

Omakoti

KOIRAHIERONTA TASSUKAS

Parempaa liikkuvuutta ja hyvää oloa!

Varaa aika parhaalle kaverille!
vello.fi/koirahieronta-tassukas

Koirahieroja
Satu Hormisto
045 783 88707

Keskuskatu 1,
33960 Pirkkala
Haikka



www.koirahierontatassukas.fi

PIRKANMAA » NUMERO 4/2026 » OMAKOTIASUMISEN ERIKOISLEHTI » 18. vuosikerta » www.omakotilehdet.fi

Remontoi saunatunnelma uudelle tasolle

Omakotitalon putkiremontin
aika koittaa väistämättä

6

Riittämätön korvausilma
on yleinen sisäilmaongelma

18



NERKOON PONTTOONI

PUTKIPONTTOONIT ja LAITURIT

Kysy lisää!

Kuruntie 17, 39820 Kihniö
Puh. 040 419 5818 (soita ennen käyntiä)
info@nerkoonponttooni.fi

» www.nerkoonponttooni.fi

KYLPYHUONE- RAKENTAMISEN HUIPPUOSAAJA

- Suuret laatat lattiaan ja seiniin
- Laattajiraukset
- Upeat valoratkaisut
- Listattomat ratkaisut
- Saunaan käsityölauteet
- Suunnittelupalvelut 3D mallinnuksilla

Kokonais-
valtainen
palvelu ja
24kk
työtakuu!

RA
RAKENNUS
ARELA OY

Ota yhteyttä

Wili-Valtteri Arela 045 801 1448
wiliarela@rakennusarela.fi

www.rakennusarela.fi



- Piha-, kivi- ja puurakentaminen
- Maanrakennus • Pihasuunnittelu
- Puutarhatyöt ja muut ulkotyöt

www.gardenik.fi

Puh. 041 3131 097 • info@gardenik.fi

Tampere | Ylöjärvi | Nokia | Kangasala | Lempäälä | Pirkanmaa

Kyrönlahden Porakaivo^{Oy}

Sekä vesi- että lämpökaivot

ammattitaidolla niin pieniin
kuin suuriinkin kohteisiin

Soita 0400 237 051

**Meiltä myös
porakaivohuollot**



ETSITKÖ LUOTETTAVAA TEKIJÄÄ?

Kaikki timpurin työt perustuksesta
katon harjalle saakka.

KATTOREMONTIT • TERASSIT • SISÄPINNAT
LATTIAT • ULKOVERHOUSREMONTIT • MAALAUKSET
IKKUNA JA OVIASENNUKSET • KALUSTEET



Näsin Timpurit Oy

045 787 607 41

miika.tiittanen@nasintimpurit.fi



**Palveleva
huonekaluliike
Tampereella
vuodesta
1938**



KOTI KALUSTAMO

www.kotikalustamo.fi

Taninkatu 6, 33400 Tampere, Lielähti
Puhelut & tekstiviestit 03 3478 200
kotikalustamo@kotikalustamo.fi
Avoinna MA-PE 10 - 18, LA 10 - 16

Omakoti

www.omakotilehdet.fi

facebook.com/omakotilehti

Ilmestyminen

Nro 1/2026	vko	5
Nro 2/2026	vko	16
Nro 3/2026	vko	23
Nro 4/2026	vko	36
Nro 5/2026	vko	45

Jakelu ja levikki

Jakelulevikki 20 000 kpl

Tampereen Ykkösjakelut Oy,
pientalot Tampereen, Nokian,
Kangasalan, Lempäälän,
Pirkkalan ja Ylöjärven alueilla.

Julkaisija ja kustantaja

Nexus Media Oy
Kuninkaankatu 24 A
33210 Tampere
toimisto@nexme.fi

Päätoimittaja

Petri Kaukonen
p. 0400 770 203
petri.kaukonen@nexme.fi

Toimitus

Mari Pihlajaniemi
p. 045 276 5998
toimitus@nexme.fi

Mediamyynti

Nexus Media Oy toimisto
p. 0400 772 229
toimisto@nexme.fi

Taitto ja

ilmoitusvalmistus

Nexus Media Oy
aineistot@nexme.fi

Paino

Sanomala Oy

Etukannen kuvat

Pääkuva Unsplash

Lehti noudattaa ilmoitusten julkaisusääntöjä. Reklamaatiot on tehtävä 7 vrk:n aikana ilmoituksen julkaisemisesta Nexus Media Oy:lle. Suurin mahdollinen vastuu ilmoituksen julkaisemisesta sattuneesta virheestä tai poisjäämisestä sekä sen aiheuttamista vahingoista on ilmoituksen hinta. Mikäli ilmoitusmateriaali saapuu aineistopäivän jälkeen Nexus Media Oy ei ole velvollinen korvaamaan painovirheitä. Ilmoituksesta lähetetään oikovedos sopimuksen mukaan. Peruutukset viimeistään aineistopäivänä. Jos ilmoitus on ehditty valmistaa ennen peruutusta, veloitetaan siitä 50 % ilmoituksen hinnasta.



Magnific

12 Lämmöntarpeen tarkastelu auttaa säästämään lämmityksessä

Tässä lehdessä

- 3 Pääkirjoitus
- 5 Ajankohtaista
- 6 Omakotitalon putkiremontti
- 12 Kustannustehokasta lämmitystä
- 18 Ilmanvaihdon tehostaminen
- 21 Lakipalsta
- 22 Saunaremontilla uutta tunnelmaa
- 26 Muuttaminen
- 28 Tuholaistorjunta omakotitalossa
- 31 Kolumni: Tuulahduksia Euroopasta
- 32 Harrastus-teema: Uuden harrastuksen pariin
- 34 Ajanviete



Petri Kaukonen
Päätoimittaja

Lämmityskulut hallintaan ennen pakkasia

Omakotitalo on edelleenkin useimpien suomalaisten haaveiden asumismuoto. Kuten kaikki haaveet, omakotitalo-asuminenkin vaatii kuitenkin jonkin verran työtä toteutuakseen – puhumattakaan rahamääristä, joita talon ylläpitoon ja asumiskuluihin saa varata.

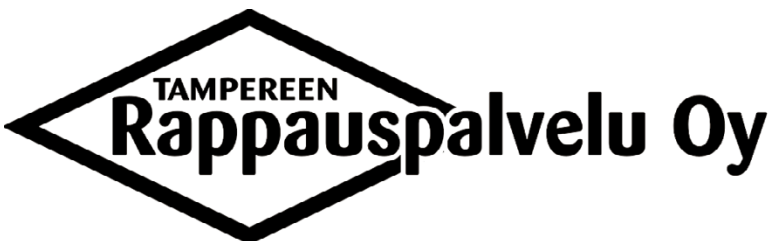
Omakotitaloasukkaiden asumiskulut – lämmitys, vesi, jätehuolto, kiinteistövero ja sähkö – ovat esimerkiksi Omakotiliiton arvioiden mukaan keskimäärin noin 400–600 euroa kuukaudessa. Moniin noista kuluista omakotiasuja ei voi itse vaikuttaa, mutta sähkönkulutuksen hillitsemiseksi on monenlaisia ratkaisuja tarjolla.

Omakotitalon lämmitykseen uppoaa tyypillisesti jopa 60–70 % koko vuoden sähkönkulutuksesta. Lämmityksen sähkönkulutukseen vaikuttavat puolestaan muun muassa talon sisälämpötila, ikä, koko ja eristys, mutta ennen kaikkea lämmitysmuoto: siinä missä esimerkiksi suora sähkölämmitys voi viedä vuodessa 15 000–25 000 kWh, maalämpöpumppu kuluttaa arviolta 4 000–8 000 kWh.

Energiätehokkuus ei ole siis todellakaan pelkkää viherpehua tai trendikästä sanahelinää, vaan sanelee hyvin pitkälle omakotitalon ylläpidon kuluja. Uudiskohteet rakennetaan nykyään neliömääriltään kompakteiksi ja energiatehokkuus mielessä, jolloin kodissa voi elää toiveidensa mukaisesti arkea joutumatta maksamaan siitä itseään kipeäksi. Vanhemman talon asukas taas voi joutua etsimään kulujen hillitsemiseksi muita keinoja.

Lämpimin terveisin,
Petri Kaukonen
päätoimittaja

Rappaus-, maalaus- ja pinnoitustyöt sekä remontit



Vasamajärventie 281, 33450 Siivikkala
p. 040 503 2878, www.rappauspalvelu.fi
seppo.syrja@rappauspalvelu.fi

Valaisimet

varaosat sähkötarvikkeet jo 80 vuotta
varjostimet lasikuupat

Laadukkaat PIHAVALOT meiltä

valaisinkorjaukset
Led-lamput ym.

satojen valaisinten monipuolinen valikoima

Palveluna Valaisinliike vuodesta 1945

TAMPEREEN SÄHKÖ OY

Ojakatu 1, Tampere, p. 03-222 6599
www.tampereensahko.fi
Avoinna ma-pe 10-17, la 10-14

Huoleton rakentamista ja remontointia

Suunnittelupalvelu **Plus** apunasi



Tutustu
palveluun

Kokonaisvaltainen palvelu sinulle, joka haluat tehdä rakentamisesta tai remontoinnista huoleton. Kun projekti etenee harkitun suunnitelman pohjalta ja rinnallasi kulkee kokenut asiantuntija, välttyt turhilta virheiltä ja säästät sekä aikaa että rahaa.

Palvelu mukautuu elämäntilanteeseesi ja hankkeesi laajuuteen, olipa kyseessä yksittäinen tila tai koko kodin uudistus. Suunnittelupalvelu Plussan avulla saat varmuuden siitä, että kaikki ratkaisut tukevat toisiaan ja lopputulos vastaa sekä toiveitasi että arjen tarpeita.



Tämän kuvan tekemiseen on hyödynnetty suunnitteluohjelmaa, jolla myyjämme toteuttavat myös asiakkaidemme 3D-kuvat.

Suunnittelupalvelu Plus -palvelu sisältää

Suunnittelupalvelun

Saat suunnitteluun, ratkaisuihin ja tuotevalintoihin ammattilaisen avun. Autamme valitsemaan budjettiisi sopivat tuotteet ja saat suunnitelmista 3D-kuvat.

Oman yhteyshenkilön

Saat projektillesi oman yhteyshenkilön, joka on apunasi koko projektin keston ajan. Yhteyshenkilösi tuntee hankkeesi ja auttaa sinua eteenpäin aina tarvittaessa.

Sopimushinnat

Avaa Laattapiste-Pukkila Tili ja saat projektillesi sopimushinnat. Sopimushinnat ovat voimassa tämän jälkeen sekä myymälässä että verkkokaupassa.

Teknisen tuen

Saat työmaa-aikaisen teknisen tuen ja opastuksen tuotteiden asennukseen ja käyttöön. Autamme myös asennukseen ja toteutukseen liittyvissä kysymyksissä.



Onnistumisen lähtöpiste.

» LYHYESTI

Tukes testautti Temu-hanoja: riskinä vakava vesivahinko ja veden laadun heikkeneminen

Tukes testautti Suomessa myytävien keittiö-, pesuallas- ja suihkuhanojen soveltuvuutta talousvesikäyttöön. Testissä oli mukana kaikkiaan 12 hanaa, joista kaksi oli tilattu Temusta vertailu- ja tutkimusnäkökulman saamiseksi. Temusta tilatut hanat poikkesivat materiaaleiltaan ja rakenteeltaan merkittävästi yleisesti myydyistä hanatyypeistä.

Suomessa hanojen talousveden kanssa kosketuksissa oleva sisus on tyypillisesti valmistettu joko messingistä tai ruostumattomasta teräksestä. Temusta tilatut tuotteet olivat täysin muovisia. Tämä ei ollut tiedossa, kun Tukes valitsi tuotteita testiin.

Hanat eivät kestäneet normaalia käyttöä

Muoviset hanat osoittautuivat testeissä materiaaleiltaan erittäin heikkolaatuisiksi. Testatut hanat eivät läpäisseet painetestiä. Molemmat hanat rikkoutuivat niin alhaisella paineella, että jo vesijohdoverkoston normaali painevaihtelu voisi käytännössä rikkoa hanan ja aiheuttaa vesivahingon. Toisessa testatuista hanoista kahva irtosi jo standardinmukaisten mekaanisten testien alkuvaiheessa. Se ei olisi kestänyt normaalissa käytössä.

Testattujen hanojen sisäosat eivät leikkautuneet siististi kunnollisen kestävästä muovin tavoin, vaan ne olivat hyvin hauraita ja muovi rapautui pieniksi mustiksi jauhomaisiksi hiukkasiksi. Tukes arvioi, että rapautuva aines voisi käytössä siirtyä suoraan talousveteen.

Hanojen sisäosien päämateriaaleina olivat polyeteeni- ja polypropeenimuovit, joissa käytetään usein lisäaineita. Joidenkin yleisten muovien lisäaineiden käyttöä on rajoitettu EU:n lainsäädännössä, sillä ne ovat terveydelle haitallisia. Tästä syystä EU:n ulkopuolelta tilattuihin tuotteisiin tulee suhtautua juomavesikontaktissa vara-

uksella. On mahdollista, että myös muita tuotannon epäpuhtauksia siirtyy tuotteisiin ja sitä kautta juomaveteen.

Valmistajan vastuulla on osoittaa tuotteiden soveltuvuus käyttöön talousvesikontaktissa, testamalla ettei niistä siirry terveydelle haitallisia aineita veteen tavallisissa käyttöolosuhteissa. Tällä hetkellä talousveden kanssa kontaktissa oleville materiaaleille on voimassa ainoastaan kansallinen lainsäädäntö, mutta vuodenvaihteessa voimaan astuu EU-lainsäädäntö, jossa on tarkemmin rajoitettu, mitä aineita talousvesituotteissa saa käyttää.

Varmista tuotteen soveltuvuus ennen tilaamista

Testaustulosten perusteella Tukes korostaa, että ostopäätöstä tehtäessä on aina varmistuttava EU:n ulkopuolisessa verkkokaupassa myytävien vesikalusteiden soveltuvuudesta talousvesikäyttöön. Lisäksi on huomioitava, että niihin voi liittyä merkittävä vesivahinkoriski.

– Jos ostat rakennustuotteita ulkomaisista verkkokaupoista, varmista, että tuotteet täyttävät Suomessa kyseiseen käyttötarkoitukseen vaaditut tekniset vaatimukset, muistuttaa Tukesin ylitarkastaja **Sirpa Väisänen**.

Kansallisten markkinavalvontaviranomaisten on vaikea panna lainsäädäntö täytäntöön EU:n rajojen ulkopuolella. Siksi EU:n ulkopuolisia eli ns. kolmansien maiden toimijoita ei aina saada markkinavalvonnan keinoin vastuuseen markkinoille saattamistaan vaatimustenvastaisista tuotteista.

EU:n lainsäädäntöön perustuva kuluttajansuoja koskee myös ostoksia EU:n ulkopuolisesta verkkokaupasta, jos tuotteen tarjonta on nimenomaan suunnattu EU:n kuluttajille. Kuluttajien voi kuitenkin olla vaikea puolustaa oikeuksiaan, jos myyjä on sijoittautunut EU:n ul-

kopuolelle. Tukes kehottaa kuluttajia kiinnittämään huomiota tuoteturvallisuuteen erityisesti, kun he tilaavat tuotteita EU:n ulkopuolelta, sillä vastuu mahdollisista ongelmista tuotteessa jää tällöin usein ostajalle.

Digitaalinen kaupankäynti on yksi Suomen kansallisen markkinavalvontastrategian 2026–2029 sekä Tukesin vuoden 2026 valvon-

tasuunnitelman mukaisista painopisteistä. Tämä hanke on osa Tukesin toimia EU:n ulkopuolisten verkkomarkkinapaikkojen valvomiseksi sekä tasapuolisten kilpailuolosuhteiden edistämiseksi digitaalisessa ympäristössä.

Muiden tuotteiden osalta valvontahanke on vielä kesken ja tuloksista tiedotetaan myöhemmin niiden valmistuttua.

Tukes





Teksti: Elina Salmi

Putkiremonttiin kannattaa ryhtyä ajoissa

Mikään ei kestä ikuisesti – eivät myöskään omakotitalon käyttövesi- ja viemäriputket. Remonttiin kannattaa ryhtyä ajoissa eikä odottaa, että jotain menee rikki.

Omakotitalon putkiremonttia ei tarvitse pelätä. Käyttövesiputkien ja viemäreiden uusinta sujuu muutamassa päivässä, asumishaitat ovat melko vähäiset ja kustannukset kohtuulliset.

Miten usein sitten käyttövesiputket pitäisi uusia? Tarkkoja vuosimääriä ei voi antaa, koska putkiston kulumiseen vaikuttavat muun muassa käytetyt materiaalit, käyttötottumukset ja veden laatu. Myös talon iällä ja historialla on merkitystä. Jos asuu vaikkapa 50-luvulla rakennetussa talossa eikä ole tiedossa, että taloon olisi teh-

ty käyttövesiputkiston remonttia, on putkisto varmasti vaihtokunnossa.

– Kun putket ovat käyttöikänsä lopussa eli olleet käytössä noin 30 vuotta, on syytä ruveta tutkimaan niiden kuntoa ja mietittävä, olisiko jo uusimisen paikka, kertoo neuvontainsinööri **Timo Jokela** Peruskorjaamisen ja Rakentamisen Kehittämiskeskus ry PRKK:sta.

– Kaikkiin remonteihin pätee sama totuus: kun uusitaan tai korjataan jokin kohta uutta vastaavaksi, se pitää uusia ennen kuin mikään menee rikki. Siten pääsee pääsääntöisesti myös

halvemmalla.

Muistutuksena voi todeta, että jo syntyneiden vaurioiden korjaaminen on tutkitusti kolmanneksen kalliimpaa kuin ajoissa tehtyjen, kulumisen ja johtuvien remonttien.

Useimmiten pientalossa uusimisen tarve on käyttövesiputkistossa. Putkiston kulumiseen vaikuttavat muun muassa käytetyt materiaalit, käyttötottumukset ja veden laatu. Toisinaan käyttövesiputket uusitaan samassa yhteydessä, kun kylpyhuonetta halutaan päivittää.

Viemäreissä on jo pitkään käytet-

ty muoviputkea, joka kestää käyttöä hyvinkin pitkään. Jos talon viemärit ovat kymmeniä vuosia vanhaa valurautaputkea, ne ruostuvat sisäpuolelta ajan saatossa ja alkavat vanheta halkeilla.

Ota oma valvoja mukaan projektiin jo tarjouskierroksella

Oman putkiston kunnostustarpeen selvittäminen on varminta jättää asiantuntijalle. Samaista asiantuntijaa voi käyttää tulevan remontin val-

Magnific



Putkiston kulumiseen vaikuttavat muun muassa käytetyt materiaalit, käyttötottumukset ja veden laatu.

vojana, jos siihen kuntotutkimuksen pohjalta päätyy.

– Aluksi kannattaa pyytää kolmesta viiteen tarjousta, jotka sitten käy oman valvojansa kanssa läpi. Luotettava ammattilainen osaa auttaa omistajaa siinä, mihin seikkoihin tarjouksissa pitää kiinnittää huomiota. Hinnan lisäksi kannattaa vertailla eri putkiliikkeiden ehdotuksia siitä, miten putket olisi hyvä reitittää ja poimia niistä fiksuimmat vaihtoehdot, toteaa Jokela.

Usein paikalliseen, vakiintu-

neeseen ja pitkään toimineeseen alan yritykseen voi luottaa, sillä he eivät halua pilata mainettaan alueella. Sen sijaan ovelta ovelle kiertelevien kaupustelijoiden tarjouksiin ei parane sortua, sillä he myyvät useasti joko ylimitoitettuja, kalliita tai täysin tarpeettomia remontteja.

– Aina kannattaa luotettavankin oloisen urakoitsijan kanssa säilyttää varovaisuus. Ennakoon ei pidä maksaa koko remonttisuomaa, vaan mieluummin osissa ja vielä niin, että isohko osa »

APUJANI

TEIDÄNKIN
ALUEEN
PUUNKAATAJA

Kysy lisää
045 675 1786

Yli 15 vuoden
kokemuksella kaikenlaiset
pihapuiden kaatourakat.



www.apujani.fi



KYSY TARJOUS! p. 040 830 9948

www.putkiasennusoikarainen.fi

erkki@putkiasennusoikarainen.fi

Lamminpääkatu 14, 33420 Tampere

KOTIEN LÄMPÖ-,
VESI- JA VIEMÄRITYÖT
taidolla ja tarkkuudella.

OMAKOTITALOJEN
KÄYTTÖVESIREMONTIT,
MAALÄMPÖ JA ILMAVESI-
LÄMPÖPUMPPUJEN ASENNUKSET

pyydä tarjous!



H&K putki

Putki- ja käyttövesiremontit, viemärisaneeraukset, lämpöpumppu- ja lämmitysjärjestelmien asennukset sekä monipuoliset huoltotyöt yli 30 vuoden kokemuksella!

Lauri Hietikko • 050 523 2975
Niko Kallio • 040 746 8190

Soita meille!

www.hkputki.fi

info@hkputki.fi • Yrittäjänkatu 16, Tampere

Rakennat uutta tai peruskorjaat vanhaa...



Puhallukset myös talvella!

Selluvilla

...tilaa taloosi Termex-lämmöneriste puhallettuna!

PYYDÄ TARJOUS!

Eristyspalvelu Kupari Ky
 Puh. 040 726 5295
 juha@eristystampere.fi
 www.puhallusvillatampere.fi

Omakotitalot ja taloyhtiöt – meiltä energiaa säästävä, ekologinen selluvillaeristys.

Lisätietoa selluvillan eduista: www.termex.fi



Paikallinen kiinteistönvälittäjä ja kaupanvahvistaja
 HM, LKV, YKV, IAT-TI, yrittäjä

LILJA LKV

RAILI LILJA 040 502 9415
 raili.lilja@liljalkv.fi • www.liljalkv.fi

Osmanpolku 7 B, 37550 Lempäälä

Nauti puhtaasta vettä puhtaasta porakaivosta!



Puhdistamme porakaivosi ainutlaatuisella tekniikalla.
 Samalla varmistetaan porakaivon toimintavarmuus, pumput ja tarvikkeet aina kyydissä.

Ota yhteyttä:
 Puh. 0400 155 511
www.porakaivohuolto.net

PORAKAIVON HUOLTOLIITE LAMMINRANTA

maksetaan vasta sitten, kun työ on valmis ja hyväksytysti vastaanotettu.

Vanhat putket voi jättää rakenteisiin

Tarjouskierroksen jälkeen on remontin hintahaarukka selvillä. Hintaan vaikuttaa muun muassa kiinteistön koko ja vesipisteiden määrä.

Nykyisin käyttövesiputkien asennuksissa suositetaan pinta-asennuksia. Silloin mahdolliset vuodot havaitaan heti eikä rikkoutunut putki valuta vettä rakenteisiin viikkoja.

Vanhat, käytöstä poistuvat putket voi jättää rakenteiden sisään, kunhan ne tyhjennetään ja tulpaan. Jos uudet putket haluaa piiloon, voi ne tietyksi koteloida silmää miellyttävällä tavalla. Silloinkin on hyvä huolehtia siitä, että mahdollinen vuotovesi ohjautuu näkyville.

Kun taloon on pyydetty ammattimies tarkastuskäynnille, kannattaa tietysti tarkastuttaa samalla viemärit ja vesikiertoinen lämmitysjärjestelmä, jos talossa sellainen on. Nekään eivät ole ikuisia, ja kun öljylämmitys tai kaukolämpö halutaan vaihtaa esimerkiksi maalämpöön tai ilmavesilämpöpumpuun, saatetaan joutua uusimaan lämmitysjärjestelmän putkistot ja patterit.

Muoviviemäri kestää käytössä vuosikymmeniä

Viemäriremonttiakaan ei tarvitse omakotitalossa pelätä. Sekin hoiduu useimmiten viikossa.

Viemäreissä käytetyt muovilaidut ovat erittäin kestäviä ja jos viemärien toiminnassa ei ilmene ongelmia, ei niitä tarvitse kovin herkästi lähteä uusimaan.

– Muoviviemäreiden hoidoksi riittää pitkään se, että ne huuhdellaan ja kuvataan 5–7 vuoden välein. Toimenpiteen yhteydessä sel-

viää viemäreiden kuntokin näppärästi, muistuttaa Jokela.

Muoviviemäri siis kestää iät ajat. Ongelmia saattaa aiheutua siitä, jos ne painuvat maaperän muutosten takia, jolloin vesi jää makamaan putkiin. Myös tiiviste on voinut asennusvaiheessa luiskahtaa pois paikoiltaan. Moiset ongelmat kuitenkin löytyvät kuvauksessa.

Jos putket ovat hankalasti maan ja rakennuksen alla, ei niitä ole välttämätöntä alkaa kaivella esiin ja vaihtaa. Sukitus on hyvä vaihtoehto, eikä rakenteita tarvitse purkaa. Toki sekin pitää tilata luotettavalta toimijalta.

– Sukitus on menetelmänä ollut käytössä jo melko kauan eli sen toimivuudesta on kertynyt fakta-pohjaista tietoa paljon. Sukitus on osoittautunut hyväksi ja kestäväksi vaihtoehtoksi. Pinnoitusta en uskalla suositella, koska niitä on jouduttu tietämissäni kohteissa uusimaan jopa muutaman vuoden välein.

Ei tietenkään ole järkevää sen paremmin yli- kuin aliremontoidakaan, mutta kun ryhtyy putkien vaihtoon ja perustaa sitä varten työmaan, on viisasta tehdä muitakin parannuksia samalla.

Monet modernisoivat kylpyhuoneen ja vessan remontin yhteydessä. Tyypillisesti halutaan vaihtaa esimerkiksi vesikalusteet nykyaikaisemmiksi ja energiatehokkaammiksi, uusitaan suihku-kaappi ja vaikkapa laatoitetaan pinnat uudelleen.

Silloin on ymmärrettävää, että myös kustannukset kasvavat ja aikataulu venyy. Jos pesutilat tai wc kuitenkin kaipaavat kasvojenkoho- hotusta, niin on fiksua hoitaa se remontin yhteydessä, kun putki-asentaja on joka tapauksessa jo paikalla.

Viisas osaa ennakoida: ei kannata odottaa vaurioita, vaan toimia ajoissa, jolloin pääsee yleensä helpommalla ja pienemmin kustannuksin.

PUU- JA APUPALVELU LAHTINEN

www.puupalahtinen.com

- PIHAPUIDEN KAADOT – MYÖS KIIPEILYTEKNIIKALLA
- KANTOJEN JYRSINNÄT
- PENSASAITOJEN LEIKKUUT

Ilmainen arviokäynti!

050 533 5540
kaatokiipeily@gmail.com

Magnific



Kaunista kylpyhuone putkiremontin yhteydessä

Kun ryhtyy putkiremonttiin, voi olla hyvä samassa yhteydessä uusia vesikalusteet ja kirkastaa kylpyhuoneen ilme.

Vuotava vesihana tai wc-istuin valuttaa hukkaan valtavan määrän vettä kuukaudessa. Suurin syyllinen siihen on tavallisimmin tiivisteet, joiden tekninen käyttöikä on noin 20 vuotta. Ne voi vaihtaa itsekin, mutta samalla kun on ryhtynyt isompaan remontiin, on hyvä säästö päätös vaihtaa hanat ja wc-istuin nykyaikaisiksi, vähän vettä kuluttaviksi ja energia-
tehokkaiksi.

Uusilla laatoilla kylpyhuoneen tai vessan ilme muuttuu uudeksi. Suurin haaste taitaa olla valinnan vaikeus, koska markkinoilla on todella suuri valikoima laattoja.

Laattaa valitessa on hyvä kiinnittää huomiota myös laatan pintakuviointiin. Märkätiloja joutuu puhdistamaan muita useammin esimerkiksi siksi, että pinnoille kertyy saippua-, lika- ja kalkkijäämiä. Kovin röpelöinen tai moniulotteinen pinta teettää siivousvaiheessa enemmän töitä.

Märkätilat ovat niin kriittinen kohta talossa, että on suositeltavaa antaa työ ammattilaisen hoidettavaksi. Myös mahdollinen asbesti on huomioitava jokaisen vähänkin vanhemman talon purkutöissä.

Jos mieltä laatoittaa märkätilat uudelleen modernimmaksi, pitää tarkastella samalla sitä, mitä laatan alla on. Nykyaikaisilla keinoilla tehdyn märkätilojen vedeneristysten tekninen käyttöikä on noin 30 vuotta. Jos vedeneristys alkaa olla tiensä päässä, se pitää uusia laatoitusta uusia. Muussa tapauksessa märkätilojen ehostus on pelkkää pintaa ja isompi remontti odottaa joka tapauksessa muutaman vuoden päässä.

Nykyisin on myös hyviä kaakelimaaleja, joilla voi uudistaa kylpyhuoneen ilmeen pikkurahalla – edellyttäen tietysti, että seinä on muuten kunnossa ja vedeneristyksellä vielä käyttöikä. Usein ilme kirkastuu jo pelkästään sillä, että vaihtaa kalusteet, kuten allaskaapit.

Silikonisaumat uusitaan tietysti remontin yhteydessä. Ne tulisi muutenkin vaihtaa 5–10 vuoden välein. ■

Lähde: PRKK



Tunnistatko eron luonnollisen ja synteettisen vitamiinin välillä?

Vitamiiniviidakossa voi olla joskus hankalaa suunnistaa, ja siksi olemmekin täällä myymälässä, auttamassa sinua. Tule rohkeasti juttelemaan.



Tällä kupongilla normaalihintaiset tuotteet

-20%

Kuponki voimassa 20.9.26 asti.
Ei koske Aqva vedensuodattimia tai lahjakortteja.



Kotimainen Terveyskauppa



**BioPro Lielähti Like •
BioPro Prismakeskus Kaleva & Kangasala &
Nokia • BioPro Valkeakoski Koskikara •
BioPro Ideapark Lempäälä**



BioPro Tampere



bioprotampere

www.biopro.fi



VASTUULLISTA PIHARAKENTAMISTA LUONNONMUKAISELLA OTTEELLA

Käytännöllinen ja monimuotoinen piha
Tehdään pihastasi toimiva kokonaisuus
- soita ja kerro toiveistasi!

p. 045 783 62401 / p. 044 270 8165

- istutukset • nurmet ja niityt
- pihan kivityöt ja entisöinti
- kunnossapito ja vuosihuoltosopimukset



www.lumopihat.fi



lumopihat

RENGASLIIKE PIRKKALASSA JA VERKOSSA

RENKAIDEN VAIHDOT NON-STOPPINA!



**RENGAS
CENTER**

**Pirkkalan
Rengaskauppa Oy**

Teollisuustie 2 C,
33960 Pirkkala

Avoimna ark. klo 8-17
Sesonkina la 9-13
010 423 7333
info@rengaskauppa.net

www.rengaskauppa.net
www.rengaskontti.fi

RANTA KUNTOON JOPA PÄIVÄSSÄ!

- Ruoppaustyöt (rannat, matalikot, kaislikot, kosteikot)
- Kaapeleiden vedot kosteikkoihin
- Laiturien asennukset
- Kivien poistot ja hiekkarantojen teot

SUOMEN RANTAHUOLTO

p. 045 341 3460, info@rantahuolto.fi

www.rantahuolto.fi



- Uudisrakentamisen maanrakennustyöt
- Piha- ja viherrakentaminen
- Rakennusten purkutyöt
- Saneerauskohteiden salaoja- ja sadevesiremontit
- Tienkunnostukset

045 341 3460, forssanmaarakennus@gmail.com
www.forssanmaarakennus.com

Syksy on parasta aikaa istuttaa!

Uusi sato on
valmistunut ja
valikoimat ovat
parhaimmillaan!

Istutusviikot 4.-13.9.



Paljon esittelyitä
ja hyviä tarjouksia!



Valikoimasta
löytyy
yli 300 eri
pensaslajiketta
ja
160 erilaista
lehtipuuta!

Asiantuntijamme
palvelevat sinua
taimipihalla.
TERVETULOA!

Näyttelypuisto loistaa nyt upeissa syysväreissä!

Suomen suurin HAVUKASVIEN TUOTTAJA



Seuraa
meitä somessa,
niin pysyt kärryillä.



pinsiontaimisto.fi

03 3122 2510
myymala@pinsiontaimisto.fi
Pentinmaantie 25, Pinsiö
Avoimna: ma-pe 9-18,
la 10-16, su 12-16

**OSTAMME KULTAA &
OSTAMME HOPEAA**



SUOMEN ARVOKULTA Hämeenpuisto 31

Nyt olemme auki Hämeenpuistossa!

Ma–pe 12–18 / Muina aikoina sopimuksen mukaan

“Suomen arvostetuin ja luotettavin, asiantuntemusta vuodesta 2009”

“Jokainen keraatti on luottamuksen arvoinen”

*Hinnoittelumme perustuu reaaliaikaiseen
maailmanmarkkinahintaan*

Kuppi kahvia jokaiselle kävijälle!

@suomenarvokulta



**Puh.010 377 0080
suomenarvokulta.fi**



Kotien lämmityskulut ovat talvipakkasilla suuri menoerä, mutta hyvällä suunnittelulla siitä voi nipistää satoja, joskus jopa tuhansia euroja vuosittain.

Teksti: Ulla Sirén

Kodin voi säästää lämpimäksi

Kustannustehokkuus on lämmityksen muotisana, jota toistetaan aina, kun kotien lämpimyydestä keskustellaan. Ja onhan selvää, että mitä enemmän asumisen kustannukset nousevat, sitä tärkeämpää on löytää ratkaisuja, jotka hillitsevät niitä. Uudisrakentamisen osalta jo lakikin ohjaa kustannustehokkuuteen, mutta silti paras ratkaisu on joka talossa omannäköisensä.

Suomen ilmastossa suurin osa vuodesta on aikaa, jolloin taloja on pakko lämmittää. Lämmitykseen kuluu omakotitalossa vuositasona enemmän energiaa kuin mihinkään muuhun, olipa lämmittäminen kustannustehokasta enemmän tai vähemmän. Hyvällä suunnittelulla ja huolellisella toteutuksella lämmityslaskeissa voi kuitenkin säästää huomattavia summia – ja samalla pienentää energiankulutusta yleisellä tasolla koko Suomen eduksi.

Vaikka se kuulostaisi kätevältä, lämmityksen kustannustehokkuutta ei voi parantaa vain valitsemalla valmiista listasta sopivimmat vaihtoehdot. Omakotitalon tai kesämökin lämmitysratkaisuihin vaikuttavat esimerkiksi rakennuksen ikä ja sijainti, rakenteet, aikaisempi lämmitystapa sekä se, mitä vaihtoehtoja ylipäättään on tarjolla. Teknologiajohtaja **Juhani Hyvärinen** Talotekninen teollisuus ja kauppa ry:stä (Talteka) muistuttaa, että paras lämmitystapa löytyy sovit-

tamalla yhteen kunkin talon yksilöllisiä ominaisuuksia ja käytettävissä olevien vaihtoehtoja.

Viileyttä oppii sietämään

Kustannustehokkuus ei tarkoita pelkkiä teknisiä ratkaisuja vaan myös oman lämmöntarpeen tarkastelua. Edellisillä vuosisadoilla lämmöntarpeen arviointi oli tavallaan itsestään selvyyttä. Taloissa, joissa oli useita huoneita, lämmitettiin talvella asu-

miskelpoisiksi vain ne tilat, joita välttämättä tarvittiin. Jos tupa tai pirtti oli lämpimänä, koko perhe saattoi nukkua siellä, ja salit ja vieraskamarit pidettiin talvisydämen ajan viileinä. Vaikka nykyään ei mentäisi aivan samanlaisiin järjestelyihin, kannattaa silti harkita, missä tiloissa lämpötilaa on mahdollista laskea.

Juhani Hyvärinen toteaa, että yksi kannattavimmista keinoista säästää kustannuksissa on miettiä omia käytötottumuksiaan.

Unsplash



Varaava takka voi olla sekä omakotitalon varalämmönlähde että osa hybridilämmitystä.

- Tarvitseeko varastotilojen tai vähän käytössä olevien tilojen lämpötilan olla jatkuvasti mukavuusalueella? Riittäisikö lämpötilaksi matalampi lämpötila, jolla varmistetaan siitä, etteivät putket jäädy tai synny muita kylmän aiheuttamia vaurioita, hän pohtii. Myös kesämökkien talvilämmityksessä kannattaa etsiä alin turvallinen lämpötila, joka vielä estää jäätyminen sekä sopiva tapa pitää sisäilma tarpeeksi kuivana ja raikkaana.

Terve, normaalisti liikkuva ihminen selviää tosiasiaissa melko matalassa huonelämpötilassa. Pudotus vaikkapa 24 asteesta 21 asteen tarkoittaa jo energiankulutuksen kannalta paljon, kun puhutaan koko lämmityskaudesta. Mutta pelkkä mittarin näyttö ei ratkaise kaikkea, sillä tärkeintähän ei ole lämpötila sinänsä vaan se, miten lämpimältä asunnossa tuntuu. Siinä suhteessa tiiveydellä on iso merkitys, sillä vedoton sisäilma tuntuu lämpimämmältä kuin vetoinen. Myös liian viileä lattia saa huoneen tuntumaan kylmältä, vaikka lämpömittari seinällä näyttäisi korkeita lukemia.

Työn laatu ratkaisee

Uutta omakotitaloa rakennettaessa lämmöntarpeen pienentäminen

on nykyään lähtökohtainen tavoite ja myös vaatimus. Suunnittelussa kiinnitetään paljon huomiota lämmöneristykseen, ikkunoihin ja hyvään ilmanvaihtojärjestelmään, mutta hyvä suunnittelu ei yksin varmista hyvää lopputulosta. Myös käytännön rakennustyön on oltava laadukasta pieniä yksityiskohtia myöten.

- On hyvä huomata, että huolellisesti tehdyn työn saa tilatessa samaan hintaan. Huolimattomasti tehdyistä asennuksista tulee helposti lämpövuotoja ja vetoa. Erityisesti tiivistämisessä mitättömältä vaikuttavat vuotoreitit esimerkiksi sähköasennusrasian kautta voivat vaikuttaa lopputulokseen enemmän kuin uskoisi, Juhani Hyvärinen sanoo. Hän muistuttaa, että tiiveyden testaus kannattaa ehdottomasti tehdä ennen pintojen asentamista, kun vuotokohdat voidaan vielä paikata.

Hyvä lämmönlähteenotto vähentää tuntuvasti kustannuksia. Ilmanvaihtokone, jonka perustetävänsä eli ulkoilman sisään ottamiseen ja lämmittämiseen käytämä energia saadaan mahdollisimman hyvin talteen, tuottaa siis talon lämmitykseen lähes ilmaista lisäenergiaa.

Käyttöveden lämmitys puolestaan kuluttaa paljon energi- »

P. Kilpi
Pirkanmaalla
vuodesta 2013



**ENERGIATODISTUKSET
KUNTOTARKASTUKSET
KOSTEUSMITTAUKSET**
LUOTETTAVASTI JA EDULLISESTI
RAKENNUSALAN AMMATTILAISelta



Petri Kilpi
Kutomokatu 4, Nokia
040 556 6510
p.kilpi@live.fi
www.pkilpi.fi

P. KILPI



KANGASALA

Keskusaukio 2, Kangasala
(Kirjaston ja kulttuuritalon välissä)
kangasala@jarvikulmanautokoulu.fi
0400 627 227

TESOMA

Tesoman valtatie 36, Tampere
(Huom! Uusi osoitteemme liikenneympyrän vieressä)
tesoma@jarvikulmanautokoulu.fi
040 774 3227

LINNAINMAA

Mäentakusenkatu 1 (2. kerros), Tampere
linnainmaa@jarvikulmanautokoulu.fi
040 779 2788

KATSO TARKEMMIN
www.jarvikulmanautokoulu.fi

www.jaakkolansaha.fi

**JAAKKOLAN
SAHA ja HÖYLÄ ky**

**Puutavaraa sahattuna,
höylättynä ja painekyllästettynä.
Myös rahtisahausta ja polttopuita!**

Järviönsuontie 57, Vesilahti
0400 159 991 • jarmo.jaakkola@jaakkolansaha.fi

**Lielahden
PESULA**

**Kaikki matot ja tekstiilit.
Tilaa ILMAINEN kotiinkuljetus!**

www.lielahdenpesula.com

Pispalan valtatie 91, Tampere • minnaliisavesanen@gmail.com
puh. 045 110 6651 • ma-to 9–17, pe 9–15, lauantaisin erikseen sovittuna

**PUUTAVARALIIKE
NOKIAN S-PUU OY**

• laudat, lankut • paneelit • listat • levyt
• ulkoverhouslaudat • lattialaudat
• liimapuut • yms. puutuotteet

**Hallitie 7 (Harjuniitty), 37140 NOKIA
Puh. (03) 342 0205 | www.spuu.fi**

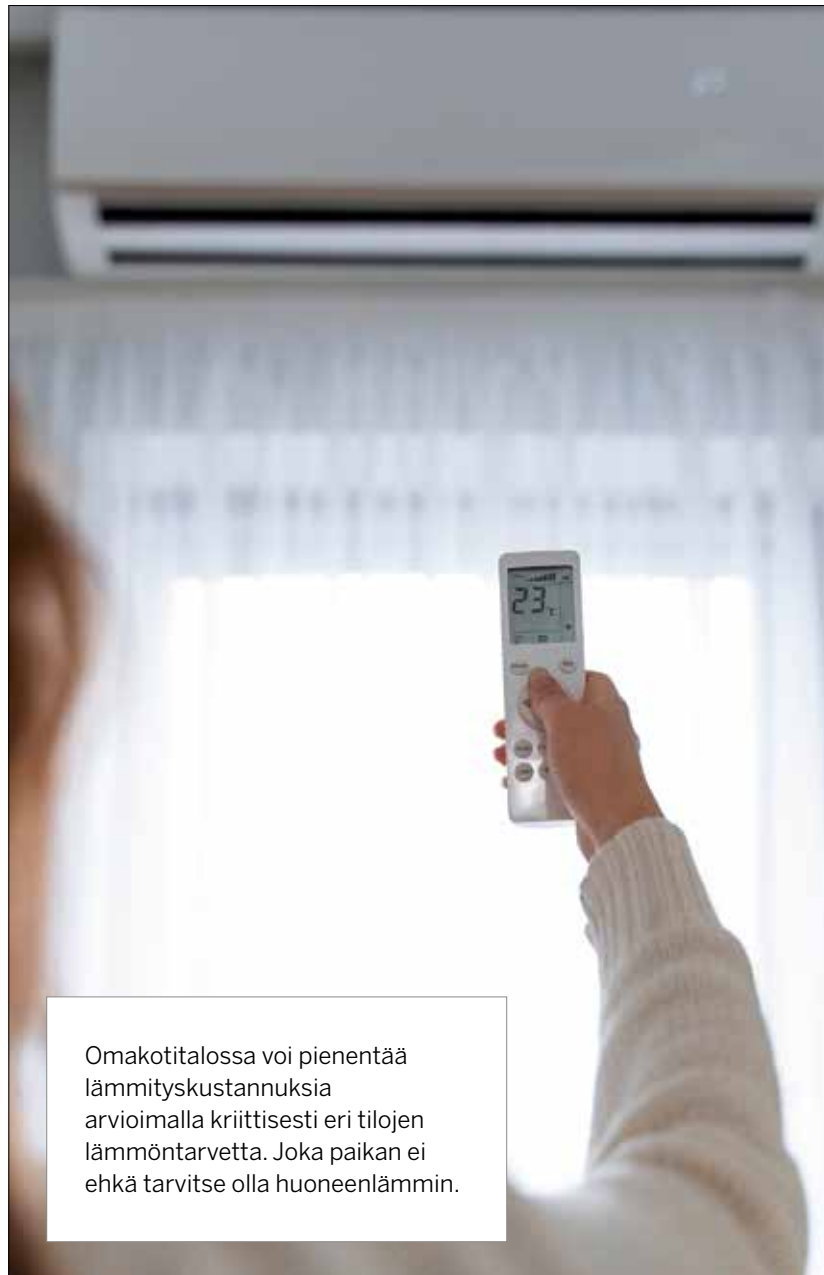
KRUUNUKAADOT

**Mökki- ja pihapuunkaadot
Tontti- ja maisemointihakkuut
Metsänhoidon palvelut ja myrskytuhojen korjuu**

37100 Nokia ja 34530 Kuru
0400 246 825

www.kruunukaadot.com

Magnific



Omakotitalossa voi pienentää lämmityskustannuksia arvioimalla kriittisesti eri tilojen lämmöntarvetta. Joka paikan ei ehkä tarvitse olla huoneenlämmi.

aa. On yleistä käyttää lämmitysjärjestelmän varaajaa ja lämmitintä myös käyttöveteen, mutta esimerkiksi polttoon perustuissa lämmityslaitteissa saattaa erillinen hyvin eristetty varaaja olla järkevä ratkaisu, Hyvärinen toteaa.

Maasta vai jakeluverkosta?

Maalämpöä ja kaukolämpöä markkinoidaan "huolettomina" lämmitysratkaisuuina. Monet eri selvitykset väittävät, että maalämpö olisi pitkällä aikavälillä kustannustehokkain omakotitalon lämmitysjärjestelmä. Maalämpöjärjestelmän rakentaminen vaatii kuitenkin kerralla ison investoinnin, kun taas kaukolämpöverkkoon liittyminen on huomattavasti edullisempaa.

– Kustannuskysymykset ovat aina kohdekohtaisia, joten yleistä oikeata vastausta ei pysty antamaan, Juhani Hyvärinen sanoo.

Hän toteaa, että maalämmön ja kaukolämmön kustannuksia vertailtaessa on myös hyvä huomata, ettei aina välttämättä vertailla puhtaasti teknisiä ratkaisuja. Kaukolämpö on lähempänä palvelua, maalämpöä taas harvoin tarjotaan palveluna. Kaukolämmön rasitteena voi olla vanhoja hinnoittelukäytäntöjä ja toimintatapoja, kun taas maalämpö taas voi tuoda mu-

kanaan riskejä ja ylläpitomaksuja, jotka eivät näy hankintahinnassa.

Juhani Hyvärinen neuvoo hyödyntämään riskienhallinnassa "Mitäpä, jos" -ajattelua. Esimerkiksi: Mitäpä, jos lämpökaivo jäi liian matalaksi, eikä lämpöä riitä? Vastaus: Varaudu poraamalla syvempi ja halkaisijaltaan suurempi kaivo. Mitäpä jos pumppu vikaantuu pakkasjaksolla? Vastaus: Varaudu huoltosopimuksella.

Hybridi sopii vanhaan taloon

Kaikkiin omakotitaloihin ei voi rakentaa maalämpöpumppua, eikä läheskään kaikissa paikoissa ole tarjolla kaukolämpöä, mutta monia muitakin kustannustehokkaita vaihtoehtoja on olemassa.

– Esimerkiksi uusilla ilmasta vetteen lämpöä siirtävillä vesi-ilmaalämpöpumpuilla ulkolämpötila-alue ulottuu joillakin alueilla mitoituslämpötiloihin saakka tai ainakin lähelle niitä. Sähkölämmitystä saatetaan tarvita kylmimpinä aikoina, jolloin sähkön hinta on usein korkea, Juhani Hyvärinen kertoo.

Ilma-ilma -lämpöpumput puolestaan vaativat käytännössä jonkin päälämmönlähteen, eli ne eivät riitä sellaisenaan omakotitalon lämmitysjärjestelmäksi mutta



Terve, normaalisti
liikkuva ihminen selviää
tosiasiassa melko matalassa
huonelämpötilassa.

ovat luonteva osa hybridilämmitystä. Muodikas käsite tarkoittaa järkevää kahden tai useamman järjestelmän yhdistelmää, joka lisää kustannustehokkuutta, koska eri järjestelmiä voidaan hyödyntää silloin, kun niiden käyttö on edullisimmillaan. Hyväriinen ehdottaa, että esimerkiksi vesi-ilmalämpöpumpun apuna voi olla kylmimpänä aikana varaava takka. Tai jos lämmityskautena käytetään polttoon perustuvaa kattilaa, kesiä varten voi olla erillinen lämminvesivaraaja, jonka kustannuksia pienennetään aurinkopaneelien avulla.

Vanhassa rakennuksessa vaihtoehdot rajautuvat paljolti sen mukaan, mikä lämmönjakojärjestelmä on käytössä. Hybridilämmitys on usein vanhojen talojen varmin kustannustehokkuutta lisäävä ratkaisu varsinkin, jos koko järjestelmän uusimiseen ei haluta lähteä. Mikäli lämmönjakojärjestelmä on vesikiertoinen, vaihtoehtoja on useita. Sen sijaan vanhoissa taloissa yleiseen sähköpatterilämmitykseen voi yhdistää lähinnä ilma-ilmalämpöpumpun sekä, mikäli mahdollista, varaavan tulisijan.

- Patteriverkoston tasapainotus on järkevää myös pientalossa. Yksi väärin säädetty patteri saattaa vaatia, että lämmitysverkoston läm-

pötila on liian korkea, mikä johtaa liian suuriin lämmityshäviöihin. Samoin käyttövesivaraajan lämpötilatasoksi voi riittää matalampi, kunhan vain huolehtii, että lämpötila kuuman veden verkostossa on vähintään 55 astetta, Juhani Hyvärinen neuvoo.

Apua suunnitteluun

Jos haluaa ryhtyä perusteellisesti lisäämään lämmityksen kustannustehokkuutta omakotitalossa, tehtävässä harvoin onnistuu pelkästään omin avuin. Kuntien ilmaisesta energianeuvonnasta löytyy ainakin ensimmäinen apu. Myös laitevalmistajat ja -toimittajat ovat yleensä auliita ja osaavia opastamaan omien laitteidensa käytössä. Mutta jos taloon halutaan toimiva kokonaissuunnitelma kustannustehokkuuden parantamiseksi, on parasta palkata kokenut suunnittelija, joka kykenee kriittiseen vaihtoehtojen tarkasteluun.

Juhani Hyvärinen muistuttaa, että sellaisen löytäminen voi olla vaikeaa, mutta vaivannäkö kannattaa kyllä.

- Kunnollinen korjausrakentamissuunnitelma säästää loppujen lopuksi kustannuksissa suunnittelijan palkan, hän sanoo.

Lue lisää

Talotekninen teollisuus ja kauppa ry:n (Talteka) piirissä toimiva sisäympäristöryhmä ylläpitää Talotekniikkainfo.fi-sivustoa. Sivustolle on laadittu oppaita muun muassa aiheista:

- Suoran sähkölämmityksen vaihtaminen muuhun lämmitysmuotoon
- Öljylämmityksen vaihtaminen muuhun lämmitysmuotoon
- Poistoilman lämmöntalteenotto lämpöpumpputalossa
- Lämmitys ilmalämpöpumpulla
- Lämmitys ilmavesilämpöpumpulla
- Käyttövesivaraajan uusinta älyvaraajalla
- Matalarakennejärjestelmä lattialämmitykseen

Lähde: www.talotekniikkainfo.fi ■

Kellot, korut ja lahjatavarat
Kaiverrukset ja paristonvaihdot

Ma-Pe 10 - 17 › Pätsiniementie 9, 37800 Akaa
Puh. 044 518 9925

Tietokoneapua ja opastusta suoraan kotiisi Pirkanmaalla!

Autamme tietokoneiden, puhelinten, tablettien ja tulostimien kanssa selkeästi ja kärsivällisesti suomen kielellä, sinun tahtiin. **Varaa kotikäynti!**



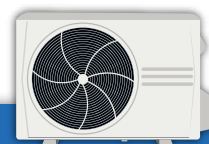
DigiTam
digitam.fi

044 063 4010
anton@digitam.fi

TK Lämpö & Viileys

Viilentävät ja lämmittävät ilmalämpöpumput sekä asennukset. Myös huollot ja korjaukset.

WWW.TK-LAMPOVILEYS.FI



tklampo.viileys@gmail.com

puh. 040 199 6315 Tukesin kylmälaiteliike-rekisterin hyväksymä yritys!

PUUNKAADOT
JOUSTAVALLA AIKATAULULLA!
0400 534 502, juhamattihaavisto@gmail.com

LAADUKKAAT KIVIAINEKSET RAKENTAMISEEN - toimitettuna

050 5277 509
info@kiviahonkaivin.com
www.kiviahonkaivin.com

KIVIAHONKAIVIN OY

MONIPUOLISET KAIVINKONEPALVELUT

040 707 1171
konejale@konejale.fi
www.konejale.fi

KONETYÖ JaLe

Vain lämpimiä ajatuksia

Hiljainen Jäspi Tehowatti Air Evo -ilma-vesilämpöpumppu on valikoimamme uutuus. Se pärjää Suomen vaativissa oloissa ja lämmittää veden, talon ja yhteiset muistot.

Suunniteltu meille kaikille, jotka otamme lämmön vakavasti.

Ominaisuuksia, jotka lämmittävät:

- Uusi tyylikäs ulkoyksikkö käyttää luonnollista R290-kylmäainetta ja toimii jopa -25 °C pakkasessa
- Tuottaa jopa 75-asteista vettä
- Hiljainen ääni, helppo ja mukava käyttää

Lue lisää!



Tutustu myös uudistuneisiin
Jäspi Tehowatti Air Split ja Jäspi Basic Split
menestystuotteisiin R32-kylmäaineella.





Nyt tarjolla rajoitettu erä KotiPihan PuutarhaTaikaa!

PuutarhaTaika lisää maahan runsaasti ravinteita ja orgaanista ainesta sekä parantaa maan rakennetta. Hidasliukoiset ravinteet parantavat maan kasvukuntoa pitkäkestoisesti.

Kun lisää PuutarhaTaikaa maahan syksyllä, seuraavan kauden kasvu on vehreämpää.

Tilaa kasvuvoimaa syysistutuksillesi!

PuutarhaTaika ja muut tuotteemme
saatavilla kätevästi **verkkokaupastamme**
500 tai 1000 litran suursäkissä.

Max 10 salkkia per asiakas,
suuremmat tilaukset sähköpostitse
humuspehtoori@humuspehtoori.fi



KotiPihan
puutarhatuotteet

kotipihan.fi



Kotisiivouksen 1. kuukausi -50%

**Räätälöimme siivouksen tarpeidesi mukaan.
Tuomme tarvittavat siivous-
välineet ja -aineet mukanamme.**

**Etu on voimassa uusille asiakkaille 30.9. asti
Etua ei voi yhdistää muihin tarjouksiin.**

Ota yhteyttä 09 8564 6541
tai onnikotisiivous.fi

Tutustu lisää verkkosivuilla!

Muista myös kotitalousvähennys!

**Toimintakyvyn heikentyessä
meiltä saat siivouspalvelua
myös arvonlisäverottomasti.**



MONIPUOLISET PALVELUT KIINTEISTÖLLESI

SALAOJAREMONTTI

Laadukas salaojajärjestelmä on investointi kiinteistön arvon säilyttämiseen ja asumismukavuuden parantamiseen. Se suojaa rakennuksen rakenteita kosteudelta ja ehkäisee vesi- ja kosteusvaurioiden syntymistä. Myös valesokkelien kengitykset.

PIHARAKENTAMINEN

Teemme kaiken kokoiset pihatyöt, pihan perustukset, piha- ja viherrakentamisen sekä kulkuväylät, jotta valmis piha vastaa kaikkiin käyttötarpeisiin. Kauttamme saat myös pihasuunnittelijan.

MAANRAKENNUS

**Maanmuokkaustyöt, vesi- ja viemäryöt, purkutyöt
sekä pumppaamot, kunnallistekniikka ulkopuolisten
lämpöjohto ja käyttövesikanavien saneeraukset, maa-
lämpötyöt, yleiskaapelointi ja sähköauton latausinfra.**

TALVITYÖT

Roudansulatusvaunumme avulla sulatamme routaisen maan nopeasti ja turvallisesti, jotta rakennus ja korjaustyöt voivat jatkua ilman viivytyksiä ja raskaita koneita.

VALESOKKELIN KORJAUS

Valesokkeli pitää korjata, jos sokkelissa tai alapohjarakenteissa näkyy kosteutta tai muita vaurioita.

OMAKOTITALOJEN PURKUTYÖT

Jos talon rakenteet ovat pahasti vaurioituneet tai talo on tullut teknisen käyttöikänsä päähän, talon purkamisen hinta tulee usein korjaamista edullisemmaksi.

Pyydä kartoituskäynti!

0400 131 363

info@pmp-asennus.fi

PMP
asennys

WWW.PMP-ASENNUS.FI



Teksti: Mari Pihlajaniemi

Toimiva ilmanvaihto, virkeämpi arki

Riittämätön tai huonosti toimiva ilmanvaihto tuntuu arjessa. Säännöllinen ylläpito takaa omalta osaltaan ilmanvaihdon toimivuuden, mutta puutteellista ilmanvaihtoa voidaan tarvittaessa myös tehostaa.

Päätä särkee ja väsyttää?

Syytä nuutuneeseen oloon ei tarvitse aina etsiä kertyneistä ikävuosista tai edes elämäntavoista, vaikka ne miten kaipaivat ryhtiä. Toisinaan epämääräisten oireiden takana voi olla yksinkertaisesti kodin puutteellisesti toimiva ilmanvaihto – asia, joka voidaan korjata.

– Mikäli ilmanvaihto ei toimi, sisäilman laatu kärsii, toteaa Hengitysliitto ry:n sisäilma-asiantuntija **Kirsi Säkkinen**.

Useimmiten tämä havaitaan tunkkaisena hajuna: kun ilma ei vaihdu, esimerkiksi ruuanlaiton tuoksut ja muut hajut viipyvät ilmassa ja poistuvat hitaasti. Tunkkainen ja huono sisäilma voi Säkkinen mukaan aiheuttaa myös yleisöireitä kuten väsymystä ja päänsärkyä sekä muun muassa

ylähengitystieoireita.

Asukkaiden hyvinvoinnin ohella toimiva ilmanvaihto on tärkeä kuitenkin myös rakennuksen kunnon vaalimiseksi. Mikäli ilmanvaihto ei toimi riittävästi, sisäilmankosteus voi nousta liian korkeaksi, varoittaa Säkkinen.

– Tästä merkinä on muun muassa kosteuden tiivistyminen kylmille pinnoille kuten ikkunoiden sisäpinnalle.

Pitkään jatkunut liiallinen kosteus voi pahimmillaan aiheuttaa rakenteisiin vaurioita. Ilmanvaihdon tehtävänä onkin myös poistaa kosteutta, jota asumisessa sisäilmaan syntyy.

Riittämätön ilmanvaihto on tyypillinen ongelma

Sisäilman hiilidioksidipitoisuutta

voidaan mitata hiilidioksidimittarilla. Säkkinen toteaa kohonneen hiilidioksidipitoisuuden kertovan yleensä siitä, että ilmanvaihto ei ole riittävä. Mikäli kodin ilmanvaihdossa ilmenee ongelmia, tyypillisesti niiden taustalla onkin kokonaisuudessaan riittämätön ilmanvaihto.

– Raikasta ulkoilmaa ei tule tarpeeksi tilojen käyttötarkoitukseen nähden ja/tai käytettyä ilmaa ei poistuta riittävästi. Taloissa, joissa on koneellinen tulo- ja poistoilmanvaihto, ilmamäärät voidaan mitata ja ne tulee säätää suunnitteluarvojen mukaisiksi, hän huomauttaa.

Erityisesti vanhemmissa omakotitaloissa, joissa on painovoimainen tai koneellinen poistoilmanvaihtojärjestelmä, usein ongelmien juurisyy on Säkkinen mukaan riittämätön kor-

vausilman saanti.

– Raikasta ulkoilmaa tuovia korvausilmaventtiileitä ei ole tai niitä on liian vähän. Mikäli venttiileitä ei ole, korvaava ilma poistuneen ilman tilalle tulee rakenteiden rakosista ja epätiiveyskohdista. Tämä ilma ei ole puhdasta ja raikasta.

Ilmavirtojen säätäminen ja ilmanvaihdon ylläpito

Ilmanvaihdon oikean toiminnan edellytyksenä on se, että poisto- ja tuloilmavirrat on säädetty suunnitelmien ja käyttötarpeiden mukaisiksi. Tämän lisäksi ilmanvaihdon tulee asunnoissa olla aina päällä, Säkkinen painottaa.

Toimiakseen hyvin ja oikein, kaikki ilmanvaihtojärjestelmät vaativat li-

Sini Kaukonen



säksi erilaisia säännöllisesti tehtäviä huoltotoimenpiteitä. Ilmanvaihtokoneet tulee esimerkiksi puhdistaa laitteiston valmistajan ohjeen mukaan, kertoo Säkkinen. Koneellisessa tulo- ja poistoilmanvaihtojärjestelmässä ilmanvaihtokoneen suodattimet pitää myös vaihtaa vähintään pari kertaa vuodessa tai laitevalmistajan ohjeistuksen mukaan.

– Hyvä ajankohta suodattimien vaihdolle on alkukevät ennen siitepöly- ja katupölykauden alkua sekä syksyllä siitepölykauden jälkeen.

Myös painovoimaisessa ilmanvaihdossa ja koneellisessa poistoilmanvaihdossa on tärkeää puhdistaa oleskelutilojen korvausilmaventtiilien karkeasuodattimet pari kertaa vuodessa.

– Jos korvausilmaventtiileissä on lisäksi hienosuodattimet, vaihdetaan ne vähintään kaksi kertaa vuodessa.

Venttiilien puhdistus on hyvä ottaa tavaksi

Olipa käytössä sitten mikä ilman-

vaihtojärjestelmä tahansa, sekä tulo- että poistoventtiilit tulee puhdistaa imuroimalla tai pyyhkimällä ne nihkeällä pari kertaa vuodessa tai venttiilivalmistajan ohjeen mukaan, korostaa Säkkinen.

– Pölyiset venttiilit heikentävät ilmanvaihtoa. Lautasmallisissa venttiileissä on huomioitava puhdistuksessa, ettei keskikartiota saa pyörittää, koska tämä muuttaa ilmanvaihdon säätöjä, hän muistuttaa.

Ilmanvaihtokanavien perusteellinen puhdistus olisi Säkkinen mukaan hyvä teettää alan ammattilaisilla noin 5–8 vuoden välein, viimeistään kuitenkin 10 vuoden välein. Koneellisen ilmanvaihdon järjestelmissä ilmavirtaukset on kanaviston puhdistuksen jälkeen aina vielä mitattava ja tarvittaessa säädettävä uudelleen.

Edellä mainittujen lisäksi hän neuvoo puhdistamaan liesituuletin rasvasuodattimen muutaman kuukauden välein. Silläkin on oma vaikutuksensa kodin sisäilman laatuun: suodatti- ➤



Liian pitkät hihat? Leveät lahkeet? Taskussa reikä? Vetoketjukiin rikki? Ei hätää, me hoidamme!

Korjausompeluiden lisäksi meiltä hoituu myös sisustustekstiilien valmistus.

PALAKSI

OMPELIMO

Korkeemäenkatu 5, Nokia | p. 044 787 0812 | www.palaksi.fi
Olemme paikalla sovittaessa - soita ja varmista paikalla olo



Kodin hoidon haasteisiin on olemassa luontoa kunnioittava ja tehokas ratkaisu.

Onneksi on!



onxon.fi
myös verkkokauppa

- OMPELIMO
- OMPELUPUOTI
- PESULAPALVELUT
- KANGASPUIDEN VUOKRAUS
- PIENVERHOILUTYÖT

**HERVANNAN
KESKUSTASSA!**



Insinöörinkatu 19, Tampere
p. 045 220 2711

Palvelemme ma 12-18,
ti-to 10-14 • pe 11-14,
la ja su suljettu

www.ompelupuoti.fi

**Tykkää
meistä
FACEBOOKISSA!**
facebook.com/omakotilehti

Omakoti
www.omakotilehdet.fi

**EDULLISET
RENKAAT, VANTEET
JA HUOLLOT!**
www.ylonen.net

**Meillä myös
RENGASHOTELLI
AUTOPESU ja
4-PYÖRÄSUUNTAUKSET**

Autohuolto
K. Ylönen

Tervetuloa ma-pe 8-16
Höytämöntie 11, Sääksjärvi • 03 265 7687

meen kertyvä lika ja rasva heikentävät liesituulettimen toimintaa ja aiheuttavat myös tulipaloriskin.

Huomiota ilmanvaihdon venttiilien riittävyteen

Jotta ilmanvaihto voi ylipäättään toimia koko talossa, Säkkinen mukaan on tärkeää, että jokaisesta huoneesta löytyisi ilmanvaihdon venttiili.

– Erityisesti painovoimaisessa ja koneellisessa poistoilmanvaihdossa tulee varmistaa, että korvausilmaventtiileitä – joista raikas ilma tulee sisälle – on riittävästi.

Jokaisessa oleskelutilassa, kuten makuuhuoneissa, olohuoneessa tai työhuoneessa, on oltava siis vähintään yksi venttiili. Vastaavasti niin kutsutuista likaisista tiloista – kuten WC-tilat, kylpyhuone, kodinhoituhuone, vaatehuone – pitää löytyä poistoventtiilit, joista likainen ilma poistuu. Jos käytössä on koneellinen ilmanvaihto, sen ilmavirtaukset pitää säätää niin, että tiloihin saadaan riittävät ilmamäärät.

Oli ilmanvaihtojärjestelmä mikä tahansa, Säkkinen painottaa huolehtimaan myös siitä, että ilma pääsee siirtymään asunnossa tulo- ja korvausilmaventtiileiltä poistoventtiileille. Siirtoilmareitteinä toimivat oven alareunassa oleva yhtenäinen noin 1–2 cm:n rako tai siirtoilmasäleikkö.

– Jos yhtenäistä rakoa tai säleikköä ei ole, voit pitää oleskelutilan ovea ja likaisen tilan ovea hieman

raollaan.

Ilmanvaihtoa voi tehostaa monin tavoin

Kodin ilmanvaihtoa on Säkkinen mukaan tarpeen tehostaa silloin, kun epäpuhtauksia ja kosteutta tuotetaan erityisen paljon. Näin on esimerkiksi ruuanlaiton tai suihkun, saunomisen ja siivouksen aikana.

– Koneellisessa ilmanvaihdossa tehostaminen tapahtuu yksinkertaisesti ilmanvaihtolaitteiston tehoa lisäämällä. Painovoimaisen ilmanvaihdon tehostamiskeino on ikkunatuuletus, mutta ikkunatuuletusta voi käyttää lyhytaikaisesti ilmanvaihdon tehostukseen myös koneellisessa ilmanvaihtojärjestelmässä, hän selventää.

Painovoimaista ilmanvaihtoa voidaan tehostaa myös asentamalla poistoilmahormin päähän tuulen voimalla toimivia vedonparantajia tai tuuliohjaimia.

– Nykyään käytetään myös niin kutsuttua puhallinavusteista painovoimaista ilmanvaihtoa, jossa muuten painovoimaiseen ilmanvaihtoon lisätään puhallin riittävien ilmavirtojen aikaansaamiseksi.

Säkkinen lisää tulisijan käytön parantavan ilmanvaihtuvuutta painovoimaisessa ilmanvaihdossa. Myös poistoilmahormin pituus ja halkaisija vaikuttavat ilmanvaihdon toimintaan: korkea ja leveä hormi luo edellytykset toimivalle painovoimaiselle ilmanvaihdolle. ■

Koneellinen ilmanvaihto vanhaan taloon?

Painovoimaisen ilmanvaihdon muuttamista koneelliseksi tulo- ja poistoilmanvaihdoksi kannattaa Kirsi Säkkinen mukaan harkita tarkoin. Jos vanhaan rakennukseen asennetaan koneellinen tulo- ja poistoilmanvaihto, täytyy talon rakenteet, rakenteiden tiiveys ja nykyisen järjestelmän toiminta tutkia huolellisesti.

– Hyvä rakenteiden tiiveys on perusedellytys sille, ettei ilmaa kulkeudu sisäilmaan ilmanvaihdon lisäksi myös rakenteiden kautta, hän kertoo.

– Lisäksi pitää selvittää muun muassa se, onko ilmanvaihtokoneelle ja kanaville rakennuksessa tilaa.

Ilmanvaihtojärjestelmän uusiminen on Säkkinen mukaan usein edullisinta ajoittaa peruskorjauksen yhteyteen. Korjausten kustannukset vaihtelevat kuitenkin paljon riippuen kokonaiskorjaustarpeista. Jotta voidaan varmistaa talon toimiva ilmanvaihto, tulee käännyä ammattitaitoisen ilmanvaihtosuunnittelijan puoleen.

*Hengityslitolla on kodin sisäilma- ja korjausneuvon-
tapuhelin, joka palvelee numerossa 020 757 5181 ma-
to klo 9–15 sekä sähköpostitse korjausneuvot@hen-
gityslitto.fi. Neuvonta on maksutonta. ■*

» LAKIPALSTA



Lasse Jelekäinen
Asianajaja, OTM
Tohtorikoulutettava,
Helsingin yliopisto
Lindbladilla vuodesta
2019 lähtien

Kaupungin vuokratonttien vuokrankorotus

Asunto, kuten omakoti- tai kerrostalo voi sijaita omistetun tontin sijaan vuokratontilla. Kiinteistön omistaja tai taloyhtiö ei tällöin omista maapohjaa, vaan maksaa vuokraa tontin omistajalle, kuten kaupungille. Vuokrasopimukset ovat tavanomaisesti pitkiä ja sopimusehdot on sovittu vuosikymmenien ajaksi.

Viime vuosina vuokratontit ovat herättäneet keskustelua, sillä vuokriin on tehty merkittäviä korotuksia, kun vanhoja vuosikymmeniä kestäviä sopimuksia on uusittu. Esimerkiksi alkuvuodesta 2026 Espoon kaupunki ilmoitti korottavansa kaupungin vuokratonttien tonttivuokraa sopimukseen, jotka on laadittu 1970- ja 1980-luvuilla. Uuden sopimuskauden vuokrat olivat selvästi nykyisiä vuokria korkeampia, ja tätä on perusteltu pääkaupunkiseudun viime vuosikymmenten voimakkaalla arvonnousulla.

Tonttivuokran hinta on tavanomaisesti sidottu tontin arvoon sopimuksentekohetkellä, ja sopimukset ovat lähes poikkeuksetta määräaikaisia. Maanvuokralain mukaan vuokranantaja ei voi yksipuolisesti vuokra-aikana korottaa tontinvuokraa, ellei siitä ole sovittu tontinvuokrasopimuksessa. Tontinvuokran sovittelun osalta asia voidaan vuokra-aikana käsitellä käräjäoikeudessa.

Koska tonttivuokrasopimukset on tavanomaisesti solmittu 50 vuodeksi, niin vuokrataso on tässä ajassa jäänyt jälkeen tonttien arvosta. Uusittavien vuokrasopimusten hinta tarkastetaan Espoon

kaupungin tapauksessa tonttien markkina-arvoon, joka selittää moninkertaiseksi noussevan vuokrahinnan. Tampereella tonttivuokraan vaikuttaa asemakaavassa olevan rakennusoikeuden määrä ja Helsingissä toteutunut kerrosala.

Hinnankorotukset voivat vaikuttaa merkittävästi asukkaiden talouteen ja moninkertaiseksi nousseet vuokrat ovatkin herättäneet huolta ja vastustusta. Kiinteistöjen omistajat ovat tehneet kaupungeille oikaisuvaatimuksia yleisen kohtuuttomuuden nojalla. Vuokranantajana toimivan kaupungin menettely vuokrankorotuksessa voidaan käsitellä hallinto-oikeudessa. Kaupungit ovat pyrkineet kohtuullistamaan korotuksia esimerkiksi tapauskohtaisilla porrastuksilla tai toteuttamalla korotukset asteittain esimerkiksi 10 vuoden siirtymäajan avulla.

Uusien vuokraehtojen taustalla vaikuttaa myös ihmisten tasapuolisuus ja yhdenvertaisuus. Julkisten toimijoiden kuten kaupunkien on kunta- ja hallintolakien nojalla kohdeltava asukkaitaan tasapuolisesti. Vanhoissa vuokrasopimuksissa tonttivuokra on huomattavasti alhaisempi kuin lähi-vuosina solmituissa sopimuksissa. Tämä on johtanut siihen, että samassa kaupungissa kaupungin vuokratontilla asuvien ihmisten tonttivuokra voi vaihdella hyvinkin paljon. Tasapuolisuuden ja yhdenvertaisuuden nojalla vanhoja vuokrasopimuksia uusittaessa on kaupungin nostettava vuokra samalle tasolle nykyisen tason kanssa.



Teksti: Mari Pihlajaniemi

Saunatunnelma uudelle tasolle

Nuhruinen, kulunut sauna voi himmentää innokkaimmankin saunojan löylyilon. Kun vanha sauna päätetään remontoida uuteen uskoon, tarjoutuu tilaisuus lisätä niin sen viihtyisyyttä kuin tunnelmaakin, mutta myös varmistaa, että esimerkiksi kosteuseristykset ovat ajan tasalla.

Saunaremontin kimmokkeena on usein halu tuunata talo myyntikuntoon, tai vasta ostetun talon muokkaaminen enemmän oman näköiseksi. Toisinaan taustalla voi olla kuitenkin jo pelkästään trendien muuttuminen – tai silkka muutoksenhalu.

Olipa tilanne sitten mikä hyvänsä, yksi on selvää: jos saunaa ei ole kertaakaan remontoitu, pintojen ikääntyminen ja kuluminen voivat näkyä selvästi jo 30–40-vuotiaassa talossa.

– Silikonisaumoihin lattian ja seinän rajassa voi tulla tummia pisteitä. Paneloidun seinän alareuna alkaa tummua ja näyttää aika tuhnuiselta, eikä sitä saa puhdistamalla pois, kuvailee sisustusarkkitehti **Maria**

Krause, joka on uransa aikana suunnitellut saunaremontteja lukuisiin yksityiskoteihin.

– Myös sähköasennukset, kiuas ja pinnat voivat olla kuluneita tai nykyvaatimuksiin nähden puutteellisia.

Kuluneet, epäsiistit pinnat saavat saunan vaikuttamaan vanhentuneelta ja tunkkaiselta. Nuhruisuus vähentää helposti saunomisiloa, mutta saunaremontilla voidaan vaikuttaa myös saunan toimivuuteen ja turvallisuuteen. Etenkin iäkkäämpiä saunoja varten olisi Krausen mukaan hyvä miettiä saunaa remontoimalla esimerkiksi porrasten määrää ja nousukorkeutta, ja asentaa tarvittaessa kaiteet niiden molemmiin puoliin.

– Kun ihmiset vanhenevat, se, mikä

meni vielä 30 vuotta sitten, voi olla hankalaa nykyään.

Saunaan lisää tilantuntua lauderatkaisuilla

Vanhojen, alkuperäiskuntoisten saunojen yleisimpiä puutteita ovat vanhentunut tai puuttuva vedeneristys, heikko ilmanvaihto sekä rakenteisiin mahdollisesti syntyneet kosteus- ja homevauriot, luettelee sisustusarkkitehti **Piia Seppänen**, jolle saunojen suunnittelu on niin ikään päivätyötä.

Remonttia voi kuitenkin rajoittaa hänen mukaansa esimerkiksi tilan koko, seinärakenteet, ilmanvaihdon sijainti – ja budjetti.

– Nykyään some on pullollaan ku-

via leijuvista lauteista – eli mahdollisimman vähän näkyviä tukijalkoja – ja tämä aiheuttaa seinärakennehaasteen. Leijuvat tukijalattomat kulmat lauteissa täytyy huomioida jo seinärakenteissa ennen panelointeja.

Pienen saunatilan voi hänen mukaansa saada kuitenkin tuntumaan kokoaan suuremmalta sopivalla laudemallilla ja lauteiden mittasuhteilla.

– Alalaude kannattaa tehdä puolilaverina tai laverina, jolloin saadaan optimoitua jalkatila, ja kun alalaude jatkuu ylälauteen alle, se jatkaa katsetta takaseinään ja tila tuntuu suuremmalta.

Maria Krause huomauttaa L-mallisen lauteen vievän saunasta paljon



TULOSSA OMAKOTITALOJA YLÖJÄRVEN VUORENTAUSTAAN

KUSTOMOIDUT KODIT



JUMIRA



RAKENNETAANKO YHDESSÄ?

info@jumira.fi
040 831 9329



jumira.oy
Jumira Oy
jumiraoy
Jumira Oy

ENSILUOKKAISTA RAKENTAMISTA



TUTUSTU TALOMALLISTOOMME



VARMA OSAAJA KOTISI

- Urakointiin
- Suunnitteluun
- Työnjohtoon
- Konsultointiin



Nuhruisuus vähentää helposti saunomisiloa, mutta saunaremontilla voidaan vaikuttaa myös saunan toimivuuteen ja turvallisuuteen.

tilaa. Pienissä saunoissa hän kannattaa sen sijaan seinästä seinään -ratkaisua. Pienenkin saunan saa tuntuun kokoaan suuremmalta esimerkiksi vaihtamalla saunan oven lasioveksi, mutta hän toteaa, ettei sekään ole aivan ongelmaton ratkaisu:

– Jos vettä roiskuu, tulee kalkkitaharoja, mikä vaatii enemmän siivousta. Mutta toisaalta se luo tilantuntua, jos on näkymä suihkutilaan.

Saunaan voidaan saada kaivattua avaruutta myös osittais- tai kokolaseinällä. Krause muistuttaa monien suomalaisten yhdistävän saunaan kuitenkin mielessään intiimin tunnelman, jolloin pienempi tilakaan ei häiritse.

Saunatrendeinä tummat sävyt ja jiirilautteet

Nykypäivän saunatrendeissä näkyvät Piia Seppäsen mukaan tummat sävyt, kuten lämpökäsitelty haapa, mustaksi sävytetyt paneelit ja muu-

tenkin rauhallinen, luonnonläheinen spa-henki.

– Myös epäsuora LED-valaistus ja selkeä minimalistinen ilme ovat suosittuja.

Hän kertoo jiirilautteiden olevan tämän hetken suurin saunatrendi. Perinteisten lauteiden rinnalle on tullut myös näyttävämpiä laudekoko- naisuuksia, joita voidaan räätälöidä omaan makuun sopiviksi.

– Massiivisemmat liimalevylautteet ja vastaavasti rimamaisemmat lauteet kiinnostavat tällä hetkellä myös.

Pintamateriaaleilla on iso merkitys siihen, miten tilavalta sauna vaikuttaa. Seppänen kertoo vaaleampien puu- ja laattapintojen tekevät tilasta suuremman tuntuisen.

– Valitsisin myös paneeliksi noin 15 mm vahvan paneelin, en kovin vahvaa ja kolmiulotteista esimerkiksi rimamaista paneelia, koska materiaalivahvuudet voivat viedä pienestä saunatilasta myös yllättävästi tilantuntua.

Hän lisää myös paneelisuunnin- la olevan merkitystä. Niillä voidaan halutessa korostaa esimerkiksi tilan korkeutta tai syvyyttä.

– En välttämättä käyttäisi myöskään kovin montaa erilaista paneelia tai puun sävyä samassa saunassa. Kun käytetään samaa puunsävyä ja selkeitä yhtenäisiä pintoja, se tekee tilasta tilavamman oloisen, harmonisen.

Nykykiukaiden ominaisuudet kehittyneet

Kiuasvalikoima on monipuolistunut reippaasti sitten takavuosien: perinteisten seinäkiukaiden lisäksi saatavilla on esimerkiksi näyttäviä tornikiukaita, kulmamalleja ja lauteisiin integroitavia ratkaisuja, luettelee Seppänen. Samalla kiukaista on tullut entistä enemmän visuaalinen elementti.

Nykykaisten sähkökiukaiden energiahyötysuhde on kehittynyt

myös aimo harppauksen vanhoihin malleihin verrattuna, ja niiden sijoittelumahdollisuudet monipuolistuneet: lauteet voidaan esimerkiksi asentaa kehäksi joidenkin kiukaiden ympärille.

– Niitähän on valtavasti paljon eri värejä, eri kokoja ja osittain eri muotoja. On asiakkaista ja seinän paneeleista ja lauteista kiinni, mikä matsaa parhaiten, Krause toteaa.

Uusien kiukaiden tärkeä ominaisuus ovat suojatut vastukset, jotka estävät kiukaan ylikuumenemisen ja parantavat siten turvallisuutta. Monet nykykiukaat on varustettu myös helpommilla hallintamahdollisuuksilla, ja niitä voidaan ohjata etänä esimerkiksi älypuhelimella.

– Lisäksi uusissa kiukaissa voi olla lämmönsäätöjärjestelmä, joka asettaa sen optimaalisen lämmön mitä halutaan, Krause lisää.

Monet pitävät puukiukaista saatavia löylyjä ylivermaisina sähkökiukaisiin verrattuna. Krause vink- ➤

Hei lukija

Askarruttaako
kodin remointi?

Jaa remonttikokemuksesi tai
toivo juttuaihetta osoitteessa:

omakotilehdet.fi/palaute



Oletko jo
tutustunut?

Omakoti
www.omakotilehdet.fi

Magnific



Unsplash



kaa markkinoilta löytyvän nykyisin myös duo-kiukaita, joissa on sekä puu- että sähkölämmitys, joiden välillä voi vapaasti sitten valita tilanteen ja tarpeen mukaisesti.

– Jos on vähän kiireempi tai haluaa saunaa päivän päätteeksi, sitten vain napsauttaa kiukaan päälle kaukosäätimestä tai puhelimella.

Saunan valaistus tekee tunnelman

Valaistus tekee tunnelman – myös saunoessa. Seppänen kehottaa pohtimaan, halutaanko valaistuksella tehdä valoisaa vai hämyistä saunatunnelmaa. Valaistus on hyvä suunnitella ennen panelointia, jotta sähkötyöt pystytään tekemään suunnitelmaa tukevaksi ja sähköjen ulosviennit pystytään tekemään oikeille kohdille.

– Valaistus voi olla tänä päivänä myös himmennettävä, mikäli saunan tunnelmaa ja valaistuksen voimakkuutta halutaan muokata. Kannattaa pohtia myös tarvitaanko siivousvaloa oman katkaisijan taakse.

Myös Krause korostaa saunan valaistuksen merkitystä. Saunan valaistuksen uusiminen ei ole hänen mukaansa yleensä suuritöinen hanke, mutta kannattaa kosteissa tai puolikosteissa tiloissa jättää sähköasentajan hoidettavaksi jo turvallisuussyistä. Hän neuvoo kiinnittämään huomiota etenkin siihen, mihin valaistus sijoitetaan.

– Toisinaan lauteiden alle, tai jos lauteiden takana on selkänoja, siellä voi hyvin kiertää led-nauha. Tai sitten on spottivalaisimia alakatossa. Led-valaisimissa pitää miettiä

myös valon väriä, että se ei ole liian sininen vaan vähän kellertävä. On ihan uskomatonta, kuinka paljon se vaikuttaa tunnelmaan.

Nyrkkisääntönä saunan valaistus ei saisi häikäistä lauteilla olevia tai alas meneviä, ja sen tulee kestää kovaa lämpöä ja kosteutta. Seppänen kertoo nykyään olevan saatavilla myös pitkään kaivattua LED-nauhaa, joka voidaan asentaa saunan kattoon.

– Aiemmin tällaista tuotetta ei ole ollut markkinoilla, koska kuumuus aiheuttaa tekniselle toteutukselle ja valon kestävyydelle haasteita.

Sauna nykyvaatimusten tasolle

– Jos saunaa yhtään alkaa fiksamaan, kyllä se kannattaa laittaa hyvällä tavalla tähän päivään, Maria Krause kannustaa. Rakennustapa on vuosien saatossa muuttunut, ja monet asiat tehtiin aikoinaan hyvin toisin kuin nykyään. Etenkin kosteuseristeiden kunnosta on hyvä varmistua, ja tarvittaessa päivittää ne nykyvaatimusten tasolle. Mahdollisten virheiden lisäksi hän kehottaa kurkistamaan pinnan alle sitä, mitä saunassa ylipäättään on tehty ja pitäisikö jotain päivittää.

– Se lisää kustannuksia, mutta on sen väärä.

Hän neuvoo kiinnittämään huomiota myös saunan ilmanvaihtoon, etenkin korvausilman riittävyteen. Usein talon ilmanvaihtojärjestelmä kun on jäänyt rakennuskaiselle tasolle.

– Jotta saunassa olisi miellyttävä olla, tulo- ja poistoilman tulee olla kuitenkin tasapainossa.

Saunan siivoaminen helpommaksi

Sauna pitää pestä kunnolla pari-kolme kertaa vuodessa, muistuttaa Maria Krause – tehtävä, joka on tavallisesti melkoisen työläs.

– Valitettavasti ne alalautet pitää nostaa pois, jos ei halua ryömiä lattioilla. Jos saunan lauteet on kiinnitetty seinästä seinään, niitä on aika vaikea nostaa.

Hän vinkkaa saunanpesun helpottuvan esimerkiksi kuivahöyrypesurilla, jolla tahrat ja bakteerit saadaan puhdistettua lauteilta kätevästi.

Piia Seppänen kehottaa ottamaan siivoamisen huomioon jo laudesuunnitteluvaiheessa. Siirrettävä nousujakkara ja irrotettavat tai kääntyvät laudeosat helpottavat lattian ja rakenteiden puhdistamista.

Puhtaanapitoa helpottaa myös lauteen suoja-käsittely esimerkiksi parafiiniöljyllä tai saunavahalla.

– Nämä tekevät puupinnoista vettä ja likaa hylkiviä. Näin puhtaanapito helpottuu. ■



KAIKKI KOTISI LASITUKSET

AKi-LASI
AUTO- JA KIINTEISTÖLASI TAMPERE OY

Tutustu valikoimaan
www.aki-lasi.fi
(03) 254 9900 • info@aki-lasi.fi



Kaikkien alueiden Omakotilehdet löydät osoitteesta:
www.digiomakoti.fi

Omakoti
OMAKOTIASUMISEN ERIKOISLEHTI

terassilasitukset | lasikatot | lasikaiteet | lasiterassikokonaisuuudet



SHOWROOM
Valkeakoskella



Kuntoiluhuone, eläinhuone, olohuone, ruokahuone

Rakennamme onnellisia olotiloja

Glasluckan

Suomen Glasluckan Oy | Puh. 03 588 7385 | myynti@glasluckan.fi | www.glasluckan.fi



Muuttofirmasta saa ammattimaista palvelua tavaroiden siirtoon tai vaikka koko muuttoon.

Teksti: Ulla Sirén

Muuta ensin paperilla, sitten autolla

Hyvä muutto on sellainen, että irtaimiston lisäksi omat hermot säilyvät kunnossa. Siksi muutto onnistuu parhaiten suunnittelemalla, aikatauluttamalla ja varmistamalla kaikenlaisia asioita etukäteen.

Muutossa kannattaa karsia turhia kustannuksia, joten sen suunnittelu alkaa eri vaihtoehtojen vertailusta ja kilpailuttamisesta. Muuttopäivällä on väliä hinnan suhteen, sillä muuttopalvelut ovat yleensä halvempia keskellä viikkoa ja alkukuusta. Joskus hiljaisen kysynnän aikoina firmat tarjoavat erityisen edullisia päiviä tai ”äkkilähtöjä” eli halpoja muuttoja niille, jotka tilaavat palvelun vasta päivää paria aikaisemmin. Tällöin muuton voi joskus saada jopa puoleen hintaan.

Jos aikoo muuttaa ilman ammattiapua, on hankittava vähintään kuljetukseen sopiva auto ja tarvittava talkooväki, muuttolaatikoita sekä muita apuvälineitä kuten nokkakärkyt ja kuorman kiinnitykseen tarvittavat välineet. Auton ja laatikot voi vuokrata, joten niidenkin hintoja kannattaa vertailla.

Muuttamiseen voi saada taloudellista apua, joten hyvissä ajoin ennen muuttoa on hyvä ottaa selvää, onko oikeutettu sellaiseen. Kela voi maksaa tietyin ehdoin muuttoavustusta ja jos on muutettava työn takia, myös

liikkuvuusavustusta. Työehtosopimukseen kuuluva palkallinen muuttopäivä on tuki, jota kaikki eivät ehkä tule ajatelleeksi.

Tilaa muutto ajoissa

Muuttojen asiantuntija, toimitusjohtaja **Jari Kuopio** kertoo, että muuton toteuttajaksi valitaan usein lähin firma, mutta se ei aina takaa halvinta hintaa. Esimerkiksi muuttoauton ajo laskutetaan varikolta varikolle, mitä firman toimiston sijainti ei kerro. Auto voi siis tulla kauempaa kuin luulisi.

Kuopion mukaan suosituin muuttofirman avulla tehtävä muutto on sellainen, jossa asiakas pakkaa ja purkaa itse tavaransa, mutta firma hoitaa niiden suojauksen kuljetuksen ajaksi sekä kaiken kantamisen.

– Nykyään on harvinaista, että ihmisillä on omasta takaa apuväkeä. Mies ja -auto -tyyppisiä muuttoja ei juuri enää tehdä, vaan firmasta tulee aina kaksi tai kolme työntekijää, hän kertoo.

Sen sijaan täyttä ”avaimet käteen” -palvelua, jossa firma sekä pakkaa

että purkaa tavarat, hyödyntää vain pari prosenttia kaikista muuttajista.

Muuton ammattilaiset toivovat, että tilaus tehdään riittävän ajoissa, mutta mielellään firman kanssa yksityiskohdista neuvotellen. Muuttofirmoilla on tuntihinnat, joten asiakkaat haluavat mieluiten tiukan aikataulun, mutta tietämättömyydestä voi seurata virheitä. Maallikon on vaikea tietää, miten paljon tavaroiden siirto oikeasti vie aikaa, ja miten ison auton mikäkin tavaramäärä vaatii.

– Ehdottoman tärkeää on tehdä kaikki sopimukset muuttofirman kanssa kirjallisena, Jari Kuopio neuvoo. Asiakkaan on saatava tilauksestaan kirjallinen vahvistus, jossa luetellaan kaikki vastuut ja velvollisuudet. Pelkkää suullinen sopimus saattaisi johtaa siihen, että määräpäivänä muuttoautoa ei tulekaan.

Pakkaa järjestyksessä

Muutto on sitä työläämpää, mitä enemmän selvittävää on vanhaan asuntoon kertyneissä tavaroissa. Usein

muuttavat ovat yleensä karsineet tavaraitaan, mutta jos muutetaan pois kodista, jossa on eletty kymmeniä vuosia, kaiken läpikäyminen voi vaatia paljon aikaa ja ajatustyötä. Siitä päästä kannattaa siis aloittaa, kun kodin vaihto häämöttää.

Perillä odottava kaaos on lyhytkestoisempi, jos laatikon päälle kirjoitetaan, mitä se sisältää, sekä mihin huoneeseen pakkaus kuuluu viedä.

Tärkeää on myös huonekalujen pintojen sekä särkyvien esineiden kuten peilien ja valaisinten suojaaminen. Lipastojen ja kirjoituspöytien laatikot on hyvä teipata tai muuten kiinnittää paikoilleen, niin että ne eivät aukeile kannettaessa. Jari Kuopio kehottaa lisäksi välttämään laatikoiden ylipakkaamista.

– Jos laatikot on pakattu kukkurilleen, niitä on mahdotonta pino- ta päällekkäin muuttoautoon. Silloin jokainen laatikko pitää avata ja tyhjentää niistä tavaraa muualle, tai sitten asetella ne vain vierekkäin, mikä tosiasiaa on harvoin mahdollista, hän selittää.

Järkevä muuttaja varaa itselleen ja

perheelleen selviytymispakkauksen, joka sisältää sen, mitä voi tarvita kesken muuton ja heti sen jälkeen. Sellaisia ovat esimerkiksi hygieni- ja ensiaputarvikkeet, laturit, taskulamput, sakset, lattiaharja ja rikkalapio, käteinen raha, ruokaa ja juomaa – myös lemmikkieläimille – vauvan hoidossa välttämättömät tarvikkeet; ylipäättään kaikki sellainen, mitä ilman ei tule toimeen montaa tuntia. Jos koko kodin irtaimisto on pakattuna laatikoihin, joita monet käsiparit ovat kantaneet sisään satunnaisessa järjestyksessä, on helpotus tietää ainakin se, missä sijaitsee välttämättömin.

Vanha asunto kuntoon

Ei ole samantekevää, mihin kuntoon vanha asunto jää. Jos asuu vuokralla, muuttosiivous kuuluu vuokralaisen velvollisuuksiin. Ellei sitä hoida, omistaja siivouttaa asunnon ja lasku seuraa perässä. Siivouksen saa tarvitessaan myös ostopalveluna, jota jotkin muuttofirmatkin tarjoavat. Siivouspalvelusta saa verotuksessa kotitalousvähennyksen, mutta muuttopalvelusta ei.

Esimerkiksi varastotiloja voi siivota ja ikkunoita pestä jo viikkoja ennen muuttoa, ja sillä keinolla muuttoviikon kiire helpottuu. Siivouksessa pitää muistaa komeroitten sisäosien sekä lieden ja jääkaapin taustojen imurointi sekä lattiakaivojen, ilmanvaihtoventtiilien, uunin, jääkaapin ja pakastimen puhdistus. Kun kylmäkalusteet on sulatettu ja puhdistettu ja johdot otettu irti pistorasioista, niiden ovet jätetään raolleen, jotta sisälle ei muodostu kosteutta. Pesu- ja tiskikoneiden hanojen pitää jäädä kiinni.

Viimeistään siivouksen yhteydessä on hyvä tarkistaa asunnon kunto ja dokumentoida se valokuvamalla. Silloin välttyy muun muassa siltä, että uusien asukkaiden muutossa tai heti sen jälkeen aiheuttamista vaurioista aletaan vaatia korvauksia edelliseltä asukkaalta. Dokumentointi koskee tietysti myös uutta asuntoa, jotta voidaan osoittaa vuokranantajalle tai taloyhtiölle sen kunto sekä mahdolliset puutteet muuttohetkellä.

Solmi, siirrä ja irtisano

Kuten tiedetään, muuttaminen ei tarkoita pelkkää tavaroiden siirtämistä paikasta toiseen. Asumiseen liittyy melkoinen määrä erilaisia sopimuksia, joista suuri osa on normaalin arjen sujumisen kannalta pakollisia, eivätkä nekään vaihda paikkaa automaattisesti.

Tärkein on muuttoilmoitus Digija väestötietovirastoon, Postiin sekä taloyhtiöön muutettaessa lisäksi muutto- eli taloon tuloilmoitus isännöitsijälle. Muuttoilmoitukset eivät korvaa toisiaan, joten ne kaikki on muistettava.

Sähkö- ja nettisopimukset kat-

keavat muutettaessa asunnosta toiseen. Koska uudet sopimukset on tehtävä joka tapauksessa, ne voi halutessaan kilpailuttaa muuton yhteydessä. Jos taas sähkö ja netti sisältyvät vuokraan uudessa asunnossa, pitää muistaa olla tekemättä sopimuksia.

Samoin lehtitilaukset ja muut mahdolliset säännöllisesti kotiin saapuvat tilaukset kannattaa siirtää ajoissa, jotta ei synny katkoksia.

Taloyhtiöistä lähtiessä on muistettava irtisanoa sauna- ja pesutuvuorot sekä autopaikka, ja taloyhtiöön muutettaessa sopia uudet vuorot. Joissakin taloyhtiöissä voi olla muitakin varattavia vuoroja, kuten kuntosali. Vuoroista voi sopia esimerkiksi silloin, kun ilmoittaa muutosta isännöitsijälle.

Omakotitaloon muuttaja tarvitsee lisäksi ainakin vesi- ja jätehuoltosopimukset sekä mahdollisesti yksityistien lumenaurausopimuksen, jota ei helposti tule ajatelleeksi, jos muutto tapahtuu lumettomana aikana.

Vuokralaisen pitää lisäksi muistaa, montako avainta hänen hallussaan on ollut autopaikan sähkötölpän avain mukaan lukien, ja kerätä ne kokoon ajoissa.

On myös syytä varmistua siitä, että takuuvuokra palautetaan sen jälkeen, kun vuokranantaja on tarkistanut tyhjäksi jääneen asunnon.

Huolehdi vakuutuksista

Kotivakuutus pitää muistaa siirtää uuteen asuntoon, ja ennen kaikkea on tärkeää varmistaa, että se on voimassa muuttopäivänä ja sisältää muuttovakuutuksen. Jos vakuutuksen sanoo irti ja ajattelee ottavansa uuteen kotiin aikanaan uuden, käy niin, että vakuutusta ei ole turvana silloin, kun on suurin riski, että irtaimistolle tai jommallekummalle asunnolle sattuu jotain.

Muuttofirman oma vakuutus korvaa särkynyttä omaisuutta painon mukaan, 20 euroa kilolta, jos firma aiheuttaa vahinkoa. Lisäksi on olemassa erillinen muuttovakuutus, joka tarvitaan, mikäli muutettava omaisuus on erityisen arvokasta tai vaikeasti kuljetettavaa. Muuttajan ottama erillisvakuutus on välttämätön, jos muutettava esine on yli 2000 euron arvoinen.

On hyvä huomata, että muutos kadonneita tavaroita vakuutus ei korvaa eikä muuttofirma vastaa niistä. Jari Kuopio selittää, että jos katoamiset olisivat firman vastuulla, koko muuttokuormasta pitäisi laatia yksityiskohtaiset lähetyslistat, jotta olisi selvää, mitä tavaraa kuormassa on kulkenut.

– Muuton jälkeen tavaroita on usein hukassa, mutta tavallisesti ne löytyvät lopulta asiakkaan omista tiloista, eivät muuttoautosta, Kuopio sanoo. ■

Asiantuntija: Toimitusjohtaja Jari Kuopio, Muuttoapu.com

OSTETAAN
KUOLINPESÄT, TYHJENNYKSET,
VINTTITAVARAT, LASIESINEET YM.

ULLAKON löydöt
osto- ja myyntiliike

www.ullakonloydöt.fi p. 041 317 8934

Omakoti

f

Tykkää meistä FACEBOOKISSA!
facebook.com/omakotilehti

omakotilehdet.fi

Turvalliset ja energiatehokkaat autotallinovat ja ulko-ovet vaihtoi-
töineen suoraan nosto-ovien markkinajohtajalta. Pyydä tarjous!

AUTOTALLINOVET
AVAIMET KÄTEEN -ASENNUKSELLA

Luotettava palvelu, ammattimaisesti ja
lupausten mukaisesti hoidettu työ. ★★★★★

Nopea toimitus ja joustava asennus. Ei
tarvitse miettiä mistä seuraavan oven tilaan. ★★★★★

TURNER DOOR
PYYDÄ TARJOUS:
044 5639 849
jouni.lahdetniemi@turner.fi
www.turner.fi

SE AVULIAIN OVIKUMPPANI

SUOMALAISTA PALVELUA



Teksti: Elina Salmi

Kodin ei-toivotut pikku vieraat

Vessan lattialla näkyy hopeinen vilahdus, roskakaapista kuuluu rapinaa ja jauhopussin sisältö näyttäisi elävän. Kotiin on siis päässyt kutsumattomia vieraita.

Siistiinkin kotiin saattaa joskus ilmaantua tuholaisia, joista haluaa päästä eroon. Osa niistä tulee viemäristä, osa ulkoa ja osan kannamme itse sisälle.

Vaikka joukossa on harmittomia-kin kavereita, voivat tuhohyönteiset ja sisälle tunkevat jyrsijät aiheuttaa monenlaista haittaa ja harmia sekä ainakin runsaasti ylimääräistä työtä. Eronhan niistä on päästävä.

Jos kylpyhuoneessa, ruokakaapissa tai vaatekomerossa näkyy ötököitä, pitää ensiksi koittaa selvittää laji. Jos lentäviä tai ryömiviä hyönteisiä tai toukkia on enemmän kuin yksi, on syytä ryhtyä toimeen ja pyrkiä häätämään kutsumattomat vieraat mahdollisimman pikaisesti.

Hiiret, rotat ja toisinaan oravat saattavat myös päästä sisätiloihin ja

ne on häädettävä vielä isommalla kii-reellä kuin hyönteiset.

Vessan vikkela vipeltäjä

Sokeritoukka on reilun sentin mit-tainen, hopeanharmaa, vilkasliikkei-nen otus, joka viihtyy kosteissa tiloi-sa. Useimmiten sen näkee vessassa tai kylpyhuoneessa, kun valonarka hyönteinen säntää piiloon valojen syttyessä.

Sokeritoukka viihtyy viemäreissä. Ne liikkuvat tilasta toiseen putkien kautta ja pääsevät hajulukkojen läpi. Sokeritoukista on harvoin mitään oi-keaa haittaa, mutta ne voivat toisi-naan aiheuttaa tuhoja tekstiileissä. Jos toukkia on massoittain, se voi ker-toa siitä, että rakenteissa on kosteus-vaurioita ja tarkempi tutkimus on

paikallaan.

Sokeritoukkia voi yrittää häätää kaatamalla kiehuvaa vettä kaikkiin viemäreihin. Lisäksi on suositeltavaa imuroida kosteiden tilojen ja keittiön listat, nurkat, saumat sekä raot. Li-säksi voi illalla käsitellä pyretriinipi-toisella aineella ne kohdat, joissa so-keritoukkia näkyy.

Hyönteismyrkkujen käytössä on noudatettava varovaisuutta ja tutus-tuttava erittäin huolellisesti käyttö-ohjeisiin, sillä toiset niistä ovat vaa-rallisia myös ihmisille ja vaikkapa lemmikkieläimille.

Muukalainen keittiön pöydällä

Keväällä ja alkukesästä voi sisäl-lä nähdä myös mauriaisia eli soke-

rimuurahaisia. Se on pieni ja musta eikä pure ihmistä.

Useimmiten mauriaisten pesä on ulkona ja ne hakeutuvat sisätiloi-hin vain etsimään syötävää. Kannat-taakin vähentää houkutusia ja pi-tää ruoat suojattuina, makeat aineet tiiviissä rasioissa sekä keittiö siisti-nä murusista. Turvallisin vaihtoehto mauriaisten torjuntaan on kaupan syöttövalmiste, jossa myrkky on muo-virasian suojassa.

Toisinaan sisätiloissa voi havai-ta myös mauriaista selvästi suurem-man ja luonnosta tutumman hevos-muurahaisen. Normaalisti hevos-muurahainen elää metsissä, mutta voi joskus pesiä myös rakennukseen ja aiheuttaa merkittävää tuhoa. He-vosmuurahainen ei varsinaisesti syö puuta, vaan jyrsii sinne pesänsä, joka



Hiiret, rotat ja toisinaan oravat saattavat myös päästä sisätiloihin ja ne on hädettävä vielä isommalla kiireellä kuin hyönteiset.

laajenee vuosi vuodelta.

Jos pesä sijaitsee rakennuksen kantavissa osissa, voi syntyä huomattaviakin vahinkoja. Siksi pesä on löydettävä ja tuhottava pikimmiten ja kaikki vioittuneet puuosat vaihdettava uusiin. Aina varma valinta on ammattimaisen tuholaistorjujan apuun turvautuminen.

Apuja, jauhoissani liikkuu joku

Elintarvikkeita vioittavat tuhohyönteiset kulkeutuvat kotiin jauhopussissa tai muissa elintarvikkeipakauksissa, tekstiilituholaiset taas vaatteiden tai kalusteiden mukana. Jos jauhopussissa liikkuu joku tai näkyy ohutta seittiä, on kotiin tullut kannettua riisihärö, rohmukuoriainen tai joku koisalaji. Jokainen lielee törmännyt myös banaani-kärpäseen.

Eri elintarvikkeilla on omat tyypilliset tuholaisensa. Useimmat niistä eivät ole myrkyllisiä tai levitä tauteja, mutta syödessään elintarvikkeita ne pilaavat tuotteet ulosteillaan.

Jos havaitsee keittiön kaapeissa ylimääräistä elämää, kannattaa aluksi tarkistaa kaikki, myös avaamattomat pakkaukset ja heittää pois saastuneet. Sen jälkeen pitää tyhjentää kaikki keittiön kaapit, imuroida ne ja pyyhkiä hyllyt yleispuhdistusaineella. Pölypussi vietään välittömästi roskeen. Kannattaa lisäksi puhdistaa lieden tausta ja muut raot ja välit, joihin helposti kertyy likaa ja murusia.

Elintarvikkeiden säilyttäminen tiiviissä muovi- tai lasipurkeissa auttaa ehkäisemään tuholaisten leviämistä. Ulkomailta tuodut mauste- ja pähkinäpussit voi pakastaa viikoksi, jolloin niissä mahdollisesti olevat hyönteisten munat tuhoutuvat.

Loppukesästä ilmaantuva banaani-kärpänen on ärsyttävä, mutta muuten vaaraton. Niitä voi yrittää torjua pitämällä keittiön työtasot ja tiskiallas puhtaina, piilottamalla ruoat kaappeihin ja jääkaappiin ja tyhjentämällä bioskiskäpäivittäin.

Tekstiilituholaiden esiintymisen ei automaattisesti tarkoita sitä, että siivouksessa on oikaistu turhan usein, mutta helpommin ne lisääntyvät ja elävät sotaisessa ympäristössä. Kannattaakin tuulettaa, ravistella ja pestä tekstiilejä säännöllisesti ja imuroida vaatekaapit aika ajoin. Siten ehkäisee tehokkaimmin koiperhosten, turkiskuoriaisten tai yöihirakuoriaisten tuhoja.

Jos löytää tekstiileistä reikiä, toukkien koteloiden kuoria tai näkee toukkia tai kuoriaisia, on syytä ryhtyä toimiin. Kaapit tyhjennetään kokonaan ja kuumaa kestävä tekstiili pestään 60 asteessa tai pakastetaan viikon ajan.

Lisäksi vaatekaapit imuroidaan ja pyyhkitään yleispuhdistusaineella huolellisesti pinnat, lattiat, lattialistat, nurkat ja laatikot. Myös lähellä olevat matot vietään ulos ja tuuletetaan tai imuroidaan molemmiin puolin. Tarpeen mukaan voi käyttää tuholaisten torjuntaan tarkoitettua ainetta, joka sisältää pyretriiniä.

Ikävä matkatulainen

Ehkä inhotuin kutsumaton vieras on lutikka. Se on syöpäläinen eli hyönteinen, joka tarvitsee ihmisten tai muiden nisäkkäiden verta ravinnokseen. Omakotitaloon se useimmiten kannetaan itse kirpparilöytöjen tai ulkomaan reissulta matkatavaroiden mukana. Kerrostalossa ne voivat levitä asunnosta toiseen.

Lutikan saapumista kotiin ei välttämättä heti huomaa, koska se piileskelee päivisin patjojen saumoissa tai vaikka sängyn rakenteissa ja liikkuu vain öisin.

Merkkejä lutikoista voivat olla verijäljet ja tummat tai mustat ulostepisteet lakanoissa, patjoissa tai sängyn jaloissa. Luteen purema voi aiheuttaa kutisevia paukamia, jotka sijaitsevat usein raajoissa ja niitä on muutama aivan lähekkäin.

Lutikoiden hävittämiseen tarvitaan aina ammattilainen, koska niihin eivät tehoa kuluttajien käyttöön tarkoitetut torjunta-aineet. Matkalta tullessa esineet ja tekstiilit, jotka kestävä kuumaa, voi varotoimenä viädä hyvin lämmitettyyn saunaan muutamaksi tunniksi. Saman asian ajaa viikko pakastimessa tai talvella ulkona, jos pakkasta on yli -18 astetta.

Tuholaisten ennaltaehkäisy on aina helpompaa kuin niiden hävittäminen. Säännölliset tarkastukset, puhtaanapito sekä kosteusolosuhteet vaikuttavat olennaisesti siihen, asettuvatko tuholaiset taloksi. Suoranaressa torjunnassa on otettava huomioon ongelman aiheuttaja ja sen aikaansaamat tuhot sekä viävä usein monivaiheinen torjunta loppuun ohjeiden mukaisesti.

Lähteet: Asumisterveysliitto AsTery, Martat, Tukes ja Ruokavirasto »

PARASTA PALVELUA, NOPEASTI JA LUOTETTAVASTI!



AA-Tuholaistorjunta on naisten johtama, tehokas ja vastuullinen tuholaistorjuntayritys

Nopeaa, asiantuntevaa ja ennaltaehkäisevää palvelua sekä yrityksille että kotitalouksille Uudellamaalla ja Pirkanmaalla.



AA-TUHOLAISTORJUNTA

aa@aatuholaistorjunta.fi, p. 044 246 9255

www.aatuholaistorjunta.fi



luotettava kumppani

Olemme Tukesin hyväksymä toiminnanharjoittaja.

Paikallinen, ystävällinen ja nopea palvelu! Tuholaistorjuntaa

Jyrsijät, ampieiset, kuoriaiset, muurahaiset, lutikat, sokeritoukat, torakat, haittalinnut



Puhelut & WhatsApp: 044 245 2374

Rehti ja reilu, kylillä kehuttu!

Olemme kotimainen ja paikallinen perheyryitys. Tarjoamme haittaeläinhallinnan ja tuholaistorjunnan palveluja pääasiassa Pirkanmaalla ja Satakunnassa. Meidät tavoittaa helposti ja vastaamme nopeasti!

Verkkokaupastamme tuotteet omatoimiseen torjuntaan!



www.sapitu.fi

Helposti ja nopeasti!



KONESAUMAKATOT, RAKENNUSPELTITYÖT & PELTIKATTOREMONTIT

- LUOTETTAVASTI MITTATILAUSTYÖNÄ
SUORAAN PAIKALLISELTA AMMATTILAISELTA

**HÄMEEN
RAKENNUSPELTI OY**
Mäkirinteentie 25, 36220 Kangasala

Kari-Pekka Rauhamäki
toimitusjohtaja, 040 514 0465
myynti@hameenrakennuspelti.fi
www.hameenrakennuspelti.fi

VAATIVIEN KOHTEIDEN AMMATTILAINEN - AINA AJALLAAN

Koneurakointi Jari Niemelä Oy

- ♦ viherrakentaminen
- ♦ perustustyöt
- ♦ maa- ja pohjarakentaminen
- ♦ kunnallistekniikka
- ♦ kaivuu ja maansiirtotyöt

0400 913 159

jarikniemela@gmail.com
www.maanrakennusjariniemela.fi



**Ripeät ratkaisut
TUHOLAISONGELMIIN
olivat ne pieniä tai suuria**

**Etkö ole varma,
mikä hyönteinen
tai jyrsijä on kyseessä?**

**Maksuton etätunnistus-
palvelumme antaa
nopeasti vastauksen.**

040 758 2910 • info@tampest.fi

www.tampest.fi



Nurkasta kuuluu pienten tassujen rapinaa

Kotona ja mökillä saattaa joskus törmätä vähän isompiin tuholaisiin eli hiiriin tai rottiiin. Joskus oravakin saattaa pyrkiä taloksi eristeisiin. Metsähiiri on ehkä yleisin taloihin, kesämökkeihin ja ulkorakennuksiin tunkeutuva jyrsijä.

Jyrsijöistä ja niiden eritteistä tarttuvia tauteja ovat muun muassa lehmänrokkovirus, myyräkuumetta aiheuttava Puumala-virus, jänisrutto ja jäykkäkouristus. Lisäksi on mahdollista saada jyrsijänpureman aiheuttama infektio ja rotanpuremakuumie.

Taudinaiheuttajat voivat tarttua myös loukuista. Myyräkuumeen saattaa saada hengitysteitse metsämyyrän eritteiden saastuttamasta puu- tai eristepölystä. Siksi kuolleita jyrsijöitä käsiteltäessä on käytettävä suojakäsineitä ja tarvittaessa muita suojaimia.

Jyrsijähaitat on parasta yrittää ehkäistä ennalta. Koska hiiri pääsee rakennukseen sormen mentävästä reiästä ja rottakin vain vähän isommasta, pitää tilkitä riittävän tiheällä verkolla kaikki raot, joista eläin voi päästä sisälle.

Elintarvikkeet ja lemmikkien ruoat on säilytettävä niin, etteivät jyrsijät pääse niihin käsiksi. Myös jätteet on suljettava kannellisiin astioihin eikä biojätteitä saa kompostoida avokompostissa. Lintujen ruokintapaikoilla maahan varisevat siemenet saattavat houkutella jyrsijöitä paikalle, joten kannattaa suosia ruokintalaitteita, joihin ne eivät pääse ja pitää ruokintapaikka siistinä. Lautajä ja lehtikasat on siivottava pois pihasta, sillä jyrsijät piiloutuvat mielellään niihin.

Jos ennaltaehkäisy ei auta, on ryhdyttävä hävittämään otuksia. Tukes suosittelee käyttämään siinä tehtävässä ensisijaisesti tappavia loukkuja. Viimeisenä keinoja jyrsijöiden torjunnassa voi käyttää jyrsijämyrkyä, mutta on muistettava, että silloin vaarassa ovat hiirien lisäksi myös pienet lapset ja kotieläimet, joiden suuhun myrkyä voi joutua.

Rottien hävittäminen kannattaa jättää yleensä ammattilaisille – varsinkin, jos niitä halutaan hävittää myrkyttämällä, sillä kuluttajille ei ole myynnissä rottien tehoavia valmisteita. Tuholaistorjuntaa tekeviä yrityksiä voi etsiä Tukesin tuholaistorjunnan yritysrekisteristä. ■

Lähde: Tukes

» KOLUMNI

Tuulahduksia Euroopasta



Sirpa Pietikäinen
Kirjoittaja on Euroopan
parlamentin jäsen.

Terveysturvallisuutta voi parantaa myös kotona

Julkisuudessa puhutaan tällä hetkellä paljon turvallisuudesta, mutta useimmiten keskustelu pyörii aseellisten konfliktien, energian tai talouden ympärillä. Siitäkin huolimatta, että yksi usein sivuutettu kokonaisturvallisuuden palanen näkyy meille konkreettisimmin omassa arjessamme: terveysturvallisuus.

Viime vuosien kesät ovat muistutus siitä, ettei ilmastomuutos ole enää vain tulevaisuuden ilmiö. Tämä vuosi ei ole poikkeus - jo toukokuussa Keski-Eurooppa kärvisteli yli 30 asteen helteissä. Tämä vuosi on myös niin kutsuttu super-El Niño -vuosi. El Niño on Tyynenmeren päiväntasaajan alueen ilmastoilmiö, jossa meriveden pintalämpötila lämpenee poikkeuksellisesti ja vaikuttaa sääilmiöihin kaikkialla maailmassa, aiheuttaen esimerkiksi pitkittyneitä helteitä, kuivuutta, rankkasateita ja myrskyjä. Tänä vuonna el Niño on ilmastomuutoksen vuoksi poikkeuksellisen voimakas, ja ilmiö on odotettavissa valitettavasti jatkossakin.

Nämä ilmiöt näkyvät jo myös meillä Suomessa. Siksi meidän tulee tehdä kaikkemme ilmastomuutoksen kiihtymisen ehkäisemiseksi, jotta emme päädy 2040-luvulla elämään elinkelvottomassa maailmassa. Meidän pitää sekä torjua ilmastomuutoksen kiihtymistä että sopeutua siitä jo nyt aiheutuviin seurauksiin. Yhteiskunnat ja kaupungit joutuvat pohtimaan uudella tavalla varautumista kuumuuteen ja sään ääri-ilmiöiden aiheuttamiin häiriöihin. Esimerkiksi sairaaloiden täytyy varautua hellejaksojen aiheuttamaan potilasmäärän nousuun tai helteiden kuumentamien toimenpiteiden viilentämiseen. Tämä vaatii valmistautumissuunnitelmia, aikaa ja rahaa.

Kaiken tämän keskellä oma koti on turvallinen paikka, mutta sitä täytyy myös ennakkoon varustaa. Poliitiikan

tehtävä on pitää huolta suurista linjoista: parantaa infrastruktuuria, huolehtia energian saatavuudesta, terveydenhuollon toimivuudesta ja siitä, että yhteiskunta kestää muuttuvia olosuhteita. Toinen puoli turvallisuudesta rakennetaan kodeissa.

Perustason varautuminen on viisautta. Kotona pitäisi olla pulloitettua juomavettä, jonkun verran hyvin säilyvää ruokaa, kuten säilykkeitä, näkkileipää, pähkinöitä, herneitä ja papuja, kuivattuja hedelmiä, hiutaleita ja myslejä, välipalapatukoita tai riisiä ja pastaa. Lemmikeillekin pitäisi muistaa varata ruokaa. Tuoreet hedelmät, kasvikset ja juurekset ovat hyvä lisä etenkin kesällä. Lisäksi tarvitaan taskulamppu ja paristoja.

Kuumuus ja kriisitilanteet rasittavat meitä kaikkia, mutta kaikkein eniten ikäihmisiä, pieniä lapsia ja pitkäaikaissairaita. Kesällä voimme kaikki ylläpitää terveysturvallisuutta muistamalla juoda vettä, pitämällä kodin viileänä ja kysymällä ikääntyneeltä naapurilta, tarvitseeko hän apua tai kylmää juomaa. Turvallisuus syntyy pienistä teoista, vaikkapa siitä, että naapureiden kanssa sovitaan yhdessä, miten toimitaan sähkökatkon tai kovan helteen aikana.

Myös omalla pihalla voi vaikuttaa. Puut eivät ole vain maisemaa tai viihtyvyyttä varten, vaan ne viilentävät ympäristöä ja tekevät pihoista miellyttävämpiä myös helteellä. Moni on viime vuosina innostunut hyötykasveista, sadeveden keräämisestä ja muista omavaraisuuden pienistä askelista, jotka nekin parantavat tulevaisuusvalmiutta.

Turvallisuus voi olla niinkin yksinkertainen asia kuin pihakeinu ison puun varjossa tai naapurin piipahdus ovella. Varaudutaan tänä kesänä viisaasti, pidetään huolta toisistamme ja nautitaan valosta.



**Harrastus-
teema**

Teksti: Mari Pihlajaniemi

Höntsäilystä huvia ja hyvinvointia

Urheilun harrastaminen tekee hyvää iästä riippumatta, mutta arjen puristuksessa se voi unohtua vuosikausiksi. Vanhan, tutun lajin pariin voi kuitenkin palata vielä aikuisenakin – tai aloittaa uusi harrastus vaikka niin sanotusti pystymetsästä.

Kun kyse on aikuisikäisten liikkumisesta, muistettakoon ensin tosiasiat: terveyden ylläpitämiseksi aikuisten tulisi suositusten mukaan liikkua viikossa vähintään 2,5 tuntia reippaasti tai 1 tunti ja 15 minuuttia rasittavasti. Sen lisäksi viikkoon tulisi sisältyä vähintään kaksi kertaa lihaskuntaa ja liikehallintaa kehittävää harjoittelua.

Suositukset jäävät kuitenkin monilla vain haaveen tai hyvän aikomuksen tasolle. UKK-instituutin johtava tutkija **Pauliina Husu** toteaa reilun neljäsosan aikuisväestöstä täyttävän suositellun liikkumismäärän sekä

reippaan ja rasittavan liikunnan että lihaskuntaa ja liikehallintaa kehittävän harjoittelun osalta.

– Noin kolmasosa ei täytä kumpakaan osiota. Nuoret aikuiset täyttävät suosituksen yleisemmin kuin vanhemmat ikäryhmät.

Myönteisenä kehityksenä aikuisten niin sanotut höntsäily- eli harrasteryhmät ovat kuitenkin yleistyneet viime vuosina. Liikuntaa ei harrasteta välttämättä kovaa suorittamista tai tulosten tavoittelua varten, vaan kuntoilulta halutaan ennen kaikkea iloa ja yhteisöllisyyttä.

Rennon, yhteisöllisen liikunnan

suosio ilmeni esimerkiksi trendejä listaavan American College of Sports Medicine (ACSM) kartoituksesta, jota Suomen osalta oli laatimassa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan apulaisprofessori Kasper Salin.

Sama oli havaittavissa myös UKK-instituutin taannoisessa väestötutkimuksessa. Kun vastaajilta kysyttiin, mikä näitä motivoi liikkumiseen, Husun mukaan yleisimpiä vastauksia olivat fyysisen kunnon parantaminen, terveyden edistäminen ja mielen hyvinvointi – mutta myös seura:

– Lähes 40 % vastaajista ilmoitti, että sosiaaliset suhteet on tärkein syy liikkumiseen.

Maltilla välttää kyllästymisen ja rasitusvammat

Rennot harrasteryhmät voivat madaltaa ikuisen sohvaperunankin kynnystä aloittaa uusi liikuntaharrastus tai palata takaisin nuoruuden lempilajin pariin vuosien tauon jälkeen.

Ennestään vieraaseen lajiin kannattaa Husun mukaan kuitenkin to-



Liikuntaa ei harrasteta välttämättä kovaa suorittamista tai tulosten tavoittelua varten, vaan kuntoilulta halutaan ennen kaikkea iloa ja yhteisöllisyyttä.

tutella rauhassa ja aloittaa harrastaminen mielellään ohjatusti. Näin oppii alusta pitäen oikeat tekniikat ja liikeradat ja voi välttää loukkaantumisia. Hän kehottaa myös miettimään omia tavoitteita ja mitä lajin harrastamisella haluaa ylipäättään saavuttaa.

– Onko se liikkumisen iloa, yhdessäoloa tai haluaako oppia uuden liikunnallisen taidon tai kehittää suorituskyykyä?

Olipa lähtökohta mikä tahansa, harrastaminen on hyvä aloittaa maltilla. Alkuinnostus voi johtaa helposti liian kovatahtiseen tai tiheään harjoitteluun.

– Siitä voi seurata lihaskipua, rasitusvammoja – tai kyllästyminen. Maltti on valttia, ja myös palautumiselle pitää jäädä aikaa, Husu muistuttaa. Vaikka uudesta lajista innostuisi kuinka palavasti, hän neuvoo pitämään liikkumisen myös monipuolisena. Lisäksi kannattaa varmistua, että käytössä on lajista riippuen sopivat varusteet alusta pitäen.

– Ei tarvitse olla hienoimpia ammattilaisvälineitä, mutta ei niitä vuosikymmeniä kaapin pohjalla olleita lenkkareitakaan.

Aloittelijaystävällisiä lajeja arkiliikunnasta

Arkiliikumisesta tutut lajit ovat helppoja ja turvallisia lajeja, joista aloittaa kuntoilu. Husu mainitsee hyvänä esimerkkinä kävelyn.

– Se ei vaadi erikoisvälineitä, ja sitä voi tehdä missä vain, milloin vain. Jos ottaa sauvat mukaan, saa tehon vaihtelua ja yläkroppakin tulee mukaan. Siitä voi edetä vähitellen hölkkään tai juoksuun.

Vastaavasti pyöräily on myös monelle tuttu arkiliikumisen muotona. Siitä voi tehdä urheiluharrastuksen pidentämällä pyörälenkkejä tai ottamalla muuta haastetta mukaan. Jos vesi on tuttu mieluisen elementti, uinti, vesijuoksu ja vesijumppat ovat hyviä vaihtoehtoja.

– Vesi on nivelistävällinen ympäristö. Se harjoittaa ja haastaa koko kehoa, tarjoaa vastusta, mutta ei kuormita niveliä liikaa.

Myös kuntosaliharjoittelu on Husun mukaan hyvä laji aloittelijalle. Saleilla on usein tarjolla ammattitaitoista ohjausta oikeisiin treenitekniikoihin.

– Ja laitteet itsessään ohjaavat jo liikeratoja, mikä tekee harjoittelus-

ta tehokasta ja turvallista.

Myötätunto kannattelee, kun treeni ei luista

Jos tuloksia tai kehitystä ei tunnu syntyvän, innokkainkin aloittelija voi helposti lannistua ja jättää uuden harrastuksensa tyystin.

Olipa uudeksi urheilulajiksi valittu sitten mitä tahansa, itseään ei kannata vertailla lajin konkareihin, muistuttaa Husu – kaikki kun ovat olleet joskus aloittelijoita. Hyvää vertaistukea voi saada alkeiskursseilta ja alkeisryhmistä, joissa on muitakin aikuisena aloittaneita.

– Uuden lajin aloittaminen voi olla alkuun takkuista. Aloittelijan on hyvä muistaa, että hänessä ei ole vikaa, vaikka jossain vaiheessa treeni ei houkuttaisikaan.

Liikkuminen ei ole aina mukavaa, eikä sen tarvitsekaan olla, Husu muistuttaa. Hän kehottaa uutta urheiluharrastajaa pitämään mielessä treenimyötätunnon itseään kohtaan ja sen, mitkä ovat omat tavoitteet lajissa.

– Ne usein auttavat ja kantavat eteenpäin, vaikka olisi omalla epä-mukavuusalueella.

Jokainen on ollut joskus aloittelija

UKK-instituutin tekemän väestötutkimuksen mukaan kävely on suomalaisten aikuisten yleisin liikumismuoto. Husu toteaa, että sen päälle voi helposti ryhtyä rakentamaan tavoitteellisempaa liikkuamista. Mikä tahansa laji voi kuitenkin sopia hänen mukaansa aloittelijalle, kunhan se mukautetaan liikujan tasoon.

– Kaikki aloittavat jostakin. Jos vain löytyy lajin alkeiskursseja tai ohjausta, melkein laji kuin laji on mahdollista opetella.

Tietyt lajit mielletään tyypillisesti nuorena aloitettavaksi. Husu mainitsee aikuisille löytyvän kuitenkin alkeisryhmiä niin taitoluistelussa, telinevoimistelussa kuin yleisurheilussakin. Aikuisena voi hakeutua myös uimakouluun. Monia lajeja voi myös harrastaa, vaikka olisi jokin vamma tai rajoite, kunhan harjoittelu on vain sovitettu kohde-ryhmälle sopivaksi.

– Rohkeasti kokeillen liikkeelle! Siitä saattaa löytyä se oma juttu. Vaihtoehtoja on ihan valtavasti, arkiliikuntaa tai eri lajeja, hän kannustaa.

Magnific



Toteuta harrastushaaveet aikuisiällä

Mitä olisit halunnut harrastaa lapsena, mutta tilaisuutta siihen ei vain tarjoutunut? Moni saattaa harmitella sitä, ettei nuoruudessa tullut mentyä soittotunneille, tai ettei harrastusta tullut enää myöhemmin jatkettua.

Monet harrastushaaveet voi kuitenkin toteuttaa vielä myöhemmässäkin elämänvaiheessa, kunhan vain tarttuu härkää sarvista. Esimerkiksi ratsastustunnit, baletti, koripallo tai vaikkapa cheerleading on mahdollista aloittaa myös aikuisena – tai vaikkapa oppia piirtämään, soittamaan kitaraa tai liittyä harrastajateatteriin. Harrastusaika voi toki arjen pyöryksellä jäädä vähiin, eikä kehitystä tule välttämättä yhtä nopeasti kuin nuorempana, mutta harjoitteluun käytetystä ajasta ja uuden taidon tavoittelusta voi nauttia yhtä lailla.

Harrastusta valitessa onkin hyvä pitää mielessä realiteetit ja huomioida, onko säännölliseen harrastamiseen aikaa vai olisiko parempi, jos harrastuksen aikataulu olisi joustava. Jos aika on kortilla, kannattaa aluksi kartoittaa, mitä harrastusmahdollisuuksia lähiympäristöstä löytyy.

Voi kuitenkin kestää aikansa, ennen kuin uudessa harrastuksessa pääsee toden teolla vauhtiin, tai että siitä muodostuu edes pysyvä rutiini. Terveyspsykologi Philippa Lally kollegoineen havaitsi vuonna 2010 julkaistussa tutkimuksessa, että uuden tavan omaksuminen kestää keskimäärin noin 66 päivää, eli reilu kaksi kuukautta. Yksittäinen väliin jäänyt päivä ei vaikuttanut tavan muodostumiseen, mutta yli viikon tauko saattoi jo hidastaa kehitystä tuntuvasti.

Jos aiemmat yritykset päästä kiinni uuteen harrastukseen ovat tyssänneet jo alkuunsa, kannattaa luvata itselleen siis edes kahden kuukauden verran yritystä – siinä ajassa harrastuksesta voi muodostua pysyvä tapa, ja siinä on mahdollista myös ennen pitkää kehittyä. ■

» AJANVIETE

Teksti: Mari Pihlajaniemi

Frisbeegolf villitsee vuodesta toiseen

Frisbeegolf on rento harrastus, jossa voi haastaa itseään oman tasonsa mukaisesti ja nauttia ulkonaliikkumisesta.

Vuonna 2025 frisbeegolfin MM-kisat järjestettiin ensimmäistä kertaa Pohjois-Amerikan ulkopuolella, vieläpä kotoisasti Tampereella ja Nokialla. Tapahtumaa seurasi lajihistorian ylivoimaisesti suurin liveyleisö niin paikan päällä kuin streamin välityksellä.

Frisbeegolfia voi pelata hyvin yksinkin, mutta Suomessa on yli 200 seuraa, joissa lajia voi harrastaa yhdessä muiden kanssa niin kesä- kuin talvikaudellakin. Frisbeegolf onkin saavuttanut meillä laajan suosion: jo vuonna 2024 frisbeegolfradat.fi-sivustolle oli listattu kaikkiaan 1 000 kotimaista rataa.

Frisbeegolfrataan kuuluu yleensä 9 tai 18 väylää. Pelin on voittanut se pelaaja, joka on kiertänyt koko radan vähimmillä heitoilla. Peliväylä aloitetaan heittämällä avausheitto. Seuraava heitto suoritetaan aina siitä paikasta, mihin edellinen heitto pysähtyi. Väylä on pelattu loppuun kunnes frisbee on maalikorissa. Kun väylä on pelattu loppuun, siirrytään seuraavalle väylälle.

Frisbeegolfissa väylien pituudet vaihtelevat viidestäkymmenestä metristä aina kolmeensataan metriin. Pelatessa käytetään väylän ja pelitilanteen mukaisesti erilaista frisbeetä ja erilaisia heittotapoja.

Lähde: Suomen Frisbeegolfliitto



Magnific

Tykkää **FACEBOOKISSA!**
meistä

facebook.com/omakotilehti

Ristikon
ratkaisu
edellisestä
lehdessä.



RISTIKKO

Miehet LUOTI Öljymaa Tämän koston! Valtio

Laatija: Juha Kairavuo / www.aikakuva.fi

-suoja Välissä Välit -5 +10

Työkalu Löytö PUU Ahkera Aamu-Säädetyt OK-RA ROI-NE

Leipä Suvusta? Sulaa

Frangen 1001 Frozen-hahmo Savokin Ansoja

Pala-via Isku Arabi-maa Seos Ja seuraavana Hau-toihin

Lupa-us LIHATON SIIPOLA Blom Lau-laja Orginaali Fobiat -1. Usko-vat "vale" Raha yks.-1. Lap-selli-sia

Vään-netty? Eläin -4h Fifty-sixty ISTA Sinne-mäki

Sillan-pää Joil-lakin

Preiskari Lapaluoto

24.12. Rikki

Mitat-tavia? Jää-tön 10-1 5+4

Visa



Salaojakeskus

Kotisi perustuksen paras kumppani.

Salaojaremontit
taloyhtiöihin ja omakotitaloihin

Pyydä tarjous: ☎ 010 4114 900
Varaa maksuton tarkastus:
🌐 salaojakeskus.com

SUOMALAISTA PALVELUA



VINYyli
VERHOUS.FI

**HUOLTOVAPAA
VALINTA KODILLES!**

**TAKUU
50
VUOTTA!**

VALITSE VINYyli, VALITSE VAIVATTOMUUS!

Maahantuonti
Myynti
Asennus

Jytkyt

Puh. 0400 744 797
jytkyt@jytkyt.fi



Pirkanmaan Pelti-uuni
Altoja perinteisiä pöytäuuneja

Tarjoamme myös
pöytäuunin kuoria,
katso mallit ja hinnat
kotisivuiltamme.

CE

Pirkanmaan Pelti-uuni Oy Huittinen
pelti-uuni.fi | puh. 0400 619 009



Exodus Kaihdin

Exodus Kaihtimelta kestävät ja helppohoitoiset kaihtimet

Soita ilmainen mittaus- ja suunnittelu-aika
050 541 6647 Kari

- Kaihtimet saatavissa parvekkeelle, terassille ja sisälle
- Säädä ylhäältä tai alhaalta kahvalla tai teleskooppisauvalla
- Näkö- ja aurinkosuoja sulkematta luonnonvaloa pois
- Läpikuultavalla, peittävällä tai täysin pimentävällä kankaalla
- Vekki-kaihtimet valmistetaan vesipestävästä kankaasta

Pimentävät verhot
Sälekaihtimet useassa värissä
Moottoroidut kaihtimet

Pimennysverhot takaavat paremmat yöunet, myös valoisina öinä.

Ohjaa kaihtimia kaukosäätimellä, tabletilla tai älypuhelimella. Somfy-ratkaisuilla kaikki käy kätevästi

somfy

Sälekaihtimia saatavana 25, 35 sekä 50 mm leveinä sekä useilla väreillä.

EXODUS KAIHDIN

Kari Pukkila 050 541 6647 • kari@exoduskaihdin.fi • exoduskaihdin.fi

**KALLIO- JA
SORAKIVI-
AINEKSIA
TOIMITETTUNA:**
Pirkanmaan alueella

Myös vaihtolavapalvelut!

Puh. 020 161 6240



Hämeen Kuljetus Oy • Tampere
www.hameenkuljetus.fi

KULJETUKSEN AMMATTILAISET PALVELUKSESSASI

PELTI- JA KATTOTYÖT KOTIISI

**Ammattitaidolla,
siististi ja sovitusti.**

- Piipunpellitykset
- Tippapellit ja reunapellit
- Ikkuna- ja ovipellitykset
- Kattoturvatuotteet
- Kattopellitykset
- Peltiäiset ja suoja-pellitykset
- Mittatilauspellitykset

“

Käytännössä
kaikki, mitä
pellistä voidaan
valmistaa ja
asentaa.



PeltiBros

Yli 20 vuoden kokemuksella!

Vilko Nurmikolu 045 324 5112
vilko.nurmikolu@peltibros.fi

Emil Linnas 044 325 0372
emil.linnas@peltibros.fi

www.peltibros.fi

SKAALA

HAAVEENA ENERGIATEHOKKAAMPI JA HILJAISEMPI KOTI?

Myymme ja asennamme
kotimaiset mittatilaustyönä
valmistetut Skaala -ikkunat ja -ovet
Pirkanmaan alueella

PYYDÄ TARJOUS!

SANEERAUSPALVELU
Leppäsalko Oy

0400 501 292 • hannu@remonttipalvelutampere.fi
www.remonttipalvelutampere.fi

Muista
kotitalous-
vähennys

ONKO KOTISI SINUN NÄKÖISESI?

Suunnitellaan yhdessä kaunis, toimiva
ja persoonallinen koti, johon haluat
tulla joka päivä uudelleen.



Varaa maksuton kartoituskäynti!

SISUSTUSSUUNNITTELU
TEPA DECOR
tepadecor.fi

