyy kilpaurheiluni alkuaikoihin. Tein aluksi monenlaisia virheitä. Esimerkiksi 800 metrin juoksuun lähdin liian kovaa ja moukarin heitossa pidin käsiä liian koukussa, jolloin heitto jäi lyhyeksi.

**En ole kertonut muille...** että olin nuorena huono häviäjä.

**Haluan vielä oppia...** heittolajeihin parempaa tekniikkaa ja lentopallon pelaamiseen järjenkäyttöä.

●●● **Lisää naisia.** Kirsti Viitanen edustaa niitä harvoja naisia, jotka kilpailevat vielä 70-vuotiaana urheilussa. Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n SM-kilpailuihin osallistuu vuosittain yli 1 000 naisurheilijaa, joista vain alle sata kilpailee 70-vuotiaiden sarjassa. Suurin osa liiton naisjäsenistä on 45–60-vuotiaita.

”Ikäisiäni naisia on vaikea saada mukaan toimintaan. Olen yrittänyt suostutella tuttuja ja tuntemattomiakin, mutta sana kilpaurheilu tuntuu pelottavan monia. Lisäksi monet vetoavat terveydellisiin seikkoihin. Aikuisten kilpaurheilu ei kuitenkaan ole niin totista puuhaa kuin huippu-urheilu. Tärkeintä on, että jokainen kilpailee tasollaan ja nauttii urheilemisesta. Välillä minuakin laiskottaa lähteä lenkille. Silloin vaihdan juoksun sauvakävelyyn.”

Viitanen ihmettelee välillä itsekin, mikä sai hänet niin yhtäkkiä innostumaan kilpaurheilusta.

”Olin nuorena aika rohkea ja jollain tapaa jopa poikamainen. Kiipeilin puissa ja laskin mäkeä puusuksillani. Kilpailuhenki minulta puuttui kuitenkin kokonaan. Lisäksi keuhkovaivani esti minua harrastamasta raskasta liikuntaa. Aikuisurheilun aloitettuani löysin itsestäni täysin uuden puolen. Kilpailuhenkeni kasvoi jokaisen onnistumisen jälkeen.”

**Kohti ysikymppisten sarjaa.** Urheilun myötä Viitanen on päässyt eroon monesta vaivasta.

”Selkäkipu on hävinnyt lihasten voimistuttua, ja fyysinen jaksaminen on aivan toista luokkaa. Liikunnan ilon lisäksi olen saanut roppakaupalla itseluottamusta.”

## ”Liikunnan ilon lisäksi olen saanut roppakaupalla itseluottamusta.

Viitanen hyväksyy sen, että vanhuudelta ei voi välttyä, vaikka kuinka pitäisi itsestään huolen.

”Aiemmin tulokseni paranivat jatkuvasti harjoittelun myötä, mutta nyt ne ovat alkaneet tulla alaspäin. Se on täysin luonnollista. Ranteeni reistailevat, joten en uskalla enää työntää kuulaa ilman tukia. Muistikin temppuilee välillä. Korkeushyppeyn minulla on muodostunut lievä rimakauhu, vaikka aiemmin se sujui kuin tanssi. Myös jotkut tapaamiset ja epätavalliset asiat saattavat yhtäkkiä unohtua.”

Urheilutreenien ajankohdat hän kuitenkin muistaa ulkoa.

”Joskus minua harmittaa, että en aloittanut kilpaurheilua aiemmin. Sen vuoksi haluan nyt ottaa kaiken irti nykyisestä elämäntavastani. Kilpaurheilusta en hevillä luovu. Voi olla, että tarvitsen kisoihin pian henkilökohtaisen avustajan huonon muistini vuoksi”, Viitanen naurahtaa.

”Isäni eli 95-vuotiaaksi, ja olen monella tapaa tullut häneen. Jos pysyn terveenä, on minulla vielä ainakin 20 vuotta aikaa urheilla kilpaa.”•



Atleettinen Kirsti Viitanen ei ole aivan tavanomainen näky. Ikäisekseen huippukunnossa oleva rautarouva urheilee kuutena päivänä viikossa ja kilpailee sekä Suomen että Euroopan tasolla 11 eri lajissa.



**TILAA HETI!**

# LEHTI AIKUISILLE!



5 numeroa  
VAIN  
**20€**

(norm. 37,90€)

**KAUPAN PÄÄLLE**

**HANNA  
SARÉNIN  
LAUKKU**



**Arvo  
79,00 €**

**OMA AIKA** käsittelee aikuisten naisten ja miesten elämää lähellä olevia asia-aiheita. Lehden vakiosisältöjä ovat oma talous ja laki, työelämä, matkat, terveys ja kunto sekä perhe ja ihmissuhteet. Vahvat henkilöhaastattelut ovat tärkeä osa lehteä.

Hanna Sarénin suunnittelema tyylikäs olkalaukku on ihanteellinen shoppailuun sekä helppo ja elegantti asuste kaikkiin menoihin. Tilavaan olkalaukkuun mahtuu vaikka pieni kannettava tietokone. Vetoketjullisessa laukussa on suunnittelijan metallinen riippulogo. Koko: 39 x 30 x 9 cm

## TILAUS- JA ARVONTAKORTTI

- ☐ **Kyllä kiitos!** Tilaan Oma Aika -lehden tutustumistarjouksena ja saan **5 kk:n lehdet** (5 nroa) **VAIN 20 €** (norm. 37,90€)
- ☐ **Kyllä!** Saan kaupan päälle **Hanna Sarénin laukun** (arvo 79,00 €)!
- ☐ **Kyllä!** Osallistun raha-arvontoihin ja voin voittaa **5.000,00 €** tai **35.000,00 €** puhtaana käteen!

Tilauskuteni jatkuu aina edullisena kestotilauksena kulloinkin voimassa olevaan hintaan. Kestotilaus on jatkuva ellei sitä erikseen irtisanota.

Etinimi	Sukunimi	570/101756
Lähiosoite		
Postinumero ja -toimipaikka		
Puhelin	Sähköposti	
Kyllä kiitos! Haluan saada uutisia, tarjouksia ja tietoa tapahtumista Allerilta ja sen valitsemilta yhteistyökumppaneilta		
<input type="checkbox"/> sähköpostitse <input type="checkbox"/> tekstiviestinä		

**TILAA NETISTÄ:**  
**omaikalehti.fi/tilaukset**

**TILAA PUHELIMITSE:**  
**020 1500 889**  
(ma-to 8-18.00, pe 8-16.00)

Tilaustunnus: 101756

Oma Aika  
maksaa  
tilauksen  
posti-  
maksun

**OMA AIKA**

Aller Media Oy  
Tunnus: 5007487  
Info: 02  
00003 VASTAUSLÄHETYS

Tilalahjoja on rajoitettu määrä. Varaamme mahdollisuuden toimittaa tuotteen tilalle toisen vastaavan tuotteen, mikäli kysyntä ylittää varaimme tuotteiden määrän. Tuote toimitetaan noin kuukauden kuluessa tilausmaksun saapumisesta. Tilalahjojen arvo vähennetään maksetuista tilausmaksusta ennen mahdollista rahan palautusta, mikäli tilaus peruutetaan kesken tilausjakson. Tarjous on voimassa 31.8.2014 asti ja koskee kotimaan tilaajia sekä talouksia joihin ei ole tilattu Oma Aika -lehteä viimeisen 6 kk aikana. Antamiasi yhteystietoja voidaan käyttää ja luovuttaa Aller Media Oy:n ja sen yhteistyökumppaneiden suoramarkkinointiin henkilötietolain mukaisesti. Halutessasi voit kuitenkin kieltää yhteystietojesi käytön/luovutuksen ilmoittamalla siitä Aller Media Oy:n asiakaspalveluun: Aller Media Oy / Asiakaspalvelu, Pöytäkirjankatu 29-31 A, 00150 Helsinki, puh. 020 1500 889 (ma-to klo 8.00-18.00, pe klo 8.00-16.00).

Aller Media Oy järjestää arvonnassa, jonka päävoittajana on 35.000,00 €. Arvonta suoritetaan 12.12.2014 ja siihen osallistuvat kaikki 8.12.2014 mennessä tilanneet 5.000,00 € arvonta suoritetaan 28.11.2014 ja siihen osallistuvat kaikki 24.11.2014 mennessä tilanneet. Osallistuminen ei edellytä tilaamista. Kaikki arvontahetkellä voimassa olevat Aller Media Oy:n kestotilaukset ovat automaattisesti mukana arvonnassa. Voittajalle ilmoitetaan voitoista henkilökohtaisesti. Voittajan nimi voidaan julkaisua Aller Media Oy:n lehdistä tai internet-sivuilla. Arpajaisveron maksaa Aller Media Oy. Aller Media Oy:n henkilökunta perheineen ei voi osallistua arvontaan. Alle 18-vuotiaat tarvitsevat huoltajan suostumuksen osallistuakseen arvontaan. Antamiasi yhteystietoja voidaan käyttää ja luovuttaa Aller Media Oy:n ja sen yhteistyökumppaneiden suoramarkkinointiin henkilötietolain mukaisesti. Halutessasi voit kuitenkin kieltää yhteystietojesi käytön/luovutuksen ilmoittamalla siitä Aller Media Oy:n asiakaspalveluun: Aller Media Oy / Asiakaspalvelu, Pöytäkirjankatu 29-31 A, 00150 Helsinki, puh. 020 1500 889 (ma-to klo 8.00-18.00, pe klo 8.00-16.00).

# Monta tapaa nauttia kesästä ja **Keski**-Rinkeleistä!



Vaniljarinkeli päiväkahvin kanssa sellaisenaan



Rinkeli muikulla kalareissun jälkeen



Rinkeli kesäurheiluun tonnikalalla ja paprikalla



Välipala pienille ja isoille uintireissun päälle



Vaniljarinkeli Mansikka-aikaan



Vieraile paahdettu tomaatti-mozzarella rinkeli



Marjaretken huipentuma



Illan istujaisiin paahdettu rinkeli oliivi tapenadilla



"Bagel" lohella ja tuorejuustolla



Grillissä paahdettu rinkeli sisäfileellä



Autoretken eväs kinkulla ja avocadolla



Saariretkelle jauheliha-pihvillä täytettynä

**KESKI®**

EST. 1946  
MCMXLVI

*Premium Bakery*

We make it Better



Häävieraille lakka-hillolla ja leipäjuustolla



Banaani-maapähkinävoiherkusta voimaa pihapeleihin



Sadonkorjuu aikaan oman pellon juureksilla



Saunan jälkeen makkarayllätys



Kesäkeiton kanssa rinkeli paahdettuna



Rapujuhilla



[www.keski.com](http://www.keski.com) [facebook.com/Keski-Rinkeli](https://facebook.com/Keski-Rinkeli)



**Nopeat tarjottavat yllättäville mökkivieraille!**

Katso lisää tarjoiluvinkkejä. Lataa ilmainen Rinkelireseptit-sovellus älypuhelimellesi tai tablettiisi.





TEKSTI TUOMO TARVAS  
KUVAT KREETTA JÄRVENPÄÄ  
MEIKKI JA HIUKSET KAISA RINNE

# Sattumusten kautta onneen



Mekko, 29,95 €. S-XXL. Pussilakanasetti, 29,95 €. 150 x 210 cm + 55 x 65 cm. Koristetyynynpäällinen, 12,95 €. 50 x 50 cm. City-tyynynpäällinen, 7,95 €. 50 x 50 cm. Prismat ja Sokokset. Pieni tuikkutalo, 8,95 €. Iso tuikkutalo, 9,95 €. Pieni metallikori, 22,95 €. 30 x 33 cm. Iso metallikori, 29,95 €. 44 x 40 cm. Myös vihreänä. Prismat ja Sokokset.

Hallittu kaaos inspiroi House-sarjan uuden Onni-malliston suunnittelijoita.

Elämän sykettä ja käänteitä ei voi ikinä täysin hallita, ja sen vuoksi onnenkin täytyy syntyä järjestyksen ja kaaoksen summasta. Tästä ajatuksesta suunnittelijat **Anni Kääriä** ja **Sanna Lehti** lähtivät liikkeelle, kun he alkoivat suunnitella uutta Onni-mallistoa SOK:n House-sarjaan.

Ideointivaiheessa Suunnittelijatoimisto Muovoa edustavat Kääriä ja Lehti kävivät läpi erilaisia teemoja ja suosikiksi nousi hallittu kaaos. Teema näkyy Onni-tuotteissa erilaisten viivaelementtien käytönä.

”Järjestyksen ja epäjärjestyksen vastakkainasettelulla halusimme kuvata käsitystämme onnesta ja elämästä yleensä. Asioilla on omat paikkansa, mutta elämä kuljettaa niitä välillä kummallisiin paikkoihin”, Kääriä selittää.

Tuotesarjaan kuuluu tekstiilejä, joissa lukee ”Happiness is a perfect mixture of order and chaos” eli ”Onni on järjestyksen ja kaaoksen täydellinen sekoitus”.

## Lämpimiä sävyjä syksyyn

Suunnittelijat haistelivat syksyn 2014 trendejä, ja yhteistyössä SOK:n kanssa he valitsivat Onni-malliston väreiksi muun muassa oranssia, sinivihreää, petroolia, turkoosia ja violettiä.

Onni-mallistoon kuuluu muun muassa pussilakanasettejä, tyynynpäällisiä, kauppakasseja ja keittiöpyyhkeitä. Lisäksi mallistosta löytyy sisustus-esineitä, kuten näyttäviä metallikoreja ja tuikkutaloja. •





1.



3.

”Onnellisessa kodissa on sopivasti sekamelskaa ja järjestystä.”



2.



4.

1. Muki, 3,95 €/kpl. 3 dl. Prismat ja Sokokset. Kasari, 8,95 €. 1,2 l. Prismat. Paistinpannu, 12,95 €. ø 26 cm. Myös koko ø 20 cm, 8,95 €. Prismat. Pöytätabletti, 5,95 €. 35 x 45 cm. Myös violetina. Prismat ja suurimmat Sokokset. 2. Naisten pitkähihainen trikoopaita, 17,95€. S-XXL. Naisten housut, 29,95 €. Koot 36-46. Prismat ja Sokokset. Kangaskassi, 8,95 €. 44 x 41 cm. Sokokset. Lehtiteline, 13,95 €. Prismat ja Sokokset. 3. Pussukka, 7,95 €. 21 x 15 cm. Prismat ja suurimmat Sokokset. 4. Iso tarjotin, 8,95 €. 43,5 x 32,5 cm. Pieni tarjotin, 3,95 €. 30 x 16,5 cm. Prismat ja Sokokset. Uno-tuikkulyhty, 2,95 €. Prismat ja Sokokset. Keittiöpyyhesetti, 12,95 €/2 kpl. 50 x 70 cm. Prismat ja Sokokset. Patalappu, 5,95 €. 22 x 22 cm. Patakinnas, 8,95 €. 15 x 33 cm. Prismat ja Sokokset. Kynnysmatto, 11,95 €. 40 x 60 cm. Prismat. Uno-muki, 3,95 €. 3 dl. Prismat ja Sokokset.



Niin täynnä  
hyvää makua,  
ettei mukaan  
mahtunut  
yhtään  
lisäainetta.



Täydellisen täyteläinen kermajuusto ei  
tarvitse säilöntä-, lisä- eikä väriaineita.



# Hallittua väriloistoa kaupungin kaduilla

Pastellisävyjä, sinapinkeltaista ja myrkynvihreää. Oletko koskaan miettinyt, mistä Helsingin kymmenientuhansien rakennusten värit juontavat?

Kun katsoo Helsingin kaupungin rakennusten julkisivuja ja niiden väripalettia, voi aistia eri aikakausien kerrostumat. Eirassa, Katajanokalla ja Kalliossa jugendtalot hehkuvat vaaleankeltaisen, harmaan, roosan ja punatiilen eri sävyissä.

Esplanadilla voi ihastella 1800-luvun lopulla rakennettuja liikepalatseja, joiden värit on uusrenessanssin tyyliin rohkea ja kirjava. Uudempaa värienkäytön taidonnäytettä edustaa monenkirjava Pikku-Huopalahti, jossa asuintalot sädehtivät muun muassa violetin, vaaleanpunaisen, turkoosin ja keltaisen eri sävyissä.

Julkisivuvärit eivät ole tuulesta temmattuja. Ne ilmentävät rakennusaikakautensa ihanteita, trendejä ja taidesuuntauksia sekä yhteiskunnallista ilmapiiriä.

”Esimerkiksi 1950-luvulla, hävityn sodan jälkeen, haluttiin korostaa kotimaisuutta ja palata takaisin juurille. Se näkyi myös rakennusten julkisivuväreissä, joissa suosittiin rehellisiä ja luonnollisia materiaaleja ja niille ominaisia värejä, kuten puuta, tiiltä ja kiveä”, Aalto-yliopiston väriopin lehtori **Harald Arnkil** kertoo.

Myös eri kaupunginosille on muotoutunut tunnusomaiset värikytket sen mukaan, milloin ne on rakennettu.

”Esimerkiksi 1960-luvun lähiöissä, kuten Vuosaarissa, värejä on käytetty säästeliäästi. Asuintalot ovat pääosin valkoisia. Oulunkylässä on paljon valkoisia 1970-luvulla rakennettuja lamellitaloja ja 1980-luvulla rakennetussa Länsi-Pasilassa sekä Katajanokalla punaisia tiilitaloja”, luettelee Helsingin rakennusvalvontaviraston kaupunkikuva-arkkitehti **Marjatta Uusitalo**.

**Hillitty Helsinki.** Helsingin julkisivuvärit on aivan viime vuosiin asti ollut naapurimaita Ruotsia, Norjaa ja Venäjää pidättyväisempää.

Lehtori Arnkil arvioi tämän johtuvan pitkästä historiasta ensin Ruotsin ja sitten Venäjän suhteellisen köyhänä alusmaana. Toinen syy pidättyvyyteen värien käytössä on hänen mukaansa kaksi traumaattista sotaa, jotka aiheuttivat suomalaisille pitkän henkisen suruajan.

Ruotsin vallan aikana 90 prosenttia Suomen rakennuskannasta oli puuta, joka patinoitui ajan saatossa harmaaksi.

”Tuohon aikaan maalattiin vain kaikkein keskeisimmät rakennukset. Maalaamiseen käytettiin enimmäkseen Ruotsista tuotua puna- ja keltamultaa. Näitä puurakennuksia on jäljellä enää hyvin vähän Suomessa, Helsingissä ei juuri lainkaan”, Arnkil kertoo.

Venäjän vallan aikana muun muassa Senaatintorin ympäristöön rakennettiin rapattuja puisia ja kiviisiä empiretaloja, jotka maalattiin keltamullalla ja valkoisella kalkkimaalilla tai oranssiin vivahtavalla rautaoksidipigmentillä. Peruja tältä aikakaudelta on muun muassa Helsingin empirekeskusta, johon kuuluvat Senaatintori ja sitä ympäröivät pikkurakennukset.

Samaan aikaan, 1800-luvun puolivälissä, alkoi tiilirakentamisen aikakausi. Sen tuloksena Helsingin katukuvaan nousivat Uspenskin katedraali, nyt jo puretut Töölönlahden makasiinit, Marian sairaala, kaupungin pääpaloasema Kalliossa ja hieman myöhemmin Sörnäisten teollisuusrakennukset.

**Jugendista nykypäivään.** 1800-luvulla Helsingissä kukoisti myös jugendtyyli, joka suosi maanläheisiä värejä, kuten ruskeaa, sammaleenvihreää,







## Erottajankatu 19

	Julkisivun yläosat		Listat ja pilasterit
	ikkunapuitteet		Ovet
	Vesikourut ja pellit		Koristeleikkaukset
	Kattojuoksu		

Lyhyt pohjoismainen uusklassismin ajanjakso 1920-luvulla toi katukuvaan vaaleansinisen, vihreän ja punertavan pastellisävyt, mutta myös lämpimän punaruskean, harmaanvihreän ja keltaokran. Aikakauden väritystä edustaa nykyäänkin trendikkäänä asuinalueena pidetty Puu-Käpylä.

## Pohjolankatu 11

	Seinät		Pilasterit
	Kattolistat		ikkunapuitteet
	Ovet		Seinäkoristeet
	Matto- ja pyykinkuivaustelineet		

Esplanadin näyttävät liikepalatsit rakennettiin 1800-luvun lopulla uusrenessanssin aikakaudella. Niiden väritys oli aikaisempaa klassismin aikakautta rohkeampaa ja kirjavampaa. Esimerkki autenttisesta uusrenessanssivärityksestä on Erottajankatu 19.





- keltaokraa ja luonnonkiveä. Helsingin rautatieasema edustaa tämän aikakauden helmeä. Sen suunnittelusta järjestettiin vuonna 1904 kilpailu, jonka voitti arkkitehti **Elieel Saarinen**.

1920- ja 1930-luvun funkiksessa värit vähenivät jälleen ja valkoinen väri yleistyi julkisivuissa. Sisätiloissa sen sijaan saatettiin käyttää paljonkin väriä.

”Aikakauden kärkihahmo **Alvar Aalto** toi suomalaiseen funkikseen tiilijulkisivut ja kotimaiset luonnonmateriaalit, kuten puun ja kiven”, Arnkil kertoo.

1960- ja 70-luvulla Helsinkiin syntyi useita lähiöitä. Ajanjakson elementtirakentaminen merkitsi betonipintojen yleistymistä. Syntyi Pihlajamäen,

Itä-Pasilan ja Merihaan kaltaisia asuinalueita, joissa dominoi maalamaton betoni. Sitten betonipinnat ovat saaneet väriä.

2000-luvulla Suomeen on rantautunut maailmanlaajuisena muoti-ilmiönä lasiarkkitehtuuri.

”Onnistuneita esimerkkejä lasiarkkitehtuurista ovat Sanomatälo ja Musiikkitalo”, Arnkil toteaa.

Myös voimakkaat värit ovat saaneet aikaisempaa enemmän roolia uusien asuintälojen ja julkisten rakennusten pinnoissa.

”Tästä esimerkkeinä ovat uudet kaupunginosat, kuten Jätkäsaari, Kruunuvuorenranta ja Kalasatama. Värejä käytetään tällä hetkellä reippaammin, mutta yhä lähinnä levyinä ja tehostepintoina”, Marjatta Uusitalo sanoo.

**Yhtenäinen kaupunkikuva.** Helsingin kaupunki puuttuu rakennusten julkisivuväreihin asema-kaavaan tehtyjen määräysten mukaisesti. Tämä tarkoittaa sitä, että värejä ei voida muuttaa mielivaltaisesti.



2000-luvulla Suomeen on rantautunut maailmanlaajuisena muoti-ilmiönä lasiarkkitehtuuri. Esimerkkejä lasiarkkitehtuurista Helsingissä ovat Sanomatälo ja Musiikkitalo.



sesti. Mikäli rakennuksen julkisivuväriä halutaan muuttaa merkittävästi, kannattaa taloyhtiön teettää alan ammattilaisella julkisivuväritys suunnitelma, jolle haetaan lupa rakennusvalvonnasta.

”Muutamat taloyhtiöt ovat töpänneet julkisivujen maalaamisessa huonon suunnittelun vuoksi. Näin on tapahtunut esimerkiksi Herttoniemessä, Lauttasaarella ja Ruskeasuolla, jotka on rakennettu 1950-60 luvulla. Lopputulos on ollut liian kirkas tai muun ympäristön kanssa ristiriitainen”, Uusitalo kertoo.

Jotta asuintalon julkisivuväritys noudattaa alueelle, aikakaudelle ja rakennustyyliä ominaista väritystä, tulee taloyhtiöiden ja arkkitehtien tutustua Helsingin vanhoihin julkisivuväreihin rakennusvalvontaviraston verkkosivuilla.

Sinne on koottu sähköiseen muotoon rakennuskonservattori **Thorvald Lindquistin** vuosina 1981–1983 laatima selvitys Helsingin julkisivuväreistä 1950-luvulle asti.

Niin sanottu Helsingin värikaava sisältää 378 väriyhdistelmää eri aikakausilta sekä alueelliset väritys suunnitelmat Puu-Käpylästä, Puu-Vallilasta, Olympiakylästä, Torkkelinmäeltä, Liisankadulta ja joistakin Tammisalon kortteleista. •





Pikku-Huopalahden värikkäät laatikonmalliset rakennukset ja niiden muodostamat tornit edustavat Helsingin värikkäintä kaupunginosaa. Legolandiaksi nimetty kaupunginosa syntyi Helsingin kaupungin kokeiluna, jonka tavoitteena oli lisätä värejä kaupunkikuvaan.

## Pääkaupungin värikkäin kaupunginosa

Pikku-Huopalahden värikkäät laatikonmalliset rakennukset ja niiden muodostamat tornit edustavat tällä hetkellä Helsingin värikkäintä kaupunginosaa, arvio Helsingin rakennusvalvontaviraston kaupunkikuva-arkkitehti **Marjatta Uusitalo**.

Suomen mittakaavassa harvinainen kokeilu sai alkunsa, kun kaupunkisuunnitteluvirasto antoi värien osalta kaava-arkkitehdille täysin vapaat kädet. Periaatteena oli, että viereisen talon oli poikettava väriykseltään naapuritalosta.

"Pikku-Huopalahdesta tuli piristävä ja kirjava poikkeus suomalaiseseen rakentamiseen. Tällä vuosituhanella arkkitehdit ovat alkaneet käyttää värejä yhä rohkeammin ja varmaotteisemmin. Vaikka valkoinen pinta on edelleen yleinen, siihen on usein taitavasti yhdistetty hyvinkin voimakkaita värejä", sanoo Aalto-yliopiston väriopin lehtori **Harald Arnkil**.

## VIETÄMME ASIAKASOMISTAJA- PÄIVÄÄ MA 4.8.



**TUTUSTU VELOITUKSETTA KLO 16-20**

EasyFit on monipuolinen ja kotimainen liikuntakeskus-ketju. Tilamme ovat tyylikkää ja laitteet laadukkaita sekä helppokäyttöiset.

### EASYFIT TARJOAA:

- Sopimus voimassa toistaiseksi 30 päivän irtisanomisajalla
- Technogym Wellness -kuntosalijärjestelmä
- Sisäpyöräily ja ryhmäliikunta

### ASIAKKUUSTARJOUS 4.8.

Ma 4.8. asiakkuuden ostaneille S-Etukorttia näyttämällä veloituseton kuntoilukuukausi. Etu aktivoidaan noutaessasi Wellness-avaimesi vastaanotosta.

**KUUKAUSI  
KAUPAN  
PÄÄLLE**

Hinta alk.

**29<sup>90</sup>** €/kk

Aloitusk maksu 29,90 €

Tarjous koskee uusia asiakkuuksia.  
Voimassa vain 4.8.2014.

**EasyFit Helsinki Club** Yliopistonkatu 8 | helsinkiclub@easyfit.fi


**EasyFit Kalasatama** Sörnäisten Rantatie 33 D 4. krs. | kalasatama@easyfit.fi

**EasyFit Pasila** Maistraatinportti 3 | pasila@easyfit.fi

**EasyFit Rekola** Laurintie 145 | rekola@easyfit.fi

**EasyFit Tikkurila** Kielotie 4-6 | tikkurila@easyfit.fi

 **EasyFit.fi**



” Keski-ikäinen nuori käyttää sosiaalisen median palveluita noin 14-18 tuntia viikossa.



TEKSTI TUOMO TARVAS  
KUVAT MINNA KURJENLUOMA

# Somen pauloissa

Sosiaalinen media on monelle harmitonta hupia, mutta jos perheen nuorelle kehittyy some-addiktio, kannattaa vanhemman puuttua siihen. Syyllistäminen ja uhkailu eivät kuitenkaan toimi.

”Somea ei jätetä” voisi olla tuhansien teini-ikäisten tunnuslause. Keskivertoteini roikkuu verkossa useita tunteja joka päivä – neljä prosenttia 16-vuotiaista jopa seitsemän tuntia päivässä. Suuri osa heidän verkkoajastaan kuluu juuri

sosiaalisen median parissa. Tieto ilmenee ebrand Suomi Oy:n tekemästä kotimaisesta *Some ja nuoret 2013* -tutkimuksesta.

Facebook on yhä selvästi suosituin palvelu 13–29-vuotiaiden ikäryhmässä. Seuraavana tulevat Youtube ja IRC-galleria. Kovassa nosteessa ovat myös Instagramin kaltaiset kuvien ja videoiden jakopalvelut sekä videobloggaaminen. Uusia palveluita tulee ja menee. Sosiaalinen media onkin nuorille ihana temmelyskenttä, mutta tässäkin kentässä piilee töyssysnä.

## Kännykkä pois yöksi

Some vaatii näppärää peukaloa, mutta voiko some viedä koko käden? Psykologi **Tarja Salokosken** mukaan vanhempien ei tarvitse olla huolissaan niin kauan kuin lapsi tekee läksynsä ja tapaa kavereitaan muuallakin kuin verkossa. Jos yöt menevät surffatessa ja koulupäivät nuokkuessa, on vanhempien hyvä puuttua asiaan.

Kolme neljäsosaa nuorista käyttää sosiaalista mediaa älypuhelimellaan, joten tietokoneeseen asennetut palvelunestot ovat historiaa. Salokoski kehottaakin ottamaan puhelimen lapselta pois

yön ajaksi. Kirkas kuvaruutu aktivoi aivoja, jolloin unensaanti pitkittyy.

”Kotona pitää olla tiettyjä sääntöjä niin kuin on kouluissakin”, Salokoski toteaa.

Moni perhe haluaa, että päivälliset olisivat yhteisiä hetkiä, mutta kuinka käy, kun teini ei

saa katsettaan irti kaverinsa parkour-videosta, äiti lukee työ sähköposteja ja isä selaa Facebookia?

Professori **Reijo Kupiainen** Tampereen yliopiston kasvatustieteiden yksiköstä ehdottaa, että perheessä sovitaan pelisäännöt puhelimen käytöstä ruokailun aikana.

”Päätöksen täytyy koskea sekä aikuisia että lapsia”, Kupiainen sanoo.

## Älä syyllistä, vaan kiinnostu

Sekä Kupiaisen että Salokosken mukaan suurin osa teineistä ymmärtää, että verkkoon ei kannata ladata itsestään kuvia paljastavissa vaatteissa eikä tuntemattomien aikuisten viesteihin tule vastata.

Jos vanhempi esimerkiksi epäilee nuoren saaneen sopimattomia viestejä, asia kannattaa ottaa puheeksi avoimesti ja luottamuksellisesti, Kupiainen suosittelee. Syyllistäminen ja uhkailu eivät toimi.

”Teini ei kerro ongelmistaan, koska pelkää menettävän puhelimensa.”

Vanhempien kannattaa aika ajoin muistuttaa jälkikasvuunsa siitä, että nettiin ladattu kuva ei poistu sieltä koskaan kokonaan.



”Vanhempien kommentit ja kaveripyynnöt voivat olla lapselle kiusallisia ja noloja.



●●● ”Netillä on norsun muisti. Tämä on syytä tehdä selväksi myös lapselle”, Salokoski toteaa.

Reijo Kupiaisen mukaan sosiaalisen median maailma on suurimmaksi osaksi täysin turvallinen, riskeistä huolimatta.

”Teinit viettävät mielellään aikaa sosiaalisessa mediassa, koska heidän kaverinsakin ovat siellä.”

Myös monet vanhemmat ovat aktiivisia somen käyttäjiä ja toivovat, että saisivat seurata lastensa käyttäytymistä sitä kautta. Vanhempien julkiset kommentit ja kaveripyynnöt voivat kuitenkin olla monelle lapselle kiusallisia ja noloja.

”Vanhempien kannattaa muistaa, että lapsella on yhtäläinen oikeus yksityisyyteen kuin aikuisellakin. Lapsen ja vanhemman välisen kaveruuden sosiaalisessa mediassa täytyy perustua keskinäiseen luottamukseen”, Kupiainen korostaa.

Silloin vanhemmat voivat esimerkiksi luvata, etteivät vahdi lastaan tai kommentoi tämän päivityksiä liian aktiivisesti. Näin lapsen on helpompi hyväksyä vanhempi osaksi sosiaalisen median elämänsä.

”On myös hyvä muistaa, että sosiaalisen median suhteet pohjautuvat aina tosielämän suhteisiin. Lapsen ja vanhemman välinen suhde tulee olla kunnossa tosielämässä, jotta se voi toimia sosiaalisessa mediassa”, Kupiainen sanoo. •

## Nämä some-kanavat kiinnostavat nuoria

- **FACEBOOK** on yli miljardin käyttäjän ilmoitustaulu. Facebookissa kavereiden määrää voi rajoittaa. Myös tietojen, päivitysten ja kuvien julkisuuden astetta voi muokata. Facebookin ikäraja on 13 vuotta.
- **TWITTER** on suosittu mikroblogi. Toisen käyttäjän seuraamiseen ei tarvitse kysyä lupaa, paitsi jos käyttäjä on halunnut suojata twiittinsä. Palvelun ikäraja on 13 vuotta.
- **YOUTUBE** on maailman suurin videotori. Palveluun kirjaudutaan Google-tilillä, jonka yksityisyyttä voi muokata. Tilin ikäraja on 13 vuotta. Ikärajalliset videot näytetään Youtubessa vain, jos käyttäjä ilmoittaa olevansa 18-vuotias. Käyttäjän todellista ikää ei kuitenkaan voida todentaa.
- **INSTAGRAM** on valokuvien ja videoiden jakamiseen tarkoitettu palvelu. Oletusarvoisesti kuka tahansa voi nähdä käyttäjän profiilin ja julkaisut Instagramissa. Julkaisut voidaan kuitenkin määrittää yksityisiksi, jolloin vain hyväksytyt seuraajat näkevät ne. Palvelun ikäraja on 13 vuotta.
- **PINTEREST** on leikekirjamainen palvelu, jonka kautta voi jakaa erilaisia linkki- ja kuvakokoelmia. Pinterest on avoin palvelu, jossa voi seurata ketä tahansa käyttäjää. Ikäraja on 13 vuotta ja alaikäisellä on oltava rekisteröitymiseen huoltajan lupa.
- **BLOGGER** on Googlen omistama blogipalvelu. Bloggerissa oleva blogi on oletuksena julkinen, mutta sen saa yksityiseksi asetuksia muokkaamalla. Google edellyttää palveluidensa käyttäjiltä vähintään 13 vuoden ikää.
- **IRC-GALLERIA** on yli 450 000 rekisteröityneen käyttäjän nettiyhteisö nuorille. Palvelussa kuvien näkyvyyttä voi rajata kaveriryhmälle tai sisäänkirjautuneille. Se ei kuitenkaan estä niiden leviämistä. IRC-Gallerian ikäraja on 12 vuotta.
- **KUVAKE.NETIÄ** käyttää yli 170 000 nuorta aikuista esimerkiksi persoonansa ja tyyliinsä esittelyyn. Käyttäjä voi asettaa profiilinsa yksityiseksi, jolloin vain sisäänkirjautuneet voivat selata profiilia. Palvelun ikäraja on 16 vuotta.
- **KIK MESSENGER** on ilmainen älypuhelinsovellus, jolla voi lähettää viestejä ja kuvia ilmaiseksi toisille nimimerkeille ja ryhmille. Kik on avoin palvelu, jossa voi lähettää ja vastaanottaa viestejä ja kuvia keneltä tahansa. Palvelun ikäraja on 13 vuotta.
- **WHATSAPP** on pikaviestisovellus, jonka voi ladata älypuhelimkeen. Varmistukseen käytetään omaa puhelinnumeroa. Sovellus hakee puhelimen yhteystiedoista toisia WhatsApp-käyttäjiä, joiden kanssa voi viestitellä ilmaiseksi. Sovelluksen ikäraja on 16 vuotta.



TEKSTI KAISA TALOLA KUVITUS ANTTI NIKUNEN

# Sähköromu kiertoon

Kodin sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrättäminen aiheuttaa monille päänvaivaa. Nyt siitä on tehty helppoa, sillä S-ryhmä ottaa vastaan vanhoja laitteita useissa toimipisteissään.



## Mitä SER tarkoittaa?

SER tarkoittaa sähkö- ja elektroniikkalaiteromua eli SE-romua. Sitä ovat käytöstä poistetut kodin laitteet, jotka toimivat sähköllä, paristoilla, akulla tai aurinkoenergialla. Tällaisia ovat esimerkiksi kylmlaitteet, kahvinkeitin ja kännykät. SE-romua ovat myös kaikki lamput, halogeeni- ja hehkulamppuja lukuun ottamatta.

Lisätietoa SE-romusta ja sen kierrätyksestä osoitteessa [www.serkierratys.fi](http://www.serkierratys.fi).

## Missä S-ryhmän toimipisteissä SE-romua otetaan vastaan?

SE-romua voi tuoda kaikkiin S-ryhmän yli 1 000 neliömetrin päivittäistavarakauppoihin. Lisäksi sitä voi viedä yli 200 neliömetrin erikoiskauppoihin, joissa myydään sähkö- ja elektroniikkalaitteita. Tällaisia ovat Prismat, Kodin Terrat, suurimmat S-marketit ja Agrimarketit. Pienet ruoka-kaupat eivät ota sähköromua vastaan.

## Millaista SE-romua voin tuoda toimipisteisiin?

Lamput sekä laitteet, joiden ulkomitat ovat alle 25 senttimetriä, voi palauttaa ilman uuden laitteen ostovelvoitetta. Suuremmat laitteet voi palauttaa uuden laitteen oston yhteydessä.

Turvallisuussyistä vastaan ei oteta esimerkiksi energiansäästölamppuja tai älypuhelimia, joiden kuori on rikki. Ne tulee toimittaa vaarallisen jätteen keräyspisteisiin.



Juttua varten on haastateltu SOK:n KT-ketjuohjauksen ryhmäpäällikkö Marja Tikkaa ja HOK-Elannon laatu- ja ympäristöpäällikkö Satu Kattilamäkeä.

## Miten toimitan SE-romun keräykseen?

Laitteista tulee poistaa akut ja paristot sekä ylimääräiset osat, kuten pölypussit, lasiesineet, mustekasetit tai elintarvikkeet. Matkapuhelinten, tietokoneiden ja kameroiden muisti kannattaa tyhjentää.

Joissain S-ryhmän kaupoissa on keräysastiat SE-romulle, muussa tapauksessa romu luovutetaan henkilökunnalle, joka lajittelee ja varastoi sen asianmukaisesti.

yhteishyvää

# KASVIKSIA KAUDEN MUKAAN

Maista makeaa mansikkaa,  
popsi rapsakkaa porkkanaa.  
Sesonkikalenteri kertoo,  
milloin kotimaisia ja tuonti-  
kasviksia kannattaa hyödyntää.

SYKSY

TALVI

KOTIMAISET  
TUONTI

TAMMIKUU

Lanttu, peruna, punajuur,  
valko- ja punakaali,  
porkkana, salaatti

Klementiini, appelsiini, sitruuna,  
bataatti, avokado, greippi, limetti,  
päärynä, sitruuna, viinirypäleet

HELMIKUU

Valko- ja punakaali, sipuli,  
peruna, lanttu, punajuur

Fenkoli, endiivi, porsa- ja kukkakaali,  
jäävuorisalaatti, granaattiomena,  
avokado, mango, persimoni/kaki,  
appelsiini, mandariini, greippi,  
omena, paprika, viinirypäleet

MAALISKUU

Valko- ja punakaali, sipuli, yrtit,  
kurkku, peruna, herkkusieni, lanttu,  
punajuur, porkkana

Kukkakaali, jäävuorisalaatti,  
parsakaali, appelsiini, avokado,  
kiivi, mandariini, sitruuna, omena,  
paprika, viinirypäleet

HUHTIKUU

Paprika, salaattit, yrtit,  
kurkku, herkkusieni

Tankoparsa, munakoiso, pinaatti,  
kiinankaali, porsa- ja kukkakaali,  
jäävuorisalaatti, paprika, bataatti,  
papaja, mansikka, pensasmustikka,  
siitakesieni, rukola, sipulit, satsuma

TOUKOKUU

Vihreä ja valkoinen porsa,  
raparperi, kevätisipuli, yrtit,  
tomaattit, salaattit, kurkku

KESÄKUU

Nippusipuli, porsa- ja kukka-  
kaali, paprika, avomaan salaatti,  
kurkku, tomaatti, varhaiskaali,  
varhaisporkkana, varhaisperuna,

HEINÄKUU

Herne, varhaisperuna ja -porkkana,  
salaattit, avomaan kurkku, chili,  
paprika, mansikka, vadelma,  
tomaatti, mustikka, porsa- ja

ELOKUU

Kesäkurpitsa, pavut, peruna,  
metsäsienet, porsa- ja kukkakaali,  
chili, paprika, salaattit, omena,  
mustikka, musta- ja punaviinimarja,



Mansikka, pensasmustikka,  
tankoparsa, pinaatti, munakoiso,  
bataatti, kukka- ja varhaiskaali,  
varhaisperuna, kesäkurpitsa

mansikka

Munakoiso, kesäkurpitsa,  
viinirypäle, nektariini, aprikoosi,  
persikka, vesimeloni, maissi

kukkakaali, pinaatti

Munakoiso, kirsikka, vesimeloni,  
viinirypäle, aprikoosi, nektariini,  
persikka, herkkusieni, maissi

pinaatti

Maissi, munakoiso, melonit,  
nektariini, persikka, päärynä,  
viinirypäle

## SYYSKUU

Lehti-, puna- ja valkokaali,  
lehtiselleri, peruna, omena,  
mustikka, puolukka, karpalo, lakka,  
metsäsienet, sipulit, porkkana,  
punajuuri, salaattit

Ruusukaali, pinaatti, kurpitsa,  
parsakaali, fenkoli, persikka,  
viinirypäle, melonit

## LOKAKUU

Lehti-, puna- ja valkokaali,  
purjo, maa-artisokka, palsternakka,  
piparijuuri, suppilovahvero,  
punajuuri

Parsa- ja ruusukaali, kurpitsa,  
jäävuorisalaatti, ananas, avokado,  
satsuma, mandariini

## MARRASKUU

Kiinanakaali-, kyssä- ja ruusukaali,  
purjo, maa-artisokka,  
palsternakka, karpalo

Kurpitsa, ruusu- ja lehtikaali,  
persimoni, päärynä, satsuma,  
appelsiini, klementiini

## JOULUKUU

Puna- ja valkokaali, porkkana,  
punajuuri, lanttua, peruna,  
maa-artisokka, palsternakka,  
juuriselleri, talviomena

Ruusukaali, avokado, bataatti,  
jäävuorisalaatti, purjo,  
appelsiini, klementiini, omena,  
granaattiomena, kastanja

## KESÄ

## KEVÄT

KOONNUT REBECA ROMERO  
KUVITUS RIIKKA SORMUNEN



# Syksyn Beavers-uutuudet

koko perheelle! DESIGNED IN FINLAND



tyttöjen  
Ellen huppari



poikien  
Erwin huppari



miesten  
Gant paita



naisten  
Martina neuletakki



tyttöjen  
Abelle t-paita



poikien  
Alexis t-paita



miesten  
Erwin t-paita



naisten  
Betricia t-paita



tyttöjen  
Jamina collegehousut



poikien  
Jensen collegehousut



miesten  
Jason farkut



naisten  
Tessa farkut

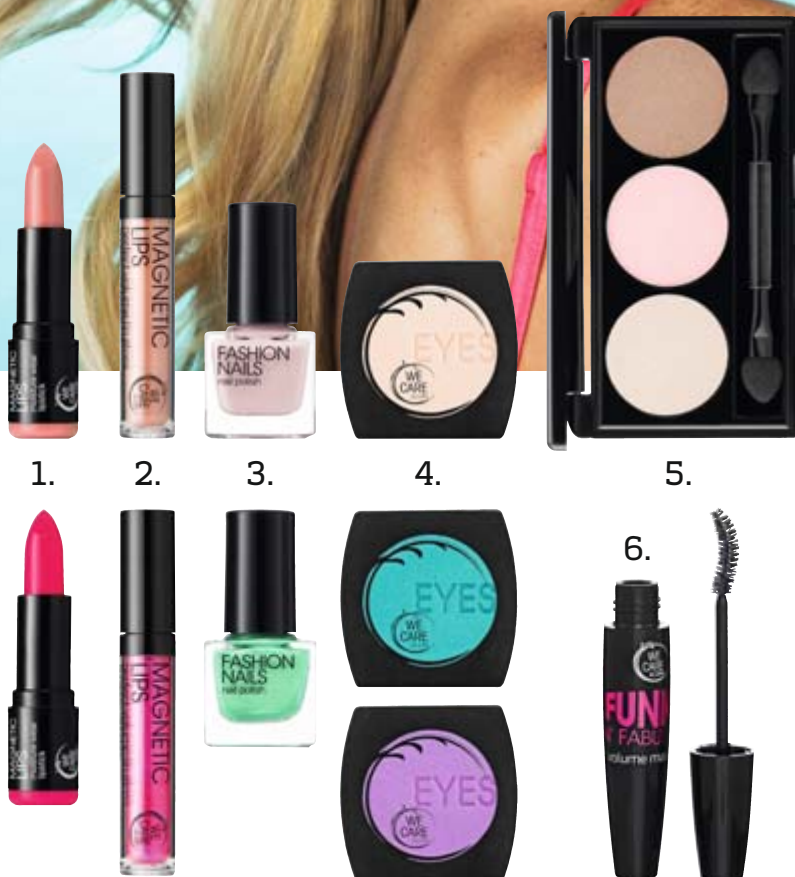
# BEAVERS®

JÄLLEENMYYJÄ  **PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



# NUDEA ARKEEN, VÄRIÄ JUHLAAN

Hillitty arkimeikki syntyy hennon vaaleilla sävyillä.  
Juhlameikkiin saat näyttävyyttä kirkkailla väreillä.



**1. WE CARE ICON MAGNETIC LIPS MOISTURE WEAR LIPSTICK -HUULIPUNA** levittyy huulille pehmeästi ja antaa upean kiillon. Huulipuna sisältää runsaasti pigmenttiä sekä huulia pehmittävää jojobaöljyä ja suojaavaa E-vitamiinia. Useita eri sävyjä. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

**2. WE CARE ICON MAGNETIC LIPS PERFECT VOLUME LIP GLOSS -HUULIKILTO** tuo täyteäisyyttä huulille ja hellii sekä kosteuttaa huulia. Tekee huulista täyteläisen näköiset kasvipoijaisen kollageenin sekä peptidien avulla. Useita eri sävyjä. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

**3. WE CARE ICON FASHION NAILS NAIL POLISH** on helposti levittyvä ja nopeasti kuivuva kynsilakka, joka antaa kynsille kestävän lakkaustuloksen. Useita eri sävyjä. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

**4. WE CARE ICON MAGNETIC EYES PERFECT EYE SHADOW -LUOMIVÄRI** on silkkisen hienojakoinen ja runsaspigmenttinen, minkä ansiosta saat silmiisi kauniin ja huolitellun meikkaustuloksen. Useita eri sävyjä. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

**5. WE CARE ICON MAGNETIC EYES SMOKY EYES KIT -LUOMIVÄRIPALETTI** antaa silmille hehkua koko päiväksi. Yhdistelmällä useampaa eri värisävyä saat katseen syvyyttä. Sopii myös herkille silmille. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

**6. WE CARE ICON FUNKY N' FABULOUS VOLUME MASCARA** on intensiivisesti tuuheuttava, runsaspigmenttinen ripsiväri, jolla saat näyttävän ja viimeistellyn meikkaustuloksen. Muotoillun harjan avulla ripset kaartuvat kauniisti ja väri levittyy tasaisesti. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.



## VAIN HARVINAINEN HALUAA OLLA TAVALLINEN.

Harvinainen sairaus tai vamma koskettaa yli 300 000 suomalaista.  
Älä jätä heitä vaille kosketusta tavalliseen arkeen ja toiseen ihmiseen.  
Harvinaisia tukee, auttaa ja ymmärtää **HARVINAISET.FI**



harvinaiset **fi**



KOONNUT PETJA PARTANEN

## Tietokonemuistin kehittäjä palkittiin

HD-elokuvat, digivalokuvat ja MP3-tiedostot tuntuvat täyttävän kovalevyn aina liian nopeasti. Ilman **Stuart Parkinia** nykykovalevyille ei mahtuisi juuri enempää tietoa kuin USB-muistitikulle.

Vuoden 2014 Millennium -teknologiapalkinnon voittajan oivallus auttoi kasvattamaan tietokoneiden kovalevyjen tallennustiheyden tuhatkertaiseksi.

Stuart Parkinin kehittämä uudenlainen tietokoneen kovalevyn lukupää oli insinööriyötä parhaimmillaan.

Tutkijat **Albert Fert** ja **Peter Grünberg** olivat havainneet vuonna 1988 lähellä absoluuttista nollapistettä ohuissa metallirakenteissa esiintyvän mielenkiintoisen fysikaalisen ilmiön nimeltään suuri magnetoresistanssi.

Tutkijat saivat löydöksestään fysiikan Nobel-palkinnon vuonna 2007.

Parkin keksi fyysikoita kiinnostaneelle ilmiölle hyötykäyttöä vuonna 1991, kun hän onnistui kehittämään GMR-ilmiötä hyödyntävän magneettisen kerrosrakenteen. Siitä voitiin valmistaa entistä herkempiä ja edullisempia kovalevyjen lukupäitä.

Keksintö tuhatkertaisti kovalevyjen tallennuskapasiteetin muutamassa vuodessa. Sen ansiosta Stuart Parkinista tuli johtava tutkija spintroniikan alalla. Parkinin keksintö hyödyntää bittien käsittelyssä elektronin magneettista momenttia eli spiniä.

Perinteisen elektroniikan alueella spintroniikka auttaa käsittelemään bittejä entistä nopeammin ja vähemällä energialla.

Vuoden 2014 Millennium -teknologiapalkinnon voittaja fyysikko Stuart Parkin kehitti digitaalisen tallennuksen nopeutta ja herkkyyttä 1990-luvulla.



## Kuinka pitkään hanavesi säilyy?

Kun kesämökin kaivoveden laatu epäilyttää, moni kuljettaa juomavetensä mökille kanisterissa. Harva kuitenkaan miettii, kuinka pitkään kanisterivesi säilyy juomakelpoisena.

”Vesi ei parane vanhetessaan”, toteaa johtava tutkija **Ilkka Miettinen** THL:stä.

Säilyvyys riippuu Miettisen mukaan paljon kanisteriin kaadettavan hanaveden laadusta.

Vesijohtoveden runsaalle kloorille nyrpistellään, mutta jos hanavettä kuljettaa mökille, toimii kloori erinomaisena säilöntäaineena.

Toinen säilyvyyteen vaikuttava seikka on lämpötila. Oikea säilytyspaikka vedelle on jääkaappi tai kellari.

”Mitä korkeampi lämpötila, sitä nopeammin bakteerit ja mikrobit lisääntyvät. Huoneenlämmössä ensimmäisen vuorokauden aikana ei tapahdu vielä juurikaan mitään. Muutaman vuorokauden kuluttua mikro-



COLOURBOX

bikasvu kiihtyy, riippuen siitä, kuinka paljon mikrobeilla on ravintoa.”

Mikrobeja ravitsevat veden lisäksi säilytysastian epäpuhtaudet.

”Jos samaa kanisteria käytetään koko kesän pesemättä, mikrobikasvu nopeutuu nopeutumistaan”, Miettinen sanoo.

Miten vanhaa vettä tutkija suosittaisi itse juomaan? Miettinen empii hetken. Vastaus ei ole aivan yksise-

litteinen, onhan aiheesta kirjoitettu väitöskirjojakin.

”Kolme vuorokautta huoneenlämmössä ollut vesi ei tuottaisi vielä ongelmia, ja jääkaapissa viikkokaan ei vielä ole kriittinen.”

Vanhemmastakaan vedestä ei yleensä sairastu, mutta maku ei ole häävi.

”Veden pitää olla kirkasta, hajutonta ja hyvänmakuista.”

## Tablettitietokone opiskelukaveriksi

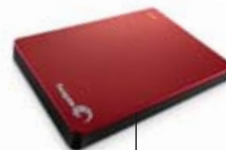
Tabletti kuuluu monen aloittavan opiskelijan toivelistalle. Sillä on kätevä selata nettiä, kuunnella musiikkia, katsella tv-sarjoja ja soittaa nettipuheluita kotiin.

Pitkien opintotehtävien kirjoittaminen pelkällä kosketusnäytöllä on hankalaa, mutta apua työskentelyyn saa langattomasta Bluetooth-näppäimistöstä sekä -hiirestä. Kovalevystä kannattaa ottaa säännöllisesti varmuuskopiot ulkoiselle kovalevylle.

**BLUETOOTH NÄPPÄIMISTÖ** on ohut ja tyylikäs. Se sopii erityisen hyvin käytettäväksi tablettitietokoneen kanssa. Energiaa säästävä Bluetooth 3.1 -tekniikka takaa nopean ja virheettömän toiminnan. Laite on vaivaton liittää ilman johtoja. 59,95 €. Samsung.



**GALAXY TAB PRO 12.2, 4G 32 GB -TABLETTI-TIETOKONEESSA** on 12,2 tuuman näyttö. Se kulkee siron ulkomuotonsa ansiosta helposti mukana. Laite on erittäin suorituskykyinen ja tukee tietokoneiden tapaan monia ohjelmia. Ruudulla voi käyttää samanaikaisesti useita eri ohjelmia. 799 €. Samsung.



**SLIM 1TB USB 3.0 -ULKIOINEN KIINTOLEVY** on yhden teratavun kokoinen. Kovalevy on kompakti ja se toimii nopealla USB 3.0 -liitännällä. Ohut kiintolevy on pakattu metallikoteloon, joten levy kulkee helposti mukana eikä pelkää pieniä ruuheita. Mukana on Seagaten varmuuskopointitoiminnot. Saatavana mustana, punaisena ja hopeana. 109 €. Seagate.



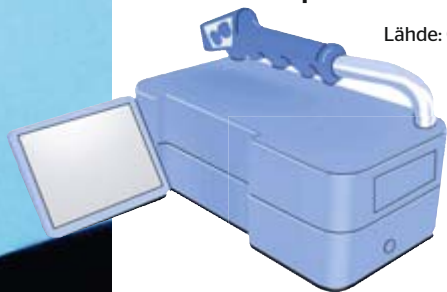
**BLUETOOTH-HIIRI** on optinen ja sen akku kestää jopa 18 kuukautta. Tukevan muotoilunsa ansiosta sitä on miellyttävä käyttää. Laite hyödyntää pientä Unifying-vastaanotinta, joten se ei ole tiellä tabletin käytössä. 29,95 €. Logitech.



## ÄLYKÄSTÄ

Koneneä haistaa  
miljardisoidien  
pitoisuudet ilmasta.

Lähde: Gasera Oy



THINKSTOCK JA SAULI PALMUI

Koiralla on  
**300**  
miljoonaa  
hajureseptoria,  
ihmisellä vain  
5 miljoonaa.

Lähde: Suomen Haju-  
erotteluyhdistys ry



## Koneneä haistaa huumeet ja räjähteet

Suomalainen teknologiayritys on kaupallistamassa pieniä molekyylipitoisuuksia ilmasta skannaavaan laitteen, joka kilpailee tarkkuudessaan huume- ja pommikoirien kanssa.

Se erottaa ilmasta esimerkiksi kokaiinin hajoamistuotteen metyylibentsoatin, vaikka sen pitoisuus ilmassa olisi vain yksi miljardisosa.

Taskukokoinen kaasua- ja ilmanlaatuanalysointilaitte voi muutaman vuoden kuluttua olla rajavartiostojen, tullin tai kiinteistöjen ilmanlaatuvalvontajien perustyökalu.

Koneneä perustuu Turun yliopistossa 2001 tehtyyn keksintöön, joka nostaa infrapunaspektroskopiassa käytetyn ilmaisimen herkkyyden satakertaiseksi.

Laitteen voi kalibroida mittaamaan lähes mitä tahansa, kuten ihmiselle vaarallisia kaasuja, huumeita tai räjähteitä.



# SLOW COOKED

MADE BY TULIP



LÄMMITÄ  
JA NAUTI



180°C, 25 min.



Epäsuora  
lämpö, 25 min.



Skannaa ja löydä  
inspiroivat reseptit.

TULIP FOOD COMPANY  
WWW.SLOWCOOKED.FI · WWW.SLOWCOOKED.SE

# ECO KITCHEN<sup>®</sup>



**Kevyet ja kestävät Eco Kitchen keitto- ja paistoastiat  
hehkuvat iloisen kesäisissä väreissä.**

DESIGNING  
GOOD LIFE

Keraaminen OBH Nordica Longlife™ -pinnoite takaa täydellisen paistotuloksen, ruoasta tulee luonnollisesti herkullisempaa. Ympäristöystävällinen, 100% luonnonmateriaalista valmistettu pinnoite kestää hyvin naarmuuntumista ja korkeita lämpötiloja. Kaikille liesityypeille, myös induktioliesille. Sisä- ja ulkopinnat on helppo puhdistaa. Kauniita uunivuokia voi käyttää myös tarjoiluun ja esillepanoon.

**VINKKI:** parhaan maun ja kauniin pinnan varmistamiseksi, on paistamisessa suositeltavaa käyttää pieni määrä rasvaa tai öljyä.



Valikoima vaihtelee myymälöittäin.



# VARMISTA ENSI KESÄN KUKOISTUS

Loppukesästä on aika istuttaa ensi kevään kukkia. Lannoitteet edistävät seuraavan kasvukauden kukannupujen muodostumista.



**KOTIMAISET PERENNAT** Kauniit ja kestävät kotimaiset perennat tekevät pihasta ja puutarhasta läpi kesän kukkivan keitaan. Valikoimassa on yli 200 eri lajiketta. Alkaen 2,95 €.



**SYSSHORTENSIA** viihtyy auringossa tai puolivarjossa. Hortensiassa on isot kellanvalkoiset kukinnot, jotka muuttuvat myöhemmin punertaviksi kartiomaisiksi kukkinnoiksi. Hortensia kukkii elokuusta lokakuuhun, ja vaatii vuosittaisen leikkauksen keväällä. Se on kaksi metriä korkea ja pystykasvuinen. Vyöhyke I-IV.



**TULPPAANI** 'Apeldoorn's Elite' on näyttävä erityisesti laajoina ryhminä. Punakeltainen Darwin-hybridi kukkii toukuussa. Sen istutussyvyys on noin 10 senttiä. Sipulin koko on 10/11. Käytä istutuksen yhteydessä kukkasipulilannoitetta. 10 sipulia/pussi. 1,95 €. Myymälöissä viikolla 34.

## SYYSLANNOITE PAKKI

Rakeinen yleislannoite lisää kasvien kylmänkestävyyttä sekä parantaa niiden kukintaa ja satoa. Lannoita kasvit syksyllä ennen kuin ne tuuleentuvat. 10 kilogrammaa. 20,90 € (2,09/kg). Kekkilä.



## SYKSYN PK-LANNOITE

sisältää eloperäistä fosforia sekä runsaasti kaliumia ja hivenravinteita. Ei sisällä lainkaan typpeä, joka häiritsee talvipöön siirtymistä. 25 litran pussi riittää 300 neliömetrille. Biolan.



**PUUTARHAN SYKSY -LANNOITE** auttaa kasveja kukoistamaan seuraavana kasvukautena. Sirottele sitä jo sadonkorjuun aikaan pihamaan kasveille. Yksi 20 kilon pussi riittää 570 neliömetrille. GreenCare.



**BIO-KUKKASIPULI-LANNOITE** on orgaaninen erikoislannoite kaikille kukkasipuleille. Sen sisältämä mykorritsa-sienirihmasto vaikuttaa pitkään ja luonnonmukaisesti. Sirottele lannoitetta istutuskuoppaan tai kasvavien sipuleiden joukkoon. 5,95 € (11,90/kg). Neudorff.

Lue ohjeet  
kasvien syys-  
lannoitukseen.

yhteishyvä.fi

TUOTTEET SAATAVILLA KODIN TERROISTA JA SUURIMMISTA PRISMOISTA.  
VALIKOIMAT VAIHTELEVAT MYYMÄLÖITTÄIN.

# Vakaata tuottoa sijoitusasunnosta

Asuntosijoittaminen on helppo ja turvallinen tapa kerryttää varallisuutta. Näillä vinkeillä saat sijoitusasunnollesi parhaan tuoton.

”Asuntosijoittamisessa ostettava asunto on vakuutena ja vuokralaisen maksaa velan lyhenykset. Siinä asuntosijoittamisen idea kaikessa yksinkertaisuudessaan”, Suomen Vuokranantajat ry:n vs. toiminnanjohtaja **Elina Aalto** sanoo.

Asuntosijoittamisessa sijoittajan omat valinnat määräävät pitkälti tuoton suuruuden. Huoneiston valinta, sen remontoiminen ja luotettavan vuokralaisen löytäminen vaikuttavat sijoitetun pääoman tuottoon.

Ennätysalhaiset korot helpottavat asuntosijoittamista samoin kuin se, ettei pääomaa tarvitse olla kuin korkeintaan kolmasosa asunnon hinnasta.

## Tuottoa kahdesta suunnasta

Sijoitusasunnon tuotto on yleensä helpposti ennakoitavaa ja vakaata. Tuotto jakautuu vuokratuottoon ja asunnon arvonnousuun. Vuokratuoton voi laskea hyvinkin tarkasti, ja arvonnousu on viime vuosina tuonut sijoittajalle varmaa tuloa. Kokonaisuutena asuntosijoittamisen tuotto-odotus on 3–10 prosenttia vuodessa.

Vuokratuottoa ja asunnon myynnistä saatavaa luovutusvoittoa verotetaan pääomatulona eli 30 prosentin mukaan 40 000 euroon saakka. Sen yli menevältä osalta vero on 32 prosenttia.

”Jos vähänkin perehtyy siihen, mitä ostaa, minkälaiselta alueelta ja miten taloyhtiötä on hoidettu, ovat riskit loppujen lopuksi melko pienet”, Aalto sanoo.

## Sijainti ratkaisee

Asunnon sijainti määrittelee pitkälti sen arvon. Kasvukeskukset ja yliopistokaupungit sekä niiden lähistöllä olevat junaradan varret ovat asuntosijoittamisen kannalta parhaimpia alueita. Suurimmissa kaupungeissa on usein paremmat mahdollisuudet asunnon arvonnousulle. Hyvää vuokratuottoa saa tällä hetkellä esimerkiksi Seinäjoelta, Rovaniemeltä ja Hyvinkäältä. Alueiden sisälläkin on eroja.

”Vaikka esimerkiksi Itä-Helsingillä on huono maine, se on asuntosijoittajalle potentiaalinen kaupunginosa. Alueen liikenneyhteydet ovat erinomaiset ja kaikki palvelut ovat lähellä asutusta. Alueen taloyhtiöt ovat suurimmaksi osaksi isoja ja hyvin hoidettuja kerrostaloja, ja ulkoilualueita on runsaasti”, Aalto listaa.

## Tunnista tuottoisa sijoitusasunto

- Hyvä sijainti halutulla alueella
- Pieni ja kompakti ilman hukkaneliöitä
- Hyväkuntoinen pesuhuone ja paikka pesukoneelle
- Hyvin hoidettu taloyhtiö
- Helpposti vuokrattava
- Monipuoliset liikenneyhteydet ja palvelut
- Alueen asunnoille odotettavissa vakaata arvonnousua



## Ota remonteista selvää

Pienet asunnot, kuten yksiöt ja kaksiöt, ovat useimmiten riskittömämpiä sijoituskohteita kuin suuret. Tähän vaikuttaa paitsi niiden kysyntä myös pienemmät remonttikustannukset.

Sijoitusasunnon valinnassa kannattaa ottaa huomioon erityisesti asunnon kunto ja taloyhtiön tulevat remontit. Ainakin putki- ja julkisivuremonttien ajankohdat ja niiden vaikutukset asunnon arvoon on syytä selvittää etukäteen.

Toisaalta käsistään kätevä sijoittaja voi nostaa edullisen ja huonokuntoisen asunnon arvoa huomattavasti hyvin tehdyllä huoneiston remontilla. ●●●





”Asunnon sijainti  
määrittelee pitkälti  
sen arvon.



•••

Kun sijoitusasunto on hankittu, siitä kannattaa pitää huolta.

”Oma aktiivisuus yhtiökokouksissa on tärkeää. Kannattaa suhtautua sijoitukseensa pitkällä tähtäimellä, eikä esimerkiksi tehlata peruskorjauksia”, Aalto muistuttaa.

### Etsi luotettava vuokralainen

Asuntosijoittajan lyhyen ajan riskeistä suurin on vuokralainen. Tätä riskiä voi kuitenkin minimoida monella tapaa.

”On tärkeää tavata vuokralainen henkilökohtaisesti ja kysyä suoraan, miten hän aikoo vuokransa maksaa”, Aalto sanoo.

Luottotietojen tarkastaminen käy kätevästi esimerkiksi Suomen Vuokranantajat ry:n kautta. Takuuvuokraa kannattaa pyytää vuokralaiselta 2–3 kuukauden vuokran verran.

”Kirjallinen vuokrasopimus on aivan ehdoton. Siinä on syytä sopia vuokran lisäksi muun muassa erilliskorvauksista, yksiselitteisistä muuttopäivistä, vuokran korotusajankohdasta ja remontteihin liittyvistä asioista”, Aalto sanoo.

Hankalasta vuokralaisesta voi olla vaikea päästä eroon.

”Vuokrasuhteen irtisanominen vaatii aina vakavia perusteita, kuten vuokranmaksun laiminlyöntejä tai jatkuvaa naapurien häiritsemistä”, Aalto sanoo.

### Sijoita nyt!

Asuntosijoittaminen on erinomainen sijoitusmuoto kaikissa elämäntilanteissa, Elina Aalto korostaa.

”Kannattaa lähteä liikkeelle heti, kun säästöön on kertynyt sen verran rahaa, että pääsee kiinni hyvään sijoitusasuntoon. On turha odottaa, että oma asunto on ensin maksettu”, Aalto sanoo.

Sijoitusasunto on myös hyvä tapa säästää lisäeläkettä, ja sijoitusasunto on helppo realisoida, jos elämäntilanne sitä vaatii. •



## S-Asuntorahasto: Asuntosijoittajaksi jo 200 eurolla

”S-Asuntorahasto on vaivaton tapa aloittaa asuntosijoittaminen”, FIMin asuntosijoituksista vastaava johtaja **Petri Jokinen** sanoo.

Uuden S-Asuntorahaston minimisijoitus on osuuskauppojen asiakasomistajille 200 euroa. Merkintätoimeksiannon tekeminen onnistuu helposti S-Pankin verkko-pankissa. Rahastoa hoitaa ja hallinnoi S-Pankin kanssa samaan konserniin kuuluva FIM Varainhoito Oy\*.

S-Asuntorahastoon voi sijoittaa koska tahansa, mutta rahasto-merkintä tapahtuu vain kunkin vuosineljänneksen viimeisenä pankkipäivänä. Merkintätoimeksianto kannattaa siis tehdä mahdollisimman lähellä merkintäpäivää.

S-Asuntorahasto mahdollistaa asuntosijoittamisen ilman isoa alkupääomaa. Omatoimiseen asuntosijoittamiseen verrattuna se tarjoaa myös vaivattoman tavan aloittaa hajautettu asuntosijoittaminen.

Tavoitteena on, että keväällä 2014 perustetun rahaston avulla voidaan lähivuosina sijoittaa satoihin kasvukeskusten pieniin asuntoihin.

”Tarkoituksenamme on saada rahastoon mukaan tuhansia aivan tavallisia ihmisiä, jotka ovat kiinnostuneita asuntosijoittamisesta”, Jokinen sanoo.

Rahaston varoista puolet tulee sijoittajilta ja puolet vieraana pääomana eli lainana. Oman pääoman tuottotavoitteeksi on asetettu 5–7 prosenttia. S-Asuntorahaston merkintäpalkkio on kaksi prosenttia ja kiinteä hallinnointipalkkio 1,9 prosenttia vuodessa.

Rahasto-osuuksien lunastuspalkkio vaihtelee 1–4 prosentin välillä sijoitusaikasta riippuen. Rahaston juoksevat kulut ovat arviolta 2,5 prosenttia vuodessa. Tavanomaisia korko- ja osakerahastoja korkeammat palkkiot johtuvat rahaston taustavoimien tekemästä työstä.

”Analysoimme kohteita, hankimme ja myymme asuntoja. Lisäksi huolehdimme vieraan pääoman hankinnasta, varainsiirtoveroista ja rekisteröinneistä. Hankimme myös vuokralaiset ja hallinnoimme vuokrareskontraa, pidämme yhteyttä taloyhtiöihin ja selvitämme remontteihin liittyvät asiat. Tarjoamme kaiken tämän hyvän tuoton lisäksi sijoittajille”, Jokinen summaa.

\*S-Asuntorahasto on FIM Asuntotuotto Erikoissijoitusrahaston osuussarja. Rahastoesitteet ovat saatavilla osoitteessa s-pankki.fi.



# Unohtuiko aamupala? Iskikö iltapäivän nälkä?

Varaudu näillä eväillä!

## Energisiin aamuihin!

belVita Breakfast -keksit on suunniteltu erityisesti aamupalaksi. Keksit on pakattu käteviin annospakkauksiin, jolloin ne on helppo ottaa mukaan.

**5**  
ANNOSPAKKAUSTA



## Iltapäivän suolaisen nälkään!

Uudet TUC Break -keksit ovat pelastus iltapäivän pitkiin tunteihin. Katkaise iltapäivän suolaisen nälkä!

**8**  
ANNOSPAKKAUSTA



Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

TEKSTI KRISTA KORPELA-KOSONEN  
KUVAT IDA NISONEN

# Nappaa vitamiinit talteen

Nyt on paras aika varastoida kesän maut ja vitamiinit talteen. Säilömällä marjat oikein varmistat, että niiden vitamiinit pysyvät tallessa seuraavaan sesonkiin asti.





## ”C-vitamiini säilyy parhaiten tallessa kokonaisina pakastetuissa marjoissa.

**M**ustikkaa, vadelmaa, viinimarjaa – nyt niitä taas saa. Monen marjan sesonki on heinä-elokuussa parhaimmillaan. Marjat ovat luonnon omia terveystuotteita, joiden monipuolisesta ravintoainesisällöstä kannattaa ottaa kaikki hyöty irti. Kypsänä poimitut tuoreet ja ehjät marjat ovat kaikkein terveellisimpiä ja maukaimpia.

Jos marja on rikkoutunut poimitaessa, vitamiinitappioita alkaa tulla hyvin pian poimimisen jälkeen, sillä ilman happi tuhoaa C-vitamiinia. Ravintoainehävikkiä tapahtuu myös säilytyksen aikana.

”Hyvä nyrkkisääntö on, että tuoreet marjat kannattaa käyttää vuorokauden kuluessa poiminnasta. Näin maku ja ravintoarvo säilyvät vielä hyvinä, eikä marja ehdi pilaantua. Etenkin pehmeäkuorisiin marjoihin ilmaantuu nopeasti homeita”, kertoo kehittämispäällikkö **Arja Hopsu-Neuvonen** Marttaliitosta.

Jos marjoja haluaa pakastaa, kannattaa se tehdä mahdollisimman pian marjojen poiminnan jälkeen. C-vitamiini säilyy parhaiten

**Vähäkalorinen:**

**100 g**

marjoja = noin 35–80 kcal



tallessa kokonaisina pakastetuissa marjoissa. Viipalointi lisää jonkin verran vitamiinitappioita, mutta säästää tilaa, jolloin pakastimeen mahtuu kerralla enemmän.

Pieni sokerilisä parantaa marjojen makua ja auttaa C-vitamiinin säilymisessä. Puolen litran pakastusrasiaan sopiva sokerimäärä on noin ruokalusikallinen, litran rasiaan 2–3 ruokalusikallista.

### Sulata nopeasti

”Eniten vitamiinitappioita tulee jo ennen pakastusta tai sulatusvaiheessa. Siksi marjat kannattaa pakastaa sopivan kokoisina kertaannoksina, jotta ne saa nopeasti sulatettua ja käytettyä sulatuksen jälkeen”, Hopsu-Neuvonen kertoo.

Marjat säilyvät pakastettuna 10–12 kuukautta. Kokonaisena pakastetussa mansikassa on yhdeksän kuukauden pakastuksen jälkeen jäljellä 75–90 prosenttia C-vitamiinista, kun lämpötila on koko ajan

ollut riittävän kylmä eli -18 astetta tai kylmempi.

”Marjat on hyvä sulattaa nopeasti esimerkiksi mikroaaltouunin sulatusteholla tai upottamalla pakastusrasia kuumaan veteen. Kiiseliin, smoothieihin ja leivonnaisiin marjoja voi lisätä myös jäisinä.”

### Sokerilisä säästää C-vitamiinia

Voisiko syysflunssaan olla miellyttävämpää lievittää kuin itse keitetty mustaherukkamehu? Kylmyössä tai pakastettuna säilytetyssä höyrymehussa on yhdeksän kuukauden säilytyksen jälkeen parhaimmillaan jäljellä noin 40 prosenttia marjojen C-vitamiinista.

Myös höyrymehun valmistuksessa nopeus on valttia, jos haluaa minimoida vitamiinitappiot. Mehumajallinen marjoja tulisi höyrystää mehuksi mieluiten 45–60 minuutissa. Mehuun lisättävä sokeri auttaa C-vitamiinin säilymisessä. Sopiva määrä on 200–300 grammaa mehulitraa kohti.

”Mehustuksen jälkeen marjamassaan jää vielä paljon vitamiineja ja muita ravintoaineita. Siksi se kannattaa ehdottomasti hyödyntää. Marjamäskistä saa pienellä vaivalla erinomaista hilloa”, Hopsu-Neuvonen vinkkaa.

Hillon valmistuksessa hyödynnetään koko marja kuorineen. Siksi siinä on keittämisen jälkeen parhaimmillaan tallella jopa 80 prosenttia vitamiineista, kivennäisaineista ja flavonoideista.



**Syö:**

**2 dl**

marjoja päivässä

**C-vitamiini:**

**1 dl**

tyrnimarjoja = appelsiini



Lue vinkit marjojen säilöntään ja pakastamiseen.  
**yhteishyvä.fi**



E-vitamiini:

**100 g**

mustikoita = 1/4 päivän  
E-vitamiinitarpeesta

## ”Pieni sokerilisä parantaa marjojen makua ja auttaa C-vitamiinin säilymisessä.

- Hillosokeri edistää ravintoaineiden säilymistä, sillä sitä käytettäessä marjojen kuumennusaika jää lyhyeksi.

### Hillo viihtyy pimeässä

Umpiointi oli ennen yleinen tapa säilöä marjoja, hedelmiä ja kasviksia. Menetelmä perustuu kuumennukseen, joka tuhoaa pieneliöt. Kuumennuksen aikana syntyvä vesihöyry työntää ilman pois tölkistä, jolloin alipaine imaisee kannen tai korkin lommolle.

Marjojen säilöntätapana umpiointi on verrattavissa hilloamiseen.

Umpiointiin sopivia marjoja ovat esimerkiksi karviais- ja viinimarjat. Marjojen kuumennusaika sokeriliemessä on lyhyt, noin 15 minuuttia. Tiiviisti sulkeutuva kansi estää mikrobien pääsyn säilykkeeseen.

Marjahilloja on säilytettävä viileässä ja pimeässä paikassa, sillä auringonvalo tuhoaa C-vitamiinia. Hyvin umpioituja marjoja voi säilyttää myös huoneenlämmössä.

Yhdeksän kuukautta kylmiössä säilytetyn mansikkahillon C-vitamiinista on parhaimmillaan jäljellä noin 40 prosenttia, pakastetun mansikkahillon C-vitamiinista noin 60 prosenttia.

Umpioiduissa marjoissa C-vitamiinin säilyvyys on samaa luokkaa kuin hillotuissa marjoissa.

### Kokeile kuivaamista

Marjoja on mahdollista säilöä myös kuivaamalla. Kasvikuivuri on hyö-

## Löydä parhaat marjamaastot

### Mustikka

- havumetsien kasvi, viihtyy varjoisilla kasvupaikoilla

### Vadelma

- kasvaa lehtomaisilla kankailla, ojen ja metsien reunamilla sekä purojen ja jokien varsilla

### Juolukka

- yleinen suovarpu, joka kasvaa rämeillä sekä korpien ja lettojen mättäillä

### Puolukka

- kasvaa kuivahkoilla ja tuoreilla kankailla

### Mesimarja

- kasvaa kangasmetsissä, kosteilla niityillä ja rannoilla sekä ojen- ja purojenvarsilla

### Lakka

- erityisesti luonnontilaisten soiden kasvi

### Karpalo

- suurimmat sadot ovat lampien ja järvien rantanevoilla sekä märillä avosoilla

### Tyrni

- kasvaa parhaiten aurinkoisilla ja kivisillä hiekka- ja sorarannoilla

Lähde: Arktiset Aromit ry

dyllinen apuväline, mutta marjoja voi kuivattaa myös uunissa. Kuivatusaika vaihtelee marjalajikkeen mukaan. Kuivatut marjat ovat herkullista naposteltavaa sellaiseen, lisäksi niistä voi valmistaa marjajauheita. Kuivatuissa ja jauhe- tuissa marjoissa ravintoaineet ovat tiiviissä paketissa.

Ruokalusikallinen marjajauhetta vastaa noin 1,5 desilitraa tuoreita marjoja. Esimerkiksi kuivattu ruusunmarja on todellinen vitamiinipakkaus. Yhdestä ruokalusikallisesta saa koko päivän tarpeen C-vitamiinia. •

Asiantuntijana marjatutkija, dosentti Riitta Törrönen Itä-Suomen yliopistosta



# SÄILÖ KESÄ TALTEEN

Mehusta, kuivata, vakumoi ja pakasta. Omatekoisista hilloista ja marjamehuista sekä syksyn sienisadosta riittää oikein säilötyinä iloa koko talveksi.



**JE880 EXCELPRO -MEHULINGOSSA** on 1,5 litran mehuastia, kaksi nopeutta, kolmen litran kuiva-ainessäiliö ja XXL-syöttöaukko. Teho 2 000 wattia. 299 €. Kenwood.



**VITEKS-MEHULINGOSSA** on suuri täyttöaukko ja helposti irrotettavat sekä pestävät terät. Turvakytin ja irrotettava jäteastia helpottavat mehulingon käyttöä. Lingossa on portaaton tehonsäätö, joten se soveltuu monenlaisille hedelmille ja vihanneksille. 49 €. Hugin.



**HR1869-MEHULINGOSSA** on kaksi eri nopeutta, tehokas 700-wattinen moottori ja XXL-syöttöaukko. Se on helppo puhdistaa pikapuhdistussiivillä. Lingossa on konepestävät osat, ja sen mukana tulee reseptivihko. 159 €. Philips.



**6775-KASVISKUIVURI** kuivaa tehokkaasti sienet, hedelmät, vihannekset ja yrtit. Kuiva-säilönnässä ei käytetä lisäaineita, jolloin kasvien maku säilyy luonnollisena ja vitamiinit tallessa. Kuivaustulos perustuu nopeaan ilmankiertoon ja alhaiseen lämpötilaan. Kuivurissa on kaksi tehoaluetta, viisi kuivaustasoa, ylikuumenemissuoja ja läpinäkyvä kansi. Halkaisija 33 cm. 49 €. OBH Nordica.



**7953-TYHJIÖPAKKAUSRULLAT** soveltuvat käytettäväksi OBH Nordica -tyhjiöpakkauslaitteiden 7950 ja 7951 kanssa. Tyhjiöpakkaus soveltuu pakastamiseen, jääkaappisäilytykseen ja mikroaaltouuniin. Se on konepesunkestävä ja uudelleen käytettävä. 22 cm x 3 m/rulla. 11,95 €. OBH Nordica.

**7950-TYHJIÖPAKKASLAITE** on helpokäyttöinen ja tehokas. Laite säilyttää elintarvikkeiden tuoreuden viisi kertaa pidempään kuin perinteiset säilöntämenetelmät. 59,95 €. OBH Nordica.



**KASVISKUIVURISSA** on neljä kuivaustasoa, aikakytin (0-12 tuntia), ylikuumenemissuoja ja portaaton lämpötilan säätö (0-60 celsiusastetta). Korkeus 305 mm ja halkaisija 280 mm. Teho 700 wattia. 249 €. Evermat.



**RSP-A-SÄILIÖPAKASTIMESTA** löytyy kolmea eri kokoa: kompakti 200:n, tilava 300:n tai iso 400 litran versio. Kaikki mallit ovat A+-energialuokkaa ja sisältävät lämmön nousun hälytinvälon, sisävalon sekä siirtopyörät. Alkaen 329 €. Rosenlew. Suurimmat koot toimitusmyyntinä.



TUOTTEET SAATAVILLA PRISMOISTA. VAIKOIMAT VAIHTELEVAT MYYMÄLÖITÄIN.



# KUMMAN EVÄSBOKSIN HALUAT?



## KERÄÄ YHTEENSÄ 6X



TAI



SAAT NIKLAS MOISANDERIN TAI KRISTA SIEGFRIDSIN EVÄSBOKSIN.  
OHJEET PAKKAUKSISSA JA NETISSÄ **OSTA6.FI**



# Elokuun edut

Asiakasomistajan S-Edut s. 77-85 | uutiset s. 85-86

## MUSIIKKI

### Kulttuurin aakkoset Helsingin juhlatiivillä

Avantgarde, Beethoven, Capoeira - nyt käydään läpi kulttuurin aakkoset! Uusille elämyksille altistuminen alkaa muutamien avainsanojen kautta. Mikä on taideteoksen kehyskertomus, millaista on ethiojazz? HOK-Elannon Kulttuurin aakkoset johdattavat Helsingin juhlatiivien monipuoliseen ohjelmistoon.

Muistathan, että Juhlaviikoilla on myös kuvataidetta: tänä vuonna Taidehallin täyttävät Hilma af Klintin vallankumoukselliset abstraktit teokset.

Kulttuurin aakkoset osoitteessa  
[www.kulttuurinaakkoset.fi](http://www.kulttuurinaakkoset.fi)

### • Sirkus ja teatteri

#### Cirque Aïtal

Sirkusteltta KoeHelsingissä, Kansalaistorilla  
22.-25.8. pe-la klo 20 ja su-ma klo 18.

• **S-Etukortilla alk. 33,50 e (norm. 37,50 e), perhelippu 2 aik. + 2 lasta 84,50 e (norm. 88,50 e). Ei Bonusta.**

Suomalais-ranskalainen pariskunta tasapainoilee omien haaveidensa ja yhteisen arjen välillä - kuten kaikki parit. Paitsi, että pikkuruinen Kati lentää ilmassa ja valtava Victor pitää jalat tukevasti maassa. Kati ja Victor puhaltavat sirkustelttansa täyteen uskomattoman taidokasta pariakrobatiaa, runollisuutta, huumoria ja rokkimeininkiä. Koko perheen esityksessä ranskalainen tyyliäju kohtaa melankolisen suomalaisuuden.

#### Back to Back: Ganesh vs. Third Reich

Suomen Kansallisteatterin Suuri näyttämö  
ti-ke 19.-20.8. klo 19.

• **S-Etukortilla alk. 38,50-44,50 e (norm. 43,50-48,50 e). Ei Bonusta.**

Norsupäinen jumala Ganesha vaatii Hitleriltä hakaristiä takaisin. Sivusta seuraa natsi-Saksan kuolemanenkeli, tohtori Mengele. Mitä tällaisesta asetelmasta syntyy? Australialaisen *Back to Back Theatre*n esitys on moraalinen ja poliittinen tutkielma vastuusta. Kuka yhteiskunnassa tulee kuulluksi, kuka vaiennetaan? Millä oikeudella joku voi asettua toisen puhe-torveksi? Kipeille kysymyksille äänen antavat ryhmän kehitysvammaiset näyttelijät.

### • Huvila-teltta

#### Ester Rada

Huvila-teltta pe 15.8. klo 19.

• **S-Etukortilla alk. 33,50 e (norm. 37,50 e). Ei Bonusta.**

Etiopialais-israelilaisen Ester Radan sävykäs laulu flirttaille retrohenkisen soulin ja r&b:n



S-Etu  
2/4 €

Ester Rada

ADI HARARI

kanssa. Kokonaisuuden kruunaa se melan-kolian ja elämän ilon kirjo, joka on leimallista vain etiopialaiselle jazz-soundille. Luvassa on pehmeän tyylikkää, tanssittavia hetkiä. Ester Radassa on sanottu olevan häivähdyks Nina Simonea, Erykah Badua ja Janelle Monáe.

#### Ilta liron kanssa, Iiro Rantala Super Trio & Iiro Rantala String Trio

Huvila-teltta to 28.8. klo 19.

• **S-Etukortilla alk. 44,50 e (norm. 48,50 e). Ei Bonusta.**

Suomen suosituimman jazzmuusikon Iiro Rantalan draivi ja energia hämmästyttävät vuodesta toiseen. Huvila-teltassa vietetään unelmien ilta liron kanssa: maestro esiintyy kahden tuoreen, kansainvälisen superkokoonpanon kanssa. *Super Triossa* soittaa mm. tsekkiläinen basistilegendä Miroslav Vitouš. Lisäksi Iiro tuo Huvilaan vajaan vuoden vanhan *String Trio* -yhtyeensä.

#### Sulle lauluni laulan, Elvis ry:n juhlakonsertti

Huvila-teltta su 31.8. lastenkonsertti  
klo 14 ja ilta-konsertti klo 19.

• **S-Etukortilla ilta-konsertin liput alk. 46,50 e (norm. 50,50 e). Ei Bonusta.**

• **S-Etukortilla lastenkonserntin liput alk. 13,50 e (norm. 17,50 e). Ei Bonusta.**

Kaiken takana on biisintekijä. Säveltäjät ja sanoittajat *Elvis ry:n* 60-vuotisjuhlan kunniaksi yhdistyksen jäsenet kokoontuvat Huvilaan tulkitsemaan toisille esiintyjille kirjoittamiaan kappaleita. Lauteille nousevat mm. Pave Maijanen, Mariska, Kaj Chydenius, Knipi ja moni muu. Samana iltapäivänä juhlakalut viihdyttävät omassa konsertissaan perheen pienimpiä.

#### Huvila goes Treme

Huvila-teltta su 24.8. klo 19.

• **S-Etukortilla alk. 37,50 e (norm. 41,50 e). Ei Bonusta.**

Tv-sarja *Treme* on saanut vankan suosion musiikintäviävien parissa ympäri maailman. Sarja tuo ennennäkemättömällä tavalla esiin

New Orleansin kaupungin uskomattoman rikkaan musiikkiperinteen. Nyt samoihin tunnelmiin voi heittäytyä Huvilassa, kun lavan ottavat haltuun kaupungin klubeilla kannuksensa hankkineet jazz- ja bluesmies John Boutté sekä cajun-velhot Cedric Watson ja Dirk Powell.

### • Klassinen musiikki

#### Toronto Symphony Orchestra

Musiikkitalo, konserttisali to 21.8. klo 19.

• **S-Etukortilla alk. 23,50/64,50/74,50/84,50 e (norm. 27,50/68,50/78,50/88,50 e). Ei Bonusta.**

Huimassa kansainvälisessä nosteessa oleva Kanadan ylpeys esittäytyy Juhlaviikoilla. Kapellimestari Peter Oundjian loitii sävyt esiin niin Rahmaninovin säveltäjäntöyön huipentaneesta mestariteoksesta kuin kanadalaisen kulttisäveltäjä Claude Vivier'n visionäärisestä musiikista. Jalokivenä kruunussa on *Grammy*-palkitun James Ehnesin tulkinta Tšaikovskin viulu-konsertosta.

### • Kuvataide

#### Hilma af Klint

Helsingin Taidehalli 16.8.-28.9. ti, to, pe klo 11-18, ke klo 11-20, la-su klo 11-17.

• **S-Etukortilla 10 e (norm. 12 e), alle 18 v. maksutta. Ei Bonusta.**

Hilma af Klint (1862-1944) mullisti käsitystämme taiteen historiasta. Hän maalasi abstrakteja teoksiaan jo 1900-luvun alussa, vuosia ennen ei-esittävän taiteen alkupisteenä pidettyjä merkkiteoksia. Af Klint kuitenkin suojasi taiteensa testamentissaan julkisuudelta pihloon, sillä uskoi sen avautuvan vasta tuleville sukupolville. Nyt laajin koskaan nähty af Klintin teoskokonaisuus nähdään Taidehallin *Juhlaviikon* näyttelyssä.

Helsingin juhlatiivillä, Helsinki.

Liput: [www.lippupalvelu.fi](http://www.lippupalvelu.fi) tai 0600 10 800 (1,98 e/min+pvm). Etu peruslipun hinnasta. Lippujen hinnat sisältävät toimituskulut. Lisätiedot: [www.helsinginjuhlaviivot.fi](http://www.helsinginjuhlaviivot.fi)



## MUSIIKKI

S-Etu  
3 €



KAAREL MIKKIN

### Laulaja - Olavi Virta Estradi Pavilla

- S-Etukortilla Laulaja - Olavi Virta -musiikkiesityksen liput 29 e + mahd. toimituskulut (norm. 32 e) la 2.8. ja 23.8., to 4.9. ja 11.9. sekä la 13.9. ja 27.9. klo 19 Estradi Pavilla Vantaalla. Ei Bonusta.

Rakastetun legendan Olavi Virran tarinaa kuullaan musiikkiesityksessä laulun, musiikin ja tarinoiden kautta. Näytöksissä nähdään teatterista tuttuja elementtejä ja erikoisuutena aitoja elokuvaotteita.

- S-Etukortilla Mainio Juha Vainio -esityksen liput 29 e (norm. 32 e) la 16.8. ja 20.9. sekä Kipparikvartetti ja Kaunis Veera -esityksen liput 29 e (norm. 32 e) to 18.9. Estradi Pavilla Vantaalla. Ei Bonusta.

Estradi Pavi, Honkanummentie 6, Vantaa.  
Liput: [www.lippupalvelu.fi](http://www.lippupalvelu.fi),  
Estradi Pavi, 040 070 3141.  
Lisätiedot: [www.olavivirta100vuotta.fi](http://www.olavivirta100vuotta.fi)

### We Love The 90's - Angels Crying!

- S-Etukortilla We Love The 90's -festivalin 2 päivän liput 72 e (norm. 79 e) pe-la 29.-30.8. Suvilahdessa Helsingissä. Ei Bonusta.
- Ysäri valtaa Suvilahden koko nostalgisella voimallaan, kun Loud'n Live Promotions Oy tuo elokuun viimeisenä viikonloppuna estradille suurimmat kansainväliset ja kotimaiset tähdet 90-luvulta.

We Love The 90's Festival, Suvilahti, Helsinki.  
Liput: [www.tiketti.fi](http://www.tiketti.fi), 0600 11616,  
[www.lippu.fi](http://www.lippu.fi), 0600 900900.  
Lisätiedot: [www.welovethe90s.fi](http://www.welovethe90s.fi)

S-Etu  
2 €



### BRQ Vantaa Festival

- S-Etukortilla BRQ Vantaa Festivalin liput alk. 13 e (norm. alk. 15 e) 3.-10.8. Ei Bonusta.

Festivaalilla voi kokea, millaista on, kun kaikenlaiset soittimet haluavat kuulostaa gambalta - suomalainen luova hulluus kukoistaa Jukka Ollikan uudessa gambaluuttu-cembalossa.

Tapahtumassa pääsee tutustumaan muun muassa Mahan Esfahaniin, ensimmäiseen cembalistiin, jonka konsertti myytiin loppuun Lontoon Promseilla, ja basisti Margaret Urquhartiaan, josta ei taatusti kerrota basistivitsejä.

Riian kulttuuripääkaupungista tuo terveisiä Latvian radion kamarikuoro, jonka tuliaisena on tuore Grammy-palkinto parhaasta kuorolevytyksestä. Gramophone-palkittu La Risonanza tuo Vantaalle palkinto-ohjelmansa, *Händeliä Italiassa*.

Festivaalilla esiintyy myös uusi kansainvälinen nimikkokokoonpano BRQ Vantaa Ensemble, jonka tavoitteena on soittaa aina jotain ennenkuulumatonta.

BRQ Vantaa Festival, Vantaa.  
Liput: [brq.mycashflow.fi](http://brq.mycashflow.fi)  
Lisätiedot: [www.brq.fi](http://www.brq.fi)

S-Etu  
4 €

## SHOW

### Parhaat pikkujoulut Virgin Oil Co.:ssa

- S-Etukortilla Virgin Oil Co.:n Show & Dinner -pikkujoulut 53 e/hlö (norm. 57 e/hlö) keskiviikko- ja torstai-iltais.

Virgin Oil Co.:n pikkujouluilta alkaa Italian herkuista notkuvan buffetpöydän ääressä ja juhlan kruunaa huvattoman hauska show. Show & Dinner -iltoina nähdään hersyvää stand uppia, Jukka Kuronen & Divet Show tai mentalisti Noora Karman esitys.

Kaivopiha, Mannerheimintie 5, Helsinki.  
Liput: [ravitolamyynti@sok.fi](mailto:ravitolamyynti@sok.fi),  
020 1234 800 (lankapuhelimesta 0,0835 e/  
puh.+0,0702 e/min, matkapuhelimesta  
0,0835 e/puh. +0,1717 e/min).  
Lisätiedot: [www.virginoil.fi](http://www.virginoil.fi)

## SHOW

### Huikkea imitaatioshow Peacock-teatterissa

- S-Etukortilla Stars Shown liput 38,50 e sis. toimituskulut (norm. 45,50 e sis. toimituskulut) Linnanmäen Peacock-teatterissa. Eтуhintaisia lippuja on rajoitetusti syyskuun esityksiin. Ei Bonusta.

Viime syksyn yleisömenestys palaa Linnanmäelle. Stars Show on revyymainen laulu- ja puheimitaatio, jossa näyttelijä Jarkko Tamminen imitoi ja parodioi yli 40 tunnettua tähteä. Lavalla nähdään sekä kotimaisia että ulkomaisia kasvoja musiikin, viihteen, urheilun ja politiikan huipulta. Ajankohtaisista aiheista ja tarttuvista hittibiiseistä rakentuu esitys, jollaista ei ole aiemmin Suomessa nähty. Esityksessä Jarkon lisäksi mukana: Laura Voutilainen, TV:stä tuttu tanssiryhmä sekä loistava livebändi. Stars Show lähtee lokakuussa myös Suomen kiertueelle!

Linnanmäen Peacock-teatteri,  
Tivolikuja 1, Helsinki.  
Liput: [www.lippupalvelu.fi](http://www.lippupalvelu.fi), 0600 10 800  
(1,98 e/min+pvm+mahd. toimituskulut).  
Lisätiedot: [www.starsshow.fi](http://www.starsshow.fi)

S-Etu  
7 €

S-Etu  
10 %



### Finland International Airshow

- S-Etukortilla Finland International Airshow'n kaikista lipputyypeistä 10 %:n etu (norm. 11-135 e) 16.-17.8. Helsinki-Malmin lentoasemalla. Ei Bonusta.

Helsinki International Airshow -nimellä järjestetty ilmailutapahtuma palaa uudella nimellä, Finland International Airshow, Helsinki-Malmin lentoasemalle viiden vuoden tauon jälkeen.

Erilaisten lentonäytösten lisäksi koko perheen tapahtumassa on paljon nähtävää myös maanäyttelyssä, jonne kootaan monipuolinen kokoelma lentokoneita, helikoptereita ja muita ilmailuun liittyviä koneita ja laitteita, simulaattoreita ja tuulitunneleita. Perheen pienimmille hupia ja ajanvietettä Malmilla tarjoaa mm. Tivoli Sarioila.

Finland International Airshow,  
Helsinki-Malmin lentoasema, Helsinki.  
Liput: [www.tiketti.fi](http://www.tiketti.fi), 0600 11616,  
[www.lippu.fi](http://www.lippu.fi), 0600 900900.  
Lisätiedot: [www.finlandairshow.fi](http://www.finlandairshow.fi)



## TEATTERI

### Ihastuttava MAMMA MIA! Svenska Teaternissa

- **S-Etukortilla MAMMA MIA! -musikaalin ennakkoon ostetut liput 44/34/22,50/15 e (norm. 88/68/45/30 e) asiakasomistajien ennakkonäytökseen ti 23.9. klo 19 Svenska Teaternissa. Ei Bonusta.**

Svenska Teaternilla on kunnia tuoda näytämölle *MAMMA MIA!* -musikaalin ensimmäinen suomalainen tuotanto. Musikaali perustuu ABBA:n musiikkiin ja yli 54 miljoonaa ihmistä ympäri maailman on rakastunut musikaaliin. Taianomaiset tarinat, joita ABBA:n ajaton musiikki on tulvillaan, kuljettavat tätä ihastuttavaa tarinaa rakkaudesta, ilosta ja ystävyydestä.



MAMMA MIA! London 2013-2014 cast.

Svenska Teatern, Pohjoisesplanadi 2, Helsinki.  
Liput 4.8. alkaen: Svenska Teaternin lippukassa, Pohjoisesplanadi 2 (sisäänkäynti Mannerheimintien puolelta), 09 6162 1411, ma-pe klo 10-18 ja la klo 12-18, ryhmävaraukset arkisin klo 10-16. Lisätiedot: 09 6162 1433, ma-pe klo 10-16. [www.svenskateatern.fi](http://www.svenskateatern.fi)

S-Etu  
50 %



S-Etu  
4 €

### Hersyvä musiikkikomedia työelämästä

- **S-Etukortilla Huippuosaa! -esityksen perusliput 24 e (norm. 28 e) ke 3.9., to 4.9. ja pe 5.9. klo 19 Musiikkiteatteri Kapsäkinä. Etu koskee uusia varauksia. Ei Bonusta.**

Mustaa huumoria ja ajankohtaista satiiria pursuavassa musiikkikomediasa sukellaan pelkäämättä työelämän haasteisiin.

Musiikkiteatteri Kapsäki,  
Hämeentie 68, Helsinki.  
Liput: 09 260 0907, [liput@kapsakki.fi](mailto:liput@kapsakki.fi)  
Lisätiedot: [www.kapsakki.fi](http://www.kapsakki.fi)



S-Etu  
50 %

### Upea Luolasto Kansallisteatterissa

- **S-Etukortilla Luolasto-näytelmän liput 18,50 e (norm. 37 e) ti 12.8. ja la 30.8. klo 19 Kansallisteatterin Suurella näyttämöllä. Ei Bonusta.**

*Luolasto* on villi kertomus maasta, joka aikoo haudata ydinjätteensä ja sitten unohtaa koko asian.

Ydinjätteen loppusijoituspaikkaan maan alle vartijaksi palkattu entinen merimies ei tiedä, johtuvatko ruumiin oudot oireet säteilystä, väärästä ruokavaliosta vai myyttistä luolamaalausta jahtaavasta naisarkeologista. Nuori tutkija on päättänyt yksin nostaa Suomen muinaistutkimuksen alennustilastaan. Kumpikin janoaa elämäänsä intohimoa ja rakkautta - kunhan se ei häiritse omaa päiväräytmää.

Suomen Kansallisteatteri,  
Läntinen Teatterikuja 1, Helsinki.  
Liput ja varaukset: Lippupiste 0600 900 900 (1,98 e/min+pvm.). Etu koskee vain uusia varauksia ja on voimassa niin kauan kuin paikkoja riittää. S-Etukortti mainittava varausta tehdessä.  
Lisätiedot: [www.kansallisteatteri.fi](http://www.kansallisteatteri.fi)



S-Etu  
2 €

### Legendaarinen Kesäleski Elannon Näyttämöllä

- **S-Etukortilla Kesäleski-näytelmän liput 12 e (norm. 14 e) 4.10.-19.11. ke klo 19 ja la klo 18. Elannon Näyttämöllä. Väliajalla maksuton kahvi. Ei Bonusta.**

*Kesäleski* on riemukas komedia keskikäisen miehen kamppailusta ikääntymiskriisiin vastaan.

Kesäleskeys kohtaa kustannustoimitaja Richardin, kun vaimo ja poika matkustavat kesäksi maalle lomanviettoon. Kuten tunnollisen aviomiehen kuuluukin, aikoo Richard, vaimon ohjeiden mukaan, viettää alkoholitonta ja muutenkin siveellistä elämää töiden merkeissä. Yllättävä käänne, yläkertaan muuttaneen nuoren naisen muodossa, saa suunnitelmat pyörähtämään päälle. Houkutusta vastustamaan pyrkivä Richard ystävyytyy naisen kanssa, mutta haaveilee sisimmässään paljon muustakin.

Elannon Näyttämö, Kirjan talo,  
Kirjatyöntekijäkatu 10, Helsinki.  
Liput: [info@elannonnayttamo.fi](mailto:info@elannonnayttamo.fi),  
040 560 9633.  
Lisätiedot ja tarkat esitysajat:  
[www.elannonnayttamo.fi](http://www.elannonnayttamo.fi)

### Olavi Virran musiikkia Tervasaassa

- **S-Etukortilla Ola! - Virtaa kaihon kultamaahan -näytelmän liput 22 e (norm. 25 e) 16.8. saakka Tervasaaren amfiteatterissa. Ei Bonusta.**

Musiikinnäytelmä on pakahduttavaa tunnetta kuin Olavi Virran tulkitsemansa tango ikään. Sibelius-akatemian opiskelijoista koostuva bändi, ja etenkin sen solisti, samaistuu Olavi Virtaan niin, että alkaa elämään Olana. Tämän täysin fiktiivisen Olan yhtymäkohdat historialliseen Olavi Virtaan ovat ilmeiset, mutta erot selkeät. Näytelmän kesto 2 h väliaikoinen.

Tervasaaren amfiteatteri,  
Tervasaarenkannas, Helsinki.  
Liput: [www.teatteri.helsinki.fi](http://www.teatteri.helsinki.fi)  
Lisätiedot: [www.teatteri.helsinki.fi](http://www.teatteri.helsinki.fi)

S-Etu  
3 €

## PERHEILLE

### Reippailuretki Huimalaan tekee hyvää

- **S-Etukortilla aikuinen maksutta lapsen seurassa Reippailuhalli Huimalaan (norm. 5 e). Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla Huimalan Hohtosynttärin arkisin alk. 24 e/lapsi ja viikonloppuisin alk. 29 e/lapsi (norm. alk. 27/32 e). Ei Bonusta.**

Huimala takaa lapsille punaiset posket, kirkkaat silmät sekä iloisen mielen hauskalla ja huomaamattomalla tavalla.

Reippailuhalli Huimala,  
Juvankartanontie 15, Espoo.  
Lisätiedot: 020 794 0790, [www.huimala.fi](http://www.huimala.fi)

S-Etu  
3-5 €



**PERHEILLE**

S-Etu  
1/1,30 €



**Tutustu meren asukkeihin  
SEA LIFE:ssä**

- **S-Etukortilla SEA LIFE:n verkko-kauppaliiput aik. 13,50 e ja lapset 9,50 e (norm. 14,50 e/10,50 e) elokuun ajan. Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla SEA LIFE -kaupasta SEA LIFE -logomukit kolme kahden hinnalla elokuun ajan. Merimaailman tarjoaa edullisimman. Etu on voimassa niin kauan kun tavaraa riittää, eikä sitä voi yhdistää muihin alennuksiin. Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla voisilmäpulla ja kahvi 4 e (norm. 5,30 e) elokuun ajan Kahville Merimaailmassa. Ei Bonusta.**

Merimaailmassa oppii kiinnostavia ja hauskoja faktoja merestä ja sen asukeista kuten erilaisista ravuista.

SEA LIFE -kaupassa voi pistäytyä ostoksilla ilman sisäänkäyntimaksua. Kahville Merimaailma on avoinna aina SEA LIFE:n aukioloaikoina.

Merimaailma SEA LIFE, Tivolitie 10, Helsinki. Avoinna: ma-su klo 10-19. Lipunmyynti suljetaan tuntia ennen sulkemisaikaa.

Liput: [www.sealifeshop.fi](http://www.sealifeshop.fi), Linnanmäen Hupirannekkeella SEA LIFE:n sisäänkäynti 8 e (norm. 16 e), S-Etukortilla ennakkoon ostettu Linnanmäen Hupiranneke Prismoista ja Helsingin keskustan Sokoksesta 34 e. Lisätiedot: [www.sealife.fi](http://www.sealife.fi)

**Kingi nostaa korkeuksiin**

- **S-Etukortilla ennakkoon ostettu Linnanmäen Hupirannekkeet 34 e (Linnanmäeltä 37-39 e) 19.10. saakka Prismoista ja Helsingin keskustan Sokoksesta. Ei Bonusta.**

Koe Linnanmäen uutuuslaite KINGI ja 75 metrin vapaapudotus.

Linnanmäen huvipuisto, Tivolikuja 1, Helsinki. Hupirannekkeet Prismoista ja Helsingin keskustan Sokoksesta. Lisätiedot: [www.linnanmaki.fi](http://www.linnanmaki.fi)

S-Etu  
3-5 €

**Luontoseikkailulle  
Luonnontieteelliseen  
museoon**

- **S-Etukortilla kaksi kertalippua yhden hinnalla, Luomus tarjoaa edullisemman (norm. 5/10 e) 31.8. saakka. Ei Bonusta.**

Museon näyttelyt kutsuvat kiehtovalle matkalle luonnon monimuotoisuuteen. Suomen luonnossa voi samoilla keväisestä saaristosta syksyisten peltola-keuksien kautta pohjoiseen talveen. Löytöretki *Maailman luontoon* kuljettaa arktisilta alueilta aina Australiaan asti. *Elämän historiassa* lähdetään aikamatkalle evoluution alkulähteille ja dino-saurusten aikaan ja *Luiden salat* saavat pohtimaan, miksi toisilla on selkäranka ja toisilla ei. Matkalla kulkija kohtaa myös museoin ikkunasta sisälle uineen jättimäisen valkohain.

Omatoimiseikkailulle voi ottaa oppaaksi Top10-tehtäväkartan, joka löytyy museon aulasta. Tehtävä ratkeaa kartan kuvavihjeiden avulla.

S-Etu  
5/2,50 €



Luonnontieteellinen museo, Pohjoinen Rautatiekatu 13, Helsinki. Avoinna elokuussa: ti-su klo 10-17, ma suljettu. Pääsyliput: 5/10 e, alle 7 v. maksutta (pois lukien päiväkotijäsen ja muut ryhmät). Maksulliset opastukset: [www.luomus.fi/opastukset](http://www.luomus.fi/opastukset) Lisätiedot: [www.luomus.fi](http://www.luomus.fi)

S-Etu  
10-40 €

**Mukava musiikki-  
harrastus syksyksi**

- **S-Etukortilla Jamkids Musiikkikoulun ja Musiikkikoulun Demon lukukausimaksuista 10-40 e etu. Ei Bonusta.**

Jamkidsin iloisissa ja elämyksellisissä muskareissa musiikin oppiminen on hauskaa. Lapsi saa mukaansa iloa omasta tekemisestä ja yhdessä soittamisesta.

Jamkids-ryhmät syksyllä 2014: Vauvamuskari 0 v., Taaperomuskari 1-3 v., Bändimuskari 4-7 v., Kantelemuskari 4-7 v., Laulumuskari 4-7 v., Rytminmuskari 4-7 v.

Musiikkikoulu Demossa soiton ja laulun opiskelu on rentoa ja mukavaa. Sopiva ryhmä löytyy niin koululaiselle, nuorelle kuin aikuisellekin.

Demo tarjoaa myös bändisoittamista kiinnostuneille uuden tavan tutustua bändisoittoon. Demo-ryhmät syksyllä 2014: basso (sähkö), kantele (5-15-kielinen), kitara, koskettimet, poplaulu ja kuoro, rummut, bändiopetus.

Jamkids Musiikkikoulu, Espoo, Helsinki, Kirkkonummi, Vantaa. Lisätiedot ja ilmoittautumiset: [ilmoittautuminen@jamkids.fi](mailto:ilmoittautuminen@jamkids.fi), [www.jamkids.fi](http://www.jamkids.fi), 0400 944 222.

Musiikkikoulu Demo, Espoo, Helsinki, Kirkkonummi, Vantaa. Lisätiedot ja ilmoittautumiset: [ilmoittautuminen@musiikkikouludemo.fi](mailto:ilmoittautuminen@musiikkikouludemo.fi), [www.musiikkikouludemo.fi](http://www.musiikkikouludemo.fi), 0400 433 27



S-Etu  
2 €

**Hauska kesäpäivä  
Serenassa**

- **S-Etukortilla Serenan päivälliput 22,50 e (norm. 24,50 e) 1.-24.8. Max. 4 hlöä/S-Etukortti. Etua ei voi yhdistää muihin alennuksiin. Ei Bonusta.**

Pohjoismaiden suurimmassa vesipuistossa viihtyy koko perhe. Altaiden, vesiliukumäkien ja saunojen lisäksi Serenasta löytyy myös luolaravintola *Granina*, jossa vesipedoille on tarjolla herkullisia ruoka-annoksia ja virvokkeita.

Serena, Tornimäentie 10, Espoo. Avoinna: 10.8. saakka joka päivä klo 11-20, 16.-17.8. ja 23.-24.8. klo 11-20. Muina elokuun päivinä suljettu. Lisätiedot: [www.serena.fi](http://www.serena.fi)



**PERHEILLE**

**S-Etu  
20 %**



**Korkeasaarella eläimellinen kesäohjelma**

- **S-Etukortilla Korkeasaaren verkkokaupasta vuosilipusta 20 %:n etu (norm. 20–50 e) sekä vaihtuvia etuja elokuun ajan. Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla Juhlavuoden etu Korkeasaaren ravintoloista: Fair Mary-jääkahvi tai jääkaakao + pulla 4,50 e (norm. 6 e). Lisäksi S-Etukortilla vaihtuvia etuja Korkeasaaren matkamuisto-kaupoista. Ei Bonusta.**

Eläintarhassa riittää vilinää ja vilskettä läpi kesän. Keväällä syntyneiden pentujen ja poikasten lisäksi eläintarhassa on nähtävillä villisiat, jotka ovat Korkeasaaren uusi laji. Eläintarhan kesäohjelmaan kuuluvat juonnetut ruokinnat sekä pop up -ohjelmakokonaisuudet kuten *Grey Cube* -taidegalleriat vanhoissa karhulinnoissa. Kannattaa myös tulla ihaillemaan upeita hiekkaveistoksia, jotka ovat nähtävillä koko kesän. Rauhasta nauttivien kannattaa poiketa kesäiltoina, kun Korkeasaari on avoinna iltakahdeksaan.

Tänä vuonna eläintarha juhlii 125-vuotista taivaltaan, juhla huipentuu elokuussa järjestettävään syntymäpäiväviikonloppuun.

Korkeasaaren eläintarha, Mustikkamaanpolku 12, Helsinki. Avoinna päivittäin: tammi-maaliskuussa klo 10–16, huhti- ja syyskuussa klo 10–18, touko-elokuussa 10–20, loka-joulukuussa klo 10–16. Lisätiedot ja poikkeusaikataulut: [www.korkeasaari.fi](http://www.korkeasaari.fi)

**Piipahda Joulupukin maailmaan**

- **S-Etukortilla Joulupukin maailman perhelippupaketti 2 aik. + 2 lasta tai 1 aik. + 3 lasta 15 e (norm. 20 e) Linnanmäen Santa Claus Worldissä. Ei Bonusta.**

Linnanmäki, Santa Claus World, Tivolikuja 1, Helsinki. Liput: paikan päältä, [www.santaclausfinland.fi/santaclausworld](http://www.santaclausfinland.fi/santaclausworld). Lisätiedot: [www.santaclausfinland.fi](http://www.santaclausfinland.fi)

**S-Etu  
2 €**



**Vauhtia Pyöräkrossiparkin BMX-synttäreiltä**

- **S-Etukortilla BMX Syntymäpäivät 23 e/hlö (norm. 25 e) 31.10. saakka viikonloppuisin. Ei Bonusta.**

BMX Synttäreillä opetellaan ajamisen perustekniikkaa, tehdään pyörällä erilaisia leikkimielisiä kisoja, kokeillaan isoa pyöräkrossirataa ja lopuksi pidetään synttärikipailut, jossa kaikki palkitaan. Ohjelman kesto 2 h juomataukoineen. Pyörät ja varusteet saa paikan päältä. Yli 7-vuotiaille.

Pyöräkrossiparkki, Kivikon Liikuntapuisto, Savikiekkontie 6, Helsinki.

Liput: paikan päältä, varaus: [info@pyorakrossiparkki.fi](mailto:info@pyorakrossiparkki.fi)  
Lisätiedot: [www.pyorakrossiparkki.fi](http://www.pyorakrossiparkki.fi)

**S-Etu  
1 €**

**NÄYTTELYT**

**Ateneumissa juhliitaan Tove Janssonia**

- **S-Etukortilla pääsymaksu 11 e (norm. 12 e) Ateneumin taidemuseoon. Näyttelyesittelyt Ateneum-salissa to klo 18 ja su klo 14 pääsylipun hinnalla. Ei Bonusta.**

Tove Janssonin 100-vuotissyntymäpäivänä 9.8. klo 14 ja 16 Birgitta Ulfsson esittää Ateneum-salissa Toven lauluja ja runoja. Rakastetun taiteilijan elämästä ja taiteesta kertoo näyttelyn kuraattori Tuula Karjalainen klo 15. Päivän ohjelma sisältyy museolipun hintaan. *Tove Jansson* -näyttely on avoinna 7.9. saakka.

Ateneumissa voi tutustua taiteeseen myös osallistumalla työpajoihin. Nons-top-pajat on tarkoitettu kaikille, eivätkä ne vaadi erikoisosaamista. Yli 3-vuotiaille, alle 10-vuotiaat vanhempien seurassa. Osallistuminen näyttelylipun hinnalla. Pajoihin pääsee mukaan niin kauan kun työpajassa on tilaa.

Taidemuseon kokoelmat ovat esillä pysyvästi.

Ateneumin taidemuseo, Kaivokatu 2, Helsinki. Avoinna Tove Jansson -näyttelyn aikana: ti, pe klo 10–18, ke-to klo 9–20, la, su klo 10–17, ma suljettu. Lisätiedot: [www.ateneum.fi](http://www.ateneum.fi)

**NÄYTTELYT**

**S-Etu  
5 €**

**Kesätuliaisat EMMA Shopista**

- **S-Etukortilla EMMA Shopin verkkokaupassa kaikille tilauksille postitus maksutta (norm. alk. 5 e). Etu on käytettävissä kerran. Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla pääsymaksu 11 e (norm. 12 e), alle 18 v. ja yli 70 v. maksutta. Ei Bonusta.**  
EMMA - Espoon modernin taiteen museossa on 14.9. saakka nähtävillä:  
• *William Kentridge - The Refusal of Time & Other Faces*. Tunnetun eteläafrikkalaisen taiteilijan kanta-aottavat videoinstallaatiot kertovat kolonialismin ja teollistumisen vaikutuksesta yksilöihin.
- Jaakko Mattilan värikylläiset teokset avaavat 22.8. EMMAn uuden Areena-näyttelytilan.
- *Vesiputoussateenkaari ja muita tapahdumia luonnossa*. Saastamoisen säätiön taidekokoelmassa esillä maise-ma-aiheisia nykytaideteoksia. Näyttely on avoinna 26.3.2015 saakka.

Näyttelykeskus WeeGee, Ahertajantie 5, Tapiola, Espoo. Verkkokauppa: [www.shop.emma.museum](http://www.shop.emma.museum), verkkokaupan kassalla koodi: EMMAshopKESÄETU  
Lisätiedot: [www.weegeefi](http://www.weegeefi), [www.emma.museum](http://www.emma.museum)

**Berliini Gallen-Kallelan Museossa**

- **S-Etukortilla Gallen-Kallelan Museon pääsymaksu 7 e (norm. 8 e), alle 18 v. maksutta. Ei Bonusta.**

Kuinka kaupunki vaikuttaa taiteilijan työhön? Mitä merkitsee työskennellä ulkomailla? Gallen-Kallelan Museon *Berliini - Maalausten historialliset kerrostumat* -näyttely käsittelee näitä teemoja historian ja nykypäivän näkökulmasta. Näyttelyn taiteilijoita yhdistää Berliini, joka toimi vuonna 1895 näyttämönä niin Akseli Gallen-Kallelan kuin Edvard Munchin taiteilijaelämälle. Tätä päivää edustavat kaupungissa työskentelevät nykytaiteilijat Niina Lehtonen Braun, Marcus Eek, Jukka Korkeila, Elisabeth Mladenov, Olli piippo ja Janne Räisänen. Näyttely on avoinna 31.8. saakka.

Gallen-Kallelan Museo, Gallen-Kallelan tie 27, Espoo. Avoinna: joka päivä klo 11–18. Yleisöopastukset keskiviikkoisin ja sunnuntaisin klo 13. Lisätiedot: 09 849 2340, [www.gallen-kallela.fi](http://www.gallen-kallela.fi)

**S-Etu  
1 €**



## NÄYTTELYT

S-Etu  
1 €



JAPAN FOUNDATION

### Vielä ehdit Spirit of Budo – Soturin Tie -näyttelyyn

- S-Etukortilla aikuisten pääsymaksu 7 e (norm. 8 e), alle 18 v. maksutta Suomen kansallismuseoon. Ei Bonusta.

Suuren suosion saanut *Spirit of Budo* -näyttely kertoo japanilaisten taistelulaisten historiasta. Näytteillä on runsaasti koristeltuja miekan tuppia, kahvoja, haarniskoita ja kypäriä Japanista, joista vanhimmat ovat 1800-luvun lopulta. Näyttely avoinna 31.8. saakka.

Kansallismuseon kesänäyttely *Aleksanteri III ja Suomi – Keisarillista kesälo-maa* luo monipuolisen arkiesineistön ja taideteosten avulla kuvan siitä, millaisia olivat keisari-pari Aleksanteri III ja Maria Fjodorovnan kesäloimat Suomessa 1800-luvun lopulla. Näyttely avoinna 14.9. saakka.

Suomen kansallismuseo,  
Mannerheimintie 34, Helsinki.  
Avoinna: ti-su klo 11-18, ma suljettu.  
Liput: 040 128 6469, ti-su klo 11-18.  
Lisätiedot: [www.kansallismuseo.fi](http://www.kansallismuseo.fi)

S-Etu  
2 €

### Nostalginen makumatka

- S-Etukortilla aikuisten pääsymaksu 5 e (norm. 7 e) Kasari!-näyttelyyn 25.11.2015 saakka Hotelli- ja ravintolamuseossa. Ei Bonusta.

*Kasari!*-näyttely kertoo suomalaisen ruokakulttuuriin 1980-luvusta. Esillä ovat niin gourmet- ja ketjuravintola, hampurilaispaikka kuin kodinkoneilla liioitteleva kotikeittiö.

Moniaistisessa *Palveluksessanne!*-näyttelyssä tutustut suomalaisen ruoka- ja juomakulttuuriin, teet matkan majoittumisen historiaan ja tutustut työntekijöiden arkeen.

Hotelli- ja ravintolamuseo, Kaapelitehdas,  
Tallberginkatu 1 G, Helsinki.  
Lisätiedot: [www.hotellijaravintolamuseo.fi](http://www.hotellijaravintolamuseo.fi)

S-Etu  
2 €

### Helsinki kehyksissä

- S-Etukortilla Helsinki kehyksissä -taidekirja hintaan 13 e (norm. 15 e) elokuun ajan Helsingin kaupunginmuseon Museokaupasta. Ei Bonusta.

*Helsinki kehyksissä* vie lukijan helsinkiläisen taiteen maailmaan kaupunginmuseon kokoelmien kautta. Laajemmalti Helsingin historiaan voi tutustua *Hulluna Helsinkiin* -näyttelyssä.

Museokauppa, Helsingin kaupunginmuseo,  
Sofiankatu 4, Helsinki.  
Avoinna: ma-pe klo 9-17, to klo 9-19, la-su klo 11-17. Museoon vapaa pääsy.  
Lisätiedot: 09 3103 6630,  
[www.helsinginkaupunginmuseo.fi](http://www.helsinginkaupunginmuseo.fi)

## MATKALLE

### Vuorokauden risteily Turusta

- S-Etukortilla Viking Linen Turku-Tukholma vuorokauden risteilyn aamulähdöt alk. 18 e/C4-hytti (norm. 20 e/C4-hytti) ja iltälähdöt alk. 35 e/I4-hytti (norm. 39 e/I4-hytti) 4.8. alkaen. Bonusta matkan hinnasta.

Hinta sis. Turku-Tukholma vuorokauden risteilyn valitussa hyttiluokassa 2-4 hengen. Muut palvelut lisämaksusta. Paikkoja rajoitetusti. Oikeudet muutoksiin pidätetään.

Lisätiedot ja varaukset:  
[www.vikingline.fi/s-kortti](http://www.vikingline.fi/s-kortti) tai Viking Linen myyntipalvelu, 0600 41577 (1,75 e/vastattu puh.+pvm/mpm), [booking@vikingline.com](mailto:booking@vikingline.com).  
Tuotetunnus FSBONF.

S-Etu  
2/4 €

S-Etu  
10 €

### Rentoutumaan Viimsin kylpylään

- S-Etukortilla Eckerö Linen kylpylämatka 99 e/hlö (su-to-lähdöillä) ja 119 e/hlö (pe-la-lähdöillä) 1.8.-14.9. Bonusta matkan hinnasta.

Hinta sis. edestakaiset laivamatkat kansipaikoin m/s Finlandialla, majoituksen (yksi yö) 2 hh:ssa, hotelliaamiaisen, yhden valinnaisen hoidon. Saunakeskuksen, kuntosalin ja uima-altaan käytön 07-22 sekä mahdollisuuden osallistua kerran ryhmäliikuntaan tai kolmen tunnin pyörävuokraukseen. Lisäksi pullon kuohuviiniä kahdelle hotellin pubissa.

Lisätiedot ja varaukset: 06000 4300 (1,75 e/puh.+pvm/mpm). Tunnus VIISCA.

S-Etu  
15 %

## MATKALLE



### Türi kukkamarkkinoille Viroom

- S-Etukortilla Pohjolan Matkan Türi kukkamarkkinamatkalla Original Sokos Hotel Virun kauneuskeskuksen palveluista 15 %:n etu 5.9. lähdöllä. Bonusta matkan hinnasta.

*Türi kukkamarkkinat* -kiertomatka (3 pv) alk. 260 e/hlö Helsingistä sis. bussikuljetukset kohteessa ohjelman mukaisesti, laivamatkat Hki-Tallinna-Hki, majoituksen jaetussa 2 hh:ssa, aamiaiset hotellissa, suomenkielisen oppaan palvelut matkan aikana, 1 x lounaan, sisäänpääsymaksun Türi kukkamarkkinoille, Haiden myyntipuutarhaan, Kadriorgin puistoon ja japanilaiseen puutarhaan.

Lisätiedot ja varaukset:  
[www.pohjolanmatka.fi/erikoismatkat](http://www.pohjolanmatka.fi/erikoismatkat) tai Pohjolan Matkan matkatoimistoista, 0201 303 303 (puh. hinnat kiinteästä verkosta 8,35 snt/puhelu+7,02 snt/min, matkapuhelimesta 8,35 snt/puhelu+17,17 snt/min). Palvelumaksu 12 e/varaus, internetvaraukset palvelumaksutta. Oikeudet muutoksiin pidätetään.

S-Etu  
4 €

### Saksan vanhat hansakaupungit

- S-Etukortilla Pohjolan Matkan Hampuri-Celle-Lyypekki-kiertomatalla juomakuponki Finnlinesin laivalla menomatalla veloitus (norm. 4 e) 30.9. lähdöllä. Bonusta matkan hinnasta.

*Hampuri-Celle-Lyypekki*-kiertomatka (6 pv) alk. 704 e/hlö Helsingistä sis. bussikuljetukset kohteessa matkaohjelman mukaisesti, laivamatkat Hki-Travemünde-Hki AB-luokan ikkunatomissa 2 hengen sisähytissä, majoituksen 2 hh:ssa hotellissa, aamiaiset hotelleissa, 1 x päivällisen, opastetun kiertoaajelun Hampurissa ja Cellessä, opastetun kiertokävelyn Lyypekissä, retken Wolfsburgiin Volkswagenin elämysmaailmaan ja suomenkielisen matkanjohtajan palvelut alkaen Helsingistä ja päättyen Helsinkiin.

Lisätiedot ja varaukset:  
[www.pohjolanmatka.fi/kiertomatkat](http://www.pohjolanmatka.fi/kiertomatkat) tai Pohjolan Matkan matkatoimistoista, 0201 303 303 (puh. hinnat kiinteästä verkosta 8,35 snt/puhelu+7,02 snt/min, matkapuhelimesta 8,35 snt/puhelu+17,17 snt/min). Palvelumaksu 12 e/varaus, internetvaraukset palvelumaksutta. Oikeudet muutoksiin pidätetään.



**MATKALLE****Kuntouttava kylpylämatka Viroon****S-Etu  
8 €**

- **S-Etukortilla Pohjolan Matkan Pärnun kuntouttavilla kylpylämatkoilla Spa-Hotel Viikingissä Pärnun kävelykierros opastettuna veloituksetta (norm. 8 e) su 7.9., 14.9. ja 21.9. lähdöillä. Lisäksi S-Etukortilla 15 %:n etu kaikista lisämaksullisista kauneus- ja kylpylähoidoista. Bonusta matkan hinnasta.**

Kuntouttava kylpylämatka Pärnuun (5 pv) alk. 317 e/hlö Helsingistä sis. laivamatkat Hki-Tallinna-Hki, matkatavarakuljetuksen liityntäkuljetuksen ostaneille (tarkistettava matkavarauksen yhteydessä), bussikuljetukset Tallinna-Pärnu-Tallinna, majoituksen jaetussa 2 hh:ssa, puolihoitoruokailut alkaen tulopäivänä päivällisellä ja päättyen lähtöpäivänä aamiaiseen (päivittäisinä ruokailuina aamiainen ja päivällinen), saunakeskuksen, allasosaston sekä kuntosalin käytön aukioloaikoina, suomenkielisen ja ruotsinkielisen oppaan palvelut kohteessa sekä yhteensä 6 kylpylähoitoa loman aikana.

Lisätiedot ja varaukset:  
www.pohjolanmatka.fi/kylpylamatkat tai Pohjolan Matkan matkatoimistoista, 0201 303 303 (puh. hinnat kiinteästä verkosta 8,35 snt/ puhelu+7,02 snt/min, matkapuhelimesta 8,35 snt/puhelu+17,17 snt/min). Palvelumaksu 12 e/ varaus, internetvaraukset palvelu maksutta. Oikeudet muutoksiin pidätetään.

**S-Etu  
3 €****Irtiotto arjesta saaristoristeilyllä**

- **S-Etukortilla Kaunis Kanavareitti -risteilyn liput aik. 19 e (norm. 22 e), lapset 7-16 v. 7 e (norm. 10 e) ja Jazz-risteilyn liput 29 e (norm. 32 e). Etu on talouskohtainen. Ei Bonusta.**

*Kaunis Kanavareitti* -risteilyllä näkee Helsingin kauneimmat rantamaisemat ja monta nähtävyyksien helmeä. Jazz-risteilyllä pääsee nauttimaan kesäillasta jazzin tahtiin.

Lähdöt Kauppatorilta (Kolera-allas). Kaunis Kanavareitti päivittäin 7.9. saakka tunnin välein klo 10.30-18.30 ja 8.-30.9. klo 10.30, 12.30, 14.30. Jazz-risteilyt 15.8. saakka perjantaisin klo 19.30.  
Liput ja lisätiedot: www.stromma.fi/s-etu tai lähtöpaikalta.

**MATKALLE****Hyppää SpåraKOFFin kyytiin****S-Etu  
2 €**

- **S-Etukortilla SpåraKOFF-kierros 7 e (norm. 9 e) ti-la klo 30.8. saakka.**

*SpåraKOFF* on ravintolaksi muutettu, koffinpunainen raitiovaunu, joka kiertää Helsingin kantakaupungin keskeisimmät nähtävyydet. SpåraKOFF ajaa reittiä Rautatientori-Linnanmäki-Oopperatalo-Kauppatori. Kyytiin pääsee ilman ennakkovarauksia ja kierros kestää noin 40 minuuttia.

Lähdöt: Rautatientorilta, Mikonkadun pysäkillä Fennian edestä ti-la klo 14, 15, 17, 18, 19 ja 20.  
Lisätiedot: www.koff.fi/sparakoff

**KUUKAUDEN ELOKUVA****S-Etu  
15 %****The Invisible Woman - Kielletty rakkaus**

- **S-Etukortilla Kuukauden elokuvan liput 5,95-11,50 e (norm. 7-13,50 e) 1.-31.8. Finnkinnon teattereiden lippukassoilta. Max. 4 lippua/ S-Etukortti. Etua ei voi yhdistää muihin kampanjoihin. Ei Bonusta.**

Tarina maailmankuulun klassikkokirjailija Charles Dickensin sekä Nelly Ternanin salaisesta rakkaussuhteesta joka kesti 13 vuotta aina kirjailijan kuolemaan asti. Intohimoisen suhteen myötä Nellystä muodostuu Dickensin muusa, mutta rakkauden on pysyttävä salassa. Nelly joutuu hyväksymään elämän "näkyvämmän."

Elokuvan on ohjannut ja sen pääosaa esittää Ralph Fiennes. Toisessa pääosassa nähdään nouseva kyky Felicity Jones.

Lisätiedot: www.finnkino.fi

**URHEILU & KUNTOILU****Hiekkaa varpaiden välissä****S-Etu  
12-24 €**

- **S-Etukortilla Biitsi.fi Areenan Beach Volley -irtovuorot 65 e/vuoro (norm. 77-89 e) elokuussa ma-pe klo 7.30-16. Vuoron hinta sisältää pelipallon. Ei Bonusta.**

Salmisaaren liikuntakeskus/Biitsi.fi Areena, Energiakatu 3, Helsinki.  
Kenttävaraukset: varaus@biitsi.fi, 045 652 5590. Mainitse varauksen yhteydessä, S-Etuhintaisesta vuorosta.  
Lisätiedot: areena.biitsi.fi

**URHEILU & KUNTOILU****Tapanilan Urheilukeskuksen elokuva****S-Etu  
3-23 €**

- **S-Etukortilla 30 päivän kuntosalikortti 35 e (norm. 58 e) ja avainkortti 3 e (norm. 6 e) elokuussa. Yksi etu/S-Etukortti/hlö. Ei Bonusta.**
- **S-Etukortilla kiipeily itsevarmistavilla laitteilla 15 e (norm. 20 e) elokuussa. Ei Bonusta.**

Tapanilan Urheilukeskus, Erätie 3, Helsinki. Kuntosali- ja kiipeilyedun osalta ei tarvita etukäteisilmoittautumisia. Etuhinta annetaan kiipeilykerran tai kuntosalikokeilun lunastamisen yhteydessä voimassaolevan S-Etukortin haltijoille.

Lisätiedot ja aukioloajat:  
www.tapanilanurheilu.fi, 09 3507 077. Helsingin Kiipeilykeskus, www.kiipeilykeskus.com, 050 554 2218.

**Mikä on kuntosi kesän jälkeen?****S-Etu  
12 €**

- **S-Etukortilla Diacorin terveystestit 68 e (norm. 80 e) 30.8. saakka. Ei Bonusta.**

Diacorin terveystestit kestävyyden, kuntoa mitataan muun muassa pyöräajaminalla. Lisäksi fysioterapeutit mittaavat testissä lihasvoiman ja liikkuvuuden, jotta fyysisestä kunnosta saadaan tarkkakuva.

Diacor Herttoniemi, Suunnittelijankatu 2, Helsinki.  
Ajanvaraus: diacor.fi, 09 775 0800.  
Lisätiedot: www.diacor.fi

**FC Hongan kuukauden ottelu****S-Etu  
5 €**

- **S-Etukortilla FC Honka-VPS-ottelun liput 5-15 e (norm. 10-20 e) su 31.8. klo 18.30 Tapiolan Urheilupuistossa. Max. 4 lippua/S-Etukortti. Ei Bonusta.**

Tapiolan Urheilupuisto, Urheilupuistontie 2, Espoo.  
Liput: Portilta.  
Lisätiedot: www.fchonka.fi

**KURSSIT****Autoilu haltuun Autokoulu Lilliputissa****S-Etu  
10 €**

- **S-Etukortilla Autokoulu Lilliputin syventävänvaiheen kurssi 443 e (norm. 453 e). Ei Bonusta.**

Autokoulu Lilliputti Oy, Hiihtomäentie 18, Helsinki.  
Lisätiedot ja varaukset: 045 112 1900, www.lilliputti.com, info@lilliputti.com.



S-Etu  
10-60 €

## KURSSIT

### HOK-Elannon syksyn kursseja

Ilmoittautumiset ja tiedustelut:  
puhelimite: 010 7660 213 (ark. klo 9-15) tai  
[www.tsl-helsinki.fi/ilmottautuminen](http://www.tsl-helsinki.fi/ilmottautuminen)

Kurssien yhteydessä on mainittu S-Etukortti-hinta sekä suluissa normaali hinta. Kurkseista ei saa Bonusta. Yhden opetustunnin (ot) pituus on 45 minuuttia, ellei kurssikuvauksessa toisin mainita. Käyttämättömiä kurssikertoja ei hyvitetä. Ilmoittautuneille lähetetään kurssikutsu ja lasku. Peruutuksen voi tehdä maksutta vähintään seitsemän päivää ennen kurssin alkua. Mikäli peruutuksen tekee myöhemmin, peritään puolet kurssimaksusta. Jos kurssille jättää tulematta eikä sitä ole peruuttanut, peritään maksu kokonaan.

Tarkat kurssikuvaukset osoitteessa  
[www.tsl-helsinki.fi](http://www.tsl-helsinki.fi).

### ATK-kurssit

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs, Hakaniemi, Helsinki.

- **PhotoShop tehokurssi (14 ot)**  
100 e (norm. 120 e) la-su 30.-31.8. klo 10-16.
- **InDesign tehokurssi (14 ot)**  
100 e (norm. 120 e) la-su 6.-7.9. klo 10-16.
- **Windows 8.1 -perusteet A (12 ot)**  
95 e (norm. 120 e) ma 18.8.-1.9. klo 17.15-20.15.

### ATK-kurssit senioreille

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs, Hakaniemi, Helsinki.

- **Tietokoneen käytön peruskurssi senioreille (10 ot)**  
85 e (norm. 105 e) ma-ti 18.-19.8. klo 9.30-13.30.
- **Tietokoneen käytön jatkokurssi senioreille (10 ot)**  
85 e (norm. 105 e) ti 26.8. klo 9.30-13.30 ja to 28.8. klo 9.30-13.30.
- **Tietokoneen käytön perusteet senioreille (9 ot)**  
85 e (norm. 105 e) ti 9.-23.9. klo 9.30-12.
- **Windows 8.1 -perusteet senioreille A (9 ot)**  
85 e (norm. 105 e) ma 18.8.-1.9. klo 9.30-12.

### Kielikurssit

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs, Hakaniemi, Helsinki.

- **Toimivaa ruotsia -keskustelukurssi (12 ot)**  
65 e (norm. 80 e) ti 9.9.-25.11. klo 17-17.45.
- **Ruostuneen ruotsin korjauskurssi (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ti 9.9.-25.11. klo 18-19.30.
- **Espanjan jatkokurssi 3 (intensiivi) (18 ot)**  
95 e (norm. 110 e) ma ja ke 18.8.-3.9. klo 10.30-13. Fantástico 3, kpl 1-5.
- **Activa tu español, puheen aktivointikurssi (9 ot)**  
50 e (norm. 60 e) ma 18.8.-1.9. klo 14-16.30. Opettajan oma materiaali.

- **Espanjan jatkokurssi 4 (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ma 8.9.-1.12. klo 10.30-12. ei opetusta 13.10. Fantástico 3, kpl 6 alkaen.
- **Espanjan jatkokurssi 7 (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ma 8.9.-1.12. klo 12.15-13.45, ei opetusta 13.10. Fantástico 4, kpl 1 alkaen.
- **Espanjan jatkokurssi 8 (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ma 8.9.-1.12. klo 14-15.30, ei opetusta 13.10. Fantástico 4, kpl 9 alkaen.
- **Espanjan alkeet (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ma 8.9.-1.12. klo 16.30-18, ei opetusta 13.10. Fantástico 1, kpl 1 alkaen.
- **Espanjan alkeisjatkko (24 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ma 8.9.-1.12. klo 18.15-19.45, ei opetusta 13.10. Fantástico 1, kpl 5 alkaen.
- **Suomea espanjaksi - Finés en español (20 ot)**  
95 e (norm. 115 e) ti 16.9.-18.11. klo 15.45 - 17.15.
- **Opi puhumaan suomea (10 x 60 min)**  
60 e (norm. 75 e) ti 16.9.-18.11. klo 17.30-18.30.
- **Espanjan alkeitten jatko 2 (24 ot)**  
110 e (norm. 130 e) la 27.9.-22.11. klo 9.15-11.45, ei opetusta 18.10. Fantástico 1, kpl 9-12.
- **Espanjan alkeiskurssi (24 ot)**  
110 e (norm. 130 e) la 27.9.-22.11. klo 12-14.30, ei opetusta 18.10. Fantástico 1, kpl 1-4.
- **Espanjan alkeitten jatko 1 (24 ot)**  
110 e (norm. 130 e) la 27.9.-22.11. klo 14.45-17.15, ei opetusta 18.10. Fantástico 1, kpl 5-8.
- **Ranskan jatkokurssi (42 ot)**  
190 e (norm. 235 e) to 4.9.-11.12. klo 9-11.30, ei opetusta 16.10. A l'heure actuelle.
- **Ranskan alkeiskurssi (30 ot)**  
135 e (norm. 165 e) ma 1.9.-8.12. klo 17-18.30. Chez Marianne I.
- **Venäjää matkailijalle (20 ot)**  
90 e (norm. 110 e) ti 9.9.-11.11. klo 17-18.30. Salut 1.
- **Tandem Suomi-Venäjä -keskustelukurssi (20 ot)**  
90 e (norm. 110 e) ti 9.9.-11.11. klo 18.30-20.
- **Corso di italiano - Espresso 5 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ma 8.9.-8.12. klo 16.45-18.15. Espresso 2, kpl 1-2.
- **Opi italiaa laulamalla (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ma 8.9.-8.12. klo 18.30-20. Opettajan jakamat tuntimateriaalit.
- **Corso di italiano - Espresso 2 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ti 9.9.-9.12. klo 15-16.30. Espresso 1, kpl 4-5.
- **Corso di conversazione in italiano - livello principianti (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ti 9.9.-9.12. klo 16.45-18.15. Opettajan jakamat kulttuuri- ja oppimateriaalit.
- **Corso di italiano - Espresso 8 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ti 9.9.-9.12. klo 18.30-20. Espresso 2, kpl 8-10.
- **Corso di italiano - Espresso 7 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ke 10.9.-10.12. klo 15-16.30. Espresso 2, kpl 6-7.
- **Corso di italiano - Espresso 1 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ke 10.9.-10.12. klo 16.45-18.15. Espresso 1, kpl 1-3.
- **Corso di conversazione in italiano - livello avanzato (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) ke 10.9.-10.12. klo 18.30-20. Opettajan jakamat kulttuuri- ja oppimateriaalit.
- **Corso di italiano - In Piazza 1 (28 ot)**  
140 e (norm. 170 e) to 11.9.-11.12. klo 13.45-15.15. In Piazza 1, kpl 1-5.

### Kuvataide- ja kädentaitojen kurssit

Paasivuorenkatu 5 A, Hakaniemi, Helsinki.

- **Viikonlopun piirustuskurssi (9 ot)**  
50 e (norm. 60 e) la 6.9. klo 11-15 ja su 7.9. klo 11-14.
- **Piirustus- ja maalauskurssi (33 ot)**  
150 e (norm. 185 e) ke 3.9.-5.11. klo 14-16.30.
- **Piirustuskurssi (23 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ke 3.9.-5.11. klo 17.30-19.15.
- **Akryyli- ja guassimaalauskurssi (27 ot)**  
125 e (norm. 155 e) ti 2.9.-4.11. klo 17-19.15.
- **Mosaikkikurssi (20 ot)**  
110 e (norm. 135 e) ti 26.8., 2.9., 9.9., 16.9. ja 23.9. klo 17.30-20.30.

### Liikunnalliset kurssit

Sturenkatu 27, Vallila, Helsinki.

- **Seniorikehönhoito (14 x 75 min.)**  
160 e (norm. 190 e) ma 25.8.-24.11. klo 14-15.15.
- **Iyengarjooga senioreille (14 x 75 min.)**  
160 e (norm. 190 e) ma 25.8.-24.11. klo 15.15-16.30.
- **Iyengarjooga alkeisjatkko (28 ot)**  
185 e (norm. 230 e) ma 25.8.-24.11. klo 17-18.30.
- **Iyengarjooga jatko I (28 ot)**  
185 e (norm. 230 e) ke 27.8.-26.11. klo 17-18.30.
- **Iyengarjooga jatko II (28 ot)**  
185 e (norm. 230 e) ke 27.8.-26.11. klo 18.30-20.
- **Lempeä hathajooga jatkoryhmä (30 ot)**  
180 e (norm. 220 e) ti 2.9.-16.12. klo 17.00-18.30, ei opetusta 4.11.
- **Hathajooga painonhallinnan tukena (30 ot)**  
180 e (norm. 220 e) ti 2.9.-16.12. klo 18.40-20.10, ei opetusta 4.11.
- **Lempeä hathajooga I (30 ot)**  
180 e (norm. 220 e) ke 3.9.-17.12. klo 17-18.30, ei opetusta 5.11.
- **Lempeä hathajooga II (30 ot)**  
180 e (norm. 220 e) ke 3.9.-17.12. klo 18.40-20.10, ei opetusta 5.11.
- **Asahi peruskurssi A (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) ma 1.9.-8.12. klo 16-17.
- **Asahi peruskurssi B (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) ti 2.9.-9.12. klo 12-13.
- **Chi Kung peruskurssi (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) ma 1.9.-8.12. klo 17-18.
- **Venyttely viisaasti A (30 ot)**  
175 e (norm. 215 e) ma 1.9.-8.12. klo 18-19.30.
- **Venyttely viisaasti B (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) to 4.9.-11.12. klo 19-20.
- **Chi Kung jatkokurssi (30 ot)**  
175 e (norm. 215 e) ma 1.9.-8.12. klo 19.30-21.
- **Senioreiden selkärhmä (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) ti 2.9.-9.12. klo 11-12.
- **Flexi-bar (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) to 4.9.-11.12. klo 18-19.
- **Chi Kung (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) to 4.9.-11.12. klo 20-21.
- **Vetreyttä senioreille (15 x 60 min)**  
130 e (norm. 160 e) pe 5.9.-12.12. klo 11-12.
- **Senioreiden tietoisu (15 x 60 min)**  
S-Etukortilla maksuton sisäänkäynti (norm. 60 e) pe 5.9.-12.12. klo 12-12.30.
- **Äijäjooga (28 ot)**  
120 e (norm. 150 e) I kurssi ti 2.9.-2.12. klo 17-18.30 ja II kurssi pe 5.9.-5.12. klo 17-18.30.
- **Helppo, kevyt ja rentouttava jooga (26 ot)**  
115 e (norm. 140 e) la 6.9.-29.11. klo 12-13.30.



## • Pilatesvenyttely senioreille (16 x 60 min)

145 e (norm. 180 e) ti 2.9.-16.12. klo 11-12.

## • Yin-alkaisintensiivikurssi (6 ot)

35 e (norm. 45 e) la 13.9. klo 11-14 ja su 14.9. klo 11-13.

## • Yinjooga taso 1 (20 ot)

130 e (norm. 160 e) su 21.9.-23.11. klo 14-15.30.

## Astangajoogan jatkotaso (2 x 80 min)

25 e (norm. 35 e) to 21.-28.8. klo 17.20-18.40.

## • Method Putkisto Pilates keskitaso (2 x 60 min)

30 e (norm. 40 e) to 21.-28.8. klo 18.45-19.45.

## • Method Putkisto Pilates intensiivialkeet (4 ot)

40 e (norm. 50 e) to-pe 28.-29.8. klo 10-11.30.

## • Method Putkisto Pilates alkeis/keskitaso (14 x 60 min)

195 e (norm. 225 e) ti 2.9.-2.12. klo 10-11. Kurssi-paikka: Malmin nuorisotalo, Malmin raitti 3.

## • Astangajooga alkeisjatkko (14 x 80 min)

165 e (norm. 190 e) ke 3.9.-3.12. klo 18.10-19.30  
Kurssipaikka: Talvikkitie 37, Tikkurila.

## • MP pilates alkeet (14 x 60 min)

200 e (norm. 235 e) to 4.9.-4.12. klo 17-18.

## • Fyysinen jooga (14 x 80 min)

165 e (norm. 190 e) to 4.9.-4.12. klo 18-19.20.

## • MP pilates keskitaso (14 x 60 min)

200 e (norm. 235 e) to 4.9.-4.12. klo 19.30-20.30.

## Liikunnalliset kurssit

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs, Hakaniemi, Helsinki.

## • Äijäjooga (28 ot)

125 e (norm. 155 e) to 4.9.-4.12. klo 17-18.30.

## • Jäbäjooga (28 ot)

125 e (norm. 155 e) to 4.9.-4.12. klo 18.40-20.10.

## • Yinjooga taso 2 (32 ot)

210 e (norm. 260 e) ke 20.8.-3.12. klo 17.30-19.

## Tanssikurssit

Sturenkatu 27, Vallila, Helsinki.

## • Nia-intensiivi (3 ot)

30 e (norm. 40 e) la 16.8. klo 13-15.30.

## • Nia odottaville äideille (6 x 60 min)

60 e (norm. 80 e) ti 4.9.-9.10. klo 17-18

## • Häävalssin tiiviskurssi (4 ot)

50 e/pari (norm. 60 e/pari) ti 12.8.-19.8. klo 17.30-19.

## • Senioreiden kuntotanssit (16 x 75 min)

145 e (norm. 170 e) ma 11.8.-24.11. klo 11-12.15.

## • Paritanssit taso 1, ryhmä A (7 x 75 min)

130 e/pari (norm. 160 e/pari) ti 26.8.-7.10. klo 17.15-18.30.

## • Paritanssit taso 1, ryhmä B (7 x 75 min)

130 e/pari (norm. 160 e/pari) ti 26.8.-7.10. klo 18.35-19.50.

## • Parisalsa taso 1 (12 ot)

130 e/pari (norm. 160 e/pari) ke 20.8.-24.9. klo 18.35-20.05.

## • Salsa Ladies Style, taso 1 (16 x 60 min)

125 e (norm. 155 e) to 14.8.-27.11. klo 17.15-18.15.

## • Salsa Ladies Style, taso 2 (16 x 60 min)

125 e (norm. 155 e) to 14.8.-27.11. klo 18.20-19.50.

## • Itämaisen tanssin alkeisjatkko (12 x 60 min)

90 e (norm. 110 e) ma 1.9.-24.11. klo 18-19, ei opetusta 13.10.

## • Itämaisen tanssin keskitaso (12 x 75 min)

100 e (norm. 125 e) ma 1.9.-24.11. klo 19.05-20.20, ei opetusta 13.10.

## • Itämaisen tanssin perjantai-illamat (24 ot)

115 e (norm. 140 e) pe 5.9.-28.11. klo 17-18.30, ei opetusta 17.10.

## • Suomalainen tanssitupa (8 ot)

45 e (norm. 55 e) su 7.-28.9. klo 18-19.30.

## • Zumba A (5 x 60 min)

50 e (norm. 60 e) ma 11.8.-8.9. klo 16-17.

## • Zumba B (12 x 60 min)

110 e (norm. 135 e) ma 15.9.-1.12. klo 16-17.

## • Dongo (14 x 60 min)

125 e (norm. 155 e) ma 1.9.-1.12. klo 17-18.

## • Zumba & keuhonhuolto (28 ot) 1

75 e (norm. 215 e) ke 3.9.-3.12. klo 17-18.30.

## Tieto- ja taitokurssit

Säästöpankinranta 6 C, Hakaniemi, Helsinki.

## • Mindfulness-miniretriitti aloittelijoille (8 ot)

60 e (norm. 75 e) la 9.8. klo 10-16.

## • Mindfulness-meditointia kiireiselle (5 ot)

45 e (norm. 55 e) ma 11.8.-8.9. klo 16.30-17.15.

## • Mindfulness-meditointia aloittelijoille B (10 ot)

70 e (norm. 85 e) ma 11.8.-8.9. klo 17.25-18.55.

## • Mindfulness-meditointia senioreille (8 ot)

55 e (norm. 65 e) ti-pe 12.-15.8. klo 11-12.30.

## • Mindfulness-meditointia, lapsi + aikuinen (4 ot)

35 e (norm. 45 e) ti-pe 12.-15.8. klo 12.45-13.30.

## • Ole oma sisustajasi - sisustussuunnittelun peruskurssi (30 ot)

130 e (norm. 160 e) to 11.9.-20.11. klo 18-20.15, ei opetusta 16.10.

## • Syö hyvin, voi hyvin (5 ot)

75 e (norm. 95 e) la 13.9. klo 10-14.

## Tieto- ja taitokurssit

Sturenkatu 27, Vallila, Helsinki.

## • Mindfulness-meditointia aloittelijoille A (10 ot)

70 e (norm. 85 e) su 10.8.-7.9. klo 16.45-18.15.

## • Mindfulness-meditointia A (10 ot)

70 e (norm. 85 e) su 10.8.-7.9. klo 18.30-20.

## Valokuvauskurssit

Säästöpankinranta 6 C, Hakaniemi, Helsinki.

## • Digijärjestelmäkameran käyttökurssi A (12 ot)

95 e (norm. 120 e) la-su 16.-17.8. klo 10-15.

## • Digijärjestelmäkameran vaativa käyttö A (16 ot)

100 e (norm. 125 e) ti 26.8., to 28.8., ti 2.9. ja to 4.9. klo 17.15-20.15.

## UUTISIA



## Uudistunut Prisma.fi

Uusi *Prisma.fi*-palvelu yhdistää Prismän kivijalkamyymälät ja verkkokaupan yhdeksi kokonaisuudeksi. Monikanavainen verkkopalvelu mahdollistaa ajasta, paikasta ja päätelaitteesta riippumattoman asioinnin: sivustolla voi katsoa myymälöiden tietoja ja valikoimia, tarkastaa tuotteiden saatavuuden tai klikata ostokset saman tien ostoskoriin ja tilata ne kotiin tai myymälästä noudettavaksi. Prisma.fi-sivusto on responsiivinen eli sen näkymä säätyy sen mukaan, selaako sivustoa tietokoneella, tabletilla vai älypuhelimella.

## Viiniässä auttaa juomavalinnassa

S-ryhmän ravintola-ammattilaiset päivittivät viinietämystään nyt neljättä kertaa järjestetyssä Viiniässä-valmennuksessa. Kuusipäiväisen kurssin aikana perehdyttiin muun muassa ruoan ja erilaisten viinien yhdistämiseen ja opittiin suosittomaan viinejä asiakkaille luontevasti ja asiantuntevasti.

Viinin rakenteen saloihin sekä kuohuviinien ja samppanjoiden kuplivaan maailmaan s-ryhmäläisiä johdatti Suomen viiniosaajien huippunimi, Master of Wine Essi Avellan.

## S-Arkiturva suojaksi

S-Arkiturva on edullinen henkivakuutus, joka varmistaa taloudellisen turvan vakuutuksenottajalle ja hänen lähimäisilleen. Vain muutamalla eurolla kuukaudessa S-Arkiturva antaa turvan pysyvän työkyvyttömyyden ja kuoleman varalta. Vakuutusturvan määräksi voi valita 10 000, 20 000 tai 30 000 euroa. S-Arkiturva on S-Pankin ja LähiTapiolan yhteinen tuote, jota voi hakea verkossa osoitteessa s-pankki.fi/s-arkiturva.



## Kaari on uusien kauppakeskusten ykkönen

HOK-Elannon historian suurin investointi, kauppakeskus Kaari, on reilussa puolessa vuodessa vakiinnuttanut paikkansa pääkaupunkiseudun kauppakeskusten kärki-kaartissa.

Kaareen on tutustunut tähän mennessä jo noin 3,5 miljoonaa kävijää, kuukausittain Kaaressa shoppailee keskimäärin 450 000 asiakasta.

"Asiakkaat ovat löytäneet Kaaren kattavan myymälävalikoiman. Erityisen hyvän arvosanan he antoivat päivittäistavaroiden laajalle tarjonnalle. Se ei sinänsä ole ihme, onhan meillä Suomen suurin Prisma", sanoo kauppakeskusjohtaja **Kaj Grah**n.

Taloustutkimus Oy:n tekemässä, juuri valmistuneessa *Pääkaupunkiseudun kauppakeskukset* -tutkimuksessa kauppakeskus Kaari nousi heti ensimmäisenä vuoteen kouluarvosanalla mitattuna neljänneksi parhaimmaksi kauppakeskukseksi.

"Tämä on selvä osoitus siitä, että taantumassakin voi onnistua. Paljon on vielä tehtävää, mutta on hienoa, että olemme päässeet nyt todistetusti asiakkaiden mieliin", Grahn iloitsee.

Tutkimuksessa Kaaren vahvuiksiksi nousivat paikoitustilojen riittävyys ja kauppakeskuksen viihtyisyys. Uudet tilat ovat houkuttelleet myös vuokralaisia. Uusimpien joukossa Spirit Store Pop-Up &

Outlet ja Lumia Shop. Syksyllä avautuvat Nordean palvelukonttori, Boutique maku-jen taika, joka on Gurmans-tuotemerkkiä edustava kahvi- ja teeliike sekä Nea Moda -vaateliike. Lisäksi syksyllä avataan Kaup-pakassi drive in -palvelu.

Asiakkaiden mieleen on ollut myös kauppakeskuksen mainonta. Isot kampanjat kuten Kaaren Karnevaali ja Kaaren Kekkerit oheistapahtumineen on otettu tyytyväisinä vastaan.

Kesäkuun alkupuolella valmistui myös Kaaren LEED-sertifiointi, jossa saavutettiin tavoiteltu hopeataso. LEED-sertifiointi on riippumaton, ulkopuolinen todistus siitä, että rakennuksen tai alueen kehitysprojekti vastaa vihreälle rakentamiselle ja ympäristölle asetettuja korkeimpia tehokkuusvaatimuksia.

"Olemme ottaneet alusta asti asiakkaat ja alueen asukkaat mukaan kehitystyöhön. Olemme aktiivisessa vuorovaikutuksessa heidän kanssaan esimerkiksi sosiaalisen median kautta. Näin aiomme toimia myös vastaisuudessa", Kaj Grah lupaa.

Pääkaupunkiseudun kauppakeskukset 2014 -tutkimus toteutettiin osana *Suur-Helsinki Tänään* -tutkimusta maaliskoukokuussa 2014. Kohderyhmänä olivat 15-79-vuotiaat pääkaupunkiseudun asukkaat.

## Oopperan kummitus Tallinnassa

Tarton Vanemuine-teatteri tuo *Oopperan kummitus* -tuotannon Tallinnaan loka-kuussa neljäksi päiväksi. HOK-Elannon asiakasomistajille on varattu 550 paikkaa Tallinnan ensi-iltaesitykseen torstaina 31.10. Lipujen myynti käynnistyy elokuussa.

Esitys perustuu **Andrew Lloyd Webberin** musiikkiin joka on hurman-

nut katsojia ympäri maailmaa. Esitys on Nordea-konserttitalossa, joka on kävelymatkan päässä Virusta. Vanemuine-teatteri on Viron parhaimpia musiikkiteattereita. Esitys on teatterin omaa tuotantoa. Esityskielenä on Viro, mutta tekstit ovat suomeksi ja englanniksi.

Tarkempia tietoja [www.eckeronline.fi](http://www.eckeronline.fi)

TEKSTI KATRI RIIHIVAARA  
KUVA S-TALOTEKNIKKARATKAISUT



## Ratkaisuja kodin energiatehokkuuteen

S-Talotekniikkaratkaisut tarjoaa energiatehokkaita järjestelmäratkaisuja lämmitykseen ja ilmanvaihtoon sekä uudisrakentajalle että saneeraajalle.

Palvelua tarjotaan suurimmassa osassa Kodin Terroja. Suunnittelu, tuotteet ja asennus toteutetaan yhteistyössä LämpöYkkönen Oy:n ja Heatco Finland Oy:n kanssa.

Asiakas voi halutessaan valita vain yhden palvelun osa-alueista tai jättää kaiken ammattilaisen huolehdittavaksi.

Palvelu räätälöidään asiakkaan tarpeiden ja kohteen mukaisesti. Tarvekartoitus voidaan tehdä myös asiakkaan kotona.

Euroopan investointipankin mukaan Euroopan suurin energiansäästöpotentialiaali on sen rakennuksissa. Suomalaistenkin hiilijalanjäljestä asuminen muodostaa suurimman osan. Noin puolet suomalaisista asuu pientaloissa.

"Uudet talot ovat usein hyvin energiatehokkaita, vanhoissa on paljon parannettavaa. Harvalla on tietoa siitä, miten energiaremontilla voi nostaa talon arvoa ja säästää energiakustannuksissa. S-Talotekniikkaratkaisut haluaa kasvattaa ihmisten tietoisuutta ja tarjota helppoa palvelua", kertoo rakentamisen valikoimahankintapäällikkö **Laura Sareva** SOK Käyttötavarakaupasta.

Energiamääräysten muuttuessa vanhemmat talot ovat usein eriarvoisessa asemassa. Energiatodistukset ovat jo pakollisia kaikille rakennuksille, joille haetaan rakennuslupaa, sekä myytävälle että vuokrattaville pientaloille, jotka on rakennettu vuoden 1980 jälkeen. S-Talotekniikkaratkaisut tarjoaa myös energiatodistuksia, joiden avulla saadaan selville merkittävimmät energiatehokkuutta parantavat toimenpiteet.

"Energiatehokkuuteen satsaamalla voi säästää rahaa, luontoa ja kasvattaa asumismukavuutta", sanoo SOK Käyttötavara-kaupan rakentamisen ryhmäpäällikkö **Petri Rämö**.





# OOPPERAN KUMMITUS TALLINNASSA 30.-31.10.2014.

Lähde kokemaan unohtumaton musikaalielämys. Eckerö Line järjestää asiakasomistajille matkan Oopperan kummitus -musikaalin Tallinnan ensi-iltaan.

Oopperan kummitus on koskettava tarina rakkaudesta ja erilaisuudesta. Andrew Lloyd Webberin säveltämä musikaali on kerännyt ihastusta niin kriitikoilta kuin katsojilta ympäri maailmaa. Esitys on Tarton Vanemuine-teatterin tuotantoa.

Lähtö Helsingistä torstaina 8.30, paluu perjantaina valintasi mukaan joko 12.00 tai 19.30. Yöpyminen Original Sokos Hotel Virussa, josta on lyhyt kävelymatka Nordea-konserttitaloon. Esitys alkaa klo 19.00. Esityskieli viro, tekstitys suomeksi ja englanniksi.

## MATKAN HINTA ASIAKASOMISTAJILLE

**129 €/hlö** B-lippu (norm. 133 €/hlö)

**134 €/hlö** A-lippu (norm. 138 €/hlö)

sis. edestakaiset laivamatkat m/s Finlandialla kansipaikoin, bussikuljetuksen satamasta hotelliin ja hotellista satamaan, 1 yö 2 hh Original Sokos Hotel Virussa ja hotelliaamainen, lippu Oopperan Kummitus -musikaaliin valitussa lippuluokassa sekä suomalaisen matkanjohtajan palvelut. Paikkoja matkalle rajoitettusti.



## Elokuun tarjoukset S-Etukortilla:



Hampaiden  
tarkastus

**39,-**

Kelakorvaus 20,00\*

Koko leuan  
röntgenkuvaus

**-10%**

hammastarkastuksen  
yhteydessä hammaslääkärin  
lähetteellä.  
Norm. 99,-



Bonusta  
jopa 5 %

Tarjoukset voimassa 1.-31.8.2014

## Kokonaisvaltaista hammashoitoa helposti ja nopeasti

Meiltä saat kaikki hampaiden ja suun terveyteen  
liittyvät palvelut ammattitaitoisesti, luotettavasti  
ja lempeästi. Tyytyväisyytesi on meille tärkeää.

Varaa aikasi numerosta  
**010 400 3400**  
tai osoitteesta [www.oral.fi](http://www.oral.fi)



Elämä hymyilee

\* Vähennetään Kela-korvaus 20,00, jos et ole saanut kelausta korvausta tarkastuksesta v. 2014. Omavastuu 19,00. Norm. 61-64,- ilman Kela-korvausta. Ei koske erikoishammaslääkärin tarkastusta/konsultaatiota. Etu voimassa 31.8.14 asti. Tarjoushinta ei sisällä palvelumaksua eikä muita toimenpidekuluja.

Katso lähin palvelupisteesi  
[www.oral.fi](http://www.oral.fi)

Puhelun hinta 010-alkuisiin numeroihin: lankapuhelimesta 0,0835 €/puh. + 0,06 €/min  
ja matkapuhelinliittymistä 0,0835 €/puh. + 0,1717 €/min

# Sähköllä enemmän Bonusta!



Kerää enemmän euroja omaan käyttöösi. Tarjous-  
laskurillamme näet bonushinnat kätevästi omilla  
sähkönkäyttötiedoillasi ja voit solmia sopimuksen  
helposti: [www.vantaanenergia.fi/bonus](http://www.vantaanenergia.fi/bonus)

**Vantaan Energia**  
energiaa elämään



# BONUSAPTEEKKIEN TARJOUKSIDA

## Priorin® Extra 60 kaps.

Priorin Extra -kapseleilla monipuolinen koostumus. Sisältävät kivennäisaineita ja rasvahappoja sekä biotiinia, jotka edistävät hiusten hyvinvointia ja terveyttä.

**38,00 €**

(norm. 42,93 €)

## Minisun® Monivitamiinit

Tutut Minisun monivitamiinit nyt edullisissa kampanja-pakkauksissa + 50 tabl. kaupan päälle! Rajoitettu erä!



## Betavivo

Kolesteroli ja verensokeri koholla? Betavivo auttaa ja alentaa. (15 pss)

**13,80 €**

(norm. 15,07 €)

## Glukosamiini Strong 800 mg

Markkinoiden vahvin glukosamiini-ravintolisä. Tabletti sisältää 665 mg puhdasta glukosamiinia. (120 tabl.)

**18,00 €**

(norm. 22,55 €)

## LOUIS WIDMER Eye Contour Cream 30 ml

Ryppyjä silottava herkän ihon silmänympärysvoide. Sopii myös kaulan ja kasvojen tehovoiteeksi, naamioksi sekä arpien hoitoon.

**26,70 €**

(norm. 31,50 €)

## Ocuvite® Complete 60 kaps.

Ocuvite Complete sisältää C- ja E-vitamiineja sekä omega-3-rasvahappoja, erityisesti DHA:ta. Edistävät silmien hyvinvointia.

**22,30 €**

(norm. 24,80 €)

Tarjoukset voimassa 1.-31.8.2014. Lisää tarjouksia löydät omasta Bonusapteekistasi!

Apteekkishop.fi | Apteekki Isokannel | Hietalahden apteekki | Shop.isokannel.fi  
Itäkeskuksen apteekki | Lentoaseman Apteekki | Malmin apteekki | Tikkurilan Uusi apteekki



# KAIKKI FARKUT -20%

 Etu S-Etukortilla 1.–31.8.2014 normaalihintaisista farkuista. Ei voi yhdistää muihin etuihin tai etuseteleihin.



SOKOS HELSINKI  
SOKOS KAARI  
sokos.fi

# SOKOS



S-Pankki

BONUS JOPA 5 % | MAKSA S-ETUKORTILLA, SAAT MAKSUTAPAETUA 0,5 % | HOK-ELANTO.FI



# Näe miten haluat.

KAIKKI RATKAISUT NÄKEMISEEN SILMÄASEMALTA.



Kaikista syksyn uutuuksista

**-100€**  
YKSITEHOSILMÄLASEISTA

**-200€**  
MONITEHOSILMÄLASEISTA

**10 kk** korotonta maksuaikaa\*

SILMÄLASIT PERUSKOULULAISILLE

**-50%\*\***

**Ajanvaraus silmälääkärille  
tai optikolle 010 190 200**

Kampanja-alennuksen saat ostaessasi normaalihinnaltaan yli 200 € maksavat yksiteho- tai yli 300 € maksavat moniteho- / kaksitehosilmäläsit. Lisäksi saat S- Etukortilla Bonusta silmälasiostoksista. \*Lue lisää kampanjasta ja rahoitusratkaisusta [www.silmaasema.fi](http://www.silmaasema.fi) tai kysy lisää henkilökunnaltamme. \*\*Tarjous voimassa kaikille alle 17-vuotiaille ostaessasi normaalihintaiset kehykset ja linssit (norm. alk. 78 €). Tarjoukset voimassa 30.9. asti. Ei muita alennuksia.

## Linssileikkauksella EROON IKÄNÄÖSTÄ

Linssileikkauksella on mahdollista korjata sekä taittovirhe että ikänäkö. Hyvän hoitotuloksen varmistamiseksi 1.8.-30.9. leikkauksessa käyneille mitkä tahansa merkkiaurinkolasit Silmäaseman myymälästä.

**Lue lisää tai varaa aika maksuttomaan  
hoitoarvioon [www.laserleikkaus.fi](http://www.laserleikkaus.fi)**



**SILMÄASEMA**

Elämä on näkemisen arvoinen | [silmaasema.fi](http://silmaasema.fi)



Bauer Nexus 2000

Jääkiekkomaila

**39<sup>95</sup>**  
alk.



**BAUER**

Bauer Nexus 400

Jääkiekkohousut YTH

Koot S-L.

**27<sup>95</sup>**

Bauer Nexus 400

Jääkiekkohousut JR

Koot S-XL.

**39<sup>95</sup>**

Bauer Nexus 2000

Jääkiekkomaila

YTH-40

Left/right.

**39<sup>95</sup>**

Bauer Nexus 2000

Jääkiekkomaila JR-47

Left/right.

**49<sup>95</sup>**



Bauer Supreme One.2

Jääkiekkohanska JR

Koot 10-12.

**29<sup>95</sup>**



Bauer 4500

Jääkiekkokypärä

+verkko

Koot XS-XL.

**49<sup>95</sup>**



Bauer Vapor X40

Jääkiekkoluistin JR\*

Koot 33,5-38,5.

**74<sup>95</sup>**



CCM R90

Kyynärsuoja JR

Koot S-L.

**19<sup>95</sup>**

CCM R90

Säärisuoja JR

Koot 11-13".

**29<sup>95</sup>**

CCM R90

Hartiasuoja JR

Koot S-L.

**34<sup>95</sup>**

CCM RBZ40

Jääkiekkoluistin YTH

Koot 25-32.

**49<sup>95</sup>**

CCM RBZ40

Jääkiekkoluistin JR

Koot 33-38.

**54<sup>95</sup>**



CCM 4R III

Jääkiekkohanska YTH

Koot 8-9.

**24<sup>95</sup>**

CCM 4R III

Jääkiekkohanska JR

Koot 10-12.

**34<sup>95</sup>**



CCM RBZ40

Jääkiekkomaila JR-50

Left/right.

**59<sup>95</sup>**





Easton V1  
Jääkiekko-  
maila JR-50

**59<sup>95</sup>**

Easton V1  
Jääkiekkomaila JR-50  
Left/right, musta/harmaa/oranssi.



Easton Speed  
Alushaalari JR  
Koot 120–160 cm, musta/oranssi.

**22<sup>95</sup>**



Easton Carry  
Reppu  
Oranssi ja sininen.

**29<sup>95</sup>**



Easton Basic  
3/4 luistinsukka  
Koot JR ja SR, valkoinen.

**9<sup>95</sup>**



Easton Basic  
Luistinsukka  
2-pack, koot JR ja SR, valkoinen.

**14<sup>95</sup>**



Edge Quick Step  
Luistinsuoja  
Valkoinen ja musta.

**9<sup>95</sup>**

Edge  
Jääkiekko-  
luistinnauha

Vaha, musta, pituudet  
210, 250, 275 ja 305  
cm.

**4<sup>95</sup>**



Mailanauha

25 mm X 25 yds (22,86 m), värit:  
sininen, musta, pinkki ja valkoinen.

**3<sup>95</sup>**



Toronto Boy30  
Rullakassi 30"  
Musta.

**39<sup>95</sup>**



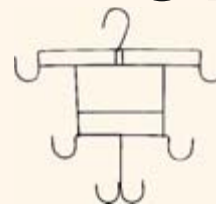
Toronto JR36  
Rullakassi 36"  
Musta.

**39<sup>95</sup>**



Jääkiekko-  
varustehenkari  
Kiinteä, musta.

**9<sup>95</sup>**



Jääkiekko-  
varustehenkari  
Taitettava, musta.

**9<sup>95</sup>**



Pehmeä terä-  
suoja Pro JR  
Koot 34–39, musta.

**15<sup>95</sup>**



Fitbit One

**Aktiivisuusmittari**

**99<sup>90</sup>**



Fitbit One

**Aktiivisuusmittari**

Mittaa askeleet, etäisyydet ja poltetut kalorit sekä askeltamasi rapsuset. Seuraa nukkumistasi. Roiskeveden kestävä. Numeronäyttö, ilmaiset iPhone- ja Android-sovellukset. Ladattava paristo.

Fitbit Aria Wi-Fi

**Kehoanalyysivaaka\***

Mittaa painon, rasvaprosentin ja painoindeksin. Vaatii Wi-Fi-yhteyden, 8:lle eri käyttäjälle. Seuranta tietokoneen tai iPhone-/Android- laitteen avulla. Mittaa painon 150 kg saakka. Paristot mukana.

**139<sup>00</sup>**



Fitbit Zip

**Aktiivisuusmittari**

Mittaa askeleet, etäisyydet ja poltetut kalorit. Roiskevedenkestävä, numeronäyttö, ilmaiset iPhone- ja Android-sovellukset. Pariston kesto 4-6 kk. Värit: harmaa, vihreä ja valkoinen.

**59<sup>00</sup>**



Fitbit Flex

**Aktiviteettiranneke**

Mittaa askeleet, etäisyydet ja poltetut kalorit. Seuraa nukkumistasi. Vesitiivis, LED-merkkivalot, ilmaiset iPhone- ja Android-sovellukset. Ladattava paristo. Värit: musta, pinkki ja vihreä.

**99<sup>90</sup>**



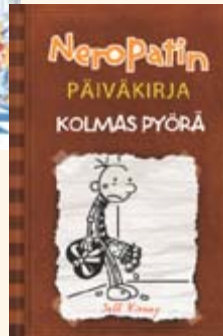


Parvela  
**Ella ja kaverit**  
karkaavat koulusta

Nopola  
**Heinähattu, Vilttitossu**  
ja iso Elsa

Parvela  
**Paten**  
aikakirjat

Kinney  
**Neropatin päiväkirja.**  
Kolmas pyörä  
**19<sup>95</sup>**  
/kpl



Nopola  
**Risto Rappääjä**  
ja Sevillan saituri  
**19<sup>95</sup>**



Perkiö  
**Soiva laulukirja**  
**27<sup>95</sup>**



Harjoituskirjat  
**7<sup>95</sup>**  
/kpl



**123** Hauskoja numero-  
ja laskutehtäviä  
**ABC** Hauskoja  
kirjain- ja sanatehtäviä  
**7<sup>95</sup>**  
/kpl



Kerto- ja  
jakolaskut  
Paino- ja  
mittayksiköt  
Lukeminen ja  
ymmärtäminen



Eskarilaisten  
harjoituksia  
Koululaisten  
harjoituksia  
Kuvasanakirja  
englanti-suomi  
1000 sanaa ja tarroja.  
**9<sup>95</sup>**  
/kpl



Samsung  
WF70F5E3P4W/EE

Pesukone\*

**499<sup>00</sup>**  
(549,00)



ENERGIALUOKKA  
A+++

ECO BUBBLE  
-PESUTEKNIikka

DIGITAALINEN  
INVERTER-MOOTTORI

Samsung WF70F5E3P4W/EE

Pesukone\*

Samsung pyykinpesukone 7 kg kapasiteetilla ja tehokkaalla 1400 rpm linkouksella. Eco Bubble -pesutekniikan avulla pesuaine liikenee selkeästi nopeammin pesuveteen ja kulkeutuu vaatteiden läpi puhdistamaan ne tehokkaasti. Laajat ja monipuoliset ohjelmat, joita voit muokata tarpeittesi mukaan mm. säädettävä 15 min pikapesu ja 65 min päivittäis-pesu kiireiseen arkeen. Määräautomatiikka tunnistaa pyykin määrän ja säätää pesuai-kaa sen mukaan. Iso ja informatiivinen LED-kosketusnäyttö. Diamond Drum -pesurumpu, joka on hellävarainen vaatteillesi. Aqua Stop -vesiturvasuoja. Hiiliharjaton digitaalinen Inverter-moottori on hiljainen, kestävä ja energiasäästävällinen, jonka vuoksi sille anneaan erikseen 10 vuoden takuu. Yleistakuu 2 vuotta. Pesukoneeseen sopii DV-70F5E0HGW/EE -lämpöpumpputekniikan kuivausrumpu. Mitat: K 85 X L 59,5 X S 59,5 cm.



ENERGIALUOKKA  
A++

LÄMPÖPUMPU-  
TEKNIikka

MAKSA OSISSA

S-Tuoteluotolla ostos heti mukaan  
ja maksu sopivissa erissä. Kysy lisää  
myyjältä tai tutustu s-pankki.fi

Samsung DV70F5E0HGW/EE

Kuivausrumpu\*



Kuivausrumpu 7 kg täyttömäärällä. Lämpöpumpputekniikka ja energialuokka A++ takaavat tehokkaan ja energiasäästävällisen tavon kuivata pyykkiä. Pyykin kuivaaminen käy kätevästi automaattiohjelmilla tai voit myös valita haluamasi kuivausajan. Elektroniset sensorit tunnistavat oikean kosteustason, jonka ansiosta kone kuivaa vaatteet juuri sopivan kuiviksi. Diamond Drum -rumpu on hellävarai-nen vaatteillesi. Informatiiviselta LED-kosketusnäytöltä voit seurata kuivaamisen kul-kuu. Kahden vuoden takuu. Kuivausrumpu sopii WF70F5E3P4W/EE pesukoneen pariin. Mitat: K 85 X L 59,5 X S 64,6 cm.

**699<sup>00</sup>**

Samsung  
Kylmäkoneet

**699<sup>00</sup>** /kpl



MULTIFLOW

HILJAINEN  
KÄYNTIÄÄNI

Samsung RR34H6220WW/EE

Jääviileäkaappi\*

Tilavuudeltaan 350 litrainen jääkaappi A+-energialuokalla ja LED-valaistuksella. MultiFlow-tekniikan avulla kaapin lämpötila on aina ihanteellinen, joten elin-tarvikkeet säilyvät pitkään. Vedettävien Big Box -laatikoihin mahtuu paljon ruo-kaa ja pystyt säätämään toisen laati-kon ilmankosteutta tarpeittesi mukaan esim. vihanneksia tai hedelmiä varten. Informatiivinen LED-näyttö, josta voit oh-jata kaikkia toimintoja. Kestävälle, hiljai-selle ja energiatehokkaalle Digitaalinen Inverter -kompressorille myönnetään erik-seen 10 vuoden takuu. Väri: valkoi-nen. Mitat: K 180 X L 59,5 X S 64,3 cm.



NO FROST

MULTIFLOW

HILJAINEN  
KÄYNTIÄÄNI

MAKSA OSISSA

S-Tuoteluotolla ostos heti mukaan  
ja maksu sopivissa erissä. Kysy lisää  
myyjältä tai tutustu s-pankki.fi

Samsung RZ27H6200WW/EE

Kaappipakastin\*

Tilavuudeltaan 277 litrainen pa-kastin A+-energialuokalla ja LED-valaistuksella. MultiFlow-tekniikan avulla kylmä ilma jakaantuu tasaisesti koko pakastimeen. Pa-kastusteho on 17 kg/vrk ja voit myös pakastaa pikapakastustoiminnolla. Kestävät ja tilavat laati-kot ovat varustettu pyörillä, jotka helpottavat niiden liikuttelua. In-formatiivinen sininen LED-näyttö. Kestävälle, hiljaiselle ja energia-tehokkaalle Digitaalinen Inverter-kompressorille myönnetään erik-seen 10 vuoden takuu. Väri: val-koinen. Mitat: K 180 X L 59,5 X S 64,3 cm.

\*Tätä tuotetta ei saatavana  
kaikista Prismoista. Katso oman  
Prisman valikoima prisma.fi.

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



Thinking of you

Electrolux

LOW FROST  
-PAKASTUSTEKNIikka

TILAVA PAKASTIN

Electrolux EN3601JOW

**Jääkaappipakastin\***

A+-energialuokan jääkaappipakastin Low Frost -pakastustekniikalla, jonka ansiosta pakastin huurtuu 50 % hitaammin kuin perinteisellä pakastustekniikalla varustettu pakastin. Lämpökäyvät pakastuslaatikot ovat tyylikkää ja käytännölliset sekä hidastavat pakasteiden huurtumista ovea avattaessa. Jääkaapissa on tukevat turvalasihyllyt ja läpinäkyvät ovihyllyt. Jääkaapin käyttötilavuus 226 litraa ja pakastimen 111 litraa.

**499<sup>00</sup>**NO FROST  
-PAKASTUSTEKNIikka

TWINTECH

Electrolux EN3441JOW

**Jääkaappipakastin\***

Laadukas jääkaappipakastin automaattisella pakastimen sulatuksella ja turvalasihyllyillä. TwinTech™-tekniikan ansiosta jääkaapin kosteus pysyy ihanteellisena, mikä parantaa elintarvikkeiden säilyvyyttä. Kaikki pakastimen hyllyt ovat pakastavia, mikä mahdollistaa tuotteiden täysin vapaan sijoittelun kaapin sisällä. Tilavuus jääkaapissa peräti 308 litraa ja pakastimessa 92 litraa. Kaapissa lisäksi LED-valo, pikakylmennystoiminto sekä tilava ja tukeva pullohylly.

**599<sup>00</sup>**

ROSENLEW



TILAUSMYYNTITUOTE



TILAUSMYYNTITUOTE

Rosenlew RSP220A

**Säiliöpakastin\***

210 litran säiliöpakastin A+-energialuokalla. Helppo avata alipaineventtiilin ansiosta. Pakastuskori, ohjauspaneeli edessä ja lämmönnousun hälytin. Pakastusteho 14 kg/vrk. Levylauhduttimen ansiosta säiliö toimii esim. nolla-asteisessa tilassa. Säilössä on myös siirtopyörät ja sisävalo. Mitat K 868 X L 795 X S 665 mm.

**329<sup>00</sup>**

Rosenlew RSP310A

**Säiliöpakastin\***

300 litran säiliöpakastin A+-energialuokalla. Helppo avata alipaineventtiilin ansiosta. 3 pakastuskoria, ohjauspaneeli edessä ja lämmönnousun hälytin. Pakastusteho 17 kg/vrk. Levylauhduttimen ansiosta säiliö toimii esim. nolla-asteisessa tilassa. Säilössä on myös siirtopyörät ja sisävalo. Mitat K 868 X L 1050 X S 665 mm.

**469<sup>00</sup>**

Rosenlew RSP410A

**Säiliöpakastin\***

Tilava 400 litran säiliöpakastin A+-energialuokalla. Helppo avata alipaineventtiilin ansiosta. 3 pakastuskoria, ohjauspaneeli edessä, lämmönnousun hälytin. Pakastusteho 19 kg/vrk. Levylauhduttimen ansiosta säiliö toimii esim. nolla-asteisessa tilassa. Säilössä on myös siirtopyörät ja sisävalo. Mitat K 868 X L 1325 X S 665 mm.

**569<sup>00</sup>**
**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI

\* Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima prisma.fi.

OBH Nordica 6775

Hyötykasviskuivuri

49<sup>00</sup>



OBH Nordica 6775

Hyötykasviskuivuri

Kasvikuivain kuivaa tehokkaasti kaikenlaiset sienet, hedelmät, vihannekset ja yrtit. Luonnollinen ja täyteläinen maku. Aineiden kaikki vitamiinit säilyvät. Moottorissa tuuletin – hyvä kuivaustulos perustuu nopeaan ilmankiertoon ja alhaiseen lämpötilaan. 2 tehoaluetta. 5 kuivaustasoa. Ylikuumenemissuojia. Teho 250 W.

HUGIN  
Fragging your Life!



Hugin Vitex

Mehulinko

Suurella täyttöaukolla ja helposti irrotettavilla sekä pestävillä terillä varustettu mehulinko. Turvakytkin. Irrotettava jäteastia. Jäteastian tilavuus 1,0 litraa. Portaaton tehonsäätö mahdollistaa käytön eri rakenteen omaaville hedelmille ja kasviksille. Teho 600 W.

49<sup>00</sup>  
(99,00)



Evermat

Hyötykasviskuivuri\*



Tehokas kasvikuivuri sienille, marjoille, hedelmille, yrteille, lihoille, jne. Halkaisija 280 mm. Korkeus 305 mm. Neljä kuivaustasoa. Portaaton lämpötilasäätö 0–60 astetta. Ajustointitoiminto 0–12 tuntia. Ylikuumenemissuojia. Teho 700 W.

249<sup>00</sup>

PHILIPS



Philips HR1869

Mehulinko\*



2,5 litraa mehua kerralla. Ei esikäsitellyä XXL-syöttöaukon ansiosta. 2 eri nopeutta pehmeille ja kovalle hedelmille ja kasviksille. Mehusta kovimmatkin ainekset 700 watin moottorilla. Kaikki irroitettavat osat konepestäviä.

159<sup>00</sup>

KENWOOD



Kenwood JE880 Excelpro

Mehulinko\*



Teräksinen mehulinko, jossa tehokas 2000 W moottori. Kaksi nopeutta sekä erillinen pysäytyskytkin. XXL-kokoinen syöttöaukko. Lingon puhdistaminen on erittäin helppoa, sillä uuden Apex-järjestelmän ansiosta kaikki kuiva-ainekset päätyvät jäteastiaan, eivätkä keräänny siivilän ympärille. 1,5 litran mehuastia ja 3,0 litran jäteastia. Tippalukko.

299<sup>00</sup>

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima prismafi.fi.

PRISMA  
KODIN ONNEKSI



Hugin Oxalis

Mikroaaltouuni

**39<sup>95</sup>**



KOKEILE 60 PÄIVÄÄ  
**100%**  
TYTYTYVÄISYYS  
TAI RAHAT TAKAISIN!



Hugin Oxalis

**Mikroaaltouuni**

Helppokäyttöinen, mekaanisella ohjelmakoneistolla varustettu mikroaaltouuni, jossa 20 litran tilavuus. Viisi tehoaluetta ja sulatustoiminto. Tasaisen lämmitystuloksen takaa pöyryvä lautanen. Tuotteella on osta ja kokeile 60 päivää tai saat rahat takaisin -takuu.



OBH Nordica 7950

**Tyhjiöpakkauslaite**



Helppokäyttöinen tyhjiöpakkauslaite säilyttää elintarvikkeiden tuoreuden jopa viisi kertaa pidempään kuin perinteiset säilytysmenetelmät. Suojaa elintarvikkeita kylmäaurioilta. Kalan ja lihan marinointi kestää vain minuutteja tuntien asemesta. Pusseja voi käyttää elintarvikkeiden lämmittämiseen mikroaaltouunissa sekä poreilevassa vedessä. Pussit ovat uudelleenkäytettäviä ja konepesun kestäviä. Kompakti koko, helposti puhdistettava. Mukana aloituspakkauspusseja.

**59<sup>95</sup>**



DeLonghi F13235 Total Clean

**Friteerauskeitin\***



Kompakti frittekeitin, jolla valmistat herkulliset ruoat itsellesi tai pienelle porukalle. Total Clean -järjestelmän avulla keitin on erittäin helppo puhdistaa. Sähköyksikön saa irti helposti, jonka jälkeen kaikki muut osat voi pestä astianpesukoneessa. Kulhon ja ulkokuoren välissä kiertävä ilma varmistaa, että keittimen ulkokuori ei kuumene. Kannessa olevan lasin kautta voi seurata ruoan valmistusta joutumatta avaamaan kantta. Termostaatti 150–190 °C. Vaihdeettava hajusodat. Max. öljyn määrä 1,2 l ja max. valmistuskapasiteetti 0,7 kg. Teho 1200 W.

**69<sup>00</sup>**  
(99,00)



MYÖS JÄÄPALOJEN  
MURSKAUKSEEN

OBH Nordica 7750  
Tehosekoitin

**19<sup>95</sup>**  
(39,95)



### OBH Nordica 7750 Tehosekoitin

Tyylikäs tehosekoitin, joka soseuttaa ja vatkaa keitot, kastikkeet, pirtelöt jne. Soveltuu myös jäiden murskaamiseen. 2 nopeutta ja pitoasento. Lasikulhon tilavuus 0,8 l. Irrotettava terä on helppo puhdistaa. Terä on ruostumatonta terästä. Merkkivalo. Teho 300 W.

KENWOOD

USEITA LISÄOSIA



### Kenwood KM283 Prospero Yleiskonepaketti



Planetaarinen sekoitusliike sekoittaa ainekset tehokkaammin. Turvalukitus. 4,3 litran ruostumaton teräskulho. Koneessa on 3 voimansiirtopistettä lisätarvikkeille. Mukaan tulee k-vatkain, pallovispilä sekä taikina-koukku. Pakettiin kuuluu myös lasinen tehosekoitin, monitoimikulho kolmella raastin- ja viipalointiterällä sekä sitruspuserrin. Teho 900 W.

**149<sup>00</sup>**  
(299,00)



**BOSCH**  
Invented for life



### Bosch MFQ3030 Sähkövatkain



Kevyt sähkövatkain, mutta silti tehokas (350 W). Vatkaimesta löytyy neljä tehoaluetta sekä pito- ja turboasento. Mukana 2 tehokasta vispilää ja 2 taikinakoukku.

**29<sup>95</sup>**



**BOSCH**  
Invented for life



### Bosch MFQ36300 Sähkövatkain\*



Tehokas, kevyt ja hiljainen uuden moottoritekniikan ansiosta. 5 tehoaluetta sekä pito- ja turboasento. 2 tehokasta turbovispilää ja 2 tukevaa taikinakoukku. Teho 400 W.

**49<sup>95</sup>**



**BOSCH**  
Invented for life



### Bosch MSM64120 Sauvasekoitinsetti\*



Hiljainen, tasainen ja tehokas. Turbopainike suurelle tehalle. Sauvasekoitinosa terästä, jonka neljän terän ansiosta täydellinen tulos. Helppokäyttöinen. Mukana kannellinen teholeikkuri ja sekoituskulho. Teho 450 W.

**59<sup>95</sup>**

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima [prisma.fi](http://prisma.fi).

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



Thinking of you  
**Electrolux**



**UUTUUS!**

Electrolux EKF5300  
**Kahvinkeitin\***

Tilavuus 1,4 litraa / 10 kupillista. Automaattinen virran-  
katkaisu. PureAdvantage-vedensuodatin. 1,4 litran lasi-  
kannu. Tippalukko. Lämpölevyn tarttumaton pinnointi on  
helppo pyyhkiä puhtaaksi. Aromitoiminto. Lämpölevyn  
tarttumaton pinnointi. Teho 1100 W.

**49<sup>95</sup>**

NESCAFÉ  
Dolce  
Gusto



Dolce Gusto Mini Me

**Kapselikeitin\***

Kompaktin kokoinen irroitettavalla 0,8 litran vesisäili-  
öllä varustettu kapselikeitin, jolla voidaan valmistaa  
mm. cappuccinoa, espressoa, café lattea, tavallista  
kahvia, kaakaojuomia ja teetä. Flow Stop -toiminto  
annostelee oikean vedenmäärän. Automaattinen  
virrankatkaisu.

**69<sup>00</sup>**  
(119,00)

**MOCCAMASTER**  
HANDMADE



Moccamaster Cup One

**Kahvinkeitin\***

Ensimmäinen ECBC-hyväksytty kahvinkeitin, joka keittää  
kupillisen kahvia suoraan mukiin tiukkojen kahvinsuoda-  
tusstandardien mukaisesti. Keittimen virta sammuu välit-  
tömästi, kun vesisäiliö on tyhjentynyt. Kapasiteetti 0,33 l.  
Pakkauksessa mukana 2 kpl posliinimukeja. Teho  
1090 W. Saatavana useita eri värejä.

**179<sup>00</sup>**

**HUGIN**  
Hugging your Life!



Hugin Lupinus  
**Vedenkeitin**

Teräksinen. Tilavuus 1,5 litraa.  
Kannun voi asettaa jalustalle mis-  
tä suunnasta tahansa. Pohjan alle  
piilotettu lämpövastus. Johdon  
säilytys jalustan pohjassa. Tyhjiin-  
kiehumissuoja. Automaattinen  
virrankatkaisu. Teho 2200 W.

**19<sup>00</sup>**  
(39,95)

**HUGIN**  
Hugging your Life!



Hugin Buxus  
**Neljän leivän  
paahdin\***

1-4 leivän paahdin, jossa kaksi  
termostaattia. Portaaton tehon-  
säätö. Leivänkeskitys, sulatus,  
uudelleen lämmitys ja paahdon  
keskeytys -toiminnot. High Lift  
-leivän ylösnosto. Murutarjotin.  
Johdon säilytys. Teho 1600 W.

**39<sup>00</sup>**  
(59,95)

**KENWOOD**



Kenwood Persona  
**Leivänpaahdin\***

Säädettävä paahtoaukko ja  
erilliset ohjelmat paninien, ba-  
geleiden, croissantien ja toas-  
tien valmistamiseen. Peek &  
View -toiminnolla voi tarkistaa  
paahdamisen etenemisen kes-  
keyttämättä toimintoa. Mukana  
erillinen grillausritilä täytetyille  
leiville. Säädettävän paahtoa-  
ukon ansiosta paahtimeen mah-  
tuu jopa 6 cm paksu täytetty  
voileipä. Teho 1080 W.

**99<sup>00</sup>**

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI

\* Tätä tuotetta ei saatavana  
kaikista Prismoista. Katso oman  
Prismani valikoima prisma.fi.

**Dirt Devil***Thinking of you*  
**Electrolux**

Dirt Devil M1144

**Pussiton pölynimuri****49<sup>00</sup>**

Dirt Devil M1144

**Pussiton pölynimuri**Kompaktin kokoinen pölypus-  
sion pölynimuri, jossa säädet-  
tävä teleskooppiputki. Pestävä  
suodatin. Siivousulottuvuus  
7,5 m. Teho 1400 W.

Electrolux Ultra One Green

**Pölynimuri\***Huippuluokan puhdistuskyky kai-  
killa kodin pinnoilla. Energialuok-  
ka A. Jopa 60 % energiansäästö.  
Hiljainen käyntiääni (68 dB). Pes-  
tävä Hygienia 13 -poistoilmam-  
suodatin. Teleskooppiputki. Par-  
ketti ja 3in1 -suulakkeet. Laaja  
12 metrin toimintasäde. Erin-  
omainen liikkuvuus ja käsiteltä-  
vyys. Standardoitu S-bag -pöly-  
pussi. Kaupan päälle Ultra One  
Green -starttipaketti, joka sisältää  
neljä pölypussia, pestävän Hygie-  
nia 13-suodattimen, moottorin-  
suodattimen ja raikastinrakeita.**249<sup>00</sup>**  
(299,00)*Thinking of you*  
**Electrolux**

Electrolux ZP4043N Ergo Classic

**Pölynimuri**Kompaktin kokoinen tehopakkaus. Portaattomasti säädet-  
tävä imuteho (315 W). Mukana erillinen parkettisuulake  
koville pinnoille (arvo 29,95) ja turbiini-suulake tehokkaa-  
seen lianpoistoon pehmeiltä pinnoilta (arvo 39,95). Tele-  
skooppiputki. Standardoitu S-Bag -pölypussi.**99<sup>00</sup>**Made in  
Germany**Miele**

Miele S6310

**Pölynimuri\***Portaaton elektroninen tehonsäätö. Air Clean -suo-  
datin. Täysin ympäri kääntyvät pyörät tekevät imu-  
rista kevyen ja helposti liikutettavan. Comfort-joh-  
donkelausmekanismi. Laaja 10 metrin toimintasäde.  
Teho 2000 W.**199<sup>00</sup>****dyson**

Dyson DC29T2 Origin

**Pussiton pölynimuri\***Patentoitu Root Cyclone -teknologia, jossa lika lingotaan  
ilmavirrasta. Jatkuva imuteho 280 W. Ei pölypussien tai  
suodattimien vaihtoa. Pestävä suodatin. Tukeva kahva.  
Lattia- ja mattosuulake sopii niin parketeille kuin pehmeil-  
lekin pinnoille.**249<sup>00</sup>**

\*Tätä tuotetta ei saatavana  
kaikista Prismoista. Katso oman  
Prisman valikoima prisma.fi.

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



Dirt Devil Spider

Robotti-imuri

**79<sup>00</sup>**

**(149,00)**



**KAIKILLE KOVILLE  
PINNOILLE JA  
MATOILLE**



Dirt Devil Spider

**Robotti-imuri**

Sopii kaikille lattiapinnoille ja matoille. Kolme puhdistusohjelmaa; satunnainen, spriraali ja reunat. Puhdistaa nurkat erillisillä harjoilla. Sopii matalan rakenteensa ansiosta puhdistamaan huonekalujen alta (korkeus 6,8 cm). Havaitsee esteet ja portaat (kolme tunnistinta). Puhistusaika yhdellä latauksella 45 minuuttia.



**UUTUUS!**

Neato Botvac 75

**Robotti-imuri**



Patentoidulla laserohjatulla navigaatiolla varustettu uusi Neato Botvac 75 skannaa ja kartoittaa asunnon automaattisesti ja puhdistaa sen järjestelmällisesti. Virran loputtua kesken siivouksen laite palaa asemaan latautumaan ja jatkaa ladattuaan siitä mihin jäi. Vahva pääharja ja sivuharja siivoavat lattialistoihin asti. Havaitsee esteet ja puhdistaa niiden ympäriltä. Mukana pääharja ja sivuharja. Ohjelmoitavissa. Mukana rajaumsmagneetti ja tehosuodatin.

**499<sup>00</sup>**

**Tefal**



Tefal FV1220E0 Inicio

**Höyrysilitysrauta**



Tarttumaton PTFE-pohja. Höyryntuotto 0-20 g/min. Lisähöyry 70 g/min. Pystyhöyrytys. Spray. Vesisäiliö 200 ml. Itsepuhdistustoiminto. Johdon pituus 1,8 metriä. Teho 1800 W.

**19<sup>95</sup>**

**BRAUN**



Braun S510

**Höyrysilitysrauta\***



Kestävä ja hyvin liukuva Elo-xal-pohjalevy. Ergonominen avoin kädensija. Säädetty höyrynmäärä max. 30 g/min. Lisähöyry 95 g/min. Teho 2000 W.

**39<sup>00</sup>**  
**(59,95)**

**Tefal**



Tefal FV9910E0 Freemove

**Johdoton  
höyrysilitysrauta\***



Avoin kahva, jonka alapuolella on höyryn vapauttava painike. Säädetty höyryn määrä 0-35 g/min. Lisähöyry 150 g/min. Pystyhöyrytys. Tippalukko. Integroitu kalkinpoistojärjestelmä. Vesisäiliön tilavuus on 250 ml. Teho 2400 W.

**99<sup>00</sup>**

Kärcher WV75 Plus  
Ikkunanpesuri

79<sup>00</sup>



Kärcher WV75 Plus  
Ikkunanpesuri

Akkukäyttöinen imevä ikkunankuivain, joka kuivaa puhdistetun pinnan jälkiä jättämättä. Suulakkeen leveys 280 mm. Kevyt ja helppokäyttöinen. Toiminta-aika 20 min. Mukana suihku-/pesupullo, mikrokuituliina ja kapea suulake (170 mm). Litium-ioni -akku 3,6 V.



MUKANA LAAJA  
VALIKOIMA VARUSTEITA



Kärcher SC3000  
Höyrypuhdistin

Kevyt ja kompakti höyrypuhdistin on kätevä käytössä ja helppo siirrellä pyörien avulla. Laite sopii kaikenlaisten kodin koviin pintojen puhdistukseen.



139<sup>00</sup>

S SINGER



UUTUUS!

Singer Simple 3210  
Ompelukone



Mekaaninen ompelukone, jossa on 10 ommelta. 4-vaiheinen napinläpi. Säädettävä tikin pituus. Vapaavarsi ja pikakiinnitteiset paininjalat. Mukana olevat tarvikkeet: yleispaininjalca, vetoketjugalca, napinläpijalca, napin ompelujalca, L-ruuvi-meisseli, ratkoja, neulapakkaus, puolila, tikkaus- ja reunaohjain, parsinlevy, lankarullan pidike ja suojahuppu.

99<sup>00</sup>

S SINGER



Singer 14SH654N  
Saumuri\*



4-lankainen saumuri kankaiden ja neulosten huollitteluun ja saumaamiseen. Koneessa on differentiaalisyötö estämään saumojen venymistä. Säädettävä tikinpituus ja saumanleveys sekä pikakiinnitteiset paininjalat. Helppo kiinteä rullapäärmäasetus ilman osien vaihtoa. Vapaavarsi. Nopeus 1300 ommelta/min. Mukana tulevat tarvikkeet: peruspaininjalca, neulapakkaus, ruuvimeisseli, pinsetit ja kuusiokoloavain. Tilausmyyntituote.

199<sup>00</sup>  
(319,00)

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima prismafi.



SONY

Sony Bravia  
KDL-50W828 50"  
50" LED-TV\*

1049<sup>00</sup>



Sony Bravia KDL-50W828  
50" LED TV\*

Sonyn uusi huippumalli Motionflow XR 800Hz -liikkeennoistolla ja dynaamisella Edge LED -taustavalolla. Huippuluokka kuva! Monipuoliset liitännät ja nopea SMART TV jossa mm. YLE AREENA -sovellus. Wi-Fi ja NFC -yhteydet. Antenni- ja kaapeli HD-digiviritin.

**MAKSA OSISSA**

S-Tuotetuotolla ostos heti mukaan  
ja maksu sopivissa erissä. Kysy lisää  
myyjältä tai tutustu s-pankki.fi

Sony Bravia KDL-42W828  
42" LED TV\*



Sonyn 42" huippumalli. Ominaisuudet  
samat kuin 50", poikkeuksena: Motion-  
flow XR 400Hz -liikkeennoisto sekä  
vakiovarusteena 2 kpl 3D-laseja.

849<sup>00</sup>

SONY



Sony SWF-BR100  
Subwoofer\*



Liitä tämä langaton subwoofer  
Sony-televisioosi ja nauti mukavista  
äänistä! Helppo asentaa ja helppo  
sijoittaa, sillä tarvitsee vain virta-  
johtoa. Teho 100 W.

299<sup>00</sup>

SONY



Sony HT-CT370

Kotiteatteri\*



Nauti musiikista tai elokuvien räiskeistä tällä huipputaso-  
kotiteatterilla. Surround-ääni luodaan vain yhdellä sound-  
bar-kaiuttimella. Voit myös toistaa musiikkia langattomasti  
NFC-yhteyden kautta vaikkapa älypuhelimestasi. Lisäpot-  
tua antaa langaton subwoofer.

449<sup>00</sup>



SONY



Sony Alpha 5000

Mikrojärjestelmäkamera\*

Markkinoiden kevein ja pienikokoinen  
APS-C -kennolla varustettu järjestelmä-  
kamera, jossa 20,1 Mp tarkkuus sekä  
optinen kuvanvakain objektiivissa. Full-  
HD -videokuvaus jatkuvalla tarkennuk-  
sella. Sisäänrakennettu salama ja 180  
astetta kääntyvä näyttö. Wi-Fi & NFC.  
Voit ohjata kameraa älypuhelimellasi  
(Android/iOS). Mukana 18-55 mm,  
F3.5-5.6 -objektiivi.

469<sup>00</sup>



SONY



Sony CMT-SBT100

Hifi-järjestelmä\*



Unohda johdot – nyt voit siirtää musiikkia älypuheli-  
mestasi suoraan äänentoistojärjestelmääsi. Langatto-  
man NFC Bluetooth® -yhteyden avulla voit täyttää  
huoneen suosikkikappaleillasi 50 watin teholla. Jär-  
jestelmässä on myös FM-viritin, CD-soitin sekä USB-  
ja audiotuloliitännät.

249<sup>00</sup>

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI

\* Tätä tuotetta ei saatavana  
kaikista Prismoista. Katso oman  
Prisman valikoima prisma.fi.

SAMSUNG



**LAHJAKSI  
IHAN KAIKKI AKUT!**

Ostaessasi Samsung Galaxy Tab 4 -laitteen, saat Aku Ankka Lataamon veloituksetta käyttöösi 6 kk:n ajaksi. Arvo 59,40.

### Samsung Galaxy Tab 4 Tablettitietokone\*



Tabletti koko perheen tarpeisiin, oli kyse sitten peleistä, viihteestä tai töistä. Terävän näytön voi jakaa kahteen ikkunaan, jolloin käyttäjä voi vaikka surffata ja katsella videoita samanaikaisesti. Voit valita joko 7" mallin, joka kulkee kätevästi aina mukana tai 10" mallin, jonka iso näyttö on parhaimmillaan pelaamisessa ja elokuvien katselussa. Lasten tila -toiminto, jolla voit rajoittaa sisältöä ja käyttöaikaa.

**219<sup>00</sup>**  
alk.



Valtuutettu jälleenmyyjä



Apple iPad Air Wi-Fi 16GB

### iPad Air\*



iPad Air on 7,5 millimetriä ohut ja painaa alle puoli kiloa, joten se tuntuu uskomattoman kevyeltä kädessäsi. Siinä on 9,7 tuuman Retina-näyttö, 64-bittinen A7-siru, huippunopeat langattomat yhteydet, tehokkaat ohjelmat ja jopa 10 tuntia akun käyttöaikaa.<sup>1</sup> Ja yli 500 000:n iPadille varta vasten suunnitellun ohjelman ansiosta voit tehdä sillä melkein mitä vain.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Akun kesto vaihtelee käytön ja kokoonpanon mukaan. Lisätietoja saat osoitteesta [www.apple.com/fin/batteries](http://www.apple.com/fin/batteries). <sup>2</sup> Ohjelmat ovat saatavilla App Storesta. Ohjelmien lukumäärä viittaa ohjelmien kokonaismäärään maailmanlaajuisesti. Kaikkea sisältöä ei ole saatavilla kaikissa maissa.

**469<sup>00</sup>**



### Apple iPad Air Smart Cover\*

Kansi asettuu tiiviisti iPad Airin päälle, herättää sen avattaessa ja toimii jalustana katselemista ja kirjoittamista varten. Se on monella tapaa älykäs. Se on tehty pehmeästä ja kestävästä polyuretaanista ja on saatavilla kuudessa upeassa värissä.

**39<sup>95</sup>**



### Apple Apple TV\*



Apple TV tarjoaa sinulle pääsyn muun muassa elokuviin, suoriin urheilulähetyksiin, musiikkiin ja suoraan laajakuva-TV:stäsi, jopa 1080p HD-tarkkuudella. Voit jopa toistaa iOS-laitteidesi sisältöä omalla TV:lläsi AirPlayta käyttäen.

**109<sup>00</sup>**

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima [prisma.fi](http://prisma.fi).

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI





Doro PhoneEasy 507

### Senioripuhelin\*

Helppokäyttöinen peruspuhelin soittamiseen ja viestien lähettämiseen. Ominaisuuksia mm. kalenteri muistutuksella, turvanäppäin sekä säädettävä tekstin koko. Mukana kätevä pöytälatausteline.

**79<sup>95</sup>**



Doro PhoneEasy 608

### Senioripuhelin

Kauniisti pehmeillä muodoilla muotoiltu simpukkapuhelin kameralla. Ota kuvia helposti ja lähetä ne ystäville. Kirkas kahden tuuman näyttö, sekä pehmeä pitävä pinnote helpottavat käyttöä. Erittäin selkeä ja kuuluva ääni. Mukana myös lataava pöytäteline.

**109<sup>00</sup>**

doro



Doro Liberto 810

### Helppo älypuhelin\*

Nauti älypuhelimien helposta käytöstä. Suuret, selkeät kuvakkeet ja teksti tekevät käytöstä helppoa. Sisältää valikoiman sovelluksia sekä Google Playn, jotka tarjoavat rajattoman vapauden.

**199<sup>00</sup>**

**UUTUUS!**



**VAIN PRISMASTA!**

Lego 16 GB

### Muistitikku\*

Lego-palikan muotoinen 16 GB muistitikku. Pakkauksessa mukana myös Lego-palikka. Molempia voidaan käyttää Legojen rakentamiseen normaaliin tapaan. Muistitikku on helppo kiinnittää esim. avaimenperään.

**14<sup>95</sup>**



Seagate

Seagate 2TB USB 3.0 Backup plus 3,5"

### Ulkoinen kiintolevy\*

Tämä nopealla USB 3.0 (5 Gb/s) liitännällä varustettu kiintolevy on myös mainio vaihtoehto varmuuskopioiden säilyttämiseen. Kiintolevyn mukana toimitetaan helppokäyttöinen varmuuskopiointi-ohjelma, jolla pystyy varmistamaan tärkeät tiedostot, kuvat, videot talteen automaattisesti. Seagaten Mobile Backup App -sovellus tuo etuja mobiilikäyttäjälle. Helppo jakaa tiedostoja PC ja MAC -tietokoneiden välillä. Erillistä formaatointia ei tarvita.

**119<sup>00</sup>**

PHILIPS



**LANGATON BLUETOOTH-KUULOKKE**

Philips SHB71 50FB/00

### Bluetooth-kuulokkeet\*

Tehokasta langatonta äänentoistoa. Philips-kuulokkeilla kuuntelet musiikkia ja hallitset puheluita langattomasti tuntikausia. Näissä kuulokkeissa on huippuluokan 40 mm:n neodyymielementit sekä pehmeät korvatyyny. Kuuloke tukee myös yhden kosketuksen NFC-pariliitosta.

**79<sup>95</sup>**

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI

\* Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima [prisma.fi](http://prisma.fi).

PHILIPS



Philips PT927/22

### Partakone\*

Huippuluokan terät. 1h ajoaika, 1h lataus. LED-näyttö. Ylösnouseva rajain, huoltoyksikkö, helppo puhdistaa, vesipestävä. 3 min pikalataus, johdellinen ja johdoton käyttö.

**119<sup>00</sup>**  
(179,00)

UUTUUS!



Philips Lumea IPL

### Ihokarvapoistolaite\*

Lumeassa 100 000 välähdystä, ihonväritunnistin. Integroitu turvajärjestelmä. 5 valotehoasetusta. Kliinisesti testattu. Sopii myös kasvoille. 120 päivän rahat takaisin -takuu.

**249<sup>00</sup>**

PHILIPS



Philips HC5440/80

### Kotiparturi

Itseteroituvat terät, 24 pituusasetusta. 8 h latauksella 75 min ajoaika. Kova säilytyskotelo, ei vaadi voitelua. Paketissa ohjauskampa. Jopa 5 vuoden takuu rekisteröimällä tuote verkossa.

**49<sup>95</sup>**

PHILIPS



Philips RQ1151/17

### Parranajokone

Ladattava Philips Wet & Dry-parranajokone. Aquatec-tiivistys mahdollistaa myös märän parranajon. Mukana tarkkuustrimmeri. Tunnin latauksella maksimissaan 14 päivän ajoaika.

**149<sup>00</sup>**



BaByliss®  
PARIS



UUTUUS!

BaByliss BST326E Wet & Dry

### Suoristaja

Keraaminen lämmitin, timanttipinnoite, lämpötilansäätö (16 asetusta max 235 °C). Wet & Dry, nopeasti lämpenevä 20 sek.

**34<sup>95</sup>**

UUTUUS!

BaByliss®  
PARIS



BaByliss BD361E

Expert 2300 Hi Ionic

### Hiustenkuivain\*

Tässä hiustenkuivaimessa on tuplailonisointi, teho 2300W/1700. Dry Watt, diffusori, ilmankeskitin.

**39<sup>95</sup>**

REMINGTON®



Remington HC5355A

### Hiustenleikkuri + hygientrimmeri

Advanced Steel-, itseteroituvat terät, ladattava/verkko-käyttöinen. Jopa 40 min ajoaika. Säilytyslaukku. Hygientrimmeri.

**39<sup>95</sup>**



REMINGTON®



Remington AS701 Dry & Style

### Ilmakiharrin\*

300 watin ilmakiharrin muotoiluun ja kuivaukseen. 3 lämpötila- ja nopeusasetusta, myös viileäpuhallus. 3 lisäosaa.

**29<sup>95</sup>**

REMINGTON®



Remington AC5911 Pro-air

### Hiustenkuivain\*

AC-moottorilla varustettu hiustenkuivain. Teho 2200 W. Ionisointi. 3 lämpötilaa/2 nopeutta, viileäpuhallus. Diffusori ja ilmankeskitin. Pitkä 3 m verkkojohto.

**39<sup>95</sup>**

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima [prisma.fi](http://prisma.fi).

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



**Oral-B****LOPPUERÄ**

Oral-B TZ 1000

**Sähköhammasharja\***

3D-teknologia: 40000 sykkivää ja 8800 pyörivää liikettä/min. 2 min. ajastin, visuaalinen paineentunnistin. Täysi akku 30 min harjausaika. Mukana TZ-harjaspää, 1 puhdistustila.

**84<sup>95</sup>****LOPPUERÄ**

Oral-B PC600

**Sähköhammasharja**

Ergonominen runko, 8800 pyörivää ja 20000 sykkivää liikettä. Matkakotelo. PC-harjaspää.

**49<sup>95</sup>****Oral-B****LOPPUERÄ**

Oral-B PC 3000

**Sähköhammasharja\***

Ladattava, harjausaika 30 min. 8800 liikettä/min. 3D-harjausmenetelmä. 3 harjaustoimintoa, 2 minuutin ajastin. Paineentunnistin, 3 harjaa, harjatelinet. Matkalaturi.

**109<sup>00</sup>****Oral-B****LOPPUERÄ**

Oral-B Triumph PC5500

**Sähköhammasharja**

3D-teknologia: 8800 pyörivää ja 40000 sykkivää liikettä. Mukana SmartGuide-näyttö ja matkakotelo. 2 minuutin ajastin. Visuaalinen paineentunnistin. Mukana 4 harjaspäätä: Precision Clean, 3D white ja 2 Floss Action.

**159<sup>00</sup>**  
(179,00)

Braun 3-Series 350CC

**Parranajokone**

Ladattava, kolmoisajomenetelmä. SensoFoil -teräverkko. Triple Action FreeFloat -ominaisuus. Vesipestävä. 1 h lataus 45 min parranaajoon, 5 min pikalataus yhteen ajoon.

**109<sup>00</sup>****BRAUN**

Braun SE7951 Skin Spa

**Epilaattori\***

Johdoton Wet & Dry -epilaattori. Ääniaaltotekniikalla toimiva kuorintaharja. 40 Close-Grip-pinsettiä. SmartLight-toiminto. Mukana 4 lisäosaa.

**169<sup>00</sup>****BRAUN**

Braun Silk-Epil SE5329

**Epilaattori + kasvoharja**

Joustava ajopää, smartlight, toimii verkkovirralla, 2 nopeutta, viilennyshankikas, vesipestävä. Kasvoharja: 2 nopeutta, paristokäyttöinen, syväpuhdistaa huokoset.

**99<sup>00</sup>**

Rio SKDR2 Dermalroller

**Mikroneulauslaite\***

Kotikäyttöön tarkoitettu mikroneulauslaite. Neulojen pituus 0,2 mm. Mikroneulaus edesauttaa ihon uusiutumista sekä aktivoi kollageenin tuotantoa ihossa. Lisäksi se kiinteyttää ihoa, kirkastaa ihon väriä sekä edesauttaa hoitovoiteiden imeytymistä ihoon. Sopii kaikille ihotyypeille.

**59<sup>95</sup>**

Silk'n Glide

**Ihokarvanpoistaja\***

Silk'n Glide HPL valoimpulssilaite on tehokas, nopea ja turvallinen käyttää. 30000 välähdystä - välähdys 3,5 sek. välein, hoitoalue 3 cm². Säädettävä teho. Kliinisesti testattu.

**129<sup>00</sup>****Silk'n****UUTUUS!**

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI

\* Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima prisma.fi.

**UUTUUS!****OBH Nordica 3068 Artist Suoristaja\***

Ammattilaistason suoristin led-näytöllä. Lämpötilan säätö 155–230 °C. Joustavasti kiinnitetyt keraamiset levyt turmaliinipinnoitteella.

**39<sup>95</sup>****UUTUUS!**

OBH Nordica 5825 Artist

**Lämpökiharrin\***

Ammattilaistason lämpökiharrin luovaan hiusten muotoiluun. LED-näyttö ja viisi digitaalisesti säädettävää lämpötilaa (120–200 °C). Lämpenee nopeasti, keraaminen turmaliinipinnoite. Automaattinen virrankatkaisu 60 min jälkeen.

**39<sup>95</sup>****OBH Nordica 5821 Artist Muotoiluharja\***

Muotoiluharja kuiville hiuksille. Keraaminen turmaliinipinnoite. Harjan halkaisija 30 mm. Led-merkkivalo. Kääntyvä ja erittäin pitkä johto 2,8 m.

**49<sup>95</sup>**

OBH Nordica 5168 Artist

**Hiustenkuivain**

Teho 1800 W. 2 puhallusvoimakkuutta, 3 lämpötilaa. Kylmäpuhallus. Ilmankeskitin. Johto 2,8 m.

**29<sup>95</sup>****OMRON**

Omron Caloriscan pinkki

**Aktiivisuusmittari\***

Omron CaloriScan on pieni, helppokäyttöinen ja luotettava kalorinkulutusta mittaava laite, joka laskee kulutusta 3D-sensorin avulla koko vuorokauden aktiivisuuden mukaan. Askelmittari matkamittauksella, päivälaskurilla ja trippimittarilla. Kello, 7 päivän muisti.

**59<sup>95</sup>****OMRON**

Omron M6W

**Verenpaine-mittari\***

M6W on kliinisesti validoitu ja siinä on muisti kahdelle mittaukselle. Mukana on pehmeä M-L kokoinen mansetti 22–42 cm. Mittari ilmoittaa, kun mansetti on kiinnitetty oikein. Pakkaus sisältää paristot.

**129<sup>00</sup>****OMRON**

Omron BF214

**Kontrollivaaka\***

Kliinisesti validoitu kontrollivaaka. Se mittaa tarkasti ja helposti kehon painon, rasvaprosentin ja luustolihasprosentin. Laite laskee myös automaattisesti painoindeksin. Pakkaus sisältää ohjeen suomi/ruotsi sekä paristot.

**79<sup>95</sup>****BaByliss PARIS**

BaByliss C1000E Curl Secret

**Kiharrin\***

Auto Curt -patentoitu automaattinen kiharrus, keraaminen pinnoite. Kaksi lämpötilaa: 210 °C ja 230 °C, 3 aika-asetusta (8, 10 ja 12 sek), äänimerkki kertoo milloin kihara on valmis.

**129<sup>00</sup>****HUGIN***Hugging your Life!*

Hugin Freesia RCY-88

**Hiustenkuivain**

Hiljainen ja kestävä AC-moottori, teho 2000 W. Ioni-toiminto. 2 puhallusnopeutta, 3 lämpötilaa ja viileäpuhallus, diffusori, ilman keskitin, pitkä virtajohto 2,8 m.

**29<sup>95</sup>**

\*Tätä tuotetta ei saatavana kaikista Prismoista. Katso oman Prismasi valikoima [prisma.fi](http://prisma.fi).

**PRISMA**  
KODIN ONNEKSI



beurer



Beurer GS14

**Lasivaaka**

Tyylikäs turvalasinen GS14 vaaka painonhallintaan. Selkeälukuinen näyttö. Kapasiteetti 150 kg, tarkkuus 100 g. Automaattinen virrankatkaisu. Paristo mukana pakkauksessa.

**14<sup>95</sup>**



Mediwave MW-2100G

**Digitaalinen alkoholitesteri**

Digitaalinen alkoholitesteri, automaattinen kalibrointi. Mittausalue: 0,05–1,2 % BAC. Selkeälukuinen LCD-näyttö.

**59<sup>95</sup>**

Colgate



MUISTA VAIHTOHARJAT

Colgate Proclinical C200

**Sähköhammasharja\***

Värähtelee jopa 25 500 kertaa min. Kahden minuutin ajastin, jossa 30 sekunnin ilmaisin. Mukana matkakotelo ja yksi Triple Clean -vaihtopää.

**39<sup>95</sup>**  
(59,95)

Colgate

MUISTA VAIHTOHARJAT

Colgate Proclinical C600

**Sähköhammasharja\***

Värähtelee jopa 30 000 kertaa min. Kahden minuutin ajastin. Kolme manuaalista puhdistustapaa. Mukana matkakotelo ja 2 vaihtopäätä: 1 Triple Clean ja 1 Sensitive.

**59<sup>95</sup>**  
(99,00)

Colgate

MUISTA VAIHTOHARJAT

Colgate Proclinical C200

**Sähköhammasharja\***

Värähtelee jopa 25 500 kertaa min. Kahden minuutin ajastin, jossa 30 sekunnin ilmaisin. Mukana matkakotelo ja yksi Triple Clean -vaihtopää.

**99<sup>00</sup>**  
(159,00)

AEG



AEG BMG5612

**Verenpaine-mittari**

Suuri näyttö, mittaa verenpaineen ja pulssin. Rytmihäiriöilmoitus. Kellon-aika ja päivämäärä. Muisti-paikat kolmelle käyttäjälle. Säilytyspussi.

**39<sup>95</sup>**

RAJOITETTU ERÄ

AEG



AEG iSeries musta

**Nenä/korva-karvatrimmeri\***

Tyylikäs iSeries nenä/korvatrimmeri led-valolla. Paristokäyttöinen 2 x 1,5V AAA (ei sis pakkaukseen).

**14<sup>95</sup>**

RAJOITETTU ERÄ

AEG



AEG iSeries valkoinen

**Parta/hiustrimmeri\***

Akkukäyttöinen design iSeries hius/partatrimmeri. Mukana pöytäteline, puhdistusharja ja 3 vaihdettavaa ohjauskampaa. Leikkauspituus 0–16 mm.

**24<sup>95</sup>**

RAJOITETTU ERÄ

AEG



















AEG iSeries musta

**Matkapartakone\***

Akku ja verkkovirtakäyttöinen tyylikäs ja kätevä iSeries matkapartakone. Irroitettava teräverkko ja latauksen merkivalo.

**19<sup>95</sup>**

# RISTIKKO 8

	TAPAH- TUMA- SARJA	KURK- KU- KIPU	EIVÄT KÄN- NÄÄ													JOKA HETKI		Mfs							
IRA- NIN RAHA	1														TOIS- TAMI- SEEN										
HEVO- SIA																									
TASA- AR- VON ASI- ALLA		VA- PINA		KUU- MA LÄHDE											EI KAA- DA VE- NETTÄ									2	
PASI SIITO- NEN															VALO- KUVA										
OHUT			3																						
						8. 8.	↓	KASVAVIA		PER- NA															
	PER- SO		EI NÄE NIMIT- TÄIN			4		TOIME- LIAS																	
POL- VA											TOSSU- MERKKI OHJAA														
VIHKI- MISEN JÄL- KEEN KUUL- TUJA								RAHA AH- MAISU				5													
		KAU- KO-		TÄNS- SEISSÄ VINTIÖT							↓	SUO- JASSA													
KIR- JOI- TETTU		6				ARAT KORT- TIIN				LÄPSI "PÄÄ- KAUP."															
			TAKAI- SIN TIINA					7	KAPEA					VAR- HAI- SIA											
-KAIH- DIN					OKSET- TAA				TEHO- KEINO																
RAU- HAISA TILA						8																			
RÄIK- KÖ- NEN					---- SUOMI				HIE- KASTA			9													
NIEMI						TUO- RE					KOR- JAT- TAVA														

LAATINUT JYRKI TAKALA

## Ratkaisu 6/2014

Avainsana:  
SIJAMUOTO

## Ristikön 6/2014 voittaja:

Katarina Hiippala  
(Vantaa)

L	I	P	U	T	P	O	I	S	L	A	N	G	A	T	A	A	K	E	H	A	A	T	A	S	E	M	A
S	I	S	U	K	A	S	T	U	I	K	E	J	E	E	P	A	S	T	A	M	E	T	S	O	T	I	I
K	I	A	T	R	U	H	O	H	A	S	S	A	N	E	D	U	S	I	H	M	E	T	I	N	A	T	
E	M	I	T	S	A	A	P	P	A	T	M	U	K	A	H	U	O	K	A	U	S	I	H	A	N		
A	A	N	I	T	E	N	A	T	O	V	I	A	L	O	T	J	A	T	I	V	A	T	I	T	A		
K	R	A	K	A	I	R	A	N	A	S	I	A	L	A	S	T	I	U	L	O	S						
A	O	V	E	T	S	E	E	S	A	M	O	L	A	R	I	R	U	A									
P	A	L	L	O	N	L	E	N	T	O	M	A	T	K	A	A	L	K	A	M	A	S	S	A			
K	U	T	O	A	N	I	I	N	A	O	T	U	S	P	E	T	U	N	I	A	T						
S	A	T	U	A	I	H	E	P	A	S	I	K	A	H	A	U	S	T	A	D	I						
K	A	U	S	I	A	R	S	E	N	A	L	E	T	L	A	T	I	E	T	O	A						
U	K	K	E	N	O	L	I	R	V	L	I	M	U	T	A	N	S	S	I								
R	A	S	I	A	N	I	I	T	A	S	A	K	A	T	O	T	E	S									
P	O	T	K	A	I	S	E	M	I	S	E	N	H	E	T	K	I										
N	O	P	E	U	S	T	A	S	I	A	L	I	N	A	H	K	E	R	A	H	A	L	E	L	A		
N	V	A	K	U	U	M	I	G	I	N	A	T	M	O	R	S	E	V	I	A	T	V	A	S	I		
I	S	O	T	A	T	U	O	N	I	O	T	O	T	I	A	T	I	T	A	V	I	E	N	E	T		

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Vastaa 15.8.2014 mennessä osoitteessa [www.yhteishyvä.fi/osallistu](http://www.yhteishyvä.fi/osallistu) löytyvällä lomakkeella tai postitse lähettämällä numeroiduista ruuduista muodostuva avainsana osoitteeseen Yhteishyvän toimitus, "Ristikko 8", PL 88, 00002 Helsinki. Liitä mukaan nimesi ja osoitteesi. Oikein vastanneiden kesken arvomme S-ryhmän 40 euron lahjakortin. Arvontaan osallistuvat Yhteishyvän ja HOK-Elannon Yhteishyvän vastaajat.



Palstalla kerrotaan S-ryhmän ja bonusyhteistyökumppaneiden ammattilaisten tarinoita.

TEKSTI RALF NYBERG  
KUVA VILLE LAHTINEN

**MATTI NIEMI, toimitusjohtaja ja  
kauppaneuvos, HOK-Elanto**

## Elämänurana osuuskauppa

”Kun nuorena kauppatieteiden maisterina näin lehdessä ilmoituksen, että S-ryhmä hakee vastavalmistuneita opiskelijoita kenttäkoulutukseen, päätös hakemisesta oli helppo.

Urani varrella on ollut kolme erityisen mieleenpainuvaa hetkeä: S-market-konseptin uusiminen vuonna 1989, jolloin liikeidea tiivistettiin sanoihin *laatu, tuoreus ja oikea hinta*. Määritelmä on edelleen ajankohtainen. Vuonna 2004 HOK:n ja Elannon sulautuminen synnytti Suomen suurimman vähittäiskaupan toimijan ja maan laajimmin omistetun yrityksen.

Kolmas ja tuorein uran merkkipäluista oli Kauppakeskus Kaaren avaaminen viime lokakuussa. Kaari on arvioitu seudun neljänneksi parhaaksi kauppakeskukseksi. Se on hyvä tulos alle vuoden toimineelle tulokkaalle.

Vuonna 2007 alkaneen toimitusjohtajakauteni aikana olemme pyrkineet kasvattamaan ja kehittämään verkostamme. Toimitusjohtajan työpäivä täyttyy hallitusten kokouksista, sidosryhmien tapaamisista sekä keskusteluista kollegoiden ja oman lähipiirin kanssa.

Tasavallan presidentin toukokuussa myöntämää kauppaneuvoksen arvonimeä arvostan suuresti. Se on kunnianosoitus, joka kertoo samalla koko yrityksemme roolista suomalaisessa yhteiskunnassa.”



# yhteishyvä

110. vuosikerta ISSN-L 0044-0396  
ISSN 0044-0396 (painettu)  
ISSN 2242-2196 (verkkolehti)  
Yhteishyvän levikki 1 842 340 (LT 2013)  
Aikakauslehtien Liiton jäsen

## JULKAISIJA

Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta  
PL 1, 00088 S-ryhmä  
Puhelin 010 768 011  
Telefaksi 010 768 0380  
Sähköposti etunimi.sukunimi@sok.fi  
**Päätoimittaja** Kai Ovaskainen  
**Mediapääällikkö** Kristiina Lindh  
**Konseptipääällikkö** Tanja Kallio  
**Ruoka-liite/konseptipääällikkö** Sanna Autio  
**Tuottaja** Enna Koivunen  
**Asiakasomistajasivut** Nina Räisänen  
**Ilmoitustilamyynti** Maija Owie  
**Päätoimittaja, HOK-Elanto** Ralf Nyberg

## TOIMITUS

Alma 360  
Alvar Aallon katu 3, 00100 Helsinki  
Postiosoite PL 502, 00101 Helsinki  
Puhelin 010 665 102  
Telefaksi 010 665 2533  
Sähköposti etunimi.sukunimi@alma360.fi  
**Konseptipääällikkö** Kaisa Mikkola  
**Monimediatuottajat** Päivi Salo,  
Mari Karsikas, Tuuli Virta (äitiyslomalla)  
**Toimitussihteeri** Rebeca Romero  
**Verkkotoimitussihteeri** Annette Saksman  
**Toimittaja** Tuomo Tarvas  
**AD** Mika Soikkeli  
**Graafikko** Pauli Salmi  
**Kuvatoimittaja** Sarri Kukkonen  
**Kannen kuva** Kreetta Järvenpää

**KIRJAPAINO** Hansaprint/YH 6/2014  
**REPRO** Aste Helsinki Oy

Osuustoiminnallinen S-ryhmä on jäsentensä eli kahden miljoonan asiakasomistajan omistama yritys, jonka tehtävänä on tuottaa etuja ja palveluja asiakasomistajille. S-ryhmä koostuu itsenäisistä alueosuuksista ja niiden omistamasta Suomen Osuuskauppojen keskuskunnasta (SOK).  
Lue lisää osuustoiminnasta: [www.s-kanava.fi](http://www.s-kanava.fi)



Asiakasomistajaposti on pakattu PE-LD-muoviin. Muovi voidaan kierrättää materiaalina tai hyödyntää energiana. Muovin hyötykäyttämismahdollisuuksissa on alueellisia eroja.

Lehdessä mainittujen tuotteiden valikoimat vaihtelevat toimipaikoittain. Tarkista tuotteiden saatavuus omasta myymälästäsi.

## LUKIJAKILPAILU



## Vastaa ja voita Kenwood JE880 ExcelPro -mehulinko

Elokuun lukijakilpailuun vastanneiden kesken arvotaan Kenwood JE880 ExcelPro -mehulinko. Teräksisellä lingolla mehustaa helposti suuremmankin määrän. Laitteessa on suuri syöttöaukko, puolentoista litran mehuastia ja kolmen litran jäteastia, jonne kaikki kuiva-aineet päätyvät.

## Mikä tämän lehden jutuista on mielestäsi

- a) miellyttävin
- b) hyödyllisin
- c) turhin?

## Näin vastaat

Osallistu kilpailuun osoitteessa [www.yhteishyva.fi/osallistu](http://www.yhteishyva.fi/osallistu) tai postita vastauskortti **15.8.2014 mennessä** osoitteella Yhteishyvän toimitus, Lukijakilpailu 8/2014, PL 99, 00002 Helsinki. Voittajien nimet julkaistaan numerossa 10/2014. Jos vastaat postikortilla, kirjoita korttiin jutun sivunumero.

Kesäkuun lukijakilpailun palkinnon, Canon-kompaktikameran, voitti Mirka Luksua-Lumikanta (Posio). Onnittelut voittajalle!

Arvotaan osallistuvat sekä Yhteishyvän että HOK-Elannon Yhteishyvän vastaajat.

VOIT KERTOA MIELIPITEESI OSOITTEESSA  
[WWW.YHTEISHYVA.FI/OSALLISTU](http://WWW.YHTEISHYVA.FI/OSALLISTU)  
LISÄÄMÄLLÄ RASTIN LUKIJAKILPAILUN  
JUTULISTAAN.



## Miellyttävin juttu kesäkuun lehdessä

Kesäkuun suosikkijutussa kerrottiin, mikä suomalaisia viehättää mökkeilyssä.



# TÄYDEN PALVELUN TOIMISTO



HOK-ELANTO



*HOK-Elannon Perunkirjoitustoimistossa on yhdeksän asiantuntijaa palvelemassa perintö- ja perheoikeudellisissa asioissa. Tarjoamme ammattitaitomme käyttöönnne!*

- PERUNKIRJOITUKSET
- PERINNÖNJAOT
- AVIOHTOSOPIMUKSET
- EDUNVALVONTAVALTAKIRJAT
- PERINTÖSUUNNITTELU
- MUUT ASIAKIRJAT
- OSITUKSET
- TESTAMENTIT

**TAPIOLAN TOIMISTO ON MUUTTANUT  
TAPIOLAN KESKUSTORNIIN**



**HOK-ELANNON**  
PERUNKIRJOITUSTOIMISTO  
*perunkirjoitustoimisto.fi*

**HAKANIEMI** Siltasaarenskatu 26, puh. 010 76 66502, 010 76 66505  
**TÖÖLÖ** Sibeliuksenkatu 1, puh. 010 76 66536 | **FORUM** Yrjönkatu 23,  
puh. 010 76 66622 | **MALMI** Kirkonkyläntie 3, puh. 010 76 66633  
**ITÄKESKUS** Turunlinnantie 2 B, puh. 010 76 66593 | **ESPOONLAHTI**  
Kivenlahdentie 9, puh. 010 76 66640 | **LEPPÄVAARA** Lakkisepänkuja 3,  
puh. 010 76 66610 | **TAPIOLA** Tapiontori 1, puh. 010 76 66570  
**TIKKURILA** Unikkotie 3, p. 010 76 66563 **MYYRMÄKI** Ojahaanrinne 2,  
puh. 010 76 66601 | **KERAVA** Aleksis Kiven tie 1, puh. 010 76 66551  
**HYVINKÄÄ** Torikatu 9, Prisma-keskus puh. 010 76 66580

(Puhelut: 0,0835 €/puhelu + 0,1209 snt/min)

## ENSI NUMEROSSA

### Klassinen yhdistelmä

Syksyn monikäyttöisin asu syntyy  
neuleesta ja farkuista



IDA NISONEN

### Kaksi tarinaa adoptiosta

Kaksi naista kertoo,  
miltä tuntuu olla  
adoptoitu.

### Elämää naapurustossa

Millaisia naapureita  
suomalaiset ovat?  
Mistä riidellään eniten?

Yhteishyvä 9/2014 ilmestyy 29.08.2014. Suuren levikin ja jakelu-  
järjestelmän vuoksi lehti jaetaan lukijoille ilmestymispäivää  
edeltävänä kolmena arkipäivänä.



Tove Lindroos, Kaaren Name it:n myymäläpäällikkö.

# Laatua lapsille trendeistä tinkimättä

K A U P P A K E S K U S  
**K A A R I**  
K A N N E L M Ä K I

Name it –lastenvaatemerkillä on Suomessa 17 omaa liikettä ja merkin laadukkaita vaatteita myydään myös muissa vaatekaupoissa, tavarataloissa ja internetissä. Kauppakeskus Kaareen liike avattiin viime syksynä.

Kaaren Name it:ssä työskentelee myymäläpäällikkö Tove Lindroosin lisäksi 7 ihmistä. Työntekijämäärä on tuplaantunut lokakuuisista avajaisista, mikä kuvaa parhaiten liikkeen menestystä.

-Meillä on mennyt tosi hyvin, reilusti yli odotusten! Tämä työ on juhlaa, saa tehdä töitä kauniiden ja laadukkaiden tuotteiden parissa ja palvella mukavia ihmisiä, joista monista on tullut kanta-asiakkaita. Asiakkaat ovatkin todenneet meistä näkyvän, että viihdyimme töissä.

-On tärkeää, että asiakkaat tulevat huomioituiksi – sekä lapset että aikuiset. Esimerkiksi liikkeen nurkassa seisova ilmapallopuu ”kasvattaa” joka yö taianomaisesti uusia erivärisiä palloja lapsi-asiakkaita ilahduttamaan.

Perjantaisin liikkeessä piirretään, askarrellaan ja muuten vain puuhaillaan jonkun teeman parissa. Muutaman kerran järjestetyt Kaaren Kekkerit alkavat myös olla asiakkaiden keskuudessa odotettu tapahtuma, jota osataan jo kysellä.

Värikkään kesän jälkeen odotettavissa on intiaanisyksy – prin-teissä on paljon sulkia, hevosia ja muita inkkariaiheita. Name it:n valikoima on trendikäs, mutta vaatteet on suunniteltu varta vasten 0-12-vuotiaille lapsille, eikä vain ”kutistettu” aikuisten mallistosta.

– Sijaintimme on ihan mahtava tässä pääkäytävällä Prismaa vastapäätä. Kaari on helposti hahmotettava kauppakeskus, lapsiperheiden mielestä juuri sopivan kokoinen ja turvallinen.



Vastuullinen yritys, jonka sinä omistat.

[hok-elanto.fi](http://hok-elanto.fi)

**HOK-ELANTO**