

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





**AUTA KOTIMAAN VÄHÄVARAISIA
LAPSIPERHEITÄ SAAMAAN JOULU.**

JOULUPATA.FI

TÄSSÄ NUMEROSSA

Tervetuloa uuden Yhteishyvän pariin



30

Kala sopii niin alku-
kuin pääruoaksi
joulunajan juhla-
pöytään.

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 KALAAIN

Kalaneuvos on perheyrittäjä, joka käsittelee joka päivä 40 000 kiloa kalaa.

50

"LOUNAAN TEKEE SE, JOKA EHTII"

Kokki Jyrki Sukula pyörittää viinitilaa Italiassa ja on perso luomusitruunoille.



66

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 kertova juttu alkaa sivulta 10.

VAKIOSIVUT

- 9 Lukijoilta
- 19 Lukupiiri
- 25 Kähkönen
- 39 Ostoskori
- 49 Näin Suomi syö
- 109 Etuja sinulle
- 113 Ristikko
- 115 Hyvä päivä

Sesonki-liitteessä on
koko menu jouluun.



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

58 OULUN UUDISTETTU MAAMERKKI
Hotellin jättimäisen uudistuksen yhteydessä sen parkkipaikalta löytyi vanha hylky.

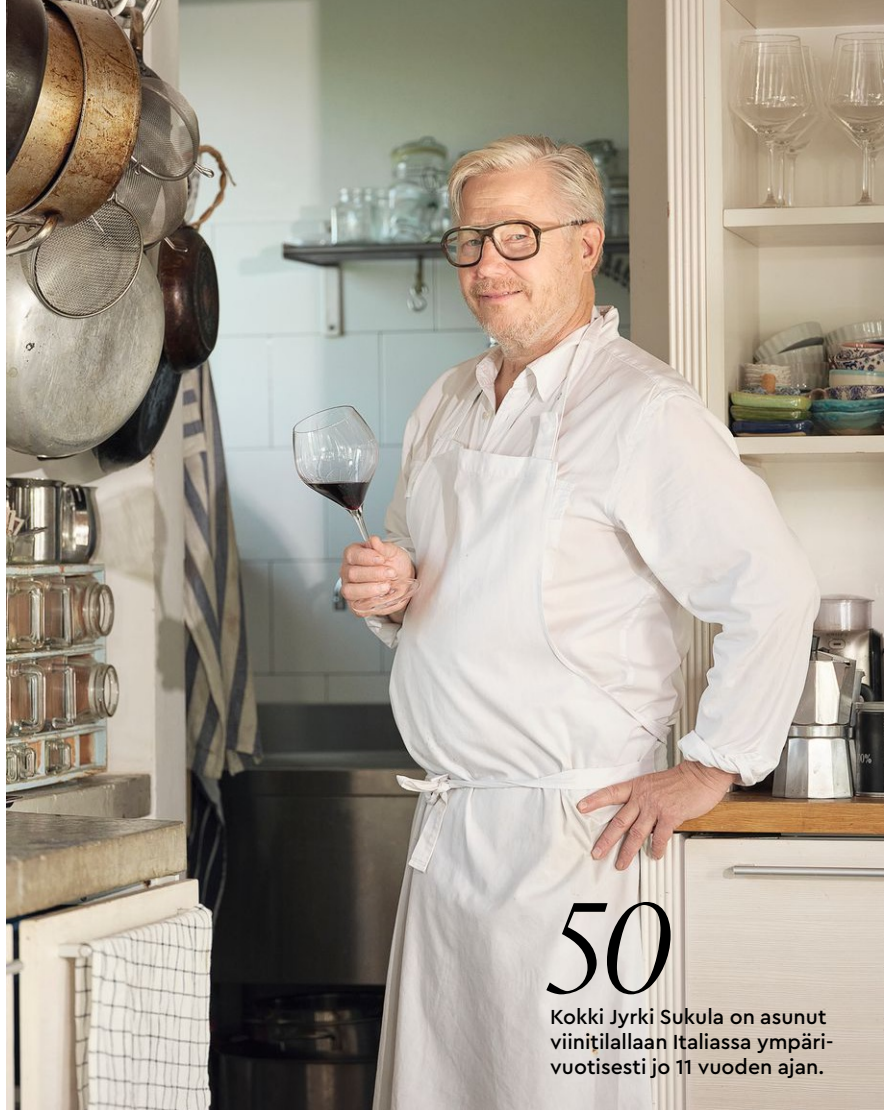
65 OPAAASI MEIKKIEN MAAILMASSA
Suvi Vasama nauttii, kun pääsee rohkaisemaan Helsingin Sokoksen asiakkaita kosmetiikan käytössä.

66 MEIDÄN KEIDAS
Valokuvaaja Nina Karlsson koh-tasi Flamingon kylpylävieraita altaassa ja sen reunoilla.

73 TODELLISET KANSAN KYNTTILÄT
Havin tehtaalla tiedetään, että valkoiset kynttilät ovat suomalaisten suosikkeja.

77 "RUTISTELE MINUA HELLÄSTI"
Villavaate puhdistuu ja raikastuu tuulettamalla.

78 PAREMMAN MAAILMAN RAKENTAJA
S-ryhmän vastuullisuusjohtaja Nina Elomaa kannustaa mieluummin kuin räyhää.



50
Kokki Jyrki Sukula on asunut viinitilallaan Italiassa ympäri-vuotisesti jo 11 vuoden ajan.

82 SÄÄSTÄ SÄHKÖÄ FIKSUSTI
Mitkä sähkösäästövinikit ovat oikeasti hyviä?

84 RAKAS, KALLIS VAUVA
Vauvan ensimmäisiin vuosiin kannattaa säästää.

88 TERAPIATUPA LUONNONHELMASSA
Heilalan pariskunta nauttii Bonuksilla hankitun luonnon-kivitakan lämmöstä.

93 PUKINKONTTIIN TALVEN IHMEMAA
Lapin sukkia koristaa komea poro.

96 JOKAINEN LAPSI ANSAITSEE JOULUN
Hyvä Joulumieli -keräyksellä autetaan vähävaraisia perheitä Suomessa.



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



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 rauhaa joulua jokaiseen niemeen, notkoon ja saarelmaan, kaikelle kansalle sekä tontuille.



Äitien tekemää jouluruokaa vuodesta 1957

A.Vogel

"Molkosan on ainoa vatsan hyvinvointiin tarkoitettu tuote, jota käytän. Muutama lasi vedellä laimennettua Molkosan Fruit-juomaa tarvittaessa pitää vatsani kunnossa. Se on muuten mitä mainioin saunajuoma!"

Olga Temonen

Joulurauhaa joka vatsalle

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-myymöloistä.

yhteishyvä

TOIMITUS SOK

Päätoimittaja

Sanna Suokko

Sisältöpäällikkö

Satu Savela

Sisältöpäällikkö, ruoka

Sanna Autio

Sometuottaja

Suvi-Päivikki Jänkälä

JULKAISIJA

Suomen Osuuskauppojen

Keskuskunta

MEDIAMYNTI SOK

smartmarketing@sok.fi

YHTEYSTIEDOT SOK

Toimitus

yhteishyva.toimitus@sok.fi

Vaihde

SOK 010 768 011

Postiosoite

PL1, 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 asiakasomistaja- ja asiakasrekisteri, SOK / Asiakasomistajuuden ohjaus, PL1, 00088 S-ryhmä

Osoitteenmuutokset

päivityvät automaattisesti väestörekisterijärjestelmästä.

TOIMITUS SANOMA MEDIA FINLAND

Vastaava tuottaja, vt.

Niina Mälikä

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





SANNA SUOKKO

on Yhteishyvän
päätoimittaja, joka
hiljentyi jouluun
kalenteriluokku
kerrallaan.

Vuosi on kääntymässä loppuun ja elämme suurten kriisien keskellä. Vuosikymmeniä 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 juhluvuoden lastensäätiön Iltan 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 itsestäänselvyksiä.

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





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 järjestämyyttä 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



OHUET repeat piparkakut isomummon luona! Rasva jäi kiiltelemään sormenpäihin, kun niitä söi. Joku sukulainen lähetti niitä isomummulle, 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 maku-muistot ovat jouluaterioilta, joilla lähes kaikki oli oman tilan tuotteista valmistettua: kinkkua, kalkkunaa, "alatoopia", perunoita, lanttu- ja maksalaatikkoa, rosollia ja salaattia – ja jälkiruoksi kotijuustoa sekä silkkipaperiin käärittyjä punaposkisia omenoita.

– Pia Kilpeläinen



MUISTOISSA MAISTUU JOULU

Yhteishyvän lukijat kertovat Facebookissa, millaisia joulu-muistoja ruoka herättää.

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 laitoivat lopun yöksi imelymään, se paistettiin seuraavana päivänä laatikoksi. Astiana oli lasikantinen uunivuoka, jonka päälle laitettiin lämpiämään lenkkimakkara-palat meille lapsille. Perunalaatikkoa syötiin ympäri vuoden, nykyään vain jouluisin eikä enää makkaran kanssa. – Kirsi Oksanen

tägää kuvasi
#yhteishyvä



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 tuorejuustoraista.

Rohkeasti kohti uutta

Sota, elämisen hinta ja ilmastokriisi huolestuttavat. Mullistusten keskellä moni suomalainen on laittanut myös oman arkinsa uusiksi. Vuohensillat vaihtoivat kaupunkihälyn tuntuineihin 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**



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 Pelkosenniellä. Siellä **Annia, Tuomoa** ja parin kolmea lasta odotti kymmen 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 hake-
maan 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 eräopaskou-
lussa. Perheen Lapin retkien jälkeen paluuta ete-
lään 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 päiväko-
tiinsa. Perhe on tutustunut kyläläisiin, Tuomolle näyttää riittävän töitä ja Annin uusi ura viestintä-
yrittäjänä on sujunut hyvin. Uusi koti on juuri sopi-
va ja lämpimä onneksi maalämmöllä, joten sähkö-
laskukin pysyy maltillisena.

Metsä alkaa Vuohensiltojen uudelta takapihalta.

Lähiluonto rikas-
tuttaa arkea, johon
perhe ei kaipa
kylpylälomia tai
sisäleikkipuistoja.
Yksinkertaisempi
elämä vie vähem-
män rahaa, vaikka
hinnat nousevat.

Lähipiirin suhtautuminen perheen muuttosuun-
nitelmiin jakautui tsemppaamiseen ja toppuutte-
luun. Muutto olisi voinut olla iso taloudellinen riski.

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

**”TUNTEMATTOMIEN
IHMISTEN AVULIAISUUS
ILAHDUTTI AIVAN
VALTAVASTI.”**



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 pelloja, ja laitumella käyskenteli 45 lypsylehmää ja parikymmentä hiehoa.

”Harkitsimme lopettamista pitkään. Onhan tämä kuitenkin sukutila. Ei luopumisesta selkääntäputuk-
sia saa”, Johanna sanoo.

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

"EN PÄÄSSYT EDES
VANHEMPIENI
LUOKSE JOULUNA,
KOSKA OLI LEHMÄT
HOIDETTAVANA."

Jarkko ja Johanna
Salonen vetävät
hetken henkeä ennen
kuin suuntaavat kat-
seensa tulevaisuuteen.

aiemmin ja tehnyt aivan toisenlaisia töitä. Tampere-
lainen 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 joka-
päiväiset herätykset aamulypsylle kello 4.45, arkena
ja juhvana. En päässyt kummityttöni häihin, en
katsomaan tyttärieni lentopallopelejä tai edes van-
hempieni luokse jouluna, koska oli lehmät hoidetta-
vana. 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 kehoitimme äitiä ja isää lopetta-
maan, 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 avoin-
na, 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, mil-
laiselle yritykselle on tilausta ja missä vaiheessa
sellainen kannattaa perustaa.

Muutokset maailmantilanteesta näkyvät Salosten-
kin sähkö- ja kauppalaskussa, ja kulutusta on pitä-
nyt miettiä uusiksi. Onneksi aiempi elämänvaihe
maitotilallisena on opettanut tarkkaan suunnitte-
luun.

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

JOULUN Saloset viettävät Tampereella asuvien
tytärtensä luona. Aattoiltana vierailaan myös Jar-
kon vanhemmilla. Joulun heidän kanssaan on ensim-
mäinen 18 vuoden tauon jälkeen.

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

Maailmantilanne ostoskorissa

Sähkön hinta, inflaatio
ja Venäjän hyökkäys-
sota Ukrainassa ovat
saaneet meidät pun-
taroimaan kulutustamme
uudelleen. SOK:n päivittäistä-
varakauppaa luotsaava **Sampo Päälylsaho** tuntee suoma-
laisten ostoskorit.

"TOIVON, ettei suomalaisten
tarvitsisi ostoslistaa tehdes-
sään miettiä, onko heillä varaa
tuttuihin tuotteisiin", Päälylsaho
sanoo.

Siksi S-ryhmä panostaa
laajaan valikoimaan ja omiin
merkkeihin. Ostoslistaa ei
tarvitse karsia, kun voi halu-
tessaan vaihtaa edullisempiin
Kotimaista-, Rainbow- ja
Xtra-merkkeihin. Jo kesällä
nähtiin, että totutun naudan-
lihan sijaan grilliin valittiinkin
edullisempaa possua ja broile-
ria. Myös juusto on vaihtunut
monella arkinen edullisempaan
vaihtoehtoon.

RAAKA-AINEIDEN hinnat
nousevat, ruoantuotanto
kallistuu ja myymäläverkosto
syö sähköä. Siksi kuluttajahin-
tojakin on pakko nostaa. Suuri
toimija pystyy kuitenkin tasaa-
maan hintaheilahteluja.

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

Päivittäistavarakaupasta jää
osuuskaupoille 1-4 prosenttia
tuottoa, joka käytetään myy-
mäläverkon ylläpitoon ja
investointeihin, kuten uusiin
myymälöihin.

"Näin toimillamme on myös



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

työllistävä vaikutus."

Tuuli- ja aurinkoenergiain-
vestointiensä ansiosta kaup-
paryhmä pyörii lähes täysin
itse tuotetulla, uusiutuvalla
sähköllä.

S-RYHMÄSSÄ lähes 80 pro-
senttia myydyistä ruuasta on
kotimaista alkuperää, eikä
siitä tingitä.

"Suurimpana ruokakaupan
toimijana meille on tärkeää
tukea tuottajia. Kotimainen
tuotanto lisää myös huolto-
varmuutta."

Sen ansiosta tutut, kotimai-
set tuotteet löytyvät lähikau-
pasta tapahtui maailmalla
mitä tahansa.

JOULU ei piittaa pörssikurs-
seista tai maailman johtajien
päätöksistä – se tulee joka
tapauksessa. Silloin suomalai-
set 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 parisaaneliöinen 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. Kuussa 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 sotilaina, 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 kotiin-sakaan.

”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 osakaan 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.

”**S**uomalaisissa 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 ammenamme voimaa ihan tavallisesta elämästä. Koronan aikaan moni lähti metsään lataamaan akkujaan. Samoin läheisten ihmissuhteiden merkitys korostui”, Larivaara sanoo.

RESILIENTSI eli kyky sopeutua muutokseen on ollut viime vuosien muotitana. 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

vanhustenholtoon 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-lapuisia 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 elämänsä uudelleen kohti tärkeiksi kokeimia arvoja ja merkityksellisiä pitämäänsä asioita”, Larivaara sanoo.

HISTORIAAN katsomalla muutoskykymme vaikuttaa hyvältä: talvisodan ihme yhdisti suomalaiset ja sai uhratumaan

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%

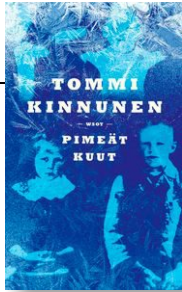
**KATSO MUUT VIOLETTIEN VIIKKOJEN HUIPPUTARJOUKSET
JA VARAA AIKA SILMÄASEMA.FI TAI SOITA 010 190 200**
(mpm/pvm)



SILMÄASEMA



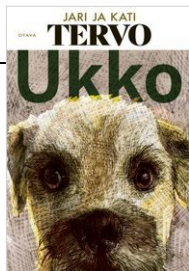
Tarjous koskee uusia silmälas- ja aurinkolasitilauksia eikä sitä voi yhdistää muihin etuihin tai pakettihinnoiteltuihin tuotteisiin.
Ei koske lääkinällisiä hoitotuotteita. Tarjous on voimassa 18.12.2022 asti.



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 kouluaikin 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 ihmismielen. 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 koiraihmissä miellyttävä lukupaketti.

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

Tanssijana tunnetun Hanna Brotheruksen romaani on kertomus naisen ikääntymisestä.

Kuva Laura Malmivaara / WSOY



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.

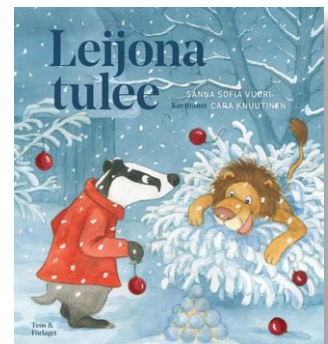
Lempilauseeni

”Ei kuolema ole suuri tapahtuma. Elämä on.”

Kaikki kirjat prisma.fi

Muutos harmittaa mäyrää

MÄYRÄ ja lapsi ovat erottamattomat. Jouluaattona lapsen lahjapakettista 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 puhalttaa 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 alkuperä - elämä kulkutaudin muuttamassa maailmassa*. Siinä koronapandemiaa pohtivat Laajasalon lisäksi muun muassa Mika Aaltola, Iina Kuustonen, Antti Tuisku ja Pekka Sauri.

Koe enemmän

Luonnollisesti
kofeiinittomat,
sokerittomat
hedelmähaudukkeet.

UUTUUS!



REAL FRUIT
INFUSION

Kokeile myös muita
ihania Teekanne-makuja!

"From the World's No. 1
in Herbal and Fruit Infusions"*

*"Source Euromonitor International Limited;
Hot Drinks 2022 Edition, Retail Value Sales."



koe enemmän.

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 selvittää.

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 alkua. ■



ETSÄ TIEDÄ KUKA MÄ OON?!

**TIESIMME TAI EMME,
Kuponkipelien ostaminen
edellyttää tunnistautumista 2023.**

Eli sinun tulee rekisteröityä, jos haluat
jatkossa pelata kuponkipelejä.

Tunnistautumalla voittonsi 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).

IHANIA

YHTEISIÄ HETKIÄ

TÄNÄ

JOULUNA



**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 lähiomaisten 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 välttä-

mättä 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.

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

Yhtenä syksyisenä lauontaina teimme tyttären kummitäidin kanssa kaalikäärileitä. 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 täyteen ympärille, käärileistä tuli täydellisiä, ne paistettiin, valettiin, 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, ystävyyskuuluu 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 joulunviettoon voi tarkoittaa: tule, me kannatamme sinua. Sinä saat olla meidän turvassamme. ■

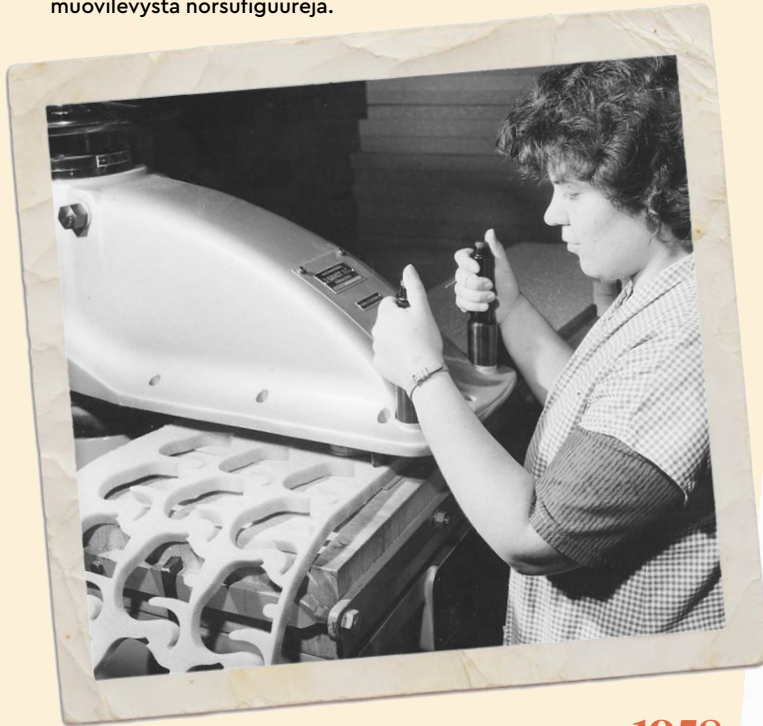
*Suru jaksaa
odottaa kyllä
ja vaatia
kohtaamistaan.*

MUISTATKO TÄMÄN?

Arkistojen aarteita osuustoiminnan historiasta

1960-luku

Seija Leino stanssaa eli leikkaa teräväreunaisella teräsmuotilla vaahtomuovilevystä norsufiguureja.



1958

Mainos Yhteis-
hyvässä lupasi, että
"Superlon-sieni
vaahtoa vähällä
saippualla".



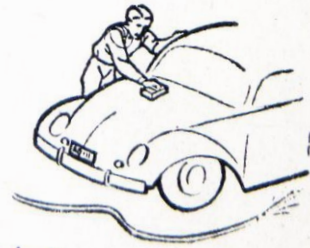
kätevä kylvyssä



sopiva saunaankin



tarpeellinen talouteen



oivallinen auton pesuun

Superlon pehmusti suomalaisten elämän

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

teksti ANNA KORTTELAINEN 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 asetettiin myös patjanvalmistuksessa olennainen ompelimo.

Ylellistä lepoa kansakunnalle

Kuluttajat huomasivat nopeasti, että pehmeiden ja joustavuuden ohella superlon-patjat olivat hygieenisinä 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 turvallisista mielin. Päivät olivat jälleenrakennussukupolvien pitkiä työrupeamia. Kansakunta tarvitsi vastapainoksi lepoa.

**SUPERLONIA
SUOSITELTIIN
ERITYISESTI SELKÄ-
VAIVAISILLE.**

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 mainoskuviissa patjoilla keikisteli viehättäviä neitokaisia yöpajoissaan. 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 tatamalla. →



1958–1963

Superlonia valmistettiin Rauman Valta-kadun 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 nuorisotai ensimmäiseen yhteiseen kotiin 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 verhoitus suljettiin vetoketjulla. Ruiskumaalatuissa tai petsatuissa nuorisokalusteissa käytettiin voimakkaista värejä ja verhoiluissa puuvillaa tai vakosamettia.

Muhkeasta mutta samalla niukkalinjaisesta sohvaryhmästä tuli kodin keskipiste, kun perhe asettui istumaan rentoutuneesti ja syömään iltapalaksi haviinleipiä tai 1970-luvun uutuutta, pitsaa. Sohvilla kulutettiin aikaa katsomalla yhdessä televisiota. Lukemattomissa 1970-luvun joulupallokuissa koristellun kuusen ja joulupukin takaa hahmottuu sohvaryhmä,

joka on päällystetty plyysillä, narisevalla tekonahalla tai raidallisella buklee-kanakaalla. Sohvilla ei tarvinnut enää istua ryhdikkäästi tai pönöttää, vaan sillä sai peräti löhöillä. Harva tuli ajatelleeksi, että olo- ja makuuhuoneen asumismukavuuden takasi vaahtotuskone 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.

IHANA JOULU-
LAHJAIDEA!

SISÄLTÄÄ
MYÖS KUUDEN
VUOKON VALMIIN
RUOKALISTAN!

YHTEISHYVÄN
parhaat kotiruoat

Otava

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

RENNOSTI KEITTIÖSSÄ

Fiksut ideat joulun kalapöytään

KALALLA KOREASTI

teksti **SANNA KEKÄLÄINEN JA NIINA MÄLKİÄ**
kuvat **REETTA PASANEN** kuvausjärjestelyt **SANNA KEKÄLÄINEN**
kuvasavustaja **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.

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 kirjolohenmätää kannattaa hyödyntää myös kalaruokien koristelussa. Jos mätää 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 sillika-viaarin 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.

Superhelppo mätidippi syntyy muutamassa minuutissa. Tarjoa joulupöydässä tai annosteile alkupaloiksi ruisnappeihin.

VALITSE POHJA

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

RYYDITÄ HYVIN

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

KRUUNAA MÄDILLÄ

Lisää pohjaan kirjolohenmätää. Sopiva määrä on puolet ranskankerman määrästä. Kääntelee mätä kevyesti dippiin, jätä osa koristeeksi. Valmiin dipin löydät viereiseltä sivulta.

DIPPAA SIPSEILLÄ

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

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 pilkkotuilla 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.

Joulusilli matjesfileestä

**Lämmittävillä mausteilla ja soke-
rilla 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.

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 matjesfileettä 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 ranskankermosta, 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 juhlanan värisiksi ja makuisiksi.

NÄIN PAISTAT LOHEN UUNISSA

Kypsennä lohi matalassa lämmössä, korkeintaan 150–175-asteisessä uunissa. Tarkkaile lohen kypsymistä, sillä se on parhaimmillaan juuri ja juuri kypsänä. Filee kypsyy sen pak-suudesta 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 kapris-ten 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 pignansiemenillä. Carpaccioon ja tartariin voit käyttää valmista graavikirjolohta tai graavata kalan itse.

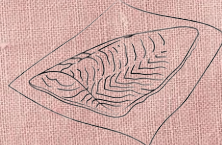
Graavilohi uudella tavalla

TUTTU graavilohi on entistäkin herkullisempi juh-
lakala, kun maustat tai tarjoat sen uudella tavalla.

Kun graavaat kalan itse, korvaa tilli makukerroksel-
la. Ripota fileelle pakastimesta mustikoita tai puolu-
koita tai valuta sille glögiä, niin lohi saa pintaansa
myös joulunpunaista väriä. Voit päällystää graavatta-
van fileen myös erilaisia makupareilla, kuten omena-
ja inkivääripaloilla tai fenkoli- ja appelsiiniviipaleilla.
Myös raastettu piparjuuri on hyvä mauste graavilohel-
le. Kokeile sitä timjamin makuparina.

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

Perinteinen graavilohi maustuu vuorokaudessa



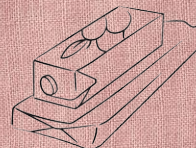
Aseta ruodoton lohifilee nahka-
puoli alaspäin leivinpaperille.



Lisää pinnalle ruukullinen tillin-
oksia tai hienonnettua tilliä.



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



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

Välipäivien kalaherkkut

Joulukalojen rippeistä kokkaat helposti monta maukasta arkiruokaa.

PIZZA on täydellinen hävikki-ruoka, sillä siihen voit upottaa niin loheta, 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 aateliala. 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 graaviloheta. Mausta sitruunalalla 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 markettaupan 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 irtopohjavuonan pohja leivinpaperilla ja painele piparkakkuseos vuonan 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 kääntele varovasti

joukkoon. Kaada seos vuokaan ja laita pakastimeen yön ajaksi.

Ota juustokakku pakastimesta ja anna sen seistä huoneenlämmössä hetken ennen tarjoilemistä. Koristele puolukoilla, punaisilla viinimarjoilla tai muilla marjoilla. OHJE ON SUUNNITELTU YHTEISTYÖSSÄ KÖKET.SE:N KANSSA

Vinkki!

Jälkiruoka lasissa

Jos haluat tarjoilla jälkiruokan lasista, 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 muffinivuokat sopivat tähän tarkoitukseen parhaiten. Kaada juustokakkuseosta päälle ja aseta pakastimeen. Paina juustokakut varovasti irti vuosta ja aseta tarjoiluvadille. Koristele marjoilla ja tarjoile välittömästi.



PHILADELPHIA



HERKKUUN ARKEEN, HERKUMPAAN JUHLAAN



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





Hedelmien jalokivi

GRANAATTIOMENA on talven juhlahedelmä. Sen syötävä osa on siemenet, joita kuorruttaa rubiinipunainen, 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: yhteishyvä.fi > rubiinilohi

Kuva Päivi Ristell



Kettukarkkia!

PIHLAJA on Fazerin vanhin makeinen. Sen valmistus aloitettiin jo vuonna 1895. Kettukarkkina-kin tunnettua, oranssinpunaista marmeladima-keista saa nyt myös purkissa. Paistonkestävä, vegaaninen Pihlaja-marmeladi sopii yhtä hyvin leivontaan kuin paahtoleivälle sunnuntaiaamu-na. Maistele myös keksien ja juustojen kahssa. Leivo viineritaikinasta ja Pihlaja-marmeladista helpot, kettukarkin makuiset joulutorttuviainerit.

Ohje: yhteishyvä.fi > joulutorttuviainerit



**SANNA
SUOSITTELEE**

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 drinkkeissä.



KUUSAMON
JUUSTO

Juustokorit viikunalla

24 kpl, Valmistusaika: 50 min

½ pkt (n. 150 g) Kuusamon Juusto Eränkävijä 28 % -juustoa
2 prk (ä 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 kullanuskeita.
6. Anna kypsien korien jäähtyä hetken aikaa ja viimeistele ne paloilla saksanpähkinää ja pienellä määrällä rosmariinia.
7. Tarjoile huoneenlämpöisinä glögin kanssa.



Valmiina joulupöytään

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



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



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

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



Riitan Herkun valmistama, sokerimassalla kuorrutettu Talvikakku kätkee sisäänsä karpalomoussea.



Oululaisen Pullava-pitkojen sarjan mehevä kaunis omena. Pulla täytteenä on laktoositon.



Satumaista-sachertleivos 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 pipar-kakkumausteet.



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.

TUOTTEEN TAKANA

Tutun elintarvikkeen tarina

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.

V

altatie 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 kirjolohseen.

Sisällä tehdassalissa vierailija aistii vienon tuoreen kalan mutta myös savun tuoksun. Päälimmäinen 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 paineilma-veitsellä 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. Jättien lähdettyä ne siirrettiin Ahvenanmaan saaristoon tai Saaristomerelle suojaamaan poikaskasvattoon.

Kesän 2021 lopussa ne olivat noin 750-grammaisia. ”Talven aikana kalat eivät syö juuri mitään, eivät-kä 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 fileointi-
linjalla kirjolohia ennen
seuraavaa työvaihetta.



Lämminsavukirjo-
lohifilee on Kala-
neuvoksen myy-
dyin 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 pakkauskokoja 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 vaihtoehtoksi. Toni Hukkanen puolestaan suosittelee kylmäsavukirjolohta pitsan täytteeksi tai lettujen ja kermaviiliin 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 Niinisaloon varuskun-

nasta. 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 kotitalalle. 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 tuttavien. Piti rakentaa suurempi savustamo pellolle, nykyisen tehtaan sijoille. Useaan kertaan laajennetulla tehtaalla työskentelee nyt noin sata henkilöä.

Toni Hukkanen aloitti työt perheytyksessä 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-



KALALLE RIITTÄÄ KYSYNTÄÄ MYÖS KANSAINVÄLISESTI.

Kone viipaloi graavatut fileet ja annostelee viipaleet pakkauksiin.

Kuluttajat suosivat nyt pieniä kala-pakkauksia.

voksen palveluksessa. Tonille uravalinta ei ollut kuitenkaan itsestäänselvyys.

”Olin lukiossa 1990-luvun laman aikaan. Ne vuodet olivat raskaita meidänkin yrityksemme. 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 torimyyvälän 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 perheyrittäjätyössä työskenteleminen on erilaista kuin suuressa firmassa.

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

Esimerkkinä kvartaalit ylittävistä ajattelusta Toni Hukkanen mainitsee yt-neuvottelut. Niitä on Kalaneuvoksella käyty 25 viime vuoden aikana vain yhden, nekin koronan aikaan.

Terveellistä ruokaa tehokkaasti

Kone viipaloi graavilohta ja annostelee viipaleet pakkauksiin. Pieniä vakuumpaketteja 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 kalliimpina kalan rehuna.

Vaikka juuri nyt alalla riittää haasteita, varatoimintajohtaja 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 Troutin kokeilee parhaillaan levän kasvatusta kalakassien ympärillä.

Merten tarjoama ruoka on tulevaisuutta. ■



NAPOSTELE & NAUTISKELE YKSIN TAI YHDESSÄ



NÄIN SUOMI SYÖ

Data kertoo ostoskorin voittajat

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.

SUKLAATA SUUN TÄYDELTÄ

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

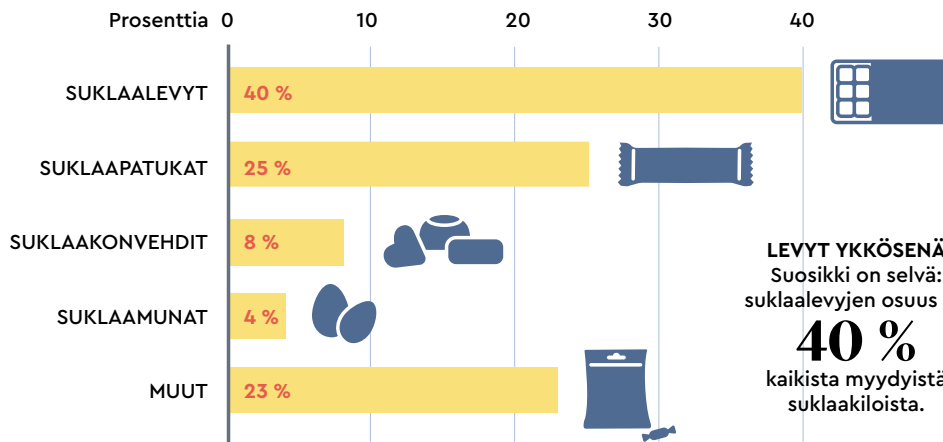
teksti **TUULA WARIS** kuvitus **HANNA RUUSULAMPI**



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.

"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 videokouksia Suomeen tai palavereja yhteistyökumppaneideni kanssa. Joskus val-

mistan samaan aikaan lounasta tilallamme vieraileville 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 kouksia 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 simppele 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. Tyttäreemme saavat kyydin koulusta kotiin, joten saan rauhassa syventyä hommiini.





Jyrki Sukula syö
lounaan joka päivä
samaa 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 yhteydes-
sä viinitilaa. Perheeseen
kuuluu myös sekarotuinen
rescue-koira Vilma sekä
kissa nimeltä Luigi.

AJANKOHTAISTA:
Toimii *Suomalainen*
menestysresepti -kilpai-
lun 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 kikhernepannukak-
kia eli farinataa. Se on
mahtava ruoka, jossa on
paljon proteiinia.

Suomesta tuon mukanani

Italiaan näkkileipää ja
ruisleipää sekä karde-
mummaa. Tyttäreni pyy-
tävät 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 ensiluokkai-
sia raaka-aineita. Yksi myyjä on erikois-
tunut artisokkiin, toiselta kannattaa
ostaa marjat.

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

Satsaan laatuun. Ostan ennemmin
vähän ja kallista kuin paljon halvalla.
Viimeksi ostin 24 suomalaisen lasimuo-
toilija **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 cheer-
leading-harjoituksiin joka päivä kuuden
aikoihin ja haen kotiin kahdeksan mais-
sa. Treenien välissä laitan maatilamme
kuntoon ja putsailen paikkoja. Yritän
myös käydä liikkumassa. Joskus sunnun-
taisin kävelemme vaimoni kanssa jopa
15–20 kilometrin lenkkejä. Viime aikoina
olen pohtinut, että voisin panostaa vä-
hän enemmän omaan hyvinvointiini ja
kehoni huoltoon.

"EN SYÖ ILTA- PALAA MYÖHÄISEN PÄIVÄLLISEN JÄLKEEN."

20.45

Koko perheen illallinen

Syömme koko perhe yhdessä illallista,
kun lapset ovat tulleet harrastuksistaan
kotiin. Mimmit syövät koulussa hiilihyd-
raattipitoista ruokaa, kuten pastaa, joten
valmistamme kotona proteiini- ja kuitu-
pitoisemman 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

Illtauutisten aika

En syö iltapalaa myöhäisen päivällisen
jälkeen. Menen nukkumaan katsottuani
illtauutiset 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 toteu-
timme haaveemme omasta viinitilasta. ■



SYDÄMELLE JOTA RAKASTAT

– hyvinvointia laadukkaista kasviöljyistä



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.



KOTIKOKIN LUOTTOKAMAT

Iloa ja hyötyä Prisman hyllyiltä

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, littalan **Nappula-kynttilänjalka (3)** valmistetaan valkoiseksi maalatusta teräksestä.

6

7

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 kohokuvioitut **Lara-lasilautaset (7)**.

10

LISÄÄ SÄIHKETTÄ

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

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

JOULUPÖYTÄ ON KATETTU

Pieneenkin tilaan saa rakennettua runsaan noutopöydän ja kauniin joulutunnelman.

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

1 Toimiva juhkakattaus onnistuu pienessäkin kodissa, kun otat käyttöön keittiön erilaiset tasot ja ripauksen ennakkoluulotonta luovuutta. Osan houttelevasta 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 jouluherkuis-
ta ja kattaa joulupäivänä pöy-
tään 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 lahja-paperista 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 TEKÖ

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

Tervetuloa galaksin kätevimpään lelukauppaan.



LEGO® City Police
60316 Poliisiasema

48⁹⁰



Paketit pukinkonttiin koko perheelle.

Katso lisää [Prisma.fi](https://www.prisma.fi)



LEGO® City Police
60314 Poliisin takaa-
ajama jäätelöauto

26⁹⁰



LEGO® DUPLO My First
10966 Hauskoihin kylpy-
hetkiin: kelluva eläinsaari

36⁹⁰



LEGO® DUPLO Town
10975 Maailman
villieläimet

129⁰⁰



LEGO® Harry Potter
76408 Kalmanhan-
aukio 12

149⁰⁰



LEGO® Friends
41700 Luksusteltta
rannalla

38⁹⁰



LEGO® Friends
41699 Lemmikki-
hoitolan kahvila

25⁹⁰



LEGO® Ninjago
71763 Evoluutio:
Lloydin kilpa-auto

23⁹⁰



LEGO® Icons
10298 Vespa 125

89⁹⁰



MEILTÄ
SAAT
BONUSTA
s-kanava.fi



Among Us
The Impostor
-pehmolelu
25 cm

23⁹⁰



L.O.L. Surprise
O.M.G. Core
-muotinukke
Erilaisia.

54⁹⁰



Sylvanian Families
Aloitus-
talopakkaus

37⁹⁰



Cool Maker
Kynsikimallipakkaus

27⁹⁰



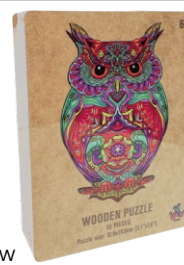
Hot Wheels
Energy Track Set
GND92 -autoratasetti

29⁹⁰



Barbie
Kesämatkanukke

26⁹⁰



Ywow
Puupalapeli Eläin
Erilaisia.

13⁹⁰



Go Doggy Go - Vauhtia
tassuihin! -lautapeli

17⁹⁰



Pakohuonepeli
Escape Room

31⁹⁰



Tactic
Alias Original
-sanaselityspeli

19⁹⁰



Ciraf
Pehmolaiskiainen 90 cm

39⁹⁰

HUONEVARAUS

Nojatuolimatka hotellin historiaan

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.

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 viihtyisiä ravintola Bistro Mesu, jossa

näyttää käyvän asiakkaita aamusta puoleen yöhön.

Aulatioista 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 kravattissa”, 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.”

”Toimin ruhtinas Albertin telkkarin- korjaajana.”





Mokka-kabinetti toimii kokous- ja juhlatilana.



Vanhat huvilat reunustavat hotellin edustalla olevaa toria.



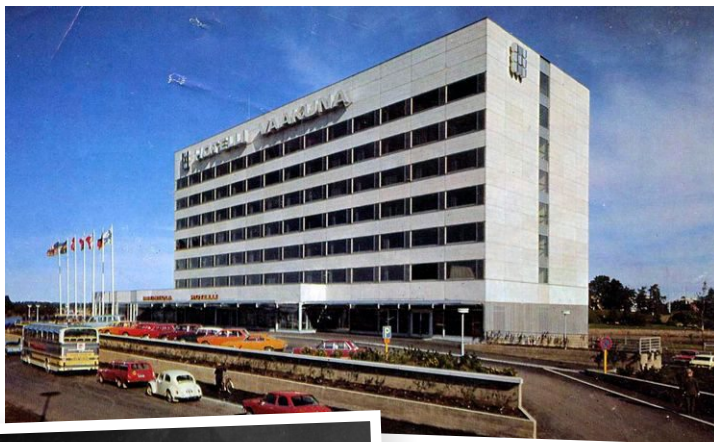
Sängyissä on tyylikkäät, nahkaiset päädyt.



Bistro Mesu on suosittu ravintola aamusta iltaan.

Radisson Oulu edustaa 1970-luvun virtaviivaista arkkitehtuuria.

Työntekijät ovat valmiina tarjoamaan kuohujuomaa 70-luvun puolivälissä.



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 loppuksi 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 yöyn 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 latioilla 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 lounge-ssa tarjotaan esimerkiksi erikoiskahveja ja pieniä leivoksia.

RADISSON OULU

- Hotellissa on 235 huonetta ja 700 neliömetriä kokoustiloja.
- Tapahtumatiloi-ja 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 tarjollaan pöytiin.

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

Lisäksi kellarista löytyvät hotellin luovat kokoon- tumistilat. Yhdessä niistä voi istua vaikka puutarha- keinussa visioimassa.

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

”Ihana henkilökunta ja ihanat vieraat. Ja kansain- välinen tunnelma. Eri kielten yhtäaikainen sorina”, Karvola luettelee.

HOTELLINJOHTAJA KARVOLA sanoo, että uudis- tuksessa henkilökunta sai vihdoin arvoisensa puitteet. Henkilökunnan työn korkeasta laadusta on tutkittua tietoa.

”Kun asiakkaat arvioivat Pohjoismaissa ja Baltias- sa kaikkia Radisson-hotelleja, olimme koko alueen ykkösiä asiakastytytyvyydessä.”

Vieraat pitävät erityisesti palvelusta ja aamiaises- ta, Karvola kertoo. Oulun Radissonin aamiaisella on munakaskokki ja kahvi tarjollaan pöytiin.

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

Mutta herkullinen on myös Bistro Mesun illalli- nen. Kävin tuloiltana viereisessä teatterissa, ja nautin Mesussa sen jälkeen haudesta tehtyä wallen- bergia. Annoksessa oli herkullisen kalapihvin lisäksi maistuvaa rapukastiketta ja erinomaista musia.

MONI TYÖNTEKIJÄ on viihtynyt hotellissa pitkään, eikä johtaja tee poikkeusta. Tarja Karvola tuli hotel- liin hovimestariharjoittelijaksi vuonna 1989.

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

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

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



Jutun on kirjoittanut toimittaja, ekonomi ja tyylin suur- lähettiläs Sami Sykkö.

JORDAN CLEAN SMILE

Jordan*

Powered by

wilfa

JORDANIN ja WILFAN yhteistyössä kehittämä CLEAN SMILE PLUS 45 päivän akunkestolla ja SoftClean™ -teknologialla varmistaa, että harjaat hampaasi hammaslääkärin suositusten mukaisesti.

34,95€

JORDAN CLEAN SMILE PLUS
TBX-300P

- MARKKINOIDEN PARAS AKUNKESTO: **45 PÄIVÄÄ TÄYSIN KIERROKSI!**
- 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 HARJAPÄITÄ 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.



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.

Päädyin kosmetologiksi oltuani 12 vuotta kaupan alalla. Kolmenkymppin kynnyksellä irtisainouduin työstäni ja kävin Suomen Kosmetologikoulun. Kokeilin hoitolatyytöitäkin, 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 valintaanakin 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 ujusteli 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 kaipa 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! ■

*Kirkkaalla
huulipunalla voi
helposti piristää
arkisenkin lookin.*


NÄKÖKULMA

Valokuvaaja tutkii elämää Suomessa

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**

A photograph of two women floating on their backs in a swimming pool. The woman on the left has long brown hair and is wearing a light purple one-piece swimsuit. The woman on the right has long dark hair and is wearing a white one-piece swimsuit. They are both looking up with their eyes closed, appearing relaxed. The water is clear blue, and the pool floor is visible as a light blue tiled pattern. Sunlight creates ripples and reflections on the water's surface.

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

Kelluminen rauhoittaa. Antti Tuiskun keikka toi siskokset yöksi kylpylän hotelliin. Nyt veden alla soi japanilaistyylinen musiikki. Vauvaintiohjaajana 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 kuulumat 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 viikkarit 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.



Herkullista Joulua

Electrolux Create vakuumilaite*

E4VSI-4AG. Joulun herkut talteen. Create vakuumilaite tyhjiöpakkaa ruuan mahdollisimman hapettomaan tilaan, jolloin bakteerien kasvu hidastuu ja ruoka säilyy paremmin. Pieni, käytännöllinen koko.

59⁹⁵€



Electrolux Sport Tehosekoitin*

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

44⁹⁵€



Electrolux Create Tehosekoitin

E3TBI-4GG
Sekoittaa juomat vaikka koko perheelle nopeasti ja tehokkaasti. Tyylikäs harmaanmusta ulkomuoto ja laadukas lasikannu. Hyvä ja monipuolinen, vaikka joululahjaksi!

49⁹⁵€



Ihanan puhdas Joulua

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€



HYVÄ SUOMI

Ostetaan kotimaista

TODELLISET KANSAN KYNTTILÄT

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

teksti TIUU POHJOLAINEN kuva PÄIVI RISTELL

Suomalaiset
ostavat eniten
valkoisia
kynttilöitä.

HAVI OY

- Havi Oy valmistaa kynttilöitä ja kattaus-tuotteita.
- 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-myyntiä ympäri Suomea.



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

Kuva Tommi Mattila

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.

1 VÄRI ON SUOSITUIN

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

31 MILJOONAA KYNTTILÄÄ VUODESSA

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



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. ■

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 huuруstuivat 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 silmäsaaralassa Jyrkin silmien linssit korvattiin uusilla keinolinssillä. Alle tunnin kestäneen ikänäköleikkauksen jälkeen hän näkee jälleen tarkasti lähelle ja kauas.

SALILLE PARIN VIKON 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 tiiraamatta, 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 leikkaukartoitus [silmäsema.fi](https://www.silmäsema.fi) tai **010 190 200** (mpm/pvm). Voit myös varata ajan suoraan esitutkimukseen ja hyödyntää alla olevan huippuedun.

SILMÄASEMA


VIOLETIT VIKOT
— 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 uutteen
- 🌿 vegaaninen vaha
- 🚫 ei palmuöljyä

FOR ALL OF US

bolsius
since 1870



Hemmottele aistejasi True Scents -tuoksulla: Lempäät 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

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**

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. Huuhtelee 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 Käsini pesu 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. Huuhtelee hyvin ja rutista liiat vedet pois kuivan, puhtaan pyyhkeen välissä. Vaakakuivaus onnistuu esimerkiksi pyyhkeellä vuoratulla pyykkiliniellä. Jos vaateen voi pestä koneessa, siitä on maininta pesulapussa.

5 Säilytä villavaatteita viikattuina ilmastossa paikassa. Pitkään henkärilla säilytettyyn neuleeseen jääneet painaumat saat pois höyryttämällä.


Vinkit antoi kotitalousasiantuntija Niina Silander Marttaliitosta



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

MYYYJÄN 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 kaipaavat 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, luonnonvarojen kunnioittamisen, luonnonvarojen kasvun sekä yhdenvertaisuuden edistämisen kanssa. Työni on merkityksellistä, koska olemme tekemisissä isojen asioiden kanssa. Puhun paljon päättäjien ja kansalaisjärjestöjen edustajien kanssa ilmastomuutoksesta 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 ilmastomuutoksesta ovat olleet pitkään agendalla, mutta viime aikoina

omavaraisuus ja kotimaisuus, huoltovarmuus ja ruoan hinta ovat nousseet enemmän esille.

Kännnykkäsi 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 päänsisälle minkäänlaista rapaa muilta ihmisiltä.

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.

→

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

"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 strategiasa, 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 ratkaistuviksi.

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 pimentäminen 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 vahvasti omaa tapaini toimia. Venäläiseen autoritääriin johtamiskulttuuriin kuului tietyntyylinen tiukkuus ja epäkohteliaisuus alaisia kohtaan. Itse kannatan pohjoismaista tasa-arvoista meininkiä.

Nyt asut Vanhassa Porvoossa. Ärsyttävätkö pihallasi parveilevat turistit?

Enemmänkin he ovat hauskoja ja ihania. 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. ■

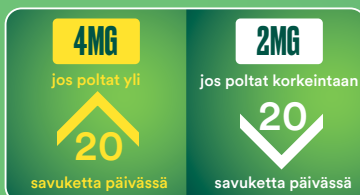
VAIN KOLME PÄIVÄÄ JA HENGITTÄMINEN ON HELPOMPAA*

 **nicorette**
saavuta jotain suurenmoista

Tutkitusti tehokas
apu tupakoinnin
lopettamiseen.



VALITSE OIKEA VAHVUUS



*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

PAREMPI PAIKKA ELÄÄ

Yhdessä kohti kestävää tulevaisuutta

NÄIN YHTEISHYVÄN LUKIJAT SÄÄSTÄVÄT SÄHKÖÄ

"Varasin
talveksi ison
kasan klapeja."
Pekka Marjomaa

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

"Laskin huone-
lämpötilaa alem-
mas. Puen villa-
vaatetta päälle ja
pyjaman yöksi."
Pirkko Salonen

"Pidän kasvi-
valoja päällä
yöllä, päivällä
pois päältä."
Maarit Kukon-
lehto

Kommentit poimittu Yhteishyvän Facebook-sivulta

Matti Loukkolan mukaan sähkön-
säästäjän 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 kulutus-huippujen aikana aamukahdeksalta ja iltaviideltä. Lisä-vinkkejä 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?

”**T**ilojen 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 termos-taattia tai hanaa vääntäessä tapahtuu.

Loukkola kehottaa varmistamaan, ettei kodin lämpötila nouse yli 21 asteen. 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 kerrostalo-asukkaita, joiden kylpyhuoneet lämpiävät sähkökäyttöisen pyyhekuivaimen tai lattialämmityksen avulla.

”Jos kylpyhuoneessa on myös muu lämmitysjärjestelmä, mukavuutta lisäävän lattialämmityksen voi huolet-

ta sulkea, ja sähköä säästyy huomattavasti.”

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

Huomio suihkuun ja pesukoneisiin

Lämmityksen jälkeen toiseksi tehokain 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 pörssi-sähköä, 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. ■



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 vauvuuden 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

NYKYÄN MONI POHTII MYÖS LAPSELLE SÄÄSTÄMISTÄ.

rahaa riittää myös yllättäviin menoihin”, Simola sanoo.

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. Ensimmäisen maksun jälkeen, myö-

hemmin ehkä valmennusmaksuja.”

Jos siis perheenisäyksen 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 tuotto-odotus 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.

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 tiimiyrityksenä. Mieheni sai pienen palkankorotuksen. Säästöjä ei silti kertynyt, koska lisätulot menivät vauvan ja kodin hankintoi-

hin. 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 mikkeliäläisen 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 rupertella 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 lapsen lapsen 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 kesätoissa 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 kuukausi-ostoilla.

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-55



CLASSIC
TALL
139€
CM2S-A125



CLASSIC
49,95€
CT-1000S



QUICK BOIL

Tyylikäs, näppärän kokoinen vedenkeitin, jossa keitit 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 leivänpaahtin, 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.

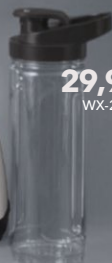
CLASSIC LEIVÄNPAAHDIN

Tyylikäs leivänpaahtin, 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. Säädetty nopeus ja sykystoiminto. Automaattipuhdistusohjelma.

XPLODE ENERGY

Voimakas ja monipuolinen. 1200W ja 1,8l lasikannu. Säädetty nopeus, 3 automaattiohjelmaa ja erillinen puhdistusohjelma.

SMOOTH

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



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





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

VAIHDETTAVA LATTIAHARJA

Mukana erityisesti koviille lattioille sopiva rullaharja & yhdistelmäharja matoille ja muille lattiapinnoille. Miniturbo-suulake huonekaluille ja monitoimisuulakkeet muille materiaaleille.

TEHOKAS LED-VALO

Optimoi näkyvyyttä.

OPTINEN PÖLYNTUNNISTIN

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

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.



Kaikkea jouluun maan ja taivaan väliltä.



MEILTÄ
SAAT
BONUSTA
s-kanava.fi

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

SUKKAMAA

Ilahduta maakuntasukilla

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



249€

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



109€

Doro 6041

Tyylikäs ja helppokäyttöinen simpukapuhelin kameralla. Kuulokeääni on voimakas ja erittäin selkeä. Ominaisuuksiin kuuluvat mm. päivittäinen muistutus-toiminto, Bluetooth® ja turvaominaisuudet. Väri: punainen ja musta. www.doro.fi



89€

Doro 1382

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



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) tähhä 15 g
Sukkapuikot 3,5 mm tai käsi-
alan 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 kantapohjan 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.

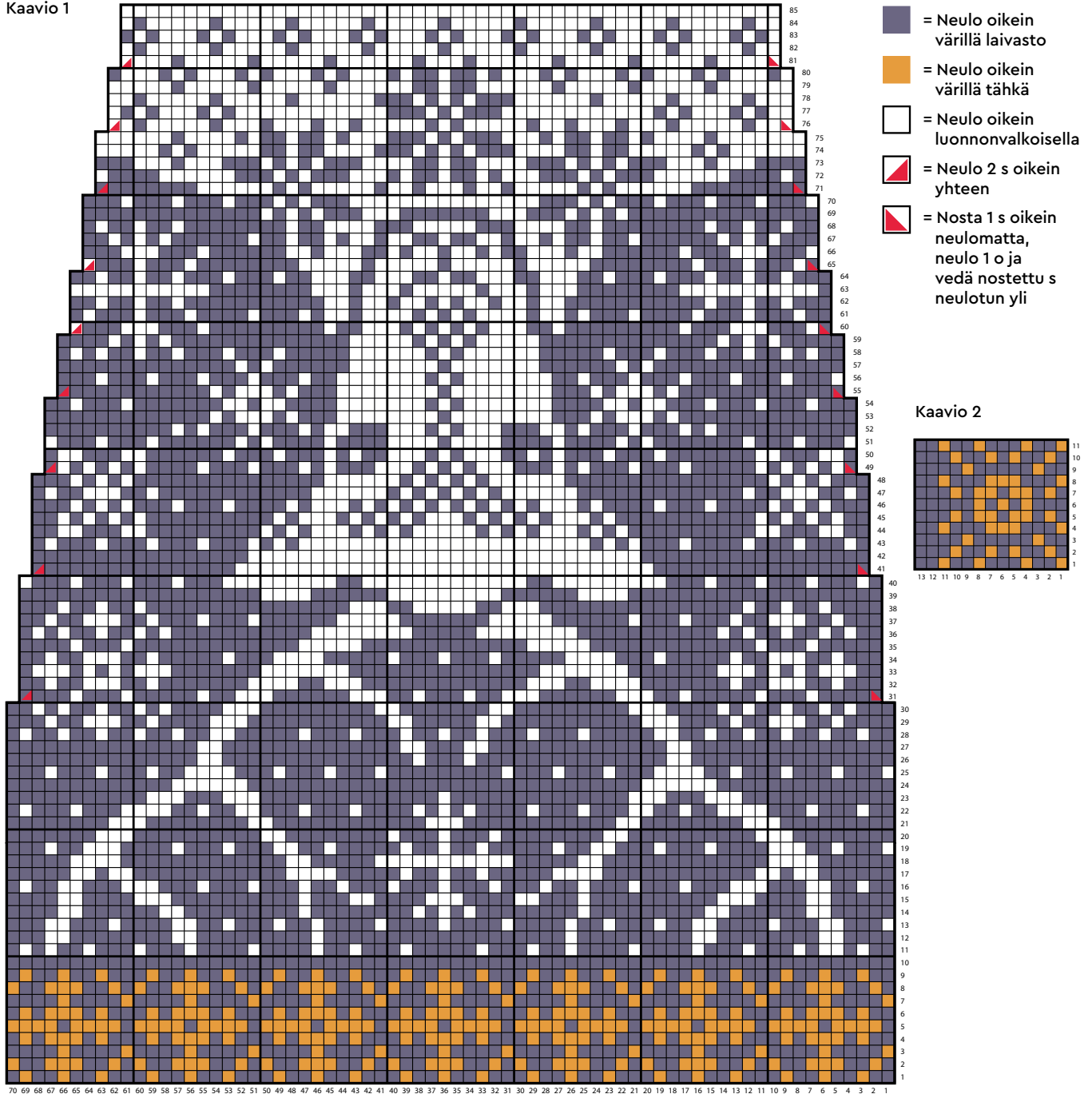
Poimi vapaalle puikolle kantapohjan vasemmasta reunasta 13 s + 1 s kantapohjan ja II puikon välistä. Neulo kantapohjan 5 s oikein ja poimitut s:t kierteäen eli takareunasta oikein. Neulo II ja III puikon s:t oikein. Poimi kantapohjan oikeasta reunasta 13 s + 1 s III puikon ja kantapohjan välistä sillä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

Kiilakavennukset

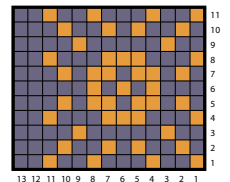
Jatka näillä 64 s:lla sileää neuletta ja aloita kiilakavennukset: neulo I puikon lopussa 2 viimeistä s:aa oikein yhteen ja tee IV puikon alussa ylivetokavennus. Neulo 1 välikerros ja toista kavennukset. Tee kavennukset joka 2. krs kunnes työssä on 52 s eli joka puikolla 13 s.

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

Kaavio 1



Kaavio 2

**Kärki**

Aloita kärkikavennukset nauha-kavennuksina: 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 silmukoi-

den läpi ja päätele hyvin.
Neulo toinen sukka samoin.


Viimeistely

Höyrytä sukat kevyesti.

LANKOJA MYNNISSÄ

Prismassa. Värit vaihtelevat sesongeittain ja myymälöittäin.

JAA KUVA
INSTAGRAMISSA
#SUKKAMAA JA
MERKITSE KUVAAN
@YHTEISHYVA



*On koskettavaa,
miten pienistä asioista
hyvä joulu monelle vähä-
varaiselle 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

Joulun latautuu paljon odotuksia erityisesti lapsiperheissä. Yhdessä syöminen, herkutteleminen ja lahjojen jakaminen kuuluvat monen lapsiperheen joulun, mutta vähävaraisille ne voivat olla kaikkea muuta kuin itsestään selvyys.

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 luon-

teviksi 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 kysynelehdimme siinä molemmat, sekä kortin saaja että minä.”

→

MAISTA UUTTA

Saatavilla rajoitetun ajan

UUTUUS!



**Herkullista
Marabou-suklaata,
rapeaa kanelikeksiä
ja maistuvaa omenaa**



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 joulun 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 myöhemmän 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.

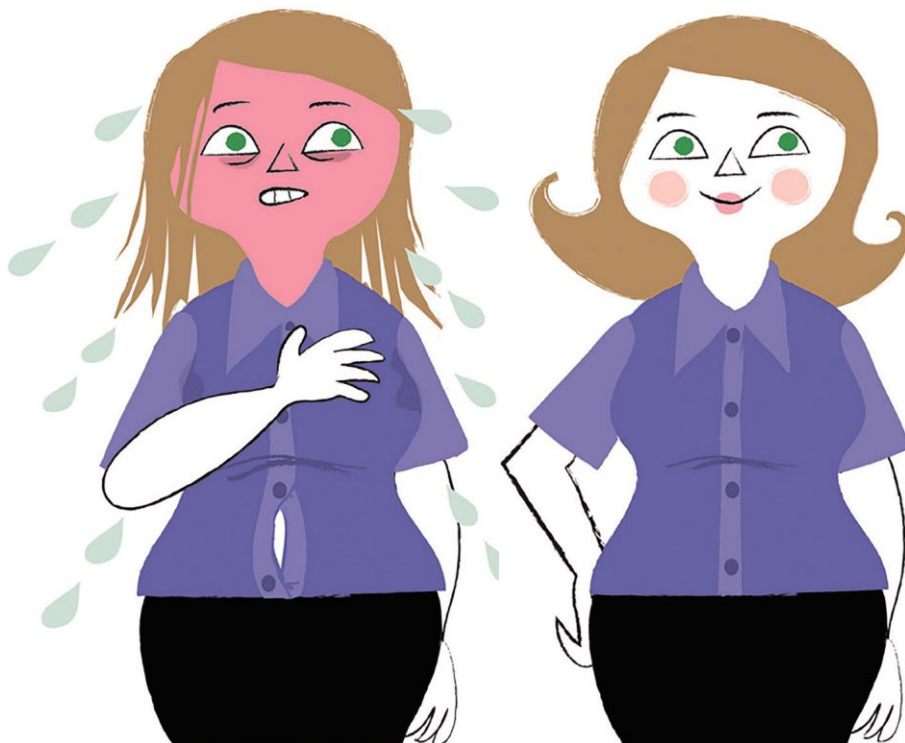
”Vapaaehtoistyö on ollut hyvä jatke hoitotyölleni. Molemmista saan auttaa muita, ja saan siitä paljon enemmän kuin mitä annan. Minulle tulee hyvä mieli, kun annan lahjakortin ja näen, miten iloiseksi ihmiset siitä tulevat.”

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. Vaihdevuosisoireita ei tarvitse hävetä – ja niihin löytyy omahoitokeinoja, sanoo tietokirjailija Varpu Tavi.



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

45-vuotiaana vaihdevuosisoireiden 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**.

Välillä oli hiki ja välillä kylmä. Ei naisellisuus loppu menopaussiin.

Jatkuva hikisenä öisin herääminen ei ole harvinainen vaihdevuosisoire. Moni nainen kohtaa menopaussin jo paljon ennen viisikymppisiä.

Oireita voi helpottaa monin keinoin

Kuumia aaltoja ja muita vaihdevuosisoireita 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 aalloni 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 vaihdevuosisoireisiin.

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

Iloa vertaistuesta

Tavin mukaan valmisteesta voi olla hyötyä lieivistä ja keskivaikeista vaihdevuosisoireista 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 tullessiin, vaihdevuosisoireisiin liittyviin kysymyksiin.

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

Hämmennystäkin aiheuttavasta elämäntilanteesta ei ole helppo käydä kahvipöytäkusteluja. 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 nukkuttujen öiden jälkeisestä aivosumusta.

Ryhmässä jaetaan kokemuksia – ollaan yhdessä upeita naisia.

– Ei naisellisuus loppu menopaussiin.

Lue lisää vaihdevuosisista:
www.vogel.fi/oireet/vaihdevuodet/

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



OLAPLEX.



Olaplex-tuotteet
-25 %



No.4-shampoo 250 ml

Vahvistava, korjaava ja kosteuttava 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 jäät 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)

SYSTEM PROFESSIONAL



SP Classic -tuotteet
-25 %



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 öljytehoahoito.

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
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 B2-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 D3-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 juomatilvite, 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.)



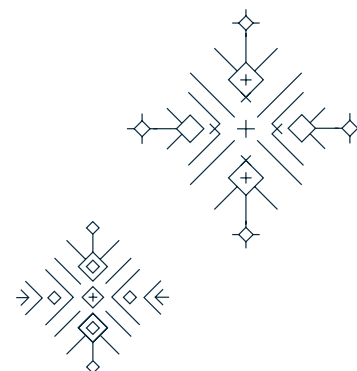
Terveyskaistan KultaOmega-3
Vahva kalaöljy 1000 mg 100 kaps.
Huippuvahva kalaöljy kalagelatiinilla ja erinomaisilla terveysvaikutuksilla.

24,70 (30,90)
0,25/kaps. (0,31/kaps.)



Terveyskaistan B12+B6+Foolihappo
pitkävaikutteinen 90 tabl.
Vähentämään väsymystä ja virkistämään muistia.

11,90 (14,90)
0,13/tabl. (0,17/tabl.)



SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEudesta



VERSACE

Yellow Diamond EdT 30 ml

Raikas ja yllellinen kukkaistuuksu 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 granaattimena, 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

Kukkaismyöskin 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

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

Moderna raikkautta maskuliinisella 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. granaattimenaa, vesijasmiinia, vesikieloa sekä santelipuuta.

35,20 (44,-) 704,-/l (880,-/l)

Eclat d'Arpege Mon Éclat EdP 30 ml

Lumoava ja viehättävä tuoksu, jossa mm. aloe veraa, jasmiinia, samettista aprikoosia ja myskä.

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.

B 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

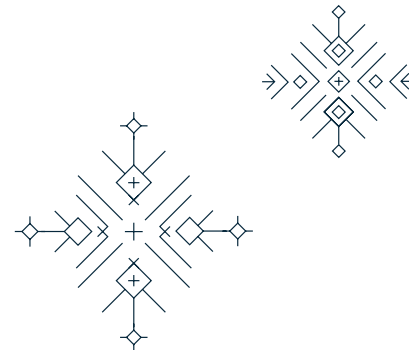
Tuoksu, jossa raikas sitruuna on kiedottu sädehtivään appelsiininkukkaan.

40,80 (51,-)

L'Air du Temps EdT 30 ml

Puuterinen kukkaistuoksu klassikko.

45,60 (57,-)



SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEudesta



Silky Purifying Cleansing Oil -puhdistusöljy 150 ml

Samettisen pehmeä puhdistusöljy, joka poistaa iholta kaiken öljyliukaisen 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 valmistee 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 -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)

LUMENE

VEGAN

Lumene AJATON
-ihonhoitotuotteet
-25%

AJATON - IHON NUOREKKUUDEN PALJASTAVAA TEHOA
BIOTEKNOLOGIALLA VAHVISTETTUNA. AJATON Yöeliksiiri
30 ml 38,10 (50,90) AJATON Silmänympärysovoide
15 ml 30,60 (40,90) AJATON Päivävoide SK 30
50 ml 35,10 (46,90) 702,-/l (938,-/l)

MADE IN FINLAND



Stay Volume -maskara 9 ml
Täydellisen tuuheuttava ja pitkäkestoinen ripsiväri.

Stay Definition -maskara 8 ml
Erottelava ja tuuheuttava ripsiväri
kestää tahrtaamatta.

12,90/kpl (16,90)



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

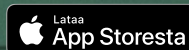
emotion
KAIKKI KAUNEudesta

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





Schwarzkopf

Natural & Easy -hiusvärit

Luonnollinen ja vivahteikas kestoväri, joka jättää hiuksesi sileiksi ja syvästi kosteutetuiksi.

6,30/kpl (7,90)

Poly Color -sävytesshampoot

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)

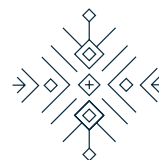


CULTIVATOR'S

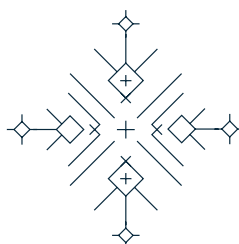
Kasvivärit hiuksille

Luomusertifioiduilla kasviväreillä hiuksiin upea peittävä väri, kaunis kiilto ja erinomainen kesto.

10,30/kpl (12,90)



Derma Collagen -linja
-20%



MADARA
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)

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



**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

YHTEISHYVÄ ei vastaa lehden painoonmenon jälkeen tapahtumatiotoihin 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 Tallinaan 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

Varkauden teatteri esittää
S-Etu 3 e

S-Etukortilla Katoamistempu-komediaan peruslippu 22 e (norm. 25 e) 31.12. klo 13.

S-Etukortilla Villit vuodet -musiikinäytelmään peruslippu 34 e (norm. 37 e) 31.12. klo 13.

Rokkia ja rautalankaa 2.0 -konsertteihin peruslippu 22 e (norm. 25 e) 16.12. klo 19. Varkauden Teatteri, Laivalinnankatu 29, Varkaus.

Liput ja lisätiedot: Varkauden Teatterin lippumyymälä. puh. 044 3648830, myynti@varkaudenteatteri.fi, varkaudenteatteri.fi, Ticketmaster, puh. 0600 10 800 (1,96 e/min+pvm) tai 0600 10 200 (6,79 e/puhe-lu+pvm), ticketmaster.fi.

Joensuun kaupungin-teatteri esittää
S-Etu 5 e

S-Etukortilla liput 23 e (norm. 28 e) 39 askelta -dekkari-komedian esityksiin ke 4.1. klo 14 ja to 5.1. klo 18.

S-Etukortilla liput 19 e (norm. 24 e) Lempin esityksiin ke 4.1. klo 18.30 ja pe 27.1. klo 18.

Lempi kertoo rakkauden arvaamattomista seurauksista.



Joensuun kaupunginteatteri, Rantakatu 20, Joensuu.

Liput ja lisätiedot: Carelicum Palvelut puh. 013 267 5222, carelicum.palvelut@joensuu.fi, joensuunteatteri.fi.

Kotkan kaupungin-teatteri esittää
S-Etu 4,50 e

S-Etukortilla liput Shakespearen näytelmään Myrsky 22 e (norm. 26,50 e). Esitykset la 3.12. klo 18, pe 16. ja 30.12. klo

19. Enintään 2 lippua/talous.

S-Etukortilla liput dekkari-komediaan Baskervillen koira 22 e (norm. 26,50 e). Esitykset la 3.12. klo 18, la 17.12. klo 13 ja pe 30.12. klo 19. Enintään 2 lippua/talous.

Kotkan Kaupunginteatteri, Keskuskatu 15, Kotka.

Liput ja lisätiedot: teatterin lippumyymälä ti-pe klo 11–17 ja 2 h ennen näytöksiä, Kotkan Kaupunginteatteri puh. (05) 234 4199, teatteriliput@kotka.fi, kotkanteatteri.fi.

Ihan metsässä
Kouvolan Teatterissa
S-Etu 2 e

S-Etukortilla liput 26/24 e (norm. 28/26 e) Ihan metsässä -esitykseen pe 2.12. klo 14. Etu on talouskohtainen, ei koske ryhmävarauksia.

Kouvola Teatteri, Salpausselänkatu 38, Kouvola.

Liput ja lisätiedot: Puh. (05) 7400 330, lippukassa@kouvolanteatteri.fi, lippukassa ti-la klo 11–15 ja 3 h ennen iltaesityksiä, kouvolanteatteri.fi.

PHILIPS
sonicare

”Tämä puhtauden tunne pitää itse kokea. Philips Sonicare - minun ykkösvalintani aina”

– Maria Veitola

HX3671/14
Philips
Sonicare 3100
49,95 EUR

Created to care. Designed to last.

Nyt 12 kk:n pidennetty takuu suosikkituotteisiisi.

Tarjous on voimassa tuotteille, jotka on ostettu 31 lokakuuta – 31 joulukuuta 2022. 12 kuukauden lisätakuun saamiseksi rekisteröi Philips-tuotteesi 90 päivän kuluessa ostosta. QR koodi tai www.philips.fi/myphilips/register-your-product. Tarjoukseen eivät sisälly varaosat eivätkä lisävarusteet.



PHILIPS
OneBlade



TRIMMAA, RAJAA JA AJELE.

UUSI JOUSTAVA 360 TERÄ - VÄHEMMÄN VETOJA, ENEMMÄN MUKAVUUTTA*

Paras Philips OneBlade tähän mennessä**

* Vuonna 2021 tehty verkkokysely 17 000 miehelle, trimmauskäyttäjille
Parhaan parranajokokemuksen saavuttamiseksi on suositeltavaa käyttää alkuperäistä terää (sisältyy pakkaukseen)

UUSI, JOUSTAVA 360 TERÄ

QP2830/20
49⁹⁵

PHILIPS
OneBlade

Tarkista myymäläkohtainen saatavuus prisma.fi

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.



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!

O'KeeffesCo.fi

Kuvat käsistä: Kuvat käsistä ennen käyttöä ja kahden viikon käytön jälkeen. Voidetta levitettiin ennen nukkumaanmenoa ja kolme kertaa päivässä. Tulokset voivat vaihdella.

VILAUTA VIHREÄÄ KORTTIA

Rahanarvoisia etuja asiakasomistajalle

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: punaistenristinkauppa.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.

Helpoin tapa oppia soittamaan netissä S-Etu 29,90 e

S-Etukortilla ilmainen kuukauden kokeilujakso Suomen suurimmassa soittoverkko-palvelussa.

Lisätiedot: rockway.fi/etukortti.



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.

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

On mutkattomampikin tapa maksaa ajoneuvovero

Maksa ajoneuvovero paperilaskun sijaan mutkattomasti e-laskulla ja välttät 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.



RISTIKKO

Jyrki Takala, kuva Getty Images

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---|-------------------|------------------|--------------------|--------|----------------------|---------------------|----------------|-----------|-----------------------|---------------|------------------|-------------------------|---|----------------|
| | | | | | | | | | | -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 | | | | | | | | | | |

Edellisen ristikon ratkaisu: KISKAISU

Ristikon voittajiin on oltu henkilökohtaisesti yhteydessä.

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | I | N | A | K | A | A | N | V | I | I | K | A | T | E |
| K | I | I | N | A | T | E | R | A | S | I | R | I | S | |
| U | S | K | O | T | O | V | E | L | A | E | L | I | S | |
| T | E | I | V | O | M | A | I | J | A | L | E | S | E | |
| Y | A | S | K | I | N | A | K | O | E | S | T | E | | |
| O | S | A | T | | | | | | | | | | | |
| R | R | | | | | | | | | | | | | |
| I | H | M | E | | | | | | | | | | | |
| T | E | O | S | | | | | | | | | | | |
| P | I | | | | | | | | | | | | | |
| A | P | I | N | A | | | | | | | | | | |
| A | A | T | E | L | I | V | I | M | M | A | T | | | |
| L | K | E | L | O | I | S | A | V | A | R | I | S | | |
| L | U | U | S | T | O | H | O | K | E | A | I | O | | |
| O | L | I | O | I | R | I | S | R | I | E | P | U | | |
| K | O | N | I | S | I | E | N | I | U | R | H | O | | |
| K | I | E | R | T | E | L | Y | M | U | U | T | A | | |
| O | N | N | I | T | I | S | K | I | S | I | T | O | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|

Vastaa 15.12.2022 mennessä osoitteesta www.yhteishyva.fi/osallistu löytyvällä lomakkeella tai postitse lähettämällä numeroituista ruuduista muodostuva avainsana osoitteeseen Yhteishyvän toimitus, "Ristikko", PL1, 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.

Elämä

ON RUOKAA



HYVÄ PÄIVÄ

Vietetään hauskoja merkkipäiviä

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.

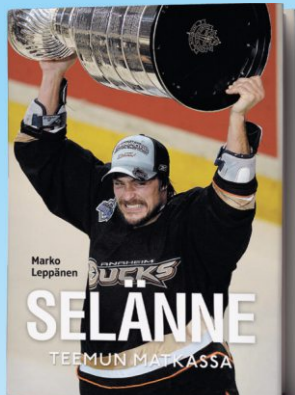
Lähde: S-ryhmän asiakasomistaja- ja asiakasrekisteri

JOULUN LAHJAKIRJAT!



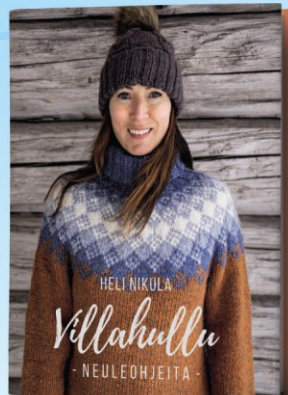
Kuningatar Elisabet II
David Souden, BBC Books

BBC Booksin tuottama kuningatar Elisabet II:n elämää ja valtakautta kunnioittava ainutlaatuinen teos!



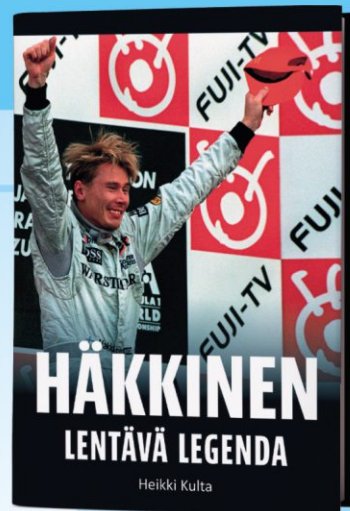
Selänne – Teemun matkassa
Marko Leppänen

Kirja kertoo miksi Teemusta tuli supertähti, joka pystyi pelaamaan huikeat 23 vuotta NHL:ssä!



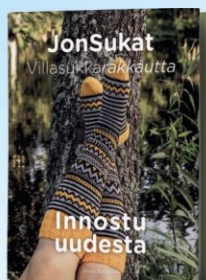
Villahullu – Neuleohjeita
Heli Nikula

Syysyn suosituin neulekirja islantilaisyylisten villapaitojen sekä muiden asusteiden tekoon!



**Häkkinen –
Lentävä legenda**
Heikki Kultra

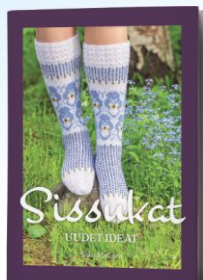
Mika Häkkinen ja F1-toimittaja Heikki Kultra palaavat tuplamestarin uramuistoihin!



**Jonsukat –
Villasukkarakkautta –
Innostu uudesta**
Jonna Kalliomäki



**Ihanaa Islannin
villasta – Uudet ideat**
Merja Ojanperä



**Sissukat –
Uudet ideat**
Sisko Malinen



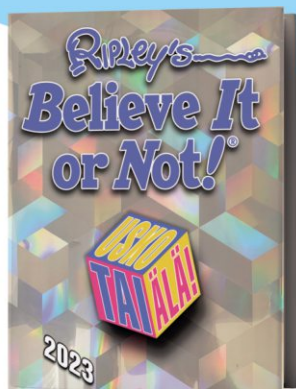
**Karitan parhaat
reseptit**
Karita Tykkä



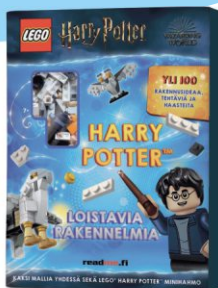
**Iivo – Kirjoituksia
mestarin urasta**
Kalle Virtapohja



Kirka – Hetki lyö
Petri Lahti



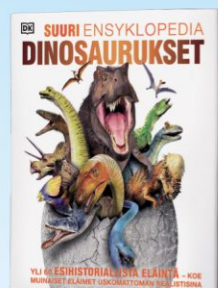
Ripley'n Usko tai Älä! 2023



**LEGO® Harry Potter –
Loistavia rakennelmia**



**LEGO® Jurassic World –
Megapaketti**



**Dinosaurukset –
Suuri ensyklopedia**



Partisaanisota
Kari Kallonen