

yhteishyvä

ASIAKASOMISTAJAN OMA LEHTI 6 | 2018

yhteishyvä.fi

KIRJAILIJA TUOMAS KYRÖ

”Harjoittelen
paremmaksi
jouluhymiseksi”

PUHETTA RAHASTA

**TUOKO
RIKKAUS
ONNEA?**

OSTOSKORIN MUUTOS

**BATAATTI
VOITTI,
PERUNA
HÄVISI**

*Nauti
enemmän,
tee vähemmän*

Rento JOULU

- NÄYTTÄVÄT JOULUHERKUT OIKAISEMALLA
- SUPERNOPEAT RUOKALAHJAT
- PUKIN PARHAAT PAKETIT: 51 VINKKIÄ



HOK-ELANTO

CLIPPER®
NATURAL, FAIR & DELICIOUS®

ADUKI

LUOMUA JA REILUA KAUPPAA VUODESTA 1980

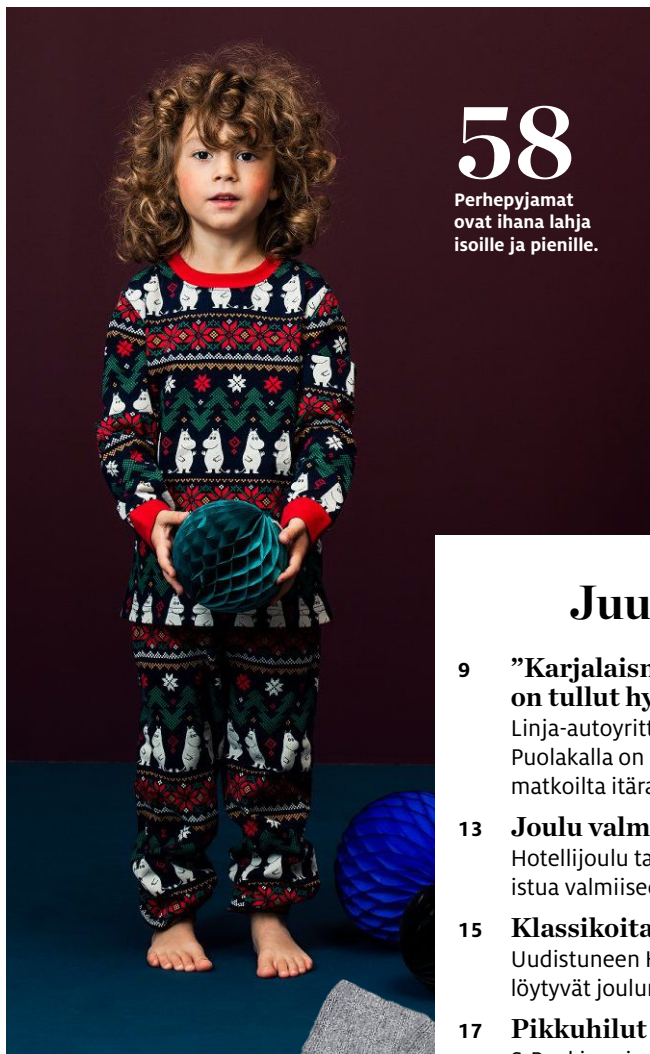
Löydä Clipperin taika



Herkullisesti maustetut ja taidolla sekoitetut Clipper-teet
ovat täydellisiä satumaisiin teehetkiin

SISÄLTÖ

6/2018



58

Perhepyjamat
ovat ihana lahja
isoille ja pienille.

61

Pitkävartiset
porosukat
lämmittävät
jalkojen
lisäksi
mieltä.



Leikkaa rieskat hauskaasti
piparkakkumuotilla ja
päälystää savuporo-
jäädäkkeellä.

Juuri nyt

- 9 **”Karjalaismummoista on tullut hyviä tuttuja”**
Linja-autoyrittäjä Veli-Pekka Puolakalla on lämpimiä muistoja matkoilta itärajan taakse.
- 13 **Joulu valmiissa paketissa**
Hotellijoulu tarjoaa mahdollisuuden istua valmiiseen pöytään.
- 15 **Klassikoita vai uutuuksia?**
Uudistuneen Herkun juustotiskiltä löytyvät joulun maut.
- 17 **Pikkuhilut säästöön**
S-Pankin asiantuntija kertoo, mitä tarkoittaa mikrosäästäminen.
- 19 **Koska mennään kauppaan?**
Alakoululaisten retkellä avataan kaupan maailmaa lapsille.
- 21 **Näin jouluna ostetaan**
S-ryhmän ruokakaupoista ostettiin viime jouluna 232 000 kiloa sinappia.
- 23 **Raikkaasti jouluun**
Kestävästä leikkokukista voi rakentaa jouluksi modernin kimpun.
- 24 **Kansi: ”Kirjoittaminen on turvapaikka”**
Kirjailija Tuomas Kyrö kirjoittaa joka päivä edes vähän.



Ruoka- liitteessä

Helppoa ja
näyttävää joulu-
pöytään

Sesonki

- 26 **Kansi: Helposti näyttävä joulu**
Rakenna joulun tunnelma rennosti oikaisemalla. Kaunis kattaus syntyy yhdistelemällä joulun klassisia värejä.
- 34 **Odotettu herkku**
Näin valmistat täydellisen joulukinkun.
- 36 **Taikinan taikaa**
Pakastetut valmistaikinat pelastavat kiireisen leipurin.
- 40 **Pieni suklaatehtailija**
Goodion perustaja Jukka Peltola ei olisi arvannut ryhtyvänsä suklaatehtailijaksi.
- 45 **Joulumielellä, vesi kielellä**
Syksyn uusia juomia ja maku-yhdistelmiä voi kokeilla pikkujouluissa.



33

Herkkusuu ilahtuu yhteen purkkiin kootuista naposteltavista.

- 47 **Kansi: Herkullisesti paketoitu**
Oivaltavat paketointi-ideat ja parhaat lahjavinkit.
- 58 **Joulu on taas**
Perheen pienimpien aattoillan vaatteissa on sekä tyyliä että rentoutta.
- 65 **Paituli ja parhaat kaverit**
Joulun suosikkiasu ja sointuvat seuralaiset.
- 66 **Vahvana uuteen vuoteen!**
Lahtelainen Veera Siiri sai muuttumisleikissä uusia ideoita silmämeikkiin.

Vakiot

7 Pääkirjoitus 39 Anna Perho
127 Lukijat 129 Ristikko
130 Olen mitä syön

30

Lue vinkit joulukuusen hoitoon ja hävitykseen.



71

Marja Laurikaisen pienessä rintamamiestalossa on aina joulu.

Yhteinen hyvä

- 71 **Haaveiden joulu maalla**
Marja Laurikainen säästää vuoden Bonukset jouluhankintoihin.
- 74 **Kaikilla ei ole varaa valita**
MLL:n Liisa Partio on huolissaan lapsiperheiden elintasoeroista.
- 78 **Kansi: Ruokakori muuttaa muotoaan**
Kansainväliset maut ovat löytäneet tiensä suomalaisten ostoskoreihin ja ruokapöytiin.
- 86 **Kansi: Oletko varakas?**
Yritysjohtaja Ilkka Brotherus, sijoittaja Merja Mähhä ja filosofi Frank Martela pohtivat rahan ja onnellisuuden suhdetta.
- 92 **Tomaattisäilykkeet tarkkailussa**
S-ryhmä haluaa parantaa työolosuhteita Italian tomaattipelloilla.
- 94 **100 nuorta työelämään**
HOK-Elannon tukema Vamostadi-hanke auttaa syrjäytymisvaarassa olevia nuoria.
- 101 **Perinnöksi Facebook-profiili?**
Lakimies neuvo, miten digitaalinen jäämistö kannattaa järjestää.



130

Kirjailija Elina Hirvosen mielestä ruoanlaittoon liittyy paljon rakkautta.

Hyödy

- 115 **Lapset tietävät parhaiten**
Jumbon Prismen lelumyyjä Hanna Matikainen tietää, että tänä jouluna monesta paketista paljastuu robotti.
- 117 **Etuja sinulle**
Menovinkit tuleviin tapahtumiin.

Kuvittele elämä

ILMAN SILMÄ- LASEJA?

Laserleikkaus Silmäasemalla on turvallinen tapa korjata näkemisen ongelmia, sinun silmiesi ja toiveidesi ehdoilla. Silmäaseman 14 silmäsairaalassa tehdään valtaosa Suomen laserleikkauksista, joten voit luottaa lääkäriemme, hoitajiemme ja optikoidemme ainutlaatuihin asian-
tuntemukseen. Aloita maksuttomasta hoitoarviosta lähimmältä Silmäasemalta.

Mitä laserleikkaus maksaa?

Hoitoarvio	0 €
Silmälääkärin esitutkimus	nyt alk. 100 €
Laserleikkaus FemtoLasik®	995-1 295 €/silmä
Laserleikkaus SMILE	1 295-1 395 €/silmä
Silmälääkärin jälkitarkastus	160 €

Rahoitus 24 kk alk. 46 €/kk

VARAA AIKA SILMÄASEMA.FI
TAI SOITA 010 190 201 (mpm/pvm)

Varaa
HOITOARVIO

0 €

Maailman ainoa

SILMÄASEMA



100 € esitutkimus voimassa Helsingin, Espoon, Rovaniemen, Seinäjoen, Tampereen ja Vaasan silmäsairaloissa 31.12.2018 mennessä tehtyihin esitutkimusvarauksiin. Muissa silmäsairaloissa esitutkimuksen hinta on 200 €.



Always organic

NAPOSTELUHERKUT LUOMUNA



Sertifioitua
luomua



urtekram.fi

yhteishyvä

TOIMITUS

TOIMITUS SOK

Päätoimittaja Veli-Pekka Ääri
Päätoimittaja, HOK Elanto Tuomas Ahola
Toimituspäällikkö Sanna Suokko
Digisisältöjen päällikkö Juho Kahilainen
Sisältöpäällikkö, ruoka, Sanna Autio
Vastaavat tuottajat Katri Saukkonen ja Sara Malmberg
Tuottaja Enna Koivunen

TOIMITUS SANOMA LIFESTYLE

Sisältöpäällikkö Tytti Kontula
AD Leena Majaniemi
Feature- ja lifestyletuottaja Leila Mehto
Ruokatuottaja Tiina Valkonen
Sometuottaja Sanna Vaitjoki
Videotuottaja Jani Koskinen

JULKAISIJA

Suomen Osuuskauppojen Keskuskunta
Kanavajohtaja Anne Sassi-Leivonen

MEDIAMYNTI

Maija Owie

YHTEYSTIEDOT SOK

Toimitus etunimi.sukunimi@sok.fi
Vaihde SOK 010 768 011
Postiosoite PL 1, 00088 S-ryhmä
Asiakasomistajapalvelu
010 765 858 (0,088 euroa/min) auttaa kaikissa
omistajuuteen liittyvissä asioissa.
Oma osuuskauppasi www.s-kanava.fi
Osoitelähde S-ryhmän asiakasomistaja- ja asiakasrekisteri,
SOK / Asiakasomistajuuden ohjaus, PL 1, 00088 S-ryhmä

LÄHETTÄJÄ

Helsingin Osuuskauppa Elanto,
PL 53, 00441 Helsinki
Saamme osoitteenmuutokset väestötietojärjestelmästä,
joten erillistä muutosilmoitusta ei tarvita.
Sääntö ei koske osoitepalvelukiellon tehneitä.

KIRJAPAINO

Hansaprint

114. VUOSIKERTA

Yhteishyvä-lehti ilmestyy
kuusi kertaa vuodessa.
ISSN-L 0044-0396
ISSN 0044-0396 (painettu)
ISSN 2242-2196 (verkko)
Levikki 1 891 084 (MediaAuditFinland, 2017)
Aikakauslehtien Liiton jäsen



EU Ecolabel: FI/028/004

Kannen kuva Konsta Leppänen
Kuvasjärjestelyt Mirkka Siusluoto



Yhteishyvä on kaikkien S-ryhmän asiakasomistajien oma lehti. Kuusi kertaa vuodessa ilmestyvä lehti jaetaan noin kahteen miljoonaan suomalaiseen kotiin. Yhteishyvän tavoite on tehdä arjesta parempi yhdessä asiakasomistajien kanssa. Lehden välissä olevassa Ruoka-liitteessä on aina kauden parhaat reseptit, joiden raaka-aineet saat omasta kaupastasi. Lisää hyödyllisiä ideoita löydät yhteishyvä.fi:stä.



3 syytä keskittää

HELPOAT ARKEASI

Kaikki asiakasomistajat omistavat yhtä suuren osan osuuskaupastaan, eikä muita omistajia ole. S-ryhmä tarjoaa palveluillaan omistajilleen ylivoimaista hyötyä ja helppoutta omasta kaupasta.

SAAT ETUA

S-ryhmän ainoa tarkoitus on palvella omistajiensa tarpeita ja helpottaa heidän arkeaan laajalla palvelutarjonnalla ja järkevillä hinnoilla. Omistajien eduista tärkein on asioinnin keskittämisestä palkitseva Bonus.

KAIKKI HYÖTYVÄT

S-ryhmä on kotimainen kaupparyhmä, joka takaa hyvät palvelut koko maahan, työllistää lähes 38 000 ihmistä ja maksaa verot Suomeen. Lisäksi S-ryhmä tukee monin tavoin suomalaista kulttuuria, urheilua ja yhteiskunnallista toimintaa.

KUVA SATU KEMPPAINEN

Maailma lautasellamme

Vuosi 1952 ja Helsingin olympialaiset. Helsinki-Vantaalle avataan uusi moderni lentokenttä, ja Armi Kuusela valitaan Miss

Universumiksi – Suomi on kansainvälisyyden kynnyksellä. Kun seuramatkat yleistyvät, päästään oikein porukalla aistimaan muiden maiden ihmeitä ja maistelevaan makuja, joiden olemassaolosta ei edes tiedetty.

Vielä omassa lapsuudessa maut olivat yksinkertaisia: perunaa, uunituoretta leipää, kalaa, juhlapöydässä porsaankyljyksiä. Omalle jälkikasvulle chilikastikkeet, tortillat, nuudelit ja bataatit ovat olleet arkea pienestä pitäen.

Tämän lehden sivulta 78 alkava juttu kertoo kiinnostavaa tarinaa suomalaisten ruokamaailman avartumisesta. Tullitilastojen mukaan esimerkiksi oliiviöljyn tuonti on kasvanut 704 prosenttia vuodesta 1996 vuoteen 2017. Lokakuussa Helsingin keskustassa avatussa Food Market Herkussa erilaisille ruokaöljyille on kokonainen osasto, jonka äärellä moni on aiman käkenä. Sellaista asiakkaat ovat toivoneet, ja toiveeseen on nyt pieteetillä vastattu.

MIKÄ SITTEN on kotimaisen ruoan asema, jos maut muualta vievät yhä enem-

män tilaa lautasillamme ja ostoskoreisamme? Ehkäpä juuri kansainvälistymisen vuoksi suomalaisen ruoan arvostus on vahvempi kuin koskaan. Yhä useampi tarkistaa, mistä ruoka on kotoisin. Suomalaiset haluavat suosia kotimaista myös työllisyyden ja talouden näkökulmasta.

Vähitellen suomalaisen ruoan arvo on hoksattu myös maailmalla. Lihatalot vievät suomalaista possua kiinalaisten ruokapöytiin, ja kauratuotteet kiinnostavat Keski-Euroopassa. Viennissä vaatimattomuus ei silti kaunistaa. Vielä rohkeammin voisimme kertoa siitä, mikä on erityistä ja ainutlaatuisia tässä arktisessa, yöttömien öiden kesässä kasvaneessa ruoassa.

Tulevaisuuden ruoantuotantoa haastavat monet tekijät. Ilmastomuutos pakottaa pohtimaan tapoja tuottaa entisenlaisia satoja yhä pienemmällä ympäristökuormalla. Samalla ruokittavien suiden määrä kasvaa maailmanlaajuisesti. Nämä ovat isoja haasteita, joihin on etsittävä ratkaisuja juuri nyt. Tässä työssä myös me S-ryhmässä haluamme olla mukana.

Vuoden suurimman ruokajuhlan alla tärkeintä on kuitenkin muistaa ruoan arvostus. Nautitaan jokaisesta suupalasta. Ja aina kun mahdollista, syödään yhdessä.

VELI-PEKKA ÄÄRI
päätoimittaja

*Viennissä
vaatimattomuus
ei kaunista.*



**OSTA
MOCCAMASTER
SAAT KAKSI
ARABIA MAINIO
SARASTUS-MUKIA!**



HBG961 A0 Polished

MOCCAMASTER



ARVO 27,80€
SVH

ARABIA
1873

JUURI NYT

SYTY IHMISSISTÄ JA IDEOISTA LÄHELLÄ SINUA

Linja-auto- ja matkailu-
yrittäjä Veli-Matti Puolakka
käy Kouvolan Valkealan
ABC:llä syömässä tai kahvilla
useasti viikossa, koska
firman toimipiste on vain
300 metrin päässä.

ABC!

ABC-KAHVILLA

”Karjalais-
mummoista
on tullut hyviä
tuttuja”

Linja-autoyrittäjä Veli-Matti Puolakalla on
lämpimiä muistoja matkoilta itärajan taakse,
vaikka pysähdyspaikat ovatkin erilaisia
kuin oma koti-ABC Valkealassa.

→

ABC-KAHVILLA

Sarjassa käydään kahvilla ABC-asemalla jossain päin Suomea.



Veli-Matti Puolakka kiittelee erityisesti ABC:n ystävällistä ja iloista henkilökuntaa: "On kuin kotiin tulisi."

”**T**alvikaudella ajan koululaiskulketuksia. Niitä olen melkein koko ikäni ajanut – isä aloitti tällä alueella koulukyydit jo 1966.

Kesä meneekin sitten pitkälti ryhmämatkoilla Venäjän puolella.

Siinä on oma eksotiikkansa, kun kulttuuri on erilainen. Pysähdyspaikat ovat hyvin toisenlaisia kuin tämä tuttu ABC.

VARSINKIN ALKUAIKOINA 1990-luvulla tiestö rajan takana oli valtavan huonossa kunnossa.

Piti arvioida, uskaltaako jotain reittiä ajaa, ettei auto säry sinne matkan varrelle, kun apukin on kaukana. Mutta mie tykkään haasteista. Siksi ajan ihan mielelläni Pietarissakin, missä on valtavat liikenneuhkat. Saa miettiä, mistä kannattaisi ajaa ja olisiko jossain joku väljempi reitti.

Kun tarpeeksi monta kertaa vuosien saatossa on käynyt jossakin karjalaiskylässä, paikallisista vanhuksista on tullut tosi hyviä tuttuja. On kutsuttu karjalanpiirakalle ja teelle, vaikkei edes nimiä ole tiedetty.

Ne kohtaamiset ovat yksi syy, miksi tykkään siellä liikkuu.

PARHAITEN MIELEEN on jäänyt, kun yhdellä matkalla pysäytin linja-auton tien sivuun ihan vain kauniin maiseman takia. Viereisestä mökistä tuli venäläinen mummo, joka oli ollut sairaanhoitajana rintamalla. Hän puki päälleen mustan jakun, jossa oli kunniamerkit rivissä, ja kiikutti säilykepurkkia lahjaksi.

Aloin pysähtyä siinä joka kerta. Mummo esitteli vaatimatonta mökkiään, ja turistit antoivat lähtiessä kiitokseksi ruplia.

Kun oli kulunut kolme neljä kesää, sieltä alkoi tulla joulukortteja. Olin vienyt jonkun turistin minusta ja mummosta ottaman valokuvan hänelle ja kirjoittanut taakse nimen ja osoitteen. Aikuiset tyttäret sitten lähettivät mummon puolesta kortteja, kun mummolle oli tullut niin hyvä mieli.

Jossain vaiheessa kuutisen vuotta sitten tuli viimeinen joulukortti ja tieto, että mummo on poissa.”

KAHVILLA

Veli-Matti Puolakka, 66, Valkeala
KAHVIN JUON
Mustana, tumma paahto.
KAHVIN KANSSA
Joskus myös ruoka.
PÖYDÄSSÄ
Paikallisia tuttuja kahviseuraa, mutta lounas yleensä yksin.



ABC VALKEALA
Avoinna 6–24.
Noutopöytä, ABC Burger, mobiilitankkaus ja ruokakauppa.

GRANDIOSA®

UUTUUS: PAKASTEALTAAN JUUSTOISIN PIZZA



Aina voi olla perjantai - pizzaperjantai!

HEITÄ POIS HUOLET!

ÄLÄ (JOULU)RUOKAA.



Ole sinäkin
hävikinvähentäjä.

**Uusi
pakkaus!**

ESKIMO





Lapin joulu revontuliseen houkuttelee erityisesti brittejä, italialaisia, espanjalaisia ja australialaisia.



BONUSTA

Kaikille aisteille

REVONTULET

Revontulet loimuavat Lapin taivaalla noin 150 yönä vuodessa. Rovaniemen Hotelli Vaakunan teemahuoneissa on erityisefektiä revontulivalaistus.

HERKULLINEN RUOKA

S-ryhmän ravintolat Frans & Chérie, Amarillo, Rosso ja Coffee House löytyvät aivan Rovaniemen Hotelli Vaakunan lähituntumasta.

PUHDAS OMATUNTO

Rovaniemen Vaakunalle on myönnetty Green Key -merkki, eli hotelli on sitoutunut energian- ja vedenkäytön tehostamiseen sekä ympäristöarastuksen pienentämiseen.



Rovaniemen Original Sokos Hotel Vaakunassa voi aina kokea joulun. Yhden hotellihuoneen teema on joulu, ja sieltä löytyy koristeltu joulukuusi myös keskellä kesää.

Joulu valmiissa paketissa

Houkuttelisiko kiireetön aatto rakkaiden kanssa?
Varaa perheellesi rauhallinen joulu Sokos Hotellista.

Mielikuvissa joulu on kynttilöitä, glögin ja piparien tuoksua, hymyileviä kasvoja ja muhkea joulupöytä kukkuroiltaan perinneherkkuja. Todellisuus on toisinaan ihan muuta: taas yksi imeltymätön perunalaa-tikko, jännityksestä kitisevät lapset ja keittiö täynnä pesemättömiä astioita.

”Hotelliin tullaan kokemaan kiireetön joulu. Meillä kaikki saavat istua valmiiseen pöytään, eikä kenenkään tarvitse huolehtia tiskeistä”, Rovaniemen Original Sokos Hotel Vaakunan johtaja **Jussi Perkkiö** muistuttaa.

Jouluna Sokos Hotellit loistavat upeimmil-

laan kauniisti koristeltuina ja joulukerkuja löytyy niin lasten kuin vaativimpien aikuistenkin makuun. Joulusaunan jälkeen voi pukahtaa ylellisiin, sileisiin lakanoihin.

Rovaniemelle, Suomen kolmanneksi vilkkaimmalle lentokentälle laskeutuu joulunpyhinä satoja tilauslentoja ympäri maailmaa. Lapin joulusta on tullut niin suosittu, että Rovaniemen Vaakunan joulunajan huoneet on myyty loppuun jo syksyllä, näin on ollut vuodesta 1992. Varaus ensi vuodelle kannattaa siis tehdä hyvissä ajoin. Monista muista Sokos Hotelleista löytyy vapaita huoneita myös täksi jouluksi.

3 X LASTEN LAPPI

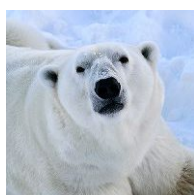
1



SANTA PARK

Santa Parkissa lapset voivat tavata Joulupukin vuoden jokaisena päivänä. Joulupukille voi viedä lahjatoivelistan ja postista lähettää kortin ystävälle Napapiirin erikoisleimalla.

2



RANUAN ELÄINPUISTO

Ranuan eläinpuisto sijaitsee tunnin ajomatkan päässä Rovaniemeltä. Puistossa voit nähdä jääkarhun ja 50 muuta arktista eläinlajia. Väliillä voit lämmitellä iglubaarissa.

3



OUNASVAARA

Kolmen kilometrin päässä Rovaniemen keskustasta sijaitsee hiihtokeskus, jossa on 11 rinnettä, 5 hissiä, 200 km hoidettua latua. Rinteitä ja latuja on monen tasoisille liikkujille.

Lähde pakettimatkalles TALLINNAAN



Liitä S-Etukorttisi Eckerö Linen asiakas-
tiliin osoitteessa **eckeroline.fi**, niin saat
asiakasomistajahinnan ja Bonukset auto-
maattisesti joulumatkastasi.

ECKERÖ  **LINE**



Orkidea on joulun yllättäjä

”Amaryllis ja jouluruusu ovat pitkään olleet joulun suosituimmat kukat”, myyjä Päivi Markoff Tuusulan Kodin Terrasta kertoo. Kukkia myydään Terrassa koko joulukuun, kuusikauppa käynnistyy viikolla 50.

Kukkakorit ovat pitäneet asemansa suosittuina lahjoina. Orkideasta on tullut kalliimpien kukkakorien uusi kuningatar.

Jotta ilo kukista säilyy pitkään, kukat tulee suojata kuljetuksessa hyvin. Joulutähti ja orkidea ovat erittäin kylmän-arkoja. Niitä ei voi kuljettaa kääreettä edes lyhyttä matkaa vaikka mittari näyttäisi plussaa.



Juustoihin ei voi kyllästyä. Elin-tarviketieteilijä Tea Kaskeala on ollut Herkun juustotiskillä kahdeksan vuotta.

Klassikoita vai uutuuksia?

Keskustan Herkun väki odottaa tavallistakin kiireisempää joulua. Uudistunut myymälä tuo kiinnostuneita katsomaan, mitä erityistä siellä on jouluksi.

Ja onhan siellä. Komeat Stilton-kiekot saapuivat Englannista juustotiskille marraskuun lopulla. Stilton on monen mielestä joulun paras sinihomejuusto, jonka seuraksi tarvitaan vain vähän viikunahilloa tai lasillinen portviiniä.

”Piparien päälle suosittelisin pehmeämpää Saint Agur -sinihomejuustoa,

joka levittyy helposti. Tai valkohomejuustoista Brebrousse D'Argental -lampaanmaitojuustoa”, Tea Kaskeala Herkun juustotiskiltä sanoo.

Kokeilunhaluisille hän ehdottaa muutamaa juustotulokasta.

”Amerikkalainen Bellavitano Gold on pitkään kypsytetty, hedelmäinen juusto. Se minun suosikkejani.”

Näyttävä juusto jälkiruuan jälkeen on Occelli con Frutta e Grappa di Moscato. Kiekon pinnassa on kuivattuja hedelmiä ja maussa hennosti Moscato-grappaa.



S-MARKET LAAJASALO AVASI

Itähelsinkiläisten asiakasomistajien palvelut paranivat, kun S-market Laajasalo rantautui 22.11. avattuun Kauppakeskus Saareen.

”1 400 neliömetrin täyden palvelun myymälässä on muun muassa Fazerin jauhaleipomo ja erittäin monipuolinen palvelutori, josta löytyy esimerkiksi iso lihavaliikoima”, kertoo S-marketin ryhmäpäällikkö Ari Rantanen.

Laajasalon alue on nopeassa kasvussa ja sieltä on tähän asti puuttunut iso S-ryhmän myymälä. Laajasalon S-marketin myymälä työllistää 25 ihmistä.

TEKSTI SIRKKU SAARIAHO JA LEILA MEHTO KUVAT AMANDA AHO JA ISTOCKPHOTO

Parhaat palat



OSTOKSILLE 24/7

Kaikki HOK-Elannon 12 Prismaa ovat joulunalusviikolla auki ympäri vuorokauden. 24/7-aukiolon uskotaan helpottavan asiakkaiden arkea.



SOKOS UUDISTUI

Sokos Helsingin remontti on valmis, osastot upeassa kunnossa ja täynnä joululahjaideoita. Marks&Spencer yhdistyi osaksi Sokosta.



6 000 000 KM

Alepa-fillareilla poljettiin tällä kaudella yli kolme miljoonaa matkaa eli yli kuusi miljoonaa kilometriä. Alepa jatkaa pyörien sponsoarina myös ensi kesänä.

JUHLI JUUSTOKAKULLA

Kermanen ja raikas Philadelphia on juhlanjärjestäjän luottotuote. Perinteisen juustokakun sijasta voit valmistaa vuodenvaihteen juhliin suussa sulavan herkun suoraan annosmaljoihin.

Elämä on täynnä syitä pienempiin ja isompiin juhliin. Philadelphia auttaa onnistumaan.



JOULUN JA VUODEN VUODEN MUSTIKKAMALJA

10 ANNOSTA; RAKENNA SUORAAN KAUNIISIIN LASEIHIN!

Mustikat:

250 g mustikoita murskattuna
1 dl ruokosokeria

Koristelu:

150 g keksinmuruja,
esimerkiksi Bastonge-
tai Marabou-kekseistä

Sitruunavaahto:

400 g Philadelphia Original
1/2 dl vettä
150 g lemon curd -sitruunatahnaa
1 sitruunan kuori raastettuna
1 1/2 dl tomusokeria

Näin se käy:

1. Sekoita kylmät mustikat ja ruokosokeri. Lusikoi sokeroitu mustikkamurska lasien pohjalle.
2. Sekoita vesi ja Philadelphia ja vaahdota kevyesti. Lisää joukkoon lemon curd -sitruunatahna, sitruunankuoriraaste ja tomusokeri. Lusikoi vaahto mustikoiden päälle lasihin.
3. Koristele keksinmuruilla.

Lisää reseptejä: philadelphia.fi



Philadelphia
Original 200 g



Philadelphia
Original 300 g

Pikkuhilut säästöön

Lastenhoitaja ja teatteri-ilmaisun ohjaaja
Essi Hakkarainen, 30, miettii, millainen
säästömuoto sopisi pieniä summia tallettavalle.

1 Kuinka pieniä summia kannattaa laittaa säästöön?

Eurollakin pääsee alkuun. Pienten summien säästäminen käy kätevästi S-Pankin Säästäjä-palvelulla, jonka voi ladata puhelimeensa sovel-luskaupoista. Sen avulla voi ohjata säästöön S-ryhmän bonukset tai vaikkapa euron jokaisen korttistoksen yhteydessä. Rahastoihin säästöt siirtyvät automaattisesti.

2 Mitä tarkoittaa mikrosäästäminen?

Se on maailmalla levinnyt trendi, jossa säästöön pannaan kerralla hyvin pieniä summia. Kertyneitä varoja sijoitetaan esimerkiksi rahastoihin. Oma säästötavoite kertyy arjen pienistä puroista.

3 Millainen tili tai rahasto olisi sopiva pieniä summia tallettavalle?

Säästötilille voi laittaa rahaa syrjään, jos ajattelee, että varoja voi tarvita yllättäviin menoihin. Tileille maksettavat korot ovat nyt matalalla, joten tuottoja ei juuri kerry. S-Pankissa tili on asiakas-omistajalle maksuton. Rahastot sopivat pitkäaikaissäästämiseen. Niissä varat voivat poikia ajan mittaan voittoa. Säästäjä-rahastojen kulu on 0,5 prosenttia säästön määrästä.

4 Voiko pankkiin vielä viedä säästöpossuun keräämiään kolikoita?

Possun voi tyhjentää monissa S-Pankin palvelupisteissä. Pieniä kolikkoeria voi tallettaa S-Pankkiin myös S-ryhmän kauppojen kassoilla.



TEKSTI ANU VALLINKOSKI KUVA AMANDA AHO



SINULLA TÖISSÄ

S-Pankin tuoteryhmäpäällikkö Annika Pohtila neuvoo säästämisen ja sijoittamisen asioissa.

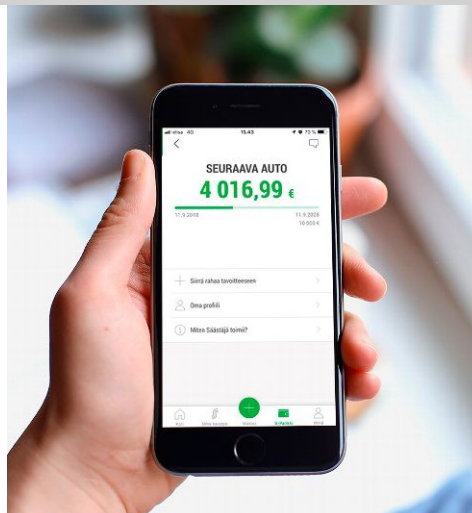


SÄÄSTÄJÄN AVULLA SÄÄSTÖPOSSUSI ALKAA KASVAA KORKOJA

UUESSA Säästäjä-palvelussa voit ohjata Bonuksesi tai esimerkiksi euron jokaisesta korttistoksesta korkoa kasvamaan. Säästöjen kertymistä voi seurata helposti ja rahat voi nostaa milloin vain ilman veloitusta.

”Haluamme madaltaa säästämisen kynnystä ja tehdä siitä kansallisharrastuksen”, S-Pankin varallisuudenhoidon johtaja **Hanna Porkka** sanoo.

Palvelun kautta rahastosäästäminen maksaa vuodessa 0,5 prosenttia sijoitetuista varoista. Säästäjä ehdottaa joko maltillista tai uskaliaasta linjaa mikrosäästämiseesi. Asettamasi tavoitteen lähestyessä säästettäviä rahoja siirretään vähemmän osakesijoituksia sisältävään rahastoon, jotta sijoitusriski vähenee.



LATAA SOVELLUS- KAUPASTA

Säästäjä-mobiilisovelluksen voit ladata puhelimesi sovelluskaupasta. Ensimmäisellä kerralla Säästäjään kirjaututaan S-Pankin verkkopankkitunnuksilla. Jatkossa pärjää sovelluksen tunnusluvulla tai sormenjälkitunnistuksella.

Vinkki: Varmista, että puhelimesi on myös S-mobiili-sovellus, sillä ensi vuoden alkupuolella Säästäjä sulautuu osaksi uutta S-mobiilia.

Oppi&ilo

Jotta lapset saavat loistaa. oppijailo.fi



7-99 v.

Hulvaton perhepeli



3-5 v.

Peliuutundet
pienille



1,5-3 v.

PUUHAA pukinkonttiin!



4-6 v.



Pyyhittävät
puuhasuosikit



DESIGN
FROM
FINLAND

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.

Nyt kaikki pelaamaan! Oppi&ilo tarjoaa puuhaa ja oppimisen iloa vauvasta 12-vuotiaaseen. Löydät ammattilaisten luomat Oppi&ilo-tuotteet Prismojen kirja- ja leluosastoilta. Valikoima vaihtelee myymälöittäin.

Koska mennään kauppaan?

S-ryhmä ja Ruokatietoideoivat alakoululaisille kolmivaiheisen retken.

Tämän lukuvuoden aikana S-marketeissa voi hyvällä tuurilla törmätä isoihin lapsiryhmiin. Innokkaat alakoululaiset saattaa löytää tutkimasta tarkkaavaisesti tuotteiden hintoja, tuotemerkintöjä tai parasta ennen -päiväyksiä samalla papereita täytellen.

Mistä oikein on kyse, viestintäjohtaja **Outi Hohti** SOK:lta?

”Kyse on S-ryhmän ja Ruokatieto Yhdistyksen yhteistyössä luomasta opintokokonaisuudesta, joka sopii parhaiten 3.–4.-luokkalaisten. Retkiä pilotoidaan kuluvan lukuvuoden aikana eri puolilla Suomea. Tavoitteena on avata kaupan maailmaa lapsille”, Hohti vastaa.

Opintokokonaisuus sisältää vähintään kolme opetuskertaa. Retki läheiseen S-markettiin on kahden oppitunnin mittainen. Opettajat valitsevat haluamansa tehtävät Ruokatiedon tuottamista aineistoista. Tehtävien avulla koululaiset voivat tutustua esimerkiksi ruoan reittiin, pakkausmerkintöihin, satokausikasviksiin ja kaupassa asioimiseen.

Ruokatiedon tuottamat oppimateriaalit eivät sisällä S-ryhmän markkinointimateriaalia.

”Retki kauppaan tarjoaa koululaisille tilaisuuden opetella kuluttajataitoja tavalla, joka ei olisi luokkatilassa mahdollista”, Ruokatiedon toiminnanjohtaja **Tiina Lampisjärvi** kertoo.

Tarkoituksena on myös tukea opetussuunnitelman ”ulos luokasta oppimaan” -ajattelua, joka kannustaa yhteistyöhön yritysten kanssa osana koulutyötä.

Retken taustalla on S-ryhmän julkaisema Ruokamanifesti, jonka tavoitteena on luoda valoisaa tulevaisuutta suomalaiselle ruoalle. Yksi manifestin teeseistä on lupaus edistää lasten terveellistä syömistä. Sen innoittamana syntyi idea koululaisten retkestä kauppaan.

Koululaisten kiperät kysymykset



MONELTAKO KAUPAN TYÖPÄIVÄ ALKAA?

Aikaisimmat työvuorot alkavat jo ennen kunkonlaulua. Kaupassa työskennellään vuoroissa eli osa tulee töihin vasta sitten, kun ensimmäiset jo lopettavat työpäiväänsä.



MITÄ TUOTTEITA KAUPASTA OSTETAAN ENITEN?

Eniten ostetaan hedelmiä ja vihanneksia, maitoa ja leipää. Suosituimpien tuotteiden lista vaihtelee hieman kaupasta ja sen asiakkaiden riippuen.



MISTÄ TAVARAT TULEVAT RUOKAKAUPAN HYLLYIHIN?

Ruokaa tulee kaupan hyllyille ympäri maailmaa. Suurin osa myytävästä ruoasta tehdään Suomessa, mutta muun muassa hedelmiä kuljetetaan meillä ympäri maailmaa.



MISTÄ TIETÄÄ, ONKO RUOKA SUOMALAISTA?

Ruoan kotimaisuudesta kertovat esimerkiksi Hyvää Suomesta -ja Sirkkalehti-merkit.

Retkeä pilotoitiin kahdessa koulussa pääkaupunkiseudulla keväällä 2018. Kysymykset ovat testiryhmiin osallistuneiden koululaisten esittämiä.



MAISTA SATUMAISTA SUKLAATA.



Mmm...Marabou

Valikoimissa myymäläkohtaisia eroja.

Juttusarjassa kerrotaan, mitä luvut kertovat S-ryhmän asiakkaiden ostoskäyttäytymisestä.

Piparitaikinaa myytiin S-ryhmän kaupoissa viime vuoden joulukuussa 253 000 kiloa. Taikinamäärästä syntyvillä pipareilla peittäisi 12,1 hehtaaria, eli yli 17 jalkapallokenttää.

12,1 ha

Joulukuussa 2017 pakaste-pizzoja myytiin noin 10 prosenttia enemmän kuin marraskuussa 2017 tai tammikuussa 2018.

10%

Näin jouluna ostetaan

Piparkakkuja ja pizzaa, sinappia ja vihreitä kuulia. Suomalaisten jouluisesta ostoskäyttäytymisestä paljastuu myös yllätyksiä.

Voi- ja lehtitaikinaa myytiin 866 000 kilogrammaa. Joulutortut ovat siis myydyin taikinamäärän perusteella pipareita suosituimpi herkku.

Bataattilaatikko on ostettavien joululaatikoiden kuningat. Sen myynti on yli kolminkertaistunut vuodesta 2011.

232 000 kg

Sinappia kinkun päälle! Viime jouluna S-ryhmän kaupoissa myytiin 232 000 kiloa sinappia.

101,9 km

Vihreitä kuulia myytiin S-ryhmän kaupoissa viime vuonna niin paljon, että kuulista muodostaisi 101,9 kilometriä pitkän letkan. Helsingistä Presidentinlinnan edestä voitaisiin tehdä Hämeenlinnaan saakka ulottuva yhtenäinen kuulajono.

Tiedot on poimittu S-ryhmän marketkaupan ostotiedoista.



TALENTIT
SIIN

HOK-Elanto lahjoitti Suomen itsenäisyyden 100-vuotisjuhlan kunniaksi **100 000 euroa** Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-toiminnalle. Lahjoituksella palkattiin vuodeksi kaksi uravalmentajaa, jotka tarjosivat yksilöllistä urasuunnittelua ja tukea sadalle työn ja koulutuksen ulkopuolella olevalle pääkaupunkiseutulaishelle nuorelle.



#VAMOSTADI #STADINOMALAFKA

TEKSTI LEILA MEHTO KUVA PANU PÄLVIÄ

Raikkaasti jouluun

Kestävät leikkokukat ovat hyvä vaihtoehto perinteisille joulukukille. Leikkokukista sidottavan kimpun voi rakentaa moderniksi ja leikkisäksi.

Värit olivat ensimmäinen lähtökohta, kun floristi **Anna Salomaa** lähti rakentamaan modernia, jouluista kimpua leikkokukista.

”Tänä jouluna muodissa ovat valkoisen ja sinivihreiden sävyjen lisäksi vaaleanpunaiset ja pinkit. Halusin kimppuun näitä sävyjä. Värimaailma sopii monenlaiseen sisustukseen”, Salomaa perustelee.

Muotokieleltään kepeän ja leikkisän joulu-kimpun kukkina ovat neilikka, nerine, orjanlaakeri ja eucalyptus. Ne ovat kestäviä kukkia, jotka säilyvät hyvin läpi juhlapyhien.

HOK-Elannon kukkasitomosta voit tilata kimpun mihin tahansa tilaisuuteen. Lue lisää: hok-elannonkukkasitomo.fi.



SINULLA TÖISSÄ

Anna Salomaa on
HOK-Elannon
Kukkasitomon
floristi.



Tällä palstalla ajankohtaiset kirjailijat kertovat itsestään rivien välistä.

”Kirjoittaminen on turvapaikka”

Hevimusiikki siivittää kirjailija
Tuomas Kyrön tekstit valmiiksi.

TEKSTI NINA RIIHIMAA KUVA ANNA HUOVINEN



Tuomas Kyrö

KUKA? Helsinkiläinen 44-vuotias kirjailija, joka on kirjoittanut romaaneja, kolumneja, pakinoita ja draamaa sekä piirtänyt sarjia ja pilakuvia. Hänen tunnetuin hahmonsakin, Mielsäpahoittaja, on tuttu myös kahdesta elokuvasta. Vakiopanelistina MTV3:n ohjelmassa *Pitääkö olla huolissaan?*

MITÄ? Uusin kirja, *Ennen kaikki oli paremmin, Mielsäpahoittaja* (WSOY) on Prismoissa myynnissä.

Tietoisesti en kirjoita itsestäni kirjoihini. Kirjailija **Riku Korhonen** tosin totesi, että Mielsäpahoittaja on yliminäni. Ehkä tuo vanha jurottaja tosiaan on sellainen kuin haluaisin olla: oikeamielinen, mielipiteistään varma ja käsistään taitava. Vaikka kirjani hahmot eivät ole kuin minä, saattaa hahmoilla olla piirteitä, joita haluaisin itselleni. Niitä voi yrittää ujuttaa omaan minääni, jos ne sinne mahtuvat.

KIRJOITTAMINEN ON fyysisesti tylsää työtä, istumista vain 37 sentin päässä ruudusta. Kaikki jännittävä tapahtuu pään sisällä. Tästä syystä pystyn kirjoittamaan muuallakin kuin työhuoneellani. Voin jatkaa kirjaa terveyskeskuksen odotushuoneessa tai sanella kolumnin ensimmäisen version puhelimeni muistiin vaikka auton kyydissä.

TEKSTEJÄ VIIMEISTELLESENI kuuntelen aina Iron Maidenin *Hallowed be thy Name* -kappaletta. Kun kirja valmistuu, karkaan sen saamaa palautetta aloittamalla uuden kirjan. Otan ikään kuin hoivatakseni uuden vasikan, joka tarvitsee huomioni, suojaan ja syöttämistä.

Kirjoittaminen on minulle turvapaikka, jossa eivät päde yhteiskunnan lait vaan minun ja kirjani lait.

KUN KIRJOITTAMINEN EI suju, pakotan itseni kirjoittamaan edes vähän, vaikka vain puoli liuskaa päivässä. Ikääntyminen pitää kuitenkin ottaa huomioon siten, etten enää pysty kirjoittamaan aamukymmenestä yökolmeen. On toimittava kuin jääkiekkoilija **Raimo Helminen**, joka vanhempana pelaajana liikkui vähemmän jäällä mutta antoi entistä tarkempia syöttöjä.

IHAILEMIANI KIRJAILIJOITA en varsinaisesti haluaisi tavata. Kirjoissa on kaikki se, mitä heistä tarvitsee tietää. Hyppäsin ensimmäisen kustannussopimukseni saaneena kirjailijana taksin kyytiin, jota kuljetti **Arto Salminen**. Pidän hänen hauskaista, tyllystä ja surullisen kuraisesta kirjoitustyylistään. Tajusin, että minun pitäisi kiittää ja kehua Salmista, mutta en saanut sanaakaan suustani. Meidän dialogimme rajoittui määränpäänä olevan baarin nimen ja loppusumman ilmoittamiseen.

LAPSENA HAAVEILIN ammattijääkiekkoilijan tai rikollisen työstä. Myöhemmin en ole miettinyt ammatinvaihtoa. Olen laiska ihminen, joka tekee työksensä sitä, mistä tykkään. On hienoa leikkiä, luoda maailmoja ja viisastua, kun saa selville jotain uutta.

Harjoittelen vähitellen paremmaksi jouluhihmiseksi.

JOULUUN MINULLA ON supervaikea suhde, joka korostuu, koska puolisoni ja lapseni ovat jouluhihmiä. Kun kotona kuunnellaan Jouluradio-

ta, minä panen kuulokkeet korville ja luukutan Rammsteinia. Harjoittelen vähitellen paremmaksi jouluhihmiseksi, ja katson esimerkiksi aina televisiosta *Lumiukon* ja *Ilmeellinen on elämä* -elokuvan. Jos kerran muu maailma on päättännyt, että joulu on hyvä asia, ei se yhden murjottavan Tuomaksen takia muuksi muutu.



Tuomas Kyrö on siirtynyt omaksi yllätykseksen perinteisestä nojatuolilukijasta myös äänikirjojen kuuntelijaksi. Näin kirjoille vapautuu aikaa vaikka pyöräillessä tai kaupassa käydessä.

Asettele pöydän
keskellä oksia ja
kukkia. Viimeistele
kynttilöillä ja
ripauksella kultaa.

Helposti näyttävä jouluku

Anna aikaa läheisille ja rakenna joulun tunnelma
rennosti oikaisemalla. Hyödynnä puolivalmisteita
ja keskity viimeistelyyn. Kaunis juhkakattaus
syntyy yhdistelemällä joulun klassisia värejä.

KOONNUT LEILA MEHTO JA TIINA VALKONEN RUOAT TAINA SALOVAARA
Kuvausjärjestelyt KAISA JOUHKI Kuvat PIIA ARNOULD

Käy pöytään!

Minimoi vaiva ja loihdi näyttävät alkupalat mutkattomasti: Sekoita raikas poroalkupala pakastimeen viikkoa tai kahta aiemmin ja pilko pinkin perunasalaatin ainekset jo edellispäivänä. Marinoi sillipalat superhelposti mustaherukkamehussa ja mausta graavilohiviipaleet italialaisittain. Reseptit Ruoka-liitteessä.



Lumenvalkoinen joulu

HUURTEISET HEDELMÄT

Valitse pari pientä omenaa ja päärynää, terttu viinirypäleitä ja muutama luumu. Riko kahden munanvalkuaisen rakenne syvällä lautasella. Laita toiselle lautaselle 2 dl erikoishienoa sokeria. Kääntele hedelmät ensin valkuaisessa, sitten sokerissa. Aseta leivinpaperille ja ripottele pinnalle tarvittaessa lisää sokeria. Anna kuivua yön yli.

Raikas jogurttiriisi
Sekoita 3 dl kylmää riisipuuroa, desi turkkilaista jogurttia, ripaus sokeria ja vaniljasokeria sekä tilkka sitruunamehua. Jaa kahteen kulhoon ja tarjoa välipalana marjojen tai hillon kanssa.



Joulufanin valovinkit

Joulutyypiksi tunnustautuva Riku Koskelo nauttii hämärästä ja tunnelmista, joita valojen avulla voi luoda. Poimi tästä loistavat vinkit.

1 VALAISE LOKAKUULTA HELMIKUULLE

Ripustamme jouluvalot – tai talvivalot – kerrostalokotimme parvekkeelle ja mökki-terassille lokakuussa, ja ne saavat valaista pihamaita aina helmikuulle asti. Kaikki sisäkäytössä olevat valosarjat liitämme pistorasioihin kytkimillä, joita voi ohjata kaukosäätimellä. Joulunpyhinä valonauhat hehkuvat kodissamme myös öisin. Ulkovalot toimivat ajastimella. Valosarjoilla saa sisustukseen nopeasti ja helposti fiilistä pimeään vuodenaikaan.

2 SUOSI KEKSELIÄITÄ PAIKKOJA

Valonauhoille voi keksiä uusia paikkoja. Kiedo valorimpsu peilin ympärille, piristä sillä juhlakattausta tai päästä se

kirjahyllyyn luikertelemaan. Näyttäviä asetelmia saa laittamalla valosarjan yksinkertaiseen, isoon lasipurkkiin, kulhoon tai kynttelikön ympärille. Valonauha antaa uuden elämän esimerkiksi vanhalle kastemaljalle tai perinteiselle olkipukkikoristeelle. Mökillä roikotamme palloista koostuvaa valosarjaa ulkokuuissa.

3 KOKEILE UUTUUKSIA

Viime aikoina olen käyttänyt erityisesti sarjoja, joissa on läpinäkyvä johto ja paljon pituutta, silloin valomassa saa päähuomion. Uusissa led-valosarjoissa on enemmän tehoa kuin vanhemmissa.

4 TOSI PALJON TAI TOSI VÄHÄN

Valaistuksessa voi valita tyyliä: joko paljon tai vähän. Se pätee erityisesti joulukuuseen. Aitoon luonnonkuuseen riittää yksi valosarja ja muutamia käsintehtyjä puukoristeita. Muovikuusesta voi rakentaa amerikkalaistyylinen speктаakkelin, jossa oksat peittyvät koristeiden ja valojen vyöryyn.

Kun mennään tietyn rajan yli, kuusi on kuin rocky road -leivonnainen – täynnä kaikkea makeaa. Sama pätee mielestäni valaistuihin eläinhahmoihin. Jos sille linjalle lähtee, kannattaa hankkia koko eläintarha.

Riku Koskelo on kekseliäs talvivalojen käyttäjä.

KUVA ANNA HUOVINEN



Rakkaudella leivottu

Vastapaistettujen piparkakkujen tuoksu tuo monelle joulun. Piparien leipomisesta on jäänyt rakkaita muistoja silloinkin, jos leivonnaiset ovat kärehtäneet mustiksi tai piparitalon katto sortunut. Yhteishyvän lukijoille tehdyn kyselyn mukaan valmistaikina on ajanut suosiossa itse tehdyn taikinan ohi. Näin enemmistö vastasi.

Paista piparit pakas-tetaikinasta tai käytä valmispiparkakkuja. Panosta leipomisen sijaan koristeluun.

SYÖN PIPARKAKKUNI MIELUITEN

raakana taikinaan (paistettuna)

ALOITAN PIPARKAKKIJEN SYÖMISEN

varhain syksyllä (joulukuussa)

LEIVON ITSE JOULUPIPAREITA

vuosittain (harvemmin)

JOS LEIVON PIPAREITA, KÄYTÄN

valmistaikinaa (itse tehtyä taikinaa)

PIPARI MAISTUU PAREMMALTA

ilman sokerikuorrutetta (sokerikuorrutettuna)

PIPARI ON PARHAIMMILLAAN

ohut ja rapea (muhevan paksu)

PARAS PIPARIMUISTONI

"Vieläkin muistan, kun ekan kerran maistoin piparia homejuuston kanssa. Niin hyvää!"

"Viimeiset piparitalkoot äidin kanssa toissa jouluna. Alzheimerista huolimatta hän teki pipareita viimeisen päälle huolellisesti ja asetteli muotit reunoja pitkin säästeliäästi. Itse ehdin vain lykätä peltejä uuniin ja ottaa pois, kun vanha piparimestari taikoi pellit täyteen."

"Lasten kanssa tehty piparitalo... oli ensimmäinen ja viimeinen. Katto sortui, sormeen tarttui kuumaa sokeria."

"Äitini aikoinaan löysi juhannusaattona aitan hyllyltä 10 litran sangon, joka oli täynnä pipareita. Maistuivat hyviltä myös kesällä."

"Lapsenlapsen ilme loppiäisenä, kun sanoin, että saa syödä koko talon."

Vastaukset ovat kyselystä, joka tehtiin yhteishyvä.fi:ssä. Siihen vastasi 1159 ihmistä.

NÄIN TEET PIKEERIN

Vatkaa munanvalkuaisen rakenne rikki kulhossa. Sekoi-ta joukkoon 2 dl tomusokeria. Lisää sitten sen verran tomu-sokeria (1–2 dl), että saat jähmeän massan. Laita pikeeri pursotinpussiin, jossa on mahdollisimman pienireikäi-nen tyllä eli pursotinterä. Voit laittaa seoksen myös vahvaan muovipusssiin, jonka kulmaan leikkaat pienen reiän. Koristele jäähtyneet piparit pikeerillä ja anna kovettua huoneenlämmössä.



Juhlavat kaneliservietit
*Pyöräytä servietti rullalle.
 Aseta päälle leikkokukkien tai
 luonnonkasvien oksia. Sido nauhalla
 ja solmi mukaan kanelitanko.*

Havunvihreä joulu

6 x kuusi

1 SULATA JÄINEN joulukuusi mieluiten viileässä, tyvi kylmään vesiämpäriin upotettuna, muistuttaa Joulupuu-seura. Jos sulatat kuusen pesuhuoneessa, muista silloinkin vesiämpäri ja suihkutele myös runkoa ja neulastoa kylmällä vedellä. Pesuhuoneessa kuusen sulatus kestää pari tuntia, viileässä tilassa pari vuorokautta.

2 KUN ASETAT kuusta jalkaan, ravistele ensin roskat ja kuolleet neulaset pois. Mittaa huoneen korkeus. Lyhennä kuusta riittävästi tai sahaa tyvestä ainakin muutama sentti uuden imupinnan aikaan saamiseksi. Älä poista tai riko kuorta. Tyven pitää mahtua kuusenjalkaan ohentamattomana.

3 TYVEN LEIKKAUSPINNAN on oltava vedessä koko ajan. Kuusi juo eniten ensimmäisen vuorokauden aikana, joten tarkasta veden riittävyys useita kertoja.

4 KUN KORISTEET joulun jälkeen on riisuttu, näppärä tapa hävittää kuusi on katkaista oksat joko kokonaan tai osittain, niin että kuusi ja oksat sopivat pussiin. Silloin neulasia varisee vain oksien leikkauspaikalle.

5 TUNTUUKO AJATUS elävästä kuudesta liian työläistä? Hanki tekokuusi tai pieni huonekuusi. Vaihtoehtoisesti voit askarrella jouluisen koristeiden kiinnittämällä seinälle piparkakkuja, oksia tai joulu-kortteja kuusen muotoon.

6 JUHLISTA KUUSTA laulamalla sille lauluja läpi joulun. Teemaan sopivia ovat esimerkiksi *Joulupuu on rakennettu, Oi terve, joulukuusi, Kuusen kotiin tuoda saamme ja Oi kuusipuu. Reippahasti käypi askelet* -laulun viimeinen säkeistö kannattaa säästää Nuutinpäivän haikkeisiin luopumisen tunnelmiin.



RUISKRANSSI JA MÄTIDIPPI

Levitä 1 paketillinen (130 g) merisuolalla maustettuja jälkiuunilastuja kranssiksi pyöreälle vadille. Sekoita 200 g sulatettua ja valutettua kirjolohenmätiä, 150 g ranskankermaa, 100 g tuorejuustoa ja ruukulliset silputtua tilliä sekä ruohosipulia. Mausta dippi mustapippurilla ja tarjoa lastujen kanssa.



**AASIALAINEN
BATAATTILAATIKKO**

Notkista bataattilaatikko (700 g)
2 dl:lla kookoskermaa. Ripottele
pinnalle 1 tl chilirouhetta, koristele
neilikoilla ja kuumenna.

**JOULUMAUSTEINEN
LANTTULAATIKKO**

Sekoita lanttulaatikon (700 g)
joukkoon 120 g smetanaa ja 2 tl pipar-
kakkumaustetta. Kääntelee pekaani-
pähkinät (100 g) öljytilkassa, asettele
laatikon pinnalle ja paista.

Tuttu, mutta tuunattu

Taio valmiisiin joululaatikoihin uutta
makua ja ilmettä pienellä vaivalla.

Paista laatikoita 175-asteisessa
uunissa noin 30 minuuttia.

**TILLIHUNNUTETTU
PERUNALAATIKKO**

Sekoita perunalaatikkoon (700 g)
½ dl voisulaa ja 1 rkl siirappia.
Kuumenna. Lisää pinnalle 1 ruukku
hienonnettua tilliä.

**ROUSKUVA
PORKKANALAATIKKO**

Lisää porkkanalaatikon (700 g)
mausteeksi 1 rkl vaahterasiirappia,
2 tl pestyn appelsiinin raastettua kuorta
ja 2 rkl appelsiinimehua. Kääntelee 1 dl
kurpitsansiemeniä öljytilkassa ja levitä
laatikon pinnalle. Kuumenna uunissa.

Puolukanpunainen joulu

Pirskahteleva glögiskumppa

Jaa 1 dl viilennettyä glögitiivistettä tai 4 dl glögijuomaa kuuteen lasiin. Täytä lasit kuohuviinillä ja koristele marjoilla ja hedelmillä.

Vuoden maukkain ilta

Valmista uudenvuodenjuhliin näyttävä, mutta yllättävän helppo menu ja valmistaudu aplodeihin. Reseptit löydät Ruoka-liitteestä.



Aloita uudenvuodenjuhlat tarjoilemalla raikas savuporoalkupala rieskan tai ruisleivän päällä. Koristele puolukoilla ja ruohosipulilla.



Viimeistele pääruoaksi tarjottava rubiinilohi näyttäväksi granaattiomenansiemenillä. Tarjoa salaatin kanssa.

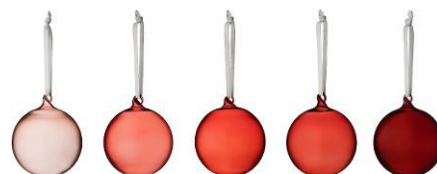


Sekoita rocky road -jäädye vaniljajäätelöstä, karkeista ja pähkinöistä. Tarjoa karpalokinuskun kanssa.

Tunnelman tuojat



Karelia-tyynynpäällinen ilahduttaa joulun jälkeenkin. Koko 45 x 45 cm. 28 e, Pentik.



Iittalan lasipallot sopivat vaativankin sisustajan makuun. Yhden pallon koko 80 mm. Viiden lasipallon lahjalaatikko. 24,95 e, Iittala.



Alva-huopa on täyttää villaa. Koko 130 x 170 cm. 119 e, Lapuan Kankurit.



Juhlavaa, punakultaista pöytäkynttilää on tarjolla useassa koossa. Alk. 8,95, Broste.

Tuotteet: Sokokset. Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

Marinoitu pähkinä- cheddar

Lado noin puolen litran lasipurkkiin kerroksittain 160 g paloitteltua cheddaria, 1 dl saksanpähkinöitä, ½ dl kuivattuja karpaloita, 2 tl oreganoa ja 1 tl kokonaisia mustapippureita. Kaada päälle noin 2 dl oliiviöljyä. Anna maustua 1 vrk jääkaapissa. Ota huoneenlämpöön puoli tuntia ennen tarjoilua.

Joulu- leipä

Asettele joulu-
limppu kauniin
pyyheliinan
päälle, sido
mukaan purkilli-
nen hilloa tai
marmeladia.

Melkein kuin itse tehty

Kipaise ainekset
kaupasta ja kokoa super-
helpot joululahjat
herkkusuulle.

Napostelu- purkki

Kokoa kauniiseen
purkkiin valikoima
lahjansajaan lempi-
herkkuja, esimerkiksi
suklaata, lakua,
pähkinöitä ja
marmeladeja.

Sitrus- timjami- öljy

Leikkaa sitruunan ja
appelsiinin kuorista
ohuita suikaleita
kuorimaveitsellä.
Laita ne pieniin
lasipulloihin tim-
jaminoksien ja
roseepippureiden
kanssa. Täytä pullo
oliiviöljyllä.

ODOTETTU HERKKU

Uunista hiipivä huumaava tuoksu kutsuu nautiskelijat keittiöön. Näillä vinkeillä paistat ihanan mehevän tai sopivasti murenevan kinkun – juuri sellaisen kuin tykkäät.

TEKSTI KATI POHJA KUVAT ANNA HUOVINEN



Viimeistele kuorrutettu kinkku juhlavaksi kuivatuilla karpaloilla.

KINKKUVINKIT

- Panosta paistolämpömittariin. Se kertoo kypsyyden tarkasti. Kun mittari näyttää 75 astetta, kinkku on mehevän kypsää, 80-asteisena murenevan kypsää.
- Paistoaika on noin tunti kiloa kohden, mutta kinkussa ja uuneissa on eroja, joten

paistoaikakin vaihtelee.

- Ota paistoliemi talteen kastikkeen pohjaksi. Voit myös pakastaa paistoliemen kastikepohjaksi myöhempää käyttöä varten.
- Pakkaa ylimääräinen paistoliemi ja rasva tyhjään maito- tai mehupurkkiin ja

hävitä seka- tai energiajätteenä. Hyytyvä paistoliemi ja rasva tukkivat viemärin.

- Säilytä kypsä kinkku jääkaapissa ja ota tarjolle vain kulloinkin syötävä määrä. Ison kinkun jatkuva siirtäminen kylmästä lämpimään heikentää säilyvyyttä.

NÄIN VALMISTAT TÄYDELLISEN JOULUKINKUN

1



Sulata kinkku tarvittaessa. Siirrä jäinen, 5–7 kg luuton kinkku jääkaappiin 3 vuorokautta ennen valmistusta. Ota sulanut kinkku huoneenlämpöön noin 5 tuntia ennen paistoa. Poista pakkaus, mutta jätä verkko paikoilleen.

2



Säädä uuni 200 asteeseen. Laita kinkku isoon paistopussiin. Sulje pussi ja leikkaa pieni reikä yläkulmaan. Työnä paistomittari kinkun paksuimpaan kohtaan. Laita kinkku uuniin niin, että mittarin asteikko näkyy uunin luukusta.

3



Paista kinkkua ensin ½ tuntia, laske uunin lämpö sitten 125 asteeseen. Paista, kunnes mittari näyttää 75–80 astetta. Anna jäähtyä 20 minuuttia. Poista pussi ja ota liemi talteen kastiketta varten. Poista kinkusta verkko, kamara ja suurin osa silavaa.

4



Sekoita kananmuna ja desi sinappia. Levitä seos kinkun pinnalle. Ripottele päälle desi korppujauhoja. Tee pintaan ruudukko veitsellä. Kuorruta 250 asteessa 10–15 minuuttia, kunnes kuorrute on hieman ruskistunut. Koristele kuivatuilla karpaloilla.

3 x kinkun kaverit



HOMEJUUSTOKASTIKE

Keitä 2 dl kinkun paistolientä ja 2 dl vettä. Lisää ohuena nauhana suurus, jossa on 2 rkl vehnä jauhoja ja ½ dl vettä. Keitä 10 minuuttia. Lisää 1 dl sinihomejuustomuruja ja 1 dl kermaa.



PIPARJUURISINAPPI

Sekoita 1 dl sinappia, 2 tl piparjuuritahnaa ja 2 tl hunajaa.



PIPPURINEN RANSKANKERMA

Sekoita 200 g ranskankermää, 3 tl murskattuja viher- ja roseippureita, 1 tl sinappia, 1 tl hunajaa ja ripaus suolaa.



**Luonnollisen tarkka
kuva joka koossa**

65" **69900**

55" **49900**

49" **39900**

43" **29900**

Takuu 24kk

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.



Panasonic **SMART HOME**

Uudenlaista kodin turvaa

Helppo asennus, turvalliset langattomat yhteydet ja kätevä hallinta puhelimella tai tabletilla ilman kuukausimaksuja



Aloituspakkaus 1

Smart Hub, ovi-/ikkunasensori, liiketunnistin. Suojaa helposti kodin tai mökin kutsumattomilta vierailta. Pakettiin voi liittää minkä tahansa muun Panasonic Smart Home tuotteen. Takuu 24kk.

14900

**Tutustu Smart Homeen
Prismassa**

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.



Pannu- piparkakku

Leikkaa 250 g piparkakkutaikinaa 1 ½ cm:n kuutioiksi. Kuutiot noin 200 g leipäjuustoa. Sulata tilkka voita pannulla. Paista taikinakuutiot nopeasti kuumassa rasvassa, välillä käännellen.

Tarjoa leipäjuuston, puolukoiden ja kinuskikastikkeen kanssa.

OIKAISIJAN LEMPPARI: PIPARKAKKUTAIKINA

Valmis piparkakkutaikina on superhelppo tapa valmistaa itse leivottuja piparkakkuja. Taikina sulaa kaulintavalmiiksi huoneenlämmössä puolessa tunnissa. Jos kaipaat pipareihin tuhdisti mausteita, kaulitse taikinaan kanelia, kardemummaa tai vaikkapa mustapippuria!

TAIKINAN TAIKAA

Pakastetaikina on kätevä vierasvara, sillä se sulaa huoneenlämmössä alle puolessa tunnissa. Poimi vinkit taikinoiden monipuoliseen käyttöön.

Reseptit:
yhteishyvä.fi

KOTIKOKIN VIERASVARA: LEHTITAIKINA

Laktoosittomassa lehtitaikinassa on käytetty margariinia ja taikinalevyt on kaulittu muita lehteviä taikinoita ohuemmiksi. Lehtitaikinaa saa myös isona levynä. Käytä taikinaa pastei-joihin ja kannellisiin piirakoihin tai leivo näyttävä Nutella-taatelikuusi.

JUHLAPÄIVÄN RAPEA HERKKU: VOITAIKINA

Voilla leivottu lehtevä, kuohkea ja murea voitaikina sopii suolaisiin ja makeisiin leivonnaisiin. Se on oiva valinta, kun leivonnaisessa on enemmän taikinaa kuin täytettä. Käytä sulatettu taikina nopeasti, sillä lämmennyttä taikinaa on vaikea käsitellä.

TEKSTI ANU BRASK
KUVA TUOMAS KOLEHMAINEN

JOULUTONTUN VALINTA: TORTTUTAIKINA

Torttutaikinakin leivotaan margariiniin, ja tämän ansiosta se kohoaa paistettaessa voitaikinaa enemmän. Kokeile myös suolaisia mäti- tai punajuuritorttuja.

Rukiiset juusto-kinkkutikut

Vaivaa ruisperunataikinan (400 g) joukkoon 1 dl cheddarjuustoraastetta ja 2 rkl hienonnettua timjamia. Kauli taikina ½ cm:n paksuiseksi levyksi, leikkaa 10 suikaleiksi ja rullaa ohuiksi tikuiksi. Kääri viipale ilmakuivattua kinkkua tikun ympärille. Paista 180-asteisessa uunissa 15–20 minuuttia.

PERINNELEIPURIN SUOSIKKI: RUISPERUNATAIKINA

Ruisperunataikina on kuitupitoinen ja rakenteeltaan helppo työstää. Melko miedonmakuinen taikina päättyy useimmin suolaisen piirakan pohjaksi, mutta kokeilethan taikinaa myös makeissa piiraissa esimerkiksi puolukan kaverina.

SOKERIHIIREN PELASTUS: MUROTAIKINA

Murotaikina sopii marja- ja hedelmäpiiraiden pohjaksi. 400 g:n taikina riittää matalaan 30 cm:n ja korkeareunaiseen 25 cm:n piirakkavuokaan. Murotaikina on helposti käsin muotoiltavaa, joten siitä voit leipoa myös helpot ja nopeat pikkuleivät.

Rapeat muro-taikinakeksit

Sekoita 400 g murotaikinaan 100 g tummaa suklaata ja 1 dl rouhittuja hasselpähkinöitä tai 100 g valkosuklaata ja 1 dl kuivattuja karpaloita. Muotoile noin 5 cm:n paksuiseksi pötköksi ja leikkaa 1 cm:n paksuisiksi viipaleiksi. Paista leivinpaperin päällä pellillä 180 asteessa 5–10 minuuttia.

Kuninkaallinen tervehdys Savon- linnasta



St. Olaf Pale Ale 5,5%

Panimomme ylpeys on raikas ja helposti lähestyttävä St. Olaf. Pyhän Olavin mukaan on nimetty myös kotikaupunkimme tarunhohtoinen Olavinlinna. St. Olaf toimii joulupöydässä hienosti kinkun ja juustojen parina!



Pässä Ipa 5,5%

Mustan Virran Pässä on täyteläisen ja vahvan makuinen olut. Pässä sopii erinomaisesti nautittavaksi joulupöydän kalaruokien sekä mausteisten ruokien kanssa.



Tutustu myös muihin oluihimme

Mustan Virran Panimo on savonlinnalainen pienpanimo, jonka maukkaat ja aromikkaat oluet sopivat erinomaisesti joulun ja uudenvuoden juhlapöytiin. Saimaan puhtaasta vedestä, kotimaisista maltaista ja laadukkaista humalista ammattitaidolla valmistetut lähioluet löydät S-Ryhmän kaupoista kautta valtakunnan. Lue lisää oluista ja tarkista saatavuustiedot osoitteesta: www.mustanvirranpanimo.fi/saatavuus

Löydät meidät myös Facebookista ja Instagramista

Viima Talviolut 5,2%



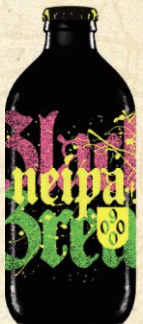
Santa Olaf 4,9%



St. Olaf Pale Ale 1,2%



NEIPA 9000 5,2%



Välikoima vaihtelee myymälöittäin.

Kolumnisti Anna Perho on omasta mielestään kaikkietietävä kotikokki, jonka jääkaapissa on aina kapriksia ja giniä.

Maistuisiko kissankarvajäätelö?

Ihmistä on aina vaivannut perspektiivin puute. Närkästelemme nykyajan ilmiöitä, vaikka useimmat niistä ovat riivanneet ihmistä kautta vuosisatojen.

Harvoin syöminenkään on ollut ongelmatonta. Arjen historiaa tutkinut **Bill Bryson** kirjoittaa tästä hurmaavasti teoksessaan *At Home*.

Otetaanpa vaikka ruokahuijaukset tai E-koodihysteria. Epäilyttävät oliiviöljyt tai irtokarkkien kreisit väriaineet ovat pientä verrattuna siihen, miten ruokaa jatkettiin silloin kun se oli länsimaissakin kortilla.

Teen joukossa oli sahanpuruja, hiekkaa ja silkkaa likaa. Giniin lorauteettiin jatkeeksi tärpättiä. Punainen lyijyoksidi värjäsi juuston kuoren houkuttelevaksi.

RUOAN PUHTAUS, jonka perään nyhkimme ponnekkaasti, oli parisataa vuotta sitten hyvin suhteellinen käsite. Antibiootit ja kasvimyrkyt olivat vielä scifiä, mutta käsi sydämelle: söisitkö itse jäätelöä, josta löytyy kissan karvoja, hyönteisiä ja lypsylinoista irronneita kangaskuituja? Sellaista oli herkuttelu 1800-luvulla.

Vasta kun kanadalainen liikemies keksi saman vuosisadan puolivälissä kaupallistaa jään (!), pilaantuneen ruoan säännöllinen nautiskelu alkoi siirtyä hitaasti kohti pakkauspäivämääräsulkeisia.

Ruoan eettisyys oli käsitteenä tuntematon ylellisyys. Bryson kertoo kirjassaan lihatoreista, joille karja talutettiin haavaisena ja lopen uupuneena, ja tämä on tarinoiden lempeimmästä päästä.

Ylensyönti ja ryyppääminen olivat ongelmia jo kauan ennen *Suurinta Pudottajaa*. Wellingtonin herttuan aamupala koostui kolmesta pihvistä ja parista kyyhkystä lisukkeineen, ja tämän hän huuhteli alas portviinillä, brandyllä ja pullollisella viiniä.

SE, MITÄ ruokakulttuurissa ylipäätään arvostetaan, tuntuu olevan kovin ailahtelevaista.

Peruna-parka on tästä paraatiesimerkki. Aikanaan siihen suhtauduttiin niin suurella epäilyksellä, että aiheesta pidettiin erikseen valistavia kirkkosaarnoja ja kirjoitettiin kirjoja, kuten 1700-luvulla julkaistu

Potatesten Eli Maan-Päronain Wiljelemisestä, säilyttämisestä ja hyödytyksestä Huonen hallituxesa.

Mutta kun peruna oli jonkin aikaa maistunut, alkoivat karppausvainot: yhdessä yössä perunasta tuli maineeltaan pahempaa myrkkyä kuin tupakka – vain jotta se voisi tehdä vaivihkaisen paluun hetkeä myöhemmin.

Ehkä 200 vuoden päästä äimistellään sitä, että söimme luontoa. Ehkä ruoka valmistetaan labroissa, ja meille tuiki tavalliset nakit ja avokadot ovat kallista kuriositeetteja.

Ehkä perunasta ollaan taas jotain mieltä.

*Giniin
lorautettiin
jatkeeksi
tärpättiä.*



Tällä juttupaikalla tutkimme, miten suomalainen ruoka syntyy.

Pieni suklaatehtailija

Helsinkiläinen Goodio-raakasuklaa herättää kiinnostusta ympäri maailmaa. Sitä ennen perustaja Jukka Peltola oli kuitenkin jo luovuttamassa, kun konkurssi vaani ovella.

TEKSTI KAISA HAKO KUVAT PANU PÄLVIÄ

”Olen aidosti innoissani suklaasta. Se on loputonta aistien ilotulitusta. Kaakao on luonnontuote, joka ei koskaan ole yhtä ja samaa. Kun raaka-aine sisältää luontoyhteyden, kokemuksellisuuden ja merkityksen, siihen ei kyllästy.

Täällä Helsingin Sörnäisissä, vanhassa näkkileipätehtaassa, kaakaopavut jauheetaan kivimyllyissä suklaamassaksi, kaadetaan muotteihin ja pakataan.

Suklaan ravintorikkaus säilyy, kun raaka-aineita käsitellään mahdollisimman vähän, jätetään pois kaikki ylimääräinen ja korvataan heikommat elementit paremmilla. Käytämme vain luomuraaka-aineita, ja valkoisen sokerin korvaamme kookospalmusokerilla. Uusin innovaatiomme on kaurasuklaa, jossa pystyimme vähentämään sokerin määrää 58 prosentilla normaaliin raakasuklaaseen verrattuna.

Hankimme kaakaopavut suoraan pieniltä tiloilta. Tehoviljelyn sijaan käy-

tämme sekaviljeltyä kaakaota, mikä edesauttaa luonnon monimuotoisuuden säilymistä.

AIVOSUMU HÄVISI

En olisi arvannut, että minusta vielä joskus tulee suklaatehtailija. Tein pitkään uraa pelituottajana, pääsääntöisesti mobiilipelien parissa.

Vuoden 2010 paikkeilla minusta alkoi tuntua, että haluaisin tehdä jotain

merkityksellistä. Noihin aikoihin aloin myös kiinnittää huomiota ravintoon.

Kun muutin ruokavaliota terveellisemmäksi, aivosumu hävisi ja energiatasou nousi.

Luontoyhteys ja luonnon raaka-

aineet alkoivat silloin kiinnostaa uudella tavalla. Myös ymmärrykseni kaakaon ja suklaan terveyshyödyistä kasvoi. Siihen asti olin syönyt suklaata kuten useimmat muutkin suomalaiset: hotkinut sokerinhimoon.

”Suklaan halpa hinta voikin olla kallis.”

→



Goodion käyttämä
kaakao tulee
Perusta, Ecuadoris-
ta sekä Kongon ja
Ugandan rajalta.



Goodio saa pian oman,
varta vasten kehitetyn
kaakaosekoituksen,
jonka pavut viljellään
Perussa, Piuran alueella.



Jukka Peltola on suklaa-
tehtaan perustaja, tuote-
kehitystiimin jäsen sekä
itse keksimänsä tittelin
mukaisesti Positive
Change Innovator.



Suklaalevyt, joita henkilökunta
nimittää rakkauskirjeiksi,
tunnetaan kauniista pakkauk-
sistaan, jotka on suunnitellut
graafikko Jesse Kühn.



Goodion raakasuklaat
maustetaan muun
muassa kahvilla,
chilillä, lakritsilla
sekä suomalaisilla
marjoilla ja yrteillä.



Goodio

Goodion suklaatehdas sijaitsee Helsingin Sörnäisissä.

30

TYÖNTEKIJÄÄ

Goodiolla on kaikkiaan 30 työntekijää, joista 10 työskentelee suklaatehtaalla.

10 %

Goodion periaatteisiin kuuluu, että työvoimasta 10 prosenttia on vaikeasti työllistyviä.

500

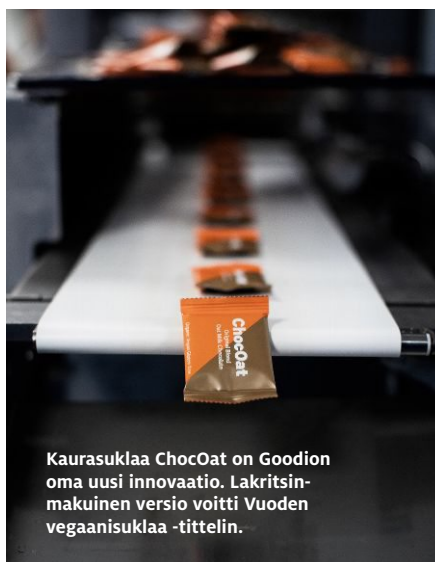
KILOA

Suklaatehdas tuottaa päivittäin 500 kiloa suklaamassaa. Päivässä valmistuu 4 000 raakasuklaalevyä.

14

MAATA

Goodio-suklaata on vietä 14 maahan. Eniten sitä viedään Yhdysvaltoihin, Ruotsiin, Norjaan, Britanniaan ja Japaniin. Myyntipisteitä on yhteensä 5 000.



Kaurasuklaa ChocOat on Goodion oma uusi innovaatio. Lakritsinmakuinen versio voitti Vuoden vegaanisuklaa -tittelin.

”Olen fiilareissa siitä, että tuotettamme voi ostaa missäpäin vain.”

KAVERIT PITIVÄT HULLUNA

Kaupassa käydessäni turhauduin. Tuli tunne, että tarvittaisiin parempia vaihtoehtoja kaikille, sillä suklaantuotantoon liittyy valtavasti epäkohtia aina sademetsien tuhoamisesta alkaen. Suklaan halpa hinta voikin olla loppupelissä kallis.

Ajattelin, että jonkun pitäisi tehdä jotain. Toivoin, että olisi yritys, jonka arvoin voisi luottaa. Joka pyrkisi katsomaan suklaantuotantoa kokonaisvaltaisesti: sen vaikutusta kuluttajan terveyteen, ympäristöön ja viljelijöiden olosuhteisiin. Näin hyvä jakautuisi tasaisemmin ja kuluttajalla olisi runsaampi kirjo vaihtoehtoja.

Tämä missioni oli niin voimakas, että päätin vuonna 2011 perustaa yrityksen ja hypätä tuntemattomaan, vaikka monet kaverit pitivät hulluna. Arvelin, että on parempi kärsiä muutosprosessin vuoksi kuin voivotella ja kärsiä asioiden muuttumattomuuden vuoksi.



Kaurasuklaan raaka-aineesta lähes neljäsosa on Helsingin Myllyn gluteenitonta luomukauraa.

Ei ollut vaikeuksia löytää kumppaniksi muita superfoodista kiinnostuneita. Vuonna 2012 saimme markkinoille yrityksen ensimmäisen suklaan, joka oli tehty Amazonin alueen kaakaosta. Ensimmäinen erä oli tosi hyvä, mutta seuraava oli pahimman makuista suklaata, mitä ikinä olin maistanut. Ei auttanut kuin anteeksipyytävin silmin tarjota sitä jälleenmyyjille. Tuolloin meillä ei ollut vielä paljon muskeleita pelailla raaka-aineilla.

Tässäkö tämä nyt oli, ajattelin.

Vastoinikäymisten määrä oli valtava, sillä henkilökohtaiset vahvuuteni eivät ole bisnesmaailman puolella. Jossain vaiheessa minulla oli ollut vähän säästöjä, mutta ne hupenivat nopeasti. Tein hanttihommia kavereille. Tulimme toimeen pienillä ihmeillä. Tietotaitoa ei ollut tarpeeksi, mutta en halunnut luovuttaa. Tuntui, että tämä on niin tärkeä juttu.



Jukka Peltola (oik.)
katselee, kun suklaa-
tehtaan työntekijä
Jorma Korhonen
lohkoo kaakaovoita.

MALLIA OLUTKULTTUURISTA

Vuonna 2015 olimme konkurssin partaalla. Olin niin uupunut, että olin jo kirjoittanut valmiiksi viestin, jossa firma annetaan eteenpäin. Kun olin valmis antautumaan, yksi puhelinsoitto muutti tilanteen. **Sampsa Siekinen** ja **Jonni Sinkkonen** lähtivät mukaan kumppaneiksi, ja kaikki kääntyi parempaan suuntaan. Vuonna 2016 sain ensi kertaa tästä työstä palkkaa.

Olen oppinut vuosien myötä luottamaan, hyväksymään ja tarvittaessa päästämään irti. Asioiden kulkua ei voi pakottaa. Kaikki tapahtuu juuri oikealla ajallaan.

Nyt kansainvälistyminen etenee järjestelmällä draivilla. Goodiolle on juuri perustettu tytäryhtiö Yhdysvaltoihin: tuotteemme ovat amerikkalaisen Whole Foods -ketjun valikoimissa.

Kaurasuklaamme tuli heti myyntiin kaikkiin S-ryhmän kaappoihin. Olen fiilareissa siitä, että tuotettamme voi

ostaa missäpäin vain. Parempia vaihtoehtoja kaikille -ajattelu ei toteudu, jos tuotteita myydään vain erikoisliikkeissä.

Suklaan nauttimiskulttuuri ei tähän asti ole juurikaan perustunut laadusta ja kaakaon vivahteista nauttimiseen. Olisi hienoa, jos se muuttuisi viini- tai olutkulttuurin suuntaan. Enhän itsekään ostaa enää isointa mäyräkoiraa, vaan pari kolme käsityöläisolutta. Ne ovat jo ottaneet hyllytilansa kaupoissa. Suklaan kohdalla otetaan vasta alkuaskelia.

Olen alusta lähtien ajatellut, ettei tämä positiivisen muutoksen missio ole tarkoitettu vain suomalaisille. Miksi näperrellä? Hyvä sataa kaikkien laariin, myös tuleville sukupolville.

Empatiasta ja välittämisestä tämä kaikki kumpuaa. Me kaikki linkitymme toisiimme. Jos ympäristö voi hyvin ja kanssakulkijat voivat hyvin, silloin voin itsekkin hyvin." ■

JOULUN DORO MATKAPUHELIMET



Doro 8035

Helppokäyttöinen 4G älypuhelin. Suuret selkeät kuvakkeet ja teksti tekevät käytöstä helppoa. Fyysiset painikkeet asetuksia, aloitussivua ja takaisin-toimintoa varten. Google Play:n kautta valtavasti lisää sovelluksia. Monipuoliset turvatoiminnot ja etäohjaus.

Väri: metallinsininen. www.doro.fi



Doro 6031

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



Doro 1362

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

VOITA HEHKUVA REVONTULIMATKA SUOMEN LAPPIIN!

KERÄÄMÄLLÄ 10 KOODIA SAAT KÄTEVÄN
DR. OETKER-PIZZALEIKKURIN



Ruoan sisältöpäälikkö Sanna Autio ottaa uutuudet haltuun.

HEDELMÄINEN ROMMI-BOOLI

Sinebrychoffin Pear Breezer on rommi-pohjainen päärynänmakuinen makea juomasekoitus. Nauti kylmänä jäiden kanssa.



”Syksy toi tullessaan uusia juomia ja houkuttelevia makuyhdistelmiä. Näitä kivoja uutuuksia voi kokeilla jo pikkujouluissa tai vaikkapa uudenvuodenjuhlissa.”



MALTAISEN PEHMEÄÄ

Olvin joululolut on tumma, pastörimaton täysmaltaisen juoma, joka sopii hyvin perinteisten jouluruo- kien kanssa. Kokeile myös sienisalaat- tileipien tai loimu- lohien kaverina.



SIIPIRAVINTOLAN FIILISTÄ

Atrian Hornet Snacks Buffalo Bites -pakkauksessa on kilon verran maissipaneroituja luuttomia kan- nanpaloja, jotka maistuvat joko popcornilta, lempeän tuliselta juustolta tai mehevältä pekoni- lta. Paista vaikkapa uudenvuoden suolapaloiksi. Tarjoa kasvisten ja dipin kanssa.

Joulumielellä, vesi kielellä



HOKKUSPOKKUS-JÄLKKÄRI

Joulun helpoin jälkiruoka syntyy sekoittamalla salaatti joulukuun satokausihedelmistä: omenasta, klementiinistä, persimonista ja granaattiomenasta. Kumoa Valion Jäätelöfabriikin Aura-lakujäätelö purkista ja kruunaa komeus Annas-lakritsiparka- kuilla. Tarjoa kaveriksi hedelmäsalaattia. Siemaile kahvin sijaan Tornion Panimon Arctic-jouluporteria.



FIINIMMÄT LEIKKELEET

HK:n Rypsiporsas Gourmet Kylmä- savustettu Filee ja Ilmakuivattu Kinkku ovat voimakkaanmakuisia, savustettuja leikkeleitä. Kokeile vaikkapa joulun alkupalapöytään rullattuina hedelmien kanssa.



SÄIHKYVÄ TORTTU!

Tesco Finest -sarjan Mango Passion -kääretortun rapean marenkisen kuoren kätköissä on kermavaahtoa ja hedelmäkastiketta. Katseen vangitsee pinnalla hohtava metalli- nen säihke. Pakastekääretorttu on näppärä vierasvara tai jälkkäri. Valmistusmaa Iso-Britannia.

PIENI PULLO – KEVYT VIINI

Pierre Chavin Organic cabernet 5,5 % -luomunaviinissä maituu herukka. Matala-alkoholinen viini tuote- taan Etelä-Ranskassa sekoittamalla viiniä ja rypälemehua.



TÄYTELÄINEN SIIDERI

Hartwallin Orchard Thieves Crisp Apple -puolikuiva omenasiideri valmistetaan makeista ja happamista omenoista. Yltäkyläinen maku on peräisin omename- husta, jota juomassa on 75 prosenttia. Maista täyteläis- ten juustojen kanssa.



KAHVINAUTINTO

Kulta Katriina Luomu tummapaahatto maistuu luonteikkaalle ja vahvalle. Siitä voi valmistaa juoman myös presso- pannulla. Kahvin pavut tulevat Itä-Afrikasta ja Väli-Amerikasta.

IHANAA HELPOTUSTA KIPUUN

"Kärsin aika ikävästä, toispuoleisesta migreenipäänsärystä ja hartiani ovat usein jumissa. Lääkäri suosittelee minulle TENS-laitetta. Laite on aina yöpöydälläni, ja kun tunnen migreenikohtauksen alkavan, käytän sitä hartiasseudulla. Saan siitä aina parhaan avun päänsärkyyn, ja suosittelen ehdottomasti TENS-laitetta kaikille samanlaisista kivuista kärsiville!"

Sanni, 47

"Ystäväni suosittelee minulle TENS-laitetta, sillä minulla on niskakivuista johtuvaa päänsärkyä. Käytän laitetta niskaseutuun ja hartioihin. Laite on hyvin monipuolinen ja sopii käytettäväksi monenlaisen kipun, tai ihan vain rentoutukseen. Säädeltävä hieronta-toiminto tuntuu ihan kuin olisi oikeasti hieronnassa! Laite auttaa rentoutumaan, ja se tuntuu siksi niin hoidolliselta ja tehokkaalta."

Anne, 50

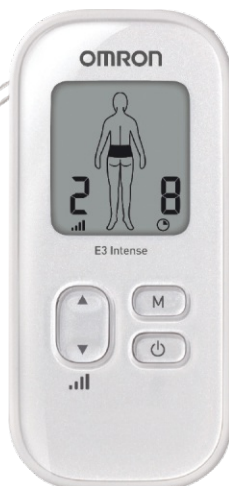


Jopa kolmannes suomalaisista kärsii kuukausittain erilaisista kivuista*. Kipu voi olla esimerkiksi akuuttia niska-hartiasseudun kipua, alaselän kipua, nivelkipua, migreeniä tai kroonista, pitkittynyttä kipua.

Kipukokemukset ovat meillä kaikilla hyvin erilaisia, mutta kipu on aina aivojen tuottamaa. Toisinaan tunnemme yhä kipua, vaikka kivun lähde on jo parantunut. Kivun kanssa selviytymiseen on onneksi paljon työkaluja.



Omron E3 Intense



Mikä TENS-hoito?

Terveystieteiden ammattilaiset ja kipua hoitavat lääkärit hyödyntävät kivun hoidossa lääkkeettömän kivunlievityksen menetelmiä. Myös Käypä Hoito -suositus painottaa kivun hoidossa ensisijaisesti lääkkeetöntä kivunlievitystä. Yksi tällainen menetelmä on kotona annettava TENS-hoito.

TENS-hoito perustuu ihon kautta tapahtuvaan sähköiseen stimulaatioon. Hermojen ärsytys kipualueella katkaisee kipuviestin matkan aivoihin. Lisäksi laite vähentää kivun tunnetta vapauttamalla elimistöön endorfiineja ja lisäämällä verenkiertoa lihaksessa.

Sopiiko se minulle?

Omron E3 Intense -kivunlievittäjä tuo terveydenhuollon ammattilaisten hyödyntämän TENS-teknologian myös kotikäyttöön. Kokeile TENS-laitetta esimerkiksi selälle, olkapäille, nivelille ja lihaksille. Laitteen eri ohjelmista on helppo valita omiin tarpeisiin sopiva hoito-ohjelma ja tehotaso. Hoitoaika on 15 minuuttia. Helppokäyttöinen Omron E3 Intense -kivunlievittäjä on saatavilla marketeista, tavarataloista ja apteekeista. Lue lisää: omron-healthcare.com/fi

*) Lähde: Kivun Käypä Hoito -suositus, kivun esiintyvyys.

POPCORNI SUOJAAVAT SÄRKYVÄÄ

Ostitko rakkaallesi lahjaksi kauniin lasiesineen? Jos kulta ei saa erityistä riemua kuplamuovin poksauttelusta, suojaa lahja vaihteen vuoksi popcornilla.

LAHJAKORTIN KARKKIPIILO

Lahjakortti on monelle mieluinen lahja. Tylsän kirjekuoren sijaan sen voi piilottaa kekseliäästi. Kauniiseen lasipurkkiin karkkien keskelle kätkeyty lahjakortti paljastuu vasta, kun muutamia namusia on syöty.

Katso videolta muita ideoita lahjakortin paketoituihin osoitteessa: yhteishyvä.fi

TEKSTIT LEILA MEHTO JA ENNA KOIVUNEN **PAKETIT** JANI KOSKINEN
KUVAT PANU PÄLVIÄ JA VALMISTAJAT

Herkullisesti paketoitu

Hae paketteihin inspiraatiota ruokakaapista. Kauniit lahjaideat löydät seuraavilta sivuilta.

KAUNIIT PASTATÄHDET

Luova paketoija voi hakea virikkeitä myös kuivakaapista. Putkipastasta syntyy kuumaliiman avulla kauniita tähtikoristeita. Jos koristeeseen kiinnittää narun, sen voi ripustaa kuuseen.

Osta 8€:lla Purina Gourmet -tuotteita, saat littala Kastehelmi -kulhon!



iittala®



1

Osta 8 eurolla Purina Gourmet -tuotteita

2

Ota kuva kuitista ja osallistu kampanjasivulla

3

Saat littala Kastehelmi-kulhon

Lue lisää kampanjasta:
PURINAKERAILY.FI

Kampanja koskee kaikkia Gourmet -tuotteita.

Palkintoja rajoitettu määrä.

Kampanja-aika: 19.11.-30.12.2018



Kotoilijalle

Kaunista kotiin ja pehmeää ylle. Nämä lahjaideat saavat kotikissan kehräämään.

Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

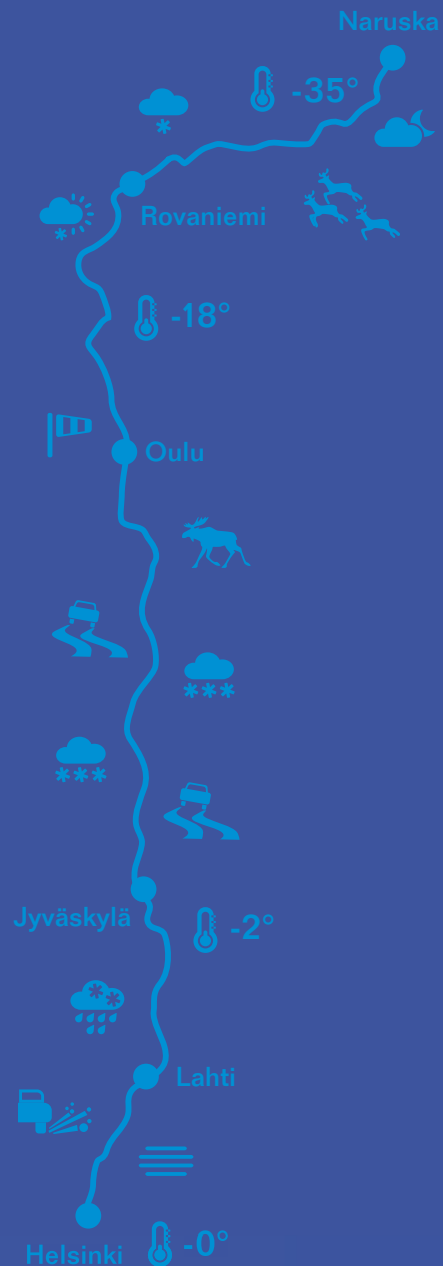
1. Kylpytakki tuo tähtien loistetta koti-iltoihin. 29,95 e, Actuelle. Prismat. Myös viinin- ja vaaleanpunaisena. 2. Naisten Shine-trikoohousut. 24,90 e, House. Prismat. 3. Masque Barin kertakäyttöinen, herttainen Lumiukko-kangasnaamio kosteuttaa ihoa. 3,5 e. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi. 4. Lämmitettävät vehnäniyvätossut hellivät kylmiä jalkoja ja rentouttavat. Naisten koko 37–40 tai miesten koko 40–45. 17,90 e, Emendo. Sokokset ja Sokos.fi. 5. Valkea-kynttilälyhty valaisee talvi-iltoja, hiekka, 60 mm. 19,95 e, Iittala. Sokokset. Myös muita värejä, alk. 17,50 e. Prismat ja Sokokset. 6. Ihana, kuparinvärinen paljettityyny vaihtaa väriä, kun sen pintaa silittää ja paljetit kääntävät suuntaa. Myös valkoisena ja kullanvärisenä. Koko 40 x 40 cm. 12,90 e, House. Prismat. 7. Huopakori, 45 x 33 x 33 cm. 16,90 e. Prismat. 8. Kodissa on ihana tuoksu. Let me get Cosy -huonetuoksu, 200 ml. 38,95 e, Luin Living. Sokokset. 9. Estelle & Thild Rose Blonde -lahjapakkaus sisältää vartalovoin ja -kuorinnan. 35,90 e. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi. 10. Klassikon lohenpunaista väriä on tarjolla rajoitettu erä. Aalto-maljakk, 160 mm. Alk. 99,90 e, Iittala. Prismat ja Sokokset. 11. Pintti on Tommi Kinnusen odotettu uutuusromaani. 24,90 e, Wsoy. Prismat.

¹⁰⁰
Lasol
TIEN NÄYTTÄJÄ



TESTIVOITTAJA!

Pesee tehokkaasti. Hoitaa pyyhkijänsulkijia. Pakkaskesto jopa -60°C.



BERNER



lasol.fi



Valikoimat
vaihtelevat
myymälöittäin.

Keittiöihminen villiintyy ilosta,
jos paketista paljastuu kauniita
ja käytännöllisiä astioita tai
virikkeitä uusiin kokkailuihin.

Kotikokille

1. Amaryllis kukkii juhlavasti näissä kotikokin lempiesineissä. Purkki, 0,8 l. 14,90 e, ja tarjoilulautanen, halkaisija 29 cm. 14,90 e, Kulta-keramiikka. Prismat. 2. Nappula-kynttilänjalka tuo tyyliä ruokapöytään, 107 mm. Alk. 34,90 e, liittala. Prismat ja Sokokset. 3. Joulu-sydän-patalapussa on perinteistä joulutunnelmaa, 20 x 20 cm. 1,95 e, House. Prismat. 4. Ihanan jouluisen keittokirjan voi antaa kotikokille jo pikkujoululahjaksi. Teresa Välimäki: Hyvää joulua. 12,90 e, Wsoy. Prismat. 5. Tyylikkään termoskaatimen vetoisuus on 1,5 litraa. 14,90 e, House. Prismat. 6. Tehokas Kenwood Chef -yleiskone säästää voimia ja aikaa, sillä se vaivaa kaiken puolestasi. Laitteen mukana tulevat taikinakoukku, k-vatkain ja vispilä. Malli KVC3100S. 299 e, Kenwood. Prismat. 7. Kauniin glögitivisteen voi jättää näkyville seuraavaa käyttökertaa varten. 25 cl. 7,95 e, Nicholas Vahe. Sokokset. 8. Oliiviöljy, 50 cl. 22,95 e, Nicholas Vahe. Sokokset. 9. 4-litrainen pata odottaa sydäntalven haudutettavia ruokia. 34,90 e, House. Prismat. 10. Juuston ystävä ilahtuu kolmen veitsen setistä. 3 kpl / pkt. 6,95 e, House. Prismat.



KOKEILE!



TAPAS- TARJOILU SYNTYY KÄDEN KÄÄNTEESSÄ

VAHVOJA MAKUJA

TUC Original
chorizomakkaraa
manchegojuustoa
oliiveja
rucolaa

KLASSISTA ITALIALAISTA

TUC Tomato & Herbs
mozzarellaa
tomaattia
basilikaa

SAVUINEN SKANDINAAVINEN

TUC Seeds & Chives
Philadelphia-tuorejuustoa
savustettua lohta
tilliä

SUOLAISTA JA VÄHÄN MAKEAA

TUC Original
ricottajuustoa
hieman hunajaa
päärynää ohuina siivuina
ilmakuivattua kinkkua

Innostu TUC-resepteistä:
keksihylly.fi



Nautiskelijalle

Laadukkaat materiaalit ja ripaus kulta saavat luksuksen ystävän suupielet ylöspäin.

Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

1. Korkealaatuinen Estée Lauder Revitalize + Glow Multiple Signs of Aging -lahjapakkaus sisältää kasvovoiteen, silmänympärysvoitteen, seerumin ja puhdistusvaahdon. 104 e. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi. **2.** Yllistä velourkylpytakkaa myydään myös punaisena. 69,95 e, Ratia. Sokokset. **3.** Miehen toivelahja on Ted Baker Regime Washbag Gift Set -lahjapakkaus, joka sisältää kasvoja kuorivan puhdistusvoiteen, ravitsevan kosteusvoiteen, kosteuttavan partavaahdon ja voimakkaan mattavahan hiuksille. 59,90 e. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi. **4.** Sirot mokkanahkaiset käsineet, 44,99 e, Pieces. Sokokset. **5.** Kali-kaulakoru ja -korvakorut ovat klassisen tyylikkää. 41,90 e/kpl, Edblad. Sokokset. **6.** Bluetooth-vastamelukuulokkeet tarjoavat yllisen kuuntelukokemuksen. Malli T600BTNC. 99 e, JBL. Prismat. **7.** Bestseller-kirjailija Jojo Moyesin *Elä rohkeasti* kertoo englantilaisen pikkukaupungin työstä, joka tekee unelmistaan totta. Gummerus. 23,90 e, Prismat. **8.** Riippuvia Art Deco -lyhtyjä voi hankkia myös useamman ja sijoittaa ryhmäksi. Korkeus 45 cm. 24,90 e, House. Prismat. **9.** Ruusukultaisilla yksityiskohdilla varustettu PROluxe-hiustenkuivaaja kuivaa hiukset nopeasti ja jättää ne kuivauksen jälkeen sähköttömiksi ja sileiksi. 79,95 e, Remington. Sokokset ja Sokos.fi. **10.** Miesten neule on villa-kasmir-sekoitetta, myös viininpunaisena. 89,95 e, Fynch-Hatton. Sokokset.



URTEKRAM®

Always organic

Luomua leivontaan



Sertifioitua
luomua

VEGAANISET KOOKOSPIPARKAKUT

Ainesosat

- 200 g Urtekräm Luomu Kookossokeria**
- 250 g Urtekräm Luomu Kookosöljyä**
- 200 g Kookossiirappia
- 2 tl Ruokasoodaa
- 1 rkl Vettä
- 500 g Vehnäjauhoa
- 11 g Urtekräm Luomu Aito Kanelia**
- 4 g Inkivääriä
- 2 g Jauhettua mustapippuria
- 2 g Jauhettua kardemummaa
- 2 g suolaa
- 1 Luomu appelsiinin kuori raastettuna

Valmistus

- Sulata keskikokoisessa kattilassa kookosöljy, -sokeri ja -siirappi miedolla lämmöllä. Ota seos pois levyttä, kun öljy on sulanut ja massa notkeaa. Sekoita ruokasooda veteen ja kaada se öljy-sokeriseokseen. (Huomaa, että taikina turpoaa soodan ansiosta, joten varaa reilumman kokoinen kattila jo alussa.)
- Anna seoksen hieman jäähtyä ja sekoita sillä välin kaikki loput ainekset keskenään erillisessä kulhossa. Kaada jäähtynyt öljy-sokeriseos jauhoseokseen ja sekoita massa tasaiseksi taikinaksi.
- Muotoile seoksesta kapea, pitkulan muotoinen taikina-pötkö ja kääri se muovikelmuun. Anna taikinan tekeytyä ainakin 5 h, mieluiten yön yli.
- Nosta piparkakkutaikina ajoissa huoneenlämpöön ennen leivontaa, sillä kookosöljy kovettaa taikinan kovaksi.

(Voit varovasti pehmentää taikinaa mikrossa miedolla teholla.) Kaulitse taikina jauhojen kanssa ohueksi levyksi ja ja painele piparkakkumuoteilla kuvioita.

- Paista piparkakkuja 200 C° uunissa noin 6-8 minuuttia. Piparkakut palavat nopeasti, joten seuraa tarkasti paistumista.
- Ennen mahdollista koristelua anna pipareiden jäähtyä täysin.

Lisää luomutuotteita
ja -reseptejä:

Urtekräm.fi



Urtekrämin
Aito kaneli sopii
myös pienille lapsille:
matala kumariini-
pitoisuus



Liikkujalle

Nämä lahjat sopivat hänelle, joka nauttii ulkoilusta talvisäässä. Pakkasten paukkuessa vaihtelua haetaan sisäliikunnasta.

Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin.

1. Kaisa Jaakkolan uutuuskirjasta saa lisää vinkkejä liikuntaan. Kaisa Jaakkola: Palautu & vahvistu. 23,95 e, Tammi. Prismat. 2. Lumenen Arktis-lahjapakkaus sisältää tehokosteuttavan ja rauhoittavan huuli- ja käsivoiteen. 13,90 e. Sokokset, Emotionit ja Sokos.fi. 3. Aikuinenkin ilahtuu uusista luistimista. Bauer NS Skate -hokkarit. 39,95 e, Bauer. Prismat. 4. Kevyt GPS-multisportkello on täydellinen kumppani moniin eri lajeihin. Mittaa sykkeen ranteesta. Polar Vantage M, 279 e. Prismat. 5. Miesten puuvillainen Norway-neule näyttää hyvältä myös after-skissä. 24,95 e, House. Prismat. 6. Kaupunkiulkoiluun sopivat tyylikkääst naisten jalkineet. 59,95 e, London Fog. Prismat. 7. Piikkirullalla voit käsitellä lihaskalvoja ja kokeilla paikallista akupistehierontaa. 49,95 e, Gymstick. Prismat. 8. Highhealer huoltaa jalan, nilkan ja pohkeen lihaksia viidellä erilaisella hoitotavalla, joilla voi vahvistaa suorituskykyä tai parantaa jalkakipuja. 69,95 e. Prismat. 9. Klassinen Kånken-reppu on kulutusta kestävä ja vettä hylkivä kangasta. 69,95 e, Fjällräven. Prismat. 10. Macs Viggo Bluetooth -nappi-kuulokkeet ovat langattomat, eivätkä ne häiritse urheilu suoritusta. Kevyet ja lähes huomaamattomat napit latautuvat kotelossaan. Kuulokkeet ovat vesi- ja pölytiivit. 69,95 e. Prismat. 11. Kaunis pipo saa toivomaan kylmiä päiviä. 8,95 e, House. Prismat.

Jordan*

Yksi lataus – kuukauden hymy

Jordan Clean Fresh -sähköhammasharjan akku kestää jopa *kuukauden** yhdellä latauksella. Mikä parasta, sisäisen litium-akun ansiosta harjaus-teho ei vähene ajan kuluessa, vaan tarkat ja hellävaraiset SoftClean™-harjakset puhdistavat täysin kierroksin latauksen loppuun asti. USB-laturilla lataat harjan kätevästi kannettavasta tietokoneestasi tai muusta kannettavasta virtalähteestä. Kokeile harjaa nyt **100 päivää** - jos et ole tyytyväinen, saat rahasi takaisin!

Jordan Clean Fresh
-sähköhammasharja alkaen 49,95€
Katso tarkemmat tiedot ja ostopaikat
Prisma.fi-verkkokaupasta.



100 PÄIVÄN
TYTYVÄISYYS-
TAKUU

Powered by



Skandinaavista tyyliä aamiaispöytään

Kahvinkeitin Wilfa Classic CCM-1500S

Uusi klassikko parempiin kahvihetkiin! Voit säätää uuttoaikaa veden määrän mukaan ja saat aina täydellisen aromikasta kahvia niin muutamaan kupilliseen kuin täyteen pannulliseen. Classic saavuttaa optimaalisen lämpötilan nopeasti. European Coffee Brewing Centren hyväksyntä takaa että keitin täyttää tarkat laatuvaatimukset. **5 vuoden takuu!**

79,90€



Leivänpaahdin Wilfa Morgen TO-1S

Tyylikäs paahdin, jossa 7 paahtoastetta sekä uudelleenlämmitys-, sulatus- ja keskeytystoiminnot. Paahtovipu helpottaa käyttöä ja irrottava alusta kerää leivänmurut.

39,95€

Vedenkeitin Wilfa Boil WK-5S

Käytännöllinen ja kestävä 1 litran vedenkeitin harjattua terästä. Johdoton kannu ja 360° pyörivä pohja helpottavat käyttöä. Tyhjänä kiehumisen esto ja automaattinen sammutus.

34,90€

Nyt saatavilla Prismoista kautta maan!



Valikoimat
vaihtelevat
myymälöittäin.

Leikkijälle

Värikkäät lelut ja pelit vievät
perheen pienimmät satujen
ja seikkailujen maailmaan.

1. Snow Kick -lumipotkulauta antaa villit vauhdit hangille. 29,95 e, Stiga. Prismat.
2. Reipasta rymistelyä on tiedossa, kun ohjaa Robo Kombat -robotit taistoon toisiaan vastaan. Pakkauksessa kaksi robotia ja ohjaimet. Ikäsuositus 5+. 29,90 e, Silverlit. Prismat.
3. Talvimuumi-pussilakana ja -tyynyliina takaavat kauniit unet, 150 x 210 ja 50 x 60 cm. 44,90 e, Finlayson. Prismat.
4. Valloittavan suuri yksisarvispehmo, 120 cm. 39,90 e, Ciraf. Prismat.
5. Kauniin kuvituksen ja mainioiden hahmojen Iltasatuja, 11 hyvän yön tarinaa, Gummerus. 15 e, Prismat.
6. Lego Unikingdomin hausassa huvipuistossa päivä kuluu iloisesti. Rakenna ja huristelee huvipuistolaitteilla ja pistä pystyyn jäätelökioski. 49,90 e, Lego. Prismat.
7. Mukavat kuulokkeet lapsille äänenvoimakkuuden rajoittimella. Kuvan Disney Star Wars -aiheen lisäksi tarjolla Frozen-kuulokkeet. 14,95 e, Tech2go. Prismat.
8. Onko ratsusi kiltti vai villi? Keppihevosta voi harjata ja rapsuttaa loputtomiin, ja sillä voi ratsastaa niin sisällä kuin ulkona. 9,95 e, Toyrock. Prismat.
9. Koko perheen Trivial Pursuit Family Refresh -pelissä on omat kysymyskortit lapsille ja aikuisille. Ikäsuositus 8+. 47,90 e, Hasbro Gaming. Prismat.

MARKETMUOTI



ON TAAS

Aattoiltaan mahtuu jännitystä ja leikkiä. Illan päätteeksi pukeudutaan lahjaksi saatuihin yöasuihin.

TYYLII JA TEKSTI MIRKKA SIUSLUOTO **MEIKKI JA HIUKSET**
AINO-SOFIA KOJONEN KUVAT VUOKKO SALO **VAATTEET** PRISMA

KOSKA JOULUPUKKI TULEE?

Isommalla pojalla: Ruutupaita 12,95 e,
House. Neule 14,95 e, Ciraf. Housut 12,95 e,
House. Kengät 54,95 e, Wrangler.

Pienemmällä pojalla: Ruutupaita 12,95 e,
Ciraf. Raitaneule 9,95 e, Ciraf. Farkut 14,90 e,
Ciraf. Kengät 34,95 e, House. Kuusen
alla meriheinäkori 9,90 e.





SYDÄMIN
KUIVIOIDUSSA
YÖPAIDASSA
NÄKEE TAATUSTI
KAUNEIMMAT
YÖUNET.

SUKAT MAKKARALLA

Isolla tytöllä:

Sydänkuviointu yöpaita
22,95 e, Ratia.

Energiset-sukat 7,95 e,
Sidoste.

Kengät 54,95 e,
Wrangler.

Pikkutytyllä:

Body ja housut yhteen-
sä 9,95 e, Ciraf.

Jarrusukat, 2 kpl / pkt,
3,95 e, House.



VELJESTEN
KESKEN SYNTYVÄT
PARHAAT LEIKIT

Isommalla pojalla:
Ruutupaita 9,95 e,
House. Collegehaalari
14,95 e, House.
Kengät 39,95 e,
House. Pipo 29,95 e,
Burton.

Pienemmällä pojalla:
Nalle-college ja
housut 14,95 e, Cira.
Kengät 54,95 e,
Wrangler.
Cirafrin pipo
kuvausrekvisiittaa.



JOULUSAUNAN
JÄLKEEN
ON IHANAA
SOVITELLA
UUTTA
KYLPTYAKKIA.

SAUNAN
RAIKKAANA
Pyjamaaia ja
flanellihousut 19,95 e,
House. Kylpytakki
36,95 e, Ratia.



KOHTA
MENNÄÄN IHAN
MUUMEINA
NUKKUMAAN.

**KOKO PERHEELÄ
SAMA KUOSI**

Vauvalla:

Muumipyjama

14,95 e, Muumi.

Jarrusukat, 2 kpl / pkt

3,95 e, House.

Pikkupojalla:

Muumipaita ja -housut

19,95 e, Muumi.

Äidillä:

Paita ja housut

34,95 e, Muumi.

Valikoimat
vaihtelevat
myymälöittäin.

JUHLAPÄIVIEN ONNISTUMINEN LÄHTEE LAADUKKAISTA RAAKA-AINEISTA

Ulkokanat pääsevät heti aamuruokinnan jälkeen
tepsuttelemaan katetun ulkoterrassin kautta ja ulkolaitumelle.

Tule tutustumaan ulkokanojen elämään Laitilaan.
Järjestämme kuukausittain tutustumiskierroksia.
Katso lisää munax.fi/yritys/vierailukeskus

VOITA
TUOTTEITAMME!



@laitilankanatarha

Meille on
myönnetty
avainlippu!



Laadukkaat kananmunat pakataan Laitilassa.
Munax Oy | p. 02 858 3400 | munax.fi



TEKSTI LEILA MEHTO



KORU KUIN KUURANKUKKA

Kairo-kaulakoru, 33 e ja
Kairo-korvakorut, 22 e,
Snö of Sweden.



TYYLIKÄÄSTI RENTO

Pinkissä hupparissa on kivoja
yksityiskohtia.
89,95 e, Naketano.



LÄMPIMÄT TASSUT

Tekoturkislapaset muistuttavat
vaaleanpunaisen nallen
tassuja. 21,99 e, Pieces.

**PETTERI
KORISTAA
SUKAN VARTTA**

Pitkävartiset
porosukat
lämmittävät ja
hymyilyttävät.
16,95 e, Vogue.



Paituli ja parhaat kaverit

Joulun perinteinen suosikkiasu on
täällä taas! Lisää pakettiin paitulille
sointuvat seuralaiset.



KUKKIVIA UNIA

Kukallinen yöpaita on ihanasti retro. Paitulista on
tarjolla myös vihreä vaihtoehto. 59,95 e, Pip Studio.



KAUNIS KÄTKÖ KOLIKOILLE

Nahkaisessa Siri-kukkarossa unikat toistuvat
uudella tavalla. 70 e, Marimekko.



HELPPO YHDISTELLÄ

Viehättävä kirjoneulepipo
piristää yksiväristä asua. Pipoa
myydään myös harmaana.
39,95 e, Kusan.



PAITULIN ALLE

Darling Spotlight -rintaliivit,
47,95 e, ja -alushousut,
24,95 e, Triumph.
Myymlöissä viikolla 49.



VILUVARPAILLE

Talven tassutteluihin sopivat
herttaiset huopatoivelit. Niitä
myydään myös punaisina ja
sinisinä. 44,95 e, Shepherd.



**RIPAUS
BLINGBLINGIÄ**

Kukka tuo persoonallista
ilmettä harmaaseen
neuleeseen.
69,99 e, EDC.

Tuotteet Sokokset.
Valikoimat vaihtelevat
tavarataloittain.

Veera nyt

Veeran kauniit kasvot nostettiin esiin selkeän otsatukan ja upean persikkaisen hiusvärin avulla. Veera sai myös toivomiaan meikki-vinkkejä. Pikkujoulumeikissä sävyinä käytettiin purppuraa ja kullan hohdetta. Kauniita poskipäitä hehkutettiin persikan sävyisellä poskipunalla.

Vahvana uuteen vuoteen!

Paniikkihäiriö ei estä
Veera Siiriä elämästä täysillä.

TYYLII JA MEIKKI TINTTI LEPPÄNEN **HIUKSET** TIIA LUKKARI
JA TIINA HIRVILAMMI / SALON KLIPSI SOKOS HELSINKI
TEKSTI LEENA LUKKARI **KUVAT** MINNA KURJENLUOMA



Veera ennen

Veera toivoi, että aiempaa
parempi sisäinen olo
näkyisi myös ulospäin.

”Laittaudun vaihtelevasti, mutta yksinkertaisesti.”

Toimistosihteerinä työskentelevä Veera, 30, asuu Lahdessa rivitalossa miehensä ja Hilma-koiran kanssa. Hän harrastaa ratsastusta ja ryhmäliikuntaa sekä käy kuntosalilla. Toimeliaasta arjesta huolimatta Veera kärsii ajoittain paniikkioireista ja ahdistushäiriöstä. Viime vuoden syksyllä oireet laukaisivat uupumuksen ja masennuksen.

”Ensimmäiset oireeni sain varhaisnuoruudessa. Aikuisena välissä oli monta hyvää vuotta, kunnes noin kuusi vuotta sitten kohtaukset palasivat”, Veera kertoo.

Runsas vuosi sitten Veeran oli uupumuksen takia jäättävä neljäksi kuukaudeksi sairauslomalle. Toivutuaan hän pääsi uusiin, mukaviin työtehtäviin.

”En enää häpeä paniikkioireitani. Aikaisemmin yritin salata ne ja pidin niitä heikkouden merkinä.”

Veera toivoo, että muuttumisleikissä uusi kohenut sisäinen olemus saataisiin näkymään myös ulospäin. Hän kaipaa vinkkejä erityisesti meikkiin ja silmämeikin tekemiseen.

”Laittaudun vaihtelevasti, mutta aika yksinkertaisesti. Jos käytän luomiväriä, laitan yleensä vain yhtä väriä. Olisi mukava saada vinkkejä, kuinka voisin paremmin korostaa silmiäni.”

GLITTERIÄ JA JOTAIN SINISTÄ

Veeran uusi look alkaa muotoutua Sokoksen Salon Klipsissä, jossa kampaaja **Tiina Hirvilampi** levittää väriaineen Veeran hiuksiin.

”Haemme persikkaan taittuvaa vaalean jäistä sävyä”, Hirvilampi kertoo.

Sävy onnistuu täydellisesti! Kuivat latvat saavat kyytiä, ja ilmettä piristämään leikataan iloinen otsatukka.

Silmämeikillä tuodaan Veeran huikean kaunis katse upeasti esiin. Kuvausmeikkaaja-kampaaja **Tintti Leppänen** valitsee huurteisen kanervan sävyjä, jotka sopivat Veeran vaalealle kuulaalle iholle ja korostavat sinisiä silmiä.

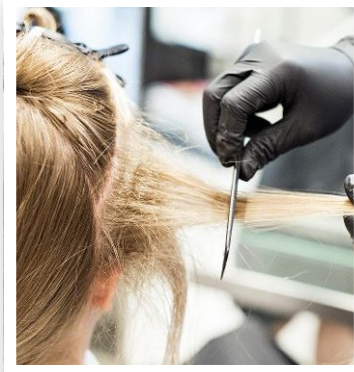
”Lähestyvän juhlaikään kunniaksi silmät saavat aavistuksen glitteriä”, Leppänen sanoo.

Hyvinvoivan ihon heleyttää aavistus poskipunaa.

Juhlakauteen sopivan ilmeen saanut Veera odottaa miehensä kanssa jo joulua, jota he viettävät kaksin. Parin perinteisiin kuuluu muumipipareiden leipominen ja joulusauna.

”Jouluna täytyy olla kynttilöitä ja joulukoristeita. Ostan myös aina itselleni suklaajoulukalenterin.”

Pyhiksi pariskunta suuntaa pohjoiseen, josta he ovat molemmat kotoisin. Siellä joulukuukaus on aina valkoinen.



Hiusten kuivat latvat saavat kyytiä ja väri uudistui.

Silmämeikkiin valittiin huurteisen kanervan sävyjä.



Pikkujoulumeikkiin kuuluvat myös huolitellut kynnet.

Avaintuotteet

1 Persikansävyisellä Goldwell Soft Color -hoitovaahdolla hiusväri pysyy kauniina pidempään. 125ml, 18,90 e.

2 L'Oréal Paris Cherry My Cheri -luomiväripaletilla meikkaat silmäsi pikkujouluhehkuun. 15,90 e.

3 Dr. Hauschka Blush Duo 03 -poskipunalla siveltiin poskille muotoa. 5,7g, 28,90 e.

4 NYX Born to Glow Liquid Illuminator -korostusvoiteella saatiin poskipäille hehkua, sävy 02 Gleam. 18ml, 10,90 e.

5 Vuohenkarvaisella Duroy-puuterisivelmällä suditi myös poskipunan tasaisesti. 17,90 e.



Melissa Muumi

Pikku Myy -vedenkeitin

Keraaminen vedenkeitin.
Teho 1 650 W. Kahden
vuoden takuu.

69⁹⁰



Omron E3 Intense

Kivunlievittäjä

Hermoratojen (TENS) ja lihaskudosten
(EMS) sähköinen stimulaatio (TENS)
sekä hieronta. TENS on kliinisesti
todennettu. Kahden vuoden takuu.

89⁹⁵



Sencor SUB 181BE

Lämpöhuopa 150 x 80 cm

Fleecepolyesteria. Kahden
vuoden takuu.

29⁹⁵



Electrolux Sport Blender ESB2500

Tehosekoitin

Smoothie suoraan irrotettavaan
juomapulloon, joka on helppo
napata mukaan minne tahansa.
Nopeusvalinta, irrotettava terä.
Särkymätön B PA-vapaa juoma-
pullo 0,6 l. Mukana kaksi juoma-
pulloa. Kahden vuoden takuu.

34⁹⁰



Philips S5110/06

Sähköparranajokone

MultiPrecision-teräjärjestelmä ja
5-suuntaiset Flex-ajopäät. Trimmeri
viimeistelyyn. Akku riittää 40 minuut-
tiin aioon 1 tunnin latauksella.
Kahden vuoden takuu.

84⁹⁰



Remington S6505
Pro Sleek & Curl

Hiustenmuotoilija

Kiharra, suorista tai muotoile. Läm-
pötilan säätö 150-230 °C. Valmis
15 sekunnissa, automaattinen virran-
katkaisu. Mukana lämmönkestävä
säilytyspussi. Kolmen vuoden takuu.

49⁹⁵

JBL T600BTNC
Bluetooth-vasta-
melukuulokkeet
Aktiivinen melunpoisto.

99⁰⁰



JBL T460 BT
Bluetooth-sankakuulokkeet
Kulokemikrofoni puhelinkäyttöön.
Akun kesto jopa 11 h.

39⁰⁰



Sony Playstation 4 Pro
Pelikonsoli

Turboahdettu PS4 – nopeampi, tehok-
kaampi ja varustettu dynaamisella
4K-tekniikalla. Kaikki mitä tarvitaan
lataamiseen ja pelaamiseen.

399⁰⁰



JBL T160BT
Bluetooth-nappikuulokkeet
Kuulokemikrofoni puhelin-
käyttöön. Akun kesto jopa 6 h.

29⁰⁰



JBL Flip 3
Bluetooth-kaiutin
Roiskevesitiivis rakenne.
Jyhkeä bassotoisto.
Akun kesto jopa 10 h.

79⁰⁰



Polar Vantage M
GPS-multisportkello
Uusi erittäin tarkka ranne-
sykkeen mittaus.

279⁰⁰

BONUS ON PUHELIMESSA

S-mobiili pitää sinut aina ajan tasalla bonustilanteestasi. S-mobiilista löydät myös:

- lähimmät bonustoimipaikat
- sähköiset kassa- ja takuukuitit
- sinulle kohdistetut ajankohtaisimmat edut ja tapahtumat

LATAA S-MOBIILI

Saat sen maksutta omasta sovelluskaupastasi



YHTEINEN HYVÄ

TEHDÄÄN PAREMPI ARKI YHDESSÄ

BONUSTA ELÄMÄÄN

Haaveiden joulu maalla

Jouluhommiksi tunnustautuva Marja Laurikainen säästää koko vuoden Bonukset juhlaa varten. Jouluna herkutellaan ja luetaan uusia dekkareita. →

Marja Laurikainen valmisti jouluaiheisen nukketalon alun perin Etelä-Pohjanmaan maakuntamuseon nukketalonäyttelyyn, jossa se oli näytteillä vuosina 2016–2017.

TEKSTI KAISA HAKO KUVAT LAURI ROTKO

BONUSTA ELÄMÄÄN

Juttusarjassa asiakasomistajat kertovat mitä he ovat Bonuksilla hankkineet.



Marja Laurikaisen valmistamassa nukketalossa ollaan aivan joulun kynnyksellä. Pikkuruiset joulukoristeet on laitettu esille, lahjat paketoitu ja kuusi koristeltu. Äiti on tehnyt jouluruokia.

Tänä jouluna Marja Laurikainen saa ensi kertaa viettää joulua maalla.

”Olin jo kauan haaveillut asumisesta mummonmökissä. Ja kun olen jo tämän ikäinen, haaveita on paras alkaa toteuttaa”, sanoo 73-vuotias Laurikainen, jota ystävät kutsuvat Myyksi.

Haave toteutui viime tammikuussa, kun Laurikainen vuokrasi Hollolan Herralassa sijaitsevan ”mökkin”, joka on itse asiassa 1930-luvulla rakennettu suuri kaunis talo.

Muuttoa edelsi pitkän linjan suunnittelu – esimerkiksi ajokortin suorittaminen 62-vuotiaana.

”Lähimpään kauppaan on 11 kilometriä. Ei sinne rollaattorilla mennä”, Laurikainen tokaisee.

BONUKSET JOULUHANKINTOIHIIN

Marja Laurikainen tunnustautuu jouluhämiseksi ja antaa Bonusten kertyä koko vuoden pelkästään jouluasioita varten.

”Eläkkeeni on niin pieni, että sillä ei kauheasti juhlita. Mutta yksin asuva vanha ihminenkin haluaa jouluksi piparkakkua, rosollia, graavilohta ja kinkkua. Bonuksia kertyy yleensä riittävästi kaiken tarvittavan hankintaan”, hän kertoo.

Nyt Laurikainen odottaa joulua innolla siksikin, että haaveiden kotiin mahtuu kunnolla joulukuusi.

Se saa oksilleen muun muassa aarteet lapsuudesta: Riihimäen Lasin valmistamat kimaltelevat jääpuikkokoristeet. Tämä mummonmökki on siitäkin mainio, että nyt on riittävästi tilaa myös Laurikaisen rakentamille upeille nukketaloille. Eräässä niistä on ainainen joulu.

Juhlaan valmistautuminen alkaa jo joulukuun alussa, kun Laurikainen laittaa esille seimiasetelman ja muut koristeet. Sitten hän laatii listan: mitä pitää hankkia, ja mihin rientoihin tänä vuonna osallistua.

Jouluviikolla kaikki on valmista, ja saa nautiskella ja herkutella. Laurikainen viettää yleensä joulua yksin seuranaan 13-vuotias Zara-koira, joka sonnustetaan juhlan kunniaksi tonttulakkiin.

”Se suhtautuu lakkiin tyyneesti. Että ’laita nyt sitten’”, Laurikainen naureskelee.

Hän viettää juhlaa pitkään ja hartaasti tammikuun puoliväliin asti. Ja eräs asia kuuluu ehdottomasti jouluun:

”Pitää aina olla pari hyvää uutta dekkaria. Jo lapsena kirjapaketti oli minun mielestäni paras paketti.”

”Haaveita on tässä iässä paras alkaa toteuttaa.”

POHJOISMAIDEN SUOSITUIN PAKASTEVÄLIPALA



Herkullinen välipala helposti ja nopeasti,
vain 2 minuuttia mikrossa.



Amazing food in 2 minutes

2
min

Amazing food in 2 minutes

www.billys.com

Liisa Partio

KUKA?

Mannerheimin Lastensuojeluliiton johtava asiantuntija.

MITÄ?

Tekee vaikuttamistyötä lasten ja perheiden puolesta, erityisalueena kansalaisyhteiskunta ja hyvinvointipolitiikka.

MIKSI?

Marraskuun lopulla käynnistyneellä Hyvä Joulumieli-keräyksellä hankitaan ruokalahjakortteja vähävaraisille lapsiperheille. Keräyksen järjestävät MLL ja SPR yhdessä Ylen Aamutv:n, Yle Radio Suomen ja Radio Vegan kanssa. Myös S-ryhmä on mukana keräyksessä, ja lahjakorteilla voi ostaa ruokaa myös S-ryhmän kaupoista. Keräys jatkuu jouluaattoon asti.

"Väestömme ylin tulo-luokka on kasvattanut ruokamenojaan selvästi, mutta alimmassa tulo-luokassa ruokamenot ovat pysyneet ennallaan. Se näkyy selvästi ihmisten arjessa", kertoo Liisa Partio.

Juttupaikalla tavataan ruokavaikuttaja, joka kertoo kolme teesiään.

Kaikilla ei ole varaa valita

Ruokakeskustelu ryöpsähtää välillä äärilaitoihin. Lapsiperheiden puolustajan Liisa Partion mielestä ruokaan tulisi suhtautua ennen muuta arvostaen.

TEKSTI KIRSI HEMANUS KUVAT PIIA ARNOULD

Lapsiperheiden elintasoerot huolettavat Mannerheimin Lastensuojeluliiton johtavaa asiantuntijaa **Liisa Partiota**, 51. Erot näkyvät erityisen selvästi jouluna, joka on herkuttelun ja lahjojen juhlaa. Mutta näkyvät tulot erot ruokapöydässä arkenakin.

Lapsen leikkikaveri voi kylässä ollessaan tokaista spagettilautasen äärellä, että ”eikö teillä ole parmesaania? Ja appelsiinimehua, ottaisinkin”. Sellainen voi toisessa perheessä olla täysin tuntematon tapa, koska siihen ei yksinkertaisesti ole varaa.

Aikuisetkaan eivät aina ymmärrä toisten arkea. Partio puhuu empatiavajeesta, joka näkyy ruokakeskusteluissa.

”Pienituloisia ihmisiä neuvotaan ostamaan tarjouksesta monta pakettia jauhelihaa pakastimeen, mutta se ei onnistu, jos rahaa on vain yhteen. Tai heitä kehoitetaan aloittamaan ruoanvalmistus hankkimalla isot säkilliset multaporkkanoita, lanttuja ja perunoita ja laittamaan niistä laatikoita. Ei ymmärretä, että jatkuva rahanpuute vie niin paljon energiaa, että perinnelaatikoiden kokkailu voi tuntua aika urakalta”, Liisa Partio sanoo.

Hän puhuu myös ruoan arvostuksesta ja yhdessä syömisen merkityksestä.

1 YHDESSÄ SYÖMINEN ON TÄRKEÄÄ

”Thminen on laumaeläin. Ehkä siksi yhdessä syöminen on niin oleellista hyvinvoinnin kannalta.

Suomessa leikki-ikäisten lasten perheistä 87 prosenttia syö iltaruuan yhdessä, mutta kahdeksaluokkalaisten perheistä vain puolet. Tämä kävi ilmi THL:n selvityksessä. Kokoontuminen kerran

päivässä syömään yhdessä olisi kuitenkin murkkukäisellekin tärkeä asia. Vanhemmille se tarjoaa tilaisuuden jutella ja päästä selville, mitä lapsille kuuluu. Lapselle se on turvaa luova rutiini. Yhteiseen ateriaan kannattaa pyrkiä kiireestä huolimatta.

Suomalaiset viettävät mielellään aikaa oman perheen kesken, eikä lasten leikkikavereitakaan välttämättä kutsuta ruokapöytään. Kaverin luona syöminen voisi kuitenkin olla merkityksellistä. Kun lapsi näkee monenlaisia ruokia, ruokailutilanteita ja tapoja, hän oppii, että eri ihmisten luona syödään eri tavalla: mummon luona karjalampaistia tai sienä, tädin luona aina kasvisruokaa.

Yhdessä syömiselläkin voi rikkoa kuplia, joihin mahtuu vain oma tapamme tehdä asioita.

Ruokahetkien rauhoittaminen on tärkeää. Koulussakin ruokailun pitäisi olla turvallinen tilanne. Ruokalassa saatetaan kiusata ja jättää joku toistuvasti yksin, mikä voi pahimmillaan olla syynä siihen, että lapsi ei syö koulussa ollenkaan. Aina ei siis ole kyse lapsen nirsoudesta.

Syömättä jättäminen voi johtua myös siitä, että ruokailutilannetta on vaikea rauhoittaa, se on liian lyhyt, liian aikaisin tai liian myöhään.”

2 KAIKKI RUOKA ON ARVOKASTA

”On hyvä pohtia, miten suhtaudumme ruokaan ja millaista uutta sukupolvea kasvatamme.

Joskus näkee, että lapsi haukkaa leivästä yhden kerran ja sitten se heitetään roskiin. Ja on perheitä,

”Koulussakin ruokailun pitäisi olla turvallinen tilanne.”

→

"Kaupallakin on roolinsa terveyserojen kaventamisessa. Olisi hienoa, jos helppous, halpuus ja terveellisyys voisivat toteutua yhtä aikaa", Liisa Partio sanoo.

3 pientä

JOS OLISIN RUOKALAJI,

olisin kantarellirisotto. Olen innokas sienestäjä, ja kantarellirisotossa yhdistyvät suomalaisen metsän antimet sekä Italian mammojen keittotaito, jota kovasti arvostan.

80-VUOTIAANA HALUAN

syödä lapsuuteni herkkuja: tuoreita, paistettuja muikkuja, pannulla voissa paistettuja ruisleipiä, metsämansikoita ja mustikoita sekä vuoden ympäri laskiaispullia.

NOLOIN RUOKA-OSTOKSENI

oli, kun ostin kaupan hyllyn tyhjäksi manteli-päärynä-tumma-suklaasta. Olin kuullut, että sen valmistus lopetetaan. Ostin ainakin 20 levyä, ja ohikulkija kaupassa kommentoi, että sinulla taitaa olla karkkipäivä.

"Köyhää ei auta ihmettely, miksi pienituloiset eivät hae ilmaista ruokaa sienimetsästä."

joissa joka aterialle tehdään uusi ruoka. Edelliseltä aterialta jääneet tähteet heitetään pois. Ruoan poisheittämiseen tottuu helposti, ja ruokajätteen määrä on hurjissa lukemissa kaikissa länsimaissa, myös Suomessa.

Omien lasteni suosikkiruoka aikoinaan oli 'Sitä sun tätä'. Se koottiin jääkaapista erilaisista ylijääneistä aineksista, joita ei sekoitettu keskenään. Siinä saattoi olla kolme nakkia, keitettyjä perunoita, vähän raejuustoa, salaattia, kananmunaa ja eilistä pastaa kaikki omista astioissaan. Se oli ikään kuin arkinen noutopöytä. Ja mikä parasta: vanhemmille helppo toteuttaa.

Helppoutta tarvitaan. Kun pitkän päivän jälkeen pääsee lasten kanssa kotiin, ruoanlaitto ei aina ole riemua. Ainakaan minä en revennyt väsyneenä kokeilemaan uutta tai kokeilemaan gourmet'ta.

Ruokaa pitää arvostaa ja ruoanlaitto on kiva harrastus, mutta varsinkin arjessa on hyvä muistaa myös kohtuus."

3 KAIKILLA EI OLE VARAA MIETIÄ, ONKO RUOKA TERVEELLISTÄ

"Ruokavalinnat vaikuttavat terveyteen, mutta kaikilla ei ole varaa hyviin valintoihin. Kun rahat ovat todella vähissä, pyritään ostamaan suurin mahdollinen ruokamäärä pienellä budjetilla. Netin keskustelupalstoilla opiskelijat kertovat suosivansa kanan-

munia, ranskalaisia perunoita, nakkeja, nuudeleita, pastaa eri muodoissa ja näkkileipää.

On tutkittu, että äidin koulutusta vaikuttaa suoraan siihen, ostetaanko perheessä kasviksia, marjoja ja hedelmiä. Parhaiten ravitsemussuosituksia noudatetaan pitkälle koulutetuissa, suhteellisen hyvätuloisissa perheissä.

Köyhää ei auta ihmettely,

miksi pienituloiset eivät hae ilmaista ruokaa puolukka- tai sienimetsästä tai lähde pilkille. Silloin ei ymmärretä toisen arkea. Jos lähiössä asuvalla yksinhuoltajalla ei ole autoa, miten hän tällaisen retken toteuttaisi?

Luullaan myös, että jos on vähän rahaa, on automaattisesti paljon aikaa. Mutta ei se aina niin ole. On pienipalkkaisia, jopa kahta työtä tekeviä ihmisiä, joiden rahat eivät tahdo riittää.

Pienituloisuus voi johtua myös omasta tai lapsen sairaudesta. Rahan lisäksi usein myös voimat ja aika ovat vähissä.

Kaupallakin on roolinsa terveyserojen kaventamisessa. Olisi hienoa, jos helppous, halpuus ja terveellisyys voisivat toteutua yhtä aikaa. Hintaan toki vaikuttaa moni asia, mutta perheiden terveyden kannalta olisi hyvä, että varmistettaisiin, että kaikkien halvimpien tuotteiden joukossa olisi myös vähärasvaisimpia ja -suolaisimpia." ■

Puhdas ja raikas Jouluku

ESP73IW

SilentPerformer on kaikille lattiatpinnoille sopiva miellyttävän äänitason imuri, joka liikkuu jouhevasti kaikkiin suuntiin 360° astetta kääntyvien pyörien ansiosta. Mukana DustMagnet Silent -suulake ja erillinen parkettisuulake kaakeli- ja parkettipinnoille. Opastettu imutehon säätö auttaa valitsemaan oikean tehotason. Energiatehokkuusluokka: A+

149€



EUOC92IW
199€

Markkinoiden paras puhdistuskyky
• A-luokitus kaikissa energiamerkin vaatimuksissa. • Erittäin hiljainen, vain 65 dB.



EAP150
189€

Kompaktin kokoinen tehokas ilmanpuhdistin
• Käyttöala maksimitheolla 7 - 32 m²
• Kolme tehotasoa • Takuu 2 vuotta



EER73IGM
149€

Tehokas 2in1 varsi-imuri kodin joustavaan pikasiivoukseen
• 14,4 voltin litiumakku • Jopa 30 min käyttöaika • Irrotettava käsiosa

Lahjaksi - Herkutteluhetkiin



EKF5700
49€₉₅

Termos pitää kahvin tuoreena pitempäänkin.
• Tilavuus 10/15 Kuppia
• Teräksinen termoskannu
• Aromitoiminto



EKF7500
49€₉₅

Kätevä ajastin varmistaa, että heräät kahvin tuoksuun.
• Tilavuus 10/15 kuppia
• Väri: teräs • Ajastin • Kello
• Pun. ja valk. rajoitettu saatavuus (Hinta 59,95€)



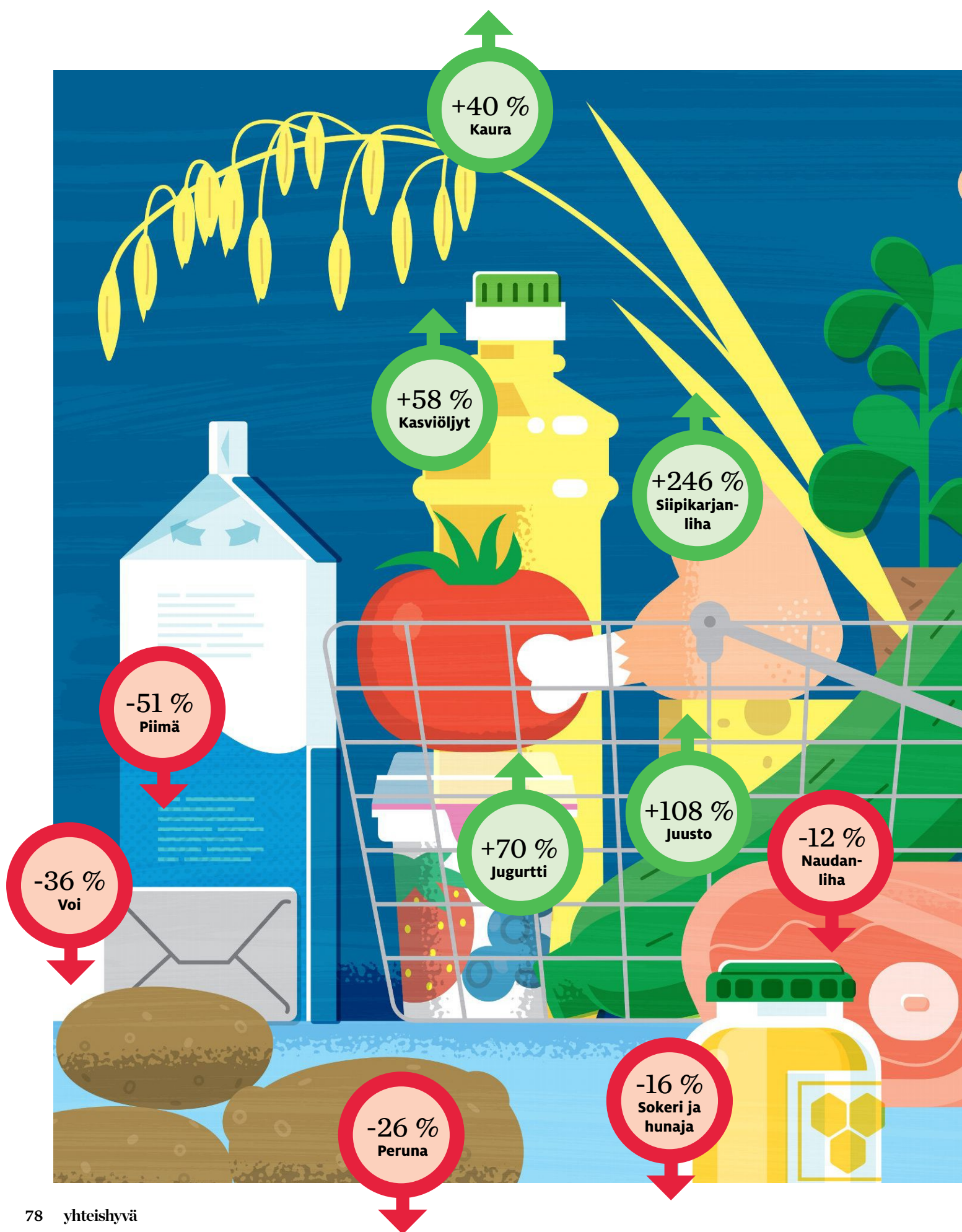
EKF3700
36€₉₅

Keitä kahvit isommallekin porukalle - jopa 18 kuppia.
• Tilavuus 12/18 kuppia
• Autom. virrankatkaisu 40 min
• Lämpölevyssä tarttumaton pinnoite



EEWA7700
49€₉₅

Tyylikäs vedenkeitin lämpötilan säädöllä 40-100 °C
• Sääto viiden asteen tarkkuudella
• Digitaalinen näyttö kertoo veden lämpötilan • Lämpinäpito toiminto



Ruokakori muuttaa muotoaan

Kotimaisen ruoan puolesta liputetaan vahvasti, mutta kansainväliset trendit ovat uineet myös ostoskoriemme.

TEKSTI RIINA-MARIA METSO JA JUHO KAHILAINEN **TILASTOPOIMINNAT** JUUSO KOPONEN
KUVITUS JUKKA PYLVÄS **KUVAT** MAIJA ASTIKAINEN, JANNE KARVINEN,
JOHANNA KOKKOLA JA LARI LAPPALAINEN

+51 %
Tuoreet
vihannekset

-73 %
Täys- ja
tilamaito

RUOKAKORIN NOUSIJAT JA LASKIJAT

KUVITUKSESSA näkyvät numerot kertovat siitä, paljonko eri tuoteryhmien myynti on kasvanut tai laskenut vuodesta 1990 vuoteen 2016. Lähteenä on käytetty Luonnonvarakeskuksen ylläpitämää Ravintotase-tilastoa.

SEURAAVILLA sivuilla näkyvien yksittäisten tuotteiden kohdalla näkyvä numero kertoo niiden maahantuonnin suhteellisesta kasvusta Tullin tuonti-tilastojen perusteella vuodesta 1996 vuoteen 2017.

Kiiireinen iltapäivä ruokakaupassa. Ostoskärriin tipahtaa pakettillinen riisiä ja broilerinsuikaleita iltaruokaa varten. Samalla mukaan lähtee bataattia, vuo-
henjuustoa ja ilmakeivattua kinkkua viikonlopun päivälliselle. Ja toki mukaan pitää napata vielä banaaneja lapsille terveelliseksi välipalaksi.

Ai suosinko suomalaista? Totta kai!

Suomalaisia on 5,5 miljoonaa. Meistä yli 2,5 miljoonaa käy päivittäin töissä. Keskimääräinen työmatka on 14 kilometriä, se nielee oman aikansa.

Arkena moni meistä ei halua vaivata päätään ruoanlaitolla. Valinnoissa korostuvat helppous ja nopeus.

Kyselyissä suomalaiset kertovat halustaan suosia suomalaista, mutta todellisuudessa ruokakulttuurimme on muuttunut viimeisten vuosikymmenten aikana huomasti.

Harva arpoo, ottaisiko suomalaista kermajuustoa vai ranskalaista brietä? Molemmille on tilanteensa.

Suomalainen tekee keskimäärin 1,5 ulkomaanmatkaa vuodessa. Matkoilla on totuttu kokeilemaan erilaisia ruokia, ja makuina esimerkiksi chili, avokado ja inkivääri ovat tulleet tutuiksi. Riisi, oliivit ja tonnikala tuntuvat liki perinteisiltä vaihtoehdoilta.

Suomalaisen ruokamaailma ei ole entisensä. Kysymme kuudelta asiantuntijalta, mistä muutos johtuu ja mihin ollaan menossa.





Omaan dataan pohjautuvaa ruokaa

Tutkija Emilia Nordlund ennustaa yhä yksilöllisempien ruokatrendien nousua.

”RUOKAKORIN MUUTOS on monen asian summa. Globalisaation ansiosta arkiruokaviikkoon mahtuu ruokia ympäri maailman: itämaisia wokkeja, sushia ja eksoottisia hedelmiä. Toisaalta teollisuuden ja kuluttajien tietoisuus ilmastomuutoksesta ja väestönkasvusta on lisännyt kasvipohjaisia vaihtoehtoja liha- ja maitotuotteille. Lisäksi digitaalinen vallankumous, kuten sosiaalinen media ja itsensä mittaaminen, voimistaa yksilöllisen ruokakorin trendiä. Kuluttaja haluaa ja osaa vaatia juuri itselleen sopivia tuotteita. Samalla ruokakauppojen myymäläkokko on kasvanut, ja tarjolla on monipuolisempia vaihtoehtoja.

Nelihenkisessä perheessämme ruokakorin monipuolistuminen näkyy erityisesti uusien kasvipohjaisten tuotteiden kokeilussa. Kun mietin omaa lapsuuttani Loimaalla maatalon tyttönä, en olisi ikinä voinut kuvitella, että ruokapöydässä olisi tarjottu thaimaalaista kasviswokkia, hyönteisleivästä tai sieniproteiinipihvistä puhumattakaan.

Tulevaisuudessa erityisesti perinteisten lihatuotteiden osuus laskee, mutta niiden tilalle tulee lihan kaltaisia tuotteita. Itse tuotteet eivät siis muutu ruoka-

korissa, vaan se, miten ne on tehty.

Tulevaisuuden kaupassa osa tuotteista on tehty vain minulle: haen perheelleni tuunatut myslit ja jogurtit noutopisteestä. Teknologian kehityksestä huolimatta myös tulevaisuudessa ruoka tuo ihmisiä yhteen – ehkä jopa helpottaa löytämään

*”Myös
tulevaisuudessa
ruoka tuo
ihmisiä yhteen.”*

enemmän aikaa perheelle ja yhteisille ruokahetkille. Suurin haaste on kehittää alkutuotantoon menetteliä, jotka hillitsevät ilmastomuutosta.

Tulevaisuuden työpaikalla reaaliaikaiseen mittaukseen perustuva palvelu voisi ohjata minut välipala-automaatille. Sen interaktiivinen käyttöliittymä ehdottaisi minulle hedelmäsMOOTHIeta kuitu- ja vitamiinilisällä, ja valmistaisi sen minulle tuoreista aineksista. Tämä välipalarobotti perustaisi suosituksen data-analyyysiin, joka pohjaa terveystietoihini, kulutustottumuksiini ja toiveisiini. Helppoa ja mukavaa, eikö vain?”

Emilia Nordlund vetää Teknologian tutkimuskeskus VTT:ssä Ruokaratkaisutiimiä, jonka tavoitteena on tuottaa hyvinvointia sekä maapallolle että ihmisille kestävän kehityksen mukaisten ja terveystietä edistävien ruokainnovaatioiden avulla.

4 x näin tunnistat kotimaisen



HYVÄÄ SUOMESTA

-merkki kertoo, että tuote on valmistettu Suomessa ja raaka-aineiden kotimaisuus on 75–100 prosenttia. Liha, kala, kananmuna ja maito ovat aina 100-prosenttisesti suomalaisia, samoin yhden ainesosan tuotteet. Jos tuotteessa on monia ainesosia, raaka-aineista vähintään 75 prosenttia on suomalaista. Kriteerit ovat selkeät ja säännöt rakennettu niin, että järjestelmä toimii koko ruokaketjussa ja kaikissa tuotekategorioissa.



KOTIMAISET KASVIKSET ry:n sirkkalehtimerkki on

suomalaisten puutarhatuotteiden – vihannesten, marjojen, hedelmien, kukkien sekä taimistotuotteiden – ja ruokaperunan tuotemerkki. Se takaa puutarhatuotteiden kotimaisuuden.



AVAINLIPPU

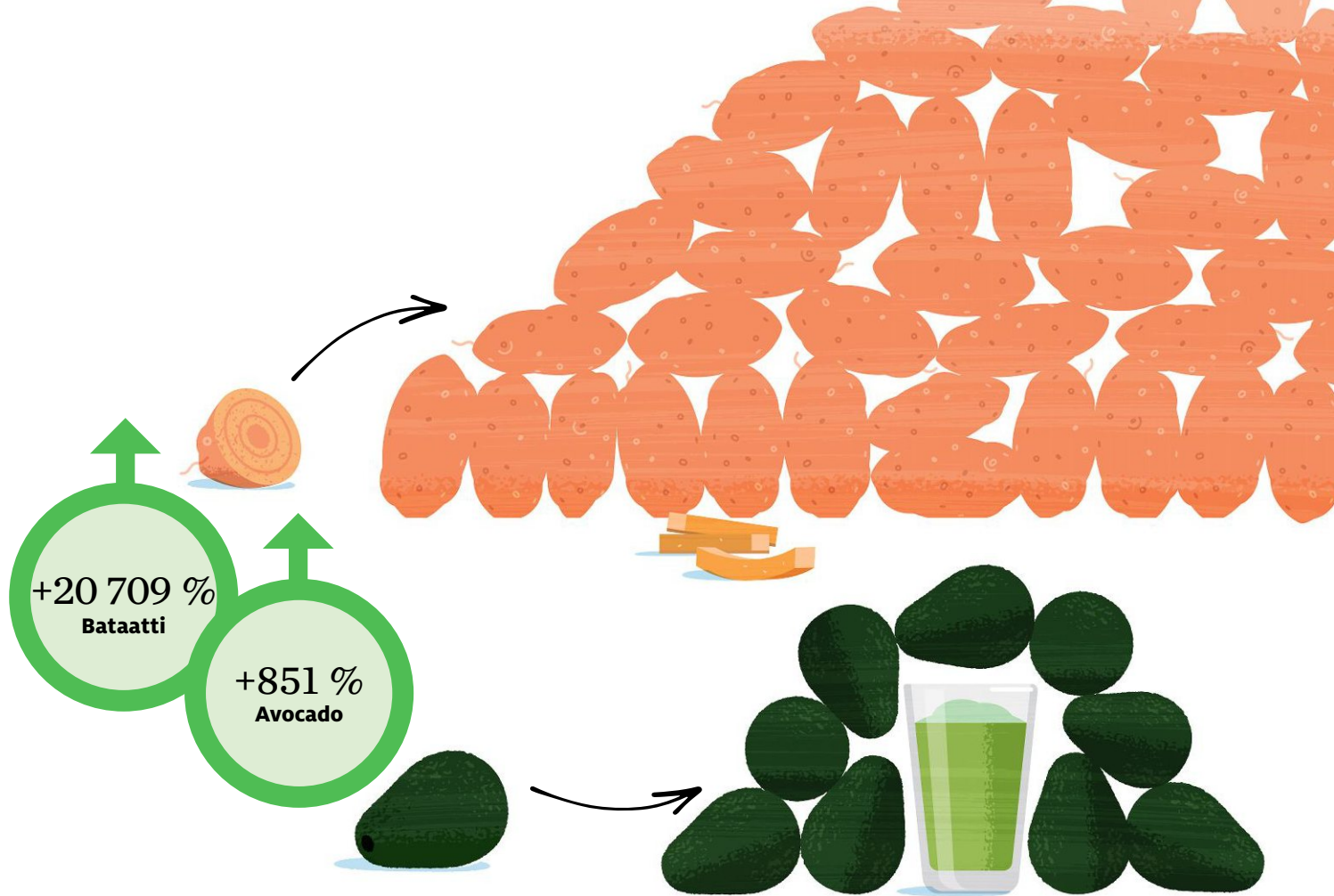
KERTOO, että ruoka on valmistettu Suomessa, se ei ota kantaa raaka-aineisiin. Kotimaisuusaste vähintään 50 prosenttia, joka lasketaan kaikista tuotteeseen kohdistuvista kuluista, mukaan lukien raaka-aineet.



S-RYHMÄN Kotimais-ta-tuotemerkin tuotteet täyttävät aina Hyvää Suomesta tai Sirkkalehtimerkin

kotimaisuusvaatimukset. Valvonta kuuluu näiden merkkien valvonnan piiriin.

Lähde: hyvaasuomesta.fi



*”Kaupalla on merkittävä rooli kulutuksen luoja-
na.”*

Kasvisruoka voittaa

Ruoan esteettisyys on jo trendi, tietää tutkija Sami Koponen.

”TERVEELLISYYS, helppous ja vastuullisuus ovat esimerkkejä vallitsevista ruokatrendeistä. Niiden rinnalle ovat tulleet ruokaestetisaatio ja luovuus, jotka myös ohjaavat ruokakulttuuriamme. Esimerkiksi suositussa lähi- ja pien-tuotannossa on kyse paljon muustakin, mutta keskeisesti myös ruokaestetisaatiosta.

Kaupalla on merkittävä rooli kulutuksen luoja-
na. Esimerkiksi ekologisen kestävyys-
den tai eläinten hyvinvoinnin
suhteen ei pitäisi puhua vain
kuluttajien valinnoista. Kaupan
ja muiden ruoka-alan ammatti-
toimijoiden pitää tunnistaa
roolinsa aktiivisena toimijana

kestävämmän tulevaisuuden
puolesta.

Uskon, että 20 vuoden
kuluttua huomaamme monen
asian pysyneen syömisessä
yllättävän samankaltaisena.
Silloin kasvisvoittainen ruoka-
valio on lyönyt vahvasti läpi
kuluttajien arjessa. Jo nyt
kasvissyönnistä on tehty
ravintolakentällä houkuttele-
vaa. Tulevaisuudessa tehdään
varmasti myös ilmastomu-
tossyistä poliittisia päätöksiä,
jotka ohjaavat kohti kasvis-
painotteisempaa syömistä.

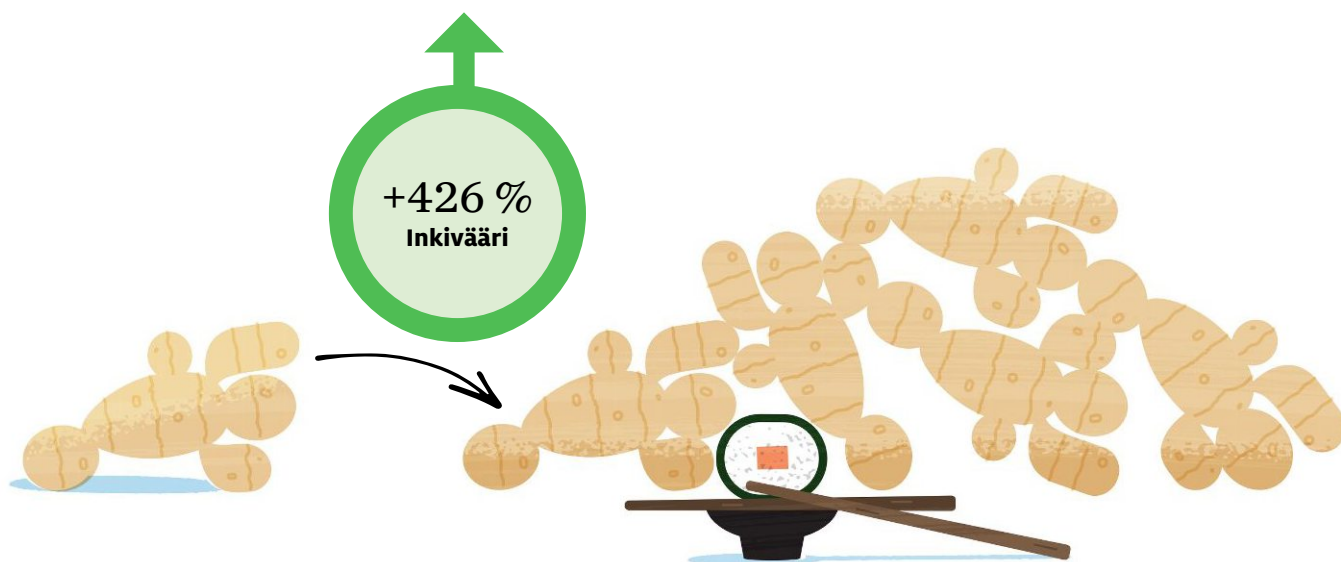
Trendien sijaan omiin
kulutusmuutoksiini vaikutta-
vat osin itsestä riippumatto-
mat tekijät, kuten perheen-

jäsenten ruokavaliot tai työ-
paikan lähellä oleva lounas-
tarjonta.

Ruokavaliossani ei ole
tapahtunut suuria muutoksia.
Olen aina syönyt arjessa aika
yksinkertaisesti ja perusraaka-
aineita painottaen. Pysin
kohtuullisesti ekologisuuden,
terveellisuuden, esteettisyy-
den ja muiden tärkeiden
asioiden huomioimiseen.
Yritän olla tekemättä syömi-
sestä monimutkaista.”

*Sami Koponen toimii väitös-
kirjatutkijana Helsingin yliopis-
tolla. Hän tutkii ruokakulttuu-
ria ns. foodiesmin ja ravintola-
kulutuksen näkökulmista.*





Peruna sopii Pohjolaan

MTK:n ruokakulttuuriasiamies Anni-Mari Syväniemi luottaa suomalaiseen ruokaan.

”VALIKOIMIEN KASVU ja tiedon määrä ovat muuttaneet suomalaisten ruokakoria. Internetin avulla kaikki on ulottuvillamme ja meillä on myös rahaa ja aikaa kiinnittää ruokaan enemmän huomiota. Jokaisella on mahdollisuus valita omanlaisensa ruokakulttuuri.

Perheeni ruokapöydässä on ollut aina keskivertoa enemmän kasviksia, hedelmiä ja marjoja. Muuten ruokakorini noudattelee yleistä muutoksen linjaa. Perunan kulutus on vähentynyt, mitä vähän harmittelen. Peruna on edullinen ja terveellinen sekä ilmasto- ja ympäristöystävällinen ruoka.

Suomalainen ruoka tunnetaan turvallisena ja terveellisenä. Sellaisena sitä pitäisi markkinoida myös ulkomaille. Oikeanlainen markkinointi pitäisi miettiä yksilöllisemmin kunkin tuotteen ja kohdemaan kannalta. Kaiken on oltava kohdil-

laan pakkauksesta ja viestinnästä lähtien.

Toivon, että 20 vuoden päästä ruoka on mahdollisimman lähellä tuotettua, kotimaista. Kasvisten osuus saisi kasvaa ja proteiinien monipuolistua. Uskon, että syömme enemmän kasvipohjaisia proteiineja kuten nyhtökauraa ja härkistä sekä hyönteisiä. Luotan siihen, että maito ja liha pysyvät ruokapöydissämme. Ne sopivat pohjoiseen ruokavalioon.

Myös valmisruokien ja ulkona syömisen trendi kasvanee edelleen. Toivottavasti koskaan ei mennä pilleriruokaan, vaan ruoasta myös edelleen nautitaan ja saadaan iloa.”

Anni-Mari Syväniemi on MTK:n ruokakulttuuriasiamies, joka haluaa edistää suomalaisen ruokakulttuurin tunnettua ja elintarvikevientiä Suomessa ja ulkomailta.

”Jokaisella on mahdollisuus valita.”



Makumaailma kansainvälistyy

S-ryhmän valikoimajohtaja Antti Oksa uskoo suomalaisen ruoan kasvupotentiaaliin.

”RUOAN KULUTTAMINEN on yksilöllinen asia, ja siihen liittyy merkityksiä. Valinnoilla heijastellaan omia arvoja ja mieltymyksiä.

Megatrendejä ovat terveellisyys, hyvinvointi ja helppous. Sen jälkeen tulevat luonnollisuuden ja alkuperän arvostus. Myös

eettisyys, ekologisuus ja vastuullisuus ovat nousussa.

”Arkiruoka voi muuttua aika nopeastikin.”

Kaupan ja koko elintarvikealan on tehtävä tulkinta väistämättömistä muutosvoimista,

joihin on mukauduttava. Suuntaukset näkyvät kaikissa ikäryhmissä mutta korostuvat nuorissa. Kun nyt 20–30-vuotiaat perustavat perheitä, arkiruoka voi muuttua aika nopeastikin. Makumaailma kansainvälistyy. Vaikea kuvitella, että tämä kehitys muuttuisi tulevina vuosina. Kyseessä ei ole riski vaan kehittyvä ruokakulttuuri. Ruokakulttuurit kehittyvät aina ideoiden ja ihmisten virtaus-ten kautta.

Suomalaisella ruoka-alalla olisi kansainvälisesti valtava potentiaali eettisessä ruoantuotannossa. Luomu on konkreettinen täky, samoin tuotantoeläinten hyvinvointiin panostaminen ja ehkäpä myös uudet kasvinviljelyn teknologiat.

Uskon, että 20 vuoden kuluttua parhaat suomalaiset menestysnnovaatiot, joissa terveellisyys, helppous, eettisyys ja ekologisuus yhdistyvät, ovat levinneet ympäri maailmaa. Suomalaisia tuotteita eivät syö enää vain suomalaiset.”

Antti Oksa on S-ryhmän valikoimajohtaja. →

RAKENNA OMA SUKLAATALOSI!



Katso ohjeet:

www.facebook.com/MarabouSuomi

Mmm...Marabou



Tieto ohjaa kulutusta

Leipomoyrittäjä Teppo Ylä-Hemmilä veikkaa, että moni ruoka muuttuu juotavaksi.

”KULUTTAJALLA ON nykyään enemmän tietoa ruoasta kuin koskaan. Vastuullisuus on kasvanut. Samalla monet ovat alkaneet kuunnella kehoaan. Koko ajan suurempi joukko haluaa muuttaa ruokavaliotaan ja maailmaa sen avulla.

Uskon, että kulutus siirtyy maapallon kanto-kyvyn kannalta kestävämpään suuntaan. Kaupan rooli siinä on merkittävä. Vaikka kuluttaja saa ääntään kuuluviin paremmin kuin ennen, yrityksillä on päävastuu ruokatrendien kehittämisessä. Kun kauppa näkee riittävästi väriä jossain, sen pitää poimia oikeita asioita trendeiksi. Sitä roolia kauppa on alkanutkin ottaa enemmän.

Meillä on kotimaassa vielä paljon ruoka-aineita, joita voisimme nostaa enemmän, esimerkiksi kotimaiset sienet.

Uskon, että 20 vuoden kuluttua proteiinin lähteet ovat monipuolistuneet ja esi-

merkiksi lihaa ja muita eläinperäisiä tuotteita tuotetaan myös laboratorioissa. Moni ruoka muuttunee myös juotavaksi. Arjen ruokakori tulee eroamaan vielä rajummin viikonlopun ruokakorista kuin nyt. Viikot

selviydytään, viikonloppuna panostetaan. Myös verkkokaupan kehittyminen muovaa ostoskoria.

Itse en haluaisi luopua uusista perunoista, ruisleivästä ja kahvista.

Tärkeä on myös itse kehittämäni juotava kaurapuuro, jonka nautin joka aamu kylmänä. Tulevaisuudessa haluaisin maistaa keinolihaa ja lupiinia, joka voisi toimia uutena proteiinin lähteenä.”

Teppo Ylä-Hemmilä on yksi asikkalalaisen Viipurilaisen kotileipomom perheyrittäjistä. Hän on siirtynyt kauran maailmaan kehittämällä Vuoden 2016 elintarvike Puhtikauran ja perustamalla lifestylebrändi Oatlawsin.

”Verkkokauppa muuttaa ostoskoria.”

ÄLÄ LIUKASTELE!

Nastaton Ispo Award palkittu pitopohja-jalkine, joka on kehitetty ennen kaikkea haasteelliselle jäiselle vesikelille ja talven vaihtuviin olosuhteisiin



Nyt
saatavilla
Prismoissa



Our Arctic Grip Collection is our most capable cold weather product for winter hikes, trails and icy city roads.

- Stay dry with a waterproof upper
- Stay on your feet with a Vibram Arctic Grip outsole - which prevents slipping on wet ice

MERRELL®

Men's / Women's

Light hiker

Moab FST Ice+



Kaupalla merkittävä rooli

Puutarhaviilijä
Hanne Kinnunen toivoo lisää
terveellisiä vaihtoehtoja lihalle.

"RUOKATRENDIT liikkuvat nopeammin maailmalla ja meille Suomeenkin asti. Ihmiset kiinnittävät nykyään huomiota terveellisyyteen: siihen, mitä ruoka on, mistä se tulee ja mitä se sisältää.

Kauppa pystyy ohjailemaan kuluttajia sillä, mitä hyllyihin laitetaan ja mihin kohtaan. Moni menee kauppaan tietämättä tarkalleen, mitä ostaa. Kaupan rooli on merkittävä, koska se voi kertoa kuluttajalle uusia asioita tuotteista ja valita, mitkä tuotteet tulevat myyntiin. Jos jokin tuote ei pääse kaupan hyllylle, siitä ei voi tulla suurta trendiä.

Oman ruokakärrymme sisältö on aika samanlainen viikosta toiseen. Ehdottomasti kauppalistalla ovat kotimaiset maitotuotteet, kaurahiutaleet, kala ja proteiinivalmisteet. Kasviksista iso osa tulee omalta tilalta. Minun henkilökohtainen lempituotteeni on iso paketti hyvää jäätelöä, Jukka ei haluaisi luopua pienpanimoiden erikoisoluista. Haluaisimme valikoimiin lisää terveellisiä uusia vaihtoehtoja lihalle. Tulevaisuuden ruokakoriin vaikuttaa varmasti ilmaston lämpeneminen, joka ohjaa sekä tuottajia että kauppia. Ruosta tulee kasvisvoittoisempaa." ■

Hanne ja Jukka Kinnunen ovat Suomen ainoat inkivääriä kasvattavat puutarhaviilijät Puomäen puutarhalta Liperistä.



A.Vogel



Vatsan kautta hyvään oloon. 😊

Molkosan maitohappokäytetty heratiiviste oli Sokoksen asiakkaiden* testattavana. Testiryhmän tulokset olivat erinomaiset: 90 % tuotteen käyttäjistä oli tyytyväisiä tuotteeseen!

"Kuukauden käytön jälkeen olo on mahtava ja vatsa toimii sulavasti. Taidan tehdä tästä päivittäisen rutiini!"

"Tasapainotti ja rauhoitti herkkää vatsaani! Samalla tulee juotua vettä kun Molkosan sekoitetaan siihen. Alussa maku hämmäntävästi piimämainen, mutta nyt mielestäni antaa vedelle kivaa makua. Hyvä tuote!"

"Parin käyttökerran jälkeen alkoi jo tuntumaan, että nyt on tuote jota vatsani rakastaa. Vatsa ei enää ollenkaan turvota niin kuin ennen ja ruoansulatuskin on parempi."

"Vatsa on rauhoittunut selvästi, se ei kupli eikä metelöi."

"Turvotus ja ilmavaivat ovat poissa, olo pirteämpi ja painoakin pudonnut. Tosi hyvä stressivatsalle, suosittelen kokeilemaan."

* tuotetta testasi 30 henkilöä, keväällä 2018



sokos.fi



Molkosan Original sekä hedelmäisen makuinen Molkosan Fruit! Lue lisää: vogel.fi

Oletko varakas?

Yritysjohtaja Ilkka Brotherus ja sijoittaja Merja Mähkä kertovat, mitä varallisuus heille merkitsee. Filosofi Frank Martela pohtii, voiko rahalla ostaa onnellisuutta.

TEKSTI SIRKKU SAARIAHO KUVAT JUHA SALMINEN JA MEERI UTTI

Harva pitää itseään rikkaana. Tämä käy ilmi S-Pankin teettämästä selvityksestä, jossa tutkitiin suomalaisten ajatuksia vauraudesta.

Selvityksen mukaan vain alle kahdeksan prosenttia vastanneista koki itsensä rikkaaksi. Peräti 75 prosenttia vastaajista ilmoitti, että ei pidä itseään rikkaana. Vaatimattomuudesta huolimatta lähes kaikki vastaajat tiesivät omaisuutensa arvon elin, kuinka paljon heillä on säästöjä ja muuta rahanarvoista omaisuutta.

Kyselyn toteutti S-Pankin toimeksiannosta Kantar TNS syyskuussa 2018. Kyselyyn vastasi 1 016 iältään 15–79-vuotiaasta suomalaista.

SÄÄSTÄMISESTÄ PUHUTAAN

Säästämisestä ja säännöllisestä sijoittamisesta puhutaan nykyään aikaisempaa enemmän. Kaksi kolmesta vastaajasta uskookin, että säästämällä ja sijoittamalla voi kartuttaa omaisuuttaan. Mitä

ylempään tuloluokkaan vastaaja kuului, sitä enemmän hän tähän uskoi.

Tyypillisesti rahat ovat kiinni asunnossa ja autossa. Näiden lisäksi voi olla säästöjä ja sijoituksia. Kaikkiaan 90 prosenttia vastanneista tietää omaisuutensa arvon. Iän, sukupuolen tai tulo-

luokan suhteen tässä ei ole merkittäviä eroja.


Verkkopankkien ja mobiilisovellusten, kuten Säästäjän myötä sijoittaminen on tullut lähemmäksi tavallista kuluttajaa. Rahastot ja muut sijoitus tuotteet ovat kaikkien saatavilla ja helppoja ottaa käyttöön pienilläkin summilla.

Miehet uskovat mahdollisuuteen vaurastua sijoittamalla hieman vahvemmin kuin naiset.

Yli 50 prosenttia miespuolista vastaajista kertoo myös osaavansa sijoittaa, kun naisissa osuus on noin 40.

Hiljaiset merkit – kuten naisten sijoitusblogien ja varallisuusvalmennuksien yleistyminen – viittaisivat, että myös naiset ovat kiinnostuneet vaurautensa kartuttamisesta muun muassa määrätietoisella sijoittamisella.

*Sijoittaminen
on tullut
lähemmäksi
tavallista
kuluttajaa.*



Yrittäjä Ilkka Brotherukselle 1990-luvun lama oli hirvittävän vaikeaa aikaa.

Varakkuus ei aina ole ollut itsestäänselvää

Hausjärvellä asuvan yrittäjän ja yritysjohtajan Ilkka Brotheruksen mukaan raha on työkalu tehdä asioita, joita arvostamme.

”E nsimmäisen kerran minusta tuli yrittäjä vuonna 1981, kun muutimme vaimoni kotitalalle Erkylän kartanoon Hausjärvelle. Otimme perheen vanhan kauppapuutarhan hoidettavaksemme ja hoidimme sitä neljä vuotta. Sinituotteen liiketoiminnan ostimme vuonna 1988.

Varakkuus ei aina ole ollut meille itsestäänselvä asia. 1990-luvun alun lama oli hirvittävän vaikeaa aikaa. Raha oli tiukassa, ja meillä oli paljon velkaa. Riskejä oli pakko ottaa, koska muutakaan mahdollisuutta ei ollut. Vaikka siitä on yli 33 vuotta aikaa, muistan vieläkin, kun allekirjoitin pankissa lainapaperit, eikä käden tärinästä tahtonut millään tulla loppua. Mutta oli pakko päästä eteenpäin. Selvisimme, ja toivon, ettei sellaisia aikoja enää nähdä.

→



Kun yrityksen taustalla on perhe, siinä ovat mukana sydän ja tunteet.

Vaikka liiketoimintamme on laajentunut, Sini-konserni on yhä perheyritys. En ole koskaan ajatellut perheyritystä vain sijoituksena. Kun yrityksen taustalla on perhe, siinä ovat mukana sydän ja tunteet. Kaikki kolme lastamme ovat mukana yrityksessä jollakin tavalla.

Tietenkin yrityksen pitää olla kannattava, jotta se voi hoitaa vastuunsa, turvata henkilökunnan työpaikat, investoida ja jatkaa kehitystä.

RAHA ON TYÖKALU tehdä asioita, joita arvostamme. Ne voivat liittyä yrityksen toimintaan tai johonkin muuhun tärkeään asiaan. Olemme tehneet hyväntekeväisyyttä esimerkiksi osallistumalla Lastensairaan rakentamiseen sekä tukemalla sotaveteraaneja ja nuoria urheilijoita.

Olemme matkustaneet perheen kanssa paljon Afrikassa ja nähneet kuinka siellä tarvitaan apua. Siksi Harghushay-kylän koulun rakentamisesta Tansaniassa on tullut meille tärkeä projekti. Tyttäremme **Johanna Hamro-Drotz** löysi sen meille. Vuodesta 2006 lähtien olemme itse, ilman järjestöjen apua, rahoittaneet kylän koulun rakentamista.

Olen puhunut Harghushaysta julkisuudessa, koska projekti on onnistunut niin hyvin. Ajattelen, että se saattaisi innostaa jonkun muunkin tekemään vastaavan projektin. Minusta se on mielekäs ja hieno tapa perheyritykselle tehdä muutakin kuin bisnestä ja ehkä parantaa vähän maailmaa. Meille se on antanut paljon onnen ja ilon tunteita.”



Rahan avulla voin luoda vapautta

Sijoittaja ja yrittäjä Merja Mähkä kertoo, että hänen arvonsa eivät ole vaurastumisen myötä muuttuneet.

”**S**ysäyksen sijoittamiseen sain vuonna 2012. Olin pitkällä sairauslomalla, ja kaipaasin jotakin ihan muuta ajateltavaa kuin vaikea raskauteni.

Keksin, että minullahan on arvo-osuustili. En ollut käyttänyt sitä, eikä minulla ollut edes verkkopankkitunnuksia tililleni. Isäni oli katsonut tilini perään ja tehnyt puolestani joitakin ostoja. Tililläni oli noin 60 000 euron arvosta sijoituksia.

EN OLE KÄYNYT sijoituskursseja, mutta tietoa on valtavasti saatavilla. Ensimmäinen ostoni oli Ponsse. Luin, että se on vientiyritys ja sponsoroi kuninkuus-raveja. En enää ostaisi sellaisilla perusteilla, mutta se oli ihan hyvä sijoitus.



Merja Mähkän mielestä
sijoittaminen on ihanaa ja
älyllisesti mielenkiintoista.

Kun vauva syntyi, kiersin Töölönlahtea **Seppo Saarion Miten sijoitan pörssi-osakkeisiin** -kirja ja termospulla vaunujen kyydissä. Kun lapsi nukahti, asetuin äkkiä penkille kahvin ja kirjan kanssa. Lapsi valvotti öisin, joten luin silloinkin.

Käytin sijoittamisen opetteluun paljon aikaa, koska se sopi elämänvaiheeseen ja kiinnosti minua. Sijoittaminen on minusta ihanaa ja älyllisesti mielenkiintoista.

Huomattavasti vähemmälläkin lukemisella pärjää. Sijoittamiseen on hyviä pakettiratkaisuja kuten indeksirahastot, joiden kanssa ei tarvitse säätää. Niihin sijoittaessa riittää, että säästää säännöllisesti.

Tärkeintä on tehdä päätös, että ryhtyy sijoittamaan. Ei kannata aikailla, sillä

*Olen sanonut,
että tavoittelen
miljoonaa euroa.*

mitä pidemmälle päätöstä lykkää, sitä enemmän jää tuotoista paitsi.

Sijoitusteni arvo on nyt noin 300 000 euroa. Omat arvoni eivät ole vaurastumisen myötä muuttuneet.

En ole koskaan ollut kiinnostunut kuluttamisesta, mikä tekee minusta hyvän säästäjän. Asumme yhä samassa asunnossa kuin aikaisemmin.

SIJOITAN TAVOITTEELLISESTI. Olen joskus sanonut, että tavoittelen miljoonaa euroa. Se on silti vain symbolinen luku, sijoittamisesta itsestään on tullut pääasia.

Sijoittamalla ansaitusta varallisuudesta on tullut minulle erilaisten asioiden mahdollistaja. Se on helpottanut monien ratkaisujen tekemistä. Minulla on ollut mahdollisuus muokata työelämää näköisekseni. Teen paljon töitä, mutta haluan enemmän aikaa kirjoittamiseen, ajatteluun ja omiin projekteihini. Rahan avulla voin luoda vapautta elämäni.

En tiedä, mitä haluan tehdä kymmen vuoden kuluttua, mutta haluan varmistaa, että voin tehdä sen. Että se ei jää ainakaan rahasta kiinni.”



WAVE



Wave 9000mAh lisävirtalaturi

Ohut ja kevyt lisävirtalaturi kunnon kapasiteetilla. Lataa puhelimesi ja muut mobiililaitteesi kiinteällä latauskaapelilla (MicroUSB ja Apple Lightning) tai erillisellä latauskaapelilla

24⁹⁵



Wave Verkkolaturisovitin

Älykäs latauskeskus kotiin tai toimistoon. 4 Smart Charge USB -porttia ja USB Type-C Power Delivery tekniikalla. Testatusti tehokas ja turvallinen.

49⁹⁵

Laadukkaat

Wave mobiilitarvikkeet
lähimmästä Prismastasi

TOMTOM



TOMTOM

Todellinen
suunnannäyttäjä



Tule tutustumaan

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.



Hyvään elämään ei tarvita valtavasti rahaa

Filosofi, tutkija Frank Martelan mielestä rahalla pystyy ostamaan itselleen onnellisuutta vain tiettyynajaan asti.

” Ihmisen onnellisuuteen liittyy tiivistä, että pystyy tekemään asioita, joita haluaa tehdä, ja elämään oman näköistään elämää. Eli että ihminen pystyy asumaan kuten haluaa, hoitamaan laskut, harrastamaan, ilmaisemaan itseään, tapaamaan ystäviään. Raha on yksi väline, jolla näitä voi toteuttaa. Sen avulla voi hankkia asioita, jotka vaikuttavat omaan onnellisuuteen myönteisesti. Rahalla pystyy ostamaan itselleen onnellisuutta, jos sitä osaa käyttää oikein.

"Periaatteessa Suomessa olemme kaikki samalla viivalla", sanoo Helsingissä asuva filosofi Frank Martela.

SILTI VÄITTÄISIN, että rahalla hankittavat onnellisuutta lisäävät asiat loppuvat jossakin vaiheessa. Silloin hyvä tapa investoida omaan hyvinvointiin on tehdä hyväntekeväisyyttä. Tutkitusti tiedetään, että hyvän tekeminen toisille lisää myös omaa hyvinvointia. Tämä näkyy Suomessakin: monet erityisesti nuoremman polven varakkaat ovat perustaneet säätiöitä tai järjestöjä, joiden kautta he kanavoivat varallisuuttaan hyviin kohteisiin.

Mitä suurempaan vaurauteen menään, sitä vähemmän varallisuudessa on suoraan onnellisuuteen vaikuttavia asioita. Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan yli 75 000 dollarin (65 000 euroa) vuositulojen ylittävän osuuden vaikutus ihmisen kokemiin onnen tunteisiin on aika marginaalinen.

SUOMESSA OLLAAN taloudellisesti varsin tasa-arvoisia. Superrikkaita on varsin vähän, eikä omaisuuksilla ole ollut tapana pröystäillä. Voimme luottaa siihen, että yhteiskunta tarjoaa saman perusturvan kaikille. Tiedämme, että kriisitilanteissa varallisuutemme tai sen puuttuminen ei vaikuta esimerkiksi saamaamme sairaanhoitoon tai kohteluamme oikeuslaitoksessa.

Hyvään elämään ei tarvita valtavasti rahaa. Aika hyvään elämään riittää se, että ihminen kokee perusturvallisuutta ja hänellä on sopivasti rahaa, luotettavia ja läheisiä ihmissuhteita sekä mahdollisuus toteuttaa itseään." ■

Superrikkaita on varsin vähän.

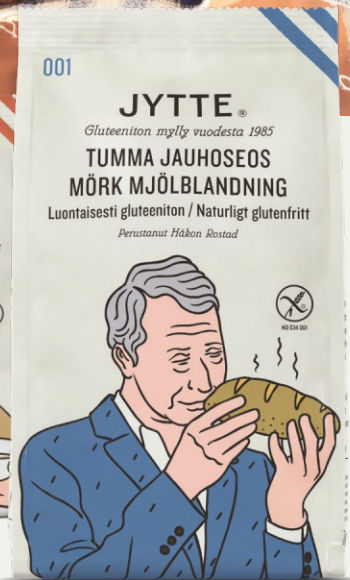
*Luontaisesti
gluteenittomat
jauhoseokset*

UUDET
PAKKAUKSET

JYTTE JAUHOT SOPIVAT KAIKILLE



Markkinointi: Orvola Finland Oy



Jytte jauhoseokset sopivat lähes kaikille allergikoille, sillä ne eivät sisällä vehnätärkkelystä, maitoproteiinia, laktoosia eikä soijaa. Jytte jauhoilla on erinomaiset käyttöominaisuudet ja ne ovat luontaisesti gluteenittomia, kuitupitoisia jauhoseoksia

- TERVEELLISIÄ JA TÄYDELLISIÄ!

Tutustu Jytte tuotteisiin: reformi.fi
ja seuraa meitä: facebook.com/reformi ja instagram.com/reformi

Afrikkalaisten asuttamassa
Ghetto Out -yhteisössä Etelä-
Italiassa asuu noin 250 ihmistä.
He elättävät itsensä tomaattien
ja muiden maataloustuotteiden
poiminnalla. Viimeisimmät
tulijat on majoitettu teltoihin.



Tehdään yhdessä konkreettisia tekoja yhteiskunnan hyväksi. Isoja ja pieniä.

TEKSTI JUHO KAHILAINEN JA JOUNI KANTOLA
KUVAT ROCCO RORANDELLI

Tomaatti-säilykkeet tarkkailussa

S-ryhmä teetti selvityksen työoloista Italian tomaattipelloilla. Hankintajohtaja Jari Simolinin mukaan siirtolaistausten työntekijöiden asema on saatava paremmaksi.

”Hyvät työolot eivät ole itsestäänselvyys. S-ryhmässä teemme töitä varmistaaksemme, että hankkimamme tuotteet ovat vastuullisesti tuotettuja. Tämä tarkoittaa, että työntekijöiden oikeuksia kunnioitetaan ja heistä huolehditaan.

Kaikkialla työntekijät eivät voi itse nostaa epäkohtia esiin. Olemme jo vuosia sitten tunnistanee maita, joissa riskit työoikeuksien loukkaamiseen ovat suuria. Näissä maissa on tarkastettu tehtaita ja pidetty tiiviimmin yhteyttä tavaran-toimittajiin.

Viime vuosina katse on jouduttu suuntaamaan EU:n sisälle: maahanmuuttajataustaisten työolot ovat huonot monissa Etelä-Euroopan maissa. Käynnistimme syksyllä Etelä-Italiansa Foggian alueella pilottitutkimuksen ihmisoikeuksien toteutumisesta säilyketomaattien hankintaketjussa.

Tomaatit ovat Italian ylpeys. Pohjois-Italiassa ne kerätään pääasiassa koneellisesti, mutta maan eteläosassa käsin. Kerääjät ovat usein maahanmuuttajia. Kymmenentuntisiksi venyvien työpäivien aikana hyvät poimijat tienaa noin 35 euroa.

Osa afrikkalaistaustaisista kerääjistä asuu hökkelikylissä vailla juoksevaa vettä, sähköä, kunnollisia saniteettitiloja tai edes sateensuojaa. Työntekijät rekrytoidaan pimeästi, jolloin he joutuvat maksamaan palkastaan epäilyttäviä välitysmaksuja.

Ongelman syiden tunnistaminen on lähtökohta tilanteen parantamiseksi. Yhteistyössä eri tomaattiketjun toimijoiden ja muiden sidosryhmien kanssa on mahdollista löytää uusia ratkaisuja. Työkalupakkiin haluamme myös välineen, jolla voimme pureutua syvemmälle ihmisoikeusasioihin korkean riskin alueella. Tähän työhön ryhdymme nyt.”

Hyväntekeväisyysjärjestö Oxfamin raporttiin ja toimittaja Jouni Kantolan sekä kuvaaja Rocco Rorandellin reportaasiin Apulian Foggian alueelta voit käydä tutustumassa osoitteessa www.yhteishyva.fi.

Anna sai Vamoksen avulla elämän perusasiat järjestykseen ja kokee, että tulevaisuus on nyt täynnä vaihtoehtoja.

MIKÄ IHMEEN VAMOS?

VAMOS on Helsingin Diakonissalaitoksen palvelu, jonka kautta nuoret saavat räätälöityä tukea matkalla kohti työelämää.

VAMOKSEN työntekijät auttavat nuoria, joita huolettua esimerkiksi arjessa pärjääminen, mielen-terveys, asuminen, raha-asiat tai koulu- ja työelämään pääsy.

HOK-ELANTO lahjoitti Suomen itsenäisyyden 100-vuotisjuhlan kunniaksi 100 000 euroa Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-toiminnalle. Lahjoitus päätettiin kohdentaa nuorten uravalmennukseen. Hanke sai nimen Vamostadi.

KEVÄÄLLÄ 2018 Vamos-toiminta täytti 10 vuotta. Valtakunnallisesti ohjelman läpikäyneitä nuoria on jo yli 8000.

100 nuorta töihin

Anna, 20, on yksi niistä nuorista, jotka pääsivät mukaan HOK-Elannon tukemaan Vamostadi-hankkeeseen. Sen tavoitteena oli saada vuoden aikana 100 syrjäytymisvaarassa olevaa nuorta työelämään tai opiskelujen alkuun. Tavoite tullaan saavuttamaan.

TEKSTI LEENA LUKKARI KUVAT SATU KEMPPAINEN

Lontoolainen Anna saapui Suomeen toukokuussa kaksi vuotta sitten tätinsä ja serkkujensa luo asumaan.

”Olen aina halunnut matkustaa ja nähdä maailmaa. Tätini asui täällä, ja kun olin lomamatkalla hänen luonaan, ihastuin Suomeen. Lontooseen verrattuna Helsinki on sekoitus kaupunkia ja maalaismiljöötä. Minusta täällä on hyvin kaunista”, Anna kertoo.

Itsenäisen elämän alkuun pääseminen vieraassa maassa ei käytännössä ollutkaan ihan niin helppoa kuin Anna oli ajatellut. Ensimmäiset kuukaudet hän tunsi kovaa koti-ikävää ja linnoittautui tädin asuntoon, jossa hän vietti aikaa pienten serkkujensa kanssa, joista toinen on nyt 10-vuotias ja nuorempi 3-vuotias.

”Olin yksinäinen. Kävin puistossa lasten kanssa tai olin vain kotona. Maailma tuntui olevan jossain sen pienen asunnon ulkopuolella. En voi sanoa, että olisin ollut masentunut, mutta en ollut onnellinenkaan.”

Edessä olevat haasteet tuntuivat valta-

vilta. Pitäisi löytää töitä tai aloittaa opiskelut vieraalla kielellä, mutta miten? Epävarmuudestaan huolimatta Anna alkoi kysellä töitä ihmisiltä ja suoraan eri työpaikoilta. Pian hän löysikin keikkatöitä ravintolasta. Keikkojen varaan oli kuitenkin vaikeaa rakentaa tulevaisuutta, eihän Anna halunnut asua tädin nurkissa ikuisesti.

”KUN TULIN Vamokseen ensimmäisen kerran viime helmikuussa, olin ollut

Suomessa kymmenen kuukautta ja minusta tuntui, että elämäni oli aivan sekaisin. Ensin työkeikkoja tuntui löytyvän, mutta sitten en saanut mitään kahteen kuukauteen.”

Vamoksessa Anna sai uravalmentajakseen **Tomin**. Yhdessä he kävivät läpi Annan koulutus- ja työhistoriaa. He juttelivat Annan vahvuuksista, siitä, mitä

hän ajatteli elämästä ja asioista, joihin hän kaipasi työllistymismieleensä tukea. Täytettiin työnhaun asiakirjoja, katseltiin vaihtoehtoja ja otettiin selvää etuuksista.

”Olin itsekkin koettanut hoitaa asioitani, mutta en hahmotanut virastojen ja eri organisaatioiden kokonaiskuva. Eli sitä, mitä tietoja pitää ilmoittaa ja minne.” Anna ja Tomi alkoivat tavata säännöllisesti kerran viikossa.

”Jos en ymmärtänyt jotain, Tomi aut-

toi. Yhdessä rakennusalan työssä oli pitkä lista erikoisosaamisalueita, joita piti ruksittaa sen mukaan, mitä hakija osaa tehdä. Nauroimme, koska kumpikaan meistä ei ymmärtänyt edes alan erityistermejä. Hassuinta oli, että sain työn.”

ANNA VIIHTYI rakennustyömaalla monta kuukautta. Hänen työtehtäviinsä →

*”Kun tulin
Vamokseen,
minusta tuntui,
että elämäni oli
aivan sekaisin.”*

kuului siivousta ja ammattimiesten avustamista.

”Rakennuksella arvostettiin käytännöllisyyttä ja fyysistä panosta – kaikki olivat valmiita auttamaan toisiaan. Ilmapiiiri oli hyvin kansainvälinen, töissä oli venäläisiä, virolaisia, puolalaisia ja kroatialaisia. Minä sujahdin mukaan kuin pieni maskotti.”

Anna olisi saanut jatkaa rakennustyömaalla, mutta yhdessä Tomin kanssa hän tuli siihen tulokseen, että tulevaisuuden kannalta on tärkeämpää opiskella ensin suomen kieli ja miettiä jatko-opintoja.

”Aion jäädä Suomeen. Mielestäni se, että päätin lähteä tänne, on edelleen paras asia, mitä elämässäni on tapahtunut.”

TOMI TUTUSTUTTI Annan myös Koh-
tauksen, joka on tapahtumapaikka ja
olohuone 18–30-vuotiaille nuorille aiku-
sille. Sieltä Anna löysi uusia ystäviä. Anna
näkee tulevaisuutensa hyvin valoisa.
Unelmissa on useita tasavahvoja uravaihtoehtoja: kasvatusala, rakennusala, tapahtumatuotanto, matkailu ja armeija. Varusmieheksi pääsemiseen vaaditaan tosin ensin Suomen kansalaisuus.

”Minulta ei puutu vaihtoehtoja. Osa ihmisistä tietää jo lapsena, mitä heistä tulee isona. Minua taas kiinnostaa niin moni asia, että valinta tulee olemaan vaikea.”

Edessä on paljon työtä ja oppittavaa. Anna uskoo, että oppiminen käy helpommin, kun ympärillä on ihmisiä auttamassa. Myös perhe ja ystävät ovat vahvasti Annan tukena.

”Toivon, että voin tämän artikkelin kautta olla inspiraationa jollekin nuorelle, joka tietää, että monenlaista apua on tarjolla, mutta joka empii, koska häntä jännittää. Ei kannata jännittää, täällä on kivaa! Itse asiassa niin kivaa, että olen vitsaillut Tomille, että en taida lopettaa täällä käymistä ollenkaan.”

Uravalmentaja Tomi Pohjalainen, Vamoksesta apua saanut Anna ja asiakkuuspäällikkö Katri Angeria rohkaisevat nuoria tarvittaessa hakemaan apua.

Valmentaja kulkee vierellä

Mikä voisi olla unelmien työpaikka? Sitäkin uravalmentaja Tomi Pohjalainen miettii yhdessä nuoren kanssa.

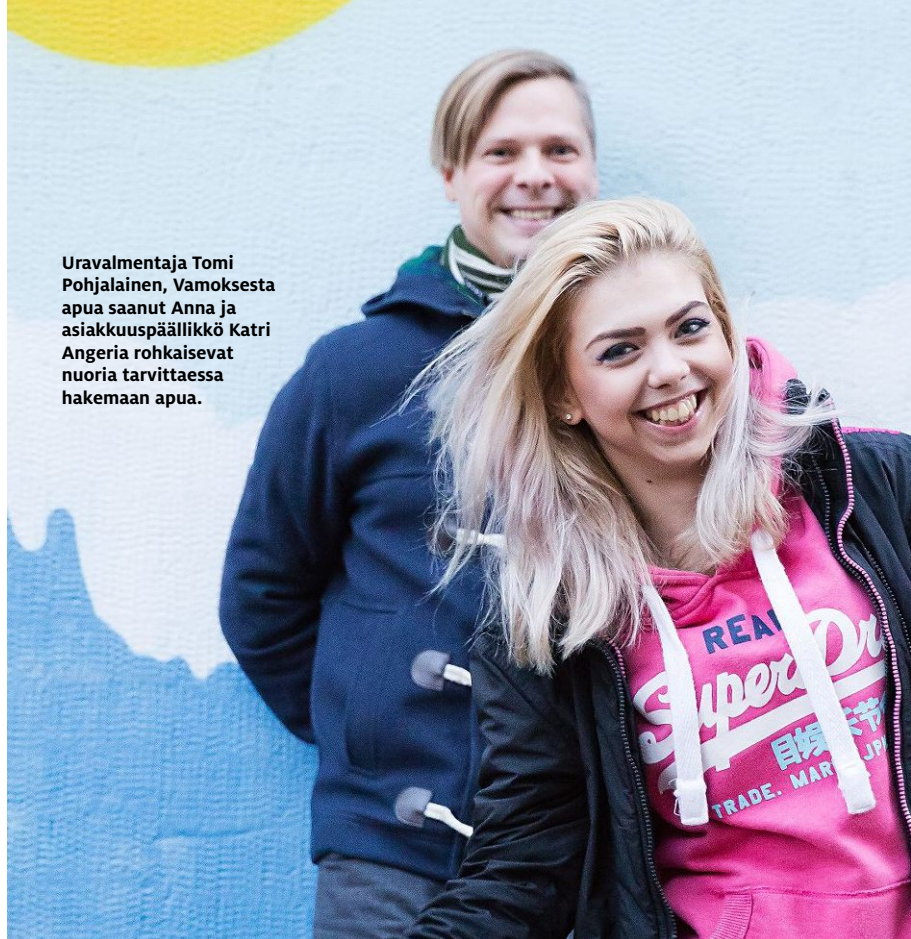
Vamos tarjoaa ilmaista, vapaaehtoista uravalmennusta 16–29-vuotiaille nuorille, jotka ovat sivussa työ- ja opiskelukuvioista, mutta jotka ovat motivoituneita vastaanottamaan tukea.

”Ensin katsotaan, että nuoren elämän perusasiat kuten asuminen, toimeentulo ja mielenterveys ovat riittävän hyvällä tolalla. Sitten voidaan alkaa puhua unelmista ja tulevaisuudesta työelämässä”, uravalmentaja **Tomi Pohjalainen** kertoo.

Vamoksen työntekijät auttavat nuorta myös hyvin käytännönläheisesti ja konkreettisesti. Tarvittaessa uravalmentaja voi lähteä nuoren mukaan TE-toimistoon tai oppilaitoksiin. Nuoren toiveita selvitetään, ja hänet yritetään saada mielekkääseen opiskelupaikkaan tai työkokeiluun.

”Joskus suurin kynnys on tarttua puhelimeen. Silloin me uravalmentajat voimme hoitaa puhelun yhdessä nuoren kanssa”, uravalmentaja Pohjalainen kertoo.

KUN ANNA tuli Vamokseen, hän oli ehtinyt asua Suomessa jo melkein vuoden, mutta ei ollut mukana kotoutumisohjelmissa. Oman aktiivisuutensa ansiosta Anna oli löytänyt satunnaisia töitä esimerkiksi





ravintoloista. Vamoksessa Annan tulevaisuutta alettiin miettiä järjestelmällisesti.

”Ensimmäiseksi laitoimme Annan paperiasiat kuntoon. Asioimme Kelassa ja TE-toimistossa ja metsästimme englanninkielisiä lomakkeita.”

Tomi auttoi Annaa, jotta hänelle saatiin kotoutu-
missuunnitelma ja työllistymissuunnitelma.

”Anna on eloisa ja innostuu helposti. Tärkeim-
mäksi tavoitteeksi nousi suomen kieli, joka on mo-
nella alalla avain opintoihin ja työpaikkoihin.”

Nyt Anna on päätoiminen suomen kielen opiske-
lija huhtikuun loppuun asti.

PITÄISI OLLA itsestään selvää, että jokaisella olisi
lähellään ihmisiä, joille voi puhua ja joilta saa tukea.
Vamos voi olla nuorelle se lähimmäinen.

”Monilla nuorilla on
huonoja kokemuksia
esimerkiksi koulumaail-
masta. Ihmisten kohtaa-
misen opettelu vaatii
työtä ja rohkeuden kas-
vattamista”, Pohjalainen
sanoo.

Nuoret ovat mukana
Vamoksen toiminnassa useimmiten puolesta vuodesta
vuoteen, jotkut pidempään. Yhteyttä pidetään myös
valmennussuhteen jälkeen.

”Soitamme ja kysymme, mitä kuuluu ja onko
elämä lähtenyt rullaamaan. Jos ongelmat ovat palan-
neet, meille voi tulla uudestaan niin monta kertaa
kuin haluaa ja tarvitsee.”

*Ensimmäiseksi
laitoimme Annan
paperiasiat
kuntoon.*

Vamos auttaa murroksessa

Asiakkuuspäällikkö Katri Angerian mukaan
Vamoksen kautta töihin tulee motivoituneita
ja työelämän pelisäännöt tuntevia nuoria.

Yhteistyö yritysten ja oppilaitosten kanssa
on iso osa Vamoksen toimintaa. Suomen
työllisyystilanne elpyy ja vapaita työpaik-
koja on yhä enemmän, mutta silti nuorelle
ei välttämättä löydy sopivaa työpaikkaa.

”Nuoren työllistymisen jarruna voi olla esteitä,
joiden purkamisessa me voimme auttaa”, **Katri
Angeria** sanoo.

Kesäkuussa Helsingin seudulla oli 7 700 työtöntä
alle 25-vuotiasta, koko maassa heitä oli yli 38 tuhat-
ta. Syrjäytyneitä nuoria on koko Suomessa melkein
70 000. Syrjäytyminen on tragedia yksilölle, mutta
se on sitä myös kansantaloudelle. Yksi syrjäytynyt
nuori maksaa yhteiskunnalle 40 vuodessa noin
400 000 euroa.

Työelämä on murroksessa. Turvallisista, koko
elämän kestäviä työuria ei juuri enää ole. On silppu-
työtä, ja lähes kaikilta odotetaan itsenäistä yrittäjä-
henkisyttä. Vamos auttaa nuoria murroksessa.

”Nuoren motivaation ja toiveiden pitäisi kohdata
työelämän odotukset ja haasteet. Me koetamme olla
lisäämässä ymmärrystä osapuolten välillä”, Angeria
kertoo.

”YHTEISTYÖ HOK-ELANNON kanssa on ollut todel-
la hedelmällistä”, Angeria kiittelee.

HOK-Elanto on suuri työllistäjä monella toimia-
lalla, ja sen henkilökunnasta kolmannes on alle
25-vuotiaita. Nuoret ovat HOK-Elannolle tärkeitä.

”Yhteistyö ei tarkoita sitä, että me ohjaamme
kaikki nuoret HOK-Elannolle töihin. Niin HOK-
Elannolla kuin meilläkin ajatellaan nuorten työllis-
tymistä laajemmin. Vamostadin kaltaisella toimin-
nalla on yhteiskunnallinen merkitys: näistä nuorista
kasvaa tulevaisuuden tekijöitä.”

Vamos opettaa nuorille työelämän pelisääntöjä.
Yhteistyöyritykset saavat Vamokselta arvokasta
tietoa nuorten kyvyistä, odotuksista ja toiveista.

”Meidän kauttamme työnantaja saa motivoitu-
neita ja työelämän pelisäännöt tuntevia nuoria
tekijöitä”, Katri Angeria kehuu.

Vamoksella toivotaan, että muutkin yritykset
innostuvat mukaan tekemään yhteistä hyvää. HOK-
Elannon esimerkin kaltaisia isoja ja rohkeita avauk-
sia tarvitaan lisää. Yksittäiset nuorten onnistumista-
rinat ovat inspiroivia, mutta vaikuttavuuslukuja
keräämällä Vamos haluaa näyttää, että tuki on myös
euroissa laskettuna sijoitus tulevaisuuteen.

→

Näin Vamostadi vaikuttaa

HOK-Elannon lahjoitus

100 000€

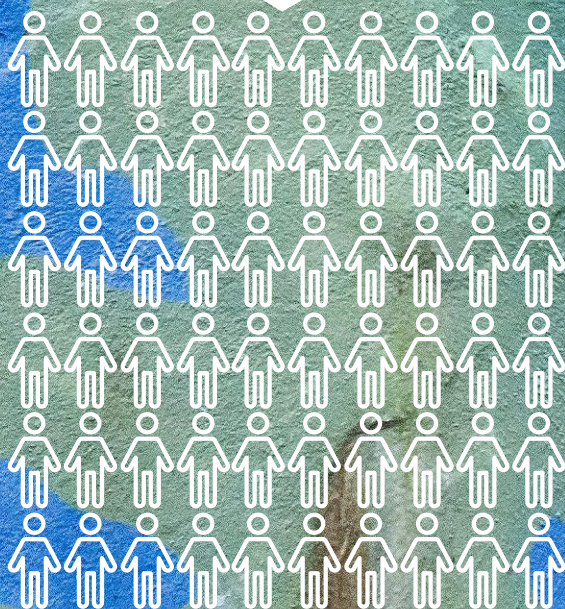
2

uravalmentajaa
palkattiin



60

helsinkiäistä
nuorta kävi
valmennuksen
loppuun.



95%

valmennuksen päättäneistä
nuorista suosittelee palvelua
muille vastaavassa tilanteessa
oleville nuorille.

6 kk

55 % osallistui
valmennukseen kuuden
kuukauden ajan
tai pidempään.

64%

nuorista työllistyi tai kiinnittyi
opiskelupaikkaan ohjelman aikana.

65 %

kokee, että kykenee
tarvittaessa käyttämään
Vamoksen ulkopuolisia
palveluita paremmin kuin
ennen (terveyspalvelut,
työllisyyspalvelut,
TE-palvelut, sosiaalityö,
KELA).

20–29

vuotta oli valmennukseen
osallistuneiden ikäjakama.

85%

nuorista koki elämänsä
muuttuneen parempaan
ohjelman aikana.

75%

nuorista oli sitä mieltä,
että valmennuksen
aikana psyykinen
terveys oli parantunut.



Bloggari Tenzba iloitsee, että on bloginsa avulla voinut auttaa muita nuoria.

Vamos on paras juttu ikinä

Bloggari Tenzba, 21, on laittanut hyvän kiertämään kertomalla Vamoksesta blogissaan.

Tenzba on espoolainen nuori nainen, joka kertoo blogissaan ja videoillaan hyvin suorasu-kaisesti elämästään iloineen ja suruineen. Erityisesti hän haluaa rikkoa avoimuudellaan mielenterveysongelmiin liitettäviä tabuja.

”Kun ihmisen mieli voi huonosti, on hyvin vaikeaa miettiä tulevaisuutta. Opiskelut takkuavat, eikä sairautena jaksa tehdä töitä”, Tenzba kuvailee.

Reilu vuosi sitten Tenzba oli kolmatta vuotta vailla töitä tai opiskelupaikkaa. Kamppailu mielenterveyden kanssa vei voimat, ja koko tulevaisuus oli vaakalaudalla.

”Silloin kuulin sossusta Vamoksesta, ja lähdin tutustumaan sinne.”

TENZBA KÄVI Vamoksessa seitsemän kuukautta.

”Vamos on paras juttu ikinä! Ohjaajat todella välittävät meistä. Sain itsevarmuutta ja kavereita, ja löysin opiskelupaikan.”

Tenzba kehuu vertaistukea, joka on tärkeä osa Vamoksen toimintaa. Yksilöta-paamisten lisäksi nuoret tapaavat toisiaan

ryhmissä ja voivat jakaa kokemuksiaan.

Vamoksesta Tenzba sai otteen omista unelmistaan. Uravalmentajan avulla löytyi mieleinen opiskelupaikka Omniaasta. Bloggari-vloggari-valokuvaajasta tulee opintojen myötä myös virallisesti mediasisällön tuottaja.

Tenzba on pannut hyvän myös kiertämään. Hän on kertonut Vamoksesta blogissaan, ja monet nuoret ovat löytäneet Vamokseen juurikin Tenzban blogin kautta.

”Tuntuu aivan mielettömältä, että olen voinut auttaa myös muita.”

23. lokakuuta 2017 Tenzba kirjoitti nimeään kantavaan blogiinsa:

”Too Exited

Veikkaan, etten tule seuraavaan viikkoon nukkumaan kunnolla. Mulla on kauhea innostus ja ehkä ihan pikkiriikkien jännityskin päällä tulevien tapahtumien takia. Ensinnäkin, perjantaina pääsen käymään ensimmäistä kertaa elämänsäni sirkuksessa. Samana päivänä on myös eka yksilötapaamiseni Vamoksella.” ■

Tenzban TNZB-kanavalla on YouTubessa yli 20 000 tilaajaa. tenzba.blogspot.com

HALUATKO SINÄKIN AUTTAA NUORIA?

HELSINGIN Diakonissalaitoksen Syy elää -joulu-kampanja kannustaa kaikki mukaan auttamaan syrjään jääneitä nuoria. Lahjoittamaan kaivataan niin yrityksiä kuin yksityisiäkin ihmisiä.

ESIMERKIKSI jo 20 eurolla kustannat nuorelle ensitapaamisen Vamoksessa turvallisen aikuisen kanssa.

LUE LISÄÄ kampanjasta ja anna nuorelle syy elää: www.hdl.fi/syyelaa.

ALEPA-FILLARI OLI KESÄN HITTI!

Tällä kaudella Alepa-fillareilla pyöräiltiin 3,2 miljoonaa matkaa ja 6,4 miljoonaa kilometriä. Eli 160 kertaa maapallon ympäri. Nähdään taas huhtikuussa!

.....



HSL
HRT



HKL
HST



ESPOO
ESBO

Kumppani

alepa

Perinnöksi Facebook-profiili?

Eläkkeellä oleva Liisa Kähönen, 71, aprikoi, miten voisi auttaa läheisiään digitaalisen jäämistönsä järjestämisessä.

1 Mikä on digitaalinen tahto?

Se on asiakirja, johon voi kirjata ohjeet siitä, mitä haluaa tehtävän erilaisille netti-profiileilleen ja käyttäjätileilleen, kun itsestä aika jättää. Joku voi tahtoa, että tilit suljetaan. Toinen voi toivoa, että esimerkiksi Facebook-tili muutetaan muistosivuksi. Digitaalisesta tahdosta käytetään myös nimitystä digitestamentti. Varsinaista testamenttia ei kuitenkaan toistaiseksi voi tehdä digitaalisesti.

2 Miten sen voi tehdä?

HOK-Elannon Lakipalveluiden sivuilla on *Digitaalinen tahtoni* -lomake, jonka voi kuka tahansa tulostaa ja täyttää. Lomakkeeseen kannattaa listata sähköpostiosoitteensa sekä käyttämänsä sosiaalisen median tilit ja erilaiset internet-palvelut käyttäjätunnuksineen. Salasanaja lomakkeeseen ei pidä kirjata, jotteivät ne joudu väärin käsiin. Lomakkeessa on myös ohjeita, miten eri palveluiden kanssa pitää menetellä.

3 Onko verkkopankin tunnukset hyvä lisätä digitaaliseen tahtoon?

Verkkopankkia ei pidä tahtoon liittää. Pankki saa väestörekisteristä tiedon henkilön

kuolemasta, minkä jälkeen se jäädyttää pankkiasiakkuudet.

4 Missä ja miten tahtoa kannattaa säilyttää?

Se on hyvä laittaa paikkaan, josta omaiset löytävät sen helposti. Tahdon olemassaolosta on hyvä kertoa läheisille hyvissä ajoin. Kun lomakkeeseen ei kirjaa salasanajoja, ei sitä tarvitse erityisesti piilotella.

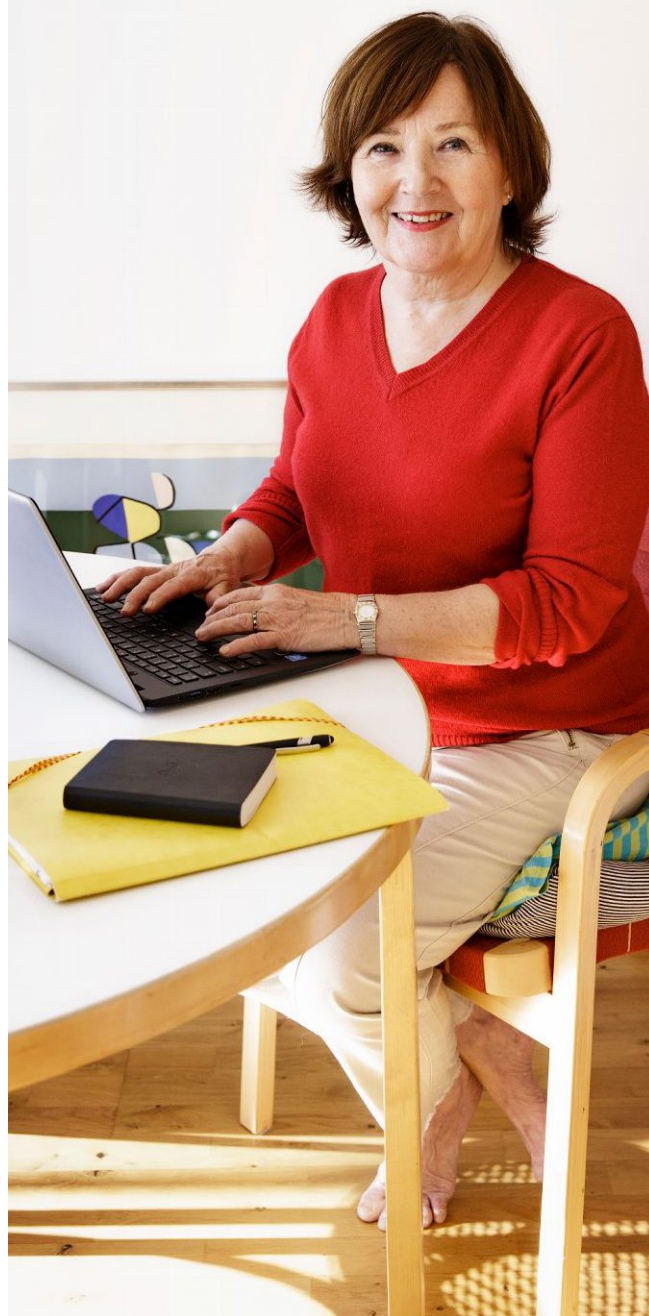
5 Mitä tapahtuu, jos digitaalista tahtoa ei ole tehnyt?

Läheiset joutuvat näkemään enemmän vaivaa digitaalista jäämistöä hoitaessaan. Toisaalta tahdon avulla voi varmistaa, että itsestä ei jää tietoa nettiin vuosikausien ajaksi.



SINULLA TÖISSÄ
HOK-Elannon
Lakipalveluiden
ketjujohtaja
OTM Virpi Kutila
neuvoo laki-
asioissa.

Helsinkiläinen Liisa Kähönen on Facebookissa. Muita sosiaalisen median tilejä hänellä ei ole.



TEKSTI ANU VALLINKOSKI KUVA MAIJA ASTIKAINEN

Joulukalenteri

Lahjoja on täällä
monenlaista.



3



WE CARE ICON

Erä Expert-meikkisiveltimiä
Expert Angled Buffer, Expert Buffer tai Expert
Luxe Powder.
8,95/kpl (17,90)

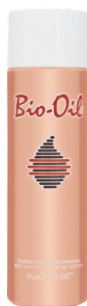
6



WE CARE ICON

Expert Contour Palette -korostus- ja
varjostuspaletti
7,45 (14,90)

7



BIO-OIL

Erikoisihonhoitoöljy 125 ml
9,95 (19,90)
79,60/l (159,20/l)

10



WE CARE ICON

Artist Smoky Kit -luomiväripaletti
Saatavana viisi erilaista.
5,45 (10,90)

4



MAX FACTOR

Masterpiece Max
-maskara 7,2 ml
Musta.
8,95 (17,9)

8



MAYBELLINE

NEW YORK
Total Temptation
-maskara
Musta. Myös
vedenkestävänä.
8,95 (17,90)

11



LANCÔME

Monsieur Big -maskara 10 ml
Tuuheuttava ja pitkäkestoinen.
14,75 (29,50)

1



PUHDAS+ Beauty Kollageeni &
Biotiini 120 kaps. / 50 g
14,90 (33,50)
0,12/kaps. (0,28/kaps.)

2



CALVIN KLEIN

CK All EdT 50 ml
19,95 (39,90)
399,-/l (798,-/l)

5



LUMENE

CC Color Correcting -meikkivoide 30 ml
8,80 (17,60)

KAIKKI JOULUKALENTERIEDUT OVAT VÄHINTÄÄN

-50%

NORMAALIHINNASTA.

9



NO NOTHING Super Strong
Hairspray 750 ml
7,90 (Arvo 32,20) 10,53/l

12



GUCCI

Bamboo
EdP 30 ml
37,45 (74,90)

13

LUMENE

Valo Heleyttävä & Ravitseva
Tehohoito 30 ml
Kuulas Kiinteyttävä V-Shaping
Pikakaunistaja 30 ml
14,95/kpl (29,90)



14

L'ORÉAL PARIS
Infallible Fixing Mist
-meikinkiinnityssuihke
100 ml
5,75 (11,50) 57,50/l (115,-/l)



-50%

18



LUMENE
Nordic Chic Valokynä
8,25 (16,50)

15



MOROCCANOIL
Treatment-hoitoöljy 125 ml
Normaali tai Light.
29,50/kpl (59,-) 236,-/l (472,-/l)

16



PACO RABANNE
1 Million EdT 50 ml
33,45 (66,90) 669,-/l (1 338,-/l)
1 Million Deo Stick 75 ml
15,50 (31,-) 206,67/l (413,33/l)
Lady Million EdP 30 ml
27,95 (55,90)

17



WHAMISA
Organic Flowers -kuorinta-
laput kasvoille 180 g
14,95 (29,90)
83,06/kg (166,11/kg)

21



VEET
Sensitive Precision
-trimmeri
14,90 (29,90)

19



SALVEQUICK
Kuurintasukat
6,95 (13,90)

20



MICHAEL KORS
Wonderlust Eau Fresh EdT 30 ml
Poreileva, elinvoimainen, raikas tuoksu.
26,- (52,-)

22



BIOTHERM
Aquasource Cocoon -syväkosteuttava
päivävoide 50 ml
Normaalille ja kuivalle iholle.
19,75 (39,50) 395,-/l (790,-/l)

23



HUGO BOSS
Ma Vie EdP 30 ml
30,25 (60,50)

-50%

24

YLLÄTYS

Yllätystuote vaihtelee myymälöittäin.

TUOTTEITA RAJOITETTU ERÄ. VOIMASSA VAIN KYSEISEN PÄIVÄN AJAN NIIN KAUAN KUIN TUOTTEITA RIITTÄÄ.

Etuja sinulle asiakasomistaja.



HUGO

Hugo Man EdT 75 ml
Särmikäs, urbaani tuoksu, jossa raikas vihreä omena sekoittuu aromaattiseen jalokuusibalsamiin.

52,90 (66,50)

705,33/l (886,67/l)

Deo Stick 75 ml

25,50 (32,-) 340,-/l
(426,67/l)



BOSS

Bottled Tonic EdT 50 ml
Menestyvän miehen raikas tuoksu, jossa yhdistyvät kirpeä verigreippi, virkistävä inkivääri ja raikas appelsiini.

57,90 (73,-)

1 158,-/l (1 460,-/l)

Bottled Unlimited EdT 50 ml
Virkistävä, energinen ja miehekäs tuoksu.

57,90 (73,-) 1 158,-/l (1 460,-/l)

Deo Stick 75 ml

25,50 (32,-) 340,-/l (426,67/l)

BRIGHT CRYSTAL, YELLOW DIAMOND, CRYSTAL NOIR JA EAU FRAÎCHE -LINJAT ETUHINTAAN



VERSACE

Esim. Bright Crystal EdT 30 ml

Raikkaan kukkainen tuoksu, jossa granaattiomenaa, yuzua, magnoliaa, pionia ja lootuksenkukkaa.

Yellow Diamond EdT 30 ml

Raikas kukkaistuoksu, jossa yhdistyvät päärynänsorbetti, bergamotti ja mimosa.

Crystal Noir EdT 30 ml

Sensuelli, kiehtova ja rohkea tuoksu, jossa on itämaisia ja kukkaisia vivahteita.

41,90 /kpl (54,50)



VERSACE

Eau Fraîche EdT 30 ml

Tyylikäs ja raikas tuoksu modernille ja karismaattiselle miehelle.

39,90 (51,50)

Deo Stick 75 ml

21,90 (28,-) 292,-/l (373,33/l)

JIMMY CHOO -TUOKSUJA ETUHINTAAN



ESCADA

Magnetism EdP 25 ml

Moderni itämaiskukkainen, naisellisen viettelevä tuoksu.

41,90 (53,-)



JIMMY CHOO

Esim.

Blossom EdP 40 ml

Riemukkaan iloinen kukkaistuoksu, joka nostaa mielialaa ja itsetuntoa.

34,90 (45,-)

Man Ice EdT 30 ml

Ihanan syvä, aromaattisen puinen tuoksu. Seksikkäälle, raikkautta ja puhtautta edustavalle miehelle.

34,90 (45,-)

Deo Stick 75 g

21,90 (28,-) 292,-/kg
(373,33/kg)



Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.-31.12.2018.



Jean Paul
GAULTIER

CLASSIQUE JA LE MALE -LINJAT ETUHINTAAN

Esim.

Classique EdT 20 ml

Herkkä ja uskalias itämainen kukkaistuoksu, jossa ruusua, appelsiininkukkaa ja vaniljaa.

37,90 (47,50)

Le Male EdT 75 ml

Magneettinen, viettelevä ja elinvoimainen tuoksu, jossa minttua, laventelia ja vaniljaa.

54,- (67,90) 720,-/l (905,33/l)

Deo Stick 75 ml

26,- (33,-) 346,67/l (440,-/l)

C L E A N

CLEAN-TUOKSUT ETUHINTAAN

Esim.

Warm Cotton EdP 30 ml

Nostalgisessa tuoksussa sitrushedelmien raikkautta ja lämpimän pyykin tuoksua.

Fresh Linens EdP 30 ml

Vihreä kukkaistuoksu, joka muistuttaa aurinkoisesta, kiireettömästä viikonloppuamusta ja puhtaista valkoisista lakanoista.

39,90 /kpl (49,90)

Warm Cotton Moisture Deodorant 75 g

Sisältää edistysellisen Exclusive Cotton Vantage™ -yhdistelmän, joka imee kosteutta luonnollisesti ilman alumiinia.

19,- (24,-) 253,33/kg (320,-/kg)

OSCAR DE LA RENTA -TUOKSUT ETUHINTAAN

Esim.



Oscar de la Renta

Bella Blanca EdP 30 ml

Luonnon kauniista ilonaiheista, kuten valkoisista kukista inspiraationsa saanut kukkais-metsäinen tuoksu.

39,90 (49,90)

Signature EdT 30 ml

Pehmeän naisellinen klassikkotuoksu on kuin kaikkein hienostunein kukkakimppu.

42,90 (54,-)




NINA RICCI

L'Air du Temps EdT 30 ml

Vuonna 1948 lanseeratussa klassikko-tuoksussa on mm. Grassen ruusua, jasmia, neilikkaa ja Etelä-Intian santelipuuta.

41,90 (52,90)



 Laura Biagiotti

Laura EdT 25 ml

Naisellinen, kukkaishedelmäinen tuoksu romanttiselle naiselle.

35,50 (46,-)

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEudesta



HOLLISTER
WAVE

HOLLISTER-TUOKSUT ETUHINTAAN

Esim.

Wave For Her EdP 30 ml

Kalifornian kukat ja mehukas sitrus muodostavat sähköistä kipinää, jota hileinen sorbetti viilentää.

Wave For Him EdT 30 ml

Energinen ja virkistävä tuoksu, jossa greippi ja bambunlehdet johdattavat kohti valtameren raikkautta.

23,90 /kpl (29,90)

Deo Stick 75 g

Raikas ja virkistävän tuoksuinen deodorantti miehille.

19,90 (24,90) 265,33/kg (332,-/kg)



ISSEY MIYAKE
PARFUMS

L'Eau d'Issey Pure EdT 30 ml

Raikkaan vesimäinen kukkaistuoksu naiselle. Mandariinia, nerolia ja eteeristä myskää.

41,90 (52,90)

L'Eau d'Issey pour Homme EdT 40 ml

Ajattoman raikas ja tyylikäs miesten klassikko.

41,90 (52,50)

L'Eau d'Issey pour Homme Deo Stick 75 g

Tehokas ja raikas miesten deodorantti. Alkoholiton.

25,90 (32,90) 345,33/kg (438,67/kg)



ELIE SAAB

ELIE SAAB -TUOKSUT ETUHINTAAN

Esim.

In White EdP 30 ml

Naisellinen kukkaistuoksu täynnä valkoisia kukkia. Herkkää jasiinia ja appelsiininkukkaa, mustaherukan makeutta ja myskin täyteläisyyttä.

49,50 (61,90)

Girl of Now EdP 30 ml

Herkullisessa kukkaistuoksussa mantelin hienostuneet sävyt sekoittuvat yhteen patsulin ja appelsiininkukan kanssa.

47,50 (59,50)

YVES SAINT LAURENT



Radiant Touch Éclant -valokynä

Klassikkovalokynä, joka häivyttää väsymyksen merkit ja varjot kasvoilta.

35,60 (44,50)



Touche Éclat Le Teint -meikkivoide 30 ml

Kasvot herättävä meikkivoide. Painotonta heleyttä, virheetöntä peittoa.

42,40 (53,-)



Touche Éclat Cushion -meikkivoide 14 g

Cushion-meikkivoide muunneltavaan lopputulokseen.

47,20 (59,-)



VOLUPTE-LINJAN HUULI-
PUNAT JA HUULIVOITEET

-20 %

Volupté Tint-In-Balm -huulivoide

Ravitseva ja sävyttävä huulivoide.

Rouge Volupté Shine -huulipuna

Huulia hoitava, helposti levittyvä huulipuna.

31,60 /kpl (39,50)



UUTUUS

Tatouage Couture -mattapuna

Nestemäinen, intensiivinen mattahuulipuna.

Rohkeat sävyt kuin tatuoituna huulillesi.

31,60 (39,50)



Volume Effet Faux Cils The Shock -maskara

Tuuheuttava, intensiivisen lopputuloksen antava maskara. Shokeeraavan näyttävät ripset.

26,40 (33,-)



Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.-31.12.2018.

SHISEIDO
GINZA TOKYO

BIO-PERFORMANCE-
LINJA
-20 %



Glow Revival Eye Treatment 15 ml

Silmänympärysoide, joka kirkastaa, kosteuttaa ja energisoi sekä häivyttää tummia silmänalusia.

63,90 (79,90)

Glow Revival Cream 50 ml

24 tunnin hoitovoide palauttaa ihon luonnollisen hehkun takaisin. Ihosta tulee tasainen, kuulas, kimmoisa ja hyvinvoiva.

102,- (127,50) 2 040,-/l (2 550,-/l)

Advanced Super Revitalizing Cream 50 ml

Ensimmäisiä ikääntymisen merkkejä ennaltaehkäisevä ja korjaava 24 tunnin timanttivoide. Ehkäisee tehokkaasti ihon kosteusköhyhtä, kuivuutta ja karheutta.

103,60 (129,50) 2 072,-/l (2 590,-/l)

SENSAI CELLULAR PERFORMANCE-LINJA



Prime Solution 75 ml

Täyteläinen ja virkistävä ensimmäisen vaiheen kosteuttava hoito. Jättää ihon pehmeäksi, kosteutetuksi ja virkistyneen näköiseksi ja pohjustaa sen voidetta tai emulsiota varten.

128,- (160,-) 1 706,67/l (2 133,33/l)

Wrinkle Repair Eye Cream 15 ml

Täyteläinen – silti kevyt – silmänympärysoide, joka kosteuttaa ihoa syvävaikutteisesti ja häivyttää näkyviä hienoja juonteita. Iho näyttää silkinsileältä ja kiinteältä.

119,- (149,-)

Wrinkle Repair Cream 40 ml

Täyteläinen hoitovoide, joka syväkosteuttaa tehokkaasti ihoa ja täyttää näkyviä juonteita.

159,- (201,50)

Wrinkle Repair Essence 40 ml

Hoitoseerumi, jossa on täyteläinen koostumus. Imeytyy ihoon nopeasti ja silottaa ryppyjä ja juonteita näkyvästi.

139,- (176,50)

Total Finish Make-up Foundation SPF 10 Refill 12 g

Samettimainen meikkipuuteri levittyy iholle tasaisesti ja antaa sille heleän ja kauniin hehkun. Täyttöpakkaus. SK 10.

34,90 (44,50)

Compact Case For Total Finish Make-up Foundation

Puuterirasia Total Finish -meikkipuuterille.

18,50 (23,50)

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEUDESTA

BIOThERM



Aquasource Total Eye Revitalizer
-silmänympärysoide 15 ml
Turvotusta vähentävä ja silmänympärysihoa
kirkastava silmänympärysoide.

28,80 (36,-)

Skin.Best-silmänympärysoide 15 ml
Ikääntymisen ensimerkkejä ja väsymystä vastaan.

36,- (45,-)

Blue Therapy Eye Opening Serum
-silmänympärysseerumi 15 ml
Kiinteyttävä ja katsetta avartava
silmänympärysseerumi, joka hoitaa myös
ripsiä.

39,20 (49,-)

Blue Therapy Eye -silmänympärysoide
15 ml
Silmänympärysoide ikääntymisen
merkkeihin.

40,- (50,-)

Esim.

Blue Therapy -yövoide 50 ml
Ravitseva yövoide ikääntymisen merkkeihin.
Kaikille ihotyypeille.

60,80 (76,-) 1 216,-/l (1 520,-/l)

L'ORÉAL
PARIS



CICA CREAM -LINJA

Ikääntymisen merkkejä vastaan herkälle
iholle. Sis. Centella asiatica -uutetta, joka
tunnetaan myös tiikeriyrttinä.

Silmänympärysoide 15 ml
Ravitseva, kevyt koostumus, joka ei jätä rasvaista
tunnetta.

Anti-age-yövoide 50 ml
Ihon suojamuurin vahvistamiseen yön aikana.

11,90 /kpl (14,90) 238,-/l (298,-/l)

AGE PERFECT GOLDEN AGE -LINJA

Ikääntymisen merkkejä vastaan herkälle
iholle.

Emulsioseerumi 125 ml
Kosteuttava emulsioseerumi iholle, joka on
tullut ohuemmaksi ja menettänyt luonnollista
hehkuaan ajan myötä. Palauttaa heleyttä
elottoman näköiselle iholle.

Yövoide 50 ml
Sisältää neo-kalsium-ainesosan, joka
auttaa ihon suojamuuria vahvistumaan
yön aikana tehden ihosta joustavamman ja
kestävämmän.

15,90 /kpl (19,90) 127,20-318,-/l
(159,20-398,-/l)

REVITALIFT CLASSIC -LINJA

Juonteita ja ryppyjä vastaan.

Päivävoide 50 ml
Kevyt, samettinen voide silottaa ryppyjä,
kiinteyttää ja suojaa ennenaikaiselta
vanhenemiselta.

Yövoide 50 ml
Vähentää ryppyjä, kiinteyttää ja antaa iholle
uutta energiaa. Ravitsee ihoa yöaikaan.

10,30 /kpl (12,90)
206,-/l (258,-/l)



Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.-31.12.2018.

LUMENE



Hehku Syväkorjaava Päivä- tai Yövoide
50 ml 558,-/l (698,-/l)

Hehku Syväkorjaava Silmänympäryvoide
15 ml

27,90 /kpl (34,90)

Hehku Kaksivaikutteinen tehohoito rypyille
30 ml

Hehku Uudistava Tehoöljy 30 ml

31,90 /kpl (39,90)

Nordic Nude Natural Glow Nestemäinen
Meikkivoide 30 ml
Viimeistely, luonnollisesti hehkuva iho. SK 20.

19,90 (24,90)



HUIPPU-
HINTA



Nordic Nude Air-Light Irtopuuteri 10 g

19,90 (26,90)

Nordic Nude Puuteri 10 g

19,90 (24,90)



Nordic Noir Birch Black Mascara 9 ml
Kauniin kaarevat ja erotellut ripset.
Intensiivisen musta lopputulos luonnollisella
koivuhillipigmentillä.

14,90 (19,90)

Nordic Nude Poskipuna 4 g

19,90 (24,90)

Nordic Nude Natural Perfection
CC Meikkivoide 30 ml

17,50 (21,90)



Nordic Nude Peitevoidepaletti 10 g

15,90 (19,90)

Nordic Nude Korostuspaletti 6 g

19,90 (24,90)

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEudesta

OLIA- TAI NUTRISSE-
HIUSVÄRIT

-25 %



Olia-kestoväri

Ainutlaatuinen öljyjen tehostama kesto väri ilman ammoniakkia. Me Garnierilla tiedämme, että öljy tekee paljon muutakin kuin hoitaa hiuksiasi. Kun koostumuksessa on runsas öljypitoisuus, värin suorituskyky on maksimaalinen. Fantastisen kaunis ja eloisia väri, joka kestää pitkään. Optimaalisen hellävarainen hiuspohjalle. Silkinen voide, joka ei valu. Ihana kukkaistuoksu. Peittää harmaat.

10,10 (13,50)

Nutrisse Cream -kestoväri

Ravittu hiukset, parempi väri. Hiusväri, joka antaa peittävän ja luonnolliselta näyttävän lopputuloksen. Hoitoaine sisältää avokado-, oliivi- ja karpaloöljyjä, jotka sulkevat hiuskuidut. Koostumus ravitsee ja vahvistaa hiuksia sekä suojaa niitä katkeilulta. Hiukset tuntuvat erittäin pehmeiltä. Väri on kolme kertaa kiiltävämpi ja kestää kolme kertaa kauemmin.

8,20 (10,90)

WE CARE ICON.



NAIL EXPERT
GEL EFFECT -KYNsilakat
-20 %



ARTIST NUDE JA
I LOVE TIGERS
-LUOMIVÄRIPALETIT

-20 %



Kaikki Nail Expert Gel Effect -kynsilakat sekä alus- ja päällyslakat 5 ml Upeasti kiiltävä, nopeasti kuivuva kynsilakka.

3,60 /kpl (4,50)

Artist Nude Palette -luomiväripaletti Kuuden luomivärisävyä näyttävä paletti. Lahjoitamme jokaisesta myydystä paletista viisi senttiä WWF:n luonnonsuojelutyöhön. Viisi erilaista.

14,30 /kpl (17,90)

I Love Tigers Palette -luomiväripaletti Kuuden luomivärisävyä näyttävä paletti. Lahjoitamme jokaisesta myydystä paletista yhden euron WWF:n luonnonsuojelutyöhön. Kaksi erilaista.

14,30 /kpl (18,90)



Sp



Hydrate- syväkosteuttava shampoo 250 ml

Balance Scalp -shampoo 250 ml

Herkälle hiuspohjalle.

Color Save Microlight -shampoo 250 ml

Väriä lukitseva shampoo.

18,10 /kpl (25,90) 72,40/l (103,60/l)

Hydrate- syväkosteuttava hoitoaine 200 ml

Color Save -hoitoaine 200 ml

Väriä lukitseva hoitoaine.

18,80 /kpl (26,90) 94,-/l (134,50/l)

Luxe Oil -keratiinishampoo 200 ml

Hemmotteleva ja silottava shampoo.

18,10 (25,90) 90,50/l (129,50/l)

Luxe Oil -keratiinitehoahoito 150 ml tai -keratiinihoitovoide 200 ml

Hemmotteleva ja silottava öljyhoitoaine.

20,20 /kpl (28,90) 101-134,67/l (144,50-192,67/l)

Luxe Oil Reconstructive Elixir -hoitoöljy

Syvävaikutteinen silottava hoitoöljy.

100 ml

21,60 (30,90)

216,-/l (309,-/l)

30 ml

9,90 (12,90)



Reverse-shampoo 200 ml

Elvyttävä shampoo, joka antaa hiuksille nuorentavan tunnun.

18,10 (25,90) 90,50/l (129,50/l)

Reverse-hoitosuihke 185 ml

Elvyttävä hoitosuihke, joka palauttaa hiuksille nuorekkaan sileyden ja notkeuden.

20,20 (28,90) 109,19/l (156,22/l)



Perfect Hold -hiuskiinne 300 ml

Vahva hiuskiinne, joka sisältää kosteussuojan.

Elegant Shape -muotovahto 300 ml

Tuuheuttava.

19,50 /kpl (27,90) 65,-/l (93,-/l)

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEUDESTA

BIOTEEKIN
PROBIOOTTI JA SUPER
-SARJAT

-20 %



Biotekin Super D-vitamiini
50 µg 100 kaps. / 70 g
Varmista riittävä D-vitamiinin
saantisi.

13,50 (16,90)
0,14/kaps. (0,17/kaps.)



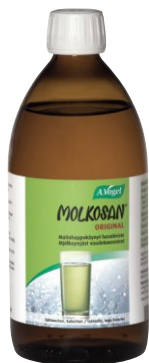
Biotekin Super Sinkki
100 tabl. / 40 g
Hormonitasapainolle, vastustus-
kyvyille sekä ihon, hiusten, kynsien
ja luuston hyvinvointiin.

8,70 (10,90)
0,09/tabl. (0,11/tabl.)



Biotekin Probiootti Comp
80 kaps. / 51 g
Neljä tutkittua maitohappobakteeri-
kanta sekä glutamiini ja suolen
limakalvon hyvinvoinnille tärkeää
biotiiniä. Nyt myös pikkupakkaus.

19,90 (24,90)
0,25/kaps. (0,31/kaps.)



A. Vogel Molkosan 500 ml
Heravalmiste. Vatsan kautta
hyvään oloon.

11,90 (14,90)
23,80/l (29,80/l)



Tri Tolonen Berberin + kromi
120 tabl. / 102 g
Edistää aineenvaihduntaa ja
sokeritasapainoa.

25,90 (32,90)
0,22/tabl. (0,27/tabl.)



Tri Tolonen Karpalo + C-vitamiini
60 kaps. / 43 g
Kehon immuunijärjestelmän
hyvinvointiin.

6,30 (7,90)
0,11/kaps. (0,13/kaps.)



Tri Tolonen E-EPA 500 mg
120 kaps. / 116 g
Vahva omega-3-kapseli, joka vastaa
4-6 tavallista kalaöllykapselia.

23,90 (29,90)
0,20/kaps. (0,25/kaps.)



Carmolis-yrttikaramelli 72 g
Tuotenimi_ruotsi
Sis. eteerisiä öljyjä. Useita makuja,
uutuutena tuplathoito inkivääri-
hunaja.

2,20 (2,75)
30,56/kg (38,19/kg)



Fructolax Helpotus
30 tabl. / 23,7 g
Hellävarainen ja luonnollinen
vaihtoehto edistämään
suolentoimintaa tehokkaasti. Sopii
säännölliseen käyttöön.

13,20 (16,50)
0,44/tabl. (0,55/tabl.)



Puhdas+ Premium Omega-7
120 kaps. / 88 g
Sis. tyrniöljyn arvokkaat ainesosat
sekä siemenistä että hedelmästä.
Tuotteen sisältämä biotiini tehostaa
tyrniöljyn vaikutusta limakalvoilla
ja iholla.

36,70 (45,90)
0,31/kaps. (0,38/kaps.)



Omega 7 Eye 90 kaps. / 64 g
Kuiville silmille ja näkökyvyille!
Suomessa tutkittu SBA24-
kaksoistyrniöljy ja silmien
hyvinvoinnille tärkeät luteiini ja
zeaxantiini samassa kapselissa.

30,80 (38,50)
0,34/kaps. (0,43/kaps.)



Vihreä hinta vain S-Etukortilla. Voimassa 1.-31.12.2018.



NIVEA-VARTALON-
HOITOTUOTTEET
-20 %

Repair & Care -hoitovoide käsille 75 ml
Rauhoittaa kuivaa ja kirstävää käsien ihoa välittömästi.

3,10 (3,90) 41,33/l (52,-/l)

Nourishing Body Milk -vartaloemulsio 250 ml
Kuivalle ja erittäin kuivalle iholle vähentämään ihon karheutta jo ensimmäisellä levityskerralla.

Express Hydration Body Lotion -vartaloemulsio 250 ml
Normaalille ja kuivalle iholle. Erittäin nopeasti imeytyvä koostumus.

Smooth Caring -vartaloemulsio 250 ml
Kuivalle iholle. Tekee ihosta pehmeän ja sileän tuntuisen.

Crema-yleisvoide 250 ml
Kosteuttaa ja rauhoittaa ihoa. Kasvoille, vartaloille, käsille – kaikkialle, mihin iho voidetta tarvitsee.

3,90 /kpl (4,90) 15,60/l (19,60/l)

MALU WILZ
FEEL YOUR BEAUTY



Good Night Cream & Mask 75 ml
Tukee ihon omaa uudistumista yöllä, lepovaiheessa. Hyaluronihappo, avokado ja jojobaöljy huolehtivat ihon kallisarvoisesta kosteudesta.

17,90 (22,90) 238,67/l (305,33/l)

Lift & Contour Eye Complex -silmänympäristövoide 7 ml
Geelimäinen koostumus, joka kosteuttaa vaativaa silmänympärysihoa.

23,50 (29,50)

Winter Cream -kosteusvoide 50 ml
Voiteen täyteläinen mutta kevyt rakenne ravitsee ihoa, joka on stressaantunut ja kärsinyt kylmyydestä, lumesta, tuulesta ja kuivasta sisäilmasta.

29,50 (36,90) 590,-/l (738,-/l)



URTEKRAM – SERTIFIOITUA LUONNONKOSMETIIKKAA.
VEGAANINEN. SATAPROSENTTISESTI BIOHAJOAVA. EI TESTATTU ELÄINKOKEILLA.

MORNING HAZE
-TUOTTEET
-20 %



Käsivoide 75 ml 4,50 (5,60) 60,-/l (74,67/l) **Deodorantti 50 ml 4,90** (6,20) 98,-/l (124,-/l)
Suihkugeeli 245 ml 5,70 (7,20) 23,27/l (29,39/l) **Vartalo-voide 245 ml 6,50** (8,20) 26,53/l (33,47/l)
Shampoo tai hoitoaine 245 ml tai hoitosuihke 250 ml 7,-/kpl (8,80) 28-28,57/l (35,20-35,92/l)
Käsisaippua 380 ml 7,40 (9,30) 19,47/l (24,47/l)

SOKOS

emotion
KAIKKI KAUNEUDESTA

HALUAN KALAA
TULEVAISUUDESSAKIN



SHEBA HALUAA TURVATA VALTAMERTEMME
TULEVAISUUDEN JA LUPAA, ETTÄ VUOTEEN 2020 MENNESSÄ
SEN KÄYTTÄMÄSTÄ KALASTA 100 % ON KESTÄVÄSTI KALASTETTUA

Sheba®



SAA HÄNNÄT
HEILUMAAN

HYÖDY

TARTU ASIAKASOMISTAJAN ETUIHIN

SINULLA TÖISSÄ

Lapset tietävät parhaiten

Lapset ovat leluosaston asiantuntija-asiakkaita. Onneksi he myös auliisti jakavat osaamistaan, sanoo Hanna Matikainen, joka on saanut myydä Jumbon Prismassa leluja jo yli 15 vuotta.

"Tänä vuonna pehmot ovat todella suuria", kertoo Prisma Jumbon viihteen ja kodintekniikan myyntialuevastaava Hanna Matikainen.

SINULLA TÖISSÄ

Tutustumme palstalla S-ryhmän ammattilaisiin.



Hanna Matikainen
esittelee hoivaa
kaipaavaa pehmo-
lemmikkiä.

Kuka tekee ostopäätökset leluosastolla?

Pienet tulevat asiakasomistajat päättävät itse leluhankinnoistaan. He tietävät tarkkaan, mitä haluavat. Rajoitteena heillä on tiukka budjetti ja aikuinen, joka muistuttaa, että kukkarossa on seitsemän euroa, ja sen mukaan pitää toimia.

Mistä tiedät, mikä on halutuin lelu juuri nyt?

Kun meille kauppaan tulee uusi leluvalikoima, kontaktoin hyvissä ajoin pieniä asiaintuntijoita. Minä kyselen paljon, ja he kertovat lelujen uusista ominaisuuksista ja

niiden merkityksistä leikeissä. He ovat hyvin innokkaita jakamaan tietojaan. Koska lelujen valikoima on niin laaja, näistä keskusteluista on tullut tärkeä opetuskanava meille myyjille.

Onko uusin aina parasta?

Ei todellakaan. Monet lelut ja pelit ovat ilahduttaneet jo nykyisten asiakkaiden vanhempia tai jopa isovanhempia. Puiset junanradat kestävät useamman sukupolven leikit, ja vanhaa rataa voi aina täydentää. Afrikan tähti, Trivial Pursuit ja Cluedo ovat pelejä, joihin ei kyllästy.

NÄILLÄ ONNISTUT AINA

1 Robotit tulevat! Tänä vuonna robotit ovat siirtyneet ihan uudelle tasolle. Monissa roboteissa on opettavaa teknologiaa ja sovelluksia. Robotteja voi nyt ohjelmoida itse siirtämään tavaroita, liikkumaan ja tekemään temppuja.

2 Pehmolelut ovat mahtavia! Jättinalleja, suloisia kissoja, ihania yksisarvisia ja dinosauksia. Toiminnalliset pehmolelukoirat heiluttavat häntää, tanssivat ja laulavatkin.

3 Lautapelit! Suomen Leluyhdistys valitsee kokemusasiantuntijoidensa kanssa vuoden parhaat uudet lautapelit eri-ikäisille joka syksy. Pelissä kuin pelissä melkein parasta on kuitenkin se, että sitä saa pelata yhdessä muiden kanssa.



Ilkka Alarotu
on SOK
Vähittäiskaupan
kaupallinen
johtaja.

Tuoretta ruokaa kaikkialle

”S-ryhmällä on Suomessa 935 ruokakauppaa, joissa noin 20 000 työntekijäämme pitävät huolen siitä, että yli 2,6 miljoonaa suomalais-taloutta palvellaan viikon jokaisena päivänä. Suomi on pitkien etäisyyksien maa. Sipooseen tänä vuonna valmistunut logistiikkakeskus on S-ryhmän kaikkien aikojen suurin investointi. Näin takaamme, että voimme jaella tehokkaasti tuoretta ruokaa kaikkialle Suomeen. S-ryhmän marketkaupassa katse on tulevaisuudessa.”



Sipoon logistiikkakeskus
on S-ryhmän kaikkien
aikojen suurin investointi.



ETUJA SINULLE

Yhteishyvä ei vastaa lehden painoonmenon jälkeen tapahtumatietoihin tulleista muutoksista. Edut eivät kerrytä Bonusta, ellei toisin mainita.



Kokkolan kaupunginteatterissa
nähdään lämminhenkinen
musiikkinäytelmä Carolasta.

MUSIIKKI JA TEATTERI

Kokkolan
kaupunginteatteri
esittää

S-Etu 4 e

S-Etukortilla liput Carola-
esitykseen 30/26/22 e (norm.
34/30/26 e) Kokkolan kau-
punginteatterissa 14.12. klo 19.

Lämminhenkinen musiikki-
näytelmä täynnä unohtumat-
tomia kappaleita.

S-Etukortilla liput Koukus-
sa-esitykseen 22/18/12 e
(norm. 26/22/16 e) Kokkolan
kaupunginteatterissa 11.1. klo
19. Ray Cooneyn Koukussa-
farssi on todellinen komedia-
helmi, jonka parissa viihtyvät
niin nuoret kuin vanhat, niin
eronneet kuin karanneet, niin
sinkut kuin suhteellisetkin.

Kokkolan kaupunginteatteri,
Torikatu 48, Kokkola.

• **Liput:** Lipunmyynti avoinna teatte-
rilla (os. Torikatu 48) ti-to klo 12–17,
pe klo 12–19 sekä aina tuntia ennen esi-
tyksen alkua. netticket.fi.

• **Lisätiedot:** kokkolanteatteri.fi/
ohjelmisto/koukussa/.

Macbeth Salon
Teatterissa

S-Etu 2 e

S-Etukortilla liput teatterin
lippumyymälästä 27 e (norm.

29 e). Lippupisteestä liput
alkaen 29,50 e + palvelumak-
su. Esitykset 28.9.–15.12. Esi-
tys on K-18.

Salon Teatteri, Mariankatu 3, Salo.

• **Liput:** Salon Teatteri
lippumyymälä puh. 0440 316 055,
toimisto@salonteatteri.com tai Lippu.fi.
Kysy erikoishintaisia lippuja teatterista.

• **Lisätiedot:** salonteatteri.com.

Viulunsoittaja katolla
Teatteri Provinssissa

S-Etu 2 e

S-Etukortilla liput teatterin
lippumyymälästä 35–37 e
(norm. 37–39 e) tai Lippupis-
teestä 38,50–40,50 e (norm.
40,50–42,50 e). Esitykset
6.10.–7.12.

Teatteri Provinssi päänäyttämö,
Salorankatu 5–7, Salo.

• **Liput:** Teatteri Provinssi
lippumyymälä puh. 044 0520260,
myynti@teatteriprovinssi.fi tai lippu.fi.
Lippupiste lisää hintoihin palvelumak-
sun. Ryhmävaraukset teatterilta.

• **Lisätiedot:** teatteriprovinssi.fi.

Revyv Tinataan
taas Salossa

S-Etu 2 e

S-Etukortilla liput Teatteri
Provinssin Tinataan taas
-revyyseen lippumyymälästä
23 e (norm. 25 e) tai Lippupis-
teestä 25,50 e (norm. 27,50 e).
Etu voimassa 3.11.–15.12.

Rikala näyttämö, Turuntie 1, Salo
(käynti joen puolelta).

• **Liput:** Teatteri Provinssi
lippumyymälä puh. 044 0520260,
myynti@teatteriprovinssi.fi tai lippu.fi.
Lippupiste lisää hintoihin palvelu-
maksun. Ryhmävaraukset teatterilta.

• **Lisätiedot:** teatteriprovinssi.fi.

My Fair Lady
-musikaali ja
hotelliloma
Kouvolassa

S-Etu n. 10 e

S-Etukortilla majoitus alk.
57 e/hlö/vrk/2hh (norm.alk.
63,5 e) Original Sokos Hotel
Vaakunassa Kouvolassa. Bo-
nusta majoituksesta. My Fair
Lady -musikaali Kouvolan
Teatterissa 38 e (norm.42 e)
7., 8., 29. ja 31.12.

Original Sokos Hotel Vaakuna,
Hovioikeudenkatu 2, Kouvola.
Kouvolan Teatteri,
Salpausselänkatu 38, Kouvola.

• **Varaukset:** sokoshotels.fi.

• **Lisätiedot:** Sokos Hotel Kouvola
puh. 010 7839 100 (8,35 snt/puh
+ 12,09 snt/min),
Kouvolan Teatteri puh. 05 7400 330,
kouvolanteatteri.fi.

Emma Salokosken ja
UMOn joulukonsertti

S-Etu 4 e

S-Etukortilla liput 30 e (norm.
34 e) Emma Salokosken ja
UMO Jazz Orchestran Muut-
tuvat joulut -konsertteihin
Helsingissä, Espoossa, Van-
taalla, Porvoossa ja Tampe-
reella 7.–17.12.

Pe 7.12. klo 18 Tampereen
tuomiokirkko. La 8.12. klo 18
Pyhän Laurin kirkko, Vantaa.
Ma 10.12. klo 18 Porvoon
tuomiokirkko. Ti 11.12. klo 18
Espoon tuomiokirkko. Pe
14.12. klo 18 Tempeliahukion
kirkko, Helsinki. Ma 17.12.
klo 18 Kallion kirkko, Helsinki.

• **Liput:**
ticketmaster.fi/artist/1000575.

• **Lisätiedot:** umo.fi.

Kamarikuoro Key
Ensemblen
joulukonsertti
Turussa

S-Etu 2,5 e

S-Etukortilla liput 22,50 e
(norm. 25 e) Key Ensemblen
tunnelmalliseen joulukonsert-
tiin Turun Martinkirkossa
su 16.12. klo 18.

Martinkirkko, Huovinkatu 5, Turku.

• **Liput ja lisätiedot:** keyensemble.fi.

Laulu-Miesten
joulukonsertti

S-Etu 3 e

S-Etukortilla liput Laulu-
Miesten perinteisiin joulu-
konsertteihin 22 e (norm.
25 e) Tempeliahukion kirkos-
sa 9.12. klo 18 ja 20.30 sekä
Kallion kirkossa 11.12. klo 18.

Tempeliahukion kirkko,
Lutherinkatu 3, Helsinki.
Kallion kirkko, Itäinen Papinkatu 2,
Helsinki.

• **Liput:** ennakkoon laulajilta ja
Ticketmastersta ticketmaster.fi.

• **Lisätiedot:** laulumiehet.fi.



Laulu-Miesten perinteinen joulu-
konsertti virittää juhlatunnelmaan.

Silmälasien ostajalle

KAIKKI KEHYKSET

vähintään

-70%



SILMÄLÄÄKÄRIN
RESEPTILLÄ
-100€



**BONUS
TUPLANA**
3.-16.12.



Maailman ainoa
SILMÄASEMA

0€

**KAIKILLE ILMAINEN
OPTIKON NÄÖNTUTKIMUS**

**VARAA AIKA SILMÄASEMA.FI
TAI SOITA 010 190 200 (mpm/pvm)**



Tarjous koskee uusia silmälasitilauksia eikä sitä voi yhdistää muihin etuihin. Kaikille ilmainen optikon tekemä yksilöllinen näöntutkimus (norm. 25 €), ei koske piilolinssitutkimusta. Silmälasien ostajana saat 100 €:n hyvityksen silmälääkärin voimassaolevalla reseptillä, myös muilla kuin Silmäaseman silmälääkäreiden resepteillä, kun ostos ylittää 150 euroa. S-Etukortilla Bonus tuplana 3.-16.12.2018, jopa 10 % kampanja-aikana maksetuista ostoksista. Tarjous on voimassa 31.12.2018 asti.



**MEILTÄ
SAAT
BONUSTA**
s-kanava.fi



ETUJA SINULLE

Esitystalous 3 – Radio Espoon kaupunginteatterissa

S-Etu 5 e

S-Etukortilla liput Esitystalous 3 – Radio esitykseen 37 e (norm. 42 e) ti 18.12. klo 19 ja la 29.12. klo 14. Juha Jokelan uutuus on tarkkanäköinen kuvaus muutoksesta ja vallan uusjaosta.

Espoon Kaupunginteatteri, Revontulihalli, Revontulentie 8, Tapiola.

• **Liput:** Espoon Kaupunginteatteri puh. (09) 4393 388 (ma–pe klo 11–17) tai lippu.fi.

• **Lisätiedot:** espoonteatteri.fi.

Varkauden teatteri esittää

S-Etu 3 e

S-Etukortilla liput riemastutavaan brittikomediaan Pieleen meni 21 e (norm. 24 e) ma 31.12. klo 19.

S-Etukortilla liput rakastettuun Yksin sinun -esitykseen 17 e (norm. 20 e) ma 31.12. klo 14.

S-Etukortilla liput rakastettuun musiikinäytelmään Kaksi kitaraa 32 e (norm. 35 e) la 15.12. klo 18.

Varkauden Teatteri, Laivallinnankatu 29, Varkaus.

• **Liput:** 044 364 8830, varkaudenteatteri.fi ja ticketmaster.fi.

• **Lisätietoja:** varkaudenteatteri.fi.

Uudenvuodenaaton Sointu-konsertti Turussa

S-Etu 3 e

S-Etukortilla liput alk. 30 e (norm. 33 e) Sointu-konserttiin Turun Konserttitalossa 31.12. klo 18. Solisteina ovat tangokuninkaalliset Tiina Räsänen ja Petri Hervanto sekä Aulis Kotaviita.



Martti Suosalo ja Vera Kiiskinen ovat mukana Esitystalous 3:ssa.

Turun Konserttitalo, Aninkaistenkatu 9, Turku.

• **Liput ja lisätiedot:**

Turun Konserttitalon Ars Musica -kulttuurikauppa, lippu.fi -palvelu tai puhelimitse 0600 900 900 (2 e/alk.min+mpm/pvm; ma–la 9–21 ja su 10–18).

Eero Koivistoinen Quartet TTT-Klubilla

S-Etu 3 e

S-Etukortilla liput suomalaisen jazzlegenda Eero Koiviston toisen Quartet -konserttiin 15 e (norm. 18 e) la 8.12. klo 22. Lippupisteen verkkosivuilta (Kampanja: S-Etu / Koodi: S-Etu).

TTT-Klubi, Hallituskatu 19, Tampere.

• **Liput ja lisätiedot:** ttt-teatteri.fi/ohjelmisto/ttt-klubi-eero-koivistoinen-quartet.

Hiljaista musiikkia Lahdessa

S-Etu 5 e

S-Etukortilla liput Hiljaista musiikkia esitykseen peruslippu 25 e/eläkeläiset 22 e/opiskelijat ja työttömät 16 e (norm. 30/27/21 e) Lahden kaupunginteatterissa pe 7.12., to 13.12. ja la 15.12. (liput 25 e) klo 19.

Lahden kaupunginteatteri, Kirkkokatu 14, Lahti.

• **Liput ja lisätiedot:**

Lahden kaupunginteatteri 0600 30 5757 (1,53 e/min+pvm), lahdenkaupunginteatteri.fi, Lippupiste 0600 900 900 (2 e/min+pvm), lippu.fi.

Menestysmusikaali Chess Svenska teaternissa

S-Etu 5–6 e

S-Etukortilla liput 82/65 e + palvelumaksu (norm. 88/70 e + palvelumaksu) Benny Anderssonin ja Björn Ulvaeuksen menestysmusikaaliin Chess ke 13.2.2019 klo 19. Svenska Teatern, Mannerheimintie 1, Helsinki.

• **Liput:** Liput ma–pe klo 12–18 puh. (09) 6162 1411.

NÄYTTELYT

Kohtaamisia kaupun- gissa Ateneumissa

S-Etu 1 e

S-Etukortilla Ateneumin pääsymaksu 14 e (norm. 15 e), alle 18 v. maksutta näyttelyyn Kohtaamisia kaupungissa –suomalaista taidetta 1900-luvulta 19.10.–20.1.

Ateneumin taidemuseo, Kaivokatu 2, Helsinki.

• **Lisätiedot:** ateneum.fi.

MATKALLE

Viking Linen jouluristeilyt

S-Etu 5–10 %

S-Etukortilla 5–10 %:n alennus Viking Linen jouluristeilyistä. Lähtöjä on Turusta ja Helsingistä, yhden ja kahden

yön risteilyjä. Matkaan pääset vaikka jo aatonaattona. Bonus-ta koko matkan hinnasta.

• **Varaukset:**

vikingline.fi/s-joulu.

MUUT EDUT

Häämessut Turun Logomossa

S-Etu 5 e

S-Etukortilla 2 hlöä 15 e (norm. 20 e) Turun Häämessuille 26.–27.1. klo 10–16. Logomo, Köydenpunojankatu 14, Turku.

• **Liput:** Lipunmyynti messujen sisäänkäynnissä Logomossa.

Joululahjaideoita Itäkeskuksen apteekissa

S-Etu 2–35 e

S-Etukortilla etuhintaisia tuotteita Itäkeskuksen apteekissa. Edut voimassa myös verkossa apteekkishop.fi. Bonusta apteekkimyymälässä maksetuista tuotteista ja palveluista. Itsehoito-, reseptilääkkeet tai ostokset verkkokaupassa eivät kerrytä Bonusta.

Itäkeskuksen apteekki, Tallinnanaukio 4, Helsinki, puh. 010 320 1130.

Salibandyliigaa

S-Etu 2 e

S-Etukortilla perusliput 2 euron alennuksella miesten Salibandyliigan otteluun SPV–Karhut Seinäjoen Urheilutalolla su 16.12. kello 17, Seinäjoki Areenassa otteluun SPV–TPS la 29.12. kello 17 ja otteluun SPV–Oilers su 30.12. kello 17.

Seinäjoen Urheilutalo, Kirkkokatu 15, Seinäjoki. Seinäjoki Areena, Kirkkokatu 23, Seinäjoki.

• **Liput ja lisätiedot:** peliveljet.com/miehet/liput.

S-Etukortilla
Miniristeily ja buffet

32 €/hlö

Lähde merelle herkuttelemaan Buffet Eckerön jouluisessa juhlapöydässä. Kuuden tunnin miniristeilyllä hankit myös edulliset lahjat, makeiset ja juomat talven juhliin.

Saadaksesi asiakasomistajahinnan ja Bonukset matkoistasi automaattisesti liitä S-Etukorttisi tiedot Eckerö Linen asiakastiliin osoitteessa **eckeroine.fi**



ECKERÖ  **LINE**



ETUJA SINULLE

Miehen elämää –
taidemenü Plaza
Restaurantissa

S-Etu 4–6 e

S-Etukortilla Plazan Miehen elämää -taidemenü, 2 ruokalajia 35 e, 3 ruokalajia 40 e, 4 ruokalajia 45 e (norm. 39 e, 45 e, 51 e) 4.10.2018–14.1.2019. Nähtävillä taiteilija Tero Annanollin teoksia. Plaza Restaurant, Mikonkatu 23, Helsinki.
• **Pöytävaraukset ja lisätiedot:** plazarestaurant.fi.

Etuseteli Ladyline-
liikuntakeskuksiin

S-Etu 30 e

S-Etukortilla 30 e:n arvoinen etuseteli käytettäväksi Ladylinen kuntoilumaksuihin. Koskee vain uusia asiakkuuksia.
• **Lisätiedot:** ladyline.fi/etuseteli11.

Plazan perinteinen
joululounas

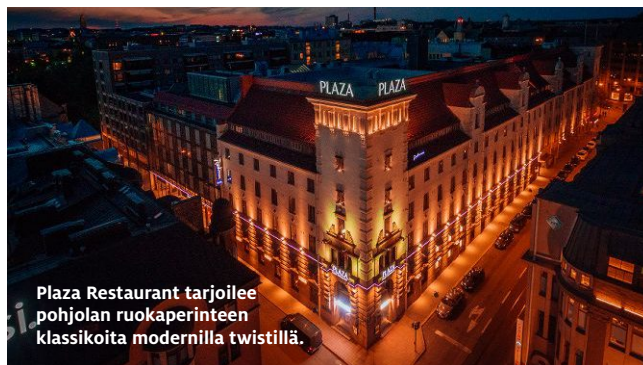
S-Etu 8 e

S-Etukortilla Plazan perinteisen joululounas 12.–14.12. ja 17.–21.12. klo 12–15 51 e (norm. 59 e), lapset 4–10 vuotta 15 e, 11–16 vuotta 25 e. Plaza Restaurant, Mikonkatu 23, Helsinki.
• **Lisätiedot:** plazarestaurant.fi.
• **Pöytävaraukset:** ravintolamyynti@sok.fi, puh. 020 1234 800 (0,0828 e/puhelu + 0,17 e/min).

Autokoulu Lilliputin
riskientunnistamis-
koulutus

S-Etu 20 e

S-Etukortilla Autokoulu Lilliputin B-ajokorttilaisten riskientunnistamiskoulutus joulukuussa 345 e (norm.



Plaza Restaurant tarjoilee pohjolan ruokaperinteeseen klassikoita modernilla twistillä.

365 e). Tarvittaessa pimeänajo simulaattorilla 99 e. Edun voimassaolo 1.–19.12. Autokoulu Lilliputti Oy, Siilitie 4, Helsinki.
• **Lisätiedot:** info@lilliputti.com.

EasyFitin
aloitusmaksu 19,90 e
S-Etu 10 e

S-Etukortilla EasyFitin aloitusmaksu 19,90 e (norm. 29,90 e). Toistaiseksi voimassa olevat asiakkuudet ilman sitoutumista, laadukkaalla kuntosalilla ja runsaalla valikoimalla non-stop ryhmäliikuntatunteja.
• **Lisätiedot:** Lunasta etusi verkkokaupassa kampanjakoodilla SBONUS osoitteessa : easyfit.fi/osta.

Perheen menot
ajan tasalle Punaisen
Ristin kalenterin
avulla

S-Etu 1,70 e

S-Etukortilla Virpi Pekkalan hauska ja selkeästi kuvittama Perhekalenteri 2019 hintaan 15,20 e + toimituskulut (norm. 16,90 e + toimituskulut). Etu voimassa 1.–31.12.
• **Tilaukset:** punaisenristinkauppa.fi, jossa S-Edun saa syöttämällä etukoodin 4MVEV3N5 tilaustietoihin, puh. 020 701 2211 tai Punaisen Ristin kauppa, Tehtaankatu 1a, Helsinki, avoinna ma–pe klo 8.30–16.

Helsinki Cardit
etuhintaan

S-Etu 1–5 e

S-Etukortilla Helsinki Card 24 h -kortti 43 e (norm. 48 e), 48 h -kortti 53 e (norm. 58 e), 72 h -kortti 63 e (norm. 68 e) ja 1 e:n etu 7–16 v. lasten kortteista (norm. 24–34 e).

Alennushintaisia kortteja voi ostaa S-ryhmän hotelleista Helsingissä.
• **Lisätiedot:** helsinkicard.com.

Liput Jokereiden
matseihin

S-Etu 5 e

S-Etukortilla liput 5 euron alennuksella (matseihin) 11.12. Jokerin vastaan Ufa, 21.1. Jokerit vastaan Neftehimik Nizhnekamsk ja 20.2. Jokerit vastaan Slovan Bratislava. Hartwall Arena, Areenankuja 1, Helsinki.
• **Liput:** Ticketmaster 0600 10 800 (1,98e/min+pvm), ticketmaster.fi/etujokerit.

Helpoin tapa
oppia soittamaan
netissä

S-Etu 24,90 e

S-Etukortilla maksuton kuukauden kokeilujakso Suomen suurimman soitto- ja laulunopetuksen verkkopalvelussa.
• **Lisätiedot:** rockway.fi/etukortti.



Swingers on räväkkä kriisikomedia parinvaihtoviikonlopusta.

FINNKINON KUUKAUDEN ELOKUVA

Swingers

S-Etu 15 %

S-Etukortilla Kuukauden elokuvan yksittäislipuista -15 % alennus. Edun saa teattereiden lippukassoilta S-Etukorttia näyttämällä tai verkkokaupasta koodilla joulukuu18. Etu on voimassa kaikilla Finnkinnon paikkakunnilla.

• **Liput ja lisätiedot:** finnkino.fi.



24 h
PÄIVYSTYS
050 347 1555

Surun kohdatessa ojennamme auttavan kätemme

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

hok-elannonhautauspalvelu.fi



**HOK-ELANNON
HAUTAUSPALVELU**

HOK-ELANNON HAUTAUSPALVELU

HELSINKI

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

ESPOO

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

VANTAA

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

KERAVA

p. 010 76 66550

HYVINKÄÄ

p. 010 76 66580

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



**HOK-ELANNON
LAKIPALVELU**

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

hok-elannonlakipalvelu.fi



HOK-ELANNON LAKIPALVELU

HELSINKI:

Forum p. 010 76 66622
Kallio p. 010 76 66515
Kauppakeskus Kaari p. 010 76 66513
Itäkeskus p. 010 76 66598
Malmi p. 010 76 66637
Töölö p. 010 76 66539

ESPOO:

Espoonlahti p. 010 76 66641
Leppävaara p. 010 76 66611
Tapiola p. 010 76 66572

VANTAA:

Myyrmäki p. 010 76 66601
Tikkurila p. 010 76 66568

KERAVA:

p. 010 76 66551

HYVINKÄÄ:

p. 010 76 66582

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

ETUJA SINULLE

Tapanilan
Urheilukeskuksessa
lajeja koko perheelle

S-Etu 3-75 e

S-Etukortilla jousiammunta-,
veitsenheitto- ja ecoaims-
ammuntalajikoikeudet maanan-
taisin 3 lajia yhteensä 35 e
(norm. 40 e).

S-Etukortilla jousiammun-
nan alkeiskurssilaisille ilmai-
nen jatkokurssikerta (norm.
15 e).

S-Etukortilla seinäkiipeilyn
alkeiskurssilaisille 15 %:n
kerta-alennus varustepuoti-
ostoksista.

S-Etukortilla 30 päivän
kuntosalikortti 49 e (norm.
61 e), 1 etu/hlö/vuosi.

S-Etukortilla keilarata
arkipäivisin 17 e (norm. 22 e),
arki-iltaisin 23 e (norm. 26 e)
sekä pe ja la hohtokeilaus 27 e
(norm. 30 e).

S-Etukortilla kuplafutis-,
jousitaistelu-, jousiammunta-
ja kiipeilyseurain tilaustauna +
pyyhevuokra veloituksetta
(norm. 75 e). Etu voimassa
31.12. asti.

Tapanilan Urheilukeskus, Erätie 3,
Helsinki.

• **Lisätiedot:** tapanilanurheilu.fi.

HOK-Elannon
kevään kurssit

S-Etu 10-50 e

Ilmoittautumiset ja tieduste-
lut: puhelimitse: 044 065 6178
(ark. klo 9.15-12 & 13-15) tai
opistopalvelut.fi/tml.

Kurssien yhteydessä on
mainittu S-Etukorttihin-
ta sekä suluissa normaali hinta.
Kursseista ei saa Bonusta.

Yhden opetustunnin (ot)
pituus on 45 minuuttia, ellei
kurssikuvauksessa toisin
mainita.

Käyttämättömiä kurssi-
kertoja ei hyvitetä. Ilmoittau-

tuneille lähetetään kurssista
lasku.

Peruutuksen voi tehdä
maksutta vähintään seitsemän
päivää ennen kurssin alkua.
Mikäli peruutuksen tekee
myöhemmin, peritään puolet
kurssimaksusta. Jos kurssille
jättää tulematta eikä sitä ole
peruuttanut, peritään maksu
kokonaan. Lisää kursseja ja
tarkemmat kurssikuvaukset
löydät täältä tsl-helsinki.fi.

TIETO- JA TAITOKURSSIT

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs tai
Paasivuorenkatu 5 A, Hakaniemi

• **Kitaransoiton alkeet (6,2 ot)**

70 e (norm. 85 e) la 19.1.-2.3.

klo 13-13.40.

• **Kitaransoiton keskitaso (6,2 ot)**

70 e (norm. 85 e) la 19.1.-2.3.

klo 14.40-15.20.

• **Kitaransoiton jatkokurssi**

(6,2 ot) 70 e (norm. 85 e) la 19.1.-2.3.

klo 12.10-12.50.

• **Laulukurssi – lauletaan yhdessä**

(6,2 ot) 70 e (norm. 85 e) la 19.1.-2.3.

klo 13.50-14.30.

• **Koti toimivaksi KonMari-**
menetelmää hyödyntäen (7 ot)

60 e (norm. 70 e) la 2.2. klo 10-16.

• **Mindfulness meditoitua aloi-**
telijoille (10 ot) 70 e (norm. 85 e)

ma 14.1.-11.2. klo 17-18.30.

TIETOTEKNIikka- KURSSIT

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs,
Hakaniemi

• **Kotisivut helposti WordPress**
-järjestelmällä (16 ot) 110 e (norm.
135 e) ma 7.-28.1. klo 17.30-20.30.

• **Web -sivuston analytiikka –**
Google Analytics (16 ot)

110 e (norm. 135 e) ma 4.-25.2.

klo 17.30-20.30.

• **iPad -tabletti haltuun (12 ot)**

85 e (norm. 105 e) ke 9.-23.1.

klo 17.30-20.30.

• **Android -tabletti haltuun (12 ot)**

85 e (norm. 105 e) ti 8.-22.1.

klo 17.30-20.30.

• **Jokamiehen tietoturva (8 ot)**

55 e (norm. 70 e) ti-ke 5.-6.2.

klo 17.30-20.30.

• **Digikuvat järjestykseen ja**

talteen (12 ot) 85 e (norm. 105 e)
ti-ke 12.-13.2. klo 17.30-20.30.

KENWOOD

FDP301WH

**Kenwood
Multipro Compact
monitoimikone**

69⁹⁵

KM242

**Kenwood
Prospero
yleiskone**

189⁰⁰

KVC3100S

**Kenwood Chef
yleiskone**

299⁰⁰

BRAUN

WK3000WH

Vedenkeitin

39⁹⁵

HT3010WH

**Purease
leivänpaahdin**

39⁹⁵

KF520.1

**CaféHouse
PurAroma
kahvinkeitin**

39⁹⁵

PRISMA
HYVÄ MUTTA HALPA.



ETUJA SINULLE

TIETOTEKNIikka- KURSSIT SENIOREILLE

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs,
Hakaniemi

- **Windows 10 perusteet senioreille (12 ot)** 90 e (norm. 110 e) ma 21.1.–11.2. klo 13–15.30.
- **Älypuhelin tutuksi – Android (12 ot)** 90 e (norm. 110 e) ke 16.1.–30.1. klo 9.30–12.
- **Visuaaliset tarinat ja mainokset nopeasti – Adobe Spark (8 ot)** 60 e (norm. 75 e) su 3.2. klo 10–16.

TANSSIKURSSIT

Kurssipaikka: Idealfit,
Sörnäisten rantatie 2,
Hakaniementori, 00530 Helsinki

- **Kuntotanssit mix – aamu (32 ot)** 215 e (norm. 265 e) ma 7.1.–29.4. klo 11.30–13.
- **Salsa Ladies Style A (16 ot)** 110 e (norm. 135 e) ma 7.1.–25.2. klo 17.15–18.45.
- **Parisalsa – avoin taso A (16 ot)**

220 e/pari (norm. 270 e/pari)
ti 8.1.–26.2. klo 18–19.30.

- **Argentiinalainen tango – avoin taso A (16 ot)** 220 e/pari (norm. 270 e/pari) ke 9.1.–27.2. klo 18–19.30.
- **Kuntotanssit Mix –ilta (21 ot)** 215 e (norm. 260 e) to 10.1.–25.4. klo 17–18.30.

LIIKUNNALLISET KURSSIT

Säästöpankinranta 6 C, 2. krs,
Hakaniemi

- **Lempeä hathajooga I (28 ot)** 180 e (norm. 225 e) ma 14.1.–15.4. klo 11–12.30, ei opetusta 5.3.
- **Seniorikehohuolto (21,6 ot)** 155 e (norm. 190 e) ma 14.1.–8.4. klo 14–15.15.
- **Rosen-liikunta (10 x 60 min)** 100 e (norm. 120 e) ma 7.1.–11.3. klo 18–19.
- **Äijäjooga (24 ot)** 115 e (norm. 140 e) ma 14.1.–1.4. klo 19.30–21.
- **Dynaaminen slowjooga (16 ot)** 130 e (norm. 155 e) ke 16.1.–6.3.

klo 18–19.15 (Kurssipaikka Helsinki
Oriental, os. Työpajankatu 10,
Kalasatama.)

- **Jäbäjooga (16 ot)** 95 e (norm. 115 e) ti 15.1.–5.3. klo 17–18.30.
- **Yinjooga taso 2 (30 ot)** 200 e (norm. 245 e) ke 16.1.–24.4. klo 17.30–19.
- **Virkeät yinjooga-aamut (16 ot)** 100 e (norm. 125 e) ti 22.1.–12.3. klo 8.30–10.
- **Kevyt after work jumppa (14 ot)** 105 e (norm. 130 e) ma 14.1.–15.4. klo 16.15–17.
- **Kevyt after work venyttely (14 ot)** 105 e (norm. 130 e) to 17.1.–18.4. klo 16–16.45.
- **Venyttely Viisaasti A (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) ma 14.1.–15.4. klo 17–18.
- **Venyttely viisaasti B (23,33 ot)** 175 e (norm. 215 e) to 17.1.–18.4. klo 18.45–20.
- **Senioreiden selkärhymä (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) ti 15.1.–16.4. klo 11.30–12.30.
- **Energisoiva lounastauko (9,33 ot)** 70 e (norm. 85 e) ti 15.1.–16.4. klo 12.30–13.

- **Chi Kung A (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) to 17.1.–18.4. klo 16.45–17.45.
- **Chi Kung B (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) to 17.–18.4. klo 11.30–12.30.
- **Flexi Bar circuit (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) to 17.1.–18.4. klo 17.45–18.45.
- **Vetreyttä senioreille (18,66 ot)** 140 e (norm. 170 e) pe 18.1.–19.4. klo 11.30–12.30.
- **Selkä kuntoon (20 ot)** 150 e (norm. 180 e) la 26.1.; la 9.2.; la 23.2.; la 9.3. ja la 6.4. klo 11–14.30.
- **Chi Kung talviseminaari (4 ot)** 40 e (norm. 50 e) la 12.1. klo 11–14.30.
- **Joogaviikonloppu Tallinnassa (9 ot)** 135 e (norm. 155 e) pe–su 1.–3.3. Matkat ja majoitus omatoimisesti.

TANSSI- JA LIIKUNNALLISET KURSSIT

Kurssipaikka: Studio Shamsina,
Hämeentie 105 C, 00550 Helsinki

- **Lavis senioreille (10 x 60 min)** 110 e (norm. 135 e) ma 14.1.–25.3. klo 12.15–13.15, ei opetusta 18.2.

KOHTAAMISIA KAUPUNGISSA

Suomalaista taidetta 1900-luvulta
19.10.2018–20.1.2019

ATENEUM

KLASSIKOT UUDESSA VALOSSA

KANSALLISGALLERIA •

HELSINGIN SANOMAT

HOK-ELANTO

KPMG



ETUJA SINULLE

- **Lavis-lavatanssikurssi (10 x 60 min)** 110 e (norm. 135 e) to 17.1.–28.3. klo 16–17, ei opetusta 21.2.
- **Method Putkisto Pilates + venyttely senioreille (12 x 70 min)** 190 e (norm. 230 e) ti 8.1.–26.3. klo 11.30–12.40.
- **Method Putkisto Pilates + venyttely A (12 x 60 min)** 190 e (norm. 230 e) ti 8.1.–26.3. klo 17–18.10.
- **Method Putkisto Pilates + venyttely B (12 x 70 min)** 190 e (norm. 230 e) to 10.1.–28.3. klo 17.45–18.55.
- **Astangajooga (12 x 75 min)** 165 e (norm. 200 e) to 10.1.–28.3. klo 19–20.15.
- **Method Putkisto Kasvoklinikka (10 x 35 min.)** 130 e (norm. 160 e) to 10.1.–14.3. klo 17.05–17.40.

LIIKUNNALLISET KURSSIT

Joogakoulu Shanti,
Runeberginkatu 43, 00100 Helsinki
• **Lempeä hathajooga II (32 ot)**
210 e (norm. 260 e) ti 15.1.–30.4.
klo 16–17.30.

- **Lempeä hathajooga III (32 ot)**
210 e (norm. 260 e) ti 15.1.–30.4.
klo 17.30–19.
- **Vahvistava jooga I (26 ot)**
195 e (norm. 225 e) ke 16.1.–10.4.
klo 17–18.30.
- **Vahvistava jooga II (26 ot)** 195 e (norm. 225 e) ke 16.1.–10.4. klo 18.30–20.

KUVATAIDEKURSSIT

- Paasitorni, Paasivuorenkatu 5 A, Hakaniemi tai Säästöpankinranta 6 C, 2. krs, Hakaniemi
- **Akvarelli jatko (44 ot)** 190 e (norm. 235 e) to 17.1.–28.3. klo 17–20.
 - **Ikonimaalauksen kurssi (44 ot)** 135 e/kurssi (norm. 165 e/kurssi)
1. kurssi ke 9.1.–27.3. klo 14.15–17.15 ja
2. kurssi ke 9.1.–27.3. klo 17.30–20.30,
ei opetusta 20.2.
 - **Taidelasityöskentely useilla tekniikoilla (18,6 ot)** 75 e (norm. 90 e) la-su 12.–13.1. klo 10–17.
 - **Peilitön järjestelmäkamera tutuksi (16 ot)** 95 e (norm. 115 e) to 24.1.–14.2. klo 17.30–20.30.
 - **Akryylimaalauksen kurssi (24 ot)** 120 e (norm. 145 e) ke 16.1.–13.3. klo 17.30–19.30.

- **Piirustuksen ja maalauksen välimaailma (24 ot)** 120 e (norm. 145 e) ti 15.1.–12.3. klo 17.30–19.30.
- **Rento kuva – löydä oma kuvakielesi (16 ot)** 120 e (norm. 145 e) la-su 5.–6.1. klo 10–15.45.

KIELIKURSSIT

- Paasitorni, Paasivuorenkatu 5 A, Hakaniemi
- **Korean alkeet natiivin kanssa (32 ot)** 165 e (norm. 200 e) ti 8.1.–7.5. klo 17–18.30.
 - **Korean alkeiden jatkokurssi natiivin kanssa (32 ot)** 165 e (norm. 200 e) ti 8.1.–7.5. klo 18.40–20.10.
 - **Everyday English (34 ot)** 175 e (norm. 215 e) ti 15.1.–21.5. klo 18–19.30.
 - **Englannin keskustelukurssi (36 ot)** 175 e (norm. 215 e) ti 15.1.–21.5. klo 16.30–18.
 - **Ranskan ylläpitokurssi (36 ot)** 180 e (norm. 210 e) ma 7.1.–27.5. klo 17–18.30.
 - **Ranskan arkikeskustelu (24 ot)** 120 e (norm. 145 e) ma 7.1.–27.5. klo 18.30–19.30.
 - **Espanjan alkeet (24 ot)** 115 e (norm. 140 e) ma 14.1.–8.4. klo 16.30–18, ei opetusta 18.2.
 - **Espanjan jatko 4 (24 ot)** 115 e (norm. 140 e) ma 14.1.–8.4. klo 18.15–19.45, ei opetusta 19.2. ja 2.4.
 - **Espanjan alkeiskurssi (30 ot)** 145 e (norm. 180 e) la 12.1.–30.3. klo 15–17.30, ei opetusta ei 9.3. eikä 16.3.
 - **Espanjan jatkokurssi (30 ot)** 145 e (norm. 180 e) la 12.1.–30.3. klo 12–14.30, ei opetusta ei 9.3. eikä 16.3.
 - **Corso di italiano – 1 (28 ot)** 145 e (norm. 175 e) ti 15.1.–16.4. klo 18.30–20.
 - **Corso di italiano – 8 (28 ot)** 145 e (norm. 175 e) ti 15.1.–16.4. klo 16.45–18.15.
 - **Corso di italiano – 10 (28 ot)** 145 e (norm. 175 e) ke 16.1.–17.4. klo 16.45–18.15.
 - **Corso di conversazione in italiano – Principiante (28 ot)** 145 e (norm. 175 e) ke 16.1.–17.4. klo 15–16.30.
 - **Corso di conversazione in italiano – Avanzato (28 ot)** 145 e (norm. 175 e) ke 16.1.–17.4. klo 18.30–20.



VIKING

MERI CHRISTMAS

Joulukuu tarjoaa monta hyvää syytä ottaa tauko tavanomaisesta – juhlia pikkujoulua, tehdä jouluostoksia ja herkutella joulubuffetissa.

Edullisin hinta netissä. Varaa vikingline.fi/sokos31.
Paikkoja on rajoitetusti. Pidätämme oikeuden muutoksiin.

Päiväristeily
Tallinnaan

alk. **5€**
hlö

Helsinki-
Tukholma-
risteily

alk. **23€**
B4-hytti

Rakkaudella

NG LI



VOITA
500€
LAHJAKORTTI



MEILTÄ
SAAT
BONUSTA
s-kanava.fi

KAIPAATKO LÄMPÖÖN?

Pyydä sähkötarjous ja voit voittaa matkalahjakortin

Jättämällä yhteystietosi **31.12.2018** mennessä osoitteessa **www.bonussahko.fi**, saat Bonussähkö-tarjouksen ja olet mukana 500 euron lahjakortin arvonnassa. Mikäli voitto osuu kohdallasi, voit valita joko Aurinkomatkojen tai S-ryhmän lahjakortin.



BONUS**SÄHKÖ**

LUKIJAT

Mistä pidit, mikä mietitytti?
Kerro mielipiteesi ja osallistu lukijakilpailuun.

YHTEISHYVÄN 5/2018 ylivoimaisesti suosituin juttu oli **Riikka Huovisesta ja Johanna Ivaskasta** kertonut juttu "Huippunaiset syöpää voittamassa". Toiseksi suosituimmaksi äänestettiin juttu Novitan lankatehtaasta: "Villa-sukat ovat kuin juuret". Lukijakilpailun palkinnon voitti **Hilkka Kuittinen** Joensuusta.

SYÖPÄ ON TÄRKEÄ JA AJANKOHTAINEN AIHE

Otsake sen jo kertoo. Suomi on kahdeksan maan joukossa syövästä selviytymisessä, ja siitä saamme kiittää huippuammattilaisiamme.

MAIJA RYHÄNEN

Läheltä koskettaa ja hyvä tietää, missä tällä hetkellä mennään. Aktivoi myös lahjoittamaan tutkimustyöhön.

PAULA KUJALA

Ajankohtainen aihe – ja vähän eri näkökulmasta.

KATI KANTALA

NOVITAN TARINA KIINNOSTAA

Olen innokas neuvoja ja käytän paljon Novitan lankoja, siksi Novitasta kertova juttu osui kuin kirves halkoon!

MAIJA LINDHOLM

Innostunut kertoja toi perheyhtiön lähelle kuluttajaa.

EIJA LOTTI

Ihanat pastellivärikuvat ja teksti innosti taas tarttumaan puikkoihin syysiltojen iloksi.

ANJA KORTESAARIKKO

UUTTA NOSTETTA PUNALAPUTETUILE TUOTTEILLE

Hävikkitalkoot ja niistä puhuminen on mahtava asia! Ei ole häpeä ostaa laputettua tuotetta, se on hieno teko.

SONJA ROIVAINEN

Lapullinen tuote on täysin käyttökelpoinen ja voi tuoda vaihtelua arkeen.

JORMA RASVALA



Mikä juttu oli paras? Vastaa ja voita 100 euron lahjakortti!

Arvomme kaikkien vastaajien kesken 100 euron lahjakortin, jonka voi käyttää S-ryhmän toimipaikoissa.

Vastaa 15.12. mennessä osoitteessa yhteishyvä.fi/osallistu tai postitse: Yhteishyvästä toimitus, Lukijakilpailu 6/2018, PL 99, 00002 Helsinki.

Voittajan nimi julkaistaan numerossa 1/2019.



UUSI NIMI, SAMA PESUTEHO

A+ OLI ENNEN **ARIEL**



Valikoimat vaihtelevat myymälöittäin

Parhaat ideat talven juhliin

Tunnelmaa kattaukseen!
Sujauta kaunis oksa pulloon ja täytä vedellä.

yhteishyvä.fi
tuhansia reseptejä

Maksaan varastoitunut rasva vaikuttaa hyvinvointiinsi

Rasvaa kertyy lihoessa yleensä vatsan seudulle, pakaroihin ja reisiin. Näiden lisäksi rasvaa varastoituu myös viskeraalisena rasvana vatsaonteloon sisäelinten ympärille. Etenkin maksaan kertyvä rasva vaikuttaa jokapäiväiseen hyvinvointiimme. Maksalla on keskeinen rooli kehomme toiminnoissa. Se auttaa kehomme puhdistusprosesseissa ja aineenvaihdunnassa. Rasvan varastoitumiseen maksaan on useita syitä. Tyypillisiä syitä on alkoholin liikakäytön lisäksi ylipaino. Kun rasvaa alkaa varastoitua maksaan, kehon aineenvaihduntasapaino horjuu ja maksa joutuu tekemään ylitöitä.

NAUTISKELETKO LIIKAA?

Elintavat ja ”nautiskeleva” elämä saattavat olla suurin syy aineenvaihdunnan ongel-

miin ja rasvan kertymiseen maksaan. Emme tietoisesti ajattele maksamme hyvinvointia päivittäin. Maksalla on kuitenkin monia elintärkeitä tehtäviä kehomme toiminnan ylläpidossa ja rasvan polttamisessa. Nautimme liian paljon nopeita hiilihydraatteja, liikaa sokeria, liian monta viinilasillista sekä liikaa rasvaisia ruokia. Ne kaikki kuormittavat maksan ja sapen toimintaa.

NÄIN ACTIVE LIVER TOIMII

Active Liver sisältää kasviuutteita, jotka tunnetusti stimuloivat maksan ja sapen

TIEDUSTELE LISÄÄ

Tutustu tuotteeseen www.newnordic.fi.
Voit ottaa myös yhteyttä New Nordicin asiakaspalveluun, arkisin 10–16 tai lähettää sähköpostia osoitteella info@newnordic.fi.

 (09) 8540 742



normaalia toimintaa. Se sisältää myös koliini-nimistä vitamiinia, jota vaaditaan maksan rasva-aineenvaihdunnan ylläpidossa ja rasva-varastojen vähentämisessä.

Valikoima vaihtelee myymälöittäin.

SOKOS

MAINOS
Tämän takia painonpudotus on niin vaikeaa!

RISTIKKO



		↓		KEK-SINTÖ		AL-MILA	VÄLI	
→								
							TÄMÄN TÄSTÄ	
HAVITA LOI-MUJA							1	
TASAN PANTU								
LAP-SEL-LISIA			LA-MAAN-NUS		LOP-PUMA-TON	NÄKE-MYS		
TAPAHTUMIEN VÄLEISSÄ		VALAI-SIN-MERKKI	NAKUT-TAJA	ASUSTELLA			2	
KON-JUNK-TIO				SPON-SO-REILTA			↓	SUU-KOPU
MIES PO-SETII-VARISSA								
				PETOL-LISIA-UNI			7	NIS-KANEN
HAAS-TAVA			6			SIIPPA		HOR-MEISSA NIITTY
JUUS-TOA						RIISI-VIINI AAMUIN		EI ANNA PERIKSI
NIMIKE		VEKA-ROITA	KII-VAITA					ALKA-JAI-SIKSI
						TILILTÄ MAAHAN ISKETTY		ALPO TAI NINA
		ASUN-TO-TYYPPI	ODIN	TEO-RIOITA				KEKKI RUNNE IHAA
MAAN-OSA			5					HOTEL-LISSA
SÄÄN-NÖTTÖ-MYYS								
				KAS-KINEN	8			MART
KOI-RALLA						PUH-TAASTI		

Edellisen ristikon ratkaisi: KAARTELU.

Ristikon voittaja: Tarja Salomaa, Turku

ALMU	KOLLI	KIKKA
KUULUISA	LAIMEUS	UKKO
SAUVO	EMILE	TUISKUTA
NELIKOTT	ANSA	II
AT	IKKAKULU	RAAHE
USEA	EILEN	RIT
TEOSTO	TRAP	VAKIO
HOMMA	TIRINÄ	ODI
ALAIN	TIE	RITUPPI
KOULUT	ASTE	TASO
PULAU	PAISTE	TILII
ILKKI	PLUS	EDUS
TAAKKA	IISEIN	AAKE
STAT		

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

VASTAA 15.12.2018 mennessä osoitteesta www.yhteishyvä.fi/osallistu löytyvällä lomakkeella tai postitse lähettämällä numeroiduista ruuduista muodostuva avainsana osoitteeseen Yhteishyvän toimitus, "Ristikko 6", PL 88, 00002 Helsinki. Liitä mukaan nimesi ja osoitteesi. Oikein vastanneiden kesken arvomme S-ryhmän 50 euron lahjakortin. Arvontaan osallistuvat Yhteishyvän ja HOK-Elannon Yhteishyvän vastaajat.

JYRKI TAKALA KUVA ISTOCKPHOTO

Elina Hirvonen on tuomarina WSOY:n ja Prismatarinan viemää -kirjoituskilpailussa, jossa haetaan viihteellisiä lukuromaaneja.

Ilman kahvia mikään ei suju

Kirjailija Elina Hirvosen mielestä ruoanlaittoon liittyy paljon rakkautta.

Muistatko syödä, kun kirjoitat?

Aina! Syön jotain helppoa ja nopeaa, ettei ruokailu katkaise pahasti töitä. Kotona lämmitän usein edellisen päivän ruokaa. Ja ilman kahvia en saa mitään tehtyä. Jauhan itse pavut. Usein teen espanjalais-tyyppisen café con lechen, johon käytän kauramaitoa.

Millainen kokki olet?

Haluaisin aina kokeilla uusia juttuja, mutta lasten kanssa pitää hakea kompromisseja. Uunijuurekset markkinoin heille ranskalaisina, ja he innostuivat niistä. Paahdoin bataattia, palsternakkaa ja porkkanaa rapsakaksi ja lisäsin suolaa. Kokkaan paljon juureksista, ja rakastan lehtikaalia ja kikherneitä.

Mitä ruoka sinulle merkitsee?

Siihen liittyy tosi paljon rakkautta – tehdään ruokaa muille ja syödään yhdessä. Lempiruokani on mieheni valmistama thaimaalainen nuudeliruoka pad thai. Olen nautiskelija. Lapsena sain Imatralla jossain ravintolassa niin hyvää korvasienikeittoa, että pyysin isää muuttamaan matkasuunnitelmaa, jotta pääsen syömään sitä uudestaan. Olimme hitaalla moottoriveneellä liikenteessä, mutta isä suostui.

Mistä olet saanut vaikutteita kokkaamiseen?

Sambiassa asuessamme tutustuin paikalliseen perinneruokaan nshimaan. Maissipuurosta pyöritettiin palloja, joita kastettiin erilaisiin sooseihin. Lempisoosini olivat maapähkinä-tomaatti-rapsikastike ja papu-tomaattikastike. Maapähkinä oli siellä tärkeä proteiinin lähde. En ollut aiemmin sitä käyttänyt, mutta maapähkinävoi jäi pysyvästi ruokavaliooni.

Pidätkö päivällisiä?

Silloin tällöin, mutta paineettomalla asenteella. Kodin ei tarvitse olla tiptop. Voin kutsua vieraat tyyliin: ”Tulkaa meille, tilataan pizzaa.” Kaveripiiriläni on rento asenne tällaisiin kutsuihin. Tykkään simppeleistä touhusta, se on parempi kuin odottaa sopivaa hetkeä, jota ei koskaan tule.

WSOY:n ja Prismatarinan viemää -kirjoituskilpailun voittaja saa 10 000 euron rahapalkinnon ja kustannussopimuksen. Tekstit voi lähettää maaliskuun loppuun mennessä osoitteeseen tarinanviemaa@wsoy.fi. Tulokset julkistetaan 6.6.2019. Kilpailu järjestetään WSOY:n 140-vuotisjuhlan kunniaksi.



AUTA KOTIMAAN
VÄHÄVARAISIA
LAPSIPERHEITÄ
SAAMAAN JOULU.

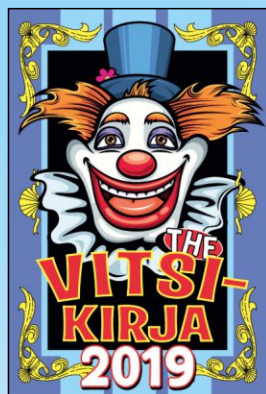
JOULUPATA.FI



JOULUN LAHJAKIRJAT!



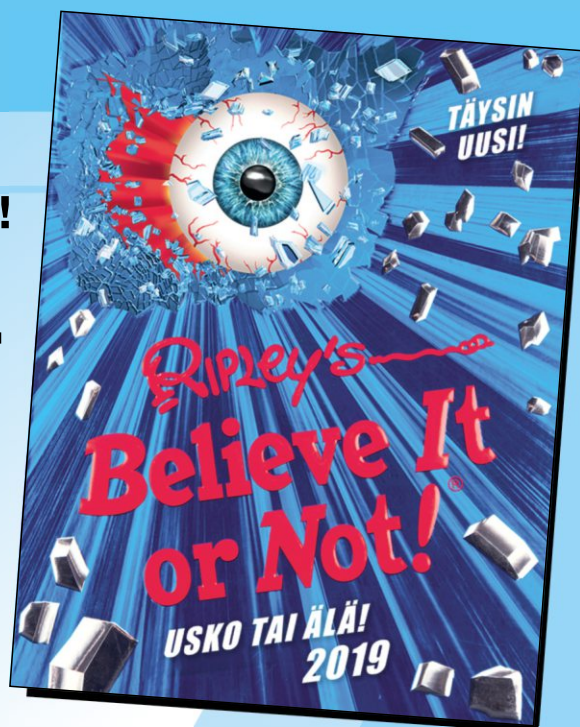
Rohkeiden poikien kirja
Ben Brooks



The Vitsikirja 2019
Joachim Readme

Ripleyn usko tai älä! 2019

Tämä hämmästyttävä Ripley'n usko tai älä! -sarjan tuorein kirja ällistyy kummallisia tosiasioillaan, tarinoillaan, haastattelullaan ja erikoisartikkeleillaan. Hyppää kyytiin!



Harry Potter – Sauva valitsee velhonsa
Warner Bros.



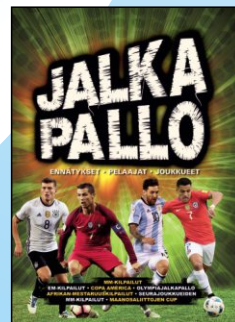
Harry Potter – Kelmien kartta
Warner Bros.



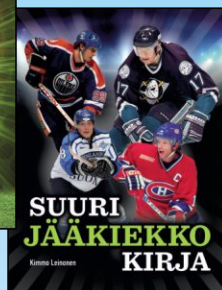
Fortnite – Suuri pelikirja
Dennis Publishing



Fortnite Battle Royale – Salaisuudet
Jason Rich



Jalkapallo – Ennätykset, pelaajat, joukkueet
Keir Radnedge



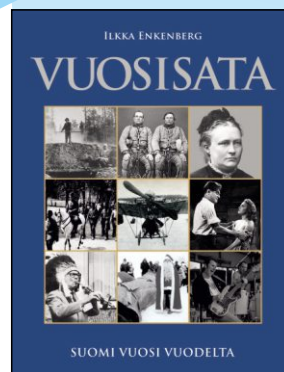
Suuri jääkiekkokirja
Kimmo Leinonen



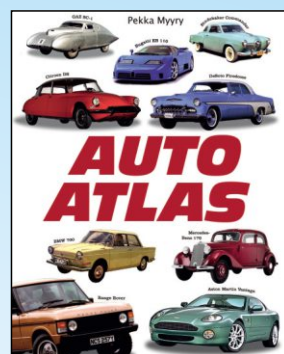
Ennätysten rikkoajat – Uskomattomien ennätysten kirja
Dorling Kindersley



Lasten pikkujättiläinen – Visuaalinen ensyklopedia
Dorling Kindersley



Vuosisata – Suomi vuosi vuodelta
Ilkka Enkenberg



AutoAtlas
Pekka Myrry