6 | 2022

ASIAKASOMISTAJAN OMA LEHTI

# yhteishyvä

## Jaettu toivo

KUN KRIISIT SYNKISTÄVÄT MIELEN, SUOMALAISET AMMENTAVAT VOIMAA TAVALLISESTA ELÄMÄSTÄ JA TEKEVÄT ROHKEASTI MUUTOKSIA.

**HOTELLI TORIN LAIDALLA**
Oulun rakastettu Radisson uudistui

**JOULUPÖYDÄN UUSI KUNKKU**
Hedelmillä kruunattu uunilohi tekee juhlan

**SUKKAOHJE NAPAPIIRILTÄ**
Neulo itse pitkät ja uljaat porosukat

HOK-ELANTO

PELASTUS-
ARMEIJA
AUTA KOTIMAAN VÄHÄVARAISIA
LAPSIPERHEITÄ SAAMAAN JOULU.
JOULUPATA.FI

# TÄSSÄ NUMEROSSA

Tervetuloa uuden Yhteishyvän pariin

30

Kala sopii niin alkukuin pääruoaksi joulunajan juhlapöytään.


**10** **ROHKEASTI KOHTI UUTTA**
Tapasimme suomalaisia, joiden elämä on lähtenyt uuteen suuntaan. Vaikeistakin hetkistä huolimatta tulevassa on toivoa.

**20** **KUORMA KEVENEE, KUN SE KANNETAAN YHDESSÄ**
Piispa Teemu Laajasalo muistuttaa, että toivo antaa mahdollisuuden.

**26** **SUPERLON PEHMUSTI SUOMALAISTEN ELÄMÄN**
Suomalaiset saivat 1960-luvulla pehmeämmän pedin.

**30** **KALALLA KOREASTI**
Tämän vuoden joulupöydässä kala on ehdoton ykkönen.

**42** **RAKKAUDESTA KALAAN**
Kalaneuvos on perheyritys, joka käsittelee joka päivä 40 000 kiloa kalaa.

**50** **"LOUNAAN TEKEE SE, JOKA EHTII"**
Kokki Jyrki Sukula pyörittää viinitilaa Italiassa ja on perso luomusitruunoille.

68

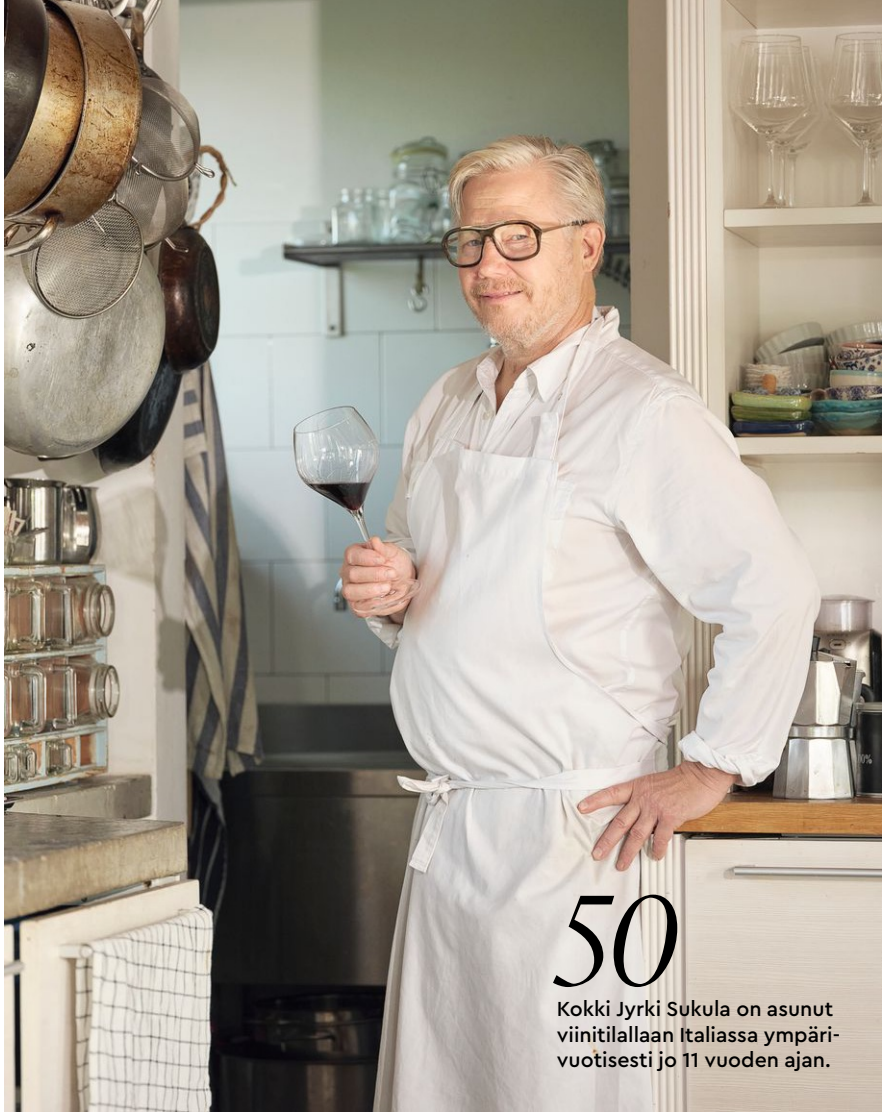
Kannen kuva Getty Images

Yhteishyvän kannen maisema on Pelkosenniemeltä Lapista. Samoihin maisemiin muutti Vuohensillan perhe viime elokuussa Tampereen Hervannasta. Etelän niin monien mustien joulujen jälkeen perhe odottaa nyt hartaasti Lapin valkoista joulua. Vuohensilloista ja muista muutoksen keskellä elävistä suomalaisista kertovat juttu alkaa sivulta 10.

## *VAKIOSIVUT*


**9** Lukijoilta
**19** Lukupiiri
**25** Kähkönen
**39** Ostoskori
**49** Näin Suomi syö
**117** Etuja sinulle
**121** Ristikko
**123** Hyvä päivä

Sesonki-liitteessä on koko menu jouluun.



50
Kokki Jyrki Sukula on asunut viinitilallaan Italiassa ympärivuotisesti jo 11 vuoden ajan.


**54** **JOULUPÖYTÄ ON KATETTU**
Pieneenkin juhlapöytään saa kauniin ja näyttävän kattauksen.

**57** **KUOHUVAA JOULUA**
Herkkumestari Jenni Kankkonen kaataa lasiin alkoholitonta.

**60** **OULUN UUDISTETTU MAAMERKKI**
Parkkipaikan alta löytyi yllätys.

**67** **OPPAASI MEIKKIEN MAAILMASSA**
Suvi Vasama rohkaisee asiakkaita kosmetiikan käytössä.

**68** **MEIDÄN KEIDAS**
Valokuvaaja Nina Karlsson kohtasi kylpylävieraita Flamingossa.

**75** **TODELLISET KANSAN KYNTTILÄT**
Havin valkoiset kynttilät ovat suomalaisten suosikkeja.

**79** **"RUTISTELE MINUA HELLÄSTI"**
Tuuleta villavaate puhtaaksi.

**80** **PAREMMAN MAAILMAN RAKENTAJA**
S-ryhmän vastuullisuusjohtaja Nina Elomaa ei räyhää.

**84** **SÄÄSTÄ SÄHKÖÄ FIKSUSTI**
Mitkä vinkit ovat oikeasti hyviä?

**86** **RAKAS, KALLIS VAUVA**
Vauvan ensimmäisiin vuosiin kannattaa säästää.

**90** **TERAPIATUPA LUONNONHELMASSA**
Heilalat nauttiivat Bonuksilla hankitun takan lämmöstä.

**95** **PUKINKONTTIIN TALVEN IHMEMAA**
Sukkia koristaa komea poro.

**100** **JOKAINEN LAPSI ANSAITSEE JOULUN**
Hyvä Joulumieli -keräyksellä autetaan vähävaraisia perheitä.

**104** **TÄRKEINTÄ ON TUNNELMA**
Miljöösuunnittelija Tapani Hirvi herättää myymälät henkiin.

84
Kun vauva ilmoittaa tulostaan, tulevien vanhempien kannattaa miettiä talousasiat läpi.

Saarioinen

# Jokaiselle on joulun oma lempiruoka.

On jouluruokia. Ja sitten on joulun lempiruokia. Niitä, joita ilman joulua ei voisi kuvitellakaan. Niitä, jotka herättävät henkiin ikimuistoiset lapsuuden joulut. Niitä, jotka synnyttävät uusia jouluperinteitä ja makumuistoja.

Niitä joulun lempiruokia valmistetaan tänäkin vuonna pienessä Sahalahden kylässä, kotimaisista lähitilojen raaka-aineista, äitien perinteisiä reseptejä noudattaen. Aivan kuten kotona, mutta suuremmissa kattiloissa ja uuneissa. Niin että varmasti riittää.

Ja tänäkin jouluna lahjoitamme jouluruokia tuhansien suomalaisten joulupöytiin. Se on reseptimme joulumieleen. Saarioisten äidit toivottavat lempeää ja rauhaisaa joulua jokaiseen niemeen, notkoon ja saarelmaan, kaikelle kansalle sekä tontuille.

**Äitien tekemää jouluruokaa vuodesta 1957**

Molkosan® heratiiviste tasapainottaa vatsan, ja tyytyväinen vatsa koko kehon ja mielen. Kokeile viikon ajan ja palauta kehosi luonnollinen tasapaino. Molkosan on laktoositon ja kaloriton.

Lue lisää: **molkosan.fi**

Tuotteet löydät Prismoista ja suurimmista S-marketeista sekä Emotion-myymälöistä.


# yhteishyvä


**TOIMITUS SOK**
**Päätoimittaja**
Sanna Suokko
**Päätoimittaja HOK-Elanto**
Tuomas Ahola
**Sisältöpäällikkö**
Satu Savela
**Sisältöpäällikkö**, ruoka
Sanna Autio
**Sometuottaja**
Suvi-Päivikki Jänkälä

**JULKAISIJA**
Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta

**MEDIAMYYNTI SOK**
smartmarketing@sok.fi

**YHTEYSTIEDOT SOK**
**Toimitus**
yhteishyva.toimitus@sok.fi
**Vaihde**
SOK 010 768 011
**Postiosoite**
PL 1, 00088 S-ryhmä
**Asiakasomistajapalvelu**
010 765 858
(0,088 euroa/min)
auttaa kaikissa omistajuuteen liittyvissä asioissa.
**Oma osuuskauppasi**
www.s-kanava.fi
**Osoitelähde**
S-ryhmän asiakas-omistaja- ja asiakas-rekisteri, SOK / Asiakas-omistajuuden ohjaus, PL 1, 00088 S-ryhmä

**Osoitteenmuutokset**
päivittyvät automaattisesti väestörekisteri-järjestelmästä.

**LÄHETTÄJÄ**
Helsingin Osuuskauppa Elanto, Tripla Workery West, Firdonkatu 2 T 111, 00520 Helsinki

**TOIMITUS SANOMA MEDIA FINLAND**
**Vastaava tuottaja, vt.**
Niina Mälkiä
**Tuottajat**
Iina Kansonen
Tuula Waris
**Art Director**
Eeva Värtö
**Junior AD**
Laura Savioja
**Graafinen suunnittelija**
Reeta Kukkola

**KIRJAPAINO**
PunaMusta Oy
118. vuosikerta
Yhteishyvä-lehti ilmestyy kuusi kertaa vuodessa.

Yhteishyvää voi lukea myös näköislehtenä osoitteessa:
**yhteishyva.fi/nakoislehti**

ISSN-L 0044-0396
ISSN 0044-0396 (painettu)
ISSN 2242-2196 (verkko)
Levikki 1 706 443 (Media AuditFinland, 2021)
Aikakausmedia ry:n jäsen

YMPÄRISTÖMERKKI MILJÖMÄRKT 4041 0428
PEFC PEFC/02-31-162

*SANNA SUOKKO*
on Yhteishyvän päätoimittaja, joka hiljentyy jouluun kalenteriluukku kerrallaan.

Vuosi on kääntymässä lopuilleen ja elämme suurten kriisien keskellä. Vuosikymmeniin suomalaisia ei ole huolettanut sodan uhka tai arjessa selviäminen siinä laajuudessa kuin nyt. Venäjän hyökkäyssota Ukrainaan osui myös omaan perusturvallisuudentunteeseemme, inflaation aiheuttama hintojen nousu näkyy ja tuntuu arjessa.

Hintojen nousu on syventänyt erityisesti vähävaraisten lapsiperheiden ahdinkoa. Itsenäisyyden juhlavuoden lastensäätiön Itlan arvion mukaan vähävaraisissa perheissä elää Suomessa noin 130 000 lasta. Määrä on tämän vuoden aikana lisääntynyt 30 000:lla. Köyhyys tuo tullessaan lapsille yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia, kun harrastuksiin ei ole mahdollisuutta ja vapaa-aikaa ei voi viettää muiden ikäisten tavoin. Lähestyvään jouluun latautuu paljon odotuksia. Vähävaraisille yhdessä syöminen, herkuttelu ja lahjojen jakaminen ovat kaikkea muuta kuin itsestäänselvyyksiä.

**AVUN PYYTÄMISTÄ** ja vastaanottamista ei pidetä onneksi enää samalla tavalla häpeänä kuin menneinä vuosikymmeninä. Siitä kertoo myös tänä vuonna 26. kertaa kotimaan lapsiperheiden hyväksi järjestettävä Hyvä Joulumieli -keräys, jonka tavoitteena on kerätä 1,5 miljoonaa euroa. Keräyksen järjestävät Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Suomen Punainen Risti yhteistyössä Ylen kanssa. Kumppaneina ovat mukana myös suuret ruokakaupat kuten S-ryhmä. Yhteinen hyvä onnistuu parhaiten, kun kaikki ovat mukana talkoissa.

**KUN MAAILMA** on myllerryksessä ja uhkakuvat varjostavat mieltä, voi olla viisasta katsoa sisään päin ja keskittyä siihen, mikä on hyvin. Muutokset voivat edesauttaa pohtimaan myös sitä, mikä omassa elämässä on todella merkityksellistä – ehkä eteen avautuu kokonaan uusi polku kuljettavaksi. Tapasimme suomalaisia, jotka ovat viimeisen vuoden aikana pistäneet arkensa kokonaan uusiksi. Heidän tarinansa voit lukea sivulta 10 alkaen.

Haastattelimme tähän joulunumeroon myös Helsingin piispa **Teemu Laajasaloa**. Hänen lempijoululaulunsa on *Arkihuolesi kaikki heitä*. Laajasalon mielestä laulussa huoli on ymmärretty oikein: on olemassa joku, jonka varaan huolet voi hetkeksi heittää.

Levollista joulunaikaa koko toimituksen puolesta ja kiitos kuluneesta vuodesta!

OLLAAN YHTEYDESSÄ!

NETISSÄ yhteishyva.fi
FACEBOOK Yhteishyvä
INSTAGRAM @yhteishyva
PINTEREST @Yhteishyvä
TWITTER @sryhma

Linnanmäki
REILUSTI RIEMUA

# REILUN RIEMUN JOULULAHJA

**Anna joulun lumoavin lahja!**
Kurkkaa Linnanmäen verkkokaupasta rannekelahjakortit, Kausihupi ja muut Linnanmäki-tuotteet

koonnut **NIINA MÄLKIÄ**

**5/2022**

## Lukijoiden suosikit top 3

**1.** Karjalan mahtavin majatalo
**2.** Lisää, lisää, lisää
**3.** Maustekurkkutaivas

Nimi Bomba on ollut tuttu, mutta en ole koskaan käynyt. Nyt tekee mieli kokea tämäkin ihanuus kaikilla herkuilla. Kiitos artikkelista!
***Leena Hänninen***

Olen miettinyt pitkään, että pitäisi käydä uudistuneessa Bombassa, ja jutun luettuani täytyy ehdottomasti käydä! Sitä paitsi Sami Sykkö oli kirjoittanut jutun, ja hänhän on ihana.
***Satu Hynynen***

Ylenmääräisen kulutuksen järjettömyyttä täytyy pitää esillä.
***Juha Tamminen***

Ajatuksia herättävä juttu shoppailuholismista ja kuluttamisesta. Mielenkiintoista lukea, miten shoppailulakko onnistui.
***Suvi Hytti***

Tuotteen takana -juttusarja on pitkään ollut suosikkini.
***Jenni Sane***

Maustekurkkutaivas, kuten sarjan muutkin jutut, on valaiseva ja luottamusta herättävä.
***Juhani Vesterinen***

*Äänestä tämän lehden parasta juttua, ohjeet sivulla 111. Lapsikuva Getty Images.*

**Facebook**

# MUISTOISSA MAISTUU JOULU

Yhteishyvän lukijat kertovat Facebookissa, millaisia joulumuistoja ruoka herättää.

**OHUET** rapeat piparkakut isomummon luona! Rasva jäi kiiltelemään sormenpäihin, kun niitä söi. Joku sukulainen lähetti niitä isomummolle, muistaakseni Turusta. Olen kokeillut monta reseptiä, kun olen yrittänyt löytää noita lapsuuden herkkupipareita. Vielä ei ole oikeaa ohjetta löytynyt.
– *Veera Jääskeläinen*

**KASVOIN** maalaistalossa, jossa kaikki ruoka oli luomua jo silloin, kun luomusta ei vielä puhuttu. Parhaimmat makumuistot ovat jouluaterioilta, joilla lähes kaikki oli oman tilan tuotteista valmistettua: kinkkua, kalkkunaa, "alatoopia", perunoita, lanttu- ja maksalaatikkoa, rosollia ja salaattia – ja jälkiruoaksi kotijuustoa sekä silkkipaperiin käärittyjä punaposkisia omenoita.
– *Pia Kilpeläinen*

**LAPSUUTENI** ruokamuisto liittyy viikonloppuaamuihin 1970-luvulla, kun äiti ja mummo paistoivat karjalanpiirakoita. Oli ihanaa herätä taivaalliseen tuoksuun. Itsekin pääsin mukaan, aluksi piirakoiden voitelijana. Kun ikää karttui, kaulin piirakoiden kuoret, ja lopulta sain rypyttääkin. Piirakat kuuluvat perheessäni ehdottomasti jouluun. – *Sari Mantila*

**IMELLETTY** perunalaatikko ja lämmin lenkkimakkara ovat minulle 1960-luvun lapsuuden kullattu muisto. Perunamuusia tehtiin aina kahdeksi päiväksi. Äitini ja isoäitini laittoivat lopun yöksi imeltymään, se paistettiin seuraavana päivänä laatikoksi. Astiana oli lasikantinen uunivuoka, jonka päälle laitettiin lämpiämään lenkkimakkarapalat meille lapsille. Perunalaatikkoa syötiin ympäri vuoden, nykyään vain jouluisin eikä enää makkaran kanssa. – *Kirsi Oksanen*

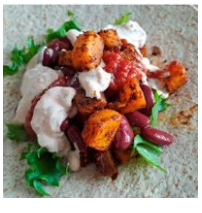
tägää kuvasi #yhteishyvä

**Instagram**

## Yhteishyvän ohjeet ja reseptit inspiroivat

**@ruined_mama loi Pohjois-Savon maakuntasukat puikoille heti, kun uusi lehti ilmestyi.**

**@minneli_rantala paistoi lokakuisen korvapuustipäivän kunniaksi Yhteishyvän sydänpullat.**



**@megetar sovelsi Sesonki-lehden kurpitsatortillojen ohjetta kotoa löytyneillä aineksilla.**

**@sokerioverit leipoi Yhteishyvän porkkanakakun, jonka sisällä on tuorejuustoraita.**

# Rohkeasti kohti uutta

Sota, elämisen hinta ja ilmastokriisi huolestuttavat. Mullistusten keskellä moni suomalainen on laittanut myös oman arkensa uusiksi. Vuohensillat vaihtoivat kaupunkihälyn tuntureihin ja Saloset lopettivat sukutilansa. Helsinkiläisessä hoivakodissa tapasimme Helyn ja Inton, jotka ovat pitäneet yhtä 70 vuotta. Heidän viestinsä kantaa tässäkin hetkessä: vaikeuksista huolimatta on katsottava eteenpäin.

Tekstit **ANU VALLINKOSKI**, **LEENA LUKKARI** ja **YHTEISHYVÄN TYÖRYHMÄ**
Henkilökuvat **TUOMAS KOLEHMAINEN**, **OTTO PONTO** ja **PANU PÄLVIÄ**

Kuva Getty Images

**Anni Vuohensilta odottaa ensimmäistä Lapin joulua malttamattomana. Olisipa se etelän monien mustien joulujen jälkeen luminen.**

# Turvallinen tunturi

**Anni Vuohensilta halusi elää perheensä arvojen mukaista elämää ja tarjota lapsilleen kodin luonnon keskellä. Muutto pohjoiseen toi esiin myös ihmisten auttamishalun.**

**VIIME** elokuussa **Vuohensiltojen** viisihenkisen perheen muuttoauto kurvasi paritalon pihalle Pyhäjärven kylässä Lapin Pelkosenniemellä. Siellä **Annia**, **Tuomoa** ja parin kolmea lasta odotti kymmenen hengen porukka kyläläisiä.

Pari päivää aiemmin Anni oli kysellyt muuttoapua paikallisessa Facebook-ryhmässä. Perhe ei

Lapin rauhassa on hyvä pitää toisinaan taukoa maailmalta kantautuvista ikävistä uutisista.

tuntenut Pyhäjärveltä juuri ketään. Asunnonkin he olivat vuokranneet käymättä paikan päällä.

Riuska talkooväki kantoi laatikon toisensa perään sisään uuteen kotiin. Paikalliset lapset tulivat hakemaan Vuohensiltojen lapsia leikkimään.

”Tuntemattomien ihmisten avuliaisuus ilahdutti aivan valtavasti. Tunnelma oli epätodellinen”, Anni muistelee.

Vain hetki sitten yli 800 kilometrin taakse Tampereen Hervantaan oli jäänyt kerrostalokolmio, työt ja tukiverkko.

**HAAVE** Lappiin muutosta syttyi jo vuosia sitten, kun Anni ja Tuomo tapasivat toisensa eräopaskoulussa. Perheen Lapin retkien jälkeen paluuta etelään olisi aina halunnut lykätä. Elämä kaupungissa ei tuntunut omalta.

”Kaupungissa on jatkuva häly, ja takapihallamme käytiin huumekauppaa. Halusin lapset turvalliseen ja rauhalliseen ympäristöön, lähelle luontoa”, Anni sanoo.

Korona kiihdytti lähtöhaluja.

”Eristäytyminen herätti meidät. Emme käyneet puoleentoista vuoteen Tampereen keskustassa, sillä emme kaivanneet sieltä mitään.”

Lopullinen lähtöpäätös syntyi keväällä 2022, kun pari hoksasi, että esikoinen aloittaa koulun kahden vuoden päästä. Aika oli sopiva töidenkin kannalta, sillä Tuomo oli hoitovapaalla.

**UUSINA** lappilaisina Vuohensillat ovat osa uutta koronan alulle panemaa muuttoliikettä. Viime vuonna Lappi sai ensimmäisen kerran muuttovoittoa sitten 1960-luvun.

Isommat lapset ovat kotiutuneet uuteen päiväkotiinsa. Perhe on tutustunut kyläläisiin, Tuomolle näyttää riittävän töitä ja Annin uusi ura viestintäyrittäjänä on sujunut hyvin. Uusi koti on juuri sopiva ja lämpiää onneksi maalämmöllä, joten sähkölaskukin pysyy maltillisena.

Metsä alkaa Vuohensiltojen uudelta takapihalta. Lähiluonto rikastuttaa arkea, johon perhe ei kaipaa kylpylälomia tai sisäleikkipuistoja. Yksinkertaisempi elämä vie vähemmän rahaa, vaikka hinnat nousevat.

”TUNTEMATTOMIEN IHMISTEN AVULIAISUUS ILAHDUTTI AIVAN VALTAVASTI.”

Lähipiirin suhtautuminen perheen muuttosuunnitelmiin jakautui tsemppaamiseen ja toppuutteluun. Muutto olisi voinut olla iso taloudellinen riski.

”Kaikki on kuitenkin mennyt enemmän kuin hyvin”, Anni toteaa.

Saloset jättivät hyvästit aamuöisille herätyksille.

# Lempeä loppu

**Miltä tuntuu lopettaa suvussa kulkeneen maitotilan pitäminen lähes 20 vuoden jälkeen? Johanna ja Jarkko Saloselle luopuminen oli helpotus.**

**HELMIKUISENA** perjantaina **Johanna Salonen**, 44, piteli 15-vuotiaan Ystävä-lehmän päätä sylissään, kun eläinlääkäri antoi sille piikin ikiuneen. Ystävän viimeinen huokaus jäi soimaan Johannan mieleen.

Tuohon huokaisuun loppui myös Johannan ja hänen **Jarkko**-puolisonsa, 53, tarina Torholan maitotilan emäntänä ja isäntänä. Torhola liittyi niiden parintuhannen maitotilan joukkoon, jotka ovat viiden viime vuoden aikana lopettaneet toimintansa.

Saloset ehtivät pyörittää Johannan isovanhempien perustamaa tilaa Hausjärvellä 18 vuotta. Parhaimmillaan viljelyksessä oli yli sata hehtaaria peltoja, ja laitumella käyskenteli 45 lypsylehmää ja parikymmentä hiehoa.

”Harkitsimme lopettamista pitkään. Onhan tämä kuitenkin sukutila. Ei luopumisesta selkääntaputuksia saa”, Johanna sanoo.

**TILANPIDON** aloittaessaan Saloset olivat täynnä luottamusta. Kokemusta heillä ei juuri ollut. Johanna oli muuttanut tilalta pois kymmenen vuotta

Jarkko ja Johanna Salonen vetävät hetken henkeä ennen kuin suuntaavat katseensa tulevaisuuteen.

aiemmin ja tehnyt aivan toisenlaisia töitä. Tamperelainen Jarkko oli paljasjalkainen kaupunkilainen. Intoa kuitenkin riitti, ja kova työ tuotti tulosta. Saloset saivat karjastaan palkintoja ja maitomäärät olivat hyviä. Yhdessä oli mukava tehdä töitä.

”Vähitellen ilo kuitenkin katosi. Sen veivät jokapäiväiset herätykset aamulypsylle kello 4.45, arkena ja juhlana. En päässyt kummityttöni häihin, en katsomaan tyttärieni lentopallopeliä tai edes vanhempieni luokse jouluna, koska oli lehmät hoidettavana. Kaiken kukkuraksi tehdystä työstä jäi käteen aina vain vähemmän”, Jarkko kertoo.

Johanna poti jatkuvaa huonoa omaatuntoa siitä, että aina oli kiire navettaan. Lapsille ei voinut antaa niin paljon aikaa kuin olisi halunnut. Viimeinen niitti oli Jarkon pieleen mennyt rutiinileikkaus sairasteluineen. Johanna joutui tekemään töitä kahden edestä.

”Me lapsetkin kehotimme äitiä ja isää lopettamaan, työ oli niin rankkaa. Meistä kolmesta kukaan ei halunnut jatkaa tilanpitoa”, pariskunnan 21-vuotias **Aliisa**-tytär sanoo.

**TORHOLAN** tilan tarinan päätyttyä Saloset tuntevat helpotusta ja vapautta. Ennen kuin Johanna ja Jarkko tarttuvat mihinkään uuteen, he haluavat vetää hetken henkeä. Kaikki mahdollisuudet ovat avoinna, mutta seuraavaa askelta mietitään tarkkaan. Varmaa kuitenkin on, että pari haluaa perustaa yrityksen yhdessä. Navettavuodet opettivat, että yhteistyö sujuu.

Ukrainan sota nostaa kustannuksia, ja taantuma kurkkii kulman takana. Salosten pitää katsoa, millaiselle yritykselle on tilausta ja missä vaiheessa sellainen kannattaa perustaa.

Muutokset maailmantilanteessa näkyvät Salostenkin sähkö- ja kauppalaskussa, ja kulutusta on pitänyt miettiä uusiksi. Onneksi aiempi elämänvaihe maitotilallisena on opettanut tarkkaan suunnitteluun.

”Vain pakollinen ostetaan, kalliimpi herkkujuusto saa jäädä nyt kauppaan”, Johanna kertoo.

**JOULUN** Saloset viettävät Tampereella asuvien tytärtensä luona. Aattoiltana vieraillaan myös Jarkon vanhemmilla. Joulu heidän kanssaan on ensimmäinen 18 vuoden tauon jälkeen.

”Täytyy ottaa talouspaperirulla mukaan, sillä kaikenlaiset tunteet voivat nousta pintaan”, Jarkko sanoo.

# Maailmantilanne ostoskorissa

Sähkön hinta, inflaatio ja Venäjän hyökkäyssota Ukrainassa ovat saaneet meidät puntaroimaan kulutustamme uudelleen. SOK:n päivittäistavarakauppaa luotsaava **Sampo Päällysaho** tuntee suomalaisten ostoskorit.

**"Kotimainen tuotanto lisää myös huoltovarmuutta", Sampo Päällysaho muistuttaa.**

**"TOIVON**, ettei suomalaisten tarvitsisi ostoslistaa tehdessään miettiä, onko heillä varaa tuttuihin tuotteisiin", Päällysaho sanoo.

Siksi S-ryhmä panostaa laajaan valikoimaan ja omiin merkkeihin. Ostoslistaa ei tarvitse karsia, kun voi halutessaan vaihtaa edullisempiin Kotimaista-, Rainbow- ja Xtra-merkkeihin. Jo kesällä nähtiin, että totutun naudanlihan sijaan grilliin valittiinkin edullisempaa possua ja broileria. Myös juusto on vaihtunut monella arkisin edullisempaan vaihtoehtoon.

**RAAKA-AINEIDEN** hinnat nousevat, ruoantuotanto kallistuu ja myymäläverkosto syö sähköä. Siksi kuluttajahintojakin on pakko nostaa. Suuri toimija pystyy kuitenkin tasaamaan hintaheilahteluja.

"Siitä pidämme kiinni, että ruokakorin hinta on meillä olosuhteet huomioon ottaen tasaisen edullinen."

Päivittäistavarakaupasta jää osuuskaupoille 1–4 prosenttia tuottoa, joka käytetään myymäläverkoston ylläpitoon ja investointeihin, kuten uusiin myymälöihin.

"Näin toimillamme on myös työllistävä vaikutus."

Tuuli- ja aurinkoenergiainvestointiensa ansiosta kaupparyhmä pyörii lähes täysin itse tuotetulla, uusiutuvalla sähköllä.

**S-RYHMÄSSÄ** lähes 80 prosenttia myydystä ruuasta on kotimaista alkuperää, eikä siitä tingitä.

"Suurimpana ruokakaupan toimijana meille on tärkeää tukea tuottajia. Kotimainen tuotanto lisää myös huoltovarmuutta."

Sen ansiosta tutut, kotimaiset tuotteet löytyvät lähikaupasta tapahtui maailmalla mitä tahansa.

**JOULU** ei piittaa pörssikursseista tai maailman johtajien päätöksistä – se tulee joka tapauksessa. Silloin suomalaiset kokoontuvat yhdessä pöytään ja on aika vetää hetki henkeä.

# Yhdessä on hyvä

**Into ja Hely Huhta ovat pitäneet yhtä 70 vuotta. Edelleen tärkeintä on kohdata elämänmuutokset yhdessä.**

**PITKÄ** halaus täynnä rakkautta ja kiintymystä. Näin helsinkiläiset **Into**, 96, ja **Hely**, 90, **Huhta** aloittivat uuden elämänvaiheen reilu vuosi sitten muuttaessaan rivitalokodistaan Laajasalosta hoivakotiin naapurikaupunginosaan Herttoniemeen.

Kodinhoitaja kävi pariskunnan luona Laajasalossa kolmesti päivässä ja läheiset asuivat lähellä, mutta kaksistaan tuntui silti välillä turvattomalta. Niinpä vuosikymmenten muistojen täyttämä, reilu parisataaneliöinen koti sai vaihtua kahteen huoneeseen ostoskeskuksen yläkerrassa. Muuttokuormassa oli

"Tyytyväisyys on onnen suuri salaisuus", sanovat Huhdat.

muutama vanha huonekalu, Helyn äidin tekemä ruskeasävyinen raanu, öljyvärimaalaus pariskunnasta sekä kehystettyjä valokuvia. Kuvissa ovat lapset, lapsenlapset ja lapsenlapsenlapset.

**HUHTIEN** ikätovereita, 90 vuotta täyttäneitä suomalaisia, on noin 50 000. Muutos Suomen ikärakenteessa on ollut nopea, sillä vielä 1970-luvulla yhtä iäkkäitä oli vain 3 000. Yhä useampi tarvitsee paikkaa hoivakodista lähivuosina.

**LÄHES** sadan vuoden pituiseen elämään mahtuu iloja ja suruja. Into ja Hely ovat molemmat kokeneet sodan, Hely pikkulottana desantteja vilisevän rajan pinnassa Virolahdella ja Into nuorena sotilaana, miinanraivaajana Suomenlahdella. Koettelemuksia ovat olleet myös kuopuksen syntymä vakavasti sairaana sekä kahden vanhimman pojan menettäminen aikuisiällä. Vaikeuksista huolimatta Into ja Hely ovat katsoneet aina eteenpäin.

”Äiti sanoi, että tyytyväisyys on onnen suuri salaisuus”, Hely hymyilee.

Into nyökkää. Pitää tyytyä siihen, mitä on, eikä haikailla semmoista, mitä ei voi saada.

Hely ja Into eivät ole kaivanneet vanhaan kotiinsakaan.

”Muutto oli helpotus. Täällä on aina apu lähellä”, Into sanoo.

**MUUSIKKOVIERAILUT** ja kaverikoirien käynnit tuovat vaihtelua pariskunnan arkeen. Ehdottomasti parasta kuitenkin on se, että Hely ja Into saavat olla yhdessä.

”Kun melkein koko ikämme olemme yhdessä olleet, ei sitä oikein muuten osaakaan olla”, Into selittää.

Hely osallistuu jutusteluun muistelemalla äitiään. Muistisairaus vie ajatukset vuosien taakse. Kun Into käväisee viereisessä huoneessa, Hely valpastuu.

”Missä Into on?” hän kysyy.

Olo on turvallinen, kun toinen on lähellä.

LÄHES SADAN VUODEN PITUISEEN ELÄMÄÄN MAHTUU ILOJA JA SURUJA.

# TAVALLINEN ELÄMÄ ON VOIMAVARA

Jokainen kohtaa muutoksen tavallaan, mutta jotain yhteistä suomalaisten selviytymistavoissa silti on.

”Suomalaisissa on monenlaisia selviytyjiä”, sanoo lääkäri ja MIELI ry:n johtaja **Meri Larivaara**.

Paljon merkitsee se, millaisessa elämäntilanteessa muutokset kohdataan, mutta yhteisiäkin piirteitä selviytymisessä on.

"Meille suomalaisille on tyypillistä se, että ammennamme voimaa ihan tavallisesta elämästä. Koronan aikaan moni lähti metsään lataamaan akkujaan. Samoin läheisten ihmissuhteiden merkitys korostui", Larivaara sanoo.

**RESILIENSSI** eli kyky sopeutua muutoksiin on ollut viime vuosien muotisana. Korona testasi muutosvalmiuttamme laittamalla elämän uusiksi lähes yhdessä yössä. Ukrainan sota vei perusturvallisuudentunteemme, ja ilmastonmuutoksenkin vaikutukset tuntuvat. Kiihtyneen inflaation aiheuttama hintojen nousu näkyy arjessa.

Muutoskykyämme tullaan testaamaan vastakin. Kun esimerkiksi väestö vanhenee, tarvitsemme uusia toimintatapoja vanhustenhuoltoon ja lisää työvoimaa eläkkeelle jäävien tilalle. Se vaatii sopeutumista niin yksilöiltä kuin yhteiskunnaltakin.

**PERINTEISISSÄ** mielikuvissa suomalainen pärjää sisukkaasti yksin. Larivaaran mukaan yksinpärjäämisen eetos on vain osatotuus. Sekä korona-aika että Venäjän hyökkäys Ukrainaan herättivät suomalaisissa valtavan auttamishalun. Toivoa voi jakaa. Pienetkin ystävälliset teot voivat kannatella. Pandemian jyllätessä rappukäytävien heippa-lapuissa tarjottiin apua kaupassa käyntiin.

"Jos pystyy auttamaan, saa itsekin voimaa", Larivaara sanoo.

Hän kannustaa miettimään, mikä omassa elämässä on hyvin.

"Samalla kukin voi suunnata omaa elämäänsä uudelleen kohti tärkeiksi kokemiaan arvoja ja merkityksellisinä pitämiään asioita", Larivaara sanoo.

**HISTORIAAN** katsomalla muutoskykymme vaikuttaa hyvältä: talvisodan ihme yhdisti suomalaiset ja sai uhrautumaan yhteisen hyvän eteen. Suomen historian professori **Juha Siltalan** mukaan todellisuus ei kuitenkaan ollut näin yksioikoinen.

"Jatkosodan aikaan uhrimieli jo rakoili. Kolmannes maataloustuotannosta ohjautui mustaan pörssiin. Kuponkijonossa edelle meneville odottaville äideille huudeltiin. Sotaan väsyttiin. Elämä oli paitsi yhteisen hyvän eteen ponnistelua myös itsekästä selviytymiskamppailua", hän muistuttaa.

Uhraus yhteisen hyvän eteen onnistuu, kun uskomme, että kaikki ovat mukana talkoissa. Yhdessä rakennetussa hyvinvointivaltiossa halutaan huolehtia niistäkin, jotka ovat jäämässä sen reunamille.

Siltala sanookin, että Suomessa usko ympärillä olevien ihmisten luotettavuuteen on korkeammalla kuin monessa muussa maassa.

Uskoa tulevaisuuteen lujittaa suomalaisen yhteiskunnan vakaus, ennustettavuus ja turvallisuus – siis juuri ne asiat, joita Maailman onnellisuusraporttikin mittaa. Ja sen mukaan me olemme maailman onnellisin kansa. ■

VIOLETIT VIIKOT
— 21.11.–18.12. —

# KAIKKI SILMÄ-LASIT

SIS. KEHYKSET JA LINSSIT

# –50%

# KAIKKI AURINKOLASIT

VOIMAKKUUKSILLA TAI ILMAN

# –30%

KATSO MUUT VIOLETTIEN VIIKKOJEN HUIPPUTARJOUKSET
JA VARAA AIKA SILMÄASEMA.FI TAI SOITA 010 190 200
(mpm/pvm)

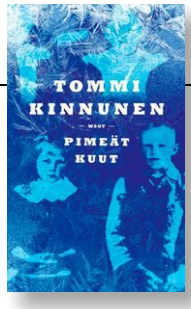
MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

SILMÄASEMA

SUOMALAISTA PALVELUA

Tarjous koskee uusia silmälasi- ja aurinkolasitilauksia eikä sitä voi yhdistää muihin etuihin tai pakettihinnoiteltuihin tuotteisiin.
Ei koske lääkinnällisiä hoitotuotteita. Tarjous on voimassa 18.12.2022 asti.

teksti **LAURA HALLAMAA**




# Opettajan kova kohtalo

**KIRJAILIJA Tommi Kinnunen** kirjoittaa ahmaistavia historiallisia romaaneja, eikä uusin *Pimeät kuut* ole poikkeus. Opettaja Elna Suorajärvi ryhtyy syrjäisen kyläkoulun ainoaksi opettajaksi. Sota ei ole kohdellut kylää hyvin, ja kouluakin käydään homeisessa parakissa. Kouluvuoden edetessä paljastuu hiljalleen myös katkeroituneen Elnan historia. Itsekin opettajana työskentelevä Kinnunen on aiheensa kanssa vankalla maaperällä. Ilmavaan ja kauniiseen kerrontaan sekoittuu annos ajatuksia opettajuuden merkityksestä.

*Tommi Kinnunen: Pimeät kuut. WSOY 2022.*

# Ukko tuli taloon

**KOIRA** saattaa muuttaa elämän. Kirjailijapariskunta **Jari** ja **Kati Tervo** ottivat korona-aikana borderterrierin pennun. *Ukko* on päiväkirjamainen teos siitä, miten koira vaikuttaa arkeen ja ihmismieleen. Pentuaikaa synkistää Katin sairaus, joka pakottaa pohtimaan, kuka koiran ja ihmisen suhteessa lopulta hoitaa ketäkin. Kun lievästä toisteisuudesta ja herkkupalaa tarkoittavan triitti-sanan liikakäytöstä pääsee yli, on käsissä koiraihmisiä miellyttävä lukupaketti.

*Jari ja Kati Tervo: Ukko. Otava 2022.*

Tanssijana tunnetun Hanna Brotheruksen romaani on kertomus naisen ikääntymisestä.

Kuva Laura Malmivaara / WSOY

**Lempilauseeni**

*”Ei kuolema ole suuri tapahtuma. Elämä on.”*

**HANNA BROTHERUS:** ”Kirjoitin nämä lauseet eräänä aamuyönä mökillämme metsän keskellä. Valitsin lauseparin suosikikseni, koska näihin lauseisiin kiteytyy mielestäni *Henkeni edestä* -romaanin syvin ydin. Teos kertoo naisen ikääntymisestä. Kun lapset ovat muuttaneet omilleen, äitiyteen tottuneen päähenkilön on löydettävä elämäänsä yhtäkkiä muuta sisältöä.

Lausepari on kirjan loppupuolella. Pohdinta kirjassa johtaa tuon ajatuksen äärelle monisäikeisen tarinan kautta.”

*Hanna Brotherus: Henkeni edestä. WSOY 2022.*

Kaikki kirjat prisma.fi

# Muutos harmittaa mäyrää

**MÄYRÄ** ja lapsi ovat erottamattomat. Jouluaattona lapsen lahjapaketista paljastuu leijona, jolloin kaikki muuttuu. **Sanna-Sofia Vuoren** kirjoittama *Leijona tulee* käsittelee helposti ymmärrettävällä tavalla muutosta, joka koittaa, kun uusi perheenjäsen saapuu taloon. Tarina on kevyt, mutta kirja keskittyykin juonen sijaan mäyrän tunteiden tunnistamiseen. Iso muutos saa myös harmittaa ja surettaa. **Cara Knuutisen** kaunis kuvitus puhaltaa eloa talviseen tarinaan.

*Sanna-Sofia Vuori & Cara Knuutinen: Leijona tulee. Teos 2022.*

# Kuorma kevenee, kun se kannetaan yhdessä

Helsingin hiippakunnan piispa ***Teemu Laajasalo*** on saanut usein lohtua yksinkertaisesta kysymyksestä ”miten sinä jaksat”. Toisten huolien kantaminen on paitsi ihmisen kyky myös tehtävä.

teksti **RIINA-MARIA METSO** kuvat **TUOMAS KOLEHMAINEN**

## *Huoli*

Ihminen on lohduton silloin, kun hänellä on huolia. Kun on huolissaan, ilo loppuu, hapensaanti heikentyy ja toivo häviää. Kuorma tuntuu olkapäillä. Onneksi meihin on rakennettu kyky tunnistaa toisen huolia riippumatta siitä, mikä huolen kohde on. Se on suuri, inhimillinen ihmeellisyys.

Lempijoululauluni on *Arkihuolesi kaikki heitä* juuri siksi, että siinä tunnistetaan ihmisen huolet. Laulu antaa häpeämättömän kehotuksen: heitä kaikki huolesi! Laulussa huoli on ymmärretty oikein. Huolen heittäminen ei tarkoita sitä, että ollaan vastuuttomia. Se tarkoittaa, että on olemassa joku, jonka varaan huolet voi hetkeksi heittää. Joululaulussa se toinen tarkoittaa Jumalaa, mutta voimme jakaa huoliamme myös toisille ihmisille vaikka kävelylenkillä tai saunassa. Murhe kevenee, kun kantajia on enemmän.

HALLINNAN TUNNE ON IHMISEN TÄRKEIMPIÄ VOIMAVAROJA.

## *Toinen*

Toisen taakan kantaminen on sekä ihmisen kyky että tehtävä. Yhteiskunnassamme on paljon ihmisiä, jotka kokevat yksinäisyyttä. He ajattelevat, ettei heidän surunsa ole kannettavissa, koska lähipiirissä ei ole ketään, joka voisi siinä tukea. Vaikeina aikoina on tärkeää, että olemme kaikki samalla puolella ja yhdessä. Oli suorastaan hämmentävää nähdä, miten merkittävää se oli koronapandemian alkuvaiheessa. Kysyimme naapureilta, kuka heille tuo ruokaa ja ovatko he kunnossa.

On ihmeellistä, kuinka voimakas on yksi kysymys: miten sinä jaksat? Kysymys on ollut suureksi lohduksi elämäni vaikeissa hetkissä. Pelkkä toisen esittämä kysymys on tuonut minulle tunteen, että olen toisen ihmisen mielessä ja hän kantaa osan murheistani.

## *Hallinta*

Ihmisen tehtävä on yrittää elää viisaasti: kantaa vastuuta, varautua monenlaisiin yllätyksiin ja löytää ratkaisuja ongelmiin. Hallinnan tunne on yksi ihmisen tärkeimpiä voimavaroja. Sen menettäessään kokee, ettei millään ole enää väliä. Silloin syntyy →

Vaikeina aikoina on tärkeää, että olemme kaikki samalla puolella ja yhdessä, Teemu Laajasalo sanoo.

## *TEEMU LAAJASALO*

KUKA?
48-vuotias teologian maisteri ja kasvatustieteiden tohtori toimii Helsingin hiippakunnan piispana.

ASUU
Helsingissä vaimonsa ja kolmen lapsensa kanssa.

AJANKOHTAISTA
Laajasalo on toimittanut keväällä ilmestyneen kirjan *Uusi alku – elämä kulkutaudin muuttamassa maailmassa.* Siinä koronapandemiaa pohtivat Laajasalon lisäksi muun muassa Mika Aaltola, Iina Kuustonen, Antti Tuisku ja Pekka Sauri.

Taas toivotus tyttöjen oikeuksien

Turvallinen vanhempi | 15 €

Tytön vanhempi saa koulutuksen silpomisen riskeistä.

Koska tieto on tehokkain tapa saada tyttöjen sukuelinten silpomis-perinne loppumaan.

Kerro Solidaarisuuden aineettomalla lahjalla, että läheisesi on sinulle tärkeä. Samalla autat lopettamaan tyttöjen sukuelinten silpomisen.

Kun tilaat lahjan ennen 13.12., voit valita myös paperisen kortin.

SOLIDAARISUUS.fi/kauppa

TOIVO ANTAA MAHDOLLISUUDEN AJATELLA, ETTÄ KAIKESTA SELVITÄÄN.

halu luovuttaa. Siksi on tärkeää yrittää vaikuttaa myös kriisien keskellä niihin asioihin, joihin voi.

Yksi osa hallinnan tunnetta on katsoa riittävän pitkälle. Vaikka varautuminen asioihin ei taaksepäin katsottuna olisi ollut riittävää, voi tehdä suunnitelmia eteenpäin ja varautua pienin askelin seuraaviin vaikeisiin käänteisiin. On myös hyväksyttävä, että kaikissa tilanteissa hallinnan tunnetta ei yksinkertaisesti voi saavuttaa.

## *Toivo*

Ihmisellä on ihmeellinen kyky nähdä toivoa silloinkin, kun sitä ei tosiasiallisesti ole. Vaikka tilanne näyttäisi tiedollisella tasolla toivottomalta ja tunteen tasolla toiveikkuutta ei olisi jäljellä, meillä on kyky pohtia, voisiko joskus ollakin paremmin. Toivo antaa mahdollisuuden ajatella, että kaikesta selvitään.

Kristitylle toivo on lahjatavaraa taivaasta. Se on Jumalan meille lahjoittamaa levollisuutta ja rauhaa. Aikuiselle ihmiselle toivo antaa saman lohdun kokemuksen kuin minkä pikkulapsi saa vanhempansa sylissä.

Vanhempina meidän tehtävämme on myös pitää yllä lastemme toiveikkuutta. Kertoa, että maailmassa on ollut aiemminkin vaikeita vaiheita, elämä on yllättänyt ja ihmisiä on painettu polvilleen. Siitä huolimatta on selvitty, ja selviämme nykyisistäkin haasteista.

## *Armo*

Kun menee huonosti, näkee helposti sen, mitä kaikkea olisi voinut tehdä toisin. Jos olisin tehnyt toisenlaisen sähkösopimuksen, jos olisin vaihtanut työpaikkaa, jos olisin kyennyt puhumaan perheenjäsenille erilaisella äänensävyllä. Itsesyytösten voima on hirvittävä, kun joutuu tekemään isoja päätöksiä ja luopumaan itselle arvokkaista asioista.

Romahdusten keskellä pitää olla tilaa myös armahdukselle. Jossain vaiheessa on lopetettava menneisyydessä tehtyjen virheiden ajattelu ja käännettävä uusi, puhdas sivu. Muita tai itseään syyttämättä voi alkaa rakentaa uudenlaista elämää.

Armo antaa mahdollisuuden uusiin alkuihin. Ne alut voivat olla pieniä ja sellaisissa paikoissa, joita ei olisi toivonut. Mutta ne ovat kuitenkin alkuja. ■

18+

# ETSÄ TIEDÄ KUKA MÄ OON?!

**TIESIMME TAI EMME,**

**Kuponkipelien ostaminen edellyttää tunnistautumista 2023.**

Eli sinun tulee rekisteröityä, jos haluat jatkossa pelata kuponkipelejä.

Tunnistautumalla voittosi pysyvät tallessa, vaikka pelitosite katoaisi.

**Rekisteröidy ja tilaa Veikkaus-kortti**

**VAIHTOEHTO 1**

Verkkopankkitunnuksilla osoitteessa veikkaus.fi/liity

**VAIHTOEHTO 2**

Kuvallisella henkilöllisyystodistuksella Veikkauksen pelisaleissa, kuten Pelaamoissa. Lisäksi tarvitset henkilökohtaisen pankkitili- ja puhelinnumerosi.

Autamme rekisteröitymisessä Veikkauksen pelisaleissa ja asiakaspalvelussa 0200 55000 (pvm/mpm).

VEIKKAUS

Apua pelaamisen hallintaan **pelaamaltilla.fi**

**PIDETÄÄN PELAAMINEN ILON PUOLELLA**

Pedigree®, Dreamies™ © Mars 2022

***SIRPA KÄHKÖNEN***
**on historiallisiin ja yhteiskunnallisiin aiheisiin keskittynyt kirjailija.**

# LYHTYJÄ OKSILLA

Sinä vuonna kun erosin, ystävät sanoivat, että voisin tulla heille viettämään joulua. Kieltäydyin kohteliaasti; yksinäisyys oli silloin tavoiteltu tila, se antoi mahdollisuuden hengähtää ja latautua.

Tänä vuonna yksinäiset hetket ovat olleet raskaita. Olen menettänyt lähiomaisen ja ystävän. Syksyn aika oli tummaa ja hitaasti virtaavaa. Sureminen tarkoittaa lopullisuuden hyväksymistä, eikä se voi tapahtua kuin pala palalta. On vaikea uskoa kuolleeksi ihminen, joka yhä elää ja kulkee mukana.

Surun voima on tehnyt selväksi avun tarpeen. Kun kuolema on vienyt mukanaan ystävän rinnalta, suhde eläviin tulee sitäkin intensiivisemmäksi. Eletään, nähdään, ollaan. Ei tarvitse tehdä mitään ihmeellistä eikä edes välttämättä puhua.

Pois mennyt ystäväni osasi olla läsnä niinä hetkinä, kun kohdattiin. Hänen muistokseen koetan yhä useammin itsekin olla hiljaa ja kuulla. Kun en ymmärrä elämän suurimmasta salaisuudesta juuri mitään, mikä olen neuvomaan ketään muissakaan asioissa? Se on tämän elämänvaiheen suurin läksy.

Menetykset hierovat ja jynssäävät meistä varmuutta pois. Suru tekee tietäväisestä keski-ikäisestäkin uudelleen kyselyikäisen. Mikä tämä tunne on? Miksi me kuolemme? Keitä me olemme? Mihin kuolleet menevät? Erona lapsuuteen on se, että varmoja vastauksia ja nimiä asioille ei tule kukaan antamaan.

Kun askartelee isojen elämänkysymysten äärellä, tuntee itsensä neuvottomaksi. Eikä yksinäisyys välttämättä silloin ole hyvää ja voimia kasvattavaa. Surua ei voi väistää heittäytymällä humuun ja sumuun, suru jaksaa odottaa kyllä ja vaatia kohtaamistaan. Mutta suremista ei myöskään voi kalenteroida eikä päättää hoitaa alta pois. Se tulee, kun tahtoo, ja ottaa aikansa.

*Suru jaksaa odottaa kyllä ja vaatia kohtaamistaan.*

Surun kanssa kuljetaan tuntemattomassa maastossa. Syksyn pimeinä aikoina ystävät ovat puiden oksilla riippuvia lyhtyjä, joiden avulla voi suunnistaa kylmästä lämpöön, asumattomilta seuduilta toisten ihmisten pariin.

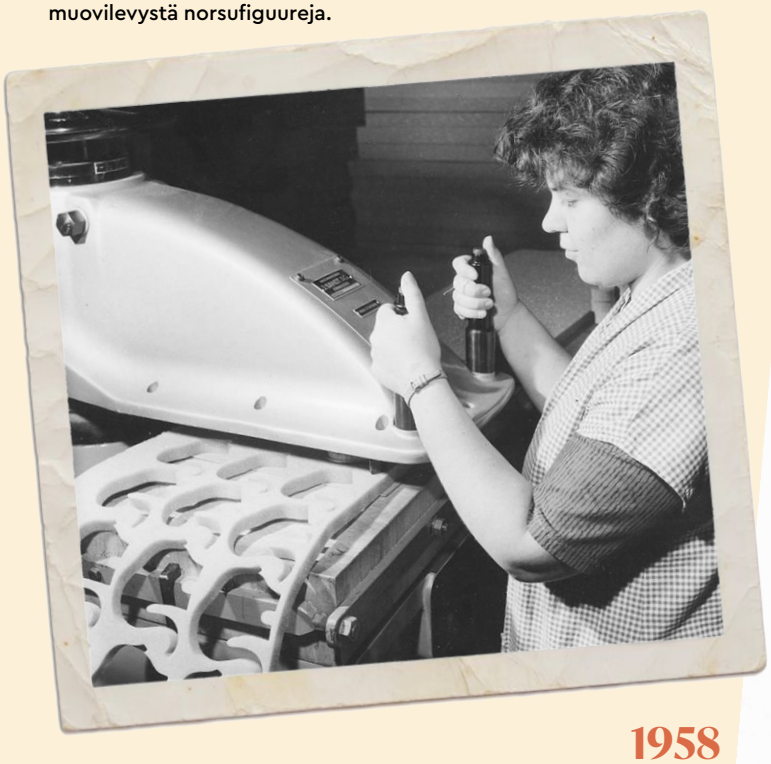
Yhtenä syksyisenä lauantaina teimme tyttären kummitädin kanssa kaalikääryleitä. Olemme tunteneet kauan ja puhuneet monet elämän asiat. Nyt taisimme enemmän vaieta. Mukana oli edesmenneitä ja ikävöityjä niin hänen kuin minunkin elämästäni. Keitetyt kaalinlehdet taipuivat täytteen ympärille, kääryleistä tuli täydellisiä, ne paistettiin, valeltiin, syötiin.

Tänä vuonna menetin myös äitini. Vanhemman kuolema on jollain tapaa kirjoitettu biologiseen koodiimme. Se sattuu kovasti mutta se myös kuuluu asiaan. Lapsen ja vanhemman suhteeseen on kirjoitettu paljon väistämätöntä, ystävyyteen kuuluu valinta. Ystävän kuolema on osittain myös oma kuolemamme.

En enää aivan tunnista sitä ihmistä, joka olin surujen takaisena aikana. En muista millaista on, kun toivoo yksinäisyyttä. Nyt ymmärrän että ystävän kutsu jouluviettoon voi tarkoittaa: tule, me kannattelemme sinua. Sinä saat olla meidän turvassamme. ■

## 1960-luku

**Seija Leino stanssaa eli leikkaa teräväreunaisella teräsmuotilla vaahtomuovilevystä norsufiguureja.**



## 1958

**Mainos Yhteishyvässä lupasi, että "Superlon-sieni vaahtoaa vähällä saippualla".**

# Superlon pehmusti suomalaisten elämän

1960-luvulla Suomi alkoi nukkua miellyttävämmin, kun SOK:n valmistamat vaahtomuovipatjat yleistyivät. Superlonista tuli vuosikymmenen suuri hitti.

teksti **ANNA KORTELAINEN** kuvat **SOK**

Vuonna 1955 SOK hankki Bayer-yhtiöltä polyuretaanin valmistuslisenssin. Upouutta vaahdotuskonetta testattiin ensimmäistä kertaa Vaajakosken naulatehtaan käytävällä helmikuussa 1955. Vaahtomuovin valmistus Suomessa alkoi.

Uudelle materiaalille piti kehittää mieleenpainuva tuotenimi. Diplomi-insinööri **Eino A. Elo** valitsi nimen alkuun S- ja U-kirjaimet, jotka olivat sopivan lähellä sekä Suomi- että SOK-sanaa. Alkukirjaimet hän yhdisti tunnettuun saksalaiseen Perlon-tuotemerkkiin. Lopputulos oli iskevä *superlon*.

Vaahtomuovituotanto vakiinnutettiin SOK:n Rauman konttorilta vapautuneisiin tiloihin, jotka löytyivät vuonna 1931 valmistuneesta funkkisrakennuksesta. Ensimmäisenä tehtävänä aiottiin parantaa suomalaisten nukkumismukavuutta, joten tuotantotiloihin asettui myös patjanvalmistuksessa olennainen ompelimo.

### Ylellistä lepoa kansakunnalle

Kuluttajat huomasivat nopeasti, että pehmeyden ja joustavuuden ohella superlon-patjat olivat hygieenisiä ja kevyitä käsitellä. Superlonia suositeltiin erityisesti selkävaivaisille, mutta samalla korostettiin, että kunnon yöuni takasi tarmon kaikille kansalaisille: työssäkäyville, koululaisille ja pikkulapsille, iäkkäille. Sota oli ohi, joten yöt oli mahdollista nukkua turvallisin mielin. Päivät olivat jälleenrakennussukupolvien pitkiä työrupeamia. Kansakunta tarvitsi vastapainoksi lepoa.

SUPERLONIA SUOSITELTIIN ERITYISESTI SELKÄVAIVAISILLE.

## 1964

**Makuuhuoneissa ihastutti Susanna-sänky, jota valmisti SOK:n Vakiopuu Oy.**

Superlon-patjoja mainostettiin messuilla ja esiteltiin ympäri maata sekä osuuskaupoissa että kodeissa. Jo alkuvuosina panostettiin myös televisiomainontaan. Yhteishyvän mainoskuvissa patjoilla keikisteli viehättäviä neitokaisia yöpaidoissaan. Syyskuussa 1958 mainos lupasi, että superlon-patja ”toteuttaa toiveenne: nyt huokea ylellisyyspatja jokaiselle”.

Kuluttajille korostettiin myös vaahtomuovin monikäyttöisyyttä. Jo ensimmäisinä vuosina siitä alettiin valmistaa pesusieniä, ikkunatiivistettä, suoja- ja verhoilulevyjä, huonekalujen pehmusteita, olkatoppauksia, pehmoleluja ja urheilumattoja. Seiväshyppääjä putosi nyt pehmeään vaahtomuovikasaan, ja painijat kamppailivat rouhepuristeesta tehdyllä tatamilla. →

**1958–1963**

**Superlonia valmistettiin Rauman Valtakadun kiinteistössä, kunnes tehdas siirtyi Rauman Hopeamäelle.**

SOHVALLA EI TARVINNUT ENÄÄ PÖNÖTTÄÄ, VAAN SILLÄ SAI LÖHÖILLÄ.

*Kirjoittaja on helsinkiläinen kirjailija ja taidehistorioitsija Anna Kortelainen.*

## Muhkea sohvaryhmä kodin keskipisteenä

1960–1970-luvuilla maalta kaupunkiin muuttava nuoriso tai ensimmäiseen yhteiseen kotiinsa asettuva nuoripari sisusti edullisilla ja trendikkäillä materiaaleilla: lastulevyllä ja muotoon leikatulla superlonilla. Materiaalit antoivat oman suoraviivaisen muotonsa sohville ja nojatuoleille vastavalmistuneissa kerrostaloissa, lähiökodeissa ja rivitaloissa. Kalustoja koottiin yhdisteltävistä vaahtomuovielementeistä ja -tyynyistä, joiden irrotettava verhous suljettiin vetoketjulla. Ruiskumaalatuissa tai petsatuissa nuorisokalusteissa käytettiin voimakkaita värejä ja verhoilussa puuvillaa tai vakosamettia.

Muhkeasta mutta samalla niukkalinjaisesta sohvaryhmästä tuli kodin keskipiste, kun perhe asettui istumaan rentoutuneesti ja syömään iltapalaksi havaijinleipiä tai 1970-luvun uutuutta, pitsaa. Sohvalla kulutettiin aikaa katsomalla yhdessä televisiota. Lukemattomissa 1970-luvun jouluvalokuvissa koristellun kuusen ja joulupukin takaa hahmottuu sohvaryhmä, joka on päällystetty plyysillä, narisevalla tekonahalla tai raidallisella buklee-kankaalla. Sohvalla ei tarvinnut enää istua ryhdikkäästi tai pönöttää, vaan sillä sai peräti löhöillä. Harva tuli ajatelleeksi, että olo- ja makuuhuoneen asumismukavuuden takasi vaahdotuskone Raumalla.

## Suomalaista arjen designia

Superlonin estetiikka vastasi sodanjälkeisten sukupolvien ihanteita siitä, mitä on moderni ja rento kodikkuus. Jos nukkuminen ja lepäily oli nyt fyysisesti mukavaa, sitä oli pukeutuminenkin, kun suosittiin joustavia tekokuitu-, sekoite- ja trikookankaita.

Vaahtomuovi pehmusti elämää kotona, työpaikoilla ja julkisissa tiloissa. Siitä tuli olennainen osa suomalaista arjen designia. ■

*Lähteet: BBC News Magazine 25.12.2015; Aino Laine: Vaahtomuovista mukavuutta. Superlon Oy 1955–2005. K&h, Turun yliopisto 2005; Minna Sarantola-Weiss: Sohvaryhmän läpimurto. Kulutuskulttuurin tulo suomalaisiin olohuoneisiin 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa. SKS 2003; Yhteishyvä 1955, 1958, 1959.*

# Uusi tapa nukkua

**1960-LUVULLA** uudet materiaalit ja valmistustavat mullistivat nukkumisen. Vanhat, painavat rautasängyt ja hetekat sekä niissä viruvat muhkuraiset olki-, heinä- tai jousipatjat tuntuivat tunkkaisilta. Lumppuvanusta tikatut flokkitäkit olivat pölyisiä, samoin höyhen- ja untuvatyynyt.

1950-luvun lopulta lähtien vuoteiden rungot valmistettiin suurina sarjoina puuteollisuudessa. Lastulevy- tai vanerilaverista tuli uusi normi. Suomen suurin lastulevytehdas oli Vaajakoskella sijaitseva SOK:n Sokopan.

**LAVERISÄNGYN** patja oli tietenkin vaahtomuovia, ja keinokuituja alettiin käyttää myös peitoissa ja tyynyissä, jotka oli mahdollista pestä koneessa. Jo 1950-luvulla brittiläinen muotoilija **Terence Conran** (1931–2020) ihastui Ruotsin-matkallaan keveään, ohuesti topattuun peittoon, jonka alla hän sai majapaikassaan nukkua. Hän oli tottunut villahuopiin, joiden yli lakana käännettiin. Ilmava toppapeitto edusti hänelle uutta huolettomuutta ja nuorekkuutta. Conran alkoi markkinoida peittoa Iso-Britanniassa huikeana innovaationa, "mannermaisena täkkinä".

**NYKYÄÄN BRITIT** käyttävät termiä *duvet day* ("peittopäivä"), jolla tarkoitetaan työstä vapaaksi saatua ylimääräistä lepopäivää, jota ei tarvitse perustella ja jonka saa lyhyellä varoitusajalla.

Topattu peitto yhdistettynä pussilakanaan teki vuoteen sijaamisesta helppoa ja nopeaa. Pussilakanan myötä 1960–1970-lukujen iloiset tekstiilikuosit valtasivat makuuhuoneet. Yöuni ei ollut enää vain palautumista työstä, vaan jopa nautinto.

**1959**

**Vuoden 1958 Miss Suomi Pirkko Mannola esiintyi Yhteishyvän superlonmainoksissa.**

# KALALLA KOREASTI

teksti **SANNA KEKÄLÄINEN JA NIINA MÄLKIÄ**
kuvat **REETTA PASANEN** kuvausjärjestelyt **SANNA KEKÄLÄINEN**
kuvausavustaja **IITA NISKANEN**

# Hittidippi kirjolohenmädistä

Juhlan odotetuin hetki on koittanut, kun saa lautaselleen ensimmäiset kala-alkupalat. Tänä jouluna myös pääruoaksi kokataan kalaa. Rippeistä tehdään välipäivien maukkaat arkiruoat.

**Superhelppo mätidippi syntyy muutamassa minuutissa. Tarjoa joulupöydässä tai annostele alkupaloiksi ruisnappeihin.**

Mäti, matjessilli ja lohi ovat joulun kalapöydän perinteisiä tarjottavia, mutta niistä syntyvät myös monet modernit kalaherkut.

Parhaat keksinnöt ovat yksinkertaisia, sellaisia kuin viime joulun hittiresepti mätidippi. Siinä yhdistyvät mädin tutut lisukkeet ja raikastavat mausteet. Kirjolohenmädistä tehty dippi sopii yhtä hyvin joulupöytään kuin sipsien dipiksi uutenavuotena.

Hehkuvan oranssia kirjolohenmätiä kannattaa hyödyntää myös kalaruokien koristelussa. Jos mätiä jää yli, sen voi herkutella arkena pizzan, pastan tai vaikka purjo-perunakeiton pinnalla.

Matjessillin mausteet tekevät siitä jouluisan sellaisenaankin. Siitä voi valmistaa myös lempeän makuisen sillikaviaarin tai vaikka tulista wasabisilliä.

Purkin pohjalle jääviä sillejä ei tarvitse hylätä joulun jälkeen, sillä ne voi pilkkoa perunoiden seuraksi janssoninkiusaukseen.

Lohi herkutellaan jouluna kylmänä tai kuumana – tai molempina! Graavilohen voi taiteilla alkuruoaksi tartarpihvin muotoon tai tarjota carpacciona. Uunilohesta taas tulee kilpailija kinkulle, kun sen koristelee hedelmillä joulun pääruoaksi.

**PIENI TEKO**

Muista myös silakka! Katso reseptit jouluisiin silakkaherkkuihin Sesonki-lehdestä 6/2022.

**VALITSE POHJA**

Käytä dipin pohjana ranskankermaa, smetanaa tai maustamatonta paksua jogurttia. Myös kermaviili ja tuorejuusto sopivat mätidippiin.

**RYYDITÄ HYVIN**

Sekoita purkilliseen ranskankermaa pieneksi silputtu punasipuli, pestyn limen raastettu kuori ja ruokalusikallinen limen mehua sekä pari lusikallista silputtua tilliä. Mausta seos suola- ja pippuriripauksilla.

**KRUUNAA MÄDILLÄ**

Lisää pohjaan kirjolohenmätiä. Sopiva määrä on puolet ranskankerman määrästä. Käänte le mäti kevyesti dippiin, jätä osa koristeeksi. Valmiin dipin löydät viereiseltä sivulta.

**DIPPAA SIPSEILLÄ**

Napostele mätidippiä ruis- tai perunalastujen kanssa. Kata pieni kulhollinen mätidippiä myös joulun kalapöytään. Maistele keitettyjen perunoiden ja tumman leivän kanssa.

# Joulusilli matjesfileestä

**Lämmittävillä mausteilla ja sokerilla maustettu matjessilli sopii erityisen hyvin joulupöytään.**

**MATJESSILLISTÄ** valmistetaan monet perinteiset joulupöydän silliherkut, kuten sillikaviaari, smetanasilli ja sillisalaatti. Mausteisen matjessillin makupareiksi sopivat hapokkaat omenat, sitrukset ja marjat, koska ne tasapainottavat sillin suolaisuutta. Myös lempeän rasvaiset maitotuotteet tai makeat marjamehut toimivat suolaisen sillin kesyttäjinä. Kokeile matjessillin maustamisessa esimerkiksi glögiä.

**OMENAINEN SILLIKAVIAARI**
Tee matjessillistä omenalla ja kananmunilla ryyditetty raikas sillikaviaari. Majoneesia ja kermaviiliä sisältävä kastike saa pirteyttä piparjuuritahnasta ja mustapippurista. Koristele kaviaari juhlan kunniaksi pienen pieniksi pilkotuilla lisukkeilla. Ripottele pinnalle sipulia, tilliä, kapriksia ja maustekurkkua. Myös kananmunamuru ja sitruunamehussa kylvetetyt omenakuutiot sopivat sillikaviaarin somisteeksi.

**VÄHEMMÄN SUOLAA**
Voit poistaa sillifileistä suolaa liottamalla niitä kylmässä vedessä jääkaapissa. Maista puolen tunnin liotuksen jälkeen pieni pala silliä sellaisenaan. Vaihda vesi ja jatka liottamista, jos silli tuntuu yhä liian suolaiselta.

# Kolmen maun matjessillit

**Leikkaa matjessillifileet paloiksi ja mausta ne makusi mukaan tulisella wasabilla, raikkaalla limellä tai kotoisasti mustaherukkamehulla.**

### WASABISILLI

Sekoita ranskankermapurkilliseen nokare wasabia sekä vähän hienonnettua sipulia ja ruohosipulia. Maista, ja lisää tarvittaessa potkua wasabilla. Viipaloi kaksi matjesfileetä suupaloiksi ja pyöräytä palat kastikkeeseen.

### LIME-VALKOSIPULISILLI

Keitä puoli desiä vettä, kaksi ruokalusikallista sokeria ja lusikallinen etikkaa sekä vähän sinapinsiemeniä. Purista jäähtyneeseen liemeen kaksi limeä ja lisää pari viipaloitua valkosipulinkyntä. Liemi riittää kahdelle sillifileelle.

### MUSTAHERUKKASILLI

Sekoita sillipaloille liemi, jossa on desi mustaherukkamehutiivistettä, pari ruokalusikallista punaviinietikkaa ja muutama timjaminoksa. Viipaloi maun antajaksi mukaan punasipulia. Koristele herukkasilli tuoreella timjamilla.

# Uusi tähti juhlapöytään

**VAIHDA** jouluruokien rooleja ja tee tänä vuonna uunilohesta aterian päätähti. Se kypsyy uunissa energiatehokkaasti samalla, kun lämmität laatikot ja muut lämpimänä tarjottavat ruoat.

Mausta lohifilee uuniin mennessä voilla ja hunajalla, ja koristele meheväksi paistunut filee erilaisilla joulunaikaan sopivilla hedelmillä, siemenillä ja yrteillä.

**PIENI TEKO**

Tee yhdestä fileestä kaksi herkkua. Paista leveämpi puolikas uuniloheksi, ja graavaa fileen kapeampi pää.

## JOULUINEN UUNILOHI

Levitä lohifileen päälle ennen kypsentämistä voinokareita ja hunajaa. Peittele kypsä, lämmin kala kylmällä kastikehunnulla, jonka sekoitat ranskankermasta, sitruunan mehusta ja tillistä. Mausta seos kevyesti suolalla ja pippurilla. Koristele joululohi halutessasi pinjansiemenillä tai pähkinärouheella sekä hedelmillä. Sesongin suosikkihedelmät, kuten viikunat ja granaattiomenat, pukevat joulukalan juhlavan väriseksi ja makuiseksi.

## NÄIN PAISTAT LOHEN UUNISSA

Kypsennä lohi matalassa lämmössä, korkeintaan 150–175-asteisessa uunissa. Tarkkaile lohen kypsymistä, sillä se on parhaimmillaan juuri ja juuri kypsänä. Filee kypsyy sen paksuudesta riippuen 15–25 minuutissa. Jos käytät paistolämpömittaria, työnnä sen kärki fileen paksuimpaan kohtaan. Ota lohi pois uunista, kun mittari osoittaa 42 astetta. Anna sen levätä hetki, sillä kypsyminen jatkuu hetken uunista ottamisen jälkeen.

**KUIN RAVINTOLASSA: LOHITARTAR**
Leikkaa graavilohi pieniksi kuutioiksi ja sekoita kapristen ja hienonnetun ruohosipulin kanssa. Halutessasi voit pyöräyttää tartariin sideaineeksi hieman smetanaa. Muotoile muotilla pihviksi tai tarjoa pienistä kulhoista. Koristele sipulilla, majoneesilla ja yrteillä.

**IDEA ITALIASTA: LOHICARPACCIO**
Aseta graavikalaviipaleita lautasille hieman limittäin. Valuta päälle sitruunan mehua ja hieman oliiviöljyä. Viimeistele annokset rucolalla, juustolastuilla ja pinjansiemenillä. Carpaccioon ja tartariin voit käyttää valmista graavikirjolohta tai graavata kalan itse.

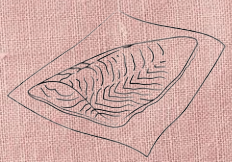
# Graavilohi uudella tavalla

**TUTTU** graavilohi on entistäkin herkullisempi juhlakala, kun maustat tai tarjoat sen uudella tavalla.

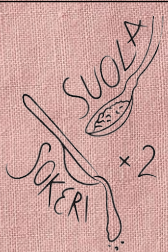
Kun graavaat kalan itse, korvaa tilli makukerroksella. Ripota fileelle pakastimesta mustikoita tai puolukoita tai valuta sille glögiä, niin lohi saa pintaansa myös joulunpunaista väriä. Voit päällystää graavattavan fileen myös erilaisia makupareilla, kuten omena- ja inkivääripaloilla tai fenkoli- ja appelsiiniviipaleilla. Myös raastettu piparjuuri on hyvä mauste graavilohelle. Kokeile sitä timjamin makuparina.

Tee graavilohi tuoreesta kalasta viimeistään vuorokautta etukäteen. Eikä haittaa, jos kala saa maustua jääkaapissa toisenkin päivän.

**Perinteinen graavilohi maustuu vuorokaudessa**

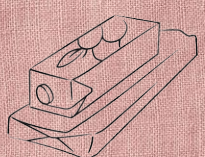


Aseta ruodoton lohifilee nahkapuoli alaspäin leivinpaperille.




Ripota lohelle seos, jossa on 2 rkl karkeaa merisuolaa ja 2 tl sokeria.

Lisää pinnalle ruukullinen tillinoksia tai hienonnettua tilliä.



Kääri filee leivinpaperiin ja folioon. Laita jääkaappiin pienen painon alle.

Kuvitus Jolanda Jokinen

# Välipäivien kalaherkut

**Joulukalojen rippeistä kokkaat helposti monta maukasta arkiruokaa.**

**PIZZA** on täydellinen hävikkiruoka, sillä siihen voit upottaa niin lohet, sillit kuin mäditkin. Jos myös ranskankermaa ja perunoita jää jouluaterioilta yli, tee valkoinen pizza bianca, jossa ei ole lainkaan tomaattikastiketta eikä juustoa.

**LOHIKEITTO** kypsästä uunilohesta tai graavilohesta on arkiruokien aatelia. Keitä vain perunat ja sipulit kalaliemessä, lisää maito tai kerma ja paloittele kala keittoon hetkeksi lämpenemään.

**JANSSONINKIUSAUS** syntyy matjessillistä siinä missä anjoviksestakin. Kuutioi silli valmiin peruna-sipulisekoituksen joukkoon, lisää kerma ja mausta suolalla ja pippurilla. Paista 200 asteessa noin tunti.

**PASTAKASTIKE** graavilohesta syntyy ilman keittämistä. Lisää ranskankermaan hienonnettua tilliä, kapriksia ja graavilohta. Mausta sitruunalla ja yhdistä kuuman pastan kanssa.

**LOHIBURGERIT** teet näppärästi kypsästä uunilohesta. Lisää makupareiksi majoneesia ja pestoa. Tarjoa uunilohiburgerit uunijuuresten tai mummonkurkkujen kanssa. ■

**Milloin joulukalat kannattaa ostaa, SOK:n marketkaupan myyntipäällikkö Mikko Kovalainen?**

**TUORE KALA** säilyy kalalajista riippuen hyvänä noin viikon, kun sitä säilytetään 0–3 asteessa. Aina kun säilytyslämpötila nousee asteella, kalan säilyvyys lyhenee päivällä. Kotijääkaapin lämpötila on yleensä 5–6 astetta. Siksi joulukalat kannattaa hakea kaupasta aikaisintaan kaksi päivää ennen syömistä. Jos kauppaan ei ehdi juuri joulun alla, herkullisen kalapöydän voi rakentaa pitempään säilyvistä tuotteista, kuten silleistä tai pakasteista. Tuoreen kalan voi myös pakastaa kotona. Kotona pakastettu kala säilyy hyvänä parista viikosta kuukauteen. Suosittelen ostamaan mädit valmiiksi pakastettuina, mieluummin useammassa pienessä purkissa kuin yhdessä isommassa. Pienet purkit voi käyttää yksi kerrallaan tarpeen mukaan.

# Philadelphia ♥ juustokakku

## Pakastettu sahramijuustokakku piparkakkupohjalla

10 annosta

### Ainesosat:

200 g piparkakkuja
75 g voita
3 kananmunaa
1 1/2 dl sokeria
300 g Philadelphia Original -tuorejuustoa
3 dl kuohukermaa 40 %
1/2 pussia sahramia (0,25 g)
125 g tuoreita marjoja koristeluun

### Tee näin:

Sulata voi kattilassa. Hienonna piparkakut monitoimikoneessa. Lisää sulatettu voi ja sekoita ainekset keskenään.

Peitä halkaisijaltaan 20-senttisen irtopohjavuoan pohja leivinpaperilla ja painele piparkakkuseos vuoan pohjalle.

Erottele munista keltuaiset ja valkuaiset ja laita ne omiin kulhoihin. Vatkaa keltuaiset ja sokeri vaahdoksi.

Lisää Philadelphia-juusto ja sahrami munankeltuaisvaahtoon ja sekoita yhteen.

Vatkaa kerma erikseen ja sekoita se varovasti juustokakkuseokseen.

Vatkaa valkuaiset kiinteäksi vaahdoksi erillisessä kulhossa ja käänte le varovasti joukkoon. Kaada seos vuokaan ja laita pakastimeen yön ajaksi.

Ota juustokakku pakastimesta ja anna sen seistä huoneenlämmössä hetken ennen tarjoilemista. Koristele puolukoilla, punaisilla viinimarjoilla tai muilla marjoilla.

OHJE ON SUUNNITELTU YHTEISTYÖSSÄ KÖKET.SE:N KANSSA

### *Vinkki!*

**Jälkiruoka lasissa**

Jos haluat tarjoilla jälkiruoan laseista, annostele piparkakkumurut kahdeksaan tarjoilulasiin. Kaada juustokakkuseosta päälle ja laita lasit pakastimeen. Koristele marjoilla.

**Minijuustokakku**

Jos haluat tehdä minijuustokakkuja, resepti riittää noin 10–15 annokseen. Annostele piparkakkumurut esimerkiksi piparkakku- tai muffinivuokiin. Silikoniset muffinivuoat sopivat tähän tarkoitukseen parhaiten. Kaada juustokakkuseosta päälle ja aseta pakastimeen. Paina juustokakut varovasti irti vuoasta ja aseta tarjoiluvadille. Koristele marjoilla ja tarjoile välittömästi.

PHILA

FOOD HERKKU MARKET

# HERKKUUN ARKEEN, HERKUMPAAN JUHLAAN

*Herkku-tuotteet kaikenlaisiin juhlahetkiin löydät S-ryhmän ruokakaupoista.*

SATOKAUDEN PARHAAT
PARASTA JUURI NYT
KOKKAA JA KOKEILE

# Hedelmien jalokivi

**GRANAATTIOMENA** on talven juhlahedelmä. Sen syötävä osa on siemenet, joita kuorruttaa rubiininpunainen, mehukas ja maukas hedelmäliha. Granaattiomenan siemenet irtoavat vain täysin kypsästä hedelmästä. Halkaise hedelmä ja koputtele siemenet isoon kulhoon. Granaattiomenasta voi myös pusertaa mehua. Punainen väri on tarttuva, joten hedelmää käsitellessään kannattaa suojata pinnat ja vaatteet hyvin.

**KATSO RESEPTI**

**Kruunaa granaattiomenan siemenillä jouluiset kakut, jälkiruoat tai herkullinen uunilohi.**

Ohje: yhteishyva.fi > rubiinilohi

# Kettukarkkia!

**PIHLAJA** on Fazerin vanhin makeinen. Sen valmistus aloitettiin jo vuonna 1895. Kettukarkkinakin tunnettua, oranssinpunaista marmeladimakeista saa nyt myös purkissa. Paistonkestävä, vegaaninen Pihlaja-marmeladi sopii yhtä hyvin leivontaan kuin paahtoleivälle sunnuntaiaamuna. Maistele myös keksien ja juustojen kanssa. Leivo viineritaikinasta ja Pihlaja-marmeladista helpot, kettukarkin makuiset joulutorttuviinerit.

**Ohje: yhteishyva.fi > joulutorttuviinerit**



**SANNA SUOSITTELEE**

Kuva Päivi Ristell

# Voimakas vihreä maustaja

**ROSMARIINI** nostaa liha- ja perunaruoat sekä kotona leivotut leivät uudelle makutasolle. Lisää haudutettaviin ruokiin pari kokonaista rosmariininoksaa makua antamaan tai hienonna joukkoon muutama lehti. Välimerellisen makuista rosmariinia voi käyttää myös koristeena esimerkiksi marjajälkkäreissä ja drinkeissä.

Teksti Sanna Autio, kuvitus Minttu Wikberg, kuvat Ninna Lindström ja Getty Images

KUUSAMON JUUSTO

# Juustokorit viikunalla

24 kpl, Valmistusaika: 50 min

½ pkt (n. 150 g) Kuusamon Juusto Eränkävijä 28 % -juustoa
2 prk (á 240 g) valmista croissant-tuoretaikinaa
3-4 kpl tuoreita viikunoita
juoksevaa hunajaa
kourallinen saksanpähkinöitä
muutama oksa rosmariinia

1. Laita uuni lämpiämään 180-asteeseen.

2. Avaa croissant-taikinarullat ja nipistä levyt yhtenäiseksi levyksi. Leikkaa levyt minimuffinipellin aukkoihin sopiviksi neliöiksi. Taikinaneliön sivun hyvä pituus on noin 4-5 cm.

3. Asettele neliöt muffinipellin aukkoihin. Painele pohjat ja reunat tiiviisti aukkojen seinämiä vasten.

4. Kuutioi juusto noin sentin kokoisiksi kuutioiksi. Huuhtele viikunat ja lohko ne hieman juustoa isommiksi paloiksi. Asettele juustokuutiot ja viikunat taikinakorien sisälle. Lusikoi päälle vähän juoksevaa hunajaa.

5. Paista uunissa noin 25 minuuttia tai kunnes korit ovat kypsiä ja kauniin kullanruskeita.

6. Anna kypsien korien jäähtyä hetken aikaa ja viimeistele ne paloilla saksanpähkinää ja pienellä määrällä rosmariinia.

7. Tarjoile huoneenlämpöisinä glögin kanssa.

# Valmiina joulupöytään

Nyt on valmiissa leivonnaisissa valinnanvaraa. Kata kahvin pariksi kaunis kakku tai meheväksi täytetty joulupulla.

Elosen veriappelsiini-juustokakussa on kanelinen porkkana-kakkupohja. Välissä on raikas veriappelsiini-täyte ja pinnalla appelsiinin makuinen kiille sekä tryffeliä.

Riitan Herkun valmistama, sokerimassalla kuorrutettu Talvikakku kätkee sisäänsä karpalomoussea.

Fazerin Illan hehku -kakkurullassa kietoutuvat yhteen joulun maut: pipari, kinuski, kaneli ja manteli.

Oululaisen Pullava-pitkojen sarjan mehevä kausimaku on uuni-omena. Pulla täytteineen on laktoositon.

Truben puolukka-kinuski-bostonissa on täytteenä puolukkaa ja pinnalla kinuskia valkosuklaan kera. Joulubostonin kierteissä on puolestaan luumua ja pinnalla raikasta rahkaa sekä mantelia.

Satumaista-sacherleivos on aprikoosilla täytetty suklainen klassikko. Pakkauksessa on kaksi leivosta.

Kuvat Getty Images ja valmistajat

## Kippis 0,0 %

**ALKOHOLITTOMAT** juomat ovat pop myös joulupöydässä! Alkujuomana maistuu tuttuakin tutumpi joulujuoma, glögi, jonka voit tarjota myös kylmänä. Alkoholiton punaviini on oivallinen valinta jouluruoille, sillä puolikuivan viinin niukat tanniinit toimivat hyvin kinkun, laatikoiden ja aromikkaiden sillien kanssa. Kalapöytään sopii alkoholiton Sangre de Toro 0,0 % -valkoviini. Kupillinen kuumaa teetä antaa hyvää oloa aterian jälkeen tai rauhoittaa illalla.

Lapin Marian Pohjantähti-glögi valmistetaan luomumehuista, joissa maistuvat mustaherukka, mustikka, rypäle ja inkivääri. Mausteisia makuja juomaan tuovat piparkakkumausteet.

Kaada viinilaseihin espanjalaista Sangre de Toro 0,0 % -punaviiniä. Tasapainoisen hapokkaassa viinissä maistuu hento mokkaisuus.

Suomessa valmistetut Nordqvistin Havu- ja Wäinö-teet tehdään suomalaisista villiyrteistä ja marjoista ilman lisäaineita.

Kalaneuvos käsittelee joka päivä noin 40 000 kiloa kalaa, josta suurin osa tulee Ahvenanmaalta tai Saaristomereltä.

Vladimir Lanchenko valmistaa graavikirjolohta.

# Rakkaudesta kalaan

Suomen suurin kalayritys on Hukkasen perheen luomus. Vaikka maailman myllerrykset koettelevat, yrittäjäperhe uskoo tulevaan.

teksti **ANU VALLINKOSKI** kuvat **RIINA PEUHU**

Toni Hukkanen ja Jukka Harjula uskovat kalan tulevaisuuteen ruokapöydässä.

Perusreseptit ovat kaikille tuttuja, mutta savustuksen yksityiskohdista ei hiiskuta.

Valtatie 12:lla huristeleva kohtaa Sastamalan Stormin kylän kohdalla yllättävän näyn. Keskellä idyllistä maalaismaisemaa nököttää valtava, valkoinen rakennus. Täällä peltojen keskellä pitää majaa Suomen suurin kala-alan yritys Kalaneuvos.

Stormin kylältä lähtevät maailmalle monenmoiset kalaherkut graavista savustettuun kirjoloheen.

Sisällä tehdassalissa vierailija aistii vienon tuoreen kalan mutta myös savun tuoksun. Päällimmäinen aistimus on kuitenkin hohkaava kylmyys. Lämpömittari kipuaa tuotantotiloissa juuri ja juuri plussan puolelle, 3–4 asteeseen.

Työntekijöitä kylmyys ei näytä vaivaavan. Jatkuva liike pitää vilun loitolla. Aamuvuoronsa kello kuudelta aloittaneiden fileoijien työtahti on hurja. Parikiloinen perattu kirjolohi halkeaa hetkessä.

”Yhden kalan halkaisu paineilmaveitsellä kahdeksi fileeksi vie kokeneelta tekijältä noin viisi sekuntia”, tuotantopäällikkö **Jukka Harjula** vahvistaa.

Fileointilinjastolla ahertaa halkaisijan lisäksi kuusi muuta työntekijää, joilla kullakin on oma tehtävänsä. Yksi trimmaa kylkiruodot pois, toinen leikkaa vatsaruodot, kolmas viimeistelee. Yksi linjasto käsittelee vuorokaudessa noin 15 000 kiloa kalaa.

Arkisina aamuöinä Kalaneuvoksen varastolle tulee uutta kalaa rekkalasteittain, noin 40 000 kiloa päivässä. Kala on pääosin kirjolohta Ahvenanmaalta ja Saaristomereltä sekä lohta Norjasta.

Ennen fileointia kalat saavat olla varastossa pari päivää. Vastapyydetystä kalasta ruoto ei näet irtoa.

## Kirjolohi kasvaa vain kesäisin

Kalan matka tehtaalle on yllättävän pitkä. Fileointilinjastolla nyt käsiteltävien kirjolohien alku juontaa lähes kolmen vuoden taakse.

Tammikuussa 2020 Laukaalla, Nordic Troutin kasvattamolla emokirjolohista lypsettiin mäti, joka hedelmöitettiin maidilla. Munista kehittyi vuodessa noin 50 gramman painoisia kalanpoikasia. Jäitten lähdettyä ne siirrettiin Ahvenanmaan saaristoon tai Saaristomerelle suojaisaan poikaskasvattamoon. Kesän 2021 lopussa ne olivat noin 750-grammaisia.

”Talven aikana kalat eivät syö juuri mitään, eivätkä ne myöskään kasva”, Nordic Troutin toimitusjohtaja **Alf-Håkan Romar** selittää.

Kirjolohen kasvu pääsee vauhtiin, kun meren lämpötila on 10–13 astetta ja valoa on riittävästi.

”Kalankasvattajat ovat luonnon armoilla, tosin eivät aivan niin paljon kuin kalastajat. Vaikeat jääolosuhteet, myrskyt ja liian kylmä tai lämmin merivesi koettelevat myös kasvattajia”, Kalaneuvoksen varatoimitusjohtaja **Toni Hukkanen** huomauttaa.

Otollisissa olosuhteissa kirjolohi on kolmannen vuotensa syksyllä noin 2 750 gramman painoinen ja valmis ruoaksi.

Ahvenanmaan kasvattamoilta peratut kirjolohet kulkevat rekan ja autolautan kyydissä Sastamalaan alle vuorokaudessa.

## Salainen savustusresepti

Sastamalassa **Vladimir Lanchenko** heittää letkeällä kädenheilautuksella suolaa suurella pellillä lepäävien fileiden päälle. Työn alla on graavikirjolohi. →

Anabell Eeriksoo (vas.) ja Eva-Roosi Eeron viimeistelevät fileointilinjalla kirjolohia ennen seuraavaa työvaihetta.

Lämminsavukirjolohifilee on Kalaneuvoksen myydyin tuote.

SAVUSTUSAIKA JA -LÄMPÖTILA OVAT LIIKESALAISUUKSIA.

Veljekset Toni ja Wili Hukkanen yrittävät vapaa-ajalla hillitä työasioista puhumista. "Jos ei nyt vaikkapa syntymäpäivillä puhuttaisi töistä", Wili sanoo.

## KALANEUVOS OY

**SUOMEN SUURIN** kala-alan yritys sai alkunsa, kun Veijo ja Ulpu Hukkanen perustivat Kalaliike V. Hukkasen Sastamalaan vuonna 1975. Yritys on yhä perheen omistuksessa.

**KALANEUVOS-KONSERNIIN** kuuluvat myös Martin Kala Oy:n tuotantolaitokset Turussa ja Kaskisissa.

**TYÖNTEKIJÖITÄ** konsernissa on noin 170.

**HUKKASEN PERHE** omistaa myös kalankasvatusyritys Nordic Troutin.

Tehtaan henkilökunta on kansainvälistä. Joukossa on paitsi paikallisia myös virolaisia ja sotaa paenneita ukrainalaisia.

”Kohtaamme kielimuurin täällä päivittäin, mutta asiat ovat aina selvinneet. Meillä on paljon tulkkeja omasta takaa”, Jukka Harjula selittää. Kielitaitoisemmat auttavat muita työntekijöitä.

Kalaneuvoksen päätuotteita ovat graavattu, kylmäsavustettu ja lämminsavustettu lohi ja kirjolohi. Tuotenimikkeitä ja pakkauskokokoja on useita.

”Reseptit ovat yksinkertaisia. Tässähän on kalaa ja suolaa. Graavissa on lisäksi ripaus tilliä ja joissain savustetuissa tuotteissa vähän chiliä, pippuria tai tervan aromia. Maun salaisuus on kuitenkin savustuksen pituudessa ja lämpötilassa. Kaikilla savustamoilla on omat käytäntönsä, eikä niistä hiiskuta”, Harjula hymyilee.

Savustus on liikesalaisuus, mutta muita reseptejä tehtaalla kyllä liikkuu. Henkilökunta nimittäin vaihtaa keskenään omia ohjeitaan.

Harjulan suosikki on pannulla rapeaksi paistettu kylmäsavulohi. Lopputulosta hän kuvailee kalapekoniksi, tavallista pekonia terveellisemmäksi vaihtoehdoksi. Toni Hukkanen puolestaan suosittelee kylmäsavukirjolohta pitsan täytteeksi tai lettujen ja kermaviilin kaveriksi.

### Perinteitä ja lämpimiä tunteita

Muutaman sadan metrin päässä tehtaalta pilkottaa vanhan, valkoisen maatalon pihapiiri punaisine ulkorakennuksineen. Sieltä Kalaneuvoksen tarina on saanut alkunsa.

Talossa asuvat **Veijo** ja **Ulpu Hukkanen**.

”Vanhempani tapasivat Kankaanpäässä vuonna 1969 isän ollessa iltalomalla Niinisalon varuskunnasta. Rakkaus syttyi, ja maatalon poika hyppäsi kala-alalle appensa esimerkkiä seuraten”, pariskunnan poika Toni Hukkanen kertoo.

Ulpun isä **Kauno Paju** savusti kalaa ja pyöritti kalakauppaa Lavialla. Aikaisemmin Pajujen suku oli kalastanut Laatokalla ja Suomenlahdella sukupolvien ajan. Sota ja evakko pakottivat etsimään uudet kalavedet Satakunnasta.

Vuonna 1974 Ulpu ja Veijo päättivät perustaa oman savustamon Sastamalaan Veijon kotitilalle. Vanhaan hevostalliin rakennettiin kaksi uunia. Yritys työllisti aluksi pariskunnan lisäksi Veijon siskon. Ensimmäinen tuote oli savusilakka, jota Hukkaset myivät lähikuntien toreilla.

Vähitellen yritys kasvoi, ja palkkalistoille tuli lisää sukulaisia, naapureita ja tuttavia. Piti rakentaa suurempi savustamo pellolle, nykyisen tehtaan sijoille. Useaan kertaan laajennetulla tehtaalla työskentelee nyt noin sata henkilöä.

Toni Hukkanen aloitti työt perheyrityksessä varhain. Kahdeksanvuotiaana hän pääsi äitinsä avuksi myymälään Vammalan torille.

”Äidillä oli hyvin selvät säännöt. Mukaan pääsi, kun oli riittävän pitkä ja osasi laskea plus- ja miinuslaskut”, Toni naurahtaa.

Hukkasten yhdeksästä lapsesta kuusi on Kalaneu-

Kone viipaloi graavatut fileet ja annostelee viipaleet pakkauksiin.

Kuluttajat suosivat nyt pieniä kalapakkauksia.

## KALALLE RIITTÄÄ KYSYNTÄÄ MYÖS KANSAINVÄLISESTI.

voksen palveluksessa. Tonille uravalinta ei ollut kuitenkaan itsestäänselvyys.

”Olin lukiossa 1990-luvun laman aikaan. Ne vuodet olivat raskaita meidänkin yrityksellemme. Mietin historianopettajaksi ryhtymistä, sillä historia on aina kiinnostanut minua. Sen kautta voi ymmärtää ihmisten käyttäytymistä ja nykypäivää. Näin jälkikäteen ajatellen kaupallinen ala on kuitenkin ollut oikea. Pidän siitä, että työssä riittää vaihtelua.”

Vanhemmat ovat tehneet tilaa lapsilleen, mutta edelleen Ulpu avaa torimyymälän Vammalassa joka lauantai ja Veijo johtaa puhetta yhtiön hallituksessa. Ja joka arkipäivä tehtaalla työskentelevät Hukkaset kokoontuvat Ulpun laittamalle lounaalle.

”Perheyrittäjyys merkitsee minulle ennen muuta jatkumoa vanhempieni ja äidin suvun työlle. Vastuun tuntee eri tavalla, kun tietää, että tämän ovat omat vanhemmat rakentaneet”, Toni kuvailee.

Harjulankin mukaan perheyrityksessä työskentely on erilaista kuin suuressa firmassa.

”Täällä katsotaan aina pitkälle, suunnitelmat ulottuvat vuosikymmenten päähän”, hän sanoo.

Esimerkkinä kvartaalit ylittävästä ajattelusta Toni Hukkanen mainitsee yt-neuvottelut. Niitä on Kala-neuvoksella käyty 25 viime vuoden aikana vain yhdet, nekin koronan aikaan.

### Terveellistä ruokaa tehokkaasti

Kone viipaloi graavilohta ja annostelee viipaleet pakkauksiin. Pieniä vakuumipaketteja lähtee Sastamalasta maailmalle nyt enemmän kuin vuosi sitten. Kalan hinnan nousu on saanut kuluttajat valitsemaan kaupasta pieniä pakkauksia.

”Hinta on kohonnut, mutta silti kalalle riittää kysyntää globaalisti. Koronan jälkeen ihmiset ovat lähteneet ravintoloihin syömään”, Toni Hukkanen selittää.

Kovan kysynnän lisäksi hintoja nostaa Ukrainan sota. Kriisi näkyy muun muassa entistä suurempana sähkölaskuna, kohonneina kuljetuskustannuksina ja kalliimpana kalan rehuna.

Vaikka juuri nyt alalla riittää haasteita, varatoimitusjohtaja Hukkanen uskoo alan tulevaisuuteen.

”Kalan kasvattaminen on ekologinen ja tehokas tapa tuottaa terveellistä ravintoa ja proteiinia. Kun maapallon väestö kasvaa, pitää ruoantuotantoa lisätä. Merissä on paljon käyttämättömiä mahdollisuuksia”, hän tähdentää.

Esimerkkinä Hukkanen mainitsee merilevän viljelyn. Nordic Troutkin kokeilee parhaillaan levän kasvatusta kalakassien ympärillä.

Merten tarjoama ruoka on tulevaisuutta. ■

# NAPOSTELE & NAUTISKELE

## YKSIN TAI YHDESSÄ

# SUKLAATA SUUN TÄYDELTÄ

**S-ryhmän asiakkaat kantoivat kotiin vuoden aikana peräti 12 miljoonaa kiloa suklaata.**

teksti **TUULA WARIS** kuvitus **HANNA RUUSULAMPI**

**PÄHKINÄÄ JA TOFFEETA**
Maustettujen suklaiden makusuosikkeja suomalaisilla ovat pähkinäiset ja toffeiset vaihtoehdot.

**MAKOISA MAITOSUKLAA**
Suomalaisten suosituin suklaalaatu on maitosuklaa.

**LEVY KERRALLAAN**
Suklaata sujautetaan ostoskoriin kerralla keskimäärin

**205 g**

eli peruslevyllisen verran.

**PATUKKAHIMO ON KASVANUT**
Suklaapatukoiden myynti on kasvanut viimeisen kolmen vuoden aikana. Niitä syödään nyt 10 prosenttia enemmän kuin kolme vuotta sitten.

**TUMMAA VAI VAALEAA?**
Tumma suklaa myy keskimääräistä paremmin Uudellamaalla. Etelä-, Keski- ja Pohjois-Pohjanmaalla valkosuklaa on keskimäärin suositumpaa kuin muualla maassa.

**MAISTUISIKO KONVEHTI?**
Vuoden aikana S-ryhmä myi yli

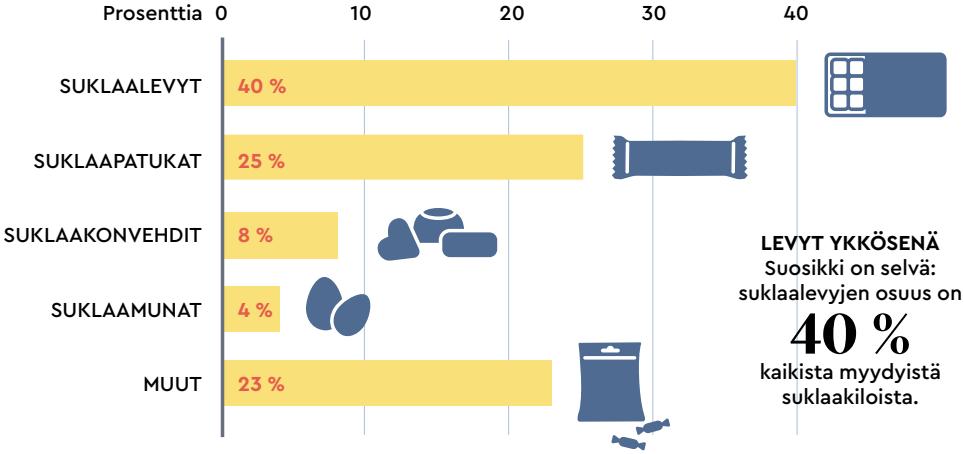
**2,5 miljoonaa**

konvehtirasiaa. Suosituimmat päivät ostaa suklaata ajoittuvat juuri joulun alle.

**JOULUKUUN TUOTE**
Viime joulukuussa S-ryhmän asiakkaat ostivat

**1,9 miljoonaa**

kiloa suklaata.




**LEVYT YKKÖSENÄ**
Suosikki on selvä: suklaalevyjen osuus on

**40 %**

kaikista myydyistä suklaakiloista.

Ostodata: S-ryhmän myynnit

# ”Lounaan tekee se, joka ehtii”

Italian Piemontessa viinitilaa pyörittävä kokki ***Jyrki Sukula*** aloittaa aamunsa ulkosuihkussa ihastelemalla vuorimaisemia.

teksti **ANNELI JUUTILAINEN** kuvat **LUCA PRIVITERA**

## 8.00
### Aamu alkaa ulkosuihkulla

Herätyskelloni soi joka aamu samaan aikaan. Tyttäreni **Alma**, 15, käy koulua Torinossa, ja **Helmi**, 13, Albassa. Vien Alman koulubussille ja Helmin kouluun.

Olen asunut perheeni kanssa Italian Piemontessa ympäri vuoden jo 11 vuoden ajan. Nykyisen kotitalomme ja viinitilamme ostimme tosin jo 17 vuotta sitten.

Kun palaan kotiin, käyn ulkosuihkussa vuodenajasta riippumatta. Asumme Alppien juurella, ja maisema suihkultamme on kuin taulu: voin katsella Monvison lumihuippuista vuorta.

Suihkun jälkeen juon ensin yhden cappuccinon ja sen perään espresson. Vasta hieman myöhemmin saatan syödä paahtoleivän, mutta usein sekin jää, jos työpalaverit puskevat päälle.

## 9.00
### Aikaa luovalle työlle

Aamupäivisin teen luovaa työtä. Uusien asioiden suunnittelu vaatii hyvää energiaa, ja sitä minulla on eniten aamuisin. Toisinaan aamut ovat täynnä videokokouksia Suomeen tai palavereja yhteistyökumppaneideni kanssa. Joskus valmistan samaan aikaan lounasta tilallamme vierailleville ryhmille.

Olen tehnyt etätyötä Italiasta vuodesta 2012 asti. Käyn Suomessa viiden viikon välein, muu perhe noin kerran vuodessa.

## 12.30
### Rauhallinen lounashetki kotona

Syön lounaan aina samaan aikaan. Keskityn ruokailuun, enkä koskaan sovi kokouksia lounasaikaan. Syömme useimmiten yhdessä vaimoni **Riikan** kanssa. Lounaan valmistaa se, joka ehtii. Asumme keskellä maaseutua, eikä kauppoja ole lähietäisyydellä. Siksi aterioiden suunnittelu vaatii hieman vaivaa etukäteen.

Lounaamme on yleensä simppeli ja kevyt, esimerkiksi salaatti tai vihanneksia ja leikkeleitä. Syön pienen annoksen, jotta pysyn energisenä loppupäivän.

## 14.00
### Sähköpostin kahlausta

Iltapäivisin luen sähköpostini ja vastailen niihin. En ole määritellyt itselleni työaikoja, mutta työpäivät venyvät usein alkuiltaan. Tyttäremme saavat kyydin koulusta kotiin, joten saan rauhassa syventyä hommiini.

→

Jyrki Sukula syö lounaan joka päivä samaan aikaan. Sen valmistaa joko Jyrki tai Riikka-vaimo.

## *JYRKI SUKULA, 57*

**KOKKI,** jäätelötehtailija, kalankasvattaja ja ravintoloitsija.

**ASUU** Italian Piemontessa vaimonsa Riikan sekä pariskunnan tyttärien, Alman, 15, ja Helmin, 13, kanssa. Jyrki ja Riikka pyörittävät 200 vuotta vanhan kotinsa yhteydessä viinitilaa. Perheeseen kuuluu myös sekarotuinen rescue-koira Vilma sekä kissa nimeltä Luigi.

**AJANKOHTAISTA:** Toimii *Suomalainen menestysresepti* -kilpailun päätuomarina neljättä kertaa. Ohjelman uusi tuotantokausi alkaa MTV3-kanavalla 30.11.

Sukulat ostivat viinitilan 17 vuotta sitten.

**PIENI TEKO**

Valitse vihannekset sesongin mukaan, niin saat ne parhaimmillaan ja edullisimmillaan.

## KAUPAN KAUTTA

**En ikinä osta** limonadia. Meillä kukaan ei juo makeita juomia. Juon mieluummin viiniä ja olutta.

**Paras löytöni on** kikhernejauho. Paistan siitä kikhernepannukakkua eli farinataa. Se on mahtava ruoka, jossa on paljon proteiinia.

**Suomesta tuon mukanani** Italiaan näkkileipää ja ruisleipää sekä kardemummaa. Tyttäreni pyytävät myös aina erään helsinkiläisravintolan omaa chilikastiketta.

**Torilla en voi ohittaa** luomusitruunaa. Meillä on kaksi sitruunapuuta, mutta niiden sato ei riitä millään koko vuoden tarpeisiin.

### 16.00
### Ruokaa torilta ja puutarhasta

Pyrimme ostamaan kaikki ruokamme sesongin mukaan torilta paikallisilta viljelijöiltä. Kun asioin luottoihmisteni kanssa, tiedän saavani aina ensiluokkaisia raaka-aineita. Yksi myyjä on erikoistunut artisokkiin, toiselta kannattaa ostaa marjat.

Viinitarhan lisäksi meillä on pieni luomupuutarha, jossa kasvaa yrttejä, salaatteja, tomaattia, paprikaa ja varsiselleriä sekä hedelmiä, kuten viikunaa ja persikkaa.

Satsaan laatuun. Ostan ennemmin vähän ja kallista kuin paljon halvalla. Viimeksi ostin 24 suomalaisen lasimuotoilija **Saara Hopean** suunnittelemaa jälkiruokakulhoa. Ne maksoivat 45 euroa kappale, mutta ovat aivan nappiostos ja sopivat täydellisesti kotiimme.

### 18.00
### Töitä maatilalla

Kuskailen tyttäriäni koripallo- ja cheerleading-harjoituksiin joka päivä kuuden aikoihin ja haen kotiin kahdeksan maissa. Treenien välissä laitan maatilaamme kuntoon ja putsailen paikkoja. Yritän myös käydä liikkumassa. Joskus sunnuntaisin kävelemme vaimoni kanssa jopa 15–20 kilometrin lenkkejä. Viime aikoina olen pohtinut, että voisin panostaa vähän enemmän omaan hyvinvointiini ja kehoni huoltoon.

”EN SYÖ ILTAPALAA MYÖHÄISEN PÄIVÄLLISEN JÄLKEEN.”

### 20.45
### Koko perheen illallinen

Syömme koko perhe yhdessä illallista, kun lapset ovat tulleet harrastuksistaan kotiin. Mimmit syövät koulussa hiilihydraattipitoista ruokaa, kuten pastaa, joten valmistamme kotona proteiini- ja kuitupitoisemman aterian. Grillattu kala ja vihannekset ovat kaikkien suosikkeja.

Illallisen jälkeen lapset tai vaimoni tiskaavat, minä kastelen puutarhan ja ulkoilutan samalla koiramme Vilman. Viljelyksemme ovat rinteessä, ja heitän tunnin ajan tennispalloa koiralle.

### 22.30
### Iltauutisten aika

En syö iltapalaa myöhäisen päivällisen jälkeen. Menen nukkumaan katsottuani iltauutiset ja Urheiluruudun. Nukahdan nopeasti ja nukun sikeästi aamuun asti.

Joskus meiltä kysytään, elämmekö unelmaamme. Alkuun se oli sitä, mutta nyt tämä on jo meidän arkeamme. Olen onnellinen siitä, että vuosia sitten toteutimme haaveemme omasta viinitilasta. ■

Becel

# SYDÄMELLE JOTA RAKASTAT

– hyvinvointia laadukkaista kasviöljyistä

PAREMPI VALINTA · BÄTTRE VAL ·

TEE PÄIVITTÄINEN HYVÄ VALINTA SYDÄMESI HYVÄKSI.
100% KASVIPOHJAINEN. SISÄLTÄÄ LUONTAISESTI
OMEGA 3- JA 6 –RASVAHAPPOJA.

Runsaasti tyydyttymättömiä rasvoja. Tyydyttyneiden rasvojen korvaaminen tyydyttymättömillä rasvoilla edistää kolesterolitasojen pysymistä normaalina. Nauti osana terveellistä elämäntapaa.

3
5
8
9
4
1
2

# JOULUPÖYTÄ ON KATETTU

Pieneenkin tilaan saa rakennettua runsaan noutopöydän ja kauniin joulutunnelman.

teksti **TUIJA HEIKKILÄ** tyyli **HENNA SIPONEN** kuva **PÄIVI RISTELL**

**POHJUSTA VAALEALLA**

Kata pellavapyyhkeet lautasliinoiksi! House-sarjan **Viena-keittiöpyyhkeet** (1) ja **Viena-pöytäliina** (2) kudotaan pellavan ja puuvillan sekoitteesta. Kokin tyyliä voi täydentää saman sarjan esiliinalla ja patakintailla. Vaalean kattauksen viimeistelevät valkeat kynttilät. Iittalan **Nappula-kynttilänjalka** (3) valmistetaan valkoiseksi maalatusta teräksestä.

**YLLÄTÄ YHDISTELLEN**

Arabian valkoinen **Teema-lautanen** (4) saa joulupöydässä seurakseen talvimaisemasta tutut sävyt. Juhlava kattaus rakentuu House-sarjan erikokoisista ja -värisistä **Stella-lautasista** (5) sekä **Finlaysonin Mittava-lautasista** (6). Ilmavuutta kattaukseen tuovat Housen kohokuvioidut **Lara-lasilautaset** (7).

**LISÄÄ SÄIHKETTÄ**

Cristal d'Arquesin juhlavasta **Longchamp-lasisarjasta** löytyy kattaukseen **viini- ja juomalasien** (8) lisäksi myös esimerkiksi kuohuviini- ja aromilasit. Housen **Adele-lasipurkista** (9) voi ottaa kannen pois, jolloin se toimii kynttilälyhtynä. Huolehdithan, ettei purkki kuumene liikaa. Lautasten vierelle katetaan Housen hopeanhohtoiset **Silvo-aterimet** (10).

Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin. Katso tuotteiden lisätiedot ja hinnat: prisma.fi

**1** Toimiva juhlakattaus onnistuu pienessäkin kodissa, kun otat käyttöön keittiön erilaiset tasot ja ripauksen ennakkoluulotonta luovuutta. Osan houkuttelevasta noutopöydästä voit kattaa vaikka leveälle ikkunalaudalle. Laatikostoon upotettu leikkuulautakin toimii kätevänä varatasona.

**2** Luo näyttävyyttä ja tilan tuntua kattamalla peilin päälle. Säästä tilaa asettelemalla tarjoiluastiat eri tasoihin ja hieman limittäin toistensa kanssa. Laita astioiden alle esimerkiksi erikorkuisia kulhoja, puhtaita kukkaruukkuja tai ruokapakkauksia, jotka päällystät foliolla tai kankaalla. Sillit ja mädin lisukkeineen voit tarjota myös jalallisista laseista. Varmista, että korokkeet ovat tukevia ja niillä olevia ruokia on helppo ottaa.

**3** Fiksu tapa säästää tilaa on tarjota kerrallaan vain sen verran ruokia kuin aterialla syödään. Voit myös tarjota aattona vain osan jouluherkuista ja kattaa joulupäivänä pöytään eri ruokia.

**4** Onko astioita liian vähän? Yhdistä rohkeasti erilaisia malleja, kokoja ja värejä. Ellei ruokapöytään ole sopivaa liinaa, käytä puhdasta lakanaa. Jouluisen kaitaliinan tai tabletit voit leikata kuviollisesta lahjapaperista tai vahvasta yksivärisestä paperista.

**5** Koristele ruoka- ja noutopöytä laittamalla astioiden väliin pieniä kuusenhavuja. Kääri pala foliota havun tyveen, jotta pihka ei sotke liinaa tai pöytää. Joulun jälkeen voit hävittää koristeet laittamalla havut kompostiin.

**PIENI TEKO**

Vietätkö joulua yksin? Onko naapurisikin yksin? Kutsu hänet aterialle. Se voi olla hänelle iso lahja.

IHANA JOULU-
LAHJAIDEA!

SISÄLTÄÄ
MYÖS KUUDEN
VIIKON VALMIIN
RUOKALISTAN!

# *Keittokirjojen* **uusi klassikko** *on ilmestynyt*

Keräsimme suomalaisten suosikkireseptit yksien kansien väliin!
Yhteishyvän parhaat kotiruoat -kirja sisältää yli 100 ohjetta helppoihin arkiruokiin ja viikonloppuherkkuihin. Kirjan avulla jokainen voi laittaa ravitsevaa, edullista ja maukasta ruokaa kotimaisia raaka-aineita käyttäen.

**Voit ostaa Yhteishyvän parhaat kotiruoat -kirjan Prismoista, suurimmista S-marketeista sekä osoitteesta prisma.fi.**

yhteishyvä.fi

# KUOHUVAA JOULUA

Kuohuviinilasiin kaadetaan yhä useammin alkoholitonta juhlajuomaa. Se maistuu myös jouluna, tietää keskustan Food Market Herkun osastopäällikkö Jenni Kankkonen.

teksti **SIRKKU SAARIAHO** kuva **PANU PÄLVIÄ**

Näyttävä alkoholiton glögikuohuviini tarjoillaan kylmänä.

**Alkoholittomien juomien suosio on kasvanut. Näkyykö se kaupassa?**
"Alkoholittomat juomat ovat kiinnostaneet Helsingin keskustan Herkun asiakkaita jo pitkään. Muutoksen huomaa siitä, kuinka tutut alkoholia sisältävät juomat ovat saaneet rinnalleen alkoholittomia vaihtoehtoja. Nuorille alkoholittomuus on ihan normaalia. Minusta se on erittäin hyvä asia."

**Mitkä ovat suosituimpia alkoholittomia juomia?**
"Lehtikuohu on kysytyin alkoholiton juhlajuoma. Samoin kuusenkerkkäkuohu on suosittua. Myynnissä on myös vegaanista, luomulaatuista tyrnikuohua sekä erilaisia alkoholittomia puna- ja valkoviinejä. Alkoholittomia oluita valmistaa lähes jokainen panimo."

**Mitä vegaanisuus tarkoittaa alkoholittomissa juomissa?**
"Viinin kirkastukseen käytetään eloperäisiä aineita, kuten liivatetta tai maitoproteiinia. Useita kuohujuomia saa vegaanisina, mutta vegaanisia, alkoholittomia viinejä on valikoimassa vähemmän."

**Mitkä alkoholittomat juomat ovat suosikkejasi?**
"Pidän oluen raikkaasta mausta, joten on ilahduttavaa, miten alkoholittomien oluiden määrä on kasvanut. Kun odotin poikaani vuonna 2007, myynnissä oli yksi alkoholiton olut."

**Mitä alkoholittomia juomia katat joulupöytään?**
"Alkoholittomat oluet sopivat hyvin joulupöytään. Vaaleaa lageria kalalle, tummempaa kinkulle. Joulupöydän juomavaihtoehdoksi sopivat myös kirpeät aikuisten limonadit, kuten raparperista ja karviaismarjoista tehdyt vegaaniset luomulimonadit. Illan mittaan voivat maistua myös mocktailit eli alkoholittomat drinkit. Eikä pidä unohtaa ruotsalaisten suosikkia, makeaa ja maltaista julmustia. Heidän mielestään se sopii kaiken jouluruoan kanssa." ■

## *JENNIN LAHJAVINKKI*

**Vie joulukuussa lahjaksi alkoholittomia juhlajuomia. Kokoa pieni paketti, jossa on kylmänä tarjottavaa alkoholitonta glögiä tai muutama pullollinen porvoolaisen Pienen limonaditehtaan glögilimonadia. Lisää juomien kaveriksi piparkakkuja tai suklaata – tai miksei vaikka molempia.**

PRISMA

# Tervetuloa galaksin kätevimpään lelukauppaan.

LEGO® City Police
**60316 Poliisiasema**
**48,90**

## Paketit pukinkonttiin koko perheelle.

Katso lisää Prisma.fi

LEGO® City Police
**60314 Poliisin takaa-ajama jäätelöauto**
**26,90**

LEGO® DUPLO My First
**10966 Hauskoihin kylpyhetkiin: kelluva eläinsaari**
**36,90**

LEGO® DUPLO Town
**10975 Maailman villieläimet**
**129,00**

LEGO® Harry Potter
**76408 Kalmanhaukio 12**
**149,00**

LEGO® Friends
**41700 Luksusteltta rannalla**
**38,90**

LEGO® Friends
**41699 Lemmikkihoitolan kahvila**
**25,90**

LEGO® Ninjago
**71763 Evoluutio: Lloydin kilpa-auto**
**23,90**

LEGO® Icons
**10298 Vespa 125**
**89,90**

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

Among Us
**The Impostor -pehmolelu 25 cm**
**23,90**

L.O.L. Surprise
**O.M.G. Core -muotinukke**
Erilaisia.
**54,90**

Sylvanian Families
**Aloitus-talopakkaus**
**37,90**

Cool Maker
**Kynsikimallepakkaus**
**27,90**

Hot Wheels
**Energy Track Set GND92 -autoratasetti**
**29,90**

Barbie
**Kesämatkanukke**
**26,90**

Ywow
**Puupalapeli Eläin**
Erilaisia.
**13,90**

**Go Doggy Go – Vauhtia tassuihin! -lautapeli**
**17,90**

**Pakohuonepeli Escape Room**
**31,90**

Tactic
**Alias Original -sanaselityspeli**
**19,90**

Ciraf
**Pehmolaiskiainen 90 cm**
**39,90**

Presidentin sviitistä näkyy merelle ja Oulun edustan saarille.

# Oulun uudistettu maamerkki

Torin laidalla kohoaa hotelli, jossa tarjoilijat olivat aikoinaan niin upeasti pukeutuneita, että vieraidenkin piti panna parasta ylle.

teksti **SAMI SYKKÖ** kuvat **JAANIS KERKIS**

Huoneiden sisustuksessa on muhkeutta ja mausteisia värejä.

Presidentin sviitin sauna on vaalea ja moderni. Saunoessa voi ihailla merellisiä maisemia.

Vuoden 2019 elokuussa hotellinjohtaja **Tarja Karvolan** puhelin soi. Radisson-hotellin parkkipaikalta on löytynyt vanha hylky, joka näyttää laivalta, soittaja sanoi.

”Ajattelin, että soittaja pilaili”, Karvola kertoo nauraen.

Mutta totta se oli. Hotellissa olivat käynnissä uudistustyöt, jotka ulottuivat pysäköintialueelle saakka. Hylky löytyi, kun alueella kaivettiin maata putkia varten.

Hotellin jättimäisessä uudistuksessa tuli vastaan muitakin yllätyksiä, mutta vuoden 1684 hylky oli omaa luokkaansa. Se oli parkkipaikan alla siksi, että vielä 1600-luvulla siinä kohtaa sijaitsi Oulun ensimmäinen satama.

*”Toimin ruhtinas Albertin telkkarinkorjaajana.”*

**SIINÄ SE** nyt seisoo leveänä ja ryhdikkäänä, nimittäin hotelli Radisson. Oulun torin laidalla, osana betoniarkkitehtuurin pyhää kolmiyhteyttä, jonka muodostavat hotellin lisäksi kirjasto ja teatteritalo. Vanha, viehättävä kauppahalli ja aittarakennukset tuovat tänne merenrantaan historian havinaa. Lisäksi toria reunustavat kauniit pitsikoristeiset puutalot ja huvilat.

Hotellin aulatilat ovat avarat ja leveät. Niiden yhteydessä on viihtyisä ravintola Bistro Mesu, jossa näyttää käyvän asiakkaita aamusta puoleen yöhön.

Aulatiloista pääsee myös valtavaan ravintola Toivoon, jossa laitetaan juuri paikkoja valmiiksi tapahtumaan, jonka teemana on 1960-luku. Hotellirakennus tosin syntyi vasta seuraavalla vuosikymmenellä. Siitä tuli Oulun uusi maamerkki, kun se kohosi torin viereen vuonna 1974. Talo rakennettiin isolla rahalla.

”Sen tavoite oli olla pohjoisen pallonpuoliskon upein hotelli”, Karvola kertoo.

Alun perin Radissonin nimi oli Vaakuna. Se oli laadukkaasti sisustettu hotelli: oli marmoria, messinkiä, kristallilaseja ja pöytähopeita. Kabineteissa oli aitoja rokokoo-kalusteita, huoneissa **Alvar Aallon** valaisimia ja huonekaluja.

”Hotelliin otettiin alkuaikoina töihin vain edustavimmat tarjoilijat, eikä hotellin ravintoloihin päässyt kuin pikkutakissa ja kravatissa”, Karvola paljastaa.

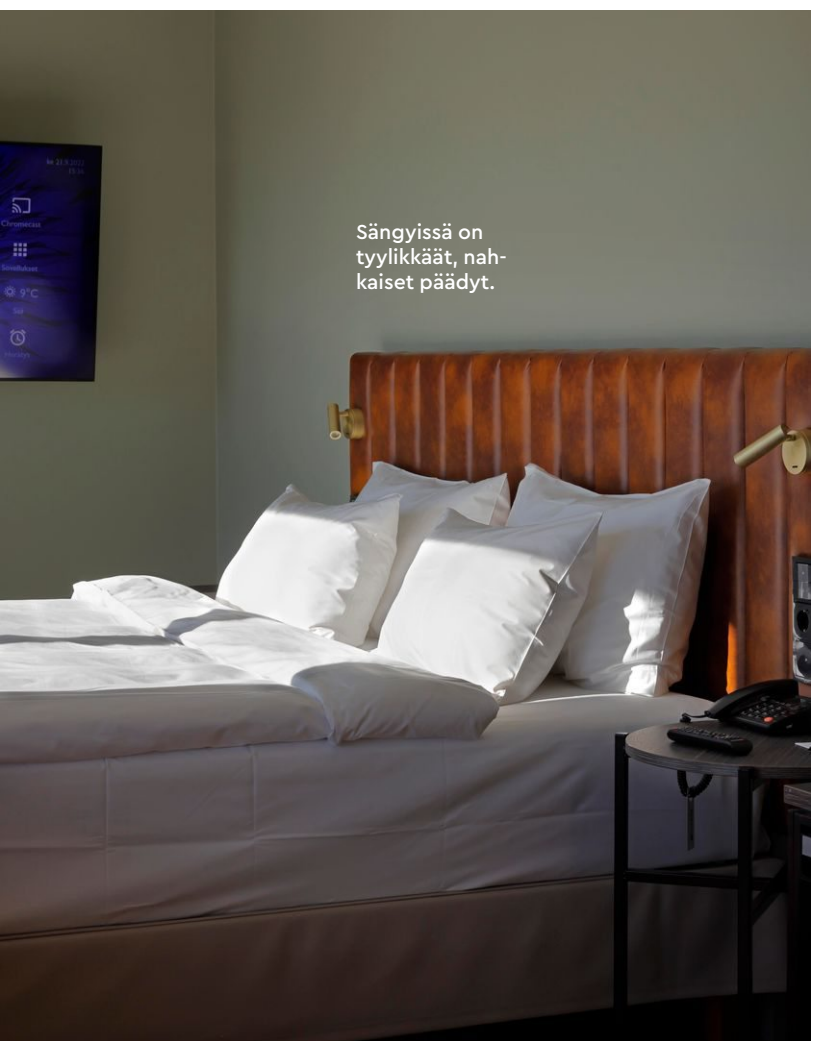
1970-luvulla tarjoilijat puettiin mustiin trumpettihousuihin ja selästä avoimiin paitoihin. Yksi tuon ajan tarjoilijoista on muistellut, että työasu oli niin kaunis, että se nosti myös asiakkaiden pukeutumispaineita.

Vaakunassa käytiin aistimassa kansainvälistä glamouria, Karvola kertoo.

”Tänne tultiin näyttäytymään, ja ihmiset tulivat Ouluun varta vasten Vaakunan takia.” →

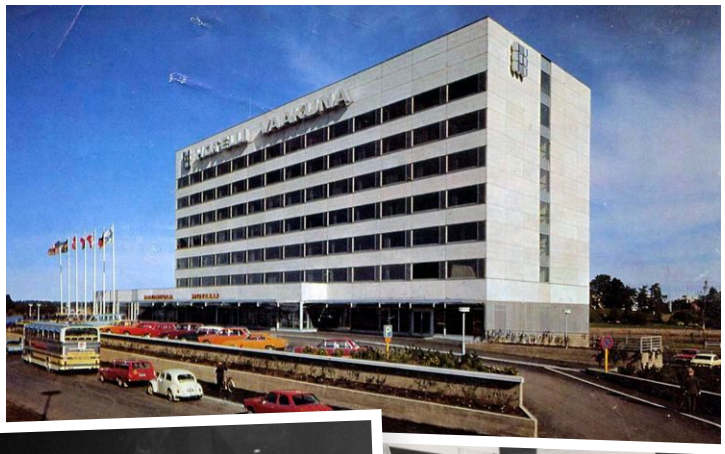
Mokka-kabinetti toimii kokous- ja juhlatilana.

Vanhat huvilat reunustavat hotellin edustalla olevaa toria.



Sängyissä on tyylikkäät, nahkaiset päädyt.

Bistro Mesu on suosittu ravintola aamusta iltaan.



Radisson Oulu edustaa 1970-luvun virtaviivaista arkkitehtuuria.

Työntekijät ovat valmiina tarjoamaan kuohujuomaa 70-luvun puolivälissä.

Tältä näytti standardhuone 70-luvun lopulla.

## *RADISSON OULUN VUODET*

**1974** Hotelli Vaakuna avattiin. Laajennusosa avattiin saman vuosikymmenen lopussa. Hotellin omistivat aluksi Osuuskauppa Arina ja SOK.

**1999** Hotelli Vaakuna muuttui Radisson SAS -hotelliksi.

**2006** Otettiin käyttöön Radisson Blu -nimi, kun lentoyhtiö SAS vetäytyi franchising-brändistä vuonna.

**2019** Hotelli suljettiin uudistustöitä varten ja avattiin uudelleen syksyllä 2020.

**HOTELLI** Vaakuna työllisti 1970- ja 1980-luvuilla parhaimmillaan noin 80 työntekijää. Nykyisin talossa työskentelee noin 65 henkilöä.

**HOTELLIN ARKKITEHTI** on **Pauli Lehtinen**, joka suunnitteli myös ikonisen hotelli Hesperian Helsinkiin. Lehtinen piirsi lisäksi paljon tavarataloja, kuten Sokokset Tampereelle, Joensuuhun ja Kuopioon.

Vaakunan betoninen ulkoasu ei saanut pelkkää kiitosta, ja vuosikymmenten aikana on esitetty korjaavia ehdotuksia. Yksi villeimmistä oli erään arkkitehdin ajatus koristaa ulkoseinät pylväillä kuin roomalaisessa temppelissä.

Vaakunasta tuli kaikesta huolimatta Pohjois-Suomen suosituin hotelli.

”Lähes jokainen Oulussa käynyt arvovieras on vieraillut hotellissa”, hotellinjohtaja Karvola kertoo.

Yksi vieraista oli Monacon ruhtinas **Albert**.

”Hän tuli meille kylään sunnuntaina ja yöpyi presidentin sviitissä. Toimin ruhtinaan huonepalvelijana ja telkkarinkorjaajana. Kun tarjoilin hänelle samppanjaa huoneeseen, ruhtinas oli pyjamassa. Hän oli todella ystävällinen, tavallinen ja sydämellisen oloinen ihminen.”

Hotellissa on vieraillut myös esimerkiksi Norjan kuningaspari.

”Heille oli varattu presidentin sviitti, jossa kuningaspari kävi lepäämässä useamman kerran päivän aikana. Kaikki meni protokollan mukaan, joten hotellinjohtajana olin kuninkaallisia vastassa hotellin ovella ja saatoin heidät vierailun lopuksi huoneesta autoon.”

Mutta sitten Karvolalle tulikin kiire.

”Olin kutsuvieraana samassa tilaisuudessa, jonne kuningasparia vietiin autolla. Jouduin juoksemaan auton edellä korkokengissä, jotta ehdin paikalle ennen kuninkaallisten vieraiden saapumista. Onneksi matkaa oli alle puoli kilometriä.”

**HOTELLI SULJETTIIN** kesällä 2019 remonttia varten. 20 miljoonaa euroa maksanut remontti valmistui syyskuussa vuonna 2020.

”Talo käytiin läpi kellarista ylimmän kerroksen varastoon. Ylimmässä kerroksessa ovat nyt hotellin upeimmat huoneet entisten maalipurkkien, laudanpätkien sekä astia- ja paperivarastojen tilalla.”

Ylimmän kerroksen torin puoleinen betoninen ulkoseinä purettiin pois, ja tilalle rakennettiin lasiseinä. Uudessa näköalakerroksessa on kaksi maailmanluokan sviittiä ja kahdeksan komeaa executive-luokan huonetta.

Minäkin yövyn nyt ylimmässä kerroksessa. En ole koskaan nähnyt Oulua tästä perspektiivistä. Suurista ikkunoista näen yli torin ja paperitehtaiden piippujen. Taivas on korkealla, ja syksy on värjännyt rannan ja läheisten saarten puut ruskan väreillä.

Huone on valoisa, tyylikäs ja ilmava ja sauna vaaleine puulauteineen ja epäsuorine valaistuksineen kuin karkki.

Muiden kerroksien huoneiden seinillä on modernia kukkatapettia ja lattioilla näyttäviä kukkamattoja. Ne ovat hotelliin sopivaa 1970-luvun henkeä, mutta valittu raikkaalla maulla.

Myös hotellin kellarikerroksessa on tapahtunut suuri uudistus. Yökerho ja uima-allasalue muutettiin remontissa kuntoilukeskukseksi. Ennen täällä oli 600-paikkainen yökerho, jossa esiintyivät Suomen

Viihtyisässä loungessa tarjoillaan esimerkiksi erikoiskahveja ja pieniä leivoksia.

### *RADISSON OULU*

- Hotellissa on 235 huonetta ja 700 neliömetriä kokoustiloja.
- Tapahtumatiloja on 15, ja niihin mahtuu 1500 vierasta.
- Ravintoloita on kaksi, ja niihin mahtuu 900 ihmistä.
- Hotellin sisustus on suunniteltu göteborgilaisessa Studio Kin -toimistossa, joka on Radisson-ketjun hovisuunnittelija.
- Hotellin omistaa S-ryhmään kuuluva Sokotel.

*Aamiaisella on munakaskokki ja kahvi tarjoillaan pöytiin.*

eturivin tähdet. Nyt sama valtavan suuri tila on yksi maamme hulppeimmista hotellin yhteydessä olevista kuntoilukeskuksista. Siellä on jopa virtuaalisali, jossa virtuaalinen kunto-ohjaaja neuvoo vaikkapa joogaamaan.

Lisäksi kellarista löytyvät hotellin luovat kokoontumistilat. Yhdessä niistä voi istua vaikka puutarhakeinussa visioimassa.

Uudistus on todella onnistunut, mutta mitkä ovat hotellinjohtajan mielestä Radissonin parhaat puolet?

”Ihana henkilökunta ja ihanat vieraat. Ja kansainvälinen tunnelma. Eri kielien yhtäaikainen sorina”, Karvola luettelee.

**HOTELLINJOHTAJA KARVOLA** sanoo, että uudistuksessa henkilökunta sai vihdoin arvoisensa puitteet. Henkilökunnan työn korkeasta laadusta on tutkittua tietoa.

”Kun asiakkaat arvioivat Pohjoismaissa ja Baltiassa kaikkia Radisson-hotelleja, olimme koko alueen ykkösiä asiakastyytyväisyydessä.”

Vieraat pitävät erityisesti palvelusta ja aamiaisesta, Karvola kertoo. Oulun Radissonin aamiaisella on munakaskokki ja kahvi tarjoillaan pöytiin.

Aamiaisella tuodaan pöytiin myös haudutettu tee, ja se on todella hyvää! Niin kuin on munakokkelikin, jonka kokki paistaa juuri toiveideni mukaan.

Mutta herkullinen on myös Bistro Mesun illallinen. Kävin tuloiltana viereisessä teatterissa, ja nautin Mesussa sen jälkeen hauesta tehtyä wallenbergia. Annoksessa oli herkullisen kalapihvin lisäksi maistuvaa rapukastiketta ja erinomaista muusia.

**MONI TYÖNTEKIJÄ** on viihtynyt hotellissa pitkään, eikä johtaja tee poikkeusta. Tarja Karvola tuli hotelliin hovimestariharjoittelijaksi vuonna 1989.

”Olen käynyt välillä muualla töissä, veri on vetänyt aina takaisin Oulun upeimpaan hotelliin, jossa järjestetään hienoja tilaisuuksia.”

Entä miten sille kaivauksissa löytyneelle laivalle muuten kävi? Sokotel osallistui kaivausten kustannuksiin, ja ajatuksena on, että osa hylystä saataisiin hotelliin nähtäville. Hylky on vielä Museoviraston konservoitavana. Minne päin hotellia sen osa tulevaisuudessa laitetaan?

”Aulassa on tilaa. Me löydämme sille kyllä paikan”, Tarja Karvola sanoo ja nauraa. ■

*Jutun on kirjoittanut toimittaja, ekonomi ja tyylin suurlähettiläs Sami Sykkö.*

# JORDAN CLEAN SMILE

Jordan*

Powered by wilfa

## JORDAN CLEAN SMILE PLUS
TBX-300P

- MARKKINOIDEN PARAS AKUNKESTO: **45 PÄIVÄÄ TÄYSIN KIERROKSIN!**
- KAKSI NOPEUTTA
- PAINETUNNISTIN & AJASTIN
- USB- JA PIKALATAUS
- JOHDOTON ALUSTA

**100 PÄIVÄN TYYTYVÄISYYSTAKUU**

## ORAL-B YHTEENSOPIVA!

KAIKKI JORDAN SMILE VAIHTOPÄÄT SOFTCLEAN™ -TEKNOLOGIALLA KÄYVÄT MYÖS USEISIIN ORAL-B SÄHKÖHAMMASHARJOIHIN.* VOIT MYÖS KÄYTTÄÄ USEITA ORAL-B HARJASPÄITÄ JORDAN CLEAN SMILE SÄHKÖHAMMASHARJOISSA!

* KATSO TARKEMMAT TIEDOT WILFA.FI

**12,95€**
JORDAN SENSITIVE
KAHDEN VAIHTOHARJAN PAKKAUS
TBR-2S

**16,95€**
JORDAN CLEAN
NELJÄN VAIHTOHARJAN PAKKAUS
TBR-4C

# MIELLYTTÄVÄ SISÄILMA LÄPI TALVEN

BEYOND EXPECTATIONS SINCE 1948 5 VUODEN TAKUU

wilfa

**Lotus**
(HU4-4W)
**44,95€**

Pienikokoinen tilaa säästävä ilmankostutin, joka soveltuu jopa 30 m2 huoneisiin.
Hiljainen, helppo käyttää ja ylläpitää.

Molemmissa malleissa on hajustelokero, ja lisäämällä siinä olevaan hajustetyynyyn pari tippaa eteeristä öljyä voit täyttää tilan lempituoksullasi.

**Nature**
(HU-400WW)
**69,95€**

Tyylikkäässä Nature-ilmankostuttimessa on kolme eri kosteustasoa, ja se soveltuu jopa 40 m2 huoneisiin.
Tuottaa hienoa höyryä, joka leviää helposti huoneilmaan.
Käyttöä helpottaa päältä täytettävissä oleva vesisäiliö.

PRISMA

Suvi Vasama nauttii, kun saa antaa asiakkaille ihonhoitoneuvoja ja rohkaista kosmetiikan käytössä.

# OPPAASI MEIKKIEN MAAILMASSA

Kosmetologi Suvi Vasama rakastaa ison tavaratalon säpinää ja kohtaamisia asiakkaiden kanssa.

teksti **KAISA HAKO** kuva **PIIA ARNOULD**

### *KUKA?*

Vantaalainen Suvi Vasama, 34, on työskennellyt Helsingin Sokoksen kosmetiikkaosaston kosmetologi-myyjänä vuodesta 2021.

*Kirkkaalla huulipunalla voi helposti piristää arkisenkin lookin.*

**Päädyin kosmetologiksi** oltuani 12 vuotta kaupan alalla. Kolmenkympin kynnyksellä irtisanouduin työstäni ja kävin Suomen Kosmetologikoulun. Kokeilin hoitolatyötäkin, mutta veri veti pian taas myyntityön pariin. Nyt kosmetiikkaosastolla saan luovasti yhdistää nämä ammattitaidot.

**Työssäni Helsingin Sokoksella** rakastan ison tavaratalon säpinää. Kosmetiikkaosaston tuoksut, upeat pakkaukset ja huolitellut myyjät ovat pienestä pitäen olleet minulle vau-elämys. Kauniit värit ja kimallus viehättävät minua.

**Työssä sytyttävintä** on asiakkaat. Asiakaspalvelussa tarvitaan kykyä kuunnella toisen tarpeita yksilöllisesti, ei saman kaavan mukaan. Suomalainen sanoo usein aina ensin, että ”katselen vaan”. Hän ei ehkä heti halua kysyä neuvoa, vaan pyörittelee purnukkaa itsekseen. Neuvojen kysyminen voi jännittääkin. Rohkaisisin kuitenkin kysymään. Me olemme paikalla sitä varten.

**Asiakkaat kaipaavat** eniten neuvoja iho-ongelmiin, kuten ihon kuivuuteen ja epäpuhtauksiin. Meikkivoiteen valintaankin kaivataan usein apua. Sen laatu, peittävyys ja oikea sävy ovat meikkaamisen a ja o.

**Saan energiaa** ja hyvää fiilistä, kun voin auttaa toisia ammattitaidollani. Ihaninta palautetta on, kun asiakas palaa varta vasten kertomaan, että voi hitsi, että neuvoit hyvän tuotteen!

**Mieleeni jäi** erityisesti eräs nuori, joka etsi meikkejä ensi kertaa. Hän ujosteli ensin, mutta uskalsi sitten kysyä, mitä kaikkea meikkiin oikein tarvitaan. Etsimme yhdessä kokonaisuuden: meikkivoiteen, pohjustavan tuotteen, huulikiillon ja luomivärin. Oli mukava nähdä, miten hän rohkaistui ja innostui.

**Yleinen harhaluulo** on, että jos ei meikkaa, iho ei kaipaa puhdistusta. Iholle kuitenkin kertyy päivän mittaan yllättävän paljon epäpuhtauksia ja talia. Puhdistus sopivilla tuotteilla on siksi tärkeää.

**Meikkien maailma** on minulle tapa ilmaista luovuutta välillä rohkeastikin yhdistellen. Tykkään käyttää kirkkaita huulipunia, sillä niillä voi helposti piristää arkisenkin lookin. Huulipunia ei voi olla liikaa! ■

# Meidän keidas

Mikä vedessä viehättää? Vantaalla sijaitseva Flamingo houkuttelee kylpylävieraita läheltä ja kaukaa. Valokuvaaja Nina Karlsson tapasi ja kuvasi ihmisiä veden vallassa.

kuvat ja teksti **NINA KARLSSON**

REETTA, 24, AMALIA, 22, JA VENLA JOKINEN, 25

**Kelluminen rauhoittaa. Antti Tuiskun keikka toi siskokset yöksi kylpylän hotelliin. Nyt veden alla soi japanilaistyylinen musiikki. Vauvauintiohjaajana työskentelevä Amalia nimeää veden omaksi elementikseen. "Voisin kellua koko päivän."**

ELSA, 6, JA EMMA HO, 3

**Lasten isä Long Ho tuo Elsan ja Emman kylpylään joka viikko. Vaikka paikka on tuttu, kotona lapset tekevät lähtöä kylpylään malttamattomina. "Flamingoon tulemme, koska täällä on ihanan lämmin", isä sanoo.**

KAJARI MARTIN, 42

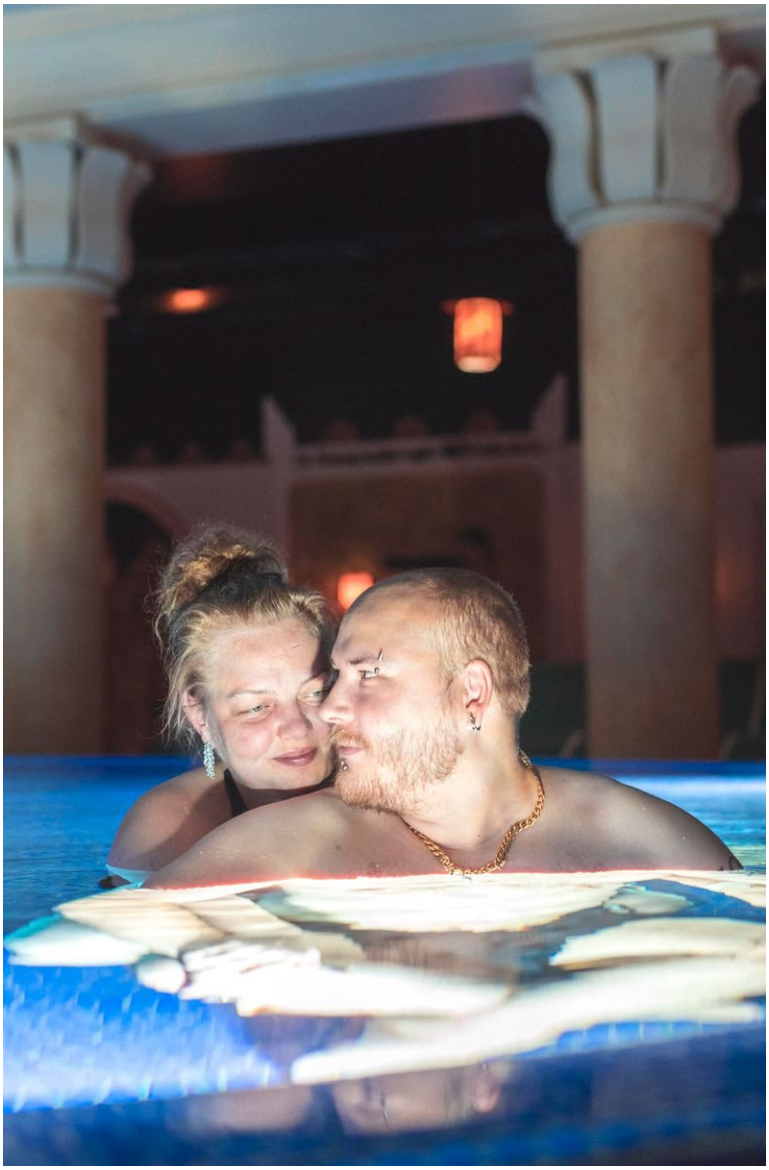
**Kajarilla on kylpylässä tärkeä tehtävä. Hän pitää silmällä lapsenlastaan, joka ei osaa vielä uida. "Koko ajan pitää katsoa, missä hän menee." Altailla kuuluvat lasten äänet eivät Kajaria häiritse. Ne tekevät hänet iloiseksi.**

ESA MATISKAINEN, 37

**Automekaanikko kuluttaa työmatkoillaan aikaa kylpylässä. Aika kuluu mukavammin, kun ei makaa vain hotellihuoneessa. "Kylmäallas virkistää. Altaassa ollessa ei tosin vielä tunnu hyvältä."**

LUNA TAMMIRUUSU, 14, JA MINTTU BLOMQVIST, 14

**Luna on käynyt Mintun kanssa Flamingossa "joku miljoona kertaa". Uimaan lähdetään, kun on tylsää. Parasta ovat liukumäet ja hyppypaikat. "Kun hyppää hyppytornista ja osuu veteen kovaa, saa pelätä, että uikkarit lähtee."**



JONNA, 40, JA HENRI TAHVANAINEN, 28

**Kun Jonnan vapaaehtoistyö karanneiden papukaijojen kiinniottajana tuo hänet pääkaupunkiseudulle, hän rentoutuu Henrin kanssa tutussa kylpylässä. Nyt ehkä jo 50. kertaa. "Me ollaan aina tässä nurkassa. Ensin haetaan juomat, ja sitten tullaan tähän. Tämä on meidän keidas", Henri kertoo.**

ELLI NÄTKINNIEMI, 4

**Hotelliaamiaisella eli pekonilla, nakeilla ja vaahtokarkeilla päivänsä aloittanut Elli viihtyy vesiliukumäessä. "Ei siinä liukumäessä, missä meni vettä nenään, vaan käärmeliukumäessä. Mä sanoin vaan että 'wuhuu', kun menin siitä."**

**NINA KARLSSON, 33**

- Tavoittelee kuvaustilanteessa luottamuksellista hetkeä kuvattavan kanssa.
- Kuvaa ihmisten lisäksi mielellään ruokaa.
- Opiskellut kuvajournalismia Tampereen yliopistossa.
- Nina Karlssonin kuvaama ruokakirja *Ninja Keittiössä* ilmestyi syksyllä 2022.

Electrolux

# Herkullista Joulua

## Electrolux Create **vakuumilaite***

**E4VS1-4AG.** Joulun herkut talteen. Create vakuumilaite tyhjiöpakkaa ruuan mahdollisimman hapettomaan tilaan, jolloin bakteerien kasvu hidastuu ja ruoka säilyy paremmin. Pieni, käytännöllinen koko.

**59,95€**

## Electrolux Sport **Tehosekoitin***

**ESB2700**
Smoothie valmistuu suoraan irrotettavaan juomapulloon., joka on helppo napata mukaan minne tahansa. Sis. kaksi 0,6 litran juomapulloa.

**44,95€**

## Electrolux Create **Tehosekoitin**

**E3TB1-4GG**
Sekoittaa juomat vaikka koko perheelle nopeasti ja tehokkaasti. Tyylikäs harmaanmusta ulkomuoto ja laadukas lasikannu. Hyvä ja monipuolinen, vaikka joululahjaksi!

**49,95€**

# Ihanan puhdas Joulu

## Electrolux Pure D8 **Pölynimuri***

**PD82-4ST**
Hiljaisin imurimme, vain vain 57 dB(A). Älykäs SmartMode tunnistaa lattian ja säätää tehon automaattisesti matolle siirtyessä.

**219€**

## Electrolux SilentPerformer **Pölynimuri***

**ESP73IW**
Miellyttävän äänitason imuri, joka liikkuu jouhevasti joka suuntaan 360° astetta kääntyvien pyörien avulla.

**149€**

## Electrolux Ergorapido **2in1 varsi-imuri**

**EER73IGM**
Tehokas apuväline kodin joustavaan pikasiivoukseen. Pitkäikäinen 14,4 voltin litiumakku antaa pitkän käyttöajan tasaisen voimakkaalla teholla.

**129€**

**Saatavuus vaihtelee myymälöittäin, tarkista osoitteesta Prisma.fi.*

PRISMA

# TODELLISET KANSAN KYNTTILÄT

Riihimäen Kynttilätie 6:ssa tuoksuvat kynttilät. Niitä valmistetaan Havin tehtaalla puolitoista miljoonaa kiloa vuodessa. Pakkauksissa on kotimaisesta työstä kertova Avainlippu.

teksti **TIIU POHJOLAINEN** kuva **PÄIVI RISTELL**

**Suomalaiset ostavat eniten valkoisia kynttilöitä.**

Thuy An, Lauri Rantala, Linda Schlobohm, Sari Ahovalli, Dao Nguyen ja Pia Salonen tuntevat suomalaisten kynttilämaun.

Kuva Tommi Mattila

## HAVI OY

- Havi Oy valmistaa kynttilöitä ja kattaustuotteita.
- Ensimmäinen kynttilätehdas perustettiin vuonna 1829. Nykyiselle omistajalle valmistus siirtyi vuonna 2004.
- Kaikki Havi-kynttilät valmistetaan Riihimäen tehtaalla. Lautasliinoja valmistetaan Imatran tehtaalla. Lisäksi yrityksellä on myyntikonttori Espoossa.
- 90 työntekijästä 25 työskentelee Riihimäen kynttilätehtaalla.
- Havilla on kuusi omaa outlet-myymälää ympäri Suomea.

# 193-

## VUOTIAS KYNTTILÄTEHDAS

Maamme ensimmäinen kemianteollisuuden tuotantolaitos perustettiin 6.11.1829 Viipurissa. Siellä valmistettiin kynttilöitä aluksi talista. Vuosikymmen myöhemmin perustaja **Anton Alfthan** siirsi tehdaslaitokset Havin kaupunginosaan.

Havin kynttilätehtaan omistaja on vaihtunut useita kertoja 193 vuoden aikana. Perheyritys Suomen Kerta Oy osti kynttilätehtaan takaisin kotimaiseen omistukseen vuonna 2004. Nimi vaihtui Havi Oy:ksi vuonna 2020.

*Havin Riihimäen tehtaalla työskentelee 25 kynttiläntekijää.*

# 25 KÄSIPARIA

Kaikki Havin kynttilät valmistetaan Riihimäen kynttilätehtaalla. 25 kynttiläntekijän joukossa on monia, jotka ovat valmistaneet kynttilöitä vuosikymmeniä. Paitsi työsuhteet myös laitteet ovat pitkäikäisiä. Esimerkiksi joulukuusen kynttilät valetaan yli 40 vuotta vanhoilla koneilla.

# 31 MILJOONAA KYNTTILÄÄ VUODESSA

Joulukuusen kynttilöissä sekä kruunu- ja antiikkikynttilöissä käytetään eläinperäisestä talista valmistettua stearriinia. Luonnostaan vitivalkoinen stearriini hankitaan Pohjoismaista ja aina niin läheltä kuin mahdollista. Pöytä- ja lyhtykynttilöiden valmistamiseen käytetään parafiinia, joka on öljynjalostuksen sivutuote.

# 1 VÄRI ON SUOSITUIN

Suomalaiset ostavat eniten valkoisia kynttilöitä. Ne palavat puhtaimmin: kun luonnostaan valkoisen stearriinin joukkoon lisätään värejä tai muita ominaisuuksia, vaikuttaa se palo-ominaisuuksiin. Joulukuussa myyntikäyrät muuttuvat hieman. ”Vuodesta toiseen joulusta tulee aina punainen”, tietää toimitusjohtaja **Linda Schlobohm**.

# 3 TAPAA VALMISTAA

Pöytäkynttilät tehdään puristamalla, kun taas tuikkukynttilät valmistetaan täyttämällä alumiinikuori. Riihimäellä valmistuu vuosittain 500 miljoonaa tuikkua. Joutsenmerkillä varustetut antiikki- ja kruunukynttilät tehdään käsin valamalla. Jopa niiden sydänlangat leikataan käsin. ■

Tuotteet Prisma, valikoima vaihtelee myymälöittäin

MAINOS

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

# JYRKI SPORTTAA NYT ILMAN SILMÄLASEJA

**Naarajärveläinen korjaamoyrittäjä Jyrki Paunonen tykkää pitää itsensä kunnossa. Hän juoksee, maastopyöräilee, hiihtää ja käy salilla, ja triathlonkin on tullut suoritettua. Muutama vuosi sitten ikänäkö alkoi kuitenkin häiritä treenin mittaamista.**

”Alkuun ostin vain isomman rannekkeen, että näin numerot näytöltä, mutta pian sekään ei enää auttanut. Jos piti katsoa sykemittaria tai kelloa, oli pakko pysähtyä ja ottaa lasit taskusta. Huono lähinäkö pilasi koko suorituksen”, Jyrki kertoo.

## IKÄNÄKÖ- ELI LINSSILEIKKAUS KORJASI LÄHINÄÖN

Silmälasit eivät muutenkaan olleet Jyrkin juttu. Ne eivät sopineet hänen tyyliinsä, ja niitä hukkui ja meni rikki jatkuvasti. Lenkillä lasit huurustuivat heti. Ilman niitä oli puolestaan vaikeaa erottaa kapeat polut, kivenkolot ja kannonjuurakot.

”Siinä tuli paljon sellaisia ’hups, noinko lähellä se oli -tilanteita”, Jyrki muistelee. “Menin sitten asiantuntijan luokse Silmäasemalle, ja siinä juteltiin ja suunniteltiin aikamme. Lopulta päädyttiin siihen, että linssileikkaus oli minulle paras vaihtoehto.”

Kuopion Silmäaseman silmäsairaalassa Jyrkin silmien linssit korvattiin uusilla keinolinsseillä. Alle tunnin kestäneen ikänäköleikkauksen jälkeen hän näkee jälleen tarkasti lähelle ja kauas.

## SALILLE PARIN VIIKON PÄÄSTÄ LEIKKAUKSESTA

Sykettä ei saanut nostaa kahteen viikkoon leikkauksesta, mutta Jyrki toipui nopeasti ja teki jo kolmannella viikolla kevyttä saliohjelmaa. Silmäleikkauksen ansiosta treeni kulkee paremmin kuin vuosiin.

”Helpotuksia on tullut tosi paljon. Voin katsoa kellot, sykkeet ja puhelimen viestit tihraamatta, ja reitit maastossa on taas helpompi nähdä”, Jyrki iloitsee.

Sporttiharrastuksissa Jyrki käyttää nyt urheilullisia aurinkolaseja, joita hänellä on paljon ja eri väreissä. Ne istuvat hyvin ja suojaavat pyöräillessä silmiä kiviltä ja risuilta. Mikä parasta, Jyrkin ei enää tarvitse miettiä, mahtuvatko ne silmälasien päälle.

Jos mietit silmäleikkausta, varaa maksuton leikkauskartoitus **silmäasema.fi** tai **010 190 200** (mpm/pvm). Voit myös varata ajan suoraan esitutkimukseen ja hyödyntää alla olevan huippuedun.

SILMÄASEMA

VIOLETIT VIIKOT
21.11.–18.12.

**SILMÄLEIKKAUKSEN ESITUTKIMUS**
LEIKKAUKSEN OSTAJALLE

**–200 €**

Esitutkimus maksetaan tutkimuksen yhteydessä normaalisti. Esitutkimuksen hinta (200 €) hyvitetään asiakkaalle leikkauksen yhteydessä, kun esitutkimus on tehty tai varattu 21.11.–18.12.2022 ja se johtaa leikkaukseen 2 kk:n kuluessa tutkimuksesta. Etu koskee uusia varauksia eikä sitä voi yhdistää muihin tarjouksiin.

# SE EI OLE VAIN TUOKSU

se on tunnelmanluoja

**True Scents**

- luonnolliset uutteet
- vegaaninen vaha
- ei palmuöljyä

FOR ALL OF US

bolsius since 1870

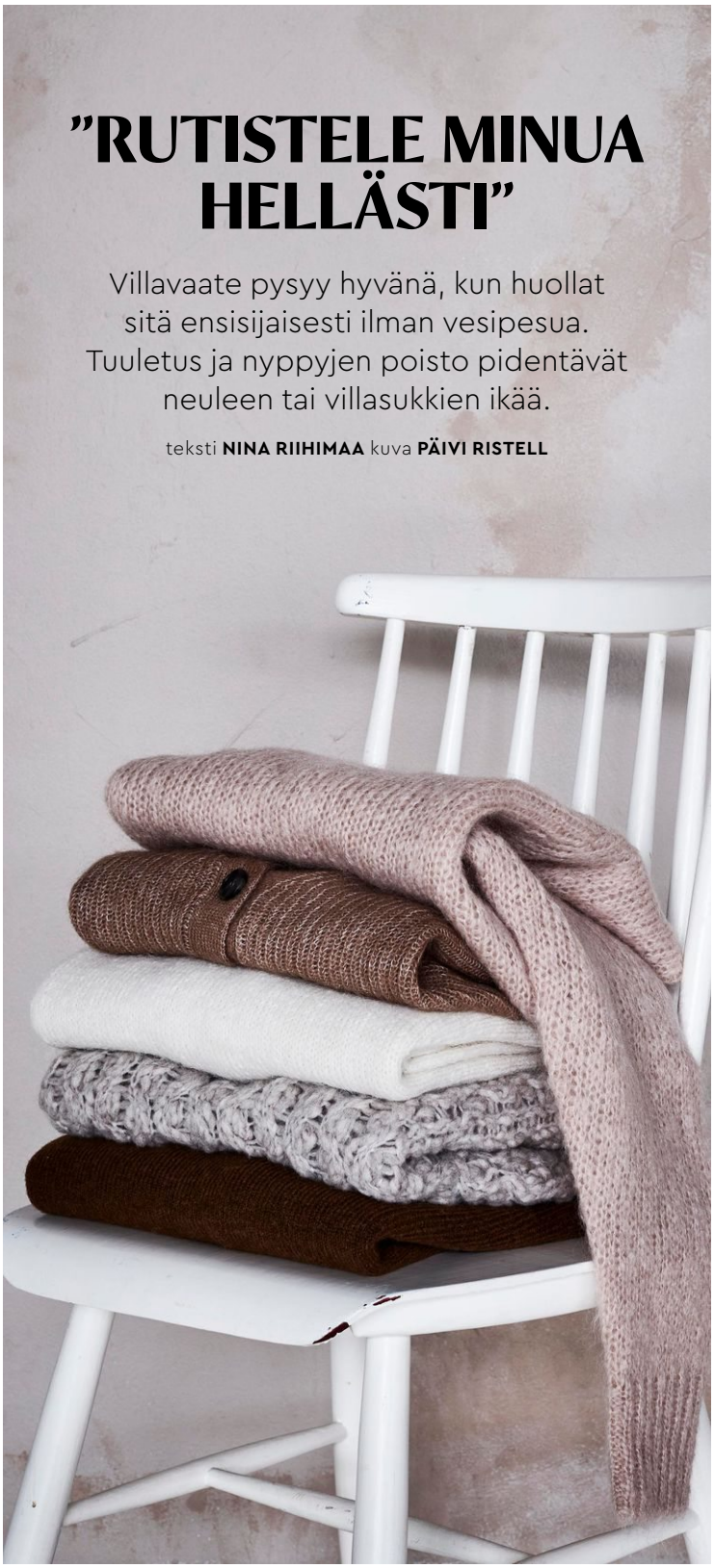
Hemmottele aistejasi True Scents -tuoksuilla: Lempeät huonetuoksut vapauttavat raikasta tuoksua kotiisi jopa 6 viikon ajan, ja tuoksukynttilöillä voit viimeistellä romanttisen kattauksen kahdelle tai tuoda kylpyhuoneeseesi spa-tunnelmaa. Valikoima vaihtelee kauppakohtaisesti. Myymälässä löydät tuotteet kynttilähyllystä ja verkossa osoitteesta s-kaupat.fi

S MARKET PRISMA

# ”RUTISTELE MINUA HELLÄSTI”

Villavaate pysyy hyvänä, kun huollat sitä ensisijaisesti ilman vesipesua. Tuuletus ja nyppyjen poisto pidentävät neuleen tai villasukkien ikää.

teksti **NINA RIIHIMAA** kuva **PÄIVI RISTELL**



Neuleet kuvausrekvisiittaa / Sokos. Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

**1** Mitä harvemmin joudut pesemään villavaatetta, sen parempi. Villa puhdistuu ja raikastuu tuulettamalla, erityisesti pakkassäällä. Myös tuuletus suihkunkosteassa kylpyhuoneessa tai höyryttäminen joko höyrystimellä tai silitysraudan höyrytoiminnolla ovat toimivia tapoja.

**2** Pienet tahrat kannattaa poistaa saman tien. Kostuta ja pese pelkkä likaantunut kohta villavaatteiden pesuun tarkoitetulla pesuaineella. Apuna voit käyttää hammasharjaa, mutta älä hankaa. Huuhtele hyvin. Nypyt voit poistaa vaateharjalla tai nyppykammalla.

**3** Käytä aina villalle tarkoitettua pesuainetta. Se ei vaurioita luonnonkuitujen proteiineja. Veden lämpötila on tärkeä: yleensä se on 30 astetta, ellei pesulapussa muuta mainita. Huuhteluveden tulee olla samanlämpöistä kuin pesuvesi.

**4** Käsinpesu on aina varma valinta. Jos käytät jauhemaista pesuainetta, liuota se ensin tilkkaan kuumaa vettä ja sekoita sitten vesi sopivan lämpöiseksi. Puristele vaatetta hellästi. Vältä turhaa nostelua. Huuhtele hyvin ja rutista liiat vedet pois kuivan, puhtaan pyyhkeen välissä. Vaakakuivaus onnistuu esimerkiksi pyyhkeellä vuoratulla pyykkitelineellä. Jos vaatteen voi pestä koneessa, siitä on maininta pesulapussa.

**5** Säilytä villavaatteita viikattuina ilmavassa paikassa. Pitkään henkarilla säilytettyyn neuleeseen jääneet painaumat saat pois höyryttämällä.

Vinkit antoi kotitalousasiantuntija Niina Silander Marttaliitosta

**PIENI TEKO**

**Villavaatetta ei kannata pestä liian usein. Se puhdistuu ja raikastuu tuulettamalla.**

**MYYJÄN VINKKI:** ”Valitse ohut, lämpöä eristävä merinovillainen kerrasto, kun haluat pysyä lämpimänä syksyn ja talven ulkoiluissa. Eettinen vaihtoehto on niin kutsuttu mulesing-vapaa merino, joka tarkoittaa sitä, että villantuotannossa lampaille ei tehdä kivuliasta mulesing-toimenpidettä. Kun kaipaat luksusta arkeesi, valintasi on ylellinen kashmirvilla. Trendikkäin vaihtoehto nyt on lämmin ja pörröinen islantilaisneule.”

Hankintapäällikkö Katja Kaipaanlahti, Sokos

Nina Elomaa ei syö punaista lihaa vaan noudattaa kasviksiin ja kalaan painottuvaa ruokavaliota. "Lopetin lihansyönnin jo vuosia sitten edistääkseni eläinten hyvinvointia."

# Paremman maailman rakentaja

Työpaikkaruokalassa S-ryhmän vastuullisuusjohtaja ***Nina Elomaa*** vähentää hävikkiä syömällä kannikat, jotka muut jättävät leipäkoriin. Vaikka monilla isommilla ilmastoteoilla on jo kova kiire, hän uskoo kaiken kääntyvän hyväksi.

teksti **ANNELI JUUTILAINEN** kuva **PIA INBERG**

**Olet ollut S-ryhmän vastuullisuusjohtajana pian kolme vuotta. Mitä työhösi kuuluu?**
Olen päivittäin tekemisissä vastuullisuusohjelmamme teemojen eli kestävän kuluttamisen, luonnonvaroja kunnioittavan kestävän kasvun sekä yhdenvertaisuuden edistämisen kanssa. Työni on merkityksellistä, koska olemme tekemisissä isojen asioiden kanssa. Puhun paljon päättäjien ja kansalaisjärjestöjen edustajien kanssa ilmastonmuutoksesta ja vastuullisuudesta.

**Kun työpaikallasi puhutaan vastuullisuudesta, mitä sillä tarkoitetaan?**
Vastuullisuuteen liittyy vastuu ihmisistä, ympäristöstä ja hyvästä taloudenpidosta. Se on meille kokonaisvaltainen ajattelumalli. Yhteiskunnallinen roolimme on meille tärkeä. S-ryhmän tarkoitus on sloganimme mukaisesti tehdä yhdessä Suomesta parempi paikka elää.

Se vaihtelee, mihin vastuullisuusasioihin milloinkin keskitymme. Isot kysymykset ilmastonmuutoksesta ovat olleet pitkään agendalla, mutta viime aikoina omavaraisuus ja kotimaisuus, huoltovarmuus ja ruoan hinta ovat nousseet enemmän esille.

**Kännykkäsi taustakuvassa ovat Nelson Mandela, Mahatma Gandhi ja Leo Tolstoi. Miksi juuri he?**
Jotta muistaisin pitää heidän oppinsa mielessäni joka päivä. Tolstoi sanoi, että ”kaikki haluavat muuttaa maailmaa, mutta kukaan ei halua muuttaa itseään”. Se korostaa ajatusta, että muutos lähtee aina yksilöstä. Mandela taas puhuu sen puolesta, että on helpompi rakastaa kuin vihata. Räyhääminen ei auta, vaan kaikki hyvä tapahtuu positiivisen kannustamisen kautta. Gandhi puolestaan kehottaa pitämään ajatuksen kirkkaana niin, ettei päästä oman pään sisälle minkäänlaista rapaa muilta ihmisiltä.

”RÄYHÄÄMINEN EI AUTA, VAAN KAIKKI HYVÄ TAPAHTUU KANNUSTAMISEN KAUTTA.”

**Onko sinulla ilmastopaheita?**
Yksi ”vastuullisuusrikoksistani” on se, että kuljen 45 minuuttia kestävän työmatkani dieselautolla. Onneksi mahdollisuus etätöihin on nykyään lisääntynyt.

Lisäksi ostan aina auton tunteella. Olemme tosin jutelleet mieheni kanssa, että käytämme ensin tämän auton loppuun ja sitten pohdimme, voisiko seuraava olla sähköauto.

**Työkaverit kertovat, että lounaalla valitset aina leipäkorista kannikat.**
Kyllä, sillä pelkään, että joku heittää ne pois. Syön kannikat vähentääkseni hävikkiä.

Kotona valmistan ruokien jämistä erilaisia kasvissosekeittoja tai paistoksia. Mummoni ja äitini opettivat välttämään ruokahävikkiä. Perheemme oli vähävarainen, eikä ruokaa koskaan saanut heittää roskiin.

→

”ME IHMISET OLEMME SAANEET KAIKEN TÄMÄN AIKAAN, JOTEN KYLLÄ ME ONGELMAT SAAMME RATKAISTUAKIN.”

### *KUKA?*

Diplomi-insinööri Nina Elomaa, 53, on S-ryhmän vastuullisuusjohtaja. Hän asuu Porvoossa puolisonsa ja tyttärensä kanssa. Vapaa-ajallaan hän lukee paljon ja käy kävelemässä metsässä.

### *MISSÄ?*

Lounasta syötiin ravintola Happy Farmerissa, Helsingin Sokoksen kulmassa.

### *MITÄ SYÖTIIN?*

Kikherneillä ja kananmunilla höystettyä kasvissalaattia veden kera.

**Olet sanonut, että vastuullisuusväki unohdetaan yrityksissä helposti. Miksi teidät on tärkeää muistaa?**
Muutoksiin tarvitaan lainsäätäjiä ja yksittäisten ihmisten tekoja, mutta isot ratkaisut tehdään yrityksissä. Jos vastuullisuus ei ole mukana yrityksen strategiassa, se ei näy myöskään toiminnassa.

Toivon, että tulevaisuudessa yrityksissä ei tarvittaisi erillisiä vastuullisuusosastoja vaan nämä asiat kuuluisivat jo lähtökohtaisesti jokaisen työnkuvaan ja kaikkien osa-alueiden toimintaan.

**Sinulla on 18-vuotias tytär. Mitä olet opettanut hänelle?**
Olen kehottanut häntä käyttämään asiat loppuun ennen kuin heittää ne pois. Olen myös opettanut välttämään turhuutta. Toisaalta pitää muistaa myös pitää hauskaa eikä ahdistua maailman tilanteesta liiaksi.

**Luotat siihen, että isotkin kriisit ratkaistaan. Mikä saa sinut uskomaan tulevaisuuteen?**
Kaikki on ratkaistavissa, vaikka monissa asioissa muutosten tekoon onkin kiire. Lannistuminen ei auta, toiminta kylläkin. Me ihmiset olemme saaneet kaiken tämän aikaan, joten kyllä me ongelmat saamme ratkaistuakin.

**Jos yritys lipsuu vastuullisuusohjelmastaan, some kohisee ja maine kärsii. Miten maine korjataan?**
Olemalla rehellinen ja kertomalla suoraan, että tällä kertaa tavoitteisiin ei päästy. Ihmiset ymmärtävät ja antavat anteeksi, jos kunnianhimoinen tavoite käy mahdottomaksi maailman myllerrysten vuoksi. Epärehellisyys tai tietojen pimittäminen ei ole hyväksyttävää.

**Kannat kortesi kekoon myös WWF:n hallituksessa. Mitä tämä vapaaehtoistyö antaa sinulle?**
Hyviä keskusteluja siitä, minkälaisia asioita pitäisi pyrkiä edistämään. Se on arvokasta ajatustenvaihtoa. Tiedän myös tekeväni töitä tärkeiden asioiden parissa.

**Olet asunut pariin otteeseen ulkomailla. Mitä se on opettanut sinulle?**
Se on lisännyt ymmärrystä erilaisia ihmisiä ja kulttuureja kohtaan. Pietarissa etiikkani törmäsi paikallisen toimintakulttuurin kanssa ja vahvisti omaa tapaani toimia. Venäläiseen autoritääriseen johtamiskulttuuriin kuului tietynlainen tiukkuus ja epäkohteliaisuus alaisia kohtaan. Itse kannatan pohjoismaista tasa-arvoista meininkiä.

**Nyt asut Vanhassa Porvoossa. Ärsyttävätkö pihallasi parveilevat turistit?**
Ennemminkin he ovat hauskoja ja ihaniakin. Kaikki eivät vain ymmärrä, että Vanhassa Porvoossa myös asutaan.

**Millaisia haasteita olet onnistunut ratkomaan työssäsi?**
Kun aloitin vuonna 2020, suurin tehtävämme oli rakentaa uusi vastuullisuusohjelma ja asettaa tavoitteet vuoteen 2030 asti. Tärkeimpiä ovat ilmastokysymykset: energiatehokkuuden parantaminen ja päästöjen vähentäminen sekä luonnon monimuotoisuuden vaaliminen. Ohjelman käynnistäminen oli iso juttu.

S-ryhmässä on tehty vastuullisuustyötä pitkään. Minun oli hirveän helppo tulla tilanteeseen, jossa ei tarvinnut perustella kenellekään, että vastuullisuus on tärkeä asia. ■

# VAIN KOLME PÄIVÄÄ *JA HENGITTÄMINEN ON HELPOMPAA**

nicorette®
saavuta jotain suurenmoista

Tutkitusti tehokas apu tupakoinnin lopettamiseen.

## VALITSE OIKEA VAHVUUS

| 4MG | 2MG |
|---|---|
| jos poltat yli 20 savuketta päivässä | jos poltat korkeintaan 20 savuketta päivässä |

*NHS - https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking/

NICORETTE® on lääke avuksi vieroitusoireisiin kun lopetat tupakoinnin. Sisältää nikotiinia. Lue pakkausseloste. Ei lasten ulottuville. Kun aloitat hoidon, lopeta tupakointi kokonaan. Jos sinulla on krooninen ihosairaus (koskee vain laastareita), sydän- tai verisuonitauti, olet raskaana tai imetät, keskustele hoidosta lääkärisi kanssa. Ei alle 18-vuotiaille. FI-NI-2200080

© McNeil 10/2022

## NÄIN YHTEISHYVÄN LUKIJAT SÄÄSTÄVÄT SÄHKÖÄ

"Varasin talveksi ison kasan klapeja." *Pekka Marjomaa*

"Käyn aina viileässä suihkussa, myös talvella." *Tea Kuikko*

"Pidän kasvivaloja päällä yöllä, päivällä pois päältä." *Maarit Kukonlehto*

"Laskin huonelämpötilaa alemmas. Puen villavaatetta päälle ja pyjaman yöksi." *Pirkko Salonen*

Kommentit poimittu Yhteishyvän Facebook-sivulta

teksti **MARIANNA SALIN** kuva **ANNA HUOVINEN**

Matti Loukkolan mukaan sähkönsäästäjän kannattaa kiinnittää huomiota lämmitykseen ja lämpimän veden kulutukseen. Kuvassa Loukkola on kotitalonsa lämmönjakokeskuksessa.

### *S-RYHMÄN ENERGIATALKOOT*

**S-RYHMÄ** laski syksyllä yli tuhannen toimipaikkansa lämpötilaa yhdellä asteella. Lisäksi S-ryhmä varautuu vähentämään sähkönkulutusta valtakunnallisten kulutushuippujen aikana aamukahdeksalta ja iltaviideltä. Lisävinkkejä energian säästämiseen kerätään jatkuvasti henkilöstöltä.

**ENERGIANKULUTUSTA** on vähennetty S-ryhmän toimipaikoissa 41 prosenttia vuodesta 2010 tähän päivään muun muassa investoimalla energiatehokkuuteen.

**S-RYHMÄ** on Suomen kolmanneksi suurin tuulivoiman tuottaja ja suurin aurinkovoiman tuottaja.

# SÄÄSTÄ SÄHKÖÄ FIKSUSTI

Kasvava sähkölasku ohjaa säästämään sähköä. Vinkkejä ja ohjeita tulvii, mutta mihin niistä kannattaa keskittyä?

”Tilojen ja käyttöveden lämmitys on kodin ylivoimaisesti suurimpia energia- ja erityisesti sähkösyöppöjä, jos talossa on sähkölämmitys”, sanoo **Matti Loukkola**.

Hän toimii S-ryhmässä energiaohjauksen päällikkönä ja on nähnyt runsaasti tiukkaa faktaa siitä, mitä termostaattia tai hanaa vääntäessä tapahtuu.

Loukkola kehottaa varmistamaan, ettei kodin lämpötila nouse yli 21 asteeseen. Jos kantti kestää, asuintilojen lämpötilan voi hänen mukaansa laskea turvallisesti ainakin 18 asteen kieppeille. Mutta voiko jonkun huoneen jättää kokonaan lämmittämättä?

”On vaikea yksiselitteisesti määrittää turvallista alinta lämpötilaa, koska se riippuu rakenteista ja ilmanvaihdosta. Jos ilmanvaihto ei riitä, peseytymisestä ja pyykinpesusta tuleva kosteus tiivistyy kylmiin pintoihin, mistä voi seurata kosteusvaurioita.”

## Mukava ja kallis lattialämpö

Kosteusriskin vuoksi Loukkola varoittaa erityisesti kylmistä kylpyhuoneista. Varoitus koskee myös niitä kerrostaloasukkaita, joiden kylpyhuoneet lämpiävät sähkökäyttöisen pyyhekuivaimen tai lattialämmityksen avulla.

”Jos kylpyhuoneessa on myös muu lämmitysjärjestelmä, mukavuutta lisäävän lattialämmityksen voi huoletta sulkea, ja sähköä säästyy huomattavasti.”

Lisäksi Loukkola muistuttaa, että saunoja saa hyvät säästöt myös saunomalla harvemmin.

## Huomio suihkuun ja pesukoneisiin

Lämmityksen jälkeen toiseksi tehokkain tapa säästää sähköä on hillitä lämpimän veden kulutusta, Loukkola sanoo.

”Jos käyttövesi lämmitetään sähköllä, pitkät suihkut käyvät hyvin kalliiksi.”

Myös astian- ja pyykinpesukoneen vesi lämpiää sähköllä asunnon muista lämmitysratkaisuista riippumatta. Siksi sähkön kulutusta voi vähentää pesemällä täysiä koneellisia matalissa lämpötiloissa.

”Jos sähkösopimuksessa on eri hinta päivä- ja yösähkölle tai jos ostaa pörssisähköä, kannattaa pesukoneita pyörittää silloin, kun sähkö on edullisimmillaan. Sähkönkuluttaja tukee samalla koko sähköverkon tasapainoa, mikä voi tulla yhä tärkeämmäksi sähkön riittävyyden kannalta.”

Kun suurimmat sähkösyöpöt on huomioitu, Loukkola kannustaa säästämään sähköä myös pienin teoin, esimerkiksi suosimalla LED-lamppuja ja sulkemalla valmiustilassa olevia laitteita. ■

100
100

# Rakas, kallis vauva

Kun vauva ilmoittaa tulostaan, talouden suunnittelu auttaa sopeutumaan uuteen arkeen. Myös yllättäviin kuluihin on hyvä varautua, sanoo yksivuotiaan äiti Auri Saarelainen.

teksti **ANNE VENTELÄ** kuvitus **PINJA MERETOJA**

Vauvan mukana tulee aina hintalappu.

Kuluja kertyy jo raskausaikana, ja vauvan synnyttyä tarvitaan vähintäänkin vaippoja ja vaatekertoja, yleensä vaunutkin. Jos haluaa lisäksi vielä vakuutuksen tai vaikkapa vauvauintiharrastuksen, perheenlisäyksestä kertyy entistä pidempi penni. Perhevapaille siirryttäessä tulot yleensä laskevat ainakin hetkellisesti, jos palkka vaihtuu Kelan etuuksiin.

Rahahuolet kuormittavat mieltä, joka vauva-arjessa voi muutenkin käydä kierroksilla. Siksi raha-asioihin kannattaa paneutua etukäteen ja taloudellisen tilanteen muutokseen varautua mahdollisuuksien mukaan.

## Avointa puhetta rahasta

Mitä vauva maksaa, ja mistä rahat kaivetaan? Nämä ovat kysymyksiä, joita jokaisen tulevan vanhemman kannattaa pohtia etukäteen ajan kanssa.

”KULUT KASVAVAT YLEENSÄ PYSYVÄSTI.”

”Vauvan synnyttyä tulovirta menee ainakin hetkellisesti uusiksi ja kulut kasvavat yleensä pysyvästi”, muistuttaa S-Pankin asiantuntija **Emilia Simola**.

Siksi kannattaa pohtia, miten vauva-vuoden aikana aikoo käyttää rahaa ja miten menot katetaan. Täytyykö rahaa säästää, ja jos täytyy, miten?

Jos vauva syntyy parisuhteeseen, monelle saattaa olla ensimmäinen kerta, kun kumppanin kanssa pyöritetään yhteistä taloutta. Siksi on hyvä puhua siitä, millaisiin menoihin yhdessä sitoudutaan ja miten varmistetaan se, että kummallakin on varaa elämiseen myös tulojen muuttuessa. Lisäksi on tärkeää, etteivät lapsen saamisesta koituvat kustannukset kurita kohtuuttomasti vain toisen kukkaroa.

Mitä aikaisemmin ja suoremmin raha-asioita käydään läpi, sitä todennäköisempää on, että ne hoituvat vaivattomasti vauvan syntyessä.

## Sopeutettu talous kestää

Lapsen ensimmäisiin vuosiin kannattaa säästää. Viimeistään kotihoidon tuelle siirryttäessä talouden pyörittämiseen tarvitaan yleensä ylimääräistä rahaa, Simola sanoo.

Jos talous on tiukilla, Simola suosittelee käymään läpi, mihin kaikkeen rahaa →

### VAUVAVUODEN KUSTANNUKSET AURI SAARELAISEN PERHEESSÄ

Vaunut ratasosalla 800 e
Turvakaukalo, turvaistuin ja jalusta 1 000 e
Hoitopöytä + tarvikkeet 25 e
Syöttötuoli 80 e
Tuttipullot, pillipullot ja nokkamukit 50 e
Tuttipullon lämmitin 50 e
Lelut 30 e
Muut hankinnat, lastenhuoneen sisustus 90 e
Sisävaatteet 330 e
Ulkovaatteet 90 e
Vaipat 600 e
Lastenhoitotarvikkeet (pumpulipuikot, niistäjät, baby wipesit ym.) 150 e
Voiteet atooppiselle ihottumalle 50 e
Lastenruoat (vellit, soseet, puurot) 550 e
Korvikkeet 720 e
Ristiäiset 407 e
Vauvauinti (kevät ja syksy 2022) 165 e

Yhteensä 5 187 e

kuluu. On hyvä pohtia, mitkä menot ovat välttämättömiä, mitä olisi mukava säilyttää ja onko ehkä jotain, mistä voi tai haluaa vauvan myötä luopua. Säästöjä saattaa kertyä harrastuksista, matkustelusta, ulkona syömisestä tai vaikka suoratoistopalveluista, Simola listaa.

Hän kannustaa käymään läpi erityisesti kalliit luotot, kuten pikavipit tai älylaitteiden ja kodinkoneiden osamaksusopimukset. Usein niiden korot ovat esimerkiksi asuntolainaa korkeammat. Jos mahdollista, ylimääräiset luotot voi maksaa pois ennen vauvan syntymää. Vähintäänkin ne kannattaa kilpailuttaa hyvissä ajoin. Myös takaisinmaksuajan pidennys voi tuoda talouteen liikkumavaraa, Simola vinkkaa.

Asuntovelallisilla lainan lyhennys on tyypillisesti talouden suurin menoerä. Moni velallinen turvautuu lainan lyhennysvapaaseen viimeistään siinä vaiheessa, kun jompikumpi vanhemmista jää hoitamaan lasta kotihoidon tuella.

”Jos talous on viritetty tiukalle, lyhennysvapaa voi tuoda joustoa niin, että rahaa riittää myös yllättäviin menoihin”, Simola sanoo.

NYKYÄÄN MONI POHTII MYÖS LAPSELLE SÄÄSTÄMISTÄ.

S-Pankin asiakkaille vuoden mittaista lyhennysvapaata voidaan tarjota verkkopankissa automaattisesti, ja sitä voi käyttää kuukausi kerrallaan tarpeen mukaan. Jos optiota lyhennysvapaaseen ei tarjota suoraan, sitä voi hakea itse verkkopankin kautta.

## Myöhemminkin voi säästää

Emilia Simola muistuttaa, että lapsesta koituvat kulut eivät suinkaan pääty yksivuotissyntymäpäivään.

”Vauvavuosi itsessään ei ole kovimpien kustannusten vuosi, jos kaikki on hyvin. Ensin maksetaan vaippoja, myöhemmin ehkä valmennusmaksuja.”

Jos siis perheenlisäykseen ei ehdi varautua etukäteen taloudellisesti, kannattaa muistaa, että talouden tasapainottaminen tai säästämisen aloittaminen ei ole koskaan myöhäistä.

Nykyään moni pohtii myös lapselle säästämistä. Jos oma talous on kunnossa ja ylimääräistä jää sivuun, suhteellisen pienelläkin summalla saa paljon aikaan, sanoo Simola.

”Lapselle säästäessä rahastosijoittaminen on säästötiliä järkevämpi vaihtoehto, sillä inflaatio syö rahan arvoa. Lisäksi rahastossa saa korkoa korolle, ja pitkä säästöaika myös tasaa talouden vaihtelua.”

Jos valitsee rahaston, jonka tuottoodotus on viisi prosenttia, ja sijoittaa ensimmäisen lapsilisän ja sen jälkeen 30 euroa kuussa, lapsen rahastosalkussa saattaa olla 18-vuotissyntymäpäivänä 10 641 euroa. Tästä odotettua tuottoa on 4 061 euroa, Simola laskee.

*Kokeile S-pankin säästölaskuria osoitteessa s-pankki.fi/saastolaskuri*

Auri Saarelainen säästi ostamalla vauvan vaatteita käytettynä.

Kuva Riina Peuhu

**Auri Saarelainen, Valkeakoski**

# ”Onnea ei voi mitata rahassa”

**”KUN ALOIMME PUHUA** vauvasta, olin opiskelija ja mieheni oli kokopäivätyössä. Päätimme, että emme jäisi odottamaan valmistumista tai vakitöitä, koska elämäntilanteemme oli muuten hyvä.

Kävimme jo suunnitteluvaiheessa läpi talouttamme. Listasimme tulot ja kuitteihin perustuvat menot parin kuukauden ajalta Exceliin. Sen pohjalta laskimme, paljonko rahaa tarvittaisiin ja mistä voisimme tinkiä.

Säästömme kuluivat omakotitaloon, jonka ostimme noin kuukausi sen jälkeen, kun olin tehnyt positiivisen raskaustestin. Halusimme kasvattaa lapsen omakotitalossa. Lisäksi lainan lyhentäminen on meille edullisempaa kuin vuokran maksaminen.

Jo raskausaikana karsimme menot minimiin. Oma lentopalloharrastukseni jäi raskauden myötä tauolle. Kuntosalikortitkin voitiin lakkauttaa, kun mieheni rakensi autotalliin kuntosalin. Välineet hän haali kirppareilta.

Vauvan syntymää edeltävänä keväänä tein paljon töitä vaatekaupassa ja tiimiyrittäjänä. Mieheni sai pienen palkankorotuksen. Säästöjä ei silti kertynyt, koska lisätulot menivät vauvan ja kodin hankintoihin. Ostimme vauvan tarvikkeet ja vaatteet pääosin käytettyinä, jotain saimme mummolan ullakolta. Rattaat ja turvakaukalon ostimme uutena.

Siihen emme osanneet varautua, että imetys ei onnistunut. Korvikkeeseen meni 100–200 euroa kuukaudessa. Onneksi pystyimme tiukkoina hetkinä turvautumaan luottokortteihin. Lisäksi pystyin yrittäjänä ottamaan ylimääräisiä asiakkaita, ja esimerkiksi nettisivuja tekemällä sain kasaan tarvittavia lisäsatasia.

**VALMISTUIN** vanhempainvapaalla yrittäjyyden ja tiimijohtamisen tradenomiksi. Kun lapsi oli kahdeksan kuukauden ikäinen, aloitin oman alan työt. Siinä vaiheessa puolisoni jäi vanhempainvapaalle. Otimme asuntolainasta viiden kuukauden lyhennysvapaan, jotta saimme luottokorttivelat maksettua ja hoidettua muutamia isompia hankintoja.

Nyt lapsi on osa-aikaisesti päivähoidossa ja minä täysipäiväisesti töissä. Mieheni opiskelee. Raha-asiat stressaavat edelleen, ja arki on kiireistä, mutta luotan siihen, että asiat ovat järjesteltävissä.” ■

"Takan äärellä on kiva rupatella ystävien kanssa ja parantaa maailmaa", Helena Heilala sanoo.

# Terapiatupa luonnon helmassa

Heilalan pariskunta muurautti Bonuksilla takan luonnonkivistä. Viehättävässä takkatuvassa parannetaan maailmaa ja vaihdetaan kuulumisia läheisten kanssa.

teksti **KIRSI HEMANUS** kuva **ANNA-KATRI HÄNNINEN**

Elokuu joitakin vuosia sitten on jäänyt mikkeliläisen Heilalan pariskunnan mieleen.

”Pihassamme on upea luonnonkivi. Pyysin muurarin katsomaan, voisiko sen päälle muurata takan luonnonkivistä. Takasta tuli loistava”, kertoo **Helena Heilala**.

Heilalat asuvat Saimaan rannalla luonnonkauniissa ympäristössä.

”Rakensimme takan ympärille vielä seinät vanhoista ikkunoista. Siitä tuli meille terapiatupa”, hän jatkaa.

Takan hinnaksi tuli 1 300 euroa. Pariskunnan ilo oli suuri, kun paljastui, että heidän bonustilillään oli tarvittava summa. Se oli myös yllätys, sillä tiliä ei ollut käytetty pitkään aikaan.

Kaunista takkaa käytetään läpi vuoden. Tunnelma on Heilalan pariskunnalle tärkeä. Vappuna he laittavat takkatuvassa Järviradion soimaan, ja se saa soida läpi vuorokauden koko kesän ajan. Radio suljetaan vasta elokuun lopussa venetsialaisissa.

”Radiosta tulee maisemaan sopivaa musiikkia ja tarinoita. Leppoisa kesäfiilis tulee heti, kun avaan takkatuvan oven ja kuulen radion äänen”, kertoo Helena.

Takka tuo iloa myös talvella.

”Jouluna ja uutenavuotena istumme takkatulen ääressä glögilasien kanssa ja mietimme, miten vuosi on mennyt. Paistamme takassa usein herkulliset makkarat”, Helena kertoo.

Parasta takassa on, että se antaa sekä sisäistä että ulkoista lämpöä.

”Sen äärellä on kiva rupatella myös ystävien kanssa ja parantaa maailmaa.”

**PERHEEN RUOKA-** ja vaateostokset, harrastemenot, polttoainekulut sekä hotellimaksut on keskitetty S-ryhmän liikkeisiin. Bonuksia kertyy yleensä 40–50 euroa kuussa.

”Viimeksi uusin silmälasit Stellan Silmäasemalla, ja Bonuksia tuli kivasti. Ostosten keskittäminen todella kannattaa”, kertoo Helena.

Takan hankkimisen jälkeen Heilalat ovat keksineet uuden kohteen Bonuksille. Rahat talletetaan kahden lapsenlapsen tileille synttärilahjaksi.

Heilalat ovat osuuskaupan jäseniä jo neljännessä polvessa. Myös Helenan ja Sakarin kaksi aikuista poikaa ovat S-ryhmän jäseniä.

Helena muistaa, kuinka nykyisiä Bonuksia vastaava jäsenpalautus laskettiin aikanaan kerran vuodessa kaikkien ostosten loppusummasta – mutta summa piti laskea kuiteista itse.

”Uudenvuodenpäivänä äitini laski isoa vuoden aikana kertynyttä kuittikasaa ilman laskukonetta. Sitten kuitit laitettiin pussiin ja palautettiin kaupan kassalle.”

Helena on ollut jäsen jo yli 40 vuotta. 14-vuotiaana hän oli jopa kesätöissä myyjänä Suur-Savon Osuuskaupassa.

”Silloin irtomaitoa myytiin suoraan kannuihin. Puhdistin mittalaitteita ja järjestelin hyllyjä. Sain kaksi viikkoa lomaa, että pääsin rippikoululeirille. Maksoin palkastani rippipuvun.” ■

*”Paistamme takassa usein herkulliset makkarat.”*

***KERÄÄ BONUSTA!***

**Bonus kertyy koko perheen ostoista. Bonustaulukko kertoo, kuinka paljon saat Bonusta. Täyden viiden prosentin Bonuksen saat 900 euron kuukausiostoilla.**

**Bonusta jaettiin 379 miljoonaa euroa vuonna 2021, eli asiakasomistajat saivat Bonusta omalle tililleen keskimäärin 153 euroa.**

*Lue lisää: s-kanava.fi*

# LAATUA KEITTIÖÖN

wilfa

QUICK BOIL
34,95€
WKW-5S

CLASSIC TALL
139€
CM2S-A125

CLASSIC
49,95€
CT-1000S

### QUICK BOIL
Tyylikäs, näppärän kokoinen vedenkeitin, jossa keität tarvittavan määrän aina 1 litraan saakka.

### TALL KAHVINKEITIN
Laadukas kahvinkeitin automaattisella tippalukolla. 1,25l kapasiteetti ja juuri oikea kahvinvalmistuslämpötila. Automaattinen virrankatkaisu ja puhdistusmuistutus.

### CLASSIC LEIVÄNPAAHDIN
Tyylikäs leivänpaahdin, jonka design kestää niin käyttöä kuin aikaa. 6 eri paahtoastetta. Uudelleenlämmitys-, sulatus- ja keskeytystoiminnot. Irrotettava alusta kerää leivänmurut, ja helpottaa puhtaanapitoa.

RAPIDS
39,95€
WK3W-2000

CLASSIC TALL
119€
CM2W-A125

CLASSIC
54,95€
CT-1000MW

### RAPIDS
Klassisen tyylikäs mattavalkoinen vedenkeitin 1,7L tilavuudella

### TALL KAHVINKEITIN
Laadukas kahvinkeitin automaattisella tippalukolla. 1,25l kapasiteetti ja juuri oikea kahvinvalmistuslämpötila. Automaattinen virrankatkaisu ja puhdistusmuistutus.

### CLASSIC LEIVÄNPAAHDIN
Tyylikäs leivänpaahdin, jonka design kestää niin käyttöä kuin aikaa. 6 eri paahtoastetta. Uudelleenlämmitys-, sulatus- ja keskeytystoiminnot. Irrotettava alusta kerää leivänmurut, ja helpottaa puhtaanapitoa.

XPLODE VITAMIN
84,95€
BLP-1200W

XPLODE 2GO
Tee smoothie tai palautusjuoma suoraan mukaan otettavaan pulloon! Sopii malleihin XPLODE.

29,90€
WX-2GO

XPLODE ENERGY
99€
BLSP-1200S

SMOOTH
59,95€
BL-1000S

### XPLODE VITAMIN
Voimakas ja helppokäyttöinen. 1200W ja 1,8l lasikannu. Säädettävä nopeus ja sykäystoiminto. Automaattipuhdistusohjelma.

### XPLODE ENERGY
Voimakas ja monipuolinen. 1200W ja 1,8l lasikannu. Säädettävä nopeus, 3 automaattiohjelmaa ja erillinen puhdistusohjelma.

### SMOOTH
Valmistaa smoothien tai jääkahvin vaivatta. 1000W ja 1,5l lasikannu. Säädettävä nopeus ja 3 automaattista ohjelmaa.

BEYOND EXPECTATIONS SINCE 1948 5 VUODEN TAKUU

Kaikilla Wilfa kodinkoneilla
on **kestävä viiden vuoden takuu.**

PRISMA

# INNOVAC SENSOR

Wilfan tarina on saanut alkunsa vuonna 1948, kun perheyhtiö perustettiin ja yhtiön ensimmäiset Wilfa pölynimurit lanseerattiin Norjassa. Nyt Wilfa palaa juurilleen lanseeraamalla uuden älykkään, käyttäjäystävällisen, hiljaisen ja helppokäyttöisen Innovac Sensor varsi-imurin.

**MONIPUOLINEN TEHONSÄÄTÖ**
Valittavissa 4 eri tehoa: Auto, Korkea, Keskitaso ja Matala. Auto-toiminnolla imuri käyttää juuri oikean määrän tehoa, jolloin se optimoi akun käyttöä. Tämä mahdollistaa pidemmän toiminta-ajan (jopa 60min) päivittäisessä käytössä sekä miellyttävän äänentason. Virtapainiketta ei tarvitse pitää imuroinnin ajan pohjassa, riittää että sitä painaa kun imuroinnin aloittaa ja lopettaa.

**INFORMATIIVINEN LED-NÄYTTÖ**
Kertoo jäljellä olevan akun keston, latauksen tilan, tehoasetuksen ja muut laitteeseen liittyvät ilmoitukset. Näyttö opastaa käyttäjää tarpeen mukaan myös esim. suodattimen puhdistamisessa tai tukoksen poistamisessa.

**IRROTETTAVA JA PESTÄVISSÄ OLEVA PÖLYSÄILIÖ**
Kätevästi irrotettava ja pesun kestävä pölysäiliö ja suodatin. Pitkäkestoinen 4-kerroksinen HEPA-suodatusjärjestelmä.

**INNOVAC SENSOR**
**299€**
HS1-SB

**OPTINEN PÖLYNTUNNISTIN**
Tunnistaa pölyn ja säätää imutehon tarpeen mukaan. Toiminto mahdollistaa optimaalisen toiminta-ajan.

**VAIHDETTAVA LATTIAHARJA**
Mukana erityisesti koville lattioille sopiva rullaharja & yhdistelmäharja matoille ja muille lattiapinnoille. Miniturbo-suulake huonekaluille ja monitoimisuulakkeet muille materiaaleille.

**TEHOKAS LED-VALO**
Optimoi näkyvyyttä.

**Saatavana Prisma.fi verkkokaupasta ja isoimmista Prismoista. Tarkista saatavuus Prisma.fi**

## OMINAISUUDET

- Älykäs pölyntunnistustekniikka ja automaattinen tehonsäätö
- 4-portainen tehonsäätö
- 4-kerroksinen HEPA-suodatusjärjestelmä
- Hiiliharjaton moottori
- Erinomainen puhdistuskyky 140 AW:n imuteholla
- Jopa 60 minuuttia siivousta yhdellä latauksella
- Ei jatkuvaa tarvetta painaa virtanäppäintä
- Informatiivinen ja opastava LED-näyttö
- Pestävä pölysäiliö ja suodatin
- Suulakkeet kaikille lattiapinnoille

* Takuu 5v. Akun osalta takuu 1v.

PRISMA

# Kaikkea jouluun maan ja taivaan väliltä.

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

Tervetuloa jouluostoksille ja verkkokauppaan: **Prisma.fi.**

## Napapiirin tuntumassa

**Lappi on Suomen laajin maakunta, jonka keskuskaupunki on Rovaniemi. Muita kaupunkeja ovat Kemi, Tornio ja Kemijärvi. Lapin 21 kunnassa asuu noin 176 000 ihmistä. Pohjois-Suomessa toimivan Osuuskauppa Arinan 200 toimipaikasta 76 sijaitsee Lapin maakunnassa. Niistä pohjoisin löytyy Inarista.**

# PUKINKONTTIIN TALVEN IHMEMAA

Lapin sukkien varsissa komeilee uljas poro, joka tunnetaan kaikkialla maailmassa joulun symbolina. Kärkiosassa hehkuvat auringot antavat lupauksen myös Lapin kesästä.

ohje **MINTTU WIKBERG** kuvat **PANU PÄLVIÄ**

# JOULUN DORO
## MATKAPUHELIMET

**Doro 8110**
Tyylikäs, laadukkaalla kolmoiskameralla varustettu 4G älypuhelin. Patentoitu EVA käyttöjärjestelmä tekee Androidin käytöstä helppoa. IP54 roiskevesi suojattu puhelin kestää käyttöä. Doron avunpyyntöpainike varmistaa, että apu on aina ulottuvilla.
Väri: grafiitti.
www.doro.fi

**Doro 6041**
Tyylikäs ja helppokäyttöinen simpukkapuhelin kameralla. Kuulokeääni on voimakas ja erittäin selkeä. Ominaisuuksiin kuuluvat mm. päivittäinen muistutus –toiminto, Bluetooth® ja turvaominaisuudet. Väri: punainen ja musta. www.doro.fi

**Doro 1382**
Helppokäyttöinen peruspuhelin soittamiseen ja viestien lähettämiseen. Ominaisuuksia mm. taskulamppu, turvanäppäin sekä säädettävä tekstin koko. Väri: musta ja punainen. www.doro.fi

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.

Yönsinisten varsien suussa tuikkivat tähdet.

**Kuka saa sukat?**
Ehdota Lappi-sukille saajaa Yhteishyvän Facebookissa! Malliparin koko on 38–39.

# Lappi

**KOKO 38–39**

**Langan menekki: Novita Seitsemän Veljestä 75% villa/ 25% polyamidi, 100 g = 200 m**
**(170) laivasto 150 g**
**(010) luonnonvalkoinen 50 g**
**(288) tähkä 15 g**
**Sukkapuikot 3,5 mm tai käsialan mukaan**
**22 s / 10 cm kirjoneuletta 3,5 mm puikoilla**

## Varsi

Luo sukkapuikoille värillä laivasto 68 s ja jaa s:t neljälle puikolle. Kerroksen vaihtumiskohta on IV ja I puikon välissä.

Neulo joustinneuletta suljettuna neuleena *2o, 2 n*, toista *-* kunnes työn korkeus on 3 cm. Neulo 1 krs oikein resorin värillä ja lisää samalla tasavälein 2 s = 70 s.

Aloita kirjoneule suljettuna neuleena 1. kaavion 1. krs:lta. Tee kavennukset kaavion mukaan. Kavennusten jälkeen työssä on 52 s, 13 s kullakin puikolla.

## Kantapää

Kun olet neulonut kaavion loppuun, jatka sinisellä langalla ja aloita kantalappu neulomalla I puikon silmukat oikein IV puikolle = 26 s. Jätä muut silmukat odottamaan. Käännä työ ja neulo vahvennettua neuletta: 1. krs: (työn nurja puoli) nosta 1. s neulomatta (lanka jää työn nurjalle puolelle) ja neulo muut s:t nurin. Käännä työ. 2. krs: (työn oikea puoli) *nosta 1 s neulomatta, lanka jää nurjalle puolelle, neulo 1 s oikein*, toista *–* kerros loppuun. Käännä työ. Toista kerrokset 1–2 yhteensä 13 kertaa (= 26 krs).

Neulo vielä nurjan puolen kerros ja aloita kantapohjan kavennukset: jatka samaa vahvennettua neuletta kuin aiemmin. Neulo kantalapun oikeasta reunasta, kunnes toisessa reunassa on 9 s. Tee ylivetokavennus (= nosta 1 s oikein neulomatta, neulo 1 s oikein ja vedä nostettu s neulotun yli) ja käännä työ. Nosta 1. s neulomatta, neulo 8 s nurin ja neulo 2 seuraavaa s:aa nurin yhteen, käännä työ. Nosta 1. s neulomatta, neulo kunnes on jäljellä 8 s, tee ylivetokavennus. Jatka edelleen samalla tavalla siten, että sivusilmukat vähenevät koko ajan ja keskiryhmän s:t pysyvät samana eli 10:nä. Kun sivusilmukat loppuvat, jaa kantalapun s:t kahdelle puikolle, 5 s molemmille puikoille. Neulo oikean puoleiset 5 s oikein. Kerroksen vaihtumiskohta on nyt tässä.

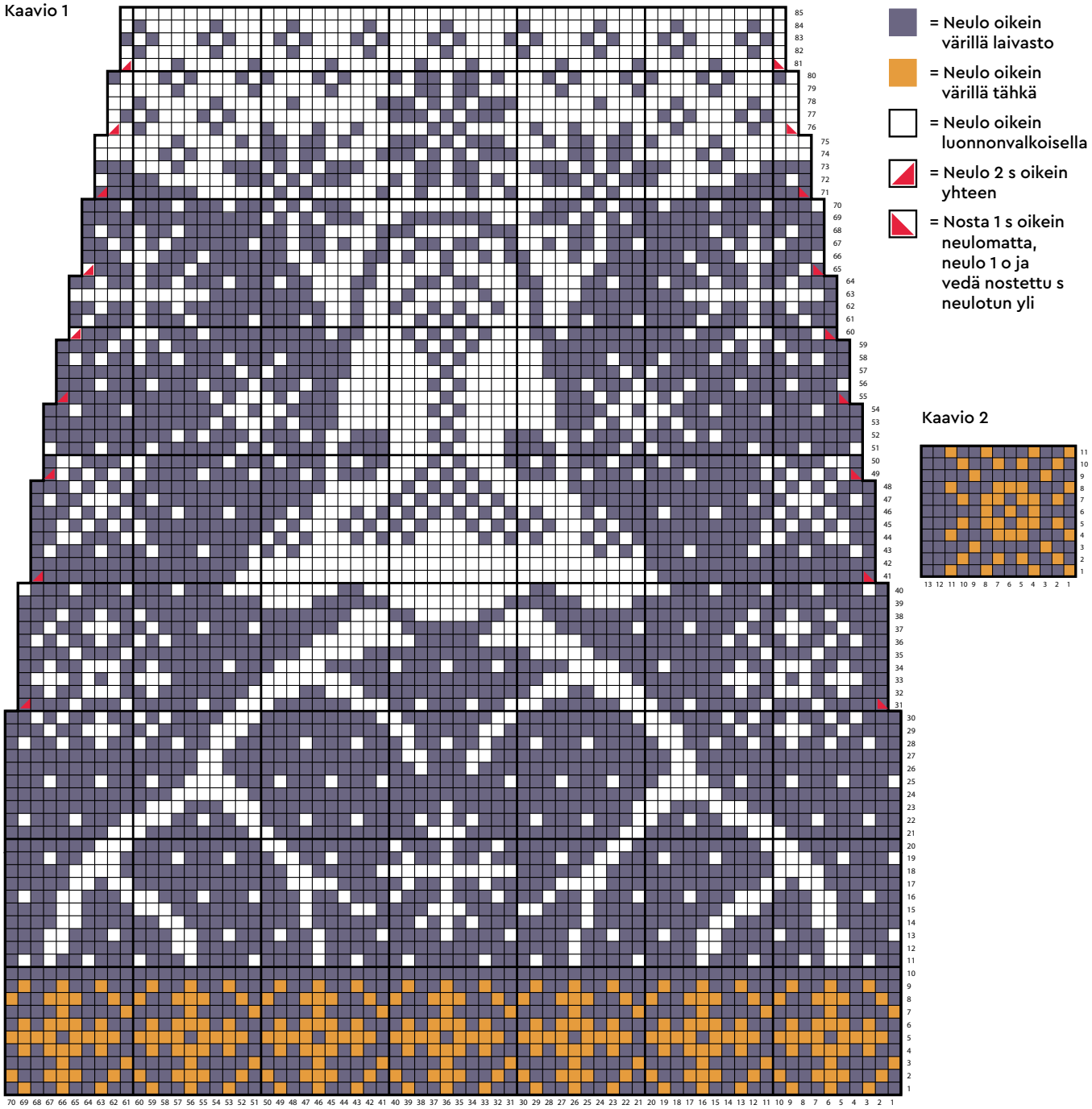
Poimi vapaalle puikolle kantalapun vasemmasta reunasta 13 s + 1 s kantalapun ja II puikon välistä. Neulo kantalapun 5 s oikein ja poimitut s:t kiertäen eli takareunasta oikein. Neulo II ja III puikon s:t oikein. Poimi kantalapun oikeasta reunasta 13 s + 1 s III puikon ja kantalapun välistä sillä puikolla, jolla on 5 s. Neulo poimitut s:t kiertäen oikein ja kantalapun 5 s oikein.

## Kiilakavennukset

Jatka näillä 64 s:lla sileää neuletta ja aloita kiilakavennukset: neulo I puikon lopussa 2 viimeistä s:aa oikein yhteen ja tee IV puikon alussa ylivetokavennus. Neulo 1 välikerros ja toista kavennukset. Tee kavennukset joka 2. krs kunnes työssä on 52 s eli joka puikolla 13 s.

Aloita sitten kirjoneule 2. kaavion 1. krs:lta. 13 s:n mallikerta toistuu kerroksella 4 kertaa. Kaavion kerrosten jälkeen neulo vielä sileää neuletta pohjavärillä kunnes pohjan pituus on 20 cm tai pikkuvarvas peittyy.

Kaavio 1




Kaavio 2



## Kärki

Aloita kärkikavennukset nauhakavennuksina: Neulo I ja III puikon lopussa 2 o yhteen, 1 o ja neulo II sekä IV puikon alussa 1 o ja tee ylivetokavennus. Tee kavennukset kuten edellä joka 2. krs, kunnes joka puikolla on jäljellä 7 s. Tee sen jälkeen kavennukset joka kerroksella. Kun työssä on jäljellä 8 s, katkaise lanka, vedä se silmukoiden läpi ja päättele hyvin.

Neulo toinen sukka samoin.

## Viimeistely

Höyrytä sukat kevyesti.

**LANKOJA MYYNNISSÄ**
Prismassa. Värit vaihtelevat sesongeittain ja myymälöittäin.

JAA KUVA INSTAGRAMISSA #SUKKAMAA JA MERKITSE KUVAAN @YHTEISHYVA

STARK
Reilusti rakentajan asialla

# TERVETULOA UUSI VUOSI JA UNELMIEN KOTI

**Laita remontti-ideat toteen Starkin kanssa. Laajan tuotevalikoiman ja henkilökohtaisen palvelun kautta löydät seiniin oikeat sävyt, lattioihin sopivimmat materiaalit ja keittiöön arkea parantavat ratkaisut.**

Keskittämällä remonttiostokset johonkin pääkaupunkiseudun seitsemästä Stark-myymälästä, keräät laadukkaiden tuotteiden lisäksi mukaasi myös Bonusta.

PERÄKÄRRY VELOITUKSETTA LAINAAN!

## REMONTTIPROJEKTISI TUKENA:

### TUOTEVALIKOIMA
Laaja valikoima rakentamisen ja remontoimisen tuotteita suoraan myymälästä.

### MYYMÄLÄVERKOSTO
Kattava myymälä-verkosto pää-kaupunkiseudulla. Saat kaikista S-ryhmän Bonusta.

### RAKENTAJAPALVELU
Hyödylliset vinkit ja neuvot projekteihin Starkin Rakentajapalvelusta.

### KULJETUSPALVELU
Kaikki tuotteet ja tarvikkeet suoraan kotiin kuljetettuna.

* Bonus kertyy myös vuokrauspalvelustamme. Bonusta ei kerry toimituskuluista.

MEILTÄ SAAT BONUSTA

Saat S-Etukortilla Bonusta pääkaupunkiseudun Stark-myymälöistä Helsingin, Espoon, Vantaan ja Tuusulan alueella. Bonus kertyy alueen myymälöiden valikoimaan kuuluvista, myymälässä maksetuista tuotteista ja palveluista. Bonus ei kerry verkkokaupasta, tiliostoista eikä valikoiman ulkopuolisista tehdastoimitustuotteista. Lisätietoa asiakasomistajuudesta: s-kanava.fi

PÄÄKAUPUNKI-SEUDUN STARK-MYYMÄLÖISTÄ SAA NYT S-ETUKORTILLA BONUSTA – JOPA 5 % *
Ei koske verkko-kauppaostoksia.

29,90 €/m²

RAW

## VINYYLILATTIA SPC 6 MM KL34

1518X235X6 mm vinyylilankku. Integroitu askeläänieriste, ftalaation, SPC, M1.
2,14 m²/pkt.

White Oak 78QO, Light Oak 42CW, Dark Oak 97EB, Grey Oak 42CX

LAUFEN

## WC-ISTUIN RIGO

WC-istuin Laufen Rigo pehmeällä istuinkannella Piilotettu S-lukko, tuplahuuhtelu, sulkuventtiili. Mitat: 36 x 65 x 85 cm.

229 € kpl

SWEDOOR JW

## UNIQUE-MASSIIVIKEHYSOVI JW501

Korkealaatuinen, jämäkkä ja modernisti muotoiltu massiivikehysovi.

8x21 (78YA)
9x21 (78YB)

276 € kpl

## BONUSTA KAIKISTA PÄÄKAUPUNKISEUDUN STARKEISTA

Helsinki Herttoniemi, Helsinki Suutarila, Vantaa Martinlaakso, Vantaa Petikko, Espoo Olari, Espoo Kivenlahti, Tuusula

Finland SAWO

## SÄHKÖKIUAS SAWO 6KW KRIOS 5-9M³

Krios- pieni suuri kiuas - pienestä kiukaasta reilulla kivimäärällä pehmeät löylyt. 54OD.

199 € kpl

damixa

## KATTOSUIHKUSETTI DAMIXA KUDOS KROMI

Kattosuihkupaketti vaihtimella ja käsisuihkulla. 200 mm kattosuihkulautanen. Ei sisällä termostaattia. 39EK.

199 € kpl

## STARK RENT

STARK RENT

Ammattitason rakennuskoneet isompiin ja pienempiin tarpeisiin.

**TUUSULA**, Majavantie 5, avoinna ma-pe klo 6-21, la 9-18, su 10-18 | **HERTTONIEMI**, Sahaajankatu 6, avoinna ma-pe klo 6.30-19, la klo 9-16 **SUUTARILA**, Valokaari 6, avoinna ma-pe klo 6-19, la klo 9-16 | **MARTINLAAKSO**, Voimalantie 4, **OLARI**, Olarinluoma 15, avoinna ma-pe klo 6.30-19, la klo 9-16 | **KIVENLAHTI**, Ruukintie 4, avoinna ma-pe klo 6-18, la klo 9-16 | **NONSTOP PETIKKO 24/7**, Tiilipojanlenkki 7

**STARK-SUOMI.FI**

Verkkokauppaostot eivät kerrytä S-ryhmän Bonusta

*On koskettavaa, miten pienistä asioista hyvä joulu monelle vähävaraiselle perheelle rakentuu.*

"Avun pyytäminen ei enää hävetä niin kuin menneinä vuosikymmeninä", kertoo Anna-Marja Jokiniemi.

# Jokainen lapsi ansaitsee joulun

Suomessa on 129 000 vähävaraisissa perheissä elävää lasta. Hyvä Joulumieli -keräyksen tavoite on saada jouluruokaa näiden perheiden pöytiin.

teksti **IINA KANSONEN** kuvat **RIIKKA HURRI**

Jouluun latautuu paljon odotuksia erityisesti lapsiperheissä. Yhdessä syöminen, herkuttelu ja lahjojen jakaminen kuuluvat monen lapsiperheen jouluun, mutta vähävaraisille ne voivat olla kaikkea muuta kuin itsestäänselvyyksiä.

Viinijärveläinen **Anna-Marja Jokiniemi** on ollut mukana jakamassa Hyvä Joulumieli -lahjakortteja jo usean vuosikymmenen ajan. Lahjakortit on osoitettu tiettyihin kaupparyhmiin, ja kortilla voi ostaa ainoastaan elintarvikkeita.

Jokiniemi kertoo, että avuntarvetta on monenlaisissa lapsiperheissä: lahjakortteja jaetaan yhtä lailla työttömille kuin työssä käyville, suurille ja pienille perheille sekä yksinhuoltajille ympäri Suomen. Jokiniemen mieleen on jäänyt erityisesti kohtaaminen erään yksinhuoltajan kanssa.

”Hän oli erittäin tiukilla, ja lahjakortti tuntui hänestä hengenpelastukselta. Kun on yksin lapsen kanssa, voi herkästi ajatella olevansa yksin vastuussa siitä, että lapsi saa joulun.”

**HYVÄ JOULUMIELI -KERÄYS** sai alkunsa vuonna 1997 toimittaja **Arto Nybergin** kotona. Elettiin 90-luvun laman jälkimaininkeja, ja Ylen Aamutv:ssä työskennellyt Nyberg pohti, miten suomalaisia lapsiperheitä voisi auttaa vaikeina lamanjälkeisinä vuosina.

Nybergin ideasta kehittyi lopulta valtakunnallinen joulukeräys. Koska tarkoituksena oli auttaa vähävaraisia lapsiperheitä, valikoituivat Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Suomen Punainen Risti luonteviksi kumppaneiksi keräyksen järjestämiseen.

Tänä vuonna 26. kertaa järjestettävän Hyvä Joulumieli -keräyksen tavoite on pysynyt samana kaikki vuodet. Jaettavien lahjakorttien määrä riippuu siitä, kuinka paljon keräys tuottaa rahaa.

”Jaamme 21 000 kappaletta 70 euron arvoisia lahjakortteja. Valitettavasti kortteja ei riitä kaikille tarvitseville, sillä muun muassa ruoan ja sähkön hintojen nousun vuoksi avun tarvitsijoita on tänä vuonna entistä enemmän”, sanoo SPR:n sosiaalisen hyvinvoinnin koordinaattori **Maaret Alaranta**.

Kortti on lahja. Avuntarvitsijat etsitään yhteistyössä esimerkiksi sosiaalitoimen ja lastenneuvoloiden kanssa. Joskus ihmiset myös pyytävät apua itse suoraan SPR:ltä tai MLL:lta. Kortin saajat valitaan kuitenkin avun tarpeen perusteella.

**ANNA-MARJA JOKINIEMI** on pannut ilahtuneena merkille, että avun pyytämistä ja vastaanottamista ei enää pidetä häpeänä samalla tavalla kuin menneinä vuosikymmeninä.

”Aikaisemmin ihmiset saattoivat jopa kieltäytyä lahjakortista, koska heitä hävetti ottaa apua vastaan. Nykyään ilahdutaan siitä, että joku tarjoaa tukalassa tilanteessa apua.”

Jokiniemen mukaan ruokalahjakortti mahdollistaa monessa perheessä sen, että lapsille voidaan ostaa joululahjat. Ilman lahjakorttia kaikki oma raha olisi laitettava ruokaan.

”Lahjakortin saajasta näkyy usein päällepäin suuri kiitollisuus ja onnellisuus. Monesti kyynelehdimme siinä molemmat, sekä kortin saaja että minä.” →

MAISTA UUTTA

Saatavilla rajoitetun ajan

UUTUUS!

Herkullista Marabou-suklaata, rapeaa kanelikeksiä ja maistuvaa omenaa

COCOA LIFE

Marabou-suklaassa käyttämämme kaakao on 100 % vastuullisesti Cocoa Life -tuotettua. Cocoa Life on oma maailmanlaajuinen vastuullisuusohjelmamme.

Mmm...Marabou

### *HYVÄ JOULUMIELI -KERÄYS*

- Keräys järjestetään tänä vuonna 26. kertaa.
- Sen järjestävät Suomen Punainen Risti, Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Yleisradio. Yhteistyökumppaneina toimivat esimerkiksi sosiaalitoimistot, neuvolat ja koulut.
- Keräykseen voivat osallistua sekä yksityiset ihmiset että yritykset.
- Avunsaajiksi valitut perheet saavat 70 euron lahjakortin, jolla voi ostaa elintarvikkeita muun muassa S-ryhmän ruokakaupoista.
- Tänä vuonna keräykseen voi osallistua 17.11.–24.12.
- S-ryhmä lahjoittaa keräykseen tänä vuonna 40 000 euroa.

Lue lisää: hyvajoulumieli.fi.

Maaret Alaranta kertoo, että autettavat perheet ovat hyvin tunnollisia ja kysyvät toisinaan esimerkiksi sitä, saako lahjakortilla ostaa ruoan lisäksi vaikkapa konvehtirasian.

”Kerran eräs perhe kertoi ostaneensa jouluruokien lisäksi sipsipussin ja limsapullon. On koskettavaa, miten pienistä asioista hyvä joulu monelle vähävaraiselle perheelle rakentuu.”

**ITSENÄISYYDEN JUHLAVUODEN** lastensäätiö Itla arvioi Suomessa olevan 129 000 vähävaraisessa perheessä elävää lasta. Heidän määränsä on Itlan mukaan lisääntynyt tämän vuoden aikana 30 000:lla.

”Lapsiperheköyhyys on suuri yhteiskunnallinen ongelma. Aivan liian moni lapsi elää köyhässä perheessä, ja sillä on tutkitusti vaikutuksia myöhempään elämään, kuten opiskeluun, työuraan, terveyteen ja muuhun hyvinvointiin”, Alaranta kertoo.

Hän toivoo, että jokainen lapsi saisi elää huolettoman lapsuuden. Se ei kuitenkaan ole mahdollista niissä perheissä, joissa joudutaan koko ajan sinnittelemään ja käymään ruokajonossa, Alaranta sanoo.

**PIAN 20** vuotta eläkkeellä ollut Anna-Marja Jokiniemi suunnittelee jatkavansa vapaaehtoistyötä SPR:llä niin pitkään kuin jaksaa. Hän arvelee auttamishalunsa kumpuavan hoitoalalla vietetyistä työvuosista.

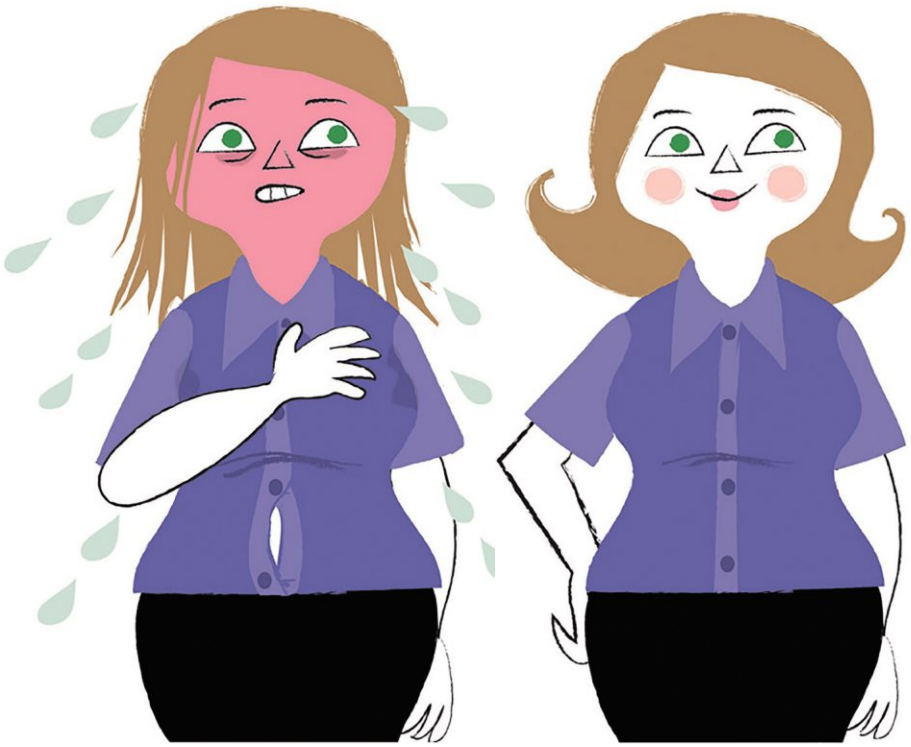
”Vapaaehtoistyö on ollut hyvä jatke hoitotyölleni. Molemmissa saan auttaa muita, ja saan siitä paljon enemmän kuin mitä annan. Minulle tulee hyvä mieli, kun annan lahjakortin ja näen, miten iloiseksi ihmiset siitä tulevat.”

Jokiniemen mukaan suomalaiset auttavat mielellään lähimmäisiään. Hän toivoo, että meistä jokainen muistaisi ajatella jouluna lämmöllä muita ihmisiä – sekä tuttuja että tuntemattomia.

”Kun me vain muistaisimme olla ihmisiä toisillemme ja auttaa muita. Se on nykyään tehty hyvin helpoksi.” ■

# Kuumat aallot kuriin

Jatkuva heräily haittaa monen naisen elämää. Vaihdevuosioireita ei tarvitse hävetä – ja niihin löytyy omahoitokeinoja, sanoo tietokirjailija Varpu Tavi.



Vaihdevuosioireet saattavat ilmaantua naisen elämään kuin hyökyaalto. Kuumat aallot, yöhikoilu, mielialanvaihtelut – ei niihin voi valmistua etukäteen.

45-vuotiaana vaihdevuosioireiden kouriin joutunut **Kirsi Toivanen** kertoo tulleensa totaalisen yllätetyksi.

– Ihmettelin, miten voin saada kuumia aaltoja ja olla itkuinen ja surumielinen, vain 45-vuotiaana.

Toivasen yöt muuttuivat raskaiksi. Nukkumisesta ei tullut käytännössä katsoen mitään.

– Saatoin herätä kymmenenkin kertaa yhden yön aikana. Välillä oli hiki ja välillä kylmä, Toivanen kertoo.

Hänen tarinansa on tuttu vaihdevuosiin perehtyneelle tietokirjailijalle **Varpu Taville**.

Jatkuva hikisenä öisin herääminen ei ole harvinainen vaihdevuosioire. Moni nainen kohtaa menopaussin jo paljon ennen viisikymppisiään.

## Oireita voi helpottaa monin keinoin

> Välillä oli hiki ja välillä kylmä. Ei naisellisuus lopu menopaussiin.

Kuumia aaltoja ja muita vaihdevuosioireita voi lievittää omahoitokeinoilla.

– Iloa tuottava liikunta, höttöhiilareita ja sokeria rajoittava ruokavalio sekä unen ja stressin hoitamiseen panostaminen helpottavat monesti oireita, Tavi kertoo.

Oireiden hallintaan voi pyrkiä myös ravintolisien tai hormonikorvaushoidon avulla.

Kirsi Toivanen halusi etsiä oireisiinsa luonnollista apua.

– Menoforce Strong -tuote helpotti oloani. Koin, että sen avulla kuumat aaltoni katosivat, Toivanen sanoo.

Menoforce Strong -tuote helpotti Kirsi Toivasen oloa.

Tuote on tuttu myös Varpu Taville.

– Se sisältää salviaa, jolla Keski-Euroopassa on haettu vuosisatojen ajan helpotusta vaihdevuosioireisiin.

Valmisteen sisältämä salvia tasaa vaihdevuosiin liittyviä tuntemuksia, kuten hikoilua. Tuotteen valmistajan A. Vogelin teetättämässä tutkimuksessa käyttäjien kuumat aallot helpottivat merkittävästi neljän viikon käytön aikana.

## Iloa vertaistuesta

Tavin mukaan valmisteesta voi olla hyötyä lievistä ja keskivaikeista vaihdevuosioireista kärsiville. Hän pitää Menoforce Strongin etuna sitä, että tuotetta voi käyttää pitkäkestoisesti ja tauotta.

– Tuotteesta on poistettu salviakasvin sisältämä tujoni, josta voi aiheutua terveyshaittoja, Tavi kertoo.

Hän kirjoitti *Vaihdevuodet luonnollisesti* -kirjan (2021) vastatakseen lukuisiin hänelle tulleisiin, vaihdevuosioireisiin liittyviin kysymyksiin.

– Usein halutaan tietää lisää omahoitokeinoista, kuten missä vaiheessa oireisiin kannattaisi kokeilla Menoforce Strongia tai muita ravintolisiä.

Hämmennystäkin aiheuttavasta elämäntilanteesta ei ole helppo käydä kahvipöytäkeskusteluja. Tavi toimii moderaattorina Facebookiin perustetussa *Nainen parasta vuosikertaa* -ryhmässä, joka tarjoaa vertaistukea.

– Moni nainen huojentuu kuullessaan, että hän ei ole ainut, joka kärsii esimerkiksi huonosti nukuttujen öiden jälkeisestä aivosumusta.

Ryhmässä jaetaan kokemuksia – ollaan yhdessä upeita naisia.

– Ei naisellisuus lopu menopaussiin.

Lue lisää vaihdevuosista:
**www.vogel.fi/oireet/vaihdevuodet/**

Menoforce Strong on saatavilla Prismoista, Sokos- ja Emotion-myymälöistä sekä hyvin varustelluista S-marketeista.

A.Vogel

Lähde: *Bommer S, Klein P, Suter A, First time proof of sage's tolerability and efficacy in menopausal women with hot flushes, Adv Ther. 2011 Jun;28(6):490-500. doi: 10.1007/s12325-011-0027-z. Epub 2011 May 16.*

Tapani Hirvi on suunnitellut myymälämiljöitä kolmella vuosikymmenellä.

# Tärkeintä on tunnelma

HOK-Elannon miljöösuunnittelija ***Tapani Hirvi***, 65, tietää, että väreillä, materiaaleilla, valaistuksella ja opasteilla saa kaupassa ihmeitä aikaan.

teksti **LEENA LUKKARI** kuvat **ANNA HUOVINEN**

Miljöösuunnittelija **Tapani Hirvi** saapuu kauppakeskus Triplan Alepaan lehtikuosisessa paitapuserossa ja farkuissa sekä lenkkareissa. Puheenparsi ja käynti on stadilaisen letkeää ja kädenpuristus luja.

Olemme sopineet tapaamisen tänne, sillä Triplan Alepa on suunnittelijan mielestä yksi hänen onnistuneimmista myymälämiljöistään. Eikä hän ole ainoa, joka ajattelee niin. Konsepti on monistettu jo pariin kymmeneen muuhunkin Alepaan, ja lisää uudistuneita Alepoita on tulossa.

"Halusin tänne karkkikauppafiilistä", Hirvi kuvailee.

Sisällä Alepassa saan helposti kiinni Hirven ajatuksesta: myymälän yleisilme on rento ja iloinen.

Tuoteryhmien nimet on isketty osasto-opasteisiin vinksallaan olevin kohokirjaimin, ja hedelmähyllyä kiertää näyttävä boordi, jossa on värikkäiden hedelmien kuvia. Juomaosaston seinässä lukee *bisset*.

"Vaatii ketjulta rohkeutta luottaa suunnittelijaan", Hirvi sanoo.

Myymälän seinät ovat murretun keltaiset ja katto musta. Hirvi kertoo, että seinän värisävy aiheutti aluksi vähän epäilyksiä Alepa-ketjun edustajissa, mutta kaikki pitivät lopputuloksesta.

## Viihtyisyyttä valaistuksella

Hirvi aloitti uransa 1970-luvulla somistajana Hakaniemessä sijainneessa Elannon tavaratalossa, jossa hän eteni somistamopäälliköksi.

"Kun aloittelin uraani, tavarataloja somistettiin runsaasti erilaisella rekvisiitalla. Näyteikkunasomistukseen satsattiin paljon. Silloin ei ajateltu kokonaisuutta samalla tavalla kuin nyt", Hirvi muistelee.

Päivittäistavarapuolella miljöötä ei ajateltu senkään vertaa. Tärkeintä oli kertoa, mistä löytyvät jauhot, kahvi ja kananmunat ja mitkä tuotteet ovat tänään tarjouksessa.

"Myymälät oli liputettu täyteen hintalapuilla ja tussilla tekstatuilla tarjouksilla", Hirvi muistelee.

Vasta 1990-luvulle tultaessa alettiin kiinnittää kokonaisvaltaisemmin huomiota myymälöiden viihtyisyyteen. Huomattiin, että esimerkiksi valaistuksella on siihen suuri merkitys.

*"Halusin tänne karkkikauppafiilistä."*

Nykyään valaistuksen rooli on kasvanut entisestään. Sillä voidaan vaikuttaa myymälän tunnelmaan, ja tarkkaan suunnitellulla kohdevalaistuksella tuotteet saadaan paremmin esille.

"Valot tuovat ryhtiä juomahyllyihin, ja palvelutiskillä tai heviosastolla tuotteet saadaan näyttämään mahdollisimman herkullisilta oikean sävyisillä ja oikein kohdistetuilla valoilla. Lisäksi katse saadaan kohdistettua sinne, minne pitääkin, eli tuotteisiin."

## Kaikki lähtee pohjapiirustuksesta

Miljöösuunnittelulla vaikutetaan siihen, miltä myymälä näyttää niin sisältä kuin ulkoakin.

"Tärkeintä on luoda miellyttävä yleistunnelma. Asiakkaalla tulee olla ostoksia tehdessä mukava olo ja kaupasta lähtiessä sellainen fiilis, että tänne voin tulla uudestaankin."

Hirven työ lähtee liikkeelle kaupan pohjapiirustuksesta, jossa hyllyt, palvelutiskit ja kassat ovat omilla paikoillaan ja tuotteet sijoitettuna tietyille paikoille.

Miljöösuunnittelijan tehtävä on tehdä kaupasta →

Valaistuksella on suuri merkitys myymälän miljöösuunnittelussa.

## MILJÖÖSUUNNITTELIJA EI OLE VERKKOKAUPPAIHMINEN

**"KUN ASIOIN** ruokakaupassa, kiinnitän totta kai jonkun verran huomiota miljööseen. Matkustelemme vaimoni kanssa paljon, ja joskus saan häneltä hyväntahtoisia huomautuksia siitä, jos keskityn liikaa myymälän valaistukseen tai kalusteisiin.

**MINÄ TEEN** meillä ruoan. En ole verkkokauppaihminen, vaan tykkään käydä fyysisessä kaupassa, tutkia valikoimaa ja valita itse hedelmät ja vihannekset. Varsinkin viikonloppuna panostan ruoanlaittoon.

**EN TEE** yleensä kauppalistaa, koska minusta on mukavampaa mennä kauppaan ja ideoida siellä, mitä haluan valmistaa. Kun kaupassa on hyvä tunnelma ja tuotteet ovat kauniisti esillä, ideointi on nautinto."

*"Myymälän ilme ja tuotevalikoima kulkevat aina käsi kädessä."*

paitsi Prisma, S-market tai Alepa myös paras visuaalinen versio kunkin kauppabrändin olemuksesta – toisin sanoen herättää myymälä henkiin.

"Pyrin luomaan miellyttävän ja kiinnostavan ostoympäristön värien, materiaalien, valaistuksen ja opasteiden avulla", Hirvi kuvailee.

Hirvi myöntää, että meinaa joskus innostua liikaa ja joutuu jarruttelemaan, koska yhteen myymälään ei kannata tunkea kaikkia ideoita. Yksittäisten elämysten sijaan on tärkeää panostaa kokonaisvaltaiseen viihtyvyyteen.

"Myymälä ei saa olla lavastus. Sen täytyy olla toimiva kokonaisuus, jossa pääosassa ovat tuotteet."

### Miljöö ja tuotteet ovat kokonaisuus

Hirvi uskoo, että miljöösuunnittelussa keskitytään tulevaisuudessa tuotteisiin ja valikoimiin.

"Kun asiakas huomaa myymälän uuden ilmeen, hän odottaa jotain uutta myös tuotteilta. Ilme ja tuotevalikoima kulkevat aina käsi kädessä."

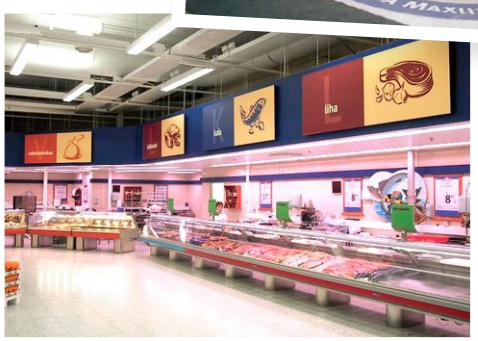
Grocerant-ajattelussa vähittäismyymälän ja ravintolan raja hälvenee, kun ravintolamaista tarjontaa tuodaan kauppaan. Tuoksuva, kiviuunissa paistettu rapea pizza ja värikkäät sushirivistöt ovat osa modernin myymälän miljöötä.

"Viimeksi näin tapahtui syyskuun alussa Rediin avatussa S-marketissa, jota minäkin olin suunnittelemassa", Hirvi kertoo.

Kierroksellamme Alepassa tarjolla on kaikkea, mutta tiiviissä muodossa. Tänne ei mahdu pizzeriaa, mutta paistopisteeltä voi ostaa pizzapalan ja kahvipisteeltä napata mukaan kupillisen kuumaa. ■

## 2002

**Euro- ja Maxi-marketien sisäänkäynnit ja ruokatorit uudistettiin ranskalaisen suunnittelutoimiston avustuksella.**



## 2020

**S-marketit saivat uuden ilmeen. Alakuvassa on hevi-osasto ennen uudistusta.**

24 h
PÄIVYSTYS
**050 347 1555**

# Surun kohdatessa ojennamme auttavan kätemme

Hoidamme puolestanne kaikki siunaustilaisuuteen, hautaukseen ja muistotilaisuuteen liittyvät asiat hienotunteisesti ja kohtuullisin kustannuksin. S-Etukortilla saatte lisäksi tuotteista ja palveluistamme etuja.

**hok-elannonhautauspalvelu.fi**

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

HOK-ELANNON
HAUTAUSPALVELU

**HOK-ELANNON HAUTAUSPALVELU**

**HELSINKI**
Forum p. 010 76 66620
Itäkeskus p. 010 76 66590
Kallio p. 010 76 66500
Malmi p. 010 76 66630
Töölö p. 010 76 66530

**ESPOO**
Espoonlahti p. 010 76 66640
Leppävaara p. 010 76 66610
Tapiola p. 010 76 66570

**VANTAA**
Myyrmäki p. 010 76 66600
Tikkurila p. 010 76 66560

**KERAVA**
p. 010 76 66550

**HYVINKÄÄ**
p. 010 76 66580

Puhelut: 0,0835 €/puhelu +0,1209 €/min

HOK-ELANNON
LAKIPALVELU

Avioehtosopimukset, ositukset, edunvalvontavaltakirjat, testamentit, perukirjat, perinnönjaot – lakipalvelut elämän eri tilanteisiin.

**hok-elannonlakipalvelu.fi**

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

**HOK-ELANNON LAKIPALVELU**

**HELSINKI:**
Forum p. 010 76 66622
Kallio p. 010 76 66515
Itäkeskus p. 010 76 66598
Malmi p. 010 76 66637
Töölö p. 010 76 66539

**ESPOO:**
Espoonlahti p. 010 76 66641
Leppävaara p. 010 76 66611
Tapiola p. 010 76 66572

**VANTAA:**
Myyrmäki p. 010 76 66601
Tikkurila p. 010 76 66568

**KERAVA:**
p. 010 76 66551

**HYVINKÄÄ:**
p. 010 76 66582

Puhelut: 0,0835 €/puhelu +0,1209 €/min

# Etuja sinulle, asiakasomistaja

Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.–26.12.2022.

No.4-shampoo 250 ml
Vahvistava, korjaava ja kosteuttavava shampoo. Sopii kaikille hiustyypeille.
107,60/l (143,60/l)

No.5-hoitoaine 250 ml
Korjaava, silottava ja vahvistava hoitoaine. Sopii kaikille hiustyypeille.
107,60/l (143,60/l)

No.4C Clarifying -shampoo 250 ml
Syväpuhdistava shampoo puhdistaa sekä poistaa jäämät ja epäpuhtaudet hiuksista.
107,60/l (143,60/l)

No.9 Bond Protector -hiusseerumi 90 ml
Antioksidanttirikas seerumi suojaa hiuksia tehden niistä terveemmät.
298,89/l (398,89/l)

No.7 Bonding -hiusöljy 30 ml
Hiuksiin jätettävä, korjaava hiusöljy. Lisää kiiltoa ja vahvistaa hiuksia.

**26,90**/kpl (35,90)

---

Luxe Oil -hoitoöljy 30 ml
Tehokkaasti hoitava ja ylellinen hoitoöljy. Matkakoko.

**10,80** (14,50)

Luxe Oil -hoitoöljy 100 ml
Tehokkaasti hoitava ja ylellinen hoitoöljy.

**24,30** (32,50) 243,–/l (325,–/l)

Luxe Oil Keratin Protect -shampoo 200 ml
Hemmotteleva ja silottava shampoo.

**20,60** (27,50) 103,–/l (137,50/l)

Luxe Oil -tehohoito 150 ml
Hemmotteleva öljytehohoito.

Luxe Oil -hoitoaine 200 ml
Hemmotteleva ja silottava öljyhoitoaine.

**22,80**/kpl (30,50) 114–152,–/l (152,50–203,33/l)

Bioteekin BalanticPro-sarja
–20 %

Bioteekin BalanticPro Comp 80 kaps.
Tutkitut bakteerikannat, glutamiinia ja biotiinia. Avainlipputuote.
**19,90** (24,90)
0,25/kaps. (0,31/kaps.)

Carmolis Yrttitippa 80 ml
Tukkoista oloa helpottamaan.
**9,35** (11,70)
116,88/l (146,25/l)

Pharma Nord Bio-Qinon Q10 GOLD 100 mg 150 kaps.
Sis. aitoa, alkuperäistä ja luonnollista ubikinonia ja $B_2$-vitamiinia, joka edistää normaalia energia-aineenvaihduntaa ja auttaa vähentämään väsymystä ja uupumusta.
**70,50** (88,50)
0,47/kaps. (0,59/kaps.)

Pharma Nord D-Pearls 125 µg 120 kaps.
Pienet helposti nieltävät ”helmet” sisältävät 125 µg $D_3$-vitamiinia kylmäpuristetussa oliiviöljyssä, josta rasvaliukoinen vitamiini imeytyy erinomaisesti.
**22,–** (27,50)
0,18/kaps. (0,23/kaps.)

Biomed Vahva Kurkumiini BCM-95 60 kaps.
Vahva ja hyvin imeytyvä BCM-95®-kurkumiiniuute. 100 % luonnollinen kurkumiini.
**28,70** (35,90)
0,48/kaps. (0,60/kaps.)

Biomed Nattokinaasi NSK-SD® 30 kaps.
Japanilaisten pitkän iän salaisuus.
**31,95** (39,95)
1,07/kaps. (1,33/kaps.)

A. Vogel Molkosan -heravalmiste 500 ml
Raikas juomatiiviste, joka sisältää runsaasti L+-maitohappoa. Laktoositon ja kaloriton.
**12,40** (15,50)
24,80/l (31,–/l)

A. Vogel Menoforce Strong -salviatabletti 90 tabl.
Luonnollinen apu vaihdevuosien kuumiin aaltoihin ja yöhikoiluun.
**54,–** (67,55)
0,60/tabl. (0,75/tabl.)

Uutuus

Harmonia curaMIN 90 kaps.
Nopeasti imeytyvä ja pitkäkestoinen, teholtaan vahvistettu, palkittu niveltuote. Tehon takaa BCM95®- sekä Bospure®-uutteen yhteisvaikutus.
**39,10** (48,90)
0,43/tabl. (0,54/tabl.)

Terveyskaistan KultaOmega-3 Vahva kalaöljy 1000 mg 100 kaps.
Huippuvahva kalaöljy kalagelatiinilla ja erinomaisilla terveysvaikutuksilla.
**24,70** (30,90)
0,25/kaps. (0,31/kaps.)

Terveyskaistan $B_{12}$+B6+Foolihappo pitkävaikutteinen 90 tabl.
Vähentämään väsymystä ja virkistämään muistia.
**11,90** (14,90)
0,13/tabl. (0,17/tabl.)

SOKOS emotion KAIKKI KAUNEUDESTA

# Etuja sinulle, asiakasomistaja

Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.–26.12.2022.

VERSACE

### Yellow Diamond EdT 30 ml
Raikas ja ylellinen kukkaistuoksu naiselle, joka luottaa viehätysvoimaansa. Tuoksussa yhdistyvät aistillisesti päärynäsorbetti, bergamotti ja mimosa.

### Bright Crystal EdT 30 ml
Ylellisen tyylikäs ja raikkaan kukkainen tuoksu upeassa pullossa. Tuoksussa yhdistyvät granaattiomena, yuzu, magnolia, pioni ja lootuksenkukka.

### Crystal Noir EdT 30 ml
Sensuelli, kiehtova ja rohkea tuoksu, jossa on itämaisia ja kukkaisia vivahteita aistikkaalle naiselle.

**46,50**/kpl (58,–)

VERSACE

### Eau Fraîche EdT 30 ml
Tyylikäs ja raikas tuoksu modernille ja karismaattiselle miehelle.

**42,–** (52,50)

### Eau Fraîche Deodorant Stick 75 ml
**25,–** (31,50) 333,33/l (420,–/l)

---

**BOSS**

### Boss Bottled Infinite EdP 50 ml
Sitruksinen, aromaattinen ja raikas tuoksu.

**64,50** (80,50) 1 290,–/l (1 610,–/l)

### Boss Bottled Tonic EdT 50 ml
Tuoksu, jossa yhdistyvät kirpeä verigreippi, virkistävä inkivääri sekä raikas appelsiini.

**61,–** (76,50) 1 220,–/l (1 530,–/l)

### Boss Bottled Tonic Deo Stick 75 ml
**26,–** (32,90) 346,67/l (438,67/l)

ESCADA

### Cherry in Japan EdT 30 ml
Tuoksussa kirsikankukkaa, jasmiininkukkaa sekä tonkapapua.

**38,50** (47,90)

### Escada Especially EdP 30 ml
Ruusuisen raikas ja valloittava tuoksu.

**47,50** (59,50)

---

Oscar de la Renta

### Alibi EdT 30 ml
Kukkaismyskinen tuoksu täynnä hurmaavan naisellista mystiikkaa.

**37,50** (47,–)

### Oscar EdT Spray 30 ml
Romanttinen ja klassisen hienostunut muotisuunnittelijan nimikkotuoksu.

**47,–** (59,–)

### Oscar Deodorant Stick 75 g
**26,50** (33,–) 353,33/kg (440,–/kg)

Jean Paul Gaultier -tuoksut **–20 %** esim.

Jean Paul GAULTIER

### La Belle EdP 30 ml
Viettelevässä tuoksussa on vaniljaa, päärynää ja vetiveriä.

**59,10** (73,90)

### Le Male EdT 75 ml
Tunnetun klassikkotuoksun pääraaka-aineet ovat minttu, laventeli ja vanilja.

**66,40** (83,–) 885,33/l (1 106,67/l)

### Le Male Deodorant Stick 75 g
**30,–** (37,50) 400,–/kg (500,–/kg)

BURBERRY
LONDON ENGLAND

### Women's London EdP 30 ml
Raikas kukkaistuoksu, jossa ruusua ja kuusamaa.

**45,50** (56,90)

### Men's London EdT 30 ml
Mausteisen itämainen tuoksu miehelle.

**44,50** (55,90)

Jimmy Choo -tuoksut
**–20 %**
esim.

JIMMY CHOO

### Jimmy Choo I Want Choo Forever EdP 40 ml
Erittäin naisellinen, elegantti tuoksu, jossa on mehuisaa ruusua, kiiltotuomen marjaa ja sammalta.

**46,40** (58,–)

### Jimmy Choo MAN EdT 30 ml
Modernia raikkautta maskuuliinisella vivahteella. Tuoksussa on mm. pirteää mandariinia, laventelia, kukkaista kurjenpolvea sekä patsulia ja meripihkaa.

**39,20** (49,–)

Coach-tuoksut
**–20 %**
esim.

COACH

### Wild Rose EdP 30 ml
Erittäin naisellinen tuoksu, jossa mm. punaherukkaa, ruusua, jasmiinia ja ambroksidia.

**33,60** (42,–)

### Open Road for Men EdT 40 ml
Puinen, aromaattinen, energinen tuoksu. Alkutuoksussa sichuaninpippuria, sydäntuoksussa laventelia ja lopputuoksussa vetiveriä.

**37,60** (47,–)

Lanvin-tuoksut
**–20 %**
esim.

LANVIN
PARIS

### Les Fleurs de Lanvin Water Lily EdT 50 ml
Ihastuttava, ylellinen tuoksu, jossa mm. granaattiomenaa, vesijasmiinia, vesikieloa sekä santelipuuta.

**35,20** (44,–) 704,–/l (880,–/l)

### Eclat d'Arpege Mon Éclat EdP 30 ml
Lumoava ja viettelevä tuoksu, jossa mm. aloe veraa, jasmiinia, samettista aprikoosia ja myskiä.

**40,80** (51,–)

Narciso Rodriguez -tuoksut
**–20 %**
esim.

narciso rodriguez

### For Her Musc Noir Rose EdP 30 ml
Kukkaismeripihkainen tuoksu naisille.

### Narciso Cristal EdP 30 ml
Kukkaismetsäinen tuoksu naisille.

**59,90**/kpl (74,90)

Clean-tuoksut
**–20 %**
esim.

CLEAN

### Warm Cotton EdP 30 ml
Tuoksu vangitsee lämpimän ja suoraan pyykinkuivaajasta tulleen pyyhkeen tuoksun.

### Soft Laundry EdP 30 ml
Raikkaan keväisen ilman ja auringonsäteiden kuivattamien pyykkien tuoksu.

**39,90**/kpl (49,90)

Laura Biagiotti -tuoksut
**–20 %**
esim.

Laura Biagiotti

### Laura EdT 25 ml
Ajaton ja puhdas kukkaistuoksu.

### Laura Tender EdT 25 ml
Kukkainen, hedelmäinen ja vihreä tuoksu.

**42,40**/kpl (53,–)

Nina Ricci -tuoksut
**–20 %**
esim.

NINA RICCI

### Nina Fleur EdT 30 ml
Tuoksu, jossa raikas sitruuna on kiedottu sädehtivään appelsiininkukkaan.

**40,80** (51,–)

### L'Air du Temps EdT 30 ml
Puuterinen kukkaistuoksuklassikko.

**45,60** (57,–)

SOKOS emotion
KAIKKI KAUNEUDESTA

# Etuja sinulle, asiakasomistaja

Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.–26.12.2022.

Silky Purifying Cleansing Oil -puhdistusöljy 150 ml
Samettisen pehmeä puhdistusöljy, joka poistaa iholta kaiken öljyliukoisen lian ja meikin.

Silky Purifying Cleansing Cream -puhdistusvoide 125 ml
Vesiliukoinen, helppokäyttöinen puhdistusvoide on hellävarainen mutta tehokas. Myös vahvemman meikin poistoon.

Silky Purifying Creamy Soap -puhdistusvaahto 125 ml
Poistaa talin, epäpuhtaudet ja kuolleet ihosolut sekä valmistelee ihon kaksoiskosteutukseen.

**42,50**/kpl (53,–) 283,33–340,–/l (353,33–424,–/l)

Silky Purifying Peeling Powder -kasvokuorinta 40 g
Hellävarainen entsymaattinen kasvojenkuorinta vaahdotettavassa silkkipuuterimuodossa. Ihanteellinen iholle, jolla karheutta ja tummuneet huokoset. Kaikille ihotyypeille.

**57,90** (73,–)

Wrinkle Repair -voide 40 ml
Täyteläinen, miellyttävä voide kosteuttaa ihoa, täyttää näkyviä juonteita ja häivyttää ikääntymisen merkkejä.

**166,–** (207,50)

Wrinkle Repair -silmänympärysvoide 15 ml
Kiinteyttävä, ryppyjä täyttävä, kosteuttava voide silmänympärysiholle.

**123,–** (153,90)

Vital Perfection -linja
**–20 %**

Vital Perfection -hoitovoide 50 ml
Kiinteyttävä ja kohottava päivävoide.

**105,60** (132,–) 2 112,–/l (2 640,–/l)

Vital Perfection -silmänympärysvoide 15 ml
Kiinteyttävä ja kohottava silmänympärysvoide.

**68,80** (86,–)

CLINIQUE
Allergiatestattu. 100% Hajusteeton.

## Rauhoittavat tuotteet herkälle, kuivalle talvi-iholle

### Redness Solutions Daily Relief -voide 50 ml
Rauhoittava ja punaisuutta vähentävä hoitovoide. Sis. probiootteja, jotka tasapainottavat ihon toimintoja. Allergiatestattu. 100 % hajusteeton.

**52,–** (65,–) 1 040,–/l (1 300,–/l)

### Redness Solutions Soothing -meikinpuhdistustuote 150 ml
Hellävarainen meikinpuhdistustuote herkälle ja punoittavalle iholle. 100 % hajusteeton. Allergiatestattu.

**26,30** (32,90) 175,33/l (219,33/l)

### Redness Solutions Daily Protective Base SPF 15 -pohjustusvoide 40 ml
Pohjustustuote aurinkosuojakertoimella. Hoitaa ja suojaa ihoa esim. kylmyydeltä ja viimalta. Tasoittaa punaisuutta välittömästi. Allergiatestattu. 100 % hajusteeton.

**24,–** (30,–)

### Redness Solution SPF 15 -meikkivoide 30 ml
Suunniteltu punoittavalle iholle. Meikkivoiteen sisältämät kapseloidut vihreät ja keltaiset helmet neutraloivat ihon punaisuutta ja probiootit rauhoittavat ihoa jokaisella käyttökerralla. Kuusi sävyä. Allergiatestattu. 100 % hajusteeton.

**30,–** (37,50)

### Instant Relief -mineraalipuuteri 12 g
Hoitopuuteri, jonka keltainen väri neutraloi kasvojen punaisuutta tehokkaasti ja hoitavat aineosat rauhoittavat ja suojaavat ihoa. Allergiatestattu. 100 % hajusteeton.

**30,–** (37,50)

### Comfort On Call -voide 50 ml
Erittäin täyteläinen hoitovoide, joka sopii kuivalle, herkälle ja atooppiselle iholle. Korjaa ihon omaa suojakerrosta ja vahvistaa ihoa. Allergiatestattu. 100 % hajusteeton.

**50,30** (62,90) 1 006,–/l (1 258,–/l)

---

### Stay Volume -maskara 9 ml
Täydellisen tuuheuttava ja pitkäkestoinen ripsiväri.

### Stay Definition -maskara 8 ml
Erotteleva ja tuuheuttava ripsiväri kestää tahraamatta.

**12,90**/kpl (16,90)

Lumene-puuterit
**–30 %**

### CC Color Correcting Puuteri 10 g
Ilmavan kevyt puuteri vähentää punaisuutta ja tasoittaa ihon sävyä.

**12,50** (17,90)

### Stay Luminous Matte Puuteri 10 g
Kevyesti peittävä ja pitkäkestoinen, heleän mattapintainen lopputulos.

**11,10** (15,90)

SOKOS emotion KAIKKI KAUNEUDESTA

# S-Etukortilla saat enemmän

Tarjoamme joka kuukausi etuja huippumerkkien ajankohtaisista ja kiinnostavista tuotteista. Tunnistat S-Etutuotteet kuvastossa vihreästä hinnasta. Ota siis aina S-Etukortti mukaan, kun lähdet shoppailemaan. Muista hyödyntää asiakasomistajuuttasi myös **verkkokaupassa sokos.fi!**

**Lataa S-mobiili**

Lataa App Storesta

HANKI Google Play PALVELUSTA

MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

Schwarzkopf

### Natural & Easy -hiusvärit
Luonnollinen ja vivahteikas kestoväri, joka jättää hiuksesi sileiksi ja syvästi kosteutetuiksi.

**6,30**/kpl (7,90)

### Poly Color -sävyteshampoot
Kiiltävä ja luonnollinen väri, joka kestää jopa 28 pesua.

**6,40**/kpl (8,–)

### Blonde- vaalennus- ja -raidoitusaineet
Omegaplex-teknologia hoitaa ja suojaa hiuksia vaalennuksen aikana ja Anti-Yellow-ominaisuus neutraloi ei-toivottua keltaisuutta luoden upean, viileän lopputuloksen.

**9,50**/kpl (11,90)

CULTIVATOR'S

### Kasvivärit hiuksille
Luomusertifioiduilla kasviväreillä hiuksiin upea peittävä väri, kaunis kiilto ja erinomainen kesto.

**10,30**/kpl (12,90)

Derma Collagen -linja **–20 %**

MÁDARA organic skincare

### Derma Collagen Hydra-Silk -kiinteyttävä kasvovoide 50 ml
Ihanan hemmotteleva voide aikuiselle iholle.

**39,90** (49,90) 798,–/l (998,–/l)

### Derma Collagen Hydra -kiinteyttävä seerumi 30 ml
Auttaa säilyttämään ihon nuorekkaan hehkun.

**42,30** (52,90)

### Derma Collagen -yövoide 70 ml
Vähentää juonteita ja ryppyjä tehden ihosta tasaisemman näköisen.

**45,50** (56,90) 650,–/l (812,86/l)

Filorga-tuotteet **–20 %**

LABORATOIRES FILORGA PARIS

### Hydra-Hyal Cream 50 ml
Päivävoide kosteuttaa, tasoittaa ja täytelöittää ihoa.

**39,20** (49,–) 784,–/l (980,–/l)

### Time-Filler 5XP Cream 50 ml
Miellyttävän tuntuinen, ihoa korjaava anti-age-voide.

**55,20** (69,–)
1 104,–/l (1 380,–/l)

SOKOS emotion KAIKKI KAUNEUDESTA

GUARANTEED O'Keeffe's® HARDWORKING SKINCARE

# TAATTU APU

## ERITTÄIN KUIVILLE JA HALKEILEVILLE KÄSILLE

**Tehostaa välittömästi kosteustasoja**

**Suojaa ihon pintaa**

**Auttaa estämään kosteuden haihtumista**

**Hajustamaton**

O'Keeffe's Working Hands -käsivoide on taattu apu kuiville käsille. Sen pitkäkestoisesti kosteuttava koostumus palauttaa ihon luontaisen kosteuden sekä muodostaa ihoa suojaavan kalvon estäen kosteuden haihtumista.
**Täydellinen valinta kylmeneviin keleihin kun iho on entistä alttiimpi kuivumiselle!**

**OKeeffesCo.fi**

**Kuvat käsistä**: Kuvat käsistä ennen käyttöä ja kahden viikon käytön jälkeen. Voidetta levitettiin ennen nukkumaanmenoa ja kolme kertaa päivässä. Tulokset voivat vaihdella.

**YHTEISHYVÄ** ei vastaa lehden painoonmenon jälkeen tapahtumatietoihin tulleista muutoksista. Edut eivät kerrytä Bonusta, ellei toisin mainita.

*Lisää etuja osoitteessa: yhteishyva.fi/edut*

## MATKALLE

### Lapset seilaavat edullisesti m/s Finlandialla

S-Etu 5 e

S-Etukortilla lasten (6–17 v.) risteily- ja reittimatkat Tallinnaan 5 e/hlö (norm. 10 e). Lapset (0–5 v.) aikuisen kanssa 0 e.
*M/s Finlandia, Helsingin Länsisatama, Länsiterminaali T2.*
**Varaukset:** *eckeroline.fi.*

## MUSIIKKI JA TEATTERI

### Laulu-Miesten joulukonsertit Helsingissä

S-Etu 3 e

S-Etukortilla liput Laulu-Miesten joulukonsertteihin 22 e (norm. 25 e) Kallion kirkossa ke 14.12. klo 18 ja 25 e (norm. 28 e) Temppeliaukion kirkossa 20.12. klo 18 ja 20.30.
*Kallion kirkko, Itäinen Papinkatu 2, Helsinki.*
*Temppeliaukion kirkko, Lutherinkatu 3, Helsinki.*
**Liput ja lisätiedot:** *ennakkoon laulajilta ja Ticketmasterista, ticketmaster.fi, 0600 10 800 (2 e/min+pvm).*

## MUUT EDUT

### Wendelinin vuosikalenteri

S-Etu 3 e

S-Etukortilla Martta Wendelinin kaunis ja hyödyllinen vuosikalenteri 2023 14 e + toimituskulut (norm. 17 e + toimituskulut) Etu voimassa 31.12. saakka.
**Tilaukset:** *punaisenristinkauppa.fi/s-etu, jossa S-Edun saa syöttämällä koodin SETU2022 etukoodi-kenttään, 020 701 2211 tai Punaisen Ristin kauppa, Tehtaankatu 1 A, Helsinki, avoinna ma–pe klo 8.30–16.*

Laulu-Miehet konsertoivat Kallion ja Temppeliaukion kirkoissa.

### Helsinki Cardilla saat rahanarvoisia etuja

S-Etu 2,50–7,40 e

S-Etukortilla Helsinki Card City 24 h -kortti 45,90 e, 48 h -kortti 56,70 e, 72 h -kortti 66,60 e (norm. 51/63/74 e). Alennus myös lasten 7–16 v. korteista (norm. 25–41 e).
**Alennushintaiset kortit ja lisätiedot:** *gocity.com/helsinki koodilla S-ETU.*

### Kaupunkikiertoajelulle Helsingissä

S-Etu 3,20–6,40 e

S-Etukortilla Helsinki Panorama Sightseeing -kiertoajelut aikuiset 25,60 e (norm. 32 e), lapset 6–15 v. 12,80 e (norm. 16 e).
*Esplanadipuisto, Fabianinkatu.*
**Liput ja lisätiedot:** *stromma.com/helsinki. Alennushintaiset liput etukäteen verkosta koodilla SETU.*

### B-kurssit Autokoulu Lilliputissa

S-Etu 30 e

S-Etukortilla kaikki B-kurssit alennettuun hintaan alkaen 964 e (norm. 994 e) Autokoulu Lilliputista. Hinta ei sisällä viranomaiskuluja 163 e.
*Autokoulu Lilliputti, Siilitie 4, Helsinki.*
**Lisätiedot:** *puh. 045 112 1900, info@lilliputti.com.*

### Helpoin tapa oppia soittamaan netissä

S-Etu 29,90 e

S-Etukortilla ilmainen kuukauden kokeilujakso Suomen suurimmassa soittoverkkopalvelussa.
**Lisätiedot:** *rockway.fi/etukortti.*

Tapanilassa pääsee kokeilemaan muun muassa jousiammuntaa.

### Tapanilan Urheilukeskuksessa lajeja koko perheelle

S-Etu 3–75 e

S-Etukortilla
- jousiammunta-, veitsenheitto- ja ecoaims-ammuntalajikokeilut maanantaisin, kolme lajia yhteensä 35 e (norm. 40 e).
- seinäkiipeilyn alkeiskurssilaisille 15 % kerta-alennus varustepuotiostoksista sekä hyväksytyn varmistustestin jälkeen 1 kk kuntosalikortti veloituksetta.
- jousiammunnan alkeiskurssilaisille ilmainen jatkokurssikerta (norm. 15 e).
- 30 päivän kokopäiväkuntosalikortti 45 e (norm. 61 e), aamupäiväkortti 33 e (norm. 44 e) ja avainkortti 3 e (1 etu/hlö/vuosi).
- keilarata arkipäivisin 17 e (norm. 22 e), arki-iltaisin 23 e (norm. 26 e) sekä pe ja la hohtokeilaus 27 e (norm. 30 e).
- kuplafutis-, jousitaistelu-, jousiammunta- ja kiipeilysynttäreihin ja polttareihin tilaussauna + pyyhevuokra veloituksetta (norm. 75 e).

*Tapanilan Urheilukeskus, Erätie 3, Helsinki.*
**Lisätiedot:** *tapanilanurheilu.fi.*

PIENI MUUTOS,
ISO VAIKUTUS.
LASKEMME
LÄMPÖTILAA
ASTETTA
ALEMMAS.
Olemme mukana energiansäästötalkoissa.
Kun kodeissa tarvitaan sähköä, vähennämme omaa
kulutustamme säätämällä valaistusta ja ilmanvaihtoa.
Laskemme lämpötilaa astetta alemmas
yli tuhannessa toimipaikassamme.

## VILAUTA VIHREÄÄ KORTTIA

Rahanarvoisia etuja asiakasomistajalle

## FINNKINON KUUKAUDEN ELOKUVA

**Kupla**
S-Etu 15 %

S-Etukortilla Kuukauden elokuvan yksittäislipuista 15 % alennus. Edun saa teattereiden lippukassoilta S-Etukorttia näyttämällä tai verkkokaupasta koodilla joulukuu22.
Enintään 4 lippua / S-Etukortti.
**Liput ja lisätiedot:** *finnkino.fi.*

### Mikä juttu on paras?
### Vastaa ja voita 100 euron lahjakortti!

**ARVOMME** vastaajien kesken 100 euron lahjakortin, jonka voi käyttää S-ryhmän toimipaikoissa.

**VASTAA 15.12.2022 MENNESSÄ** osoitteessa *yhteishyva.fi/osallistu* tai postitse:
Yhteishyvän toimitus, Lukijakilpailu,
PL 1, 00088 Helsinki.

**EDELLISEN** lukijakilpailun voittajaan on oltu henkilökohtaisesti yhteydessä.

Tarkista myymäläkohtainen saatavuus prisma.fi

PRISMA HYVÄ MUTTA HALPA.

# On mutkattomampikin tapa maksaa ajoneuvovero

Maksa ajoneuvovero paperilaskun sijaan mutkattomasti e-laskulla ja vältyt turhilta kommelluksilta.

E-laskun käyttöönottoa varten tarvitset vain asiakasnumeron, joka on merkitty ajoneuvoverolippuun. Asiakasnumero löytyy myös Traficomin Oma asiointi -palvelusta, kohdasta Omat tiedot. Itse maksaminen hoituu joko täysin automaattisesti tai parilla klikkauksella.

Kurvaa siis mutkat suoriksi ja tee e-laskusopimus omassa verkkopankissasi tai tutustu ensin e-laskulla maksamiseen osoitteessa **traficom.fi/fi/elasku**.

TRAFICOM
Liikenne- ja viestintävirasto
Transport- och kommunikationsverket

# RISTIKKO

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | -A | JUOT-TAMI-NEN | MYÖN-TEISTÄ | TAHRAAVIA | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 1 | | | |
| | | | | | | | | | | LUO-VUT-TAJA | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | TYÖSTÄ | | TYPE-RYYS | KÄYTTÄY-TYÄ RÖYH-KEÄSTI | | HINDU-LAI-SUUS | |
| | | PÖLLÖN ÄÄNTÄ | STILLMAN TOLSTOI | | EROT-TUVAT IHOLLA | | | LIKI-MAIN | | | | | | | | 2 |
| TIENOO | 5 | | | SYLVI KEKKO-NEN O.S. | | | | | -ASUNTO KYSYVÄ SANA | | | | | | | |
| | | | | IHANNE-TILA | | | | | 4 | | -VII-KUNA | | | | | |
| | | | | HIENO OMENAN SISÄLLÄ | | | | | | | LENA KUUMA JUOMA | | | | | |
| | | SEURAA VAILLA | | KANSSA SIPE-RIASSA | | | | MARTTI | | SAAVUT | | | | | | |
| PAINIS-SA TYY-PILLINEN | | | | | | | VÄHI-TEN MÄRKÄ | "LAURI" | | | | | 3 | | | |
| COBAIN | | | | | PELOK-KAITA | GUSTAV ANTAA LUPAUS | | | | | | VÄHÄI-NEN | HÄVE-LIÄS | | | |
| | | LAOTA UPOT-TAVAA | | | | | 8 | | VEDELLE PÄIJÄN-TEELLÄ | | | | 7 | | | |
| JUOTU | | | | TIE | | | | | | | KEVYT | | | | | |
| VEH-VILÄI-NEN SINI-SALO | | | | | | | | | | | LO-HELLA | | | | | |
| | | NETTI-KESKUS-TELU | | | | | | KAMA-LIA | | | | | | | | |
| ÖLJYN-TUOT-TAJA | | | 6 | LENNOX | | | | | | | | | | | | |

Jyrki Takala, kuva Getty Images

Edellisen ristikon ratkaisu: KISKAISU

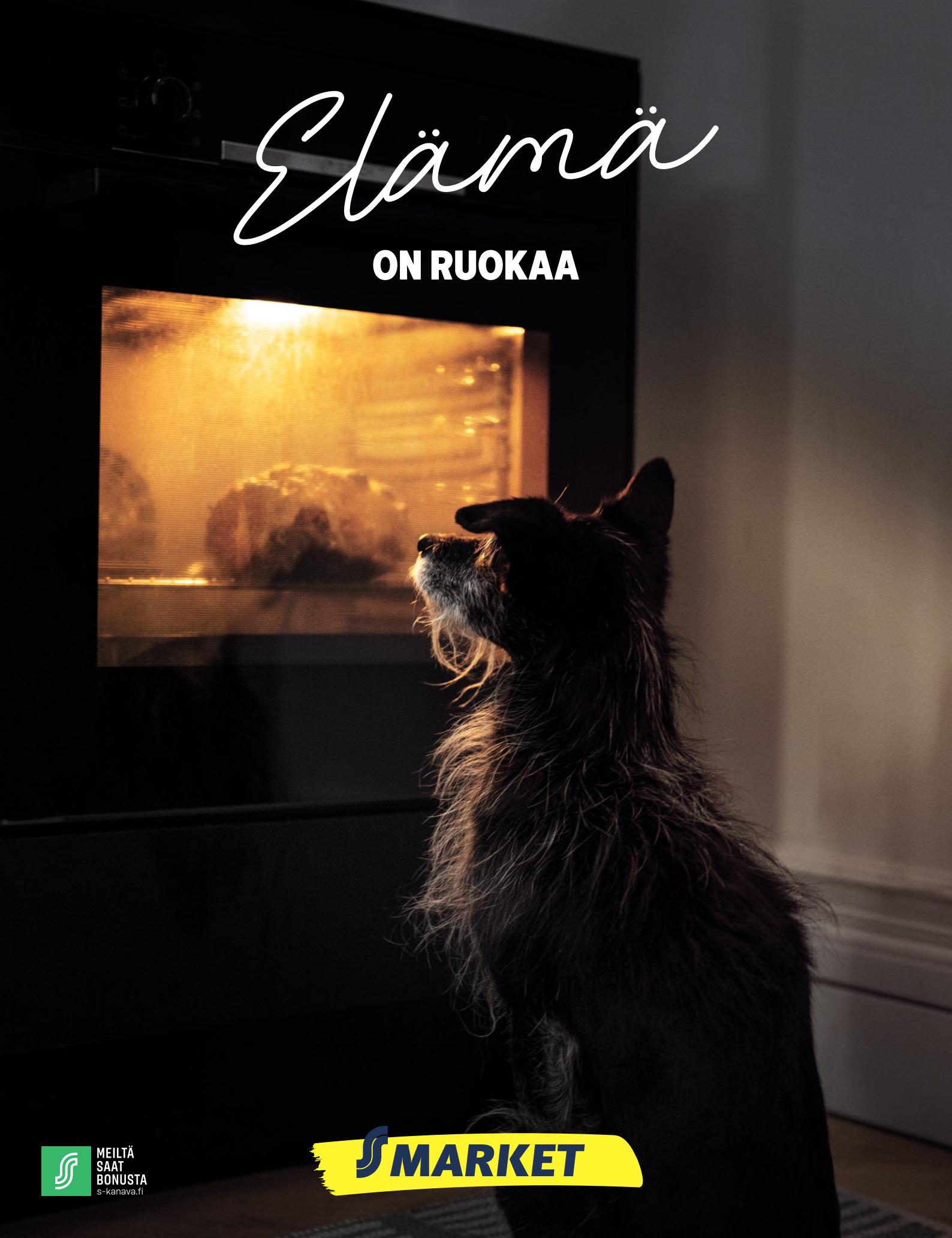
Ristikon voittajiin on oltu henkilökohtaisesti yhteydessä.

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | I | N | A | K | A | A | N |
| K | I | I | N | A | T | E | R |
| U | S | K | O | T | O | V | E |
| T | E | I | V | O | M | A | I |
| Y | A | S | K | I | N | Ä | K |
| O | S | A | T | R | R | I | H |
| T | E | O | S | P | I | A | P |
| A | A | T | E | L | I | V | I |
| L | K | E | L | O | I | S | A |
| L | U | U | S | T | O | H | O |
| O | L | I | O | I | I | R | I |
| K | O | N | I | S | I | E | N |
| K | I | E | R | T | E | L | Y |
| O | N | N | I | T | I | S | K |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| K | A | I | K | A | T | E | R | I | S | A | L | A | T | E | R | I |
| I | N | A | T | E | R | Ä | S | I | R | I | S | M | A | T | M | A |
| S | K | O | V | E | L | A | E | L | I | S | A | V | A | R | I | S |
| A | I | J | A | L | E | S | E | E | S | T | E | P | O | M | U | U |
| S | T | E | K | A | E | R | I | K | O | L | O | T | U | O | M | A |
| P | O | I | P | O | L | O | T | A | I | H | O | K | E | A | I | O |
| R | I | E | P | U | U | O | M | A | P | I | N | A | T | E | L | I |
| K | A | A | R | I | S | L | U | U | S | T | O | H | O | K | E | A |
| I | O | O | L | I | O | I | I | R | I | S | R | I | E | P | U | K |
| O | N | I | S | I | E | N | I | U | R | H | O | T | K | I | E | R |
| T | E | L | Y | M | U | U | T | A | M | A | O | N | N | I | T | I |
| S | K | I | S | I | T | O | A | K | I | S | K | I | S | K | I | S |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |

Vastaa 15.12.2022 mennessä osoitteesta www.yhteishyva.fi/osallistu löytyvällä lomakkeella tai postitse lähettämällä numeroiduista ruuduista muodostuva avainsana osoitteeseen Yhteishyvän toimitus, "Ristikko", PL 1, 00088 Helsinki. Liitä mukaan nimesi ja osoitteesi. Arvomme kaikkien vastanneiden kesken kolme S-ryhmän 50 euron lahjakorttia. Arvontaan osallistuvat Yhteishyvän ja HOK-Elannon Yhteishyvän vastaajat.




MEILTÄ SAAT BONUSTA
s-kanava.fi

S MARKET

# 10.12.

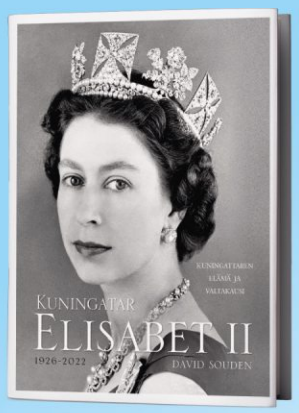
Pikeeriä pipariin! On aika hioa luovuus huippuunsa, sillä 10. joulukuuta vietetään kansainvälistä piparien koristelupäivää. Villejä värejä, hippuja, karkkeja, nonparelleja – vai niitä kaikkia? Nyt ei säästellä sokerikuorrutetta!

S-ryhmän ruokakaupoissa myydään vuodessa yli 400 000 kiloa pakastepiparitaikinaa, josta lähes 90 prosenttia menee kaupaksi marras–joulukuussa.

*Lähde: S-ryhmän asiakasomistaja- ja asiakasrekisteri*

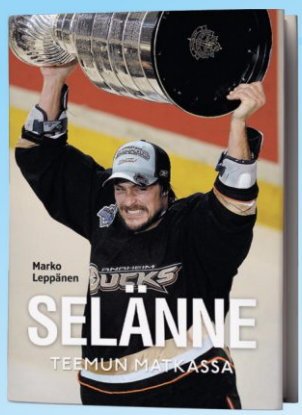
Kuva Reetta Pasanen, kuvausjärjestelyt Sanna Kekäläinen.

# JOULUN LAHJAKIRJAT!




**Kuningatar Elisabet II**
David Souden, BBC Books

BBC Booksin tuottama kuningatar Elisabet II:n elämää ja valtakautta kunnioittava ainutlaatuinen teos!

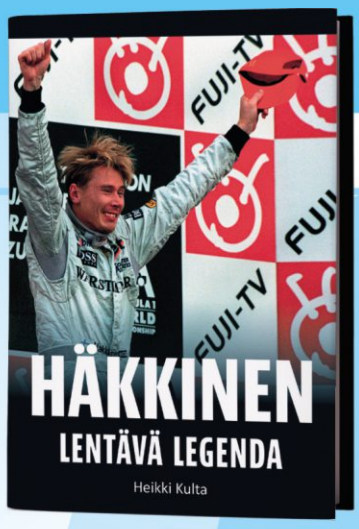



**Selänne – Teemun matkassa**
Marko Leppänen

Kirja kertoo miksi Teemusta tuli supertähti, joka pystyi pelaamaan huikeat 23 vuotta NHL:ssä!

**Villahullu – Neuleohjeita**
Heli Nikula

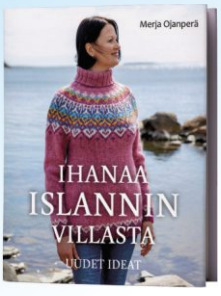
Syksyn suosituin neulekirja islantilaistyylisten villapaitojen sekä muiden asusteiden tekoon!



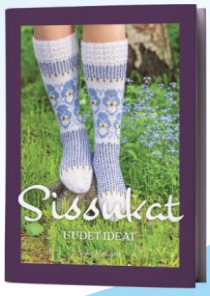

**Häkkinen – Lentävä legenda**
Heikki Kulta

Mika Häkkinen ja F1-toimittaja Heikki Kulta palaavat tuplamestarin uramuistoihin!

**Jonsukat – Villasukkarakkautta – Innostu uudesta**
Jonna Kalliomäki



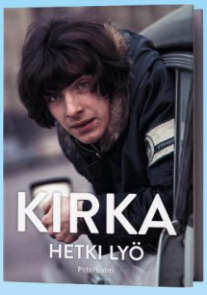

**Ihanaa Islannin villasta – Uudet ideat**
Merja Ojanperä



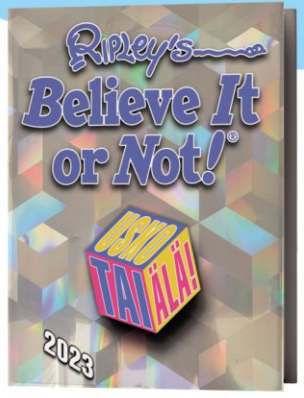

**Sissukat – Uudet ideat**
Sisko Malinen

**Karitan parhaat reseptit**
Karita Tykkä

**Iivo – Kirjoituksia mestarin urasta**
Kalle Virtapohja

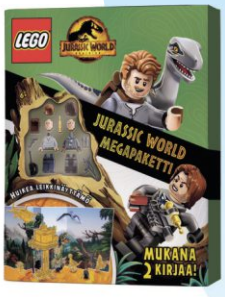



**Kirka – Hetki lyö**
Petri Lahti

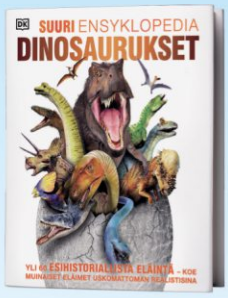



**Ripleyn Usko tai Älä! 2023**

**LEGO® Harry Potter – Loistavia rakennelmia**




**LEGO® Jurassic World – Megapaketti**




**Dinosaurukset – Suuri ensyklopedia**

**Partisaanisota**
Kari Kallonen

readme.fi – lue lisää

Valikoima vaihtelee myymälöittäin

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.