

Tutustu asiakasomistajaetuihisi s. 72

yhteishyvä

ASIAKASOMISTAJAN OMA LEHTI HELMIKUU 2015

yhteishyvä.fi

Ruoka-liitteessä
Lihapullabaari
& 11 muusia

9

**VINKKIÄ
YHTEISEN
ASUNNON
OSTOON**

**UUDET TAVAT
TUTKIA
PARANTAVAT
PALVELUA**

**SATA
RISTIKKOA
VIIKOSSA**

Miksi olemme
hurahtaneet
ratkomiseen?

Ruudun imussa

Televisio-ohjelmat
kertovat katsojastaan
yllättävän paljon





Vaali kissasi luontoa

VOITA iPad Air2



Jaa paras 'kissa+selfie'

3 voittajalle iPad Air2.
Lisäksi 15 voittajaa palkitaan selfie-printtikuvilla.

Osallistu
osoitteessa
whiskas.fi

...tai



#meandwhiskas

Ota selfie-kuva hetkestä
kissasi kanssa. Lataa kuva
whiskas.fi-sivustolle tai
Instagramiin tunnisteella
#meandwhiskas.



Kaikki mitä kissasi tarvitsee

18

Ruudun voima

Tv-ohjelmat tarjoavat
samaistumiskohteita

**Ruoka-liitteessä**

Tutustu teelaatuihin

Tässä numerossa

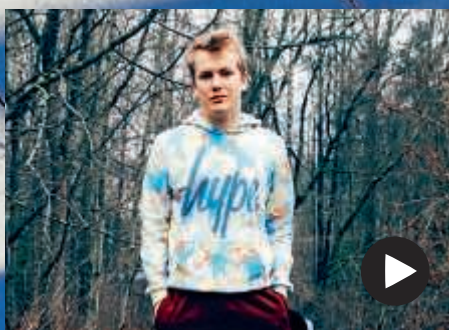
- | | |
|--|---|
| <p>26 Pala palalta
Piristä kylpyhuonetta kivoilla tavaroilla ja raikkailla väreillä</p> <p>32 Luonnon oma makeuttaja
Yksi tarhaaja ja tuhansia mehiläisiä - näin syntyy hunaja</p> <p>36 Asiakkaan arvokas mielipide
Tutkimuksiin ja kyselyihin osallistumalla asiakas saa parempaa palvelua</p> <p>42 Tähyile taivaalle
Lintukalenteri vinkkaa, mitä lintuja näet vuoden aikana</p> <p>46 Rikas, raikas rahka
Vähärasvainen rahka on kotikokin kaveri</p> <p>50 Pelottomat pallonkiertäjät
Rantavuoren pariskunta purjehti maapallon ympäri</p> | <p>53 Taimet alulle
Viisi vinkkiä taimien kasvatukseen</p> <p>54 Anna netin auttaa
Koko perhe hyötyy netin opastavista sisällöistä</p> <p>56 Ratkomisen riemua
Ristikoiden ratkominen on tehokasta aivojumbppaa</p> <p>63 Treeniin viritetty
Lisää vauhtia liikuntaan musiikin ja laitteiden avulla</p> <p>64 Minun vai meidän asuntolaina?
Yhteisen asunnon ostaminen on iso askel parisuhteelle</p> <p>68 Voisitko toistaa?
Jos et kuule kunnolla, on aika hakea apua</p> |
|--|---|

**Joka numerossa**

4 Yhteishyvä Live 5 Tervetuloa 8 Tehdään hyvää 11 Hyvä tietää 25 Kolumni 35 Kirjat
45 Hyvännäköinen 48 Ole hyvä 59 Älykästä 72 Asiakasomistajasivut 80 Ristikko 81 Sinulla töissä
82 Lukijakilpailu

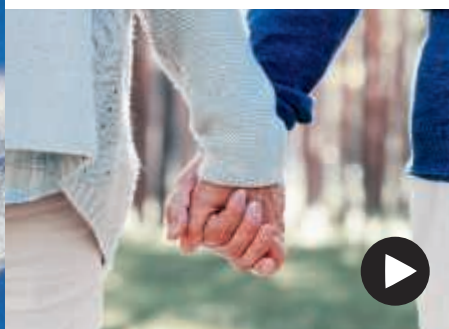
yhteishyvä *live*

Yhteishyvä Livestä löydät innostavia videoita, uusimmat reseptit ja lehden juttujen lisäksi uusia artikkeleita. Tutustu osoitteessa www.yhteishyvä.fi/live.



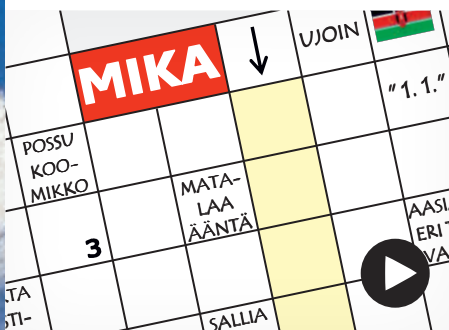
Kamera käy

Videobloggaaja Tume neuvoo, kuinka teet hauskan videopostauksen.



Rakas ystävä

Pitkäaikaiset kaverit paljastavat videolla kestävän ystävyys salaisuuden.



Ratkeaako?

Katso videolta ristikon laatija Jyrki Takalan vinkit ristikon täyttöön.



Luonnon hyvää

Katso videolta, kuinka suomalaista uuden sadon hunajaa valmistetaan.



**Katso kaikki videot
Yhteishyvä Livestä**

Tulossa tässä kuussa:

- Tee kaunis jäälyhty pihan tai parvekkeen iloksi.
- Askartele helpot paperikukat videon ohjeilla.
- Opi piruetti ja valssihippy videon luisteluvinkeillä.
- Katso vinkit taimikasvatukseen videolta.
- Lue, mitä kaikkea sinun on hyvä tietää taloyhtiöstäsi.



TAAVI HEIKKILÄ,
SOK:n pääjohtaja

Helpomman arjen asialla

Osuuskauppojen synnyn taustalla oli tarve auttaa tavallista ihmistä selviämään arjessaan. Reilut sata vuotta on opettanut, että tähän ajatukseen on syytä palata aina uudestaan. Suomessa eletään nyt kovia aikoja. Me S-ryhmässä haluamme, että kaikki tekemme tähtäävät jälleen helpompaan suomalaiseen arkeen.

Kaupan toimintaympäristön raju muutos on haastanut meitä toden teolla. Olemme jo vastanneet haasteeseen, mutta emme ehkä riittävällä tavalla. Pitkään kestänyt taantuma, digitaalinen murros ja kilpailun tuomat uudet vaatimukset ovat nyt saaneet meidät ajattelemaan asiat isosti uusiksi.

Olemme palanneet osuustoiminnan perusajatuksen pariin. S-ryhmän ainoa tarkoitus on nimittäin tuottaa hyötyjä ja etuja tavalliselle asiakasomistajalle, joita on neljä viidestä suomalaisesta. Sillä tavalla autamme omistajiamme parhaiten arjessa selviytymisessä.

Tämän yksinkertaisen linjauksen takana on se, että olemme jälleen kuunnelleet tarkemmin asiakkaitamme ja omaa henkilöstöämme. Sen pohjalta olemme tehneet selkeitä strategiavalintoja, ja nyt olemme valmiita tekemään vuosikymmenen suurimman käänteen.

Laskemme hintoja heti

Rahan riittävyys tuottaa päänsäryä yhä useammalle suomalaiselle. Perustarpeet on pakko tyydyttää tavalla tai toisella. Moni haaveilee, että saisi pakollisten menojen lisäksi hankittua joskus jotain arkea piristävää – edes pientä. Ruoka on yksi perustarpeista, siitä on hankala tinkiä. Se vie monen tilistä aikamoisen siivun. Jos tuo siivu olisi entistä pienempi, olisi tilaa hengittää vähän vapaammin.

S-ryhmässä pudotamme asiakkaillemme tärkeiden ruokien hintoja

heti. Aloitamme tämän Prisma-ketjusta. Sen jälkeen teemme kaikkemme alentaaksemme hintoja myös muualla. Se ei kohoavien kustannusten paineessa ole helppoa, mutta se on tavoite, josta emme tingi.

Olemme kätevä kotimainen

Yhä paremmalla valikoimallamme tyydytämme tarpeet laidasta laitaan. Meiltä löytyvät tuotteet arjen perusruoasta juhlaan ja tutusta uuteen ja erikoiseen. Tarjolla on paljon luomua, lähiruokaa ja muuta paikallista. Kun emme unohda myöskään erilaisia erikoisruokavaihtoehtoja, meillä asioimisen jälkeen ei tarvitse mennä naapurikaupan kautta kotiin.

Vastuullisuus ja kotimaisuus ovat toimintamme keskeisiä ohjenuoria. Suomalaisena yrityksenä tarjoamme kotimaista: lähes 80 prosenttia tuotteistamme on valmistettu Suomessa. Meillä työskentelevät 42 000 kaupan ammattilaista saavat meiltä elantonsa ja ovat auttamassa asiakkaitamme tekemään juuri oikeita valintoja kulloiseenkin tarpeeseen.

Taskussasi on omistajan käyntikortti

Jokaisella meillä, joilla on taskussamme vihreä S-Etukortti, on omistusosuus osuuskaupasta. Siitä kumpuavat saadut hyödyt. Osuuskaupan omistajuudessa ei seurata heilahtelevia osakekursseja, vaan hyöty on kokonaisvaltaisempaa. Siihen kuuluu myös taloudellinen hyvä, jota palautamme omistajille.



Paahdettua ja suolattua
popcornrouhetta sekä tuttua Sinistä.

PARHAALLA ON VÄRINSÄ. SININEN.





KAI OVASKAINEN
päätoimittaja

Hyviä ja vaikeita päätöksiä

SOK:n pääjohtaja **Taavi Heikkilä** kirjoittaa edellisellä aukeamalla tärkeästä asiasta. Jos jo selasit sivun ylitse, niin kannattaa pikaisesti palata taaksepäin.

Pääjohtajan viesti on selvä: teemme jatkossa vielä enemmän omistajiemme palvelemiseksi – siis sinun ja useimpien naapureittesi arjen helpottamiseksi. Eräs tärkeimmistä arkeemme vaikuttavista asioista on ruoan hinta. Siksi pääjohtaja lupaa, että S-ryhmä laskee omistajillemme tärkeiden ruokien hintoja selvästi. Muutos alkaa Prismoista.

Päätös on hyvin perusteltu aikana, jolloin talouden kylmät viimat kurittavat Suomea. Vienti ei vedä ja verotusta on kiristetty, ja ihmisten oma talous on entistä tiukemmalla. Samalla se korostaa sitä, että S-Etukortti on osuuskaupan omistajan käyntikortti. Sen arvo riippuu siitä, miten suureksi kukin asiakasomistajamme arvioi sen itselleen tuottaman hyödyn.

Päätöksen taustalla on paljon

työtä, jolla toimintaamme on haettu lisää tehokkuutta.

Tehokkuudella ja säästöjen etsimisellä on aina kääntöpuolensa. Kun haemme tehokkuutta ja hintojen laskua, joudumme samalla muuttamaan vanhoja toimintatapojamme. Yksi muutosten kohde on *Yhteishyvä*-lehti.

Tänä vuonna paperinen *Yhteishyvä* ilmestyy vain parillisina kuukausina, siis yhteensä kuusi kertaa. Tiedämme, että päätös kirpaisee etenkin niitä lukijoita, joille tietokoneiden ja älypuhelimien maailma on vielä vieras.

Muutoksella on silti myös hyvät puolensa. Sen ansiosta *Yhteishyvä* kykenee reagoimaan kiinnostaviin aiheisiin aiempaa joustavammin ja nopeammin. Jatkossa sisältöjä on verkossa tarjolla entistä enemmän: siis juttuja, reseptejä, videoita, kilpailuja ja testejä – jatkuvana sisältövirtana. Toivottavasti mahdollisimman moni teistä löytää niiden pariin tänä vuonna.



S-Etu
15 %

74

Finnkinon kuukauden
elokuva *Wild – Villi vaellus*

Helmikuun edut ja uutiset

- 72 **Teatteri:** Kuriton Amadeus Seinäjoen kaupunginteatterissa
- 74 **Musiikki:** Pori Jazzien juhluvuosi
- 74 **Matkalle:** Viking Linen Turku-Tukholma-risteily
- 76 **Muut edut:** Virpi Pekkalan ystävän-päiväkorttipakkaus Suomen Punaisen Ristin kaupasta

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

TEKSTI JAANA TAPIO

KUVA SUVI ELO

Itsenäisen elämän tukija

Puoli vuotta sitten turkulainen **Emilia**, 20, tunsu, että kaikki kaatuu päälle. Hän ei ollut uskaltanut käydä sotkuisessa asunnossaan kahteen kuukauteen tai avata yhtäkään kotiin tulleista laskuista. Lopulta ystävä näppäili TUASin puhelinnumeron ja pakotti soittamaan.

Emilia löysi apua TUASista eli Turun Kaupunkilähetys ry:n ylläpitämästä Nuorten tuettu asuminen -toiminnasta. Se auttaa itsenäisen asumisen alkuun nuoria, joiden elämänhallinta ei ole vielä aivan kohdallaan.

TUASin vapaaehtoisen **Tellu Leinon**, 27, kanssa asioita on ratkottu yksi kerrallaan. Laskut avattiin yhdessä, ja niiden kanssa käveltiin etsivän nuorisotyön työntekijöiden puheille. Asuntoa siistittiin esimerkiksi lajittelemalla ylimääräisiä vaatteita kirpputorille.

Leino ryhtyi vapaaehtoiseksi saadakseen kokemusta sosiaalialan opintojensa tueksi.

”Olen nuoren tukena, kannustan ja autan arkipäiväisissä asioissa. En tee puolesta, vaan teemme aina yhdessä. Kun annan toiselle, saan samalla itselle”, Leino kertoo.

Emilia saa paljon apua myös vanhemmiltaan ja poikaystävältään. Vanhemmat kuitenkin asuvat kaukana, ja nuori nainen haluaa oppia selviytymään omillaan.

Emilia tapaa tukihenkilönsä yleensä kerran viikossa. Pyrkimyksenä on, että joka toisella tapaamisella tai vähintään kerran kuussa hoidetaan yhdessä jokin tärkeä asia. Loput ajasta tehdään jotain mukavaa, jotta tukihenkilön kohtaaminen ei ala ahdistaa tuettavaa.

”On mukavaa, että Tellukin on nuori. Hän ymmärtää, että minun luonani paikat eivät ole aina ihan tiptop, eikä minun tarvitse sensuroida itseäni. Usein kyllä motivoidun hoitamaan asioita, kun tiedän, että Tellu on tulossa”, Emilia sanoo.

Turun TUAS auttoi vuonna 2014 lähes

50:tä
nuorta.

Tukisuhde kestää yleensä vuoden.

Tuki on tarkoitettu

18-25
-vuotiaille nuorille.

Tellu Leino (oik.) ja Emilia käyvät usein kävelyllä Aurajoen rannalla. Kaikilla tapaamisilla ei hoideta rästissä olevia asioita, joskus pelkkä juttelu riittää.

TEHDÄÄN HYVÄÄ





Laadukkaat, suomalaiset hyvinvointituotteet tarjouksessa helmikuun ajan S-Etukortilla!



KRAMPPAAVILLE LIHAKSILLE

Sitraattimagnesium
120 tabl. / 125 g

10,- (14,25)
80,-/kg (114,-/kg) [.fi](#)

Magnesiumsitraattijuoma
30 pss / 150 g

19,- (26,50)
126,67/kg (176,67/kg) [.fi](#)

UUTUUS!



TURVAA D-VITAMIINIIN SAANTI

Aurinko D 50 µg
300 kaps. / 118 g
185,59/kg (253,39/kg)

Aurinko D 100 µg
200 kaps. / 79 g
277,22/kg (378,48/kg)

21,90 (29,90) [.fi](#)



LIIKETTÄ NIVELIIN SÄÄSTÖKOKO

Nivelteho
120 kaps. / 80 g

32,90 (39,90)
411,25/kg (498,75/kg) [.fi](#)



LUUSTOLLE

Kalkki D 25 µg
100 tabl. / 140 g

8,90 (13,90)
63,57/kg (99,29/kg) [.fi](#)



OMEGA-3 AIVOILLE JA SYDÄMELLE

Trio Omega-3
120 + 60 kaps. / 300 g

32,90 (42,50)
109,67/kg (133,-/kg) [.fi](#)

KAUNEUS & HYVÄ OLO -TAPAHTUMA SOKOKSISSA JA EMOTIONEISSA 2.-8.2.

Luvassa on paljon huippuetuja sekä vinkkejä ulkoiseen ja sisäiseen kauneuteen. Tule tutustumaan ajankohtaisiin terveystuotteisiin asiantuntijoiden opastuksella!

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEUDESTA

KOONNEET HEIDI HÄNNINEN, MARITA KOKKO, MIMOSA MISIKANGAS,
REBECA ROMERO, JARNO SALOVUORI, ELISE TAMMINEN

HYVÄ TIETÄÄ

Kalevi Kouvonon (vas.) ja
Jorma Kero tutustuivat jo
1970-luvulla työelämässä.

Rusinapullaystävyyttä

Luottamus on hyvän ystävyys-suhteen tärkein raaka-aine, uskovat pitkäaikaiset ystävykset **Kalevi Kouvonon**, 67, ja **Jorma Kero**, 70.

”Voi luottaa siihen, että puhuttu asia on totta eikä kyliltä kuulu juoruja. Jos luottamusta ei ole, ystävyyttä on vaikea ylläpitää”, Kero sanoo.

Miehet tutustuivat nelisen-kymmentä vuotta sitten työ-elämässä. Tuolloin he toimivat aidan eri puolilla, toinen ostajan ja toinen myyjän edustajana. Eläkkeelle jäämisen jälkeen aita kaatui

kokonaan, ja tuttavuus vahvistui todelliseksi ystävyudeksi.

Seitsemän viime vuoden ajan Kouvonon ja Kero ovat kävelleet joka viikko yhdessä. Puolitoista tuntia kestävän lenkin aikana edetään noin kahdeksan kilometrin vakioireitti Etelä-Helsingissä.

”Lenkin aikana ehtii sopivasti päivittää viikon kuulumiset ja kysyä tarvittaessa toisen mielihpidettä itseä askarruttaviin asioihin. Usein liikuntahetki ystävän kanssa on koko viikon kohokohta”, miehet kertovat.

Kouvoson ja Keron välinen ystävyys on valtaosin täynnä iloa ja hauskoja hetkiä, eli rusinat poimitaan pullasta. Keskinäisiä kärhmiä ei ole ollut. Vaikka kummallakin miehellä on paljon tuttavias ja kavereita, toista yhtä läheistä ja arvokasta ystävää ei tule mieleen.

”Jonkun ihmisen kanssa arvot ja huumorintaju vain sopivat yhteen”, Kouvonon kuvailee ja jatkaa:

”Kun Jorma kertoo vitsin, se ei ole pelkästään vitsi, vaan tarinassa on aina sopivasti älykkyyttä mukana.”

Kuinka
ystävyyttä
kestää
vuosikymmeniä?
Katso vinkit
videolta.



yhteishyvä *live*

Ystävänpäivää vietetään 14. helmikuuta. Anna silloin halaus lähimmäisesellesi! Läheisen ystävän halaaminen on terveellistä, sillä halatessa kehossa vapautuu oksitosiinia eli mielihyvähormonia. Näin halaus alentaa verenpainetta, parantaa muistin toimintaa ja vähentää stressiä, todetaan Wienin lääketieteellisen yliopiston tutkimuksessa.

Anna pakkasen puhdistaa

Helmikuu on mitä mainioin aika kodin siivoukselle. Anna peittojen ja mattojen kylpeä raikkaassa lumihangessa.

Vaikka kotiemme kuiva huoneilma on valtaosin nitistännyt pölypunkit, näitä hämähäkin sukuisia ötököitä elää yhä vuoteissamme. Pölypunkkien hävittäminen onnistuu hyvin talvella, sillä ei-toivotut vieraat paleltuvat pakkasessa. Samalla niin peitot kuin matotkin raikastuvat.

Punkkien nujertamiseen tarvitaan kuitenkin paukkupakkanen. Esimerkiksi -18 asteen pakkasessa vuodevaatteiden tulee olla ulkona 24 tuntia, -28 asteessakin vähintään kuusi tuntia. Pölypunkit saa tainnutettua myös 60-asteisessa saunassa.

Runko- ja petauspatja kannattaa imuroida aina lakanoiden vaihdon yhteydessä. Tyynyliinat tulisi vaihtaa viikon parin välein, lakanoiden vaihtoväli voi olla pidempi. Lisää raikkautta sänkyyn saa tuulettaamalla vuodevaatteet ulkona.

Tyynyt tulisi pestä pari kertaa ja peitteet kerran vuodessa. Jos petauspatja on likainen, se on syytä viedä pesulaan. Suurikokoinen petauspatja rikkoo helposti kotikoneen.

Kylmää kyytiä neuleille

Villavaatteet eivät tarvitse jatkuvaa pesua, sillä ne tuulettuvat pakkasessa raikkaiksi. Ripusta vaatteet henkariin ja jätä pakkaseen vähintään puoleksi tunniksi. Myös komerot ja vaatekaapit kannattaa tuulettaa pakkasella. Avaa ikkuna, ja jätä kaappien ovet auki.

Luteet turhia tuliaisia

Hyvän hygienian ansiosta luteet saatiin häviämään suomalaiskodeista. Nyt ne kuitenkin tekevät paluuta ulkomailta kotiutuvien matkalaukuissa. Kylmyys tuhoaa myös luteet. Laita matkalaukku sisältöineen pakkaseen: luteet kuolevat -17 asteessa kahdessa tunnissa ja -18 asteessa tunnissa.

LÄHDE: MARTTOJEN NEUVONTAPALVELU

SARRI KUKKONEN



”Mimmone kohno sää oikei olet!”

Satakunnassa ja lähialueilla hölmöä, kömpelöä tai toheloä on nimitetty kohnoksi. Kohnoa on myös käytetty pörröisestä tukasta puhuttaessa. Samankaltaisia sanoja ovat kohmo, kohnu ja kohnus.

Asiantuntija: Laura Tuomainen Suomen murteiden sanakirjan toimituksesta

HYVÄ TIETÄÄ

**PAREMPAA
ravintola-
PALVELUA**

Sarjassa kerromme, kuinka
S-ryhmän ravintolat ja hotellit
parantavat palveluitaan.

MIKA KAINU

Miten näkövammaiset huomioidaan S-ryhmän ravintoloissa?

”Meillä on käytössä näkövammaisille tarkoitettua pistekirjoitusruokalistaa kaikissa Rossoissa ja Fransmanneissa kautta maan. Tavoitteena on tarjota näkövammaisille samanlaiset palvelut kuin muillekin asiakkaille. Ruokalista suunnitellaan ja toteutetaan yhteistyössä Näkövammaisten Keskusliiton kanssa.

Pistekirjoituslistoille on tarvetta säännöllisesti, ja saamamme asiakaspalaute on ollut myönteistä. Olemme saaneet kiitosta siitä, että näkövammaiset on otettu huomioon ravintoloissamme. Pyrimme myös suunnittelemaan ravintolatilat siten, että kaikkien, myös näkövammaisten, olisi helppoa liikkua”, kertoo Rosson ketjupäällikkö **Merja Helistö**.

**Kaupassa
KUULTUA**

”Eihän me voida
noita käyttää, kun
ne on tarkoitettu
vain Eila-mummolle.”

NOIN 7-VUOTIAS TYTTÖ SANOO ÄIDILLEEN,
JOKA NOSTEE OSTOSKÄRRYYN
LAKTOOSITTOMIA EILA-MERKILLÄ
VARUSTETTUJA JOGURTTIJA.



**KIINALAINEN UUSI VUOSI
VOITA!**
evatrio **WOKKIPANNU**

Osta ja osallistu arvontaan.
VOIT VOITTA WOKKIPANNUN (ARVO 75 EUR)

Kilpailun säännöt:
Arvomme Osallistuneiden kesken 20 kpl wokkipannuja (1 per osallistuja). Osta Uncle Ben's tuote Prismassa, S-marketissa tai Alepassa tammi- ja helmikuun 2015 aikana.

Lähetä kuitti osoitteeseen:
Mars Finland Oy, Työpajankatu 5, 00580 Helsinki, kuoreen merkintä ”Voita Wokki” tai ota kuva kuitista ja lähetä se osoitteeseen UncleBensWok@effem.com

Muista liittää mukaan nimesi, osoitteesi, sähköpostiosoitteesi ja puhelinnumerosi. Henkilötietoja käytetään vain voittajien kontaktoimiseen.

Uncle Bens
Hyvän aterian alku



Kilpailun järjestää Mars Finland Oy ja se päättyy 1. maaliskuuta 2015. 20 voittajaa valitaan sattumanvaraisesti. Voittajiin otetaan henkilökohtaisesti yhteyttä 30. maaliskuuta 2015 mennessä. Kilpailuun eivät voi osallistua myymälän, tai Mars Finland Oy:n työntekijät, eivätkä heidän omaisensa. Mars Finland vastaa mahdollisista palkintoveroista. Voittoa ei voi vaihtaa rahaksi. Lisätietoa saat kuluttajapalvelustamme: 0800 92258 (arkisin 9-12)

HYVÄ TIETÄÄ



IDA NISONEN

Eveliina Salmela on ollut S-ryhmässä töissä monena kesänä.

S-ryhmän kesätyöhaku alkaa helmikuussa

S-ryhmä on yksi eniten nuoria työllistävä yritysryhmä Suomessa. Kukin S-ryhmän 20 alueosuuskaupasta on oman alueensa suurimpien työllistäjien joukossa.

"Viime kesänä S-ryhmä työllisti yhteensä 14 000 nuorta, eikä ole syytä olettaa, että luku muuttuisi paljon tulevana kesänä", arvioi työmarkkinajohtaja **Nina Meincke** SOK:sta.

S-ryhmän kesätyöhaut käynnistyvät hieman eri aikaan osuuskaupasta riippuen.

"Helmikuun lopusta alkaen kannattaa seurata S-kanavalta oman alueosuuskaupan hakuilmoituksia."

Suurin osa kesätyöpaikoista on päivittäistavarakaupan puolella, kuten S-marketeissa, Prismoissa, Saleissa ja Alepoissa. S-ryhmän kesätöitä voivat hakea kaikki 14 vuotta täyttäneet.

Valttikortit kesätyöhaussa ovat Meincken mukaan reippaus, uteliaisuus, iloinen asiakaspalveluasenne, hyvät yhteistyötaidot ja halu oppia uutta.

Lue lisää osoitteesta:
www.s-kanava.fi > työnhakijalle.

Katso videolta, millaista on olla kesätyöissä S-ryhmässä.



yhteishyvä live

Hädän hetkellä

Milloin hätänumeroon saa soittaa?

Hätänumero 112 palvelee aina, kun jonkun henki, terveys, omaisuus tai ympäristö on vaarassa. On parempi soittaa kuin epäillä, onko kyseessä hätätilanne. Hätäpuhelu kannattaa soittaa itse, jos se on mahdollista. Vaaroja voi välttää ennakoimalla. Selvitä vieraissa paikoissa etukäteen sijaintisi esimerkiksi hätäkeskuksen kartta-koordinaattipalvelun avulla. Katuosoite ja kunta ovat hätätilanteessa tärkeimmät sijaintitiedot.

112-päivää vietetään 9.-15. helmikuuta.

Soita 112

- kun huomaat onnettomuuden tai tulipalon
- paikalle tarvitaan kiireellisesti sairausauto tai viranomaisapua
- huomaat meneillään olevan tai tapahtuneen rikoksen.

LÄHDE: HÄTÄKESKUSLAITOS,
WWW.112.FI.

YHTEISHYVÄ 110 vuotta

Yhteishyvä täyttää tänä vuonna 110 vuotta. Seuraamme sarjassa Yhteishyvän vaiheita eri vuosikymmeniltä ja julkaisemme uudelleen otteita lukijoiden rakastamasta Sattuman Ville -sarjakuvasta. Sitä julkaistiin Yhteishyvässä vuosina 1927-1952. Sarjakuvan on piirtänyt Akseli Halonen. Tämä on osa 2/2015.

Järjestyneitten kuluttajain sanomalehti

Yhteishyvä alkoi ilmestyä vuonna 1916 sanomalehtimuodossa. Lehti oli tuolloin 11-vuotias. Lehtiuudistuksen taustalla oli osuuskauppojen ja koko yhteiskunnan jakautuminen kahteen leiriin. Työväen osuuskaupat perustivat oman lehensä, jolloin *Yhteishyvän* levikki laski. Sanomalehti oli kustannuksiltaan aiempaa edullisempi, minkä lisäksi sisältö saatiin siinä "paljon hauskemmin järjestetyksi".

Yhteishyvä muuttuikin kuluttajien yleisviikkolehdeksi, kun kaupanhoidolliset jutut siirtyivät julkaistaviksi *Osuuskauppalehdessä*. Sisällössä korostuivat ajankohtaiset ja yleissivistävät aiheet sekä kodin hyötytieto. Lehden sivuilla oli myös paljon piirroksia ja valokuvia.

Sarjan ensimmäisen osan voi lukea Yhteishyvä Liveä osoitteessa yhteishyva.fi/live. Katso myös videolta, miltä Yhteishyvä on näyttänyt eri aikoina.



SARRI KUKKONEN

Pipokilpailun pipot hyväntekeväisyyteen

Yhteishyvän ja Novitan pipokilpailuun osallistuneet pipot ovat saaneet Pelastakaa Lapset ry:n kautta uudet omistajat. Pelastakaa Lapset ry:n Keski-Suomen aluejohtaja **Anu Huovinen** kertoo, että pipot jaettiin järjestön toiminnassa mukana oleville perheille.

”Saajien joukossa on vähävaraisia tai muista syistä tukea tarvitsevia lapsia, nuoria ja perheitä”, Huovinen sanoo.

”Pipolahjoitus on hieno ele. Se sisältää sekä konkreettisesti että vertauskuvallisesti lämmöllä annettua lahjan.”

Kaikkiaan *Yhteishyvän* ja Novitan pipokilpailu tuotti 415 uutta pipoa syys-lokakuussa 2014.

MINNA KURJENLUOMA



SOK

Sattuman Wille.

Sattuman Wille.



Pässi ajaa Willeä, joka ei ole niiltä parhaista pikajuoksijoista.
Pässi ajaa Willeä, joka ei ole niiltä parhaista pikajuoksijoista.



Pässi pötkähti ja Wille lensi puuhun.
Pässi pötkähti ja Wille lensi puuhun.



Mutta oksi petti ja Wille mötkähti alas.
Mutta oksi petti ja Wille mötkähti alas.



Se oli loppu ätälisen pässin.
Se oli loppu äkäisen pässin.

Lue lisää Sattuman Ville -sarjakuvia Yhteishyvä Livestä osoitteessa www.yhteishyva.fi/live.

YHTEISHYVÄ-LEHTI ILMESTYY PAPERISENA TÄNÄ VUONNA KUUSI KERTAA

Yhteishyvä-lehti lähetetään tänä vuonna painettuna versiona asiakasomistajien koteihin kuusi kertaa. Painettu lehti ilmestyy parillisina kuukausina eli helmi-, huhti-, kesä-, elo-, loka- ja joulukuussa. Asiakasomistajapostin henkilökohtaisessa osassa on ilmestymiskuukausina kerrallaan aina kahden kuukauden bonuslaskelma.

Yhteishyvän sisältöjen määrä ei vähene, vaikka painettu lehti ilmestyy harvemmin. Jatkuva sisältövirta, kuten reseptit, videot ja artikkelit sekä testit, löytyy Yhteishyvä.fi:stä ja Yhteishyvä Livestä. Palvelut toimivat tietokoneella, tabletilla sekä älypuhelimella.

Yhteishyvä Livestä on ohjaus myös muuhun asiakasomistajapostiin, kuten henkilökohtaiseen bonuslaskelmaan sekä ajankohtaisiin asiakasomistajaetuihin.

Toimi näin ja saat sinulle kuuluvat edut sekä Yhteishyvän luettavaksi jatkossakin

Kun paperipostin määrä vähenee, kannattaa varmistaa, että edut ja ajankohtaiset bonustiedot tulevat perille jatkossakin. Voimme laittaa tietoa maksetusta Bonuksesta ja ajankohtaisista eduista vain niille asiakkaille, jotka ovat antaneet luvan lähettää uutis- ja kampanjaviestejä sähköpostiinsa. Päivitä asiakastietosi ajantasalle nyt:

1. Kirjaudu Omalle S-kanavalle ja mene asiakastiedot-sivulle.
2. Päivitä sähköpostiosoite asiakastietoihisi.
3. Rastita kohta: minulle saa lähettää uutis- ja kampanjaviestejä sähköpostiini.
4. Pidä sähköpostiosoitteesi ajan tasalla jatkossakin. Saat kaiken ajankohtaisen tiedon omaan osoitteeseen ja hyödyt eniten!
5. Näin toimimalla saat joka kuukausi sähköpostiisi tietoa ajankohtaisista eduista ja maksetusta Bonuksesta sekä tiedon Yhteishyvän uusimmista ja kiinnostavimmista sisällöistä. Asiakastiedot voit päivittää myös asiakaspalvelupisteessä kauppareissullasi (Prismat, suurimmat Sokokset) tai soittamalla S-ryhmän asiakasomistajapalveluun puh. 010 765 858 (ma-pe klo 8-20 hinta: 0,088 €/min). Lisätietoa: s-kanava.fi/yhteystiedot.





**Lue maaliskuussa
Yhteishyvä Livestä:**

**MATKALLA KUIN
KOTONAAN**

Matkailijat haluavat
viettää yönsä
kodinomaisissa
paikoissa

**MUSIIKKI
TUO TEHOA
AIVOTYÖHÖN**

**NÄIN OPIT
PAREMMAKSI
NEUVOTTELIJAKSI**

**MIKSI LIIKUNNASTA
TULI NIIN VAKAVAA?**

YRITTÄJÄN ABC
Vinkit pienen
yrityksen
perustamiseen

**Hempeää
& skarppia**

Esittelyssä kevään
pirteimmät asut

*Yhdessä
lehty*

Jutussa olevat prosenttiluvut ja siniset nostot on kerätty Yhteishyvä.fi:n Television katselu-kyselystä loka-marraskuussa 2014. Kyselyyn vastasi 3 482 lukijaa.

Tuubi-ohjelman kuvauksissa myös yleisö saa hetken olla tv:n tähti.

RUUDUN voima

Suomalaiset rakastavat televisiota. Niin paljon, että sen ääressä viihdytään keskimäärin kolme tuntia päivässä. Vaikka tämä tuntuu paljolta, on muistettava, ettei television katsomiseen käytetty aika valu hukkaan. Televisio nimittäin kertoo, millainen olet.

Peräti 3,3 miljoonaa suomalaista pidättää helmikuussa 1979 hengitystään, sillä **Spede Pasanen** on juuri avaamassa MS-kirjaimin koristeltua kirjekuorta. Pitkältä tuntuvan hiljaisuuden jälkeen Pasanen yskähtää ja ilmoittaa, että Miss Suomeksi kruunataan oululainen **Päivi Uitto**.

Vaikka Päivi Uiton nimi ei ehkä painunutkaan kansakunnan yhteiseen missimuistiin, hänen voittonsa teki suomalaisen television historiaa: yksikään toinen televisio-ohjelma ei ole kerännyt yhtä paljon katsojia. On tosin huomattava, että 1970-luvun lopussa televisiokanavia oli vain kaksi ja ohjelmia niin vähän, että kansa katsoi innoissaan sitä, mitä tarjottiin.

Nykyään tilanne on toinen. Pelkästään päivän ohjelmatarjontaan tutustuminen kestää, sillä ilmaisia kanavia on 14. Olemme kaukana niistä ajoista, jolloin ohjelmaa lähetettiin vain parina päivänä viikossa muutaman tunnin ajan. Silloin mikä tahansa televisiolähetys oli tapaus.

Rakennuspalikoita. Finnpanelin TV-mittaritutkimuksen mukaan suomalaiset viihtyivät television ääressä keskimäärin kolme tuntia ja kaksi minuuttia vuorokaudessa vuonna 2013.

Televisio ei ole katsojalle pelkkää taustahälyä tai arjesta irrottautumisen tapa, sillä katsomamme ohjelmat muovaavat myös identiteettiämme, kertoo kauppatieteiden tohtori **Jenniina Sihvonon** Vaasan

● ● ●

Muistatko nämä TV:n kultavuodet?



'55

Helsingin Teknillisen korkeakoulun televisio-kerho lähettää Suomen ensimmäisen julkisen televisiolähetyskseen 24. toukokuuta 1955.

'56

Säännöllinen televisiotoiminta käynnistyy syksyllä 1956. Lähetystöä on kahtena iltana viikossa, torstaina ja sunnuntaina. Ohjelma alkaa 19.30 ja kestää kaksi tuntia.

Yleisradio aloittaa television koelähetyskset 1957.

'57

1957 perustetaan myös Oy Mainos-TV-Reklam Ab, joka alkaa vuokrata lähetyksia Suomen Televisiolta.



Lasten suosikki, Kylli-täti esiintyy ensimmäisen kerran lasten-ohjelmassa jo Suomen television koelähetyskissä 1957. Kylli-tädin varhaisia ohjelmia olivat Tenava-kanava, Kärpänen ja Satusivellin.

'58

Uudenvuoden-päivänä 1958 Yleisradio aloittaa säännölliset televisiolähetyskset nimellä Suomen Televisio.

'59

Päivittäinen uutistoiminta alkaa 1959, kun ensimmäinen Kamerakierros-ohjelma lähetetään.



●●● yliopistosta. Hän väitteli tohtoriksi kuluttajien suhteesta heidän suosikkitelevisio-ohjelmiinsa.

Sihvosen mukaan televisiolla on tärkeä rooli erityisesti alle 20-vuotiaiden nuorten elämässä.

”Median merkitys on suuri, sillä harva nuori on niin syvällä työ- tai perhe-elämässä, että niistä riittäisi ainesta oman minän rakennuspalikoiksi. TV luo roolimalleja, herättää tunteita ja rakentaa niiden avulla katsojan identiteettiä.”

Erilaisten televisiosisältöjen kuluttamiseen on Sihvosen mukaan iskostunut syvä arvostusero. Mitä enemmän katsoo viihdettä, sitä huonommaksi mediankuluttajaksi helposti mielletään.

”Moni kertoi puolustellen katsovansa esimerkiksi Big Brotheria.”

Television katsomista tarkasteltaessa on oleellista kysyä myös, ketkä muut ohjelma kerää äärelleen. Sihvosen tutkimuksessa kävi ilmi, että esimerkiksi Mad Menin katsojia pidettiin menestyneinä ja älykkäinä, Muodin huipulle -ohjelmaa seurasivat muodista kiinnostuneet nuoret naiset ja Salattuja elämiä katsoo koko kansa.

Myös muiden mielikuvissa olet sitä, mitä katsot. Teema-kanavan suurkuluttaja elää todennäköisesti kovin erilaista elämää kuin se, joka viihtyy lähinnä Jim-kanavan parissa.

Kuuma peruna kahvihuoneessa. Syksyllä 2014 korkeimpia katsojalukuja kahmivat kotimaisista ohjelmista erityisesti Tanssii tähtien kanssa, Putous, Vain elämää ja Posse. Ohjelmia yhdistää



tutkijan mukaan se, että niistä on rakennettu hyvin markkinoituja kokonaisuuksia, jotka nostetaan puheenaiheiksi jo ennen ensimmäistä lähetystä.

”Kun koko mediatalo radiokanavineen on valjastettu markkinointiin, ihmisille saadaan luotua käsitys, että tämä on nyt se juttu”, Sihvonen sanoo.

Koska ihmisen perustarpeisiin kuuluu yhteenkuulumisen ja yhteisöllisyyden tunne, jotkut katsovat suosittuja ohjelmia vain siksi, etteivät jäisi keskustelun ulkopuolelle esimerkiksi työpaikan kahvihuoneessa. Presidentin itsenäisyyspäivän vastaanotto on tästä syystä katsotuin ohjelma vuosi toisensa jälkeen, vaikka jokainen tietää juonen etukäteen.

Hömppääkin tarvitaan. Touko-kuussa on kulunut 60 vuotta ensimmäisestä suomalaisesta televisiolähetyksestä. Alkumetreistä lähtien televisiolle on annettu merkittävä kansansivistäjän tehtävä. Kun sodan jälkeen rakennettiin pohjoismaista hyvinvointivaltiota, olohuoneiden paraatipaikalla oleva näkölaite nähtiin modernisaation ja uuden ajan symboliksi, kertoo Tampereen yliopiston mediatutkija, dosentti **Iiris Ruoho**.

Televisio tarjosi ikkunan muuhun maailmaan, mutta toimi samalla suomalaisen identiteetin vahvistajana. Uutis- ja ajankohtaisohjelmien rinnalla panostettiin viihteeseen, vaikeina aikoina jopa normaalia enemmän.

Elokuva- ja televisiotieteen professori **Henry Bacon** Helsingin yliopistosta sanoo, että erityisesti vaikeissa oloissa, kuten taloudellisen taantuman aikana, on kaivattu ohjelmia, jotka mahdollistavat irrottautumisen arjesta.

”Lisäksi väestöltään pienessä maassa on ollut pakko keksiä, miten tehdä pienellä budjetilla

Top 5: Mitä kotimaista tv-sarjaa kaipaata takaisin?

1. Karpolla on asiaa
2. BumtsiBum!
3. Metsolat
4. Puhtaat valkeat lakanat
5. Poliisi-tv

Top 3: Mitä ohjelmaa katsot mieluiten?

1. Uutiset ja sään
2. Elokuvia
3. Ulkomaisia televisiosarjoja



'61 Jaakko Jahnukaisen juontama Levyraati alkaa vuonna 1961. Ohjelmaa esitettiin vuoteen 2005 asti.

'63 Ensimmäinen Urheilu-uutu lähetetään vuonna 1963.



'64

Spede Pasanen aloittaa sketsiohjelmien työn televisiossa 1960-luvulla. Kuvassa myös Vesa-Matti Loiri ja Simo Salminen.

'69 Tasavallan presidentin uudenvuodenpuhe 1969 aloittaa ohjelmalliset väri-tv-koe-lähetykset. Samana vuonna Suomessa lunastetaan miljoonas televisiolupa.

'71



Lauantaitanssit on yksi Suomen kaikkien aikojen suosituimpia ohjelmia (1971-1985).

Lottoarvonta televisioidaan ensimmäisen kerran tammikuussa 1971. Kuvassa Lotto-tyttö Hilikka Kotamäki.



'77

Ensimmäinen Pikku Kakkonen nähdään tammikuussa 1977. Pelle Hermannin esiintyy Pikku Kakkosessa vuosina 1978-1988.

Perhe- salaisuudet jakoon

MTV:n draamapäällikkö **Sarita Harmalla** on veto-oikeus, sillä viime kädessä hän päättää, mitä Salattujen elämien juonikiemuroissa tapahtuu. Joka perjantai hän istahtaa tuottajakollegoidensa kanssa kukkasohvalle ja katsoo läpi viisi kuluneen viikon aikana valmistunutta jaksoa. Jos joku kohta ei toimi, Harman tehtävänä on huomauttaa siitä. Joskus hän saattaa esimerkiksi pelastaa hengen. Näin kävi muutama vuosi sitten, kun juristi-Lauran poika Sauli oli käsikirjoitettu kuolemaan.

”En halunnut, että hän kuolee. Perheellä oli jo tarpeeksi traaginen elämäntilanne”, Harma sanoo.

Vuonna 1999 alkaneen saippuasarjan hahmot ovat Harman mielikuvituslapsia, sillä ohjelman konsepti on hänen käsialaansa.

”Työni on laillistettua leikkimistä.

Tämä tekee omankin kokemus- ja tunne-elämäni varsin rikkaaksi. Ainakaan minulla ei ole tylsää”, Harma nauraa tutussa rappukäytävässä Salattujen elämien studiotalolla Helsingin Konalassa.

1990-luvun loppupuolella MTV3 halusi oman, viisi kertaa viikossa lähetettävän draamasarjan, jonka kehittäjäksi Harma kutsuttiin. Valmis konsepti olisi voitu ostaa ulkomailta, mutta oli kiinnostavampaa kehittää jotain omaa.

Inspiraatiota Harma etsi Kansallisarkistosta. Siellä hän kävi läpi tuntikausia suomalaisia kansanuskomuksia.



Sarita Harma ei uskalla pohtia, mitä televisiossa tapahtuu tulevaisuudessa. ”Kun draamaihminen ennustaa jotain, se käy yleensä toteen.”

”Huomasin, että suomalaisia on aina neuvottu suojaamaan perhesalaisuuk-
siaan. Samaan aikaan ilmestyi tutki-
mus, jossa perhesalaisuuksia käsiteltiin
ammattiauttajan näkökulmasta.”

Harman mielessä alkoi säkenöidä: mitä jos sarjassa olisi keskiluokkainen, pienehkö kerrostalo, jossa asuisi erilaisia ihmisiä, ja kaikilla olisi joku salaisuus? Tällaisesta asetelmasta voisi ammentaa tarinaa loputtomiin. Ammennettavaa on riittänyt, sillä sarjasta kuvataan parhailaan 17. tuotantokautta. Alkuperäisten suunnitelmien mukaan sarjan piti loppua

jo vuonna 2002, mutta kanava on aina tilannut lisää. Nykyinen sopimus takaa katsojille kuvitteellisen Pihlajakadun juonikuvioita kesään 2018 asti.

Salatut elämät on hioutunut 15 vuodessa saumattomaksi draamatehtaaksi, joka työllistää yli 90 ihmistä kameran takana ja noin 20 sen edessä. Lopputulos on siis suuren tekijäjoukon yhteistyön tulos. Keskimäärin yhtä jaksoa seuraa noin 700 000 ihmistä.

”Jos tietäisin, mikä sarjan menestysreseptin salaisuus on, myisin sen kalilla”, Harma sanoo ja hymyilee ovelasti.

’78

Tankki täyteen on yksi katsotuimmista sarjoista. Se alkoi 1978.



’79

Kaikkien aikojen television katsojaennätys tehdään helmikuussa 1979, jolloin peräti 3,3 miljoonaa suomalaista seuraa Päivi Uiton kruunaamista Miss Suomeksi.

’81

Karpolla on asiaa käsittelee vuosina 1981–2007 suomalaisen elämän epäkohtia.

’83

Pirkka-Pekka Peteliuksesta tulee kansansuosikki 1980-luvulla Veli-puolikuu-ohjelman ansiosta. Suosio jatkuu sketsisarjoissa Mutapainin ystävät, Tabu ja Hymyhuulet.

’84

1980-luvulla Spede Pasanen tekee paluun televisioon Spede Show’lla ja Speden Speleillä.

’85



1985 alkaa juontaja Riitta Väisäselle räätälöity Kymppitonni-visailu.



Napakymppi kerää kansan television ääreen vuosina 1985–2002.

’89

Poliisi-tv:n lähetykset aloitetaan 1989. Parhaimmillaan ohjelmaa kerää yli miljoona katsojaa. Myös Huomenta Suomen aamutelevisiolähetykset alkavat 1989.



Timo Tikka (vas.), Anna Klemelä ja Tuomas Sarkkinen katsovat televisiota viikoittain yhdessä.

Zombien seurassa kotisohvalla

Parikymppiset kaverukset **Anna Klemelä**, **Tuomas Sarkkinen** ja **Timo Tikka** eivät ymmärrä entistä yleisempää tapaa katsoa televisiota kotisohvalla koko ajan äylaitteita räpelöiden.

”Eikö pointti nimenomaan ole se, että jotain tehdään porukalla? Voisimme ihan hyvin pelata vaikka squashia tai käydä kaljalla, mutta me katsomme telkkaria yhdessä”, Tikka miettii.

Kun kolmikko kokoontuu viikoittain katsomaan yhdysvaltalaista *Walking Deadia*, puhelimia ei hiplata. Kommentointi hoituu samalla sohvalla ilman häshtägejä, ja jos jakso on oikein jännittävä, sitä seurataan hiljaa. Usein keitetään kahvia, tänään rouskutetaan myös Fanipaloja. Viihtyisä olohuone Helsingin

Vallilassa on pimennetty tunnelmalliseksi. Televisiuruudulla kapinen zombi hakkaa auton ikkunaa.

Palkittu *Walking Dead* kertoo ihmisistä, jotka ovat selviytyneet tuhoisalta zombiepidemialta. Käsikirjoitukseen kuuluu alituinen vaaran tuntu, mutta kolmikkoo kiinnostaa eläviä kuolleita enemmän sarjan psykologinen puoli, eli minkälaisia moraalisia valintoja hahmot tekevät poikkeustilanteessa.

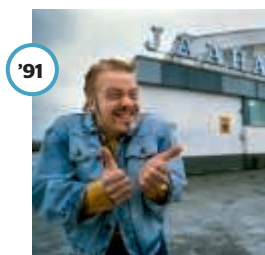
Kaverukset tutustuivat aikoinaan lukiossa. Pari vuotta sitten he huomasiivat, että olivat kukin seuranneet sarjaa itselleen. Yhteiset *Walking Dead* -illat oli helppo aloittaa, kun kaikki olivat kärryillä. Kolmikko katsoo kautta, joka esitetään Suomessa tuoreeltaan vain päivän

viivellä Yhdysvalloista. Klemelä myöntää, että kauden päätyminen huolettaa, sillä siitä seuraa sosiaalinen tyhjiö. Sarkkinen ehdottaa, että kolmikon pitäisi keksiä jokin toinen sarja yhteiskatseluun.

”Tai sitten voidaan katsoa sarjan hengessä zombieffoja”, hän lisää.

Kaverusten televisiokerho ei ole täysin suljettu ulkopuolisilta. Jos joku tuttu haluaisi mukaan, hänelle tehtäisiin ehkä ensin leikkimielinen koe, jossa tentattaisiin aiempien kausien keskeiset tapahtumat ja roolihahmojen väliset suhteet. Mikään ei ole omistautuneen katsojan mielestä ärsyttävämpää kuin ohjelmaan liittyvät hölmöt kysymykset.

”Ja sitten tyyppi voisi tuoda mukanaan vaikka sipsejä”, Tikka ehdottaa.



Kummelin suosio räjähtää vuonna 1991 alkaneen televisiosarjan ansiosta.

MTV saa oman valtakunnallisen toimiluvan 1993 ja siirtää kaupallisen televisio-toimintansa kolmosverkkoon (MTV3).



'93
Poliittinen satiiri-sarja Iltalypsy parodioi ajan-kohtaisia tapahtumia vuodesta 1993 alkaen.



'95
Yleisradion suosikki-sarja Kotikatu alkaa vuonna 1995.

'97
Nelonen saa toimiluvan 1997. Musiikkiohjelma BumtsiBum on osa suomalaisten lauantai-iltaa vuosina 1997-2005.



'99
MTV3:n kesto-suosikki Salatut elämät alkaa 1999.

- monipuolista ohjelmaa ilman, että laatu kärsii koh-
tuuttomasti.”

Baconin mukaan Yleisradiolle kirjatut julkisen palvelun periaatteet ovat osaltaan tehneet koti-
maisesta televisiotarjonnasta monipuolista. Ylen
julkisen palvelun periaatteisiin kuuluvat tiedotta-
minen, kasvattaminen ja viihdyttäminen.

65 %

katsoo televisiota prime time
-aikaan eli kello 18–21.

55 % :lle

televisio on ajanvietettä.

33 %

kokee, että televisio vie aikaa
nukkumiselta ja liikunnalta.

”Ohjelmatarjontamme on laa-
jempi kuin Yhdysvalloissa, sillä julki-
nen rahoitus edellyttää monipuolista
sisältöä, eikä viihteellisen sisällön
tuottaminen ole keskittynyt pelkäs-
tään mainosrahoitteisille kanaville”,
Bacon kertoo.

Hän sanoo, että television odote-
taan tarjoavan katsojalleen asioiden
ja tunteiden koko skaalan. Ohjelmissa
on oltava tarpeeksi samaistumis-
pintaa, mutta myös yllätyksellisyyttä.
Tällainen yhdistelmä koukuttaa.

”Hömpälläkin on merkitystä. Ei
voida vaatia, että kaikki ohjelmat
haastaisivat älylliseen ponnisteluun.”

Kuluttajakäyttäytymistä tutkiva
Sihvonen sanoo, että ohjelmien käsikirjoituksissa
käytetään paljon hyväksi ikivanhojen tarinoiden
arkkityyppejä.

”Jokainen tunnistaa antisankarin, jonka kasvu-
tarinaa on kiehtovaa seurata. Vaikka hahmojen
elämä tuntuisi kaukaiselta, heidän kauttaan voi
peilata omia valintojaan ja elämäntilannettaan.”

Oma prime time. Lähetysajoilla ei ole media-
tutkija Ruohon mukaan pian enää merkitystä, sillä
mediateknologian kehittyminen muuttaa myös
katsomistapoja ja yhä useampi kuluttaja räätälöi
oman televisionsa.

”Tallentavat laitteet sekä Yle Areenan ja Net-
flixin kaltaiset palvelut eivät sido katsomis-
kokemusta aikaan tai paikkaan. Älypuhelimien ja

tablettien yleistyessä televisio kulkee käytännössä
koko ajan mukana.”

Paras katseluaika, prime time, on nykyään
kuluttajasta itsestään kiinni. Kehittyneet tekno-
logiat eivät ole Ruohon mielestä kuitenkaan pys-
tyneet vaimentamaan suoran lähetyksen tuomia
”ekstrasäväreitä”. Maali tuntuu edelleen parhaalta
silloin, kun Leijona-pelaaja tuulettaa samaan
aikaan kotikatsomon kanssa.

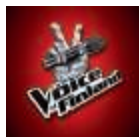
Ruoho kertoo, että internetin aikakauteen kas-
vaneet nuoret kokoavat oman televisionsa jo nyt,
mutta vanhemmissa ikäluokissa television katso-
misen rituaalinomaisuus on edelleen voimissaan.
Tästä kertoo esimerkiksi TV1:n iltatutusten vank-
kumaton paikka suomalaisten arjessa.

Yhä vuorovaikutteisempaa. Tutkijoiden
mukaan on vaikeaa määritellä, minkälaisia tele-
visionkatsojia me suomalaiset olemme. Televisiota
katsotaan aina erilaisista lähtökohdista käsin, ja
katsominen täyttää erilaisia tarpeita. Varmaa on,
että televisiolla on voimaa. On väitetty, että leppo-
sasti sujunut vierailu Tuttu juttu -parisuhdekisai-
lussa auttoi **Martti Ahtisaaren** presidentiksi 1994,
ja tuskinpa räppäri Cheek olisi myynyt Olympia-
stadionia täyteen ilman Vain elämää -sarjan suur-
suosiota.

Ruoho uskoo, että television voima on viimeis-
ten vuosien aikana kasvanut entisestään sosiaali-
sen median ansiosta. On enää vain muutamia har-
voja ajankohtaisohjelmia, jotka eivät houkuttele
katsojia tuottamaan tai kommentoimaan sisältöä
esimerkiksi Twitter-viesteillä.

”Mediayhtiöt kehittelevät koko ajan uusia kou-
kuttamisen tapoja. Sosiaalinen media antaa mah-
dollisuuden vuorovaikutussuhteeseen, joka puo-
lestaan luo tunteen siitä, että kuuluu johonkin”,
Ruoho pohtii. •

JUTTUUN ON HAASTATeltu MYÖS YLEISÖTUTKIJA JUHA HAARAMOA
YLEISRADIOSTA.



'00

2000-luku on
formaatti-tv:n kulta-
aika. Suomeen
rantautuvat muun
muassa Idols,
Voice of Finland,
Tanssii tähtien
kanssa, Big
Brother sekä
Selviytyjät Suomi.
Duudsonista
tulee kansan-
suosikkeja.



'06

Suomi ja Lordi
voittavat esim-
mäisen ja tähän
mennessä ainoan
kerran Euroviisut
vuonna 2006.

'07

Valtioneuvoston päätöksellä
siirrytään analogisista lähetyksistä
digi-aikaan 31.8.2007.

'13

Ylen rahoitusmalli
muuttuu 2013.
Tv-maksusta siirry-
tään Yle-veroon.

'10

Ensimmäinen
Putous-kausi
esitetään 2010.



LÄHTEET: YLE/
MUISTIKUVAPUTKI
SEKÄ WIKIPEDIA.

UUTUUS

ORIGINAL
PHILADELPHIA

CREMOSO – UUDENLAINEN TUOREJUUSTO TÄYNNÄ KUOHKEAA MAKUA

KOKEILE MOLEMPIA: GARLIC & FINE HERBS
JA CRACKED PEPPERCORN



Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

Kati Tervo

Tulppaanikimppu

Kolmevuotias poikani juoksenteli iloisesti saattokodin käytävillä ymmärtämättä, että mummu oli nukkunut pois. Hän halusi mennä katsomaan vainajaa uudestaan kappeliin. Lapsi ei kauhistellut eikä pelännyt kuoleman kohtauksista.

Äiti tiesi, missä halusi kuolla. Saattohoitokotiin pääsemistä hankaloitti yllättävä byrokratia. Äiti oli espoolainen, ja Espoo olisi halunnut hänet viimeisiksi päiviksi kaupunginsairaalaan. Tuliko minusta nyt yhteiskunnallinen ongelma, äiti ihmetteli. Hoitaneen lääkärin suosituksella toivottu paikka viimein järjestyi.

Saattokodissa oli helppo vierailla ja viipyä vuoteen äärellä. Hoitaja huolehti myös omaisen jaksamisesta. Hän kertoi, miten äiti voi ja mitä tämä oli puhellut. Äidin hyvästä kuolemasta tuli meidän yhteinen asiamme. Siitä koetimme huolehtia. Hiipuvan kipuja lievitetiin, miten pystyttiin.

Äiti ryhtyi kuolemaan. Kun hän lakkasi syömästä, kostutin hänen kuivuvia huuliaan vanupuikolla. Viimeiset päivät ja tunnit läheisyyttä olivat tärkeitä. Ei vain kuolevalle vaan kaikille meille läheisille. Pitää kädestä, seurata vointia, olla kuulolla, vaikkei sanoja enää lausutakaan. Kutsua hoitaja huoneeseen, jos kivut yltyvät.

Jokaisen kuuluisi saada ihmisarvoinen saattohoito. Hoitaja kertoi, miten monilla ei ole ketään saattamassa. Sukua ei ole elossa eikä ikätovereita. Saattohoitaja huolehtii yksinään kuolevista, pitkän tien kulkijoista. Hoitajan työ vaatii voimia, mutta palkitsee. Hän tietää korvaamattomuutensa. Viimeinen inhimillinen kosketus ihmisen elämässä. Kuolema tarvitsee kättilönsä, kuolevan lähtöä voi auttaa monin tavoin.

Arvokas kuolema syntyy hoivaavista käsistä ja rauhoitetusta tilasta. Kuoleva säikkyä ääniä ja äkkinäisiä liikkeitä, hän on avuton kuin vastasyntynyt. Rakkaan ihmisen haipueissa pois jää jäljelle rauha, muistot ja kiitollisuus. Suru.

Hyvästijättö kesti päiviä. Äiti ei kapinoinut kuolemaa vastaan vaan odotti sitä hauraana ja tyynenä. Pitkä elämä ja parantumaton sairaus olivat kuluttaneet voimat. Raollaan olevien säleiden taakse jäi helmikuinen valo ja kaupungin häly. Tulppaanikimppu pöydällä enteili kevättä, jota äiti ei enää näkisi, mutta joka koittaisi puhkeavine silmuineen.

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



KUVAT SARRI KUKKONEN JA
TAVARANTOIMITTAJAT

Pala palalta

Raikasta raitaa, kiiltävää
mustaa ja viileää valkoista.
Kokoa kylpyhuoneen
sisustus osa kerrallaan
kotisi näköiseksi.





YLLÄ Koski-kylpyhuonesarja on mattamusta kokonaisuus rungosta vetimiin. Allaskaappi, 429 €. 1 000 mm. Pyramidiallas, 299 €. 1 000 mm. Valumarmoria. Cubix-vedin, 9,95 €. Värinä musta. Led-valopeili, 299 €. 900 x 700 mm. Korkeakaappi yhdellä ovella, 329 €. REG. Kodin Terrat ja S-Raudat. Tuotteet tilausmyyntinä. Kalusteryhmän toimitus sisään kannettuna, 50 €. Pesuallashana. Oras Optima. Kodin Terrat ja S-Raudat.

VIEREISELLÄ SIVULLA Nero-wc-harja, 9,95 €. Nero-saippuapumppupullo, 4,50 €. Nero-saippua-alusta, 2,95 €. Nero-hammasmuki, 2,95 €. Minea-käsipyyhe, 4,95 €. 50 x 70 cm. Kaikki tuotteet House. Prisma. Saippua, hammasharja ja kukat kuvausrekvisiittaa Prismoista ja Sokoksista.



YLLÄ Usva-kylpyhuonesarja tuo kontrastia vaaleaan kylpyhuoneeseen. Allaskaappi, 329 €. 600 mm. Pyramidiallas, 229 €. 600 mm. Valumarmoria. Profiili Silvo-vedin, 7,95 €. Led-kehyspeili, 259 €. Puolikorkeakaappi, 179 €. Sisältää auki-pitomekanismien. REG. Kodin Terrat ja S-Raudat. Tuotteet tilausmyyntinä. Kalusteryhmän toimitus sisään kannettuna, 50 €. Safira-pesuallashana. Oras. Kodin Terrat ja S-Raudat.

OIKEALLA Valkoinen Twist-kylpyhuoneenmatto, 19,95 €. 50 x 80 cm. Valkoinen Minea-saunapyyhe, 19,95 €. 100 x 150 cm. Suurimmat Prismat. Harmaa-valkoinen Pick'n Mix Polkka -käsipyyhe, 6,95 €. 50 x 70 cm. Valkoinen Minea-vieraspyyhe, 2,50 €. 30 x 50 cm. Harmaa-valkoinen Pick'n Mix Polkka -kylpypyyhe, 16,95 €. 70 x 140 cm. Prismat. Kaikki tuotteet House. Kylpyankat, pesuharja ja saippua kuvausrekvisiittaa Prismoista ja Sokoksista.



VIEREISELLÄ SIVULLA YLÄVASEMMALLA Lumi-kylpyhuonesarja on korkeakiiltainen ja hohkaa nimensä mukaisesti. Allaskaappi, 349 €. 800 mm. Pyramidiallas, 249 €. 800 mm. Valumarmoria. Ottimet-vedin, 16,95 €. 256 mm. Väri valkoinen. Peili, 49,10 €. Fasettihiottu. Puolikorkeakaappi, 179 €. Puolikorkeakaapin valumarmorikansi, 119 €. REG. Kodin Terrat ja S-Raudat. Tuotteet tilausmyyntinä. Kalusteryhmän toimitus sisään kannettuna, 50 €. Pesuallashana. Oras Cubista. Kodin Terrat ja S-Raudat.

VIEREISELLÄ SIVULLA ALAVASEMMALLA Musta-valkoinen Pick'n Mix Shakki -käsipyyhe, 6,95 €. 50 x 70 cm. Pick'n Mix Shakki -kylpypyyhe, 16,95 €. 70 x 140 cm. Suurimmat Prismat. Musta Twist-kylpyhuoneenmatto, 19,95 €. 50 x 80 cm. Steely-wc-harja, 16,95 €. Steely-saippuapumppupullo, 7,95 €. Steely-saippua-alusta, 5,95 €. Steely-hammasmuki, 5,95 €. Prismat. Kaikki tuotteet House. Saippua, kylpyanka, hygieniatarvikkeet ja kukat kuvausrekvisiittaa Sokoksista ja Prismoista.

VIEREISELLÄ SIVULLA YLÄOIKEALLA Beige Minea-kylpymatto, 10,95 €. 50 x 70 cm. Beige Minea-vieraspyyhe, 2,50 €. 30 x 50 cm. Beige Minea-kylpypyyhe, 12,95 €. 70 x 140 cm. Beige Minea-saunapyyhe, 19,95 €. 100 x 150 cm. Beige ja valkoinen Tähti-kylpypyyhe, 14,95 €/kpl. 70 x 140 cm. Beige ja valkoinen Tähti-käsipyyhe, 4,95 €/kpl. 50 x 70 cm. Kupla-saippuapumppupullo, 6,95 €. Kupla-hammasmuki, 5,95 €. Kupla-saippualusta, 5,95 €. Kupla-wc-harja, 12,95 €. Prismat ja suurimmat Prismat. Kaikki tuotteet House. Saippua ja kukat kuvausrekvisiittaa Sokoksista ja Prismoista.

VIEREISELLÄ SIVULLA ALAOIKEALLA Meri-kylpyhuonesarjassa on klassiset kehysovet ja kuppi-vetimet. Allaskaappi, 449 €. 600 mm. Posliiniallas, 139 €. 600 mm. Giia-kuppivedin, 7,95 €. Kromattua terästä. Peili, 49,10 €. Fasettihiottu. Korkeakaappi yhdellä ovella, 339 €. REG. Kodin Terrat ja S-Raudat. Tuotteet tilausmyyntinä. Kalusteryhmän toimitus sisään kannettuna, 50,00 €. Safira-pesuallashana. Oras. Kodin Terrat ja S-Raudat.





YLLÄ Luoto-kylpyhuonesarja on ajaton tammikaluste, jossa on kehys-
 ovet. Allaskaappi, 449 €. 600 mm. Posliiniallas, 139 €. 600 mm. Puomi-
 vedin, 6,95 €. Harjattua terästä. Peili, 49,10 €. Fasettihiottu. Korkeakaappi
 yhdellä ovella, 399 €. REG. Kodin Terrat ja S-Raudat. Tuotteet tilausmyyn-
 tinä. Kalusteryhmän toimitus sisään kannettuna, 50 €. Safira-pesuallas-
 hana. Oras. Kodin Terrat, S-Raudat ja Prismat.



YLLÄ Punainen Minea-kylpypyyhe, 12,95 €. 70 x 140 cm.
 Myös sinisenä. Tummansininen Minea-vieraspyyhe, 2,50 €. 30 x 50 cm. Myös punaisena ja valkoisena. Prismat. Luoto-
 saippuapumppupullo, 6,95 €. Luoto-saippua-alusta, 5,95 €. Luoto-hammasmuki, 5,95 €. Luoto-wc-harja, 14,95 €. Prismat.
 Kaikki tuotteet House. Saippua, hammarharjat ja köysi kuvaus-
 rekvisiittaa Sokoksista ja Prismoista.



**”Raikkaat värit
 ja kivat tavarat
 viimeistelevät kylpy-
 huoneen tyylin.**

VASEMMALLA Valkoinen Minea-kylpy-
 matto, 10,95 €. 50 x 70 cm. Tummansininen
 Minea-saunapyyhe, 19,95 €. 100 x 150 cm.
 Suurimmat Prismat. Punainen Minea-
 vieraspyyhe, 2,50 €. 30 x 50 cm. Myös
 valkoisena ja tummansinisenä. Löylykauha,
 11,50 €. Tervaleppää. 35 cm. Saunakiulu,
 24,95 €. Tervaleppää/muovia. 4 l. Prismat.
 Kaikki tuotteet House. Saippua, partasuti ja
 pesusieni kuvausrekvisiittaa Sokoksista ja
 Prismoista.



Herkuttele hetki & Voita loma!

Osta 1 kampanjatuote ja osallistu 1000 euron
matkalahjakorttien arvontaan kuitilla:

keksihylly.fi



Kampanjassa mukana Fanipala-keksit 215–400 g, Domino-keksit 345–525 g,
Marabou-suklaalevyt 180–200 g ja O'boy-kaakaot 450 g – 1 kg.
Valikoima ja tuotteet vaihtelevat myymälöittäin. Kampanja-aika 2.2.–31.3.2015.

Luonnon oma makeuttaja

Hunajayhtymän uuden sadon hunajaa valmistetaan suomalaisilla mehiläistarhoilla. Valmis tuote syntyy tarhaajan ja kymmenientuhansien mehiläisten yhteistyöstä.

Valtaisa mehiläisparvi pörrää puiden juuressa sijaitsevien pesien ympärillä. Hunajayhtymä Tuotanto Oy:n toimitusjohtaja **Melvin Jaanisk** pukee päälleen valkoisen suojahaalarin, hanskat ja suojaverkollisen hatun ja astelee tottuneesti mehiläisten joukkoon.

”Vaikka mehiläinen on tarhaajan paras ystävä, hunajan keräämiseen on valmistauduttava kunnollisilla suojavaatteilla. Mehiläiset voivat olla hieman kiukkuisia ja pahimmissa tapauksessa pistää, koska tarhaaja vie niiltä lähes kaiken sen, minkä eteen ne ovat ahkeroineet koko kesän”, Jaanisk kertoo.

Loimaalla Laarimäen puutarhassa sijaitsee yksi monista Hunajayhtymä Tuotanto Oy:n mehiläistarhoista. Siellä valmistetaan muun muassa uuden sadon hunajaa. Se pakataan vastalingottuna tölkkiin, jolloin siinä on sekä kaikki hunajan hyvät ominaisuudet tuoreimmillaan että kesäkukkien aromit voimakkaimmillaan.

Mehiläisten hoitoon liittyviä töitä on ympäri vuoden, mutta suurimmat kiireet ajoittuvat loppukesään. Varsinkin elokuun alussa sadonkorjuu on vilkasta, kun kaikki hunaja täytyy saada kerättyä talteen.

Hunajaa kulutetaan Suomessa noin 580 grammaa henkeä kohden vuodessa. Kotimaisen hunajan tuo-

tanto kattaa satovuoden mukaan 45–75 prosenttia kulutuksesta.

Mehiläistarhausta harjoitetaan lähes koko Suomessa. Tuottavia mehiläispesiä on tällä hetkellä noin 50 000. Yhden tarhaajan pesämäärä vaihtelee yhdestä useaan sataan.

Työläisiä ja kuhnuureita

Hunajan tuotanto alkaa varhain alkukevällä, jolloin mehiläisemo eli kuningatar ryhtyy munimaan työläisiä. Jokaisessa mehiläistarhan pesässä on yksi kuningatar.

Työläiset ovat naaraita, jotka eivät kykene tuottamaan jälkeläisiä. Niiden lisäksi pesässä pörräävät kuhnurit eli koirasmehiläiset, joiden tehtävänä on kuningattaren hedelmöittäminen.

Kesällä mehiläiset keräävät mettä imemällä sitä kukista mesimahaansa. Sen jälkeen kerätty mesi muutetaan pesässä hunajaksi ja varastoidaan hunajakennoihin.

”Mehiläiset tietävät tarkkaan, minkä kukan mesi on parasta eli sokeripitoisinta. Hyvää mesilähdettä ei helposti vaihdeta uuteen, vaan siitä kerätään mettä niin kauan kuin riittää”, Jaanisk kertoo.

Hunaja kypsyy kennoissa koko kesän. Kypsyys riippuu hunajan kosteusprosentista. Mehiläinen haihduttaa medestä ylimääräistä vettä ja lisää siihen entsyymejä rauhasistaan. Kun hunaja on valmista, mehiläi-





1.



”Mehiläisyhdyskunnassa asuu 60 000-80 000 mehiläistä, joista jokaisella on oma tehtävänsä.



2.



3.

1. Melvin Jaanisk puhalttaa savua mehiläispesiin. Se on merkki tulipalosta, joten mehiläiset kiirehtivät siirtämään ruokavarastoja turvaan. Häärätessään kennoilla mehiläiset eivät kiinnitä huomiota tarhaajaan. **2.** Ennen linkoamista kennoja peittävät vahakannet kuoritaan pois. **3.** Jaanisk tiesi jo pienessä haluavansa mehiläistarhaajaksi. Hänen isoisänsä oli mehiläistarhaaja, joten Jaanisk pääsi lapsena tarhoille mukaan.

Katso videolta,
kuinka hunajaa
valmistetaan.



yhteishyvä *live*

4. Hunaja valutetaan siivilöintialtaaseen, jossa vahanmuruset ja muut roskat erotetaan hunajasta.

5. Loimaalla Laarimäen puutarhassa valmistetaan pehmeää ja hienokiteistä uuden sadon hunajaa.



- set peittävät sen vahakannella, joka estää mikrobien ja kosteuden pääsyn hunajaan.

Hunajakakut lingotaan

Jaanisk nostaa pesästä yhden hunajakehän kerrallaan ja irrottaa siihen kiinnittyneet mehiläiset ravistamalla. Sitkeimmät yksilöt saavat kyytiä mehiläisharjasta, jolla harjataan koko kennosto. Kun suurin osa mehiläisistä on irronnut, kennot viedään autoon ja kuljetetaan linkoomolle.

Ennen hunajan linkoamista Jaanisk kuorii kennoja peittävät vahakannet kuorimakammalla ja

-telalla ja asettaa kennoissa olevat hunajakakut hunajalinkoon.

”Hunajaa voi syödä myös suoraan kennosta. Niin sanottua kennohunajaa saadaan, kun hunajakakusta leikataan palanen. Mehiläisten valmistaman vahan voi pureskelun jälkeen sylkäistä pois tai syödä.”

Kun linko on täynnä, Jaanisk pyöryttää sen käyntiin. Lingossa hunaja irtoaa kennoista keskipakovoiman avulla.

Sen jälkeen hunaja valutetaan siivilöintialtaaseen, jolloin vahanmuruset ja muut roskat jäävät siivilään ja puhdas hunaja valuu säilytysastiaan.

Monipuolinen tuote

Hunaja on valmista nautittavaksi sellaisenaan, mutta se voidaan myös vaijata pehmeäksi ja notkeaksi.

”Suomalainen monikukkahunaja kiteytyy nopeasti. Ostajat haluavat yleensä hienokiteistä ja notkeaa hunajaa, jota on helppo lusikoida ja levittää. Jotta hunaja kiteytyisi pehmeäksi ja pienikiteiseksi, sitä täytyy vaivata päivittäin parin viikon ajan ennen purkittamista. Jos hunaja kiteytyy myöhemmin kuluttajapakkauksessa, sen saa jälleen juoksevaksi lämpimässä vesihautteessa”, Jaanisk neuvo.

Kun hunaja on lingottu ja siivilöity, Jaanisk kuljettaa sen pakkaamoon. Siellä hunaja pakataan myyntipakkaukseen. Purkitettu hunaja viedään kylmähuoneeseen, jotta se kiteytyisi juuri oikeanlaiseen muotoon. Pakkaamosta purkit kuljetetaan keskusliikkeiden varastoihin ja kaappoihin.

Hunajaa voi käyttää monipuolisesti ruoassa, leivonnaisissa, juomissa tai sellaisenaan myös tavalisen ruokosokerin asemasta. Hunaja maistuu noin 1,3 kertaa makeamalta kuin sokeri, eli sitä tarvitaan vähemmän.

Hunajaa suositellaan usein yskän hoitoon. Hunajaa ei kuitenkaan saa antaa alle 1-vuotiaille, koska se saattaa sisältää imeväisikäisille vaarallista *Clostridium botulinum* -bakteeria.

Evästä talviunille

Vaikka valmis tuote on kaupassa, mehiläistarhaajan työ ei ole vielä ohi. Satokauden päätteeksi täytyy huolehtia, että hunajaa saadaan myös seuraavana kesänä.

”Sadonkorjuun jälkeen mehiläiset valmistautuvat talvilepoon. Hoitajan tehtävänä on huolehtia niiden talvi-ruokinnasta. Kerätyn hunajan tilalle annetaan sokeriliuosta, jonka mehiläiset valmistavat talviruoakseen. Sokeri täytyy laittaa pesään riittävän ajoissa, jotta mehiläiset ehtivät vielä kesäsaidon aikana peittää ruokakennot vahakannella ja varmistaa ruoan säilymisen”, Jaanisk kertoo. •

Alabaman ruispelloilla

Palkitun yhdysvaltalaiskirjailija **John Greenin** romaanissa on jotain hyvin tuttua: *Kaikki viimeiset sanat* -kirjan päähenkilö, teini-ikäinen Miles Halter, muistuttaa erehdyttävästi **J. D. Salingerin** luomaa Holden Caulfieldiä, joka pohtii elämäänsä klassikkokirjassa *Sieppari ruispellossa*.

Greenin nuortenkirjan päähenkilö on kuin 2000-luvulle päivitetty Holden Caulfield. Kirjan alussa Miles muuttaa vanhempiensa huomasta sisäoppilaitokseen Alabamaan. Nuorukainen on tätä ennen lähinnä vellonut yksinäisyydessä ja keräillyt kuuluisien henkilöiden viimeisiä lausahduksia.

Uusi alkua ei suju parhaalla mahdollisella tavalla. Honteloa Milesia kutsutaan ensimmäi-

sestä päivästä lähtien Lylle-röksi, kanssaopiskelijat heittävät hänet keskellä yötä järveen, ja suosikkiopettajakin osoittautuu hankalaksi tapaukseksi. Pian kaikki on kuitenkin toisin.

Lukuelämys vie nuorten maailmaan, ja yli 300-sivuisen opuksen hotkaisee mielellään yhdellä istumalla. Päähenkilöön on helppo samaistua, jos on kokenut teini-iässä vähänkään epävarmuutta ja hämmennystä. *Kaikki viimeiset sanat* kertoo ennen kaikkea nuorten elämäntuskasta, rakkaudesta, syyllisyydestä, toivosta ja anteeksiannosta. Samat aiheet ovat varmasti tuttuja nuorille ympäri maailman.

JOHN GREEN:
KAIKKI VIIMEISET SANAT
323 s. WSOY



Ihanaa Härkötä

ANNA-LEENA HÄRKÖNEN:
IHANA NÄHÄ!
173 s. Otava
Härkösen uutuuskirja Ihana nähä! on jatkoa kirjailijan viimeaikaisille teoksille. Härkösfaneja tiivis julkaisutahti tuskin haittaa.



Painajaismateriaalia

STEPHEN KING:
HERÄÄMINEN
430 s. Tammi
Riipivä romaani riippuvuudesta, fanatismista ja tuonpuoleisesta vievääjäämättä kohti kenties pelottavinta loppuratkaisua, jonka kauhu-kirjailija King on koskaan kehittänyt.



Sattuma puuttuu peliin

JONAS JONASSON:
LUKUTAIDOTON, JOKA OSASI LASKEA
419 s. WSOY
Kun lahjakas tyttö päätyy juopon yliajajansa, Etelä-Afrikan ydinaseohjelmasta vastaavan insinöörin kotiorjaksi, on Jonas Jonassonin uutuuskirjan tarina vasta alussa. Pokkari.



Helpot pikaherikut

LENE KNUDSEN:
SUOLAISET MUKIHERKUT
72 s. WSOY
Leipominen tuskin muuttuu enää helpommaksi. Kirjan ohjeilla voi valmistaa käden käänteessä herkulliset välipalat esimerkiksi lohesta ja kesäkurpitsasta.



Fifty Shadesin jalanjäljissä

ANNA TODD:
AFTER
588 s. Seven
Poikabändi One Directionin fanifiktiona syntynyt After on kasvanut maailmanlaajuisesti ilmiöksi ja tehnyt kirjoittajastaan tähden. Tarina on jaettu netissä yli miljardi kertaa. Pokkari.



Jatkoa Kättilölle

KATJA KETTU:
PIIPPUHYLLY
237 s. WSOY
Kuollut mies kerää piippuja Jäämeren rannalta. Hän nostaa löytämänsä piiput kivikosta ja asettaa ne hyllylle. Niistä syntyy kokoelma, jossa yksittäiset piiput huo-kuvat tarinoita maailman kaikista kolkista. Pokkari.

Asiakkaan arvokas MIELIPIDE

Ennen vanhaan kylän kauppias tunsu kaikki asiakkaansa henkilökohtaisesti. Kun asiakkaiden toiveet olivat tiedossa, kauppias saattoi hankkia oikeanlaista tavaraa. Nykyään asiakkaita on enemmän eikä kaupalla ole enää suoraa kokemusta kaikista. Sen vuoksi asiakastutkimusten tekeminen on tärkeää.



” Tutkimus palvelee asiakkaan etua.

Asiakastutkimusten tulokset antavat eväitä toiminnan kehittämiseen, ja niiden tekeminen on lisääntynyt voimakkaasti 20 vuodessa. Uusien tutkimustapojen ansiosta kyselyihin vastaaminen on asiakkaalle entistä helpompaa.

”Hyvä asiakaskokemus on tärkeä kaikille yrityksille. Ne haluavat ymmärtää ja kuunnella asiakkaitaan. Vuorovaikutus ja palautteeseen reagoiminen korostuvat nykyään”, sanoo Taloustutkimuksen toimitusjohtaja **Juha Aalto**.

S-ryhmässä osuustoiminnan luonne lisää omalta osaltaan tutkimuksen tarvetta. Kun asiakkaat myös omistavat kaupan, heidän kuuntelemisensa on kaupan velvollisuus. Osuuskauppa on perustettu tuomaan palveluja ja etuja asiakasomistajilleen, joten omistajien tarpeet ohjaavat kaupaa ja sen kehitystä.

Hyvin suunniteltua. Tutkimusten tekemistä S-ryhmässä helpottaa se, että asiakastietoja voidaan käyttää tutkimusten suunnittelussa ja toteutuksessa. Asiakastiedot muodostavat selkeän kokonaisuuden. Se rakentuu erilaisista asiakasomistajien antamista tiedoista, joita kerätään sekä liittymisen yhteydessä että asiakkuuden aikana. Tällaista tietoa on esimerkiksi S-Etukortin käytöstä karttuva informaatio. Asiakasymmärrys puolestaan muodostuu sekä asiakkaista olevan tiedon että sitä täydentävän tutkimustiedon kautta.



Gallup:

Mitä mieltä olet yritysten tekemistä tutkimuksista?



Susanna Petäjärvi, Helsinki

"Olen osallistunut kyselyihin netissä. Kyselyt ovat tulleet vastaan, minkä jälkeen olen päättänyt osallistua niihin. Asiakaskyselyiden tulokset näkyvät palveluissa ja tuotteissa, koska maksava asiakas on yritykselle tärkeä. Kun vastaajia on paljon, tulokset vaikuttavat varmasti. Esimerkiksi kasvituotteiden valikoima on lisääntynyt huomattavasti, kun ihmiset haluavat yhä enemmän vaihtoehtoja lihalle. Vastaan tutkimuskyselyihin jatkossakin, jos minua pyydetään osallistumaan."



Hannu Siitonen, Helsinki

"Pidän tutkimuksia hyödyllisinä, koska niiden kautta yritys saa tietoa asiakkaiden toiveista ja asiakkaat saavat äänensä kuuluviin. Olen ollut vuosien varrella mukana tutkimuksissa, jotka on toteutettu nettikyselyinä. Minua on pyydetty mukaan, ja olen vastannut pyyntöön. Eräässä tutkimuksessa skannasin kaikki ostokseni, ja tieto jokaisesta tavarasta lähti tutkimuslaitokselle. Minulla ei ole huonoja kokemuksia asiakastutkimuksista. Pidän tutkimuslaitoksia vastuullisina."



Jussi Wallinheimo, Helsinki

"Yritysten on pakko seurata asiakkaiden ajatuksia jollain tavalla, ja tutkimus on yksi keino siihen. Uskon, että asiakas voi vaikuttaa omalla mielipiteellään. Esimerkiksi Valio muutti nopeasti maitopakkaustensa ulkonäköä, kun asiakkaat antoivat palautetta. On tosin vaikea sanoa, kuinka paljon yksittäinen mielipide painaa, mutta kyllä sillä on merkitystä. Olen osallistunut kyselytutkimuksiin, internetpaneeliin sekä tutkimukseen, jossa asiakkaat koemaistoivat tuotteita."



Tiina Naskali, Helsinki

"Olen ollut mukana S-ryhmän yhteisötutkimuksessa. Osallistun asiakastutkimuksiin mielelläni, koska niiden avulla toimintaa kehitetään. Vastaajan kannattaa ymmärtää, että tutkimustulokset eivät näy palveluissa välittömästi, vaan vaikutukset ilmenevät usein pitkän ajan kuluttua. Yksittäisen mielipiteen merkitys riippuu mielestäni siitä, kuinka hyvin sen osaa perustella. Työni yliopistolla vaikuttaa osaltaan siihen, että suhtaudun tutkimuksiin myönteisesti."

Kolme uutta tapaa tutkia S-ryhmässä

Tutkimusyhteisö

- Tutkimusta varten kootaan esimerkiksi 60 ihmisen yhteisö, joka keskustelelee netissä suljetussa ryhmässä ohjatusti eri aiheista ja kysymyksistä. Asiakasrekisterin ansiosta osallistujiksi osataan kutsua eri puolilla Suomea asuvia erilaisia asiakkaita.
- Tutkimus kestää tyypillisesti 1-3 viikkoa. Osallistuminen keskusteluun on ajasta ja paikasta riippumatonta, ja yhteisön jäsen voi osallistua tutkimukseen aikataulujensa ja halujensa mukaan. Keskustelun pohjaksi voidaan näyttää netissä esimerkiksi videoita tai muuta materiaalia.
- Tutkittavat aihealueet voivat olla laajoja, koska tutkimus kestää melko pitkään. Menetelmän etuna on myös, että tutkimukseen osallistuville voidaan esittää lisäkysymyksiä tai pyytää heiltä tarkennuksia. Menetelmä on melko tuore, ja tutkimusyhteisöjä on toteutettu S-ryhmässä parin vuoden sisällä kolmesta eri aiheesta.
- Yhteisötutkimuksella on selvitetty esimerkiksi älypuhelinsovellus S-mobiiliin kiinnostavia ja tärkeitä ominaisuuksia.
- Tutkimusyhteisö on keino osallistaa ja ottaa asiakkaita mukaan kehitystyöhön. Menetelmä tuo yhteen laadullisen tutkimuksen, sosiaalisen median ja uuden teknologian mahdollisuudet.



Asiakaspaneeleihin voivat osallistua kaikki kiinnostuneet, 15 vuotta täyttäneet asiakasomistajat ja asiakasomistajalouksiin kuuluvat S-Etukortin haltijat. Mukaan voi ilmoittautua Omalla S-kanavalla osoitteessa www.s-kanava.fi.



S-Asiakaspalvelun asiakaskokemus-seuranta

- Päivittäisellä tekstiviestikyselyllä selvitetään S-Pankin tai asiakasomistajien puhelinpalveluun yhteyttä ottaneen asiakkaan asiointikokemusta. Tutkimusmenetelmä otettiin käyttöön keväällä 2013.
- Seuranta antaa jatkuvaa ja reaaliaikaista tietoa asiakkaiden asiointikokemuksista.
- Yksinkertainen numeroarvosanaan perustuva kysely lähtee asiakkaalle heti asioinnin jälkeen, joten palvelukokemus on tuoreessa muistissa. Kyselyyn vastaaminen on asiakkaalle ilmaista ja vapaaehtoista.
- Yli puolet kyselyn saaneista on vastannut siihen.
- Vuonna 2014 lokakuun puoliväliin mennessä oli saatu kaiken kaikkiaan yli 40 000 vastausta.
- Numeroarvosanan lisäksi asiakas voi antaa avointa palautetta. Saatua palautetta käytetään asiakaspalvelun toimintamallien ja palvelun laadun kehittämiseen. Palveluesimiehet hyödyntävät tuloksia päivittäin omien tiimiensä valmentamisessa. Palveluneuvoja palkitaan erinomaisen asiakaspalautteiden perusteella.

S-ryhmän asiakaspaneelit

- Asiakasomistaja ilmoittautuu paneeliin itse ja voi olla mukana haluamansa ajan. Osa panelisteista on ollut mukana vuosia.
- Panelisteille lähetetään verkko-kyselyitä, jotka käsittelevät eri aiheita. Paneeleita on tällä hetkellä viisi. Ne ovat ketjukohtaisia, kuten Prisma- ja S-market-paneelit, tai yleisiä, kuten asiakasomistajapaneeli.
- Tutkimusmenetelmän etuna on, että sen kautta saadaan laajasti tietoa eri asioiden toimivuudesta ja erilaisista kehittämistarpeista. S-ryhmän toiminnan kehittämisessä panelistien antamat tiedot ja näkemykset ovat erinomainen apu.
- Asiakaspaneelitoiminta on asiakkaiden kuuntelemista ja vaikuttamista, ei niinkään edustavaan otokseen perustuvaa tutkimusta.
- Asiakasomistajien aktiivisuus on avainroolissa asiakaspaneeleissa. Paneelitoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja asiakasomistajien omaan haluun sitoutua tutkimukseen. Panelistit saavat tietoa tuloksista.

●●● Asiakastietojen avulla esimerkiksi tutkimuksen kohderyhmä voidaan rajata halutulla tavalla, jotta saatavat tulokset todella kertovat jotain olennaista. Asiakastytyväisyystutkimuksen vastaajat löydetään asiakastietokannasta.

Asiakkuusjohtaja **Marjaana Saarikoski** SOK:sta painottaa tutkimus- ja asiakastiedon merkitystä toiminnan suunnittelussa. Mitä parempaa ja tarkempaa tietoa asiakkaista on, sitä paremmin palvelut saadaan räätälöityä heille sopiviksi. Saarikoski ottaa esimerkiksi uuden ravintolan perustamisen. Asiakastietojen avulla hahmotetaan ensin kaupunginosa tai alueen ihmisten tarpeita ja kulutustapoja. Saadun kokonaiskuvan perusteella voidaan päättää, kannattaako alueelle perustaa perhepizzeria vai pelkästään aikuisille suunnattu ravintola.

Tutkimustieto on eri asia kuin muu palaute. Tutkimus suunnitellaan aina etukäteen, sillä on selvä kohderyhmä, ja se antaa kattavan kuvan tutkitun asiakasjoukon mielipiteistä. Palaute taas edustaa usein vain jäävuoren huippua tai laarin pohjaa, äänessä ovat usein tyytyväisimmät tai pettyneimmät asiakkaat. Toiminnan kehittämiseksi tarvitaan sekä tutkimustietoa että palautteita.

Mielipiteellä on merkitystä. S-ryhmän tutkimuksissa käytetään aina vain niitä tietoja, joita asiakas itse haluaa antaa. Asiakasomistaja voi halutessaan

”Pelkällä tiedolla ei tee mitään, tulosten tulkinta on yhtä tärkeää.

tarkistaa tietonsa verkossa ja myös kieltää tutkimukseen ja markkinointiin liittyvät yhteydenotot. Marjaana Saarikosken mukaan asiakkaiden yksityisyydensuojan säilyttäminen otetaan hyvin vakavasti.

”Tärkeää on myös, että ihmiset kokevat osallistumisellaan ja mielipiteillään olevan merkitystä. Tutkimuksessa se tarkoittaa, että tuloksia todella hyödynnetään liiketoiminnan kehittämisessä. Jos vastaukset eivät näytä vaikuttavan mitenkään, ihmiset kyllästyvät osallistumaan tutkimuksiin”, Saarikoski sanoo.

”Toistuvien tutkimusten kautta saatu jatkuvuus on tärkeää, koska sitä kautta näemme erilaisia trendejä”, hän jatkaa.

Saarikosken mukaan asiakasomistajat suhtautuvat tutkimukseen yleisesti ottaen myönteisesti, koska tutkimus palvelee heidän etuaan.

Uusia ja vanhoja työkaluja. Vuosikymmenten aikana tutkimus ja sen tarve eivät sinänsä ole muuttuneet, mutta tutkimusmenetelmien kirjo on kasvanut koko ajan. Aikaisemmin välineinä olivat kirjekyselyt ja puhelinhaastattelut, joiden lisäksi yritys saattoi ostaa tutkimuslaitosten tekemiä yleisiä tutkimuksia.

Vanhat keinot ovat edelleen olemassa, mutta niiden rinnalle on tullut tuhti nippu uusia menetelmiä. Asiakkaiden kokemuksia ja mielipiteitä voidaan selvittää muun muassa sähköpostin, tekstiviestin ja

●●●





- netissä olevan ryhmäkeskustelun avulla. Taloustutkimuksen Juha Aalto kuvaa kehitystä niin, että ensin tutkimuskyselyt menivät nettiin ja sen jälkeen niistä tuli mobiileja.

”Asiakastutkimus on digitalisoitunut voimakkaasti, mutta menetelmä itsessään ei saa johtaa tutkimusta. Sopiva tutkimusmenetelmä ja eri menetelmien yhdistelmä riippuu tilanteesta, kohderyhmästä ja kyselyn pituudesta. Älypuhelimien näytölle ei kannata tunkea pitkiä kyselyjä”, Aalto sanoo.

Digitaaliset menetelmät ovat kustannuksiltaan edullisia sekä paikasta ja ajasta riippumattomia. Asiakas voi vastata kyselyyn tai osallistua keskusteluun silloin, kun hänelle sopii. Kun kysely tehdään pian kaupassa käynnin tai muun palvelun käyttämisen jälkeen, tapahtuma on muistissa ja vastaukset todella kuvaavat asiakkaan kokemusta.

Suomi yksi kärkimaista. Juha Aallon mukaan Suomi kuuluu maailman kärkikymmenikköön, mitä tulee internetin tutkimuskäyttöön. Digitaalisten kyselyiden ansiosta saadaan helposti kerättyä suuria määriä tietoja, mutta asiakkaiden haastattelut ja muut laadulliset menetelmät täydentävät kuvaa ja auttavat näkemään lukujen

taakse. Pelkällä tiedolla ei vielä tee mitään: tulosten analysointi ja tulkinta ovat tärkeä osa kokonaisuutta.

Oli tutkimusmenetelmä mikä tahansa, tutkimuksessa pitää noudattaa eettisiä sääntöjä. Juha Aalto, joka toimii markkinatutkijoiden maailmanlaajuisen ESOMAR-yhteisön Suomen edustajana, nostaa esiin kolme peruseriaa.

Ensinnäkin asiakkaan pitää saada antaa tietoja tai palautetta anonyyminä. Toiseksi tutkimus ei saa aiheuttaa asiakkaalle ylimääräistä harmia eikä haittaa. Jos haastattelun kerrotaan kestävän kymmenen

minuuttia, se ei saa kestää 20:tä minuuttia. Kolmanneksi tutkimukseen ei saa yhdistää myyntiä ja markkinointia.

”Suomi on esimerkillinen maa tutkimuksessa, ja tutkimuksella on hyvä maine suomalaisten kuluttajien keskuudessa. Maineen säilyttämisessä eettisten sääntöjen noudattaminen on avainasemassa”, Aalto sanoo.

Tutkimustoiminnassaan S-ryhmä noudattaa ESOMARin eettisiä periaatteita. Vastaukset ovat luottamuksellisia eikä yksittäisen henkilön vastauksia käsitellä. •

”Sopiva menetelmä riippuu tilanteesta, kohderyhmästä ja kyselyn pituudesta.”

SUOSIKKISUKLAAT JA KARKIT NYT YHDESSÄ!



Pussissa sun ja mun lempparit:

MIX Maitosuklaa -pussissa on Marabou-suklaapaloja, suklaatoffeepaloja, persikkasydämiä, kolapulloja ja pehmeitä hedelmämakeisia.

MIX Daim -pussissa on Daim-suklaapaloja, suklaakuorrutettua toffeeta, sekä kirpeä lajitelma kolapulloja, hedelmämatoja ja hedelmärenkaita.

Mmm...Marabou

yhteishyvä

TÄHYILLE TAIVAALE

Lintujen katselu luonnossa on rentouttavaa puuhaa. Yhteishyvän lintukalenteri vinkkaa, mitä lajeja voit tähyillä vuoden aikana, missä ne viihtyvät ja mistä ne tunnistat.

TAMMIKUU

KOSKIKARA (1.)

Tuntomerkit: Nyrkinkokoinen, mustavalkoinen pikkulintu viihtyy sulien, virtaavien vesien luona. Se istuu jään reunalla ja sukeltaa ravintoa vedestä. Koskikaran pääalueen väritys näyttää tummanruskealta.

Ajankohtaista: Voit nähdä myös tiaisia, punatulkkuja, keltasirkkuja ja varpusia.

HELMIKUU

VARPUSPÖLÖ (2.)

Tuntomerkit: Punatulkun kokoinen pikkupöllö istuu puun latvassa saalistamassa pikkulintuja. Sen vatsa on vaalea, selkä tumma ja ilme tukea.

Varpuspöllön voi kohdata ruokintapaikkojen läheisyydessä hämärässä.

Ajankohtaista: Leutoina talvina ensimmäiset muuttolinnut saapuvat Suomeen helmikuussa. Voit nähdä esimerkiksi harmaalokkeja, pulmusia ja mustavariksia.

JOULUKUU

PUNATULKKU (14.)

Tuntomerkit: Pulea, mustapäinen pikkulintu viihtyy lintulaudoilla ja ruokintapaikoilla. Koiraan vatsa on punainen, naaras on olemukseltaan harmaa. Punatulkun nokka on musta, paksu ja lyhyt.

Ajankohtaista: Joutsenen

syysmuutto jatkuu yhä. Niitä näkee Suomessa vesien jäätymiseen asti.

MARRASKUU

TILHI (13.)

Tuntomerkit: Punertavan linnun tunnistaa sille tunnusomaisesta töyhdöstä. Sen siivissä ja pyrstössä on keltaista ja silmän ympärökset ovat tummat. Tilhi viihtyy marjaisissa pihlajissa sekä taajamissa että maaseudulla. Parvet on helppo havaita helisevästä äänestä.

Ajankohtaista: Leutoina talvina voi tavata viivytteleviä muuttolintuja, kuten punarintoja ja mustapääkerttują.





11.

MAALISKUU

PULMUNEN (3.)

Tuntomerkit: Varpusen kokoinen pikkulintu liikkuu usein parvessa. Lentäessään se näyttää lähes valkealta. Puhallukset lepäilevät muuttomatkallaan pelloilla ja sulaneilla teidenvarsilla.

Ajankohtaista: Virittä korvasi myös tiaisten laululle, pölliöiden huulilulle ja tikkojen koputtelulle.

HUHTIKUU

METSÄHANHI (4.)

Tuntomerkit: Tämän ruskean, pitkäkaulaisen hanhen jalat ovat oranssit, ja sen nokassa on sekä oranssia että mustaa. Se viihtyy isoissa parvissa tulvivilla peltoaukeilla.

Ajankohtaista: Peipot, rastaat, punarinnat ja västäräkit saapuvat Suomeen.

TOUKOKUU

KIRJOSIEPPO (5.)

Tuntomerkit: Kirjosieppokoiras on mustavalkoinen ja naaras ruskeanvalkoinen. Lintu pesii metsien ja pihapiirien puiden koloissa. Kirjosieppo pyydystää hyönteisiä sieppaamalla niitä ilmasta.

Ajankohtaista: Toukokuu on vilkkain muuttokausi. Kertut ja uunilinnut saapuvat maahan.

10.

HEINÄKKUU

KUIKKA (8.)

Tuntomerkit: Yliväs kuikkalintu ui syvällä vedessä. Sen tummistaa valkoruutuisesta, kaarevasta selästä, suuresta, harmaasta päästä, mustasta kurkusta ja tikarinnokasta. Kuikan tapaa parhaiten karuilla, kalliorantailla järvilta.

LEHTOKURPPA (7.)

Tuntomerkit: Kyyhkyn kokoinen, pullea ja pitkäkokoainen kurppalintu lentää soidinlentoaan samaa reittiä läpi yön. Lennon aikana voi kuulla kimeitä, piiskuttavia ja kurnuttavia ääniä. Lehtokurppa viihtyy rehevissä metsissä.

Ajankohtaista: Kesäkuu on lintujen pesintäaikaa. Voit kuulla satakielten, kertusten ja pensassirkkalintujen konsertteja.

7.

ELOKKUU

HIIRIHAUKKA (10.)

Tuntomerkit: Tämä tummanruskea, varista suurempi haukkalintu ääntelee naukuvasti ja kuuluu vasti. Sen siivet ovat leveät ja pyrstö lyhyt. Linnun kainaloita koristavat vaaleat laikut. Poikasten lentoharjoitusten aikana emot ja poikaset kaartelevat yhdessä metsän yllä.

Ajankohtaista: Kottaraiset ja pääskyt kokoontuvat parviksi.

LOKAKUU

ISOKOSKELO (12.)

Tuntomerkit: Valkovatsaiset ja tummaselkaiset isokoskelot sukeltavat yhteen. Koiraan pää on vihertävä, naaraan ruskea. Naaraslinnun tunnistaa helposti myös takatukasta. Isokoskelot kokoontuvat suuriksi parviksi ja ne viihtyvät suurilla järvenselillä.

Ajankohtaista: Lokakuu on hanhimuuton aikaa. Myös vaelluslinnut, kuten tiaiset, helmipöllöt ja pähkinähakit, ovat liikkeellä.

SYYSKKUU

KURKI (11.)

Tuntomerkit: Pitkäjalkainen ja -kaulainen kurki muuttaa suurina auramaisina parvina. Muuttavat kurkiaurat ovat äänekkäitä. Linnun selkä on harmaa, ja sen päässä on sekä mustaa että punaista. Kurkiparvet ruokailevat pelloilla ja lähtevät muuttolle kirkkaina, pohjoistuulsina päivinä.

Ajankohtaista: Peippo on syysmuuton valtalaji. Lisäksi voit nähdä sepekkyyhkyjä ja varpushaukkoja muuttopuuhiissa.

PAULA täplärahkat

Maista!



**VOITA
1000 €
matkalahjakortti!**

**Osallistu VILLIT RILLIT
-kuvakisaan osoitteessa**

 www.facebook.com/paulalehma
Kilpailu päättyy 15.3.2015



PAULA

Laatu on paras resepti.

KOONNUT HEIDI HÄNNINEN
KUVAT GETTY IMAGES JA TAVARANTOIMITTAJAT

HYVÄ HIUSPÄIVÄ

Helli talven ja kuivan sisäilman rasittamia hiuksia hoitavilla ja kosteuttavilla tuotteilla. Muotoilutuotteet kohottavat kampausta ja tuovat hiuksiin rakennetta.



CUTRININ SENSITIVE RESCUE MOISTURIZER -HOITOAINE, 75 ml, rauhoittaa ja suojaa kuivaa hiuspohjaa. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.



CUTRININ SENSITIVE RESCUE -SAMPOO, 300 ml, kosteuttaa ja ravitsee kuivaa hiuspohjaa luonnollisesti ilman lisäaineita. Sopii päivittäiseen käyttöön. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.



GARNIERIN FRUCTIS DENSIFY -SAMPOO, 250 ml, tekee hennoista hiuksista runsaammat ja joustavammat. Sokokset, Emotionit, Prisma, suurimmat S-marketit ja Sokos.fi.



GARNIERIN FRUCTIS DENSIFY -HOITOAINE, 200 ml, paksuntaa hiusta sisältä, mutta jättää pinnan sileäksi ja kiiltäväksi. Sokokset, Emotionit, Prisma, suurimmat S-marketit ja Sokos.fi.

SCHWARZKOPFIN GOT2B SEXY -HIUSSUIHKE, 250 ml, tuuheuttaa hennommatkin hiukset ja antaa kuohkeutta koko päiväksi. Sokokset, Emotionit, Prisma, S-marketit ja Sokos.fi.



SCHWARZKOPFIN OSIS+ DUST IT -MATTAPUUTERI, 10 g, tuo rakennetta ja kevyttä tukea hiuksiin. Hiukset ovat pehmeät, ilmat ja mattapintaiset. Sokokset, Emotionit, Prisma ja Sokos.fi.



BALMAININ SILK PERFUME -HOITO-SUIHKE, 200 ml, kosteuttaa ja elvyttää hiusta sekä eheyttää vaurioituneita latvoja. Lopputuloks on ylellisen silkkinen. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.



BALMAININ REPAIR MASK -HIUSNAAMIO, 200 ml, palauttaa elinvoiman vahingoittuneeseen ja käsiteltyyn hiukseen. Hiukset ovat kiiltävät ja helpot käsitellä. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi.

SCHWARZKOPFIN GLISS ULTIMATE OIL ELIXIR -HOITOSUIHKE, 200 ml, ravitsee vaurioituneita hiuksia ja suojaa kulumiselta sekä kuivumiselta. Sisältää nestemäistä keratiinia ja ravitsevaa öljyä. Sokokset, Emotionit, Prisma, suurimmat S-marketit ja Sokos.fi.

SCHWARZKOPFIN OSIS+ HIUSKIINNE, 500 ml, antaa pitkäkestoista ja voimakasta tukea hiuksille. Tuote kuivuu nopeasti eikä jätä hiuksiin tahmaista pintaa. Sokokset, Emotionit, Prisma ja Sokos.fi.

TEKSTI HELENA SAINE-LAITINEN
KUVAT SARRI KUKKONEN

Rikas, raikas rahka

Kotikokeilla on rahkoissa mistä valita, sillä valikoimat ovat kasvaneet. Pakkausmerkinnät auttavat löytämään juuri omaan tarpeeseen sopivan vaihtoehdon.

Vähärasvainen rahka sopii sellaisenaan välipalaksi tai muunneltuna jälkiruokiin ja leivontaan. Kirpeän rahkan makua pehmennetään usein lisäämällä joukkoon sokeria, kermavaahtoa tai vaniljakastiketta sekä marjoja ja hedelmiä.

Kotileipuri käyttää rahkaa herkullisiin rahkapulliin ja -piirakoihin. Ortodokseilla rahka kuuluu olennaisesti pääsiäisen ruokaperinteisiin, ja siitä tehdään muun muassa pashaa.

Vähärasvaisuus ja proteiinipitoisuus tekevät rahkasta ykkösvälipalan kuntoilijoille ja urheilijoille, erityisesti voimailajien harrastajille. Proteiini on merkittävässä roolissa silloin, kun halutaan kasvattaa tai ylläpitää lihaskuntoa. Rahkatuotteiden proteiinipitoisuus vaihtelee valmisteen mukaan 10 prosentin molemmin puolin. Lisäksi rahkan sisältämä kalsium pitää luut vahvoina.

Maitorahka luokitellaan tuorejuustoksi. Sen tekoprosessi muistuttaa kuitenkin hapanmaitotuotteiden valmistusta, sillä rahkaa saadaan lehmänmaidosta maitohappobakteerien ja juoksetteen avulla. Saostamisen jälkeen siitä poistetaan heraa, jolloin rahkan rakenteesta tulee tasainen.

Rahkapurkki tulee säilyttää jääkaapissa. Parasta ennen -päivämäärä sijaitsee tuotteen kannessa. Avaamisen jälkeen rahka kannattaa käyttää 3–4 päivän kuluessa. •



VÄLIPALALLE RAINBOW'N VANILJARAHKA (150 G)

Annospikariin pakattu vaniljarahka maistuu sellaisenaan tai marjoilla ja hedelmillä tuunattuna välipalana tai jälkiruokana. Sitä kannattaa kokeilla myös kääretortun tai tuulihattujen täytteenä. Tuote sisältää proteiinia 7,9 %, rasvaa 4 %, hiilihydraatteja 18 % ja energiaa 131 kcal/100 g. Valmistusmaa Viro.



HERKUTTELUUN

VALION VANILLA RAHKAVAAPHTO MANSIKKA LAKTOOSITON (100 G)

Pehmeä rahkavaahto on valmis herkkä sellaisenaan. Mansikkaisen jälkiruoan voi muokata juhlavammaksi lisäämällä siihen tuoreita marjoja, suklaakastiketta ja kermavaahtoa. Pikarillinen sisältää proteiinia 5,5 %, rasvaa 4,5 %, hiilihydraatteja (sokeria) 19 % ja energiaa 140 kcal. Valmistusmaa Suomi.

KUNTOILIJALLE

VALION PEHMEÄ TÄYTELÄINEN MAITORAHKA (250 G)

Sileä ja täyteläinen rahka sopii sellaisenaan niin laihduttajalle kuin kuntoilijallekin. Sitä voi lisätä myös smoothien tai pannaritaikinan joukkoon. Hedelmämeulla notkistettuna rahka toimii oivana palautumisjuomana. Tuotteessa on proteiinia 9 %, rasvaa 2,3 %, hiilihydraatteja 3,9 % ja energiaa 70 kcal/100 g. Valmistusmaa Suomi.



KEVYEEN RUOKAVALIOON**S-RYHMÄN KOTIMAISTA MAITO-RAHKA LAKTOOSITON (250 G)**

Sopivan hapokas ja helposti lusikoitava perusrahka kuuluu niin urheilijan kuin laihduttajan ruokavalioon sellaisenaan tai esimerkiksi banaanilla ja siemenillä täydennettynä. Sillä voi keventää perinteistä voitaikinaa, ja se sopii myös juustokakun ja piirakan täytteeksi. Tuote sisältää proteiinia 10 %, rasvaa 0,3 %, hiilihydraatteja 4 % ja energiaa 60 kcal/100 g. Valmistusmaa Suomi.

**LEIVONTAAN****VALION MAUSTETTU RAHKA VANILJA LAKTOOSITON (200 G)**

Maustettu rahka on helppokäyttöinen, ja se sopii sellaisenaan sekä herkuteluun että käytettäväksi jälkiruoissa, leivonnaisissa ja välipaloissa. Rahka kestää paistamista ilman kananmunaa esimerkiksi pullien täytteenä. Kermavaahdon kanssa se muuntuu kuohkeaksi marenkikakun täytteeksi tai hedelmäsalaatin kastikkeeksi. Tuote sisältää proteiinia 7,2 %, rasvaa 7 %, hiilihydraatteja 16 % ja energiaa 160 kcal/100 g. Valmistusmaa Suomi.

**URHEILIJALLE****ARLAN PROTEIN RAHKA MANSIKKA-SITRUUNAMELISSA LAKTOOSITON (200 G) & VALION PROFEEL PROTEIINIRAHKA MANSIKKA LAKTOOSITON (175 G)**

Lihaskuntoaan kasvattaville ja ylläpitäville suunnatut välipalarahkat sisältävät kaikkien rahkojen tapaan runsaasti hyvälaatuisia proteiineja (10/9 %), mutta vähemmän hiilihydraatteja (9,6/6,5 %) ja energiaa (80/70 kcal/100 g) kuin muut maustetut ja makeutetut rahkat. Pakkaus- ja selosteista selviää, millä tuotteet on makeutettu ja mitä sakeuttamis- ja aromiaineita niissä on käytetty. Molemmat valmistetaan Suomessa.

**SMOOTHIEEN****EHRMANNIN PEHMÄÄ RAHKA-JOGURTTI 0,9 % (250 G)**

Pehmeä rahkajogurtti maistuu sellaisenaan tai marjoilla, hunajalla ja pähkinöillä muunneltuna. Se sopii myös smoothien tai tuorepuuron osaksi. Sitruunalla, suolalla ja pippurilla höystettynä tuotteesta saa kevyen kastikkeen salaatile tai dippivihanneksille. Sisältää proteiinia 7,2 %, rasvaa 0,9 %, hiilihydraatteja 5 % ja energiaa 57 kcal/100 g. Valmistusmaa Saksa.

” Rahkan proteiinit sisältävät runsaasti elimistölle välttämättömiä aminohappoja.

OLE HYVÄ

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

Annos keittoa



KNORRIN TOMAATTIKEITTO sisältää tomaatin ja paprikan paloja, mausteina basilikaa, oreganoa ja timjamia. Keitossa ei ole lisäaineita tai aromivahventeita, ja se myydään kylmähyllystä. Pakkaus sisältää 450 millilitraa.



Uunivalmis mureke

ATRIAN BRAVUURI-JAUHE-LIHAMUREKE on valmistettu jauhetusta naudan- ja sianlihasta ja maustettu suolalla, paprikalla ja valkopippurilla. Mureke valmistuu omassa pakkauksessaan 175-asteisessa uunissa tunnissa. Suuresta, 700 grammaa painavasta murekkeesta riittää noin kuudelle ruokailijalle.



Kuuma kasvislisäke

APETITIN KOTIMAINEN PUNAJUURIGRATIINI on uunivalmis pakaste. Punajuuren seurana on perunaa, sulatejuustoa ja sinihomejuustoa. Jäiset ainekset kypsyvät uunissa noin tunnissa. Pussi painaa 750 grammaa. Tarjoa sellaisenaan tai esimerkiksi liharuuan lisäkkeenä.



Kuituisat korput

PÄGENIN KRISPROLLS BALANCE -täysjyväkorppuja maustavat mustikka ja karpalo. Kuitupitoinen korppu sopii välipalaksi suolaisten ja makeiden levitteiden kanssa. Säilöntä-aineettomat, maidottomat ja laktoositon korput säilyvät jopa kuukauden ajan.

Kotimaista-uutuuksia

MUROTAIKINA on pakaste, joka sopii makeiden piiraiden, kuten marjapiiraiden, pohjaksi.

PERUNA-SIPULISEKOITUS on raaka-aine kermaperunoihin, erilaisiin kiusauksiin, keittoihin ja pataruokiin. Keitto- ja pataruokiin sen voi lisätä kypsytymisen loppuvaiheessa, sillä kypsyminen vie vain muutaman minuutin. Pakkaus painaa kilon.

KYLMÄPURISTETTU RYPSIÖLJY on valmistettu rypsistä hellävaraisella kylmäpuristuksella, jonka ansiosta öljyn koostumus ja aromit säilyvät luonnollisina. Kylmäpuristettu rypsiöljy sopii salaattikastikkeisiin, marinointiin sekä ruoanvalmistukseen ja leivontaan. Pullo sisältää 500 millilitraa.

KYLMÄPURISTETUN SITRUUNARYPSIÖLJYN maku on lempeän kirpeä. Öljy sopii raikkaisiin salaatteihin, kala- ja kasvisruokien valmistamiseen sekä marinadin ja salaattikastikkeen pohjaksi. Pullo sisältää 250 millilitraa.

LIHAPERUNASOSELAATIKKO on perinteinen nautanjauheliha-perunamuusilaatikko. Tarjoa lisäksi raikasta salaattia ja esimerkiksi maustekurkku- tai punajuuriviipaleita.

KANELIKORPUT ovat perinteisiä halkaistuja korppuja, joiden pinnalla on kanelia ja sokeria.

SOKERIKORPUT kuorrutetaan vain sokerilla. Korppujen valmistukseen on käytetty rypsiöljyä, ja ne ovat laktoositomia. Korput pakataan 400 gramman pussiin.

Rainbow-uutuuksia

COOKIES KINUSKI JA MAITOSUKLAA ovat pikkuleipiä, joissa on pehmeä kinuskitäyte, suklaarouhepaloja ja maitosuklaakuorrutus. Valmistusmaa Alankomaat. Raaka-aineena käytetty vehnä on sekoitus, jonka alkuperämaat ovat Belgia ja Ranska.

PESTO ARRABBIATA on valmistettu aurinkokuivatuista tomaateista ja maustettu vahvasti chilillä. Kastike on sellaisenaan valmis käytettäväksi. Se maistuu pastan kanssa, mutta sopii erinomaisesti myös broilerin, pizzojen ja kastikkeiden maustamiseen. Valmistusmaa Italia. Tomaattien alkuperämaa päiväyksen yhteydessä. Purkki säilyy avaamattomana huoneenlämmössä, avattuna jääkaapissa.

RUISCHIPSIT SOURCREAM & ONION ovat pyöreitä, ohuita, kuivattuja ja halkaistuja runsaskuituisia ruisleivänpaloja, joissa maistuvat hapankerma ja sipuli. Valmistusmaa Suomi. Rukiin alkuperä EU. Pakkaus painaa 150 grammaa.

SPIRAL PERUNASNACKS -pussi sisältää spiraalinmuotoisia ja suolalla maustettuja perunanaposteltavia. Valmistusmaa Suomi. Perunatärkkelyksen ja perunahiutaleen alkuperä EU. Pussi painaa 200 grammaa.



Alkoholitonta kuplivaa Rossoissa

ICEMARY ORGANIC SPARKLING on alkoholiton kuohuva luomurypälemehu, johon on lisätty hiilidioksidia. Juoma maistuu raikkaalta ja hedelmäiseltä. Luomurypäleet ovat kasvaneet Keski-Italiassa Marchen viinialueella.



KASVATTA LUONNETTA!



UUTUUS!

SAATAVILLA
SUURIMMISTA
MYYMÄLÖISTÄ.



FISHERMAN'S FRIEND SUOMI

**PYÖRÄYTÄ
PASTILLIPELIÄ
FACEBOOKISSA
1.1.-31.3.2015**



VOITTOJA JAOSSA JOKA TUNTI
PÄÄVOITTONA
1000 €
MATKALAHJAKORTTI!



Rantavuoret noudattivat purjehdus-
sella kotiloista tuttua työnjakoa:
Mauno visioi ja Tarja analysoi.

PELOTTOMAT

pallonkiertäjät

Kun seinäjokelaiset Mauno ja Tarja Rantavuori jäivät eläkkeelle, he irrottivat S/Y Verde -nimisen purjeveneensä helsinkiläisestä laiturista ja suuntasivat keulan kohti Karibian saaria. Neljä vuotta myöhemmin he palasivat samaan laituriin kierrettyään veneellään maapallon ympäri.

Remontointia, kuntoilua ja puuhailua lastenlasten kanssa. Juuri nyt **Mauno** ja **Tarja Rantavuoren** suunnitelmat ovat kuin kenen tahansa eläkeläispariskunnan kalenterista.

Kolmisen vuotta sitten parin elämä näytti kovin erilaiselta, kun he seilasivat toisella puolella maapalloa.

”Ankkuroimme purjeveneemme Fidžin edustalle ja soudimme kumiveneellä rantaan. Pikku-pojat tulivat luoksemme ja vetivät meidät hiekalle. Palmujen alla istui kyläläisiä, heidän joukossaan oli myös kylänvanhin. Hän toivotti meidät tervetulleeksi omalla kielellään sen jälkeen, kun olimme antaneet hänelle lahjan. Tämän seremonian päätyttyä pojat kuljettivat meitä käsikädessä saaren ympäri, ja saimme tutustua esimerkiksi heidän kouluunsa”, Tarja Rantavuori muistelee.

Päätös syntyi päivässä. Arviolta 65 suomalaista venekuntaa on tähän mennessä kiertänyt maapallon. Rantavuoren pariskunta on heistä viimeisimpiä. Pallon kiertämiseen purjeveneellä kuluu noin kolme vuotta luonnonkierron vuoksi.

Rantavuoret tekivät matkansa reilussa neljässä vuodessa. He aloittivat purjehduksen toukokuussa 2010 ja palasivat kotiin heinäkuussa 2014. Matka oli kuitenkin vaarassa katketa heti alkuunsa. Pari oli päässyt vasta Irlannin rannikolle, kun he sai-

vat puhelun poliisilta. Salama oli polttanut heidän mökkinsä maan tasalle. Rantavuoret pohtivat asiaa hetken, mutta päättivät kuitenkin jatkaa matkaansa alkuperäisen suunnitelman mukaisesti. He kiersivät Kanarian saaria ja purjehtivat Atlantin yli ARC-purjehduskilpailun siivittämänä. Touku-kuussa 2011 Rantavuoret telakoivat veneensä Kari-bialle ja lähtivät kotiin rakentamaan uutta mökkiä.

Vielä saman vuoden joulukuussa Rantavuoret palasivat veneelleen ja jatkoivat purjehtimista Kuuban kautta Panamaan. Siellä heidän oli tehtävä lopullinen päätös siitä, jatkaisivatko he todella maapallon ympäri. Panaman kanavan jälkeen kääntyminen ei ole enää mahdollista.

”Sain Maunolta lopulta päivän aikaa harkita, lähdemmekö kiertämään maapalloa. En miettinyt silloin niinkään purjehduksen haasteita kuin Suomeen jääviä lapsia ja lapsenlapsia. Kun sitten ohitimme kanavan, paluuta ei ollut. Tiesin, että matkalla oltaisiin vuosia”, Tarja Rantavuori kertoo.

Yöt tähtitaivaan alla. Veneen keula suunnattiin ensin Galapagokselle, josta matka jatkui Tyynellemerelle Tongaan, Samoaan ja Fidžille. Tätä etappia pariskunta pitää matkansa antoisimpana.

”Purjehdimme myötävirrassa koko matkan Galapagossaarilta Marquesasiin. Etenimme yötä päivää. Oli todella kuuma. Välillä ihailimme merta, välillä veneen vieressä hyppiviä delfiinejä. Silloin ●●●

Mauno, 65, ja Tarja Rantavuori, 66

Mottomme on... elämässä pitää olla tavoitteita.

Nauroimme ... iloisina, kun tulimme hyvin onnistuneen matkan jälkeen Suomeen.

Itkimme... kun salama poltti kesämökkimme.

Moka, joka opetti eniten... kun menimme vanhoilla ohjeilla satamaan, joka oli jo lopetettu.

Tätä emme ole kertoneet muille...

lyhyelläkin purjehduskokemuksella selviää hyvin maapallon ympäri, kun ei höttyile turhia.

Haluamme vielä oppia... lisää vieraita kieliä.

●●● tällöin silmiin osui muita laivoja. Öisin saimme maata kannella ja ihmetellä kirkkaana tuikkivaa linnunrataa, koska lähistöllä ei ollut valosaastetta himmentämässä sitä.”

Seuraavina määränpäinä olivat Uusi-Seelanti ja Australia, joissa molemmissa Rantavuoret viihtyivät hyvän tovin. Indonesian, Balin ja Mauritiuksen jälkeen he suuntasivat kohti Etelä-Afrikkaa ja Hyväntoivonniemeä.

”Tämä osuus oli vaativin. Pisimmillään teimme matkaa niin, ettei horisonttia näkynyt kolmeen viikkoon. Aika kului, kun kalastimme, laitoimme saaliista ruokaa ja luimme tulevista etapeista. Paljon auttoi myös se, että matkaa tehtiin kaksin”, he kertovat.

Afrikan eteläkärjestä Rantavuoret suuntasivat taas Karibialle ja sieltä kutakuinkin suorinta reittiä kotiin.

”Matkustamiseen tuntuu lopulta. Itämerelle tultaessa en olisi millään malttanut odottaa, että pääsen kotiin”, Tarja Rantavuori kuvailee.

Rantavuoret olivat piipahtaneet maailman-ympäripurjehduksensa aikana Suomessa neljästi. Muutamien viikkojen mittaiset telakoinnit oli suunniteltu etukäteen, ja ne perustuivat sääoloihin. Kun matkaa ei voinut jatkaa, pariskunta otti lentoliput Suomeen.

Kahden vuoden valmistelu. Rantavuoret selvisivät matkastaan ilman suuria vastoinkäymisiä. Tämä oli pariskunnan mukaan perusteellisen pohjatyön ansiota. He olivat perehtyneet etukäteen kirjallisuuteen, tullimääräyksiin, satamakirjoihin ja toisten purjehtijoiden kokemuksiin. Kaksi vuotta kestänyt valmistautuminen takasi

”Pisimmillään teimme matkaa niin, ettei horisonttia näkynyt kolmeen viikkoon.”

sen, että matkanteosta saattoi nauttia rauhallisin mielin.

”Veneen ja muun välineistön on oltava avomerikelpoisia. Ne on myös tunnettava läpikotaisin. Veneemme on melko pieni, noin yksitoistametrinen alus, mutta kuitenkin aivan riittävä. Miehistöltä taas vaaditaan fyysistä ja henkistä voimaa. Merta ei saa pelätä, vaikka vähän keinuttaisikin”, Mauno Rantavuori listaa.

”Purjehduskokemustakin tarvitaan, mutta ei kohtuuttomasti. Vaikka vesi on meille lapsuudesta saakka tuttu elementti, ryhdyimme purjehtimaan vasta 50-vuotiaina. Ennen maailmanympärimatkaa pisimmät tekemämme matkat olivat parin viikon purjehduksia Itämerellä.”

Ratkaisevinta matkalle lähdössä on Rantavuorten mukaan se, että jahkailun sijaan toimii.

”Satamissa on lukuisia ihmisiä, jotka haaveilevat matkalle lähdöstä, mutta jäävät laituriin joko oikeiden tai kuviteltujen esteiden vuoksi. On eri asia unelmoida kuin lähteä, väliin tarvitaan päätös.” •



Perinteisten paperikarttojen lisäksi Rantavuorilla oli purjehduksessa apuvälineinään sähköiset, reaaliaikaiset purjehduskartat. Kulloisetkin virtaukset näkyivät niissä.



KOONNUT HEIDI HÄNNINEN
KUVAT COLOURBOX JA TAVARANTOIMITTAJAT

TAIMET ALULLE

Taimikasvatus jouduttaa ulosistutettavien kasvien satoa ja kukintaa. Istutukseen kannattaa ryhtyä, kun luonnonvalo on riittävästi. Näiden viiden kasvatusvinkin avulla saat kasvisi kukoistamaan.



ANNOSIEMENTEN laajasta valikoimasta löydät kukat, yrtit ja vihannekset. Kodin Terrat, Prisma ja S-marketit.



1. Aloita täyttämällä ruukut vähäravinteisella esikasvatus- tai kylvömulalla. Kylvä siemenet mullan päälle harvakeltaan ja sirottele tarvittaessa vielä ohut kerros multaa tai hiekkaa. Katso siemenpussin kyljestä tarkemmat kylvöohjeet.
2. Kastele istutus, sillä siemenet eivät idä ilman vettä. Kylvös tulee pitää kosteana, mutta varo liiallista kastelua.
3. Peitä ruukut läpinäkyvällä, rei'itetyllä muovilla, jolloin kosteus pysyy tasaisena ja kasvit saavat riittävästi ilmaa. Poista muovi, kun ensimmäiset lehdet eli sirkkalehdet ovat ilmestyneet.
4. Taimet koulitaan eli siirretään uuteen multaan ja isompaan ruukkuun, kun ensimmäiset varsinaiset kasvulehdet ovat kehittyneet. Noudata jälleen siemenpussin ohjeita.
5. Reilu viikko ennen ulosistutusta taimet karaistetaan eli totutetaan ulkoilmaan. Aluksi kasveja pidetään ulkona noin puoli tuntia kerrallaan. Aikaa pidennetään vähitellen. Suojaa taimet kylmällä säällä harsolla, ja pidä ne poissa suorasta auringonpaisteesta.

ROMBERGIN NINO-MINIKASVIHUONE sopii pieneenkin tilaan. Tukevassa pienoiskasvihuoneessa on kätevät ilmanvaihtoluukut. 29 x 19 x 19 cm. Kodin Terrat, Prisma ja S-Puutarhat.



ROMBERGIN POP UP -KASVUALUSTAT on valmistettu luonnonmukaisesta ja maatuovasta kookoskuidusta. Kasvualusta esikasvatukseen ja yrteille 10 l. Kasvualusta orkideoille 5 l. Kodin Terrat ja Prisma.



BIOLANIN KYLVÖ- JA TAIMIMULTA sopii hyvin pieniin ruukkuihin ja taimikennoihin sekä luonnonmukaiseen kasvatukseen. 12 l. Kodin Terrat, Prisma, S-Puutarhat ja S-marketit.



JIFFYN TURVERUUKUISSA juuristo pääsee kasvamaan ilman esteitä. Materiaali on 100-prosenttisesti biohajoavaa. Saatavana eri kokoja. Kodin Terrat, Prisma ja S-Puutarhat.

Anna netin auttaa

Internet pursuaa sisältöjä, ja tottumaton netin käyttäjä hukkuu helposti tietotulvaan. Seuraavien vinkkien avulla otat netin koko perheen hyötykäyttöön.

TEKSTI HEIDI HÄNNINEN
KUVITUS ANTTI NIKUNEN

Opi uutta netistä

Täsmälliset ohjeet ja kuvat opettavat erilaisia arkielämän taitoja, kuten leipomista tai tietokoneohjelmien asentamista, vaihe vaiheelta. Opastamisen lisäksi eri verkkosivustot tarjoavat usein mahdollisuuden kommentointiin tai lisäkysymysten esittämiseen. Näin voit tehostaa oppimistasi vertaistuen avulla.

Muista, että oppimisen ei tarvitse aina olla vakavaa. Ihminen oppii tehokkaasti myös viihtyessään.

Erilaiset verkkopelit kehittävät sorminäppäryyttä, kielitaitoa, loogista ajattelua ja paineensietokykyä.

Oman harrastusalan keskustelufoorumeilla voi jakaa neuvoja ja tutustua samoista asioista kiinnostuneisiin. Parhaimmillaan keskustelut kehittävät sosiaalisia taitoja ja argumentointikykyä.

Tutustu lapsesi käyttämiin palveluihin, jotta voit arvioida, soveltuvatko ne juuri sinun lapsellesi.

Rohkaise lasta kertomaan aikuiselle, jos hän törmää netissä mieltä askarruttavaan sisältöön.

Näin etsit ohjeita

Käytä etsimisessä yksinkertaisia hakusanoja, kuten ”tuulihatut” tai ”helmikorun tekeminen”. Kokeile myös englanninkielisiä termejä ja alkuun sanaparia ”how to”.

Vaihtelee hakusanoja, ja kokeile sanasta eri taivutusmuotoja. Älä anna liian tarkkoja hakusanaketjuja, vaan etsi oikeanlaista ohjetta tai videota useiden hakutulosten joukosta.

Videoita kannattaa etsiä suoraan videopalveluista, kuten YouTubesta.

Pienten lasten on hyvä harjoitella verkkosisältöjen etsimistä aikuisen kanssa. Netinkäytölle ei ole alikärajaa, mutta mitä pienempi lapsi on, sitä tiiviimmin aikuisen tulisi olla läsnä.



Katso videotutoriaaleja

Videotutoriaalit eli opastavat videot ovat hyödyllisiä, sillä ohjeet esitetään havainnollisemmin kuin valokuvissa tai tekstissä. Videot sopivat myös niille, joilla on vaikeuksia lukea tai ymmärtää kirjoitettuja ohjeita. Videolta on helppo oppia esimerkiksi ranskanletin teko tai saada vinkkejä siihen, kuinka päästä alkuun nettipelissä.

Katso aiheesta useampi video ja lue myös kommentteja. Kommenttien perusteella saa usein kuvan siitä, onko ohje toiminut muilla.

Yhteishyvä on mukana
valtakunnallisessa
Mediataitoviikossa
9.-15.2.2015. Juttu on
osa Mediataitoviikkoa.



Tunnista luotettava lähde

Ota selvää, kuka sisällön on tehnyt, ja mieti, mikä on sen välittämän viestin tavoite. Onko kyseessä mielihyvä vai monesta eri lähteestä löytyvä fakta?

Käytä tärkeiden asioiden selvittämisessä sivustoja, jotka kantavat vastuun antamistaan ohjeista. Tällaisia ovat esimerkiksi viranomaisten sivustot.

Kommentoi sisältöjä reilusti

Muista, että tavalliset netinkäyttäjät opastavat yleensä auttamisen ilosta. Rakentava ja kohtelias kritiikki on tervetullutta, mutta amatöörieltä ei voi odottaa ammattilais-tason lopputulosta.

Muista, että netissä pätevät samat käyttäytymissäännöt kuin muussakin kanssakäymisessä. Kiusaaminen, syrjiminen ja ikävät kommentit tuntuvat pahalta myös netissä. Älä siis ilkeile ja muista, että kiitos lämmittää aina mieltä.

Lyhyt ja napakka kommentti on useimmiten paras. Ilmaise heti kommenttisi alussa, jos haluat kysyä tarkennusta tai ehdottaa muutosta esimerkiksi käytännön toteutukseen.

Muista tekijänoikeudet

Tekijänoikeudet koskevat myös nettiä. Pääsääntöisesti tekijänoikeuksien suojaamaa materiaalia, kuten musiikkia tai toisten videoita, ei saa käyttää ilman lupaa. Tämä kuitenkin vaihtelee eri esitystapojen, -tarkoitusten ja teosten mukaan, joten selvitä aina tapauskohtaisesti tekijänoikeuksien voimassaolo. Tässä auttaa esimerkiksi Tekijänoikeus.fi-sivusto.

Haluatko tehdä hauskan videopostauksen tai opastavan videon? Katso videobloggaaja Tumen vinkit videolta.



Jutun asiantuntijoina ovat Mediataitoviikon projekti-koordinaattori Julia Alajärvi ja erityisasiantuntija Saara Pääjärvi Kansallisesta audiovisuaalisesta instituutista.

yhteishyvä *live*



SLOW COOKED

MADE BY TULIP



LÄMMITÄ
JA NAUTI



PULLED PORK

MUREA MAKUELÄMYS
HELPOSTI JA NOPEASTI!
**TULIP PULLED PORK
HAMPURILAISET**

Lämmitä Pulled Pork uunissa, täytä hampurilaissämpylät lihalla ja coleslaw-salaatilla tai muilla haluamillasi täytteillä ja nauti!
Lisää käyttövinkkejä osoitteesta slowcooked.fi



Skannaa ja löydä inspiroivat reseptit.



180°C, 25 min.

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



TEKSTI JENNI UUSILEHTO
KUVAT MIIKA KAINU JA ULLA NIKULA

Ratkomisen riemua

Innokkaimmat harrastajat käyttävät siihen kaiken vapaa-aikansa, se on erinomaista jumppaa aivoille, ja sudoku tai muut aivopähkinät eivät sille pärjää. Lue, miksi olemme koukussa ristikoihin.

”Aluksi huhuttiin, että ristikoiden ratkomisesta voi tulla sokeaksi.”

V iisi minuuttia ja sata kertaa viikossa. Nämä luvut kertovat **Riitta Rustarin** ristikkoinnostuksesta: viidessä minuutissa hän ratkaisee sivunkokoisen perusristikon, ja viikossa ratkeaa noin sata ristikkoo.

Rustari hurahti ristikoihin jo lapsena, mutta lopullisesti innostus karkasi käsistä vuonna 1993. Tuolloin hän osallistui ristikonratkonnan SM-kisoihin ja tuli yllättäen toiseksi. Rustari liittyi Sanaristikkoseura Sanaseppoihin, ja seuraavana vuonna hänet nimitettiin seuran sihteeriksi.

”Kaikki muut harrastukset ovat kyllä jääneet. Lähetän säännöllisesti vastauksia lehtien järjestämiin arvontoihin, ja silloin tällöin onnikin potkaisee. Jossain vaiheessa vastausmäärää piti vähentää, sillä voitin pihakalusteita ja kompostorin. Niille ei ole kerrostalossa tarvetta.”

Rustari ratkoo ristikoita iltaisin kotisohvalla. Vaikka hän selättää helpot ristikot hetkessä, vaikeiden kanssa saattaa vierähtää useakin päivä.

”Kun on oikein väantöä, on parasta nukkua yön yli tai tehdä jotain ihan muuta. Samalla alitajunta työskentelee”, hän kertoo.

Konkari täyttää vaikeat ristikot lyijykynällä sieltä, mistä parhaiten pääsee liikkeelle. Helpot ristikot hän ratkoo suoraan kuulakärkikynällä aloittaen vasemmasta yläkulmasta, ettei käsi sotkeennu kirjoittaessa.

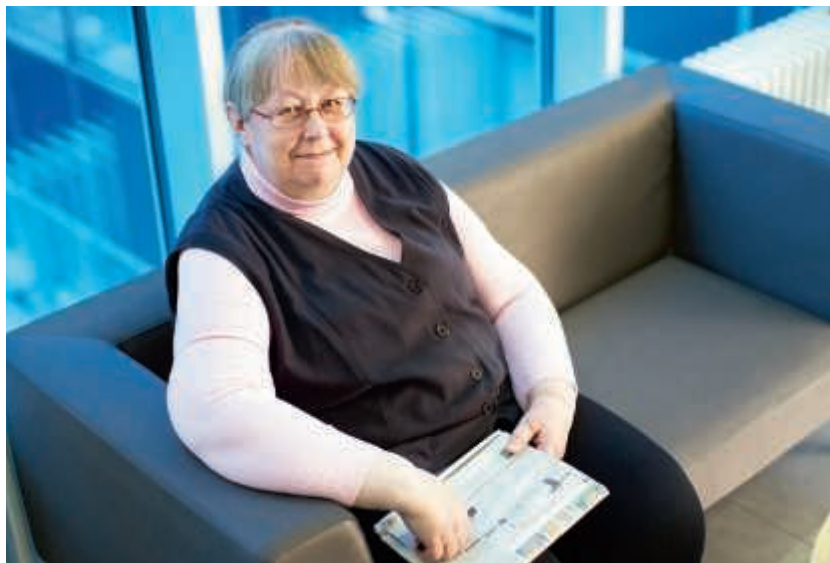
”Ensin tehdään työt, eli ne helpot, ja sitten nautiskellaan vaikeiden kanssa.”

Rustari käyttää tarvittaessa apunaan tietosana-, ristisana- ja kartta-kirjoja. Nettiin hän ei turvaudu.

”Istun töissä koko päivän puhelin toisessa ja hiiri toisessa kädessä. Siksi minua ei huvita pelata tietokoneen ääressä enää kotona. Annan ristikon olla, jos en tiedä tai löydä vastausta kirjoista.”

Rustarin mukaan parasta ristikoiden ratkomisessa on onnistumisen tunne.

”Tyydytys on suurin, kun tajuaa olevansa parempi kuin laatija, joka



Ristikoihin hurahtanut Riitta Rustari nimeää suosikkilaatijoikseen Antti Viitamäen, Toni Pitkälän ja Antti Skyttän, jotka tekevät hänen mielestään ”tosi kovaa kamaa”.

on yrittänyt keksiä kaikki mahdolliset konnankoukut pääni menoksi.”

Paheksuttua puuhaa

Ristikoiden ratkominen on tehokasta aivojumppaa. Sanojen pyörittelyn ja merkitysten hakemisen on todettu ennaltaehkäisevän dementiaa. Aina ristikoiden hyvää tekeviin vaikutuksiin ei kuitenkaan ole uskottu.

Kun ristikkobuumi alkoi levitä 1900-luvun alkupuoliskolla Yhdysvalloissa, ristikoita pidettiin turmiolisina, samaan tapaan kuin tietokonepelejä nykypäivänä.

”Ristikoiden ratkomisesta levitetttiin mitä ihmeellisimpiä huhuja. Sanottiin esimerkiksi, että niistä voi tulla sokeaksi”, kertoo ristikkoasian-tuntija **Antti Skyttä**.

Ensimmäisen ristikon julkaisijana pidetään *New York World* -lehteä vuonna 1913. Sen sijaan *New York Times* vastusti ristikoita parikymmentä vuotta, kunnes joutui myöntymään innostuksen kasvaessa. Nykyisin sama lehti on arvostetuin ristikoiden julkaisija.

Suomen Kuvalehti julkaisi ensimmäisen suomalaisen ristikon vuonna 1925. Kyseessä oli mustavalkoinen höyryristikko, jossa numeroidut vihjeet sijaitsivat ruudukon ulkopuo-

lella. Varsinaisesti ristikkoinnostus syntyi Suomessa vuonna 1955, kun *Helsingin Sanomat* julkaisi ensimmäisen kuvaristikon.

Ammattina laatija

Jyrki Takala laatii ristikoita työksensä kotitoimistossaan Pyhäjoella. Hän on tehnyt jo 14 vuoden ajan kaikki *Yhteishyvässä* julkaistavat ristikot.

Takalan työpöydällä on laatijan tärkeimmät välineet: lyijykynä, kumi, ruutupaperi ja tietokone. Laatimisessa on kaksi työvaihetta, sanoitus ja vihjeitys. Ensinnä ruudukko täytetään sanoilla, minkä jälkeen valituille sanoille keksitään vihjeet.

Takala aloittaa työnsä valitsemalla ristikon pääkuvan. Sen jälkeen hän piirtää käsin ruutupaperille ruudukon kehukset ja rajaa pääkuvalla paikan. Kuvasta Takala keksii pari lausetta, jotka hän sijoittaa ruudukkoon. Loput sanat syntyvät tämän jälkeen.

Kun sanat ovat paikoillaan, Takala laatii vihjeityksen tietokoneella. Esimerkiksi sanaan saha on helppo asettaa kuvavihje, kun taas sanaa marraskuu on vaikea vihjeyttää kuvalla.

Hyvästä sanavarastosta ja oikein kirjoitustaidosta on ristikoiden laatimisessa hyötyä, mutta työ vaatii ennen kaikkea harjoittelua.





Yhteishyvän ristikon laatija Jyrki Takala kiinnostui ristikoista kouluikäisenä.

●●● ”Vaikka olisi kuinka hyvä koulutus tahansa, joutuu harjoittelemaan paljon, ennen kuin saa julkaisukelpoisen ristikon aikaan”, Takala sanoo.

Paperiversio on ylivoimainen

Tea Ista, Atik Ismail, mauritanialainen kaupunki Atar ja unkarilainen Tata

”Ruudukko täytetään ensin sanoilla, sitten keksitään vihjeet.

ovat monille tuttuja nimiä ristikoiden ansiosta. Niin kutsutut fakkisanat ovat yleisiä ristikoissa, mutta harvinaisia muussa kielenkäytössä.

Ristikoihin päätyvät useimmiten sanat, joissa on paljon suomen kielen yleisimpiä kirjaimia. Nokian entisen toimitusjohtajan **Stephen Elop**in sukunimestä tuli välittömästi ristikkohitti.

”Elop jatkaa elämäänsä ristikoissa, vaikka mies itse ei ole ollut Suomessa enää muutamaan vuoteen”, Antti Skyttä kertoo.

Ristikkosanasto muuttuu pikkuhiljaa yhteiskunnan mukana.

”Esimerkiksi kyntöväline aatra olisi erinomainen ristikkosana, mutta se jää hiljalleen käytöstä, koska ihmiset eivät enää tunne sitä”, Skyttä sanoo.

Vaikka ristikoiden ratkominen on Suomessa selvästi vanhemman ikäpolven harrastus, kiinnostaa sanoilla leikittely nuoriakin. Jopa miljoona suomalaista ratkoo ristikoita. Aika

ajoin pinnalle pulpahtaa uusia aivopähkinöitä, kuten sudoku. Niistä ei kuitenkaan ole ristikolle vastustajiksi.

”Sudokussa sijoitellaan ja tehdään johtopäätöksiä. Siitä puuttuu kokonaan sanallisen arvoituksen antama ahaa-elämys”, Skyttä sanoo.

Minkäänlaisia merkkejä ristikkoinnon katoamisesta ei Skyttä mukaan ole näkyvissä, ja Suomessa julkaistaan lähes 80:aa ristikkolehtinimekettä. Määrä on pysynyt samana jo vuosia, eikä digiristikkokaan näytä haastavan paperista versiota.

”Kynä, kumi ja paperi muodostavat yhä ylivoimaisen käyttöliittymän.” •

Katso videolta Jyrki Takalan vinkit ristikon ratkomiseen.



yhteishyvä *live*

Maista rapea Milka-uutuus!



Maista talven Milka-uutuutta! Lempeän maitosuklaan sisällä kerroksittain keksiä ja herkullisia täytteitä. Maistuu koko perheelle.

Uskalla olla lempeä.



Valoa vain kadulla kulkeville

Katuvalaistus joutuu lähivuosina suureen energiaremonttiin, sillä yleisesti käytettyjen elohopeahöyrylamppujen valmistus loppuu vuonna 2015. Uuden ajan esimerkki on Jyväskylässä sijaitseva Kuokkalan silta, joka sai kesällä 2013 uudet LED-valaisimet vanhojen suurpainenatriumlamppujen tilalle. Uudistuksen ansiosta sillan valaisuun kuluu enää neljäsosa aiemmasta energiamäärästä. Samalla valon väri vaihtui keltasävyisestä puhtaanvalkoiseksi.

LED-valojen tehoa voi säätää portaattomasti. Tätä hyödynnetään, kun kehitystyön seuraavassa vaiheessa valaistukseen lisätään älykäs ohjausjärjestelmä. Sen avulla katuvalaistus säätyy kulkijoiden ja sääolojen mukaan.

Menetelmää testataan jo esimerkiksi Espoossa Otaniemen kevyen liikenteen väylällä. Otakaaren LED-katuvalot kirkastuvat tasaisesti kulkijan edellä ja himmenevät takana. Kun kävelijä on kulkenut noin 90 metrin päähän valaisimesta, se palaa enää 10 prosentin teholla.

Älyn lisääminen parantaa valaistuksen energiatehokkuutta entisestään. Kun valaistusta ohjataan luonnonolojen ja jalan-kulkijoiden mukaan, saavutetaan jopa yli 40 prosentin säästö, laskee diplomi-insinööri **Eveliina Juntunen** aihetta käsittelevässä väitöskirjassaan.

Espoon Otaniemessä testataan älykästä katuvalaistusta, joka säätyy tasaisesti kulkijoiden ja sääolojen mukaan.



Mihin hassuun kysymykseen haluaisit saada vastauksen? Lähetä kysymyksesi osoitteeseen yhteishyva@alma360.fi.

Miksi aakkoset ovat aakkosjärjestyksessä?

Lähes kaikki nykyiset aakkostot ovat kehittyneet noin 4 000 vuotta sitten luodusta muinaisseemiläisestä järjestelmästä. Siihen kuului 22 konsonanttiaanteen merkkiä. Kreikkalaisten järjestelmässä seemiläiseen aakkostoon lisättiin vokaaleille omat kirjaimensa. Sekä käyttämämme latinalainen kirjaimisto että slaavilaisten kielten kyrillinen kirjaimisto ovat muodostuneet kreikkalaisen aakkoston pohjalta.

Useimmissa aakkostoissa kirjainten järjestys vastaa alkuperäisen seemiläisen aakkoston mukaista järjestystä. Suomen kielen aakkosten järjestys juontaa juurensa ruotsin kielestä.

Sytä seemiläisten valitsemalle aakkosjärjestykselle ei ole onnistuttu selvittämään. Tottumuksen voima on kuitenkin suuri, sillä järjestys on säilynyt meidän päiviimme asti.



MARIE-LAN NGUYEN

Ammiasin hautakirjoituksessa on kaiverruksia sekä kreikkalaisella että seemiläisellä kirjaimistolla. Laatta on peräisin Monte-verden juutalaisista katakombeista, ja sitä säilytetään nykyisin Rooman Capitolium-kukkulalla sijaitsevassa Musei Capitolinissa.

250

miljoonaa ihmistä puhuu nykyisin seemiläisiä kieliä. Seemiläisiä kieliä puhutaan Pohjois- ja Itä-Afrikassa sekä Lähi-idässä. Ryhmän laajimmin puhuttu kieli on arabia.



Älypeti kertoo vauvan unesta

Suomalaisvanhemmille tutun äitiyspakkauksen sisältö saattaa tulevaisuudessa kokea muodonmuutoksen. VTT kehittää parhaillaan digitaalista äitiyspakkausta, joka sisältää erilaisia älykkäitä laitteita ja sähköisiä palveluita vastasyntyneelle. Uuden pakkauksen avulla vanhemmat voivat tulevaisuudessa seurata vauvan terveydentilaa älypuhelimella.

Esimerkiksi petianturin prototyyppi kertoo paljon vauvan unirytmistä ja unen laadusta.

"Näin esimerkiksi neuvolassa päästäisiin parempaan diagnoosiin kuin kysymällä väsyneiltä vanhemmilta, miten vauva on nukkunut", erikoistutkija **Olli Kuusisto** VTT:stä kertoo.

Näin tietoa kerätään

Älytutin ja petianturin mittalaitteet keräävät tietoa vauvan hyvinvoinnista ja välittävät mittaustiedot langattomasti vanhempien matkapuhelimiin.

Lähde: VTT



ÄLYKÄSTÄ



Torque-sovellus toimii Android-puhelimissa.

Kurkista auton mustaan laatikkoon

Auton kojelaudan alle piiloutuva OBD (On Board Diagnostics) -portti on kurkistusikkuna autosi sisimpään. Vuodesta 2001 alkaen jokaisessa ajoneuvossa on vakiovarusteena OBD2-portti, jonka kautta huoltomiehet ja katsastajat lukevat auton diagnostiikka-järjestelmään tallentuneita tietoja. Porttiin kytkettävän Bluetooth-palikan ja kännykkäsovelluksen avulla kuka tahansa voi tarkastella ajopelinsä sielunelämää.

Sovelluksella voi tutkia esimerkiksi moottorin ohjainlaitteen tietoja. Voista varoitetaan merkkivalolla, ja samalla järjestelmän muistiin tallentuu merkintä viasta. OBD-lukija osaa tulkita moottorinohjausjärjestelmän tuhansia erilaisia vikakoodeja. Edistyneimmillä ohjelmistoilla voi tarkkailla moottorin toimintaa ja mittausdataa reaaliajassa.

COLOURBOX

40 000

äitiyspakkausta saa vuosittain uuden omistajan.



PANKIN PALVELUT TASKUSSA

Kännykkä on ollut kaverini jo pian kaksikymmentä vuotta. Käyttötavat ovat tuona aikana muuttuneet täysin. Nyt kännykällä voi ryhtyä jo rahastosäästäjäksi.

Muistan vieläkin ensimmäisen kännykkäni. Se oli mielestäni niin hieno. Todellisuudessa se oli kömpelön näköinen musta mötikkä, jonka päässä sojotti antenni. Siinä ei ollut värinäyttöä tai kameraa, internetistä nyt puhumattakaan. Puhelimen yhteystietoluettelossa suurin osa numeroista alkoi alueellisilla suuntanumeroilla lanka-puhelimiin, ja soittaminen oli peijakkaan kallista. Kännykkä ei ollut vielä kaikkien suomalaisten juttu.

Jos joku olisi minulle tuolloin kertonut, mitä kaikkea vielä tulen kännykälläni tekemään, olisi ilmeeni ollut todennäköisesti yhtä epäuskoinen kuin pojallani hänen kuullessaan, että sain ensimmäisen oman kännykkäni kaksikymppisenä opiskelijana.

Hipaisuilla rahastosäästäjäksi

Matkapuhelimesta on tullut yhä älykkäämpiä arjen apureita. Eräs useimmin käyttämäni sovelluksista on nykyään S-mobiili. Toissa syksynä lanseerattu S-mobiili on kehitetty yhteistyössä asiakkaiden kanssa, ja se on jo reilun vuoden ikäisenä oppinut paljon uusia temp-puja. Kaupparyhmän kaukosäätimiksi kutsuttu sovellus kokoaa yhteen henkilökohtaisten bonustietojen seuraamisen, ketterän mobiilipankin, asiakasomistajien parhaat edut, sähköiset takuukuitit ja paljon muuta.

Viimeisimpänä toivottuna uudistuksena S-mobiilissa näkyvät nyt myös rahastot. Voit muun muassa siirtää Bonukset valitsemaasi S-Säästörahastoon, seurata rahastojen kehittymistä tai tehdä ylimääräisen ker-tamerkinnän. Näet S-mobiilissa kaikki omassa omistuksessa olevat rahastosijoitukset, halutessasi myös FIMin kautta tehdyt sijoitukset.

Kännykät ovat kehittyneet paljon siitä, mitä ensimmäiset kapulat tarjosivat. Sovellukset vauhdittavat osaltaan kehitystä. Otamme mielellämme jatkossakin vastaan kehitysideoita S-mobiiliin vaikkapa Facebook-sivullamme.

Talvisin terveisin

Raija



S-Pankki

S-PANKKI.FI



Dumle

Suomen alppi- ja
freestylemaajoukkueen
pääyhteistyökumppani.



ALPPIKISOIHIN ITÄVALTAAN?

**1. osta mikä tahansa Fazer Dumle
-tuote S-ryhmän myymälästä**

**2. säilytä ostokuitti, rekisteröidy ja syötä
kuiten tiedot fazer.fi/yhteishyva tai lähetä se
postilla yhteystietojesi kanssa osoitteeseen
FAZER DUMLE, PL 4, 00941 HELSINKI**

**3. voit voittaa matkan 2:lle alppikisoihin
Kitzbüheliin Itävaltaan 22.-24.1.2016**



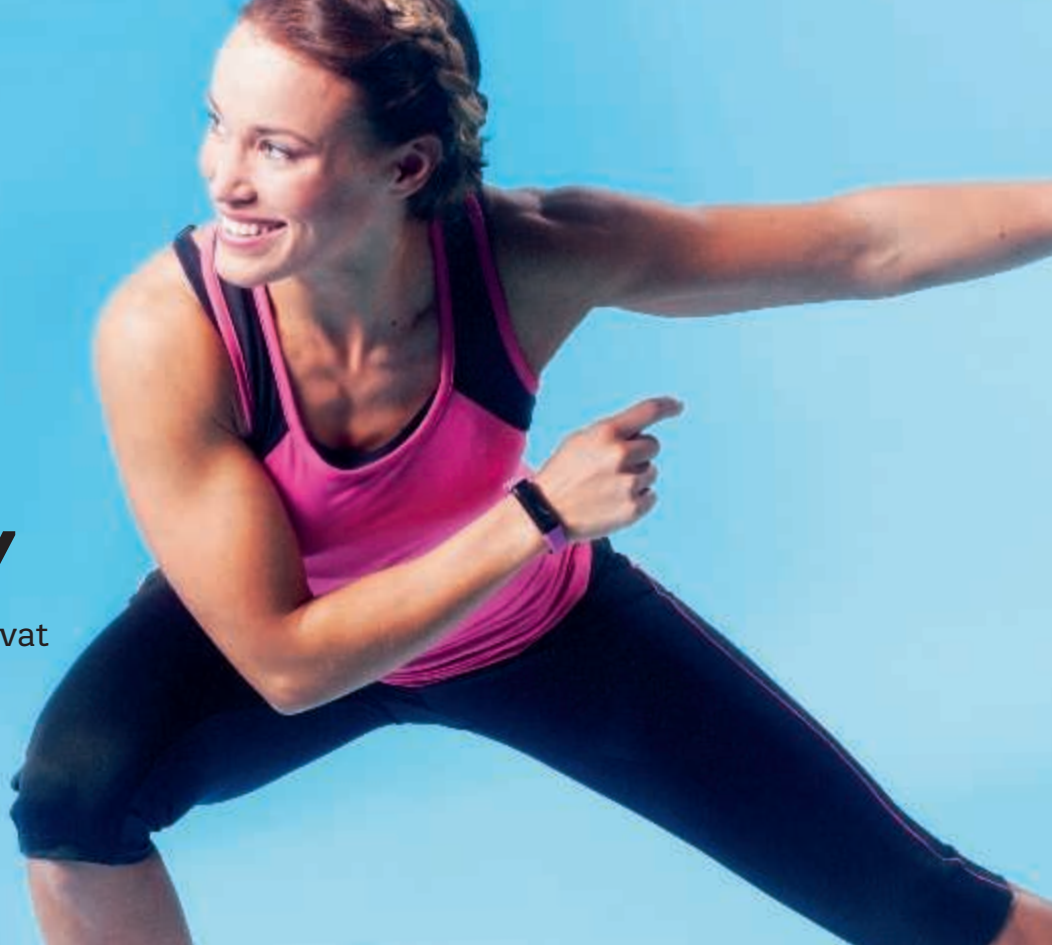
Ikäraja 18. Kilpailuaika 1.2.-31.3.2015. Voittajalle ilmoitetaan
henkilökohtaisesti. Arvomme osallistujien kesken yhden
matkan alppikisoihin (palkinnon arvo noin 2000 €).
Katso tarkemmat ohjeet ja säännöt fazer.fi/yhteishyva
Järjestäjä: Fazer Makeiset Oy



KOONNUT HEIDI HÄNNINEN
KUVAT MINNA KURJENLUOMA
JA TAVARANTOIMITTAJAT

TREENIIN VIRITETTY

Liikettä ja tehoa mittaavat
laitteet sekä musiikki
vauhdittavat kuntoilu-
hetkeä.



CIELON PRO1-AKTIIVISUUSRANNEKE (myös kuvassa) auttaa saavuttamaan halutun aktiivisuustason. Ranneke käskee sinut liikkumaan, jos olet istunut liikaa. Saatavana myös mustana. 39,95 €. Prismat.



PHILIPSIN SHQ3200/10 SPORT IN-EAR-KUULOKKEISSA on patentoitu korvasanka, jonka ansiosta voit keskittyä harjoitteluun. Pehmeät silikonikorvatyyny lisäävät kuulokkeiden istuvuutta. Valittavana on kolme korvatyynykokoa. 39,95 €. Suurimmat Prismat.



WAVEN SPORTTIVYÖ on joustava ja vettä hylkivä. Säädettävä vyötärönympärys tekee siitä miellyttävän käyttää. Vyössä on kaksi vesitiivistä vetoketjutaskua, jotka suojaavat puhelinta, avaimia ja muita tärkeitä pikkuesineitä. 74-160 cm. 19,95 €. Suurimmat Prismat.



SONYN MDRAS700BTL BLUETOOTH-NFC -NISKASANKAKUULOKKEET sopivat kaikkiin sääoloihin. Hybridielementtijärjestelmä takaa syvät bassoäänet. Laitteessa on 30 millin kaiuttimelementit. Akunkesto jopa 9 tuntia. 99,95 €. Suurimmat Prismat.



POLARIN M400-SYKEMITTARI soveltuu tehokkaaseen kuntoiluun. Mittari tuntuu miellyttävältä myös ympäri vuorokautisessa käytössä. Laitteessa on integroitu GPS-paikannin. 189 €. Prismat.



WAVEN KÄSIVARSIKOTELOSSA älypuhelin kulkee kätevästi mukana. Kotelossa on paikka myös avaimelle. Soveltuu 4-4,8-tuumaisille puhelimille. 19,95 €. Prismat.

Katso, miten
aktiivisuus-
ranneke saa
sinut liikkeelle.



yhteishyvä *live*

VALIKOIMAT VAIHTELEVAT MYYMÄLÖITTÄIN.

YHTEISHYVÄ HELMIKUUN 2015 63

UUTUUS!



JUURI SOPIVASTI ENERGIAA, KUN TARVITSET PIENTÄ TANKKAUSTA!

Luonnollinen pähkinäsekoitus, ilman suolaa, saatavilla nyt kätevässä 60g pikkupussissa!



IDEOITA JA INSPIRAATIOITA
SUOMENKIELISILTÄ
FACEBOOK-SIVUILTAMME!



TEKSTI MIIA VÄHÄHYYPÄ
KUVITUS TUOMAS IKONEN

Minun vai meidän asuntolaina?

Yhteistä asuntoa voi maksaa joko yhteisellä asuntolainalla tai erillisillä lainoilla. Lue asiantuntijoiden vinkit, kumpi ratkaisu sopii parhaiten sinulle ja puolisollesi.

Vaalea parkettilattia, isot ikkunat ja 80 neliötä. Tämä on juuri meille sopiva! Kun pariskunta löytää ensimmäisen yhteisen omistusasunnon, edessä on yksi suhteen suurista rahakysymyksistä: kannattaako meidän ottaa yhteinen vai erillinen asuntolaina?

Pariskuntien rahankäyttöä tutkinut Kilpailu- ja kuluttajaviraston tutkimuspäällikkö **Anu Rajjas** ja S-Pankin henkilöasiakasliiketoiminnan johtaja **Marja Pajulahti** vastaavat yhdeksään kysymykseen ja kertovat, mitä lainan ottamisessa kannattaa huomioida.

Haluamme puolisoni kanssa säästää asuntoa varten. Onko ASP- tai muuta säästötiliä avatessa merkitystä sillä, säästääkö samalle vai eri tileille?

Ei ole. Säästöt voi yhdistää, kun asunto ostetaan. Ensimmäisen asunnon ostoon tarkoitettulle ASP- eli asutosäästöpalkkiotilille on kuitenkin määriteltä minimisäästö kuukaudessa. Jos siis haluaa säästää vain vähän kerrallaan, on helpompi kerryttää rahaa yhteiselle tilille.



”Yhteinen
maksusuunnitelma
vähentää riitoja ja
ikäviä yllätyksiä.



”Rahaa pitää jäädä riittävästi muuhunkin elämiseen.

●●● **Aiomme ottaa yhteisen lainan, mutta emme ole naimisissa. Onko sillä merkitystä pankille?**

Ei ole. Pankki arvioi jokaisen parin lainat erikseen. Lainaa voi joka tapauksessa hakea joko yhdessä tai erikseen.

Puolisoni tienaa huomattavasti vähemmän kuin minä. Miten lainan voi jakaa reilusti?

Lainaa voi hakea yhdessä ja sopia samalla, että suurituloisempi maksaa lainaa enemmän. Tällöin on syytä jakaa myös asunnon omistajuussuhteet vastaamaan lainaa: se, joka maksaa lainaa enemmän, omistaa myös suuremman osuuden asunnosta. On myös mahdollista, että osapuolet ottavat kumpikin omat lainansa. Pienituloisen voi kuitenkin olla vaikea saada lainaa yksin, sillä pankille riski on silloin suurempi.

Tutkimusten mukaan on parempi, jos suurituloisempi ottaa suuremman vastuun lainasta. Parisuhteen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että molemmilla on yhtä paljon omaa rahaa käytössä. Toisen parempi elintaso aiheuttaa helposti kateutta ja riitoja.

Puolisoni on höveli rahankäyttäjä ja unohtelee laskuja helposti. Miten voin varmistua, että hän maksaa lainanlyhennyksen?

Yhteisen taloustilin avaaminen on kätevä vaihtoehto. Tällöin molemmat puoliset siirtävät tilille kuukausittain sovitun summan rahaa. Tililtä maksetaan lainanlyhennykset sekä esimerkiksi ruokaostokset ja muut asumisen kulut, kuten sähkölaskut. Näin molemmat tietävät, missä mennään. Jos epäily



iskee, pankista voi aina tarkistaa, onko lainaa hoidettu asianmukaisesti.

En usko, että meille tulee erimielisyyksiä rahasta. Onko lainanmaksusta tarpeen sopia erityisen tarkasti?

On. Lainan maksusuunnitelma tulee tehdä aina. Tämän lisäksi suunnitelmasta on hyvä keskustella tarkasti, jotta kumpikin hyväksyy sen ja haluaa noudattaa sitä. Suunnitelma vähentää riitoja ja ikäviä yllätyksiä.

Yhteisen lainan maksusta voi sopia haluamallaan tavalla. Laina voidaan sopia maksettavan puoliksi tai se voidaan jakaa esimerkiksi tulojen tai varallisuuden mukaan. Yhteisen asuntolainan maksamisesta vastaavat kuitenkin molemmat lainanottajat, joten jo siksi molempien on hyvä olla selvillä tilanteesta. Jos asuntolainan maksu on vain toisen harteilla, mahdolliset ongelmat saattavat jäädä toiselta täysin pimentoon. Tilanteet ja ihmiset muuttuvat, ja myös suhtautuminen rahaan saattaa muuttua.

Olemme tähänkin asti pitäneet rahamme erillään. Miksi ottaisimme yhteisen asuntolainan?

Yhteinen asuntolaina ei ole niin sitova kuin ajatellaan: yhteinen koti on sitovampi. Omaa osuutta kodista on nimittäin hankala myydä kenellekään muulle kuin kodin toiselle omistajalle tai yhdessä hänen kanssaan.

Yhteistä lainaa ottaessa pari voi sopia lainan jakamisesta ilman pankkia, ja tarvittaessa puoliset voivat auttaa toisiaan hankalassa paikassa.



Puhu puolisosi kanssa ainakin näistä

- Pohtikaa, onko yhteinen vai erillinen laina teille paras ratkaisu.
- Päätäkää, miten jaatte asunnon omistussuhteen. Sopikaa, miten aiotte jakaa lainan.
- Varmistakaa, että teillä on samankaltaiset ajatukset lainanmaksusta. Jos laina on yhteinen, sitä on helpointa maksaa samaan tahtiin. Voitte myös päättää kirjallisella sopimuksella, että toinen huolehtii lainasta ja toinen muista asumisen ja elämisen kuluista.
- Ottakaa huomioon mahdolliset ikävät yllätykset, kuten ero, työttömyys, lomautus, sairastuminen ja puolison kuolema. Puhukaa etukäteen, miten toimitte näissä tilanteissa. Tällaisiin tapauksiin voi halutessaan varautua myös erilaisilla vakuutuksilla.

Jos toinen joutuu esimerkiksi pitkälle sairauslomalle, toinen voi ottaa enemmän vastuuta lainasta.

Yhteisen lainan saamiseksi täytyy käydä vain yhdet lainaneuvottelut ja maksaa vain yhden lainanhoitokulut. Yleinen syy yhteisen lainan ottamiselle on se, että suurempien tulojen vuoksi pariskunta saa lainan helpommin. Yhteinen laina on erillisiä lainoja yleisempi.

Mitkä ovat erillisten lainojen hyvät puolet?

Erilliset lainat voivat vähentää riitoja varsinkin, jos puolisoiden rahankäyttötyylit eroavat huomattavasti toisistaan. Lainaa voi maksaa eri tahdissa, ja rahat pysyvät selkeästi erillään. Olennaista on kuitenkin muistaa jakaa asunnon omistusosuudet tarkasti.

Jos jommallakummalla on ennestään varallisuutta tai esimerkiksi yritystoimintaa, voi olla järkevää pitää lainat erillään. Näin toisen osapuolen yritystoiminnan ongelmat eivät kaadu toisen niskaan ja lainaosuudet on jaettu selkeämmin. Saman turvan voi hankkia myös avioehdolla.

Mitä yhteiselle lainalle tapahtuu, jos eroamme?

Lainan jakamisesta sovitaan sen mukaan, miten sitä on jo maksettu. Jos velkaa on maksettu puoliksi, jäljelle jäävä laina on helppo jakaa kahtia. Käytännössä laina katetaan useimmiten myydystä asunnosta saatavilla tuloilla tai uutta kotia varten otetaan uusi laina, johon edellinen laina yhdistetään.

Jos kumpikin puoliso maksaa lainasta yhteisen sopimuksen perus-

teella erisuuruisen summan, asiasta on hyvä laatia dokumentti. Sen avulla sopimuksen olemassaolon voi tarvittaessa todistaa. Mahdollisesta erotilanteesta kannattaa puhua jo lainaa ottaessa, vaikkei se olekaan mukavaa.

Mitä muuta lainaa ottaessa on hyvä ottaa huomioon?

Lainatarjous kannattaa pyytää useasta pankista. Samalla on hyvä tarkastaa, mitä muita palveluita on saatavilla. Kiinnitä huomiota lainan viitekorkoon, marginaaliin ja hoitokuluihin. Varmista, että laina on oikeankokoinen ja kuukausittain maksettava summa sopiva. Rahaa pitää jäädä riittävästi muuhunkin elämiseen.

Ota asuntoa etsiessäsi huomioon, että lainan saaminen ei ole itsestään selvyyttä. Jos säästöjä tai varallisuutta ei ole tarpeeksi, lainan saaminen voi olla mahdotonta. •

TWININGS
OF LONDON
300 YEARS
BLENDED INTO ONE MOMENT
SINCE 1706



Jaa oma Twinings-hetkesi ja voit voittaa

Jaa kanssamme oma Twinings-hetkesi ja osallistu kilpailuun, jossa arvomme viikoittain ihastuttavia tee-astioita sekä uutuus tee-makuja. Ota kuva Twinings-hetkestäsi, lataa se Instagramiin ja julkaise se tunneilla **#twiningsmoment** ja **@twiningsuomi**

Lisätietoja sekä kilpailuehdot- ja säännöt osoitteessa twinings.fi

Voisitko toistaa?

Jos kuuleminen on jatkuvaa pinnistelyä, on aika hakea apua. Nelikymppinen Sanna sai kuulo-kojeen avulla takaisin työvireensä, veden solinan ja lintujen laulun.

J ohtavassa asemassa työskentelevä **Sanna** havahtui noin kymmenen vuotta sitten siihen, että hän joutui yhä useammin tarkistamaan ihmisten nimiä puhelimessa.

”Muutimme samoihin aikoihin uuteen asuntoon. Huomasin, että minun oli hankala saada selvää siitä, mitä muu perhe huuteli toisista huoneista. Telkkari ja radio piti säätää kovemmalle, kuiskaukset kuulin vain vaivoin.”

Aluksi Sanna kuvitteli kuulevansa melussa paremmin, mutta pian melu alkoi häiritä häntä yhä enemmän. Esimerkiksi firman juhlissa oli raskasta jutella toisten kanssa. Lopulta konserttimusiikkikin muuttui meluksi ja aiheutti fyysisesti huonon olon. Teatterissa näyttämöltä tuleva puhe tuntui katoavan ilmaan.

Sanna tutkitutti kuulonsa ensimmäisen kerran 1990-luvun lopussa, koska hänen suvussa on huonokuuloisuutta. Jo silloin hänellä havaittiin selkeä kuulonalenema toisessa korvassa. Tilannetta jäätettiin kuitenkin seuraamaan, koska toisen korvan kuulo oli normaali.

”Päädyin lopulta korvalääkärille vasta, kun perheeni alkoi väsyä siihen, että kyselin koko ajan ’mitä’. Samalla olin itsekkin entistä väsyneempi, koska jouduin jatkuvasti ponnistelemaan kuullakseni.”

Sannalle tehtiin pari kertaa kuulo-seula, ja hän sai lähetteen tarkempiin tutkimuksiin. Niissä suljettiin kasvaimen mahdollisuus.

Sanna suosittelee jokaiselle kuulo-ongelman kanssa sinnittelevälle käyntiä korvalääkärillä. Hänelle itselleen oman kuulovammaisuuden myöntäminen oli vaikeinta.


Ikä tuo ongelmia

”Jo 50 ikävuoden jälkeen kuulo-ongelmia alkaa ilmetä yhä enemmän”, sanoo Kuuloliiton erityisasiantuntija **Anniina Lavikainen**.

”Jos kuulonalenemaa ei tunnisteta ajoissa, se voi vaikuttaa paljon työssä jaksamiseen. Kun ongelma tunnustetaan, kuulo-ongelmainen voi hankkia apua ja selviytyä työelämässä.”

Iän tuoma huonokuuloisuus on monien ongelma: jopa joka toinen 75-vuotias suomalainen tarvitsisi kuulokojeen.





**”Olin entistä väsyneempi,
koska jouduin jatkuvasti
ponnistelemaan
kuullakseni.”**

Hienorakenteinen aisti

Kuuloaistiin kuuluvat kaikki korvan rakenteen osat, kuulohermo ja ohimolohkon aivokuori, jossa ääni lopullisesti aistitaan.

Ääniaalto liikuttaa tärykalvoa, josta ääni siirtyy kuuloluiden vahvistamana pienemmälle kalvolle välikorvan ja sisäkorvan rajalle. Pienemmän kalvon värähtely synnyttää paineaaltoja, jotka liikuttavat sisäkorvan aistinsoluja niin, että syntyy biosähköinen ilmiö.

Kuulohermo kuljettaa biosähköisen informaation ohimolohkoon aivokuorelle, jolloin aistimme kuulemamme.

”Hyvin tärkeä osa kuuloamme on suuntakuulo eli kykymme aistia, mistä ääni tulee. Ääni saavuttaa korvat vähän eri aikaan, ja aistimme tämän suuntakuulona. Jos ihminen menettää toisen korvan kuulon, hän kadottaa suuntakuulonkin”, korvalääkäri **Matti Soirinsuo** kertoo.



” Kuulon-
alenemaa
ei voi hoitaa
pillereillä.

Kuulosi voi olla heikentynyt, jos...

- puheen kuuleminen vaatii jatkuvasti keskittymistä ja pinnistelyä
- väsyttävää kuulemista liittyvistä ponnisteluista, ja illat hupenevat työpäivästä toipumiseen
- kuulet asioita väärin, ja joudut selvittämään sekaannuksia
- melu puurouttaa äänet tunnistamatomiksi ja saa sinut voimaan pahoin
- välttelet tilaisuuksia, joissa joudut keskustelemaan.

●●●

”Läheskään puolet 75 vuotta täytäneistä ei käytä kuulokojetta, vaikka heillä olisi siihen oikeus. Kaikki kuulokojeen hankkineistakaan eivät halua turvautua siihen. Kieltäytyvät kertovat kuulevansa kaiken sen, mikä heille on tarpeen”, kertoo korv-lääkäri **Matti Soirinsuo** Diacorista.

Iän lisäksi kuulovikoja aiheuttavat myös tulehduksellisten tautien jälkitilat, melu ja perintötekijät.

Soirinsuon mukaan on enemmän tarua kuin totta, että esimerkiksi musiikin kuuntelu nappikuulokkeilla heikentäisi kuuloa.

”Nykyisin kuulo on suojattu hyvin, sillä meluhaittoihin on kiinnitetty paljon huomiota. Kuuloa suojellaan työpaikoilla, ja tilaisuuksissa on desibelirajat. Kuulokeista aiheutuu hyvin vähän kuulovaurioita.”

Kuuloliitto muistuttaa kuitenkin, ettei kuulokekuuntelu ole täysin riskitöntä. Esimerkiksi joka viidennellä armeijan aloittavalla nuorella todetaan tutkimuksissa kuulonalenema, johon vapaa-ajan melu on todennäköisesti syynä.

Kuuloa kannattaa suojella kiinnittämällä huomiota meluallistukseen, sillä kuulonalenemaa ei voi korjata pillereillä, eikä kuuloa voi etukäteen ennaltaehkäisevästi harjoittaa.

Välineet avuksi

Ongelmien toteamisessa kuuloa mittaava kuulotutkimus on tärkein tutkimusmenetelmä. Matti Soirinsuon

mielestä tulisi mahdollisuuksien mukaan tehdä sekä äänikynnys- että puhemittaus. Työikäiset pääsevät tutkimusten alkuun työterveyshuollon, nuoret opiskelijaterveydenhuollon ja eläkeläiset perusterveydenhuollon avulla.

Kuulovammoja hoidetaan kirurgisesti määriteltynä kahdella eri menetelmällä: kuulokojeilla ja kirurgisilla toimenpiteillä.

”Kuulokojeella hoidettavia on moninkertaisesti enemmän kuin kirurgisesti hoidettavia. Kuuloparannusleikkauksia tehdään itse asiassa aika vähän”, Soirinsuo sanoo.

Apuvälineistä yleisin, kuulokoke, ei palauta kuuloa ennalleen, mutta auttaa käyttäjänsä kuulemaan paremmin vahvistamalla tämän omaa puhetta ja ympäristön ääniä.

”Välillä iäkkäämmät epäilevät, että koke heikentää kuuloa, mutta tämä ei ole totta. Koska kuulokoke vahvistaa kaikkia ääniä, kestää aikansa, ennen kuin aivot oppivat kokeen kautta tulevaan maailmaan ja osaavat kohdistaa

äännet oikeaan puhujaan”, Anniina Lavikainen kertoo.

Nykyiset kuulokojeet ovat minitietokoneita, joita tulee säätää ja huoltaa säännöllisesti. Lisäksi ne tulisi vaihtaa uuteen noin viiden vuoden välein.

Lavikainen on huolissaan kuulonhuollon tulevaisuudesta, sillä suuret ikäluokat ikääntyvät nyt vauhdilla kuulokojeiden tarvitsijoiksi.

”Kuulon kuntoutuksessa on liian vähän henkilökuntaa, ja audionomeja eli kuulontutkijoita tulisikin kouluttaa kiireesti lisää. On myös pohdittava, voisiko osan ikääntyneiden kuulokojesovituksista tehdä perusterveydenhuollossa, sillä ihmisten pitäisi saada apua mahdollisimman läheltä. Muistiongelmat on jo tunnistettu, nyt olisi kuulo-ongelmien vuoro.”

Iso helpotus

Miten elämä muuttuu, kun kuulo-ongelmiin saa apua? Sannalla on nyt toisen korvan korvakäytävässä kuulokoje, joka on toiminut erinomaisesti kolme vuotta.

”Käytän laitetta joka päivä. Voin ohjelmoida koneeni sen mukaan, mitä kuuloaluetta pitää vahvistaa.”

Sanna kokee saaneensa kuulokojeen ansiosta uuden elämän.

”Tuntui siltä, kuin korvani olisi avautunut. Veden lorinakin kuulosti erilaiselta kuin moneen vuoteen. Kuulin myös lintujen laulun paremmin. Käytännön helpotusta tuo se, että kuulen pinnistelemättä esimerkiksi palaverissa, vaikka kojeella ei tietenkään saada korjattua tilannetta täysin normaalkiksi.”

Sanna on tyytyväinen, että hakeutui lopulta lääkäriin eikä jäänyt odottamaan maailmansa hiljenemistä.

Läkkään läheisen kuulo voi olla heikentynyt, jos...

- hän siirtää omien asioidensa hoitoa muille eikä halua käyttää puhelinta
- televisio ja radio pauhaavat todella kovaa
- hän ei kuule enää ovikelloa
- kanssakäyminen väsyttää, ja hän vetäytyy seurasta
- hän eristäytyy, mikä voi johtaa usein masennukseen.

”Modernit kojeet ovat niin pieniä, että niiden käyttö vaatii opettelua. Tämä on helpompaa, mitä nuorempi on.” •

BERRYFECT.

RIPAUS HYVÄÄ JOKAISEEN PÄIVÄÄSI!



- 100% MARJAA • EI LISÄAINEITA • EI LISÄTTYÄ SOKERIA • LUONTAISESTI GLUTEENITON
- YHTEEN PAKKAUKSEEN ON KÄYTETTY 3,5 LITRAA MARJOJA!



KUITUA

VITAMIINEJA

FLAVONOIDEJA

OMEGA 3 JA 6
-RASVAHAPPOJA



PUUROON
JUGURTTIIN
SMOOTHIEEN
LEIVONTAAN

Löydät tuotteet Prismoista
ja S-marketeista
terveystuote-
hyllystä

Helmikuun edut

Asiakasomistajan S-Edut s. 72-76 | uutiset s. 77

TEATTERI

S-Etu
3 €



Kuriton Amadeus Seinäjoella

- **S-Etukortilla Amadeus-näytelmän liput 21 e (norm. 24 e) la 21.2. klo 18, to 12.3. klo 14 ja la 28.3. klo 18 Seinäjoen kaupunginteatterissa. Ei Bonusta.**

Amadeus yhdistää rohkeasti draamaa, trilleriä, erotiikkaa ja irtausta. Kuriton Wolfgang Amadeus Mozart liikkuu Wienin hovin pukuloiston ja puuteroitujen peruukkien maailmassa kuin kotonaan hurjastellen naisten kanssa röyhkeästi. Katkeroitava italialainen säveltäjä Antonio Salieri seuraa nuorta neroa sivusta. Kateellinen Salieri alkaa punoa juonta, joka lopulta tuhoaa molempien elämän.

Seinäjoen kaupunginteatteri, Alvar Aallon katu 12, Seinäjoki.
Liput: www.netticket.fi, lippumyymälä 06 416 2600. Teatterin lipunmyynti on avoinna ma-la klo 12-17.
Esityspäivinä esityksen alkuun saakka.
Lisätiedot: www.seinajoenkaupunginteatteri.fi

S-Etu
3 €

Kuopion kaupunginteatteri esittää

- **S-Etukortilla I Hired a Contract Killer -näytelmän liput alk. 26,50 e (norm. 29,50 e) la 7.2. klo 19.15 Maria-näyttämöllä. Ei Bonusta.**

Aki Kaurismäen kulttielokuva siirtyy teatterinäyttämölle. Viulisti Henri Boulanger saa potkut työstään. Kun edes itsemurha ei onnistu, hän tilaa itselleen palkkamurhaajan. Mitä tapahtuu, kun kuvaan astuu rakkaus, joka muuttaa kaiken?

- **S-Etukortilla The Sound of Music -näytelmän liput alk. 41,50 e (norm. 44,50 e) pe 20.2. klo 19 Minna-näyttämöllä. Ei Bonusta.**

Lämminhenkinen musikaaliklassikko, jossa nunnakokelas Maria lähetetään kaitsemaan von Trappin perheen lapsia. Helläsydäminen Maria ei voi katsoa sivusta isän ankaraa suhtautumista lapsiinsa, vaan hän ryhtyy koko lapsikatraan puolestapuhjaksi. Lopulta Maria valloittaa olemuksellaan myös kapteeni von Trappin sydämen. Näytelmän kesto 2 t 45 min.

- **S-Etukortilla Lokki-näytelmän liput alk. 26,50 e (norm. 29,50 e) ke 25.2. klo 19 Minna-näyttämöllä. Ei Bonusta.**

Anton Tšehovin lumoavan klassikon henkilöt rakastavat, kaipaavat, pettyvät ja vihaavat. He etsivät paikkaansa ja elämän tarkoitusta sekä vastausta kysymyksiin: kuka minä olen,



ANTTI KARPPIENEN/ALIAS STUDIO

Reeta Vestman.

mitä minä olen, miksi minä olen? Näytelmän kesto 2 t 30 min.

Kuopion kaupunginteatteri, Niiralankatu 2, Kuopio.
Liput: Kuopion kaupunginteatteri, Niiralankatu 2, 0600 9 6100 (1,98 e/min+pvm), www.lippu.fi.
Hinnat sisältävät teatterin lipunmyynnin palvelumaksun 1,50 e/lippu, palvelumaksut vaihtelevat ostopaikan mukaisesti.
Lisätiedot: www.kuopionkaupunginteatteri.fi

S-Etu
3 €

Varkauden Teatterissa draamaa ja komediaa

- **S-Etukortilla Mistä rakkaus alkaa? -musikaalin liput 30 e (norm. 33 e) la 7.2. klo 13. Ei Bonusta.**

Romanttinen kotimainen musiikki-komedia työttömästä Martista, joka perii yllättäen asunnon rähjäisestä puutalosta. Martin elämään astuu sekalainen laumatalon asukkaita. Orastava rakkaus saa rinnalleen myös rahan himoa. Paul Ankan ihana musiikki rytmittää näytelmän tapahtumia.

- **S-Etukortilla Raja-näytelmän liput 19 e (norm. 22 e) la 7.2. klo 18. Ei Bonusta.**

Riikka Pulkisen kiitetystä esikoisromaanista

dramatisoitu koskettava tarina rinnakkain kulkevista ihmisistä.

- **S-Etukortilla Siivoton juttu -esityksen liput 19 e (norm. 22 e) la 21.2. klo 18. Ei Bonusta.**

Matka Pelastusarmeijan leipäjonosta Mersun takapenkille on pitkä, mutta kaverukset Rane ja Kokki päättävät yrittää. Tästä alkaa hulvaton matka siivousalan kiehtovassa maailmassa, jossa hiekkä ei säästellä eikä vesivahingoilta välttyä.

Varkauden Teatteri, Laivalinnankatu 29, Varkaus.
Liput: 044 364 8830, www.varkaudenteatteri.fi, www.lippupalvelu.fi
Lisätiedot: www.varkaudenteatteri.fi



TEATTERI

S-Etu
4/5 €



ARI SUOMALAINEN

Suurisydäminen musiikinäytelmä Valkeakoskella

- S-Etukortilla Niin kuin taivaassa -musiikinäytelmän liput 27/25/20 e (norm. 32/30/24 e) to 5.2., 12.2., 19.2., 5.3., ke 11.3. ja to 12.3., 19.3., 26.3., 9.4., 16.4., 23.4. klo 19 Valkeakosken kaupunginteatterissa. Max. 2 lippua/ S-Etukortti. Ei Bonusta.

Niin kuin taivaassa on suurisydäminen tarina kuorolaulun voimasta, rakkaudesta, peloista ja ennakkoluuloista. Näytelmä perustuu Kay Pollakin elokuvaan *Så som i Himmelen*, joka oli Oscar-ehdokkaana parhaasta ulkomaisesta elokuvasta vuonna 2005.

Valkeakosken kaupunginteatteri, Valkeakoskenkatu 17, Valkeakoski.
Liput: 040 335 7027, ma, ke, pe klo 12-15 ja ti, to klo 12-17, Lippupiste 0600 900 900 (1,98 e/min+pvm) ma-su klo 7-22, Lippupiste lisää hintoihin omat palvelumaksunsa. Ei nettimyynissä.
Lisätiedot: www.valkeakoskenteatteri.fi

S-Etu
2/8 €



Tampereen Työväen Teatteri esittää

- S-Etukortilla Valokuvavargaat-näytelmän liput 20 e (norm. 28 e) la 28.2. klo 13. Ei Bonusta.

Pohjalainen kansankynttilä-äiti suosii siivoo tyttärtään samalla tarmokkuudella kuin sättii tämän boheemia siskoa. Perheen miehistä ja kipeästä menneisyydestä vaietaan piilottamalla vanhat valokuvat. Koskettava tarina perustuu Orvokki Aution menestysromaaniiin.

- S-Etukortilla Pekka Töpöhäntä -musiikinäytelmän liput 18 e (norm. 20 e). Max. 4 lippua/ S-Etukortti. Ei Bonusta.

Vauhdikkaan musiikinäytelmän muotoon puetussa tarinassa seikkailee yli kymmenen näyttelijää sekä DJMau55.

Tampereen Työväen Teatteri, Eino Salmelaisen näyttämö, Hämeenpuisto 28, Tampere.
Liput: Suuren näyttämön vieressä olevasta lippumyymälästä ma-pe klo 12-19, la klo 11-19, 03 217 8222.
Lisätiedot: www.ttt-teatteri.fi

MUSIIKKI

S-Etu
2 €



Pietarilainen Glinkan poikakuoro konsertoi Suomessa

- S-Etukortilla Glinkan poikakuoron konserttiliput 23 e (norm. 25 e). Ei Bonusta.

Suomeen saapuvassa kokoonpanossa on 32, iältään 9-18-vuotiasta laulajaa. Kuoron ohjelmisto sisältää kirkollista musiikkia ja venäläisiä kansanlauluja. Ympäri Eurooppaa kiertänyt, todella kovatasoinen *Glinkan poikakuoro* konsertoi seuraavilla paikkakunnilla:

- Oulu, Tuomiokirkko to 12.2. klo 19
- Rovaniemi, Kulttuuritalo Korundi pe 13.2. klo 18
- Kuusamo, Kuusamotalo la 14.2. klo 18
- Kajaani, Kaukametsän sali su 15.2. klo 18
- Tampere, Tampere-talo Pieni sali ti 17.2. klo 19
- Turku, Betel-kirkko ke 18.2. klo 18
- Lahti, Ristinkirkko, to 19.2.
- Helsinki, Kallion kirkko pe 20.2. klo 18.

Lisätiedot: www.venajaseura.com

MUSIIKKI

Guardia Nuevan suuri viihde-konsertti

- S-Etukortilla Guardia Nuevan viihdekonsertin liput 25 e (norm. 28 e) la 21.2. klo 15 ja 19 Snellman-salissa. Ei Bonusta.

Olavi Virran syntymästä tulee helmikuussa kuluneeksi 100 vuotta. *Guardia Nueva* juhlistaa merkkipaalia tuomalla viihdekonserteissa esiin Virran merkittävää tuotantoa.

Snellman-sali, Vingenkatu 18, Kokkola.
Liput: lipputomisto.fi
Lisätiedot: guardianueva.net



S-Etu
3 €

Koe idyllinen litti musiikkijuhlilla

- S-Etukortilla litiin musiikkijuhlien liput 17-32 e (norm. 20-35 e). Ei Bonusta.

litiin musiikkijuhlat 10.-13.6. on kamarimusiikkitapahtuma juhannuksen kynnyksellä. Tapahtumapaikkoina ovat litiin kirkko ja kirkonkylän kylätalo, litiin Golfi vanha puimala sekä Verlan tehdasmuseo Kouvola. Musiikkijuhlaidean äiti ja juhlien taiteellinen johtaja on pianisti Laura Mikkola.

litiin musiikkijuhlat, litiin ja Kouvola.

Liput: ennakkomyynti 2.3. alkaen www.tiketti.fi, 0600 11616 (1,78/min+pvm) klo 9-21. Ryhmälipputilaukset ma 16.2. alkaen puhelimitse tai info@tiketti.fi. Hintoihin lisätään Tiketin palvelumaksu 2-2,50 e.
Lisätiedot ja tapahtuman ohjelma: www.iittifestival.fi, info@iittifestival.fi, 0400 465 222.



S-Etu
3 €

KUUKAUDEN ELOKUVA

S-Etu
15 %



Kuukauden elokuva Wild - Villi vaellus

- S-Etukortilla Kuukauden elokuvan liput 6,40-11,50 e (norm. 7,50-13,50 e) 1.-28.2. Finnkinon teattereiden lippukassoilta. Max. 4 lippua/S-Etu-kortti. Etua ei voi yhdistää muihin kampanjoihin. Ei Bonusta.

Jean-Marc Valléen ohjaama kasvutarina perustuu menestyskirjaan ja kirjailija Cheryl Strayed'in omakohtaisiin kokemuksiin siitä, kun hän päättää kävellä Meksikon rajalta Kanadan rajalle ulottuvaa *Pacific Crest Trail* -vaellusreittiä 100 päivän ajan. Pääosassa Reese Witherspoon. Elokvateattereissa 30.1.

Lisätiedot: www.finnkino.fi

MUSIIKKI

S-Etu
7 €



Orquesta Buena Vista Social Club.

Pori Jazzilla juhluvuosi

- S-Etukortilla 31.3. mennessä ostetut Pori Jazz -pääkonserttien (to-la 16.-18.7.) liput toimituskuluineen alk. 66,50 e (norm. 73,50 e) Ei Bonusta.

Pori Jazz järjestetään ensi kesänä jo 50. kertaa. Festivaaleilla kuullaan muun muassa kuubalaisrytmejä, kun *Orquesta Buena Vista Social Club* esiintyy Kirjurinluodon konserttipuistossa.

Kirjurinluodon konserttipuisto, Pori.
Liput: www.porijazz.fi/liput, 0105 22 32 00.
Lisätiedot: www.porijazz.fi

MATKALLE

S-Etu
1/4 €

Vuorokauden risteily Turusta

- S-Etukortilla Viking Linen Turku-Tukholma vuorokauden risteilyn aamulähdöt alk. 11 e/C4-hytti (norm. 12 e/C4-hytti) ja iltalähdöt alk. 40 e/I4-hytti (norm. 44 e/I4-hytti) 31.3. saakka. Bonusta matkan hinnasta.

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



Lisätiedot ja varaukset: www.vikingline.fi/s-kortti tai Viking Linen myyntipalvelu, 0600 415 77 (1,75 e/vastattu puh.+pvm/mpm), booking@vikingline.com. Tuotetunnus FSBONF.

MATKALLE



Eckerö Linen kylpylämatka Pärnuun

- S-Etukortilla asiakasomistajille räätälöity Eckerö Linen kylpylämatka Pärnuun alk. 65 e/hlö 23.1.-31.3. su-lähdöillä. Bonusta matkan hinnasta ja laivaostoista.

Hinta sis. edestakaiset laivamatkat m/s Finlandialla, 1 yön majoituksen 2 hh:ssa *Hotel Tervis Spassa*, hotelliaamiaisen, buffettillaisen sekä 2 erilaista rentouttavaa hoitoa yöpymistä kohden seuraavasta valikoimasta:

- jännitystä laukaiseva klassinen hieronta 23 min
- mainio yrtyi-helmikylpy
- jäntevöittävä suihku
- parafiininaamio käsille
- lihaksia rentouttava vedenalainen suihku-hieronta
- parafiini-osokeriittihoito
- energiaa antava ryhmäharjoitus, vesivoimistelu tai lääkintävoimistelu salissa, kierto-harjoittelu kuntosalissa
- lihaksia ma-pe lääkärikäynti yhden rentouttavan hoidon sijaan.

Lisäksi käytössä spa- ja saunakeskuksen viettelykset klo 6.30-17 sekä osallistuminen aamuvoimisteluun. Ei sisällä kuljetusta Tallinnasta Pärnuun, noin kahden tunnin matkan voi kulkea esimerkiksi omalla autolla.

Lisätiedot ja varaukset: 0600 0 4300 (1,75 e/puh.+pvm/mpm).



S-Etu
13 €

Kuntouttava tai hemmotteleva kylpylämatka Viroon

- S-Etukortilla Pohjolan Matkan kylpylämatkoilla Tallinn Viimsi Spa:ssa kuohuviini (1 pullo/huone) veloituksetta (norm. 13 e) su 15.2., 22.2., 1.3., 8.3., 15.3., 22.3. ja 29.3. lähdöillä. Bonusta matkan hinnasta.

Valittavana kuntouttava tai hemmotteleva kylpylämatka Tallinnaan (5 päivää) alk. 225 e/hlö Helsingistä sis. laivamatkat Hki-Tal-Tal-Tal-Tal-Tal, bussikuljetukset Tallinna-Viimsi-Tallinna, majoituksen jaetussa 2 hh:ssa, puolihoitoruokailut alkaen toisena matkapäivänä päivällisellä ja päättyen lähtöpäivänä aamiaiseen (päivittäisinä ruokailuina aamiaisen ja päivällinen), saunakeskuksen, allasosaston sekä kuntosalin käytön aukioloaikoina, kylpytakin käytön, aamujumpan, saunakävelyn ja kylpylähoitoja (kuntouttavalla lomalla yhteensä 3 hoitoa ja hemmottelevalla lomalla yhteensä 4 hoitoa). Liityntäkuljetukset lisämaksusta kymmeniltä paikkakunnilta Helsingin satamaan.

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

MATKALLE

S-Etu
4 €



Musiikkia matkalaukussa -perheristeily

- S-Etukortilla Pohjolan Matkan Musiikkia matkalaukussa -perheristeilyllä Viking Linen laivalla juomakuponki (kuohuviini tai Ville Viking -juoma) veloitusetta (norm. 4 e). Bonusta matkan hinnasta.

Musiikkia matkalaukussa -perheristeily 3.-5.3. alk. 41 e/hlö C4-hytissä alkaen Helsingistä sis. risteilyn valitussa hytti-luokassa, musiikkiteatteriesityksen laivalla, varjoteatterityöpajan laivalla sekä oman Pohjolan Matkan bussin mukana maissa. Liityntäkuljetukset lisämaksusta kymmeniltä paikkakunnilta Helsingin satamaan.

Lisätiedot ja varaukset:

www.pohjolanmatka.fi/perhematkat tai Pohjolan Matkan matkatoimistoista, 0201 303 303 (puh. hinnat kiinteästä verkosta 8,35 snt/puhelu+7,02 snt/min, matkapuhelimesta 8,35 snt/puhelu+17,17 snt/min). Palvelumaksu 12 e/varaus, internet-varaukset palvelumaksutta. Oikeudet muutoksiin pidätetään.



S-Etu
1/5 €

Koe koko kaupunki Helsinki Cardilla

- S-Etukortilla seuraavat edut Helsinki Cardeista: 24 h -kortti 39 e (norm. 44 e), 48 h -kortti 49 e (norm. 54 e), 72 h -kortti 59 e (norm. 64 e) ja 1 e:n etu lasten (7-16 v.) Helsinki Cardeista (norm. 22-32 e). Etu on talouskohtainen. Ei Bonusta.

Helsinki Cardilla matkustaa rajoituksetta Helsingin sisäisessä liikenteessä, saa ilmaisen kaupunkikiertoajelun ja pääsee maksutta kaupungin tärkeimpiin nähtävyyksiin sekä museoihin.

Kortit: Helsinki Expert Shop Rautatieasema, Kaivokatu 1, Helsinki tai Matkailuneuvonta, Pohjoisesplanadi 19, Helsinki. Lisätiedot: www.helsinkicard.fi

S-Etu
4 €



STOCKHOLMSMÄSSAN/JOACHIM BELAIEFF

Pohjoismaiset puutarhamessut Tukholmassa

- S-Etukortilla Pohjolan Matkan Tukholman-puutarhamessumatalla Viking Linen laivalla juomakuponki (kuohuviini tai Ville Viking -juoma) veloitusetta (norm. 4 e). Bonusta matkan hinnasta.

Pohjoismaiset puutarhamessut -risteily-matka Tukholmaan 28.-30.3. alk. 60 e/hlö C4-hytissä alkaen Helsingistä sis. laivamatkat valitussa hytti-luokassa, messulipun Nordiska Trädgårdar -messuille, kuljetukset perillä Pohjolan Matkan omalla bussilla sekä suomenkielisen oppaan palvelut maissa. Liityntäkuljetukset lisämaksusta kymmeniltä paikkakunnilta Helsingin satamaan.

Lisätiedot ja varaukset:

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

HOTELLIIN



S-Etu
4,50 €

Koli Ski & Spa Break -viikonloppu

- S-Etukortilla majoitus 62 e/hlö/vrk/2hh:ssa (norm. 66,50 e) 6.-8.2. Break Sokos Hotel Koliilla.

Hinta sis. majoituksen ja aamiaisen.

Koli Ski & Spa Break -S-Etukortti-viikonloppu on täynnä menoa ja meininkiä rinteillä sekä hotellilla. Mutkittele rinteissä, pulahda Koli Relax Spahan ja nautiskele ravintoloiden herkuista vaikka koko viikonlopun.

Kolin rinteet ja Break Sokos Hotel Koli, Ylä-Kolintie 39, Koli.

Lisätiedot ja varaukset: 020 123 4662, sales.koli@sokoshotels.fi, www.sokoshotels.fi, www.koli.fi

HOTELLIIN

Teatterimatka Savonlinnaan

- S-Etukortilla teatteripaketti alk. 79,50 e/hlö/2hh:ssa (norm. 84 e) 7.3. saakka Original Sokos Hotel Seurahuone Savonlinnassa.

Hinta sis. majoituksen, aamiaisen, asiakas-saunan käytön, Mustalaisleiri muuttaa tai-vaaseen -musikaalilipun sekä keittiömasterin jälkiruoan veloitusetta ruokailijoille hotellin Perlina di Castello -ravintolassa.

Original Sokos Hotel Seurahuone Savonlinna, Kauppatori 4-6, Savonlinna.

Tiedustelut ja varaukset: 015 202 03, sales.suor-savo@sok.fi ma-pe klo 8-16 tai suoraan hotellista 015 20 202. Ryhmävaraustiedustelut myyntipalvelusta.

Lisätiedot: www.sokoshotels.fi

S-Etu
4,50 €



KUNTOILU



S-Etu
29,90/
39,90 €

EasyFitistä kaverille kanssa!

- S-Etukortilla toinen kuntoilu-kuukausi veloitus (norm. 29,90/39,90 e/kk), kun ostaa asiakkuuden EasyFitin verkkokaupasta yhdessä ystävän kanssa ti 3.2. Edun saa näyttämällä S-Etukorttia EasyFit Wellness -avainta noudettaessa.

EasyFit on kotimainen liikuntakeskusketju kaikenikäisille naisille ja miehille. Kaikissa keskuksissa on uudet, turvalliset ja helppokäyttöiset kuntosalilaitteet sekä runsas ryhmäliikuntatarjonta. Asiakkuuden voi valita joko yhteen liikuntakeskukseen (29,90 e/kk) tai kaikkiin Suomen EasyFit-keskuksiin (39,90 e/kk). Aloitusmaksu 29,90 e.

Asiakkuuden ostaminen, toimipisteet ja lisätiedot: www.easyfit.fi



S-Etu
alk.
49 €

LadyLineen ystävän kanssa

- S-Etukortilla toinen kuntoilu-kuukausi veloitus (norm. alk. 49 e/kk), kun aloittaa kuntoilun yhdessä ystävän kanssa ti 3.2. Bonusta myöntävissä LadyLine-hyvinvointikeskuksissa. Edun saa näyttämällä S-Etukorttia asiakaspalvelussa, kun kuntoilusopimus on tehty.

Kotimainen LadyLine on viihtyisä, erityisesti naisten tarpeita varten suunniteltu täyden palvelun hyvinvointikeskusketju. Olipa tavoitteena painonhallinta tai yleiskunnon kohotus, stressin purku tai liikunnan tuoma hyvän olon tunne, meiltä saat haluamasi.

Toimipisteet ja lisätiedot: www.ladyline.fi

MUUT EDUT

S-Etu
10 €

Tahdon, Tahdon! -häämessut Joensuussa

- S-Etukortilla Tahdon, Tahdon! -häämessut veloitus (norm. 10 e) 14.2. klo 10-16 Original Sokos Hotel Kimmelissä. Ei Bonusta.

Häämessuilla mukana monipuolisesti näytteilleasettajia eri puolilta Pohjois-Karjalaa. Tarjolla paljon ideoita ikimuistoisen päivän suunnitteluun.

Original Sokos Hotel Kimmel, Itäranta 1, Joensuu.
Lisätiedot: Joensuun myyntipalvelu, 020 123 4660, sales.joensuu@sokoshotels.fi, www.sokoshotels.fi



Suun terveyttä Oralista

- S-Etukortilla hampaiden tarkastus uusille asiakkaille 39 e (norm. 61/64 e)* 28.2. saakka.

Oralista saa kaikki hampaiden ja suun terveyteen liittyvät palvelut ammattitaitoisesti, luotettavasti ja lempeästi.

Lisätiedot ja ajanvaraus: 010 400 3400 tai osoitteessa www.oral.fi, mainitse aikaa varatessasi helmikuun etu.

*Vähennetään Kela-korvaus voimassaolevan Kela-korvauksen mukaisesti. Norm. 61/64 e ilman Kela-korvausta. Etuhinta ei sisällä palvelumaksua eikä muita toimenpidemaksuja ja koskee vain uusia asiakkaita. Ei koske erikoishammaslääkärintarkastusta/konsultaatiota.

MUUT EDUT

S-Etu
10 %

Yllätä ystävä ihanalla kortilla

- S-Etukortilla Virpi Pekkalan ystävänpäiväkorttipakkaus 10,80 e + toimituskulut (norm. 12 e + toimituskulut) Suomen Punaisen Ristin kaupasta. Ei Bonusta.

Pakkaus sisältää 8 erilaista, persoonallisesti kuvitettua postikorttia.

Tilaukset: www.punaisenristinkauppa.fi, jossa S-Edun saa syöttämällä etukoodin 4MVEV3N5 tilauskuponkiin, 020 701 2211 tai Punaisen Ristin kauppa, Tehtaankatu 1 A, Helsinki. Avoinn ma-pe klo 10-16.



UUTISIA



Master Baristat Katja Karjalainen (vas.), Saku Kari ja Riikka Hakala-Rahko saavat nimikkokahvinsa myyntiin kaikkiin Coffee Houseihin vuoden 2015 aikana.

Coffee House -kahviloihin Master Barista -kisan helmiä

Coffee House järjesti marraskuussa kolmatta kertaa *Master Barista* -kilpailun. Kilpailun tarkoituksena on nostaa kahvi-osaamista ja tarjota asiakkaille yhä parempia kahveja.

Kilpailun voitti Rovaniemen Coffee Housen **Katja Karjalainen** ja hänen nimikkokahvinsa, Hunaja-kaneli Cappuccino.

"Voittokahvissa käytettiin Coffee Housen oman Memento-esspresson lisäksi puhtaita raaka-aineita ja aitoja makuja, jotka sopivat ajan henkeen", ketjupäällikkö **Minna Vainio** kertoo.

Jollas-Säätiön stipendi SAKU ry:lle

Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry, saa S-ryhmän Jollas-Säätiön nuorisorahaston stipendin vuodelta 2014.

"SAKU ry tekee tärkeää työtä edistämään opiskelijoiden työkykyä ja hyvinvointia. Viime aikoina erityisesti kaupan alalla on ollut nähtävissä, ettei osalla työelämään tulevista nuorista ole riittävää fyysistä kuntoa työtehtävien suorittamiseen", kertoo SOK:n työmarkkinajohtaja **Nina Meincke**.

TEKSTI HEIDI HÄNNINEN

Terveisiä osuuskaupasta
Esittelemme tällä palstalla
S-ryhmän osuuskauppoja.
Tällä kertaa vuorossa on
Osuuskauppa Keskimaa.



Omasta kaupasta kaikki kotiinpäin

Osuuskauppa Keskimaa on Keski-Suomen maakunnan suurimpia yrityksiä yli 700 miljoonan euron vuosimyynnillä. Se on myös maakunnan suurin yhteisöveron maksaja. Työnsä tulokset Keskimaa käyttää oman maakunnan hyväksi.

Ensimmäinen keskisuomalainen osuuskauppa avasi ovensa Jyväskylässä sata vuotta sitten. Nykyisin Osuuskauppa Keskimaalla on yli 100 toimipistettä ja 116 800 keskisuomalaista asiakasomistajaa.

Osuuskauppa Keskimaa työllistää pysyvästi noin 2 000 työntekijää. Tämän lisäksi se tarjoaa kesätoita noin 400 nuorelle ja työllistää välillisesti joitakin satoja yhteistyökumppaneita erilaisissa tehtävissä.

Paikallisuus on tärkeä osa Osuuskauppa Keskimaan toimintaperiaatteita, ja se tekeekin yhteistyötä yli sadan keskisuomalaisen tavarantoimittajan kanssa. Paikallisten tuotteiden valikoima kasvaa jatkuvasti, ja tällä hetkellä siihen kuuluu jo 4 200 tuotetta.

"Erityisesti pienten elintarvikeyritysten tuotteiden myynti on kasvanut selvästi muuta myyntiä nopeammin", Osuuskauppa Keski-

maan toimitusjohtaja **Antti Määttä** kertoo.

Suosituimpia tuotteita ovat paikallisten leipomoiden leivät ja leivonnaiset sekä vihannekset.

Paikallisuus näkyy paitsi tuotevalikoimassa myös kaikessa osuuskaupan toiminnassa päätöksenteosta lähtien. Yritys onkin lanseerannut oman, keskimaalaisuutta kuvaavan tunnuslauseen: Omasta kaupasta kaikki kotiinpäin.

"Keskimaan omistavat keskisuomalaiset asiakasomistajat. Muita omistajia ei ole, eikä Keskimaata koskevia päätöksiä tehdä muualla kuin Keski-Suomessa. Osuuskaupan tulos käytetään oman maakunnan hyväksi", Määttä luonnehtii.

Osuuskauppa Keskimaa tukee laajasti alueen liikuntaa, urheilua ja kulttuuria.

"Erityisesti haluamme tukea lasten ja nuorten harrastustoimintaa sekä liikunnan että kulttuurin parissa."

Uskomaton juhluvuoden avaus

Silmälasit -40 %

Sisältää linssit ja kehykset

Optikon
näöntarkastus
0€



SILMÄASEMA
40 VUOTTA

Kulutonta &
korotonta
maksuaikaa jopa*

10 kk



Ajanvaraus silmälääkärille tai
optikolle: 010 190 200 (mpm/pvm)

www.silmaasema.fi

SILMÄASEMA

optikko | silmälääkäri | silmäsairaala

Etu koskee uusia silmälasitilauksia ostaessasi normaalihintaiset kehykset ja linssit eikä siihen voi yhdistää muita alennuksia. Optikon tekemä näöntarkastus kaupan päälle silmälasien ostajalle (norm. 35 €), ei koske piilolinssinäöntarkastusta. Kampanja-aika 1.-28.2.2015.

*Lue lisää rahoitusratkaisusta www.silmaasema.fi tai kysy lisää henkilökunnaltamme.


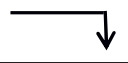












TERVETULOA UUDISTUNEELLE m/s FINLANDIALLE.

Suomalaisella m/s Finlandialla on paljon uutta: uusi ostosmaailma Eckerö Market & Parfymeria, uusi Bar Paja, upea Kokouskeskus & Lounge sekä lyhin kävelymatka laivaan Helsingissä ja Tallinnassa. Lähdöt Helsingistä Tallinnaan kaksi kertaa päivässä: 8.30 ja 15.30.



Vain meiltä
Bonusta matkoista
ja laivaostoksista

RISTIKKO 2

	VOI TAU- LUUN	MIKIL- LESU- KUA	AUTO- MAAT- TI							RAS- VAA		ORA- VA
PÄÄL- LIKKÖ	1								KUL- KEMI- SIIN			
LAA- JOJA									Ω			
LIND- STRÖM									LÄHI- ITÄÄ		2	
-S				MIKA	↓	UJOIN		LIMA- KELMU	KOIVU			
			POSSU KOO- MIKKO				"1. 1."			HEIK- KOUT- TA		MONIS- SA RIL- LEISSÄ
KEL- LUV			3	MATA- LAA ÄÄNTÄ					NUR- METTU- NEITA			
OHUT		VIRTA ASTI- OILLE					AASIAA ERI TA- VALLA				JOIL- LA	
	4			SALLIA KAME- ROISSA					PUL- LOIS- SA			
PÄÄ- KAUP.					↓	LUC- KY						
LÄ- HIM- PÄNÄ OLEVA LAITA		KES- TÄVÄ	RIIPUT- TAMIS- TA	AHKE- ROIVA		5	KA- NA- VASTA TUTTU YÖPUU		SÄLÄÄ RIISI- VIINI			
				PÄÄ- KAUP.				NÄKÖ				6
 	TÄR- KEÄ	PITKÄ JOKI		DETTMANN PÄÄTEPAIKKA					↓	HEVO- SIA	SEL- LISSÄ	
		7				TYSON	SUKU- LAIS- MIEHIÄ	OKSET- TAVA n.		8		
-PARI				HIM- MEIN								
EHKÄ				MAK- SIMI			JAZZ- MIES MATTI					
												
PY- SÄH- DY!				PALO- MÄKI BLOM			LÄN- TUIL- LA					

LAATINUT JYRKI TAKALA

**Ratkaisu
12/2014**
Avainsana:
LIMUSIINI

**Ristikön
12/2014
voittaja:**
Matti Selänniemi
(Vantaa)

	O	L	I	N	T	I	L	I	
	S	I	S	E	M	P	I	O	
	T	E	O	T	A	R	I	N	
	O	T	S	O	I	L	I		
	S	O	I	T	O	T	M		
	S	R	A	K	E	L			
	O	M	A	T	A	U	V		
	P	A	R	E	M	M	U	S	
J	O	U	L	U	P	U	N	L	O
P	A	R	K	A	O	T	S	A	K
K	A	I	T	A	L	E	T	O	V
E	S	T	O	I	L	M	A	R	I
T	L	O	U	E	I	S	T	U	N
S	A	T	A	A	R	A	S	I	A
O	V	E	L	A	S	T	I	K	V
K	A	S	A	T	I	S	E	P	E
K	T	I	I	P	I	E	M	I	L
A	P	I	N	A	T	E	E	T	I

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Vastaa 15.2.2015 mennessä osoitteesta www.yhteishyva.fi/osallistu löytyvällä lomakkeella tai postitse lähettämällä numeroiduista ruuduista muodostuva avainsana osoitteeseen Yhteishyvän toimitus, "Ristikko 2", PL 88, 00002 Helsinki. Liitä mukaan nimesi ja osoitteesi. Oikein vastanneiden kesken arvomme S-ryhmän 40 euron lahjakortin. Arvontaan osallistuvat Yhteishyvän ja HOK-Elannon Yhteishyvän vastaajat.

TEKSTI ENNA KOIVUNEN
KUVA SUVI ELO

MERJA JUUSTI, S-Pankkiiri,
S-Pankki Turku, Turun Osuuskauppa.

Rikastuttavia kohtaamisia

”Pankki oli ensimmäinen pitkäaikainen työpaikkani kauppaopiston jälkeen, ja tekemisen kautta kiinnostuin alasta. Vuosien aikana olen ollut monenlaisissa pankkitekhtävissä. Työskentelin pitkään LähiTapiola Pankissa, kunnes se yhdistyi S-Pankin kanssa viime toukokuussa ja aloitin S-Pankkiirina. Työni on suurelta osin asiakaspalvelua, ja siihen kuuluu lainapapereiden tekoa, asuntokauppoja, sijoitusneuvontaa ja tilinavauksia.

Järjestelmät muuttuvat usein, joten uusia asioita on opeteltava koko ajan. Jokainen asiakastapaaminen on erilainen, mikä tekee työstäni mielenkiintoista. Parhaillaan yhteistyö saman asiakkaan kanssa jatkuu vuosia. Mieltä lämmittää, kun asiakkaat muistavat ja tuntevat. Eräs rouva kokee saavansa minulta vastauksen kaikkeen ja on nimittänyt minua leikillisesti tietokoneekseen.

Olin viime keväänä mukana taloustaitohankkeessa. Sen tarkoituksena on auttaa vaikeissa elämäntilanteissa olevia nuoria. Keskustelimme arjen rahankäytöstä ja kävimme läpi, mitä voi seurata, jos pienikin lasku jää maksamatta. Nuoret oppivat, että pankkiin voi tulla pyytämään neuvoa asiassa kuin asiassa. Samalla näin nuorten todellisen elämäntilanteen. Hanke on mielestäni loistava, sillä se lisää molemminpuolista ymmärrystä ja tuo uutta näkökulmaa omaan työhön.”

SINULLA TÖISSÄ

Palstalla kerrotaan S-ryhmän ja bonusyhteistyökumppaneiden ammattilaisten tarinoita.



yhteishyvä

111. vuosikerta ISSN-L 0044-0396
ISSN 0044-0396 (painettu)
ISSN 2242-2196 (verkkolehti)
Yhteishyvän levikki 1 842 340 (LT 2013)
Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta
PL 1, 00088 S-ryhmä
Puhelin 010 768 011
Telefaksi 010 768 0380

Sähköposti etunimi.sukunimi@sok.fi

Päätoimittaja Kai Ovaskainen

Mediapäällikkö Kristiina Lindh
(vuorotteluvapaalla)

Konseptipäällikkö Tanja Kallio

Konseptipäällikkö/ruoka Sanna Autio

Tuottaja Enna Koivunen

Verkkotuottajat Mari Koski ja Jenni Saarilahti

Asiakasomistajasivut Nina Räisänen

Ilmoitustilamynti Maija Owie

TOIMITUS

Alma 360

Alvar Aallon katu 3, 00100 Helsinki

Postiosoite PL 502, 00101 Helsinki

Puhelin 010 665 102

Telefaksi 010 665 2533

Sähköposti etunimi.sukunimi@alma360.fi

Konseptipäällikkö Kaisa Mikkola

Monimediatuottajat Niina Korhonen,

Päivi Salo ja Tuuli Virta (vanhempainvapaalla)

Toimitussihteeri Heidi Hänninen

Verkkotoimitussihteeri Annette Saksman

AD Mika Soikkeli

Graafikko Pauli Salmi

Kuvatoimittaja Sarri Kukkonen

Kannen kuva Juuso Paloniemi

KIRJAPAINO Hansaprint/YH 2/2015

REPRO Aste Helsinki Oy

Osuustoiminnallinen S-ryhmä on jäsentensä eli kahden miljoonan asiakasomistajan omistama yritys, jonka tehtävänä on tuottaa etuja ja palveluja asiakasomistajille. S-ryhmä koostuu itsenäisistä alueosuuskaupoista ja niiden omistamasta Suomen Osuuskauppojen keskusliitosta (SOK).

Lue lisää osuustoiminnasta: www.s-kanava.fi



Asiakasomistajaposti on pakattu PE-LD-muoviin. Muovi voidaan kierrättää materiaalina tai hyödyntää energiana. Muovin hyötykäyttämismahdollisuuksissa on alueellisia eroja.

Lehdessä mainittujen tuotteiden valikoimat vaihtelevat toimipaikoittain. Tarkista tuotteiden saatavuus omasta myymälästäsi.

LUKIJAKILPAILU



Vastaa ja voita Fiskarsin pannusarja

Helmikuun lukijakilpailuun vastanneiden kesken arvomme Fiskarsin Functional Form -keitto- ja paistoastiasarjan. Sarjaan kuuluu kuusi osaa: paistinpannu 24 cm, paistinpannu 28 cm, paistokasari 26 cm, kattila 5 l, kattila 3 l ja kasari 1,5 l. Arvomme yhden palkinnon.

Mikä tämän lehden jutuista on mielestäsi

- a) miellyttävän
- b) hyödyllisin
- c) turhin?

Näin vastaat

Osallistu kilpailuun osoitteessa www.yhteishyva.fi/osallistu tai postita vastauskortti **15.2.2015 mennessä** osoitteella Yhteishyvän toimitus, Lukijakilpailu 2/2015, PL 99, 00002 Helsinki.

Voittajien nimet julkaistaan numerossa 4/2015.

Jos vastaat postikortilla, kirjoita korttiin jutun sivunumero.

Joulukuun lukijakilpailussa palkintona olleet kolme Lego-tuotepakettia voittivat Anna Reetta Pehkonen (Jyväskylä), Sig-Britt Ena (Ala-Ähtävä) ja Markku Iikkola (Vantaa). Onnittelut voittajille!

Arvontaan osallistuvat Yhteishyvän, HOK-Elannon Yhteishyvän ja Samarbeten vastaajat.

VOIT KERTOA MIELIPITEESI OSOITTEESSA
WWW.YHTEISHYVA.FI/OSALLISTU
LISÄÄMÄLLÄ RASTIN LUKIJAKILPAILUN
JUTULISTAAN.



Miellyttävän juttu joulukuun lehdessä

Joulukuun suosikkijutussa kerrottiin Suomen ensimmäisestä palonaisesta.



S-RYHMÄ: OSUUSKAUPAT

BONUSJÄRJESTELMÄSSÄ MUKANA OLEVAT OSUUSKAUPAN TUNNUS / ALUEOSUUSKAUPPA

2195 **Ok Varuboden-Osla Hlg**, PL 35, 01531 Vantaa, 010 762 6000
 0530 **Etelä-Karjalan Ok**, PL 27, 53101 LAPPEENRANTA, 010 762 0013
 1310 **Etelä-Pohjanmaan Ok**, PL 70, 60101 SEINÄJOKI, 010 764 9200
 0117 **Helsingin Ok Elanto**, PL 53, 00441 HELSINKI, 010 766 0210
 0637 **Jukolan Ok**, Porokylänkatu 18, 75530 NURMES, 010 763 7505
 0816 **Koillismaan Ok**, Huoparintie 1, 93600 KUUSAMO, 010 763 3115
 0823 **Ok Arina**, Nuottasaarentie 1, 90400 OULU, 044 788 5935
 0122 **Ok Hämeenmaa**, PL 41, 15111 LAHTI, 03 813 0304
 0319 **Osuuskauppa Keskimaa**, PL 176, 40101 JYVÄSKYLÄ, 010 767 3070
 1145 **Ok Keula**, PL 130, 26101 RAUMA, 02 833 0220
 1341 **Ok KPO**, PL 516, 67101 KOKKOLA, 020 780 7065
 0622 **Ok Maakunta**, PL 33, 87101 KAJAANI, 010 763 6020
 0617 **Ok PeeÄssä**, PL 77, 70101 KUOPIO, 010 762 8000
 0524 **Ok Suur-Savo**, PL 1, 50101 MIKKELI, 015 206 2024
 0510 **Kymen Seudun Osuuskauppa**, PL 157, 45101 KOUVOLA, 010 762 4020
 1130 **Pirkanmaan Ok**, PL 130, 33101 TAMPERE, 010 767 0011
 0643 **Pohjois-Karjalan Ok**, PL 102, 80101 JOENSUU, 010 762 2003
 1233 **Suur-Seudun Ok SSO**, Prismantie 2, 24800 HALIKKO, 075 3030 1010
 1146 **Satakunnan Ok**, PL 14, 28101 PORI, 029 009 6000
 1240 **Turun Ok**, PL 186, 20101 TURKU, 010 764 4999

OSUUSKAUPAN TUNNUS / PAIKALLISOSUUSKAUPPA

1326 **Lappajärven Ok**, PL 21, 62601 LAPPAJÄRVI, 06 569 0200

MUUT PAIKALLISOSUUSKAUPAT

OSUUSKAUPAN TUNNUS / PAIKALLISOSUUSKAUPPA

1362 **Bergö Ahl**, 66220 BERGÖ, 06 343 0010
 1262 **Brändö Ahl**, 22920 BRÄNDÖ, ÅLAND, 018 561 07
 0513 **Haapasaaren Ok**, Haapasaari, 48100 KOTKA, 05 260 0227
 1269 **Kumlinge Ahl**, 22820 KUMLINGE, 018 55 485
 1372 **Petsmo Hlg**, 66540 PETSMO, 06 346 6204
 1346 **Småbönders Hlg**, 68750 SMÅBÖNDERS, 06 867 6639
 1275 **Sottunga Andelshandel**, 22720 SOTTUNGA, 018 55 127

OSOITTEENMUUTOKSET

Bonusjärjestelmässä mukana olevien osuuskauppojen jäsenet:

Päivitämme S-ryhmän asiakasomistaja- ja asiakasrekisterissä olevat osoitteet väestörekisterikeskuksen väestötietojärjestelmästä. Jos olet tehnyt virallisen muuttoluovutuksen maistraattiin eikä sinulla ole väestötietojärjestelmässä voimassa olevaa osoitteenluovutuskiltoa, osoite päivittyy automaattisesti meille eikä erillistä osoitteenmuutosilmoitusta tarvitse tehdä. Muussa tapauksessa ota yhteys S-ryhmän toimipaikkaan. Voimassaolevan osoitteesi voit tarkastaa Omalta S-Kanavalta www.s-kanava.fi.

Paikallisosuuskaupat, jotka eivät kuulu bonusjärjestelmään: Osoitteenmuutokset on ilmoitettava omaan osuuskauppaan (yhteyshenkilö yllä).

Huomioitava: Yhteishyvän toimitukseen ei voi tehdä osoitteenmuutoksia tai perua asiakasomistajapostia.

Kuukauden lopussa tulevan asiakasomistajapostin osoitepöiminta tehdään jo alkukuusta, joten usein seuraava asiakasomistajaposti tulee vielä vanhaan osoitteeseen.

S-RYHMÄN ASIAKASOMISTAJAPALVELU

010 765 858 (0,0835 €/puhelu + 0,1209 €/minuutti) palvelee kaikissa asiakasomistajapostilain liittyvissä asioissa ma-pe klo 8-20. Palautetta voi lähettää www.s-kanava.fi-sivujen kautta.

Vaatekaapin kevät

Hempeät värit saavat kaveriksi skarppeja ruutuja ja raitoja.



MINNA KURJENLUOMA

Puuhaa synttäreille

Kolme tapaa järjestää synttärit lapsen kavereille.

Syö sopivasti

Lue, miksi keho tarvitsee riittävästi jodia ravinnosta.

Yhteishyvä 3/2015 ilmestyy 25.2.2015 Yhteishyvä Live -palvelussa osoitteessa www.yhteishyva.fi/live. Maaliskuun Yhteishyvä ilmestyy vain sähköisenä versiona.



"POIKANI, JONAIN PÄIVÄNÄ
TÄMÄ KAIKKI ON SINUN."



Osuuskaupan tavoite ei ole tuottaa voittoa. Tehtävämme on tuottaa etuja omistajillemme. Omistajiamme ovat kaikki S-Etukortin haltijat - asiakkaamme.

Omistajan käyntikortti