

Kamppi-Eira



N:o 14 | 29.8.2024

KAMPIN, RUOHOLOHDEN, HIETALAHDEN, PUNAVUOREN, EIRAN, KAIVOPUISTON, KAARTINKAUPUNGIN & ULLANLINNAN

KAUPUNGINOSALEHTI

Soita meille kun haluat saada asuntosi myytyä!

010 585 5800



Pinta-alaa syvemmältä

Ullanlinna, Korkeavuorenkatu 3

TATU TYNIN
MAGIC CASTLE
TAIKASHOW

ASTORIAKLUBI.FI
14.9.
ASTORIA KLUBI
ISO ROBERTINKATU 14

lippu.fi

KAARTIN

APTEEKKI · APOTEK

PALVELEMME

MA-PE 9-19

LA 10-15



APTEEKKISI KASARMITORILLA

Perinteisten apteekkipalveluiden lisäksi myös muut terveys- ja hyvinvointipalvelut saman katon alta:

- lääkehoidon arvioinnit
- kokeneen sairaanhoitajan palvelut
- kosmetologin palvelut apteekkihoitolassa

POHJOINEN MAKASIINIKATU 9



Löydä työhyvinvointiasi Kaartinkaupungista

Yrityksesi tärkein voimavara ja menestyksen perusta ovat ihmiset, joiden hyvinvoinnista huolehtimalla yrityskin voi hyvin. Silloin työn tekemisen olosuhteilla on keskeinen merkitys.

Täysin uudistuneessa Fabian 21 -toimitila-korttelista löytyvät kaikki palvelut, joita tarvitaan onnistuneen työpäivän ja sujuvan arjen rakentamiseen. Täältä lähdet virkistyneempänä kuin saavut.

Tutustu täysin uudistuneisiin toimitiloihin **fabian21.fi**



Suojaisa
pyöräparkki



Oma
kuntosali



80 halli-/ulkoautopaikkaa,
latauspisteitä sähköautoille



Aulapalvelu

SPONDA

Kiinnostuitko? Ota yhteyttä:

Asiakaspalvelu 020 355 6677, asiakaspalvelu@sponda.fi

fabian 21

**Testamentit,
edunvalvontavaltakirjat,
perunkirjoitukset ja
muut perheoikeudelliset
toimeksiannot alueellasi
ammattitaidolla.**

**ASIANAJOTOIMISTO
TAINA VILÉN OY**

☎ 050 3554285
✉ taina.vilen@advoforum.fi



**Fredan freesein
optikkoliike**

Opti-Anna

Fredrikinkatu 16
Puh. 050 464 1950
Avoimna: Ark 12-18
www.opti-anna.fi

Kesäkadut



Taru Reinikainen

Varma kesän merkki ovat katu-työt. Tuntuu, että kesä kesältä katu-työiden määrä vain paisuu kaupungissamme. Liikkuminen on osin aikamoista trapetsitaiteilua. Kiertoreitit vaihtelevat päivittäin ja kiertotiet ovat välillä kohtuuton pitkiä. Samaan aikaan tietöiden takia ainakin raitiovau-nureittejä muutetaan. Ainakin minulla keskustassa liikkuminen on vähentynyt merkittävästi. Ei vain jaksa miettiä mistä sitä tänään mahdollisesti pääsee eteen-päin ja mihin mikäkin kulkuväli-ne kuljettaa.

Katutöitä suunnitellaan käsityk-seni mukaan varsin pitkään. Kadunkäyttäjistä tämä ei aina tunnu siltä. Joskus kiertoreitit ovat niin epäloogisia tai ei-toimivia, että oi-kein jää hämmästyneenä asia ih-mettelemään kuka tämänkin on keksinyt. Kiertoteissa usein unohtuu jokin käyttäjäryhmä kokoa-nan. Esimerkiksi saatetaan tehdä reitit kävelijöille mutta pyöräilijät ohjataan turvottomasti muun lii-kenteen sekaan. Oma ryhmänsä ovat liikuntaesteiset. Esimerkik-si pyörätuolilla liikkuja tarvit-see tasaisen alustan kuoppainen hiekkapolku ei oikein liikkumis-ta edistä.

KIERTOREITEILLÄ toisten huo-mioiminen korostuu. Autoilijoi-



JUHA LAITALAINEN

Auki revityt kadut ovat tuttu näky Helsingissä.

**"Kiertoteissa
usein unohtuu
jokin käyttäjäryhmä
kokonaan.**

silla ei tunnu olevan mitään vai-kutusta.

KESÄ OLI lämmin ja raikkaita ke-säsateita oli vähän. Pölyiseen kau-punkiin, kun sade on paras helpos-tus. Katutyöt osaltaan pahentavat pölyn määrää kaupungissa.

Kaupungissa on normaalistikin meluisaa, mutta katutyöt entises-tään pahentavat tilannetta. Kuun-telin kesällä useana päivänä hiek-kauphallusta naapurista. Totuin kyllä hiljalleen, mutta näinhän se ei saisi olla.

Kaupunkia pitää kehittää ja ka-tutyöt ovat tarpeellisia. Toivoisin kuitenkin, ettei kaikkea tarvitsisi yhtä aikaa toteuttaa. Töiden jak-sottaminen ja ennakointi helpot-tavat meidän kaikkien elämää. Oman haasteensa tuovat erilai-set kesätapahtumat. Tapahtumat ovat ihania, mutta valitettavan usein nekin ovat päällekkäin, jol-loin liikennevaikutukset monin-kertaistuvat.

Kirjoittaja on asukasaktiivi Punavuoresta

**Illallinen upeassa Helsingin
saaristossa. Tervetuloa!**



Royal Line

Est. 1945

VARAUKSET ja TARKEMMAT TIEDOT:
www.royalline.fi tai info@royalline.fi,
puh. +358 (0) 207 118 333.

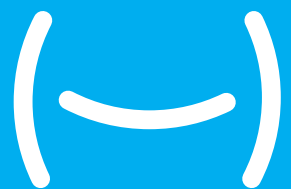
**Anna perinteinen lahja
joka kestää läpi elämän**

Laadukas nalle on lahja joka kestää aikaa ja kulkee mukana läpi koko elämän. Meiltä löydät pehmot lasten leikkeihin, käsin tehdyn keräilynallen merkkipäivän lahjaksi, tai vaikkapa tosi turvallisen unikaverin. Tervetuloa tutustumaan!



Nallekauppa Little Teddy Shop Merimiehenkatu 10 nallekauppa.fi

**HETKESSÄ VALMISTA
010 274 4700
hammashammas.fi**



HAMMAS & HAMMAS

Hammaslääkärisi
Hietalahdessa

Kamppi-Eira

ILMESTYY SEURAAVAN KERRAN 12.9.



Kirjanpidon ja yritysconsultoinnin palvelua vuodesta 1984 sähköisellä tai perinteisellä tavalla toteutettuna.

Bulevardin Tilitoimisto Oy

Olemme täysin digitalisoitunut toimisto ja huolehdimme asiakkaan puolesta mm. tulorekisteri-uudistukseen liittyvät raportoinnin integraatiot sekä itse raportoinnin viranomaisille. Tulorekisteri ei aiheuta toimistomme asiakkaille lisätoimenpiteitä, vaan huolehdimme nämä heidän puolestaan!

Yhteydenotot: Anneli Ali-Penttilä 0400 137 766
Bulevardi 3 B 12, 00120 Helsinki • www.bulevardintilit.fi



HOK-ELANNON HAUTAUSPALVELUN

KIVIPÄIVÄT
2.-13.9.2024

-10% + BONUS

S-Etukortilla uuden hautakiven tilauksesta -10% + Bonus jopa 5%.

Lisätiedot: hok-elannonhautauspalvelu.fi



**HOK-ELANNON
HAUTAUSPALVELU**



TÖÖLÖLÄINEN OY



PAIKALLISLEHDET_HELSINKI

Muotoilun juhlaa

Kamppi-Eira

Muotoilua ja arkkitehtuuria
juhlustetaan syyskuussa
ympäri kaupunkia.

Pohjoismaiden suurin muotoilu- ja arkkitehtuurfestivaali Helsinki Design Week valtaa kaupungin 6.–15. syyskuuta. Pinnan alla -vuositeeman mukaisesti festivaalin ohjelmassa sukellaan syvälle luoviin prosesseihin ja nostetaan pinnalle luovien alojen kiinnostavimpia ilmiöitä kolmessa eri päätapatumapaikassa ja yli sadassa muussa tapahtumassa.

Helsinki Design Weekin päätapatumapaikka on tänä vuonna Hakaniemessä, Paasivuorenkatu 3:ssa sijaitseva vanha pankkisali.

Paasivuorenkadulla on tarjolla päiväkohtaisesti vaihtuvaa keskusteluohjelmaa niin kaupunkilaisille kuin suunnittelualojen ammattilaisille 11.–14. syyskuuta.

Esimerkiksi torstaina 12. syyskuuta Arkkitehtuurin teemapäivässä on luvassa keskustelua uudesta arkkitehtuuri- ja designmuseosta.

”Matka kohti uutta arkkitehtuuri- ja designmuseota on juuri nyt ison askeleen äärellä – uuden museorakennuksen suunnittelukilpailun myötä syntyy Helsingin kaupunkikuvaan uusi näkyvä maamerkki ja toimija. Kilpailun tuomat näkemykset uudesta museorakennuksesta herättävät konkreettisia ja käsin kosketeltavia ajatuksia siitä, mitä kaikkea uusi museo tarkoittaa luoville aloille, pääkaupunkiseudun elinvoimalle – tätä keskustelua on tärkeää käydä jo nyt”, sanoo Suomen arkkitehtuuri- ja designmuseosäätiön toimitusjohtaja **Kaarina Gould**.

TEEMAPÄIVÄ päättyy inspiroivaan Arkkitehtuurin talo -ilänviettoon, jossa arkkitehdit kertovat suosikkiasuinrakennuksistaan.

Perjantaina luvassa on moniäänistä keskustelua monialaisesta



HELSINKI DESIGN WEEK

Helsinki Design Weekin päätapatumapaikkana toimii tänä vuonna Hakaniemessä Paasivuorenkatu 3:ssa sijaitseva vanha pankkisali.

luovuudesta – ja tietenkin lennokas, odotettu PechaKucha Night. Lauantaina julkaistaan uusi Helsingin arkkitehtuurikartta ja kuullaan muita puheenvuoroja kaupunkien kehittämisestä.

Tapahtuma huipentuu lauantaina Helsinki Design Nightiin, joka tuo tilaan klubitunnelman, musiikkia ja performansseja.

HELSINGIN kaupungin ja Helsinki Design Weekin yhteinen tunnustus Helsinki Design Award nostaa tänä vuonna pinnalle muotoilualan yritystoiminnan.

”Tänä vuonna haluamme Helsinki Design Awardilla huomioida muotoiluvetoisten yritysten rohkeaa, merkityksellistä ja kansainvälistä toimintaa. Muotoilu ja

luovat alat ovat merkittäviä kestävän yhteiskunnan tekijöitä, kertoo tuomariston jäsen”, Helsingin kaupungin designjohtaja **Hanna Harris**.

Helsinki Design Award julkaistaan tiistaina 10. syyskuuta festivaalin avajaisissa.

Helsinki Design Weekin aikana etenee myös visiotyö Hanaaaren voimalan tulevan käytön selvittämiseksi. Kaupunki järjestää viikon yhteydessä visiotyöpajat sekä kaupunkilaisille että ammattilaisille.

Luvassa myös tutut klassikotapahtumat kuten Design Market Kaapelitehtaalla 7.–8.9, Open Studios -avointen ovien illat 6. ja 13.9, sekä Design Diplomacy -tapatumasarja suurlähettiläiden residensseissä 11.–13.9.

Paasivuorenkatu 3:n lisäksi festivaalin päätapatumapaikkoja ovat myös Aalto-yliopiston uusi Marsio-rakennus (6.–15.9.) sekä Habitare Messukeskuksessa (11.–15.9.).

► helsinkidesignweek.com

NELIÖT LIIKKUU^{LKV}


KATAJANOKKA, KT 87,5 m² 21417337

4h+avok+kph+khh/wc+lasitettu parveke
Katajanokanranta 17 E. Täysin remontoitu läpitalon perheasunto hyvällä paikalla. Näkymät Kalasatamaan ja Korkeasaareen asti. E=E/2018. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 528 000 €


MUNKKIVUORI, KT 79 m² 21446783

4h+k+kph+lasitettu parveke
Porintie 2 A. Kuudennen kerroksen perheasunto vehreällä alueella. Hyvä pohja. Lasitettu aurinkoparveke. Näkymät merelle asti. E=E/2018. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 453 286 € Vh. 468 000 €


ETU-TÖÖLÖ, KT 76,05 m² 21297214

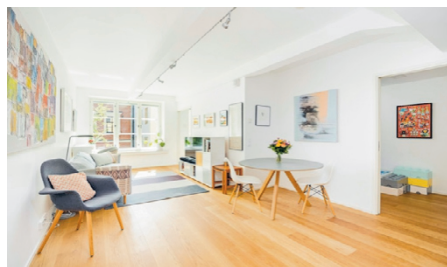
3h+avok+rt+kph
Museokatu 23 A. Harvoin tarjolla Karhutalossa toimiva koti. Huippusijainti ja huippuyhtiö. Tervetuloa! E=E/2018. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 615 354 € Vh. 638 000 €


TAKA-TÖÖLÖ, KT 66 m² 20467053

3-4h+k+kph+ranskalainen parveke
Savilankatu 2 D. Viidennen kerroksen koti Gripenbergin korttelissa. Hyvä yhtiö. Näkymät läpi korttelin. E=F/2013. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 488 000 €


KRUUNUVUORENRANTA, KT 66 m² 21243902

3h+avok+kph+s+terassialue
Saaristolaivastonkatu 6 C Ylimmän kerroksen kattotuoneisto merinäköyhteydellä. Mahdollisuus ostaa autotallipaikka 30.000 €. E=B/2028. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 467 784 € Vh. 545 000 €


KAMPPI, KT 63,5 m² 21278211

2-3h+avok+kph
Lönrotinkatu 28 B. Huoletonna asumista 2016 saneeratusta yhtiössä. Laadukkaat materiaalit ja avara pohja. E=E/2013. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 453 300 € Vh. 548 000 €


ETU-TÖÖLÖ, KT 58,5 m² 20662651

2-3h+k+kph
Runeberginkatu 28 B. Tyylikäs läpitalon koti keskeisellä sijainnilla. Tehokas pohjaratkaisu. Tervetuloa! E=F/2013. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 438 000 €


KAMPPI/HIETALAHTI, KT 48 m² 21905234

2h+avok+alkovi+kph
Kalevankatu 44 A. Neljän kerroksen valoisa koti huippupaikalla. Rauhallinen sijainti, palvelut lähellä. Heti vapaa. E=C/2018. **Esittely yksityisnäytöin!**
Mh. 345 000 €

MARKKU HAKALA

Kiinteistönvälittäjä LKV, KTM
www.markkuhakalalkv.fi

markku.hakala@neliotliikkuu.fi
+358 40 486 1986



Ajankohtaista

Puiden kasvatti

Kamppi-Eira
Juha Laitalainen

Viivi on kasvanut yhdessä 80-luvulla istutettujen Fredrikintorin vaahteroiden kanssa.

Fredrikintorin peruskorjauksen ideasuunnitelma alkoi torikahveilla viime viikon keskiviikkona, jolloin paikalla oli myös **Viivi Berghem**, kuten monet muut suunnitelmista kiinnostuneet alueen asukkaat. Helsingin Kaupunkitilat Oy:n asiantuntijat ja peruskorjauksen vastaava projektipäällikkö **Maria Lalla** kertoivat suunnitelmasta ja vastasivat asukkaiden kysymyksiin. Suunniteluvaiheen jälkeen Fredrikintorin rakentaminen alkanee loppuvuodesta 2025. Siihen mennessä torialueen vanhojen puiden kohtalokin lienee jo selvillä.

TOIMITTAJA Viivi Berghem on neljännen polven punavuorelainen. Hän kävi koulunsa Punavuorenselällä ja Ratakadulla. Välillä Viivi on kierrellyt maailmaa palaten kotiseudulleen parisen vuotta sitten asettuen torin laidalle puolisonsa ja kahden lapsensa kanssa. Helsingin kaupungin suunnitelmista Berghemillä heräsi suuri huoli, sillä jokaisen suunnitelman lähtökohtana oli kaikkien vanhojen puiden kaataminen. Yhden luonnoksen liitteenä oli aikomus säästää pieni osa vanhoista puista, mutta yhtään vanhaa puuta ei Berghemin mukaan saisi kaataa. Hän on aiemmin asunut mm. Pariisissa ja Kiovassa, joissa vanhoja puita arvostetaan ja suorastaan vaalitaan.

”Miksi ei meillä?”



JUHA LAITALAINEN

Helsingin kaupungin peruskorjauksesta vastaava projektipäällikkö Maria Lalla (vas.) otti Fredrikintorin kupeessa asuvien Aino Ruutun ja Viivi Berghemin toiveet huomioon yhteisöllisessä ja rakentavassa tilaisuudessa.

Pariisissa asfalttia avataan kasvillisuudelle ja puille. Tavoitteena on istuttaa 170 000 puuta, jotta kaupungin lämpötila laskisi.

Berghemin mukaan puut ovat tärkeitä nimenomaan ilmastomuutoksen näkökulmasta. Paikallinen kasvillisuus on korvaamatonta, kun kuumuus ja rankkasateiden aiheuttamat tulvat lisääntyvät.

Myös Aalto-yliopiston tutkijoiden tuoreessa tieteellisessä artikkelissa todetaan, että kaupungeista tulee kuumia ilman kasvillisuutta ja puita. Samassa tutkimuksessa käy ilmi, että vihre-

ää on kadonnut Helsingissä noin 15 prosenttiyksikköä 1970-luvulta 2010-luvun alkuun. Tämä tieteellinen peruste tukee Berghemin näkemystä siitä, että Fredrikintorilta ei saisi kaataa yhtään puuta.

Berghemin mukaan vanhat puut on aina parempi säilyttää kuin istuttaa tilalle uusia. Hän mainitsee viereisen Roban esimerkkinä siitä, mitä nuorille puille on käynyt. Iso osa niistä on kuollut, sillä hentoina ne eivät kestä kaupungin kolhuja ja Helsingin armottomia sääolosuhteita.

KAUPUNGIN 21.8. järjestämä

”Iso osa Roban nuorista puista on kuollut. Ne eivät kestä sääoloja.

Fredrikintorin peruskorjauksen suunnittelutilaisuus oli Berghemin mukaan mukavan yhteisöllinen.

”Oli erityisen tärkeää päästä ilmaisemaan huolensa ja toiveensa projektista vastaaville ammattilaisille, kuten Helsingin kaupungin projektipäällikölle sekä torin peruskorjauksen suunnittelusta vas-



Viivi Berghemin kotoa avautuu kaunis ja vihreä näkymä Fredrikintorille vanhoine puineen.

taaville suunnittelijoille.”

”Tilaisuudessa oli vahva konsensus vanhojen puiden säilyttämisen puolesta ja torimyyjien toiminnan turvaamisesta, etenkin remontin aikana. Ympärikuutisen kukkakauppiaan yritystoiminta perustuu paikalliseen asukaskuntaan eli hän ei voi muuttaa remontin ajaksi esimerkiksi Hietalahden- tai Malmintorille.”

Viivi Berghem kiteyttää remontin olennaisimman asian kauniisti.

”Kaupungin pitää turvata, että peruskorjaus toteutetaan siten, että yksikään Fredrikintorin puu ei vaurioidu!”

JAPANILAISTA KÄSITYÖTÄ

MATSUDA

Liikkeessämme laaja Matsuda-mallisto ainoana Suomessa.
Nopea linssitoimitus, hiontatyö Suomessa.

Asiantuntijat apunasi kehysvalinnassa.

Puh. 045 112 9451
Av. ma-pe 11-18, la 11-16
optii.fi

OptiiCat
Erottajankatu 9

Easy
The Eagles Tribute Band
Fly Eagle Fly 50 Juhlakonsertti
Aleksanterin teatteri
Su 8.9. KLO 16.00
lippu.fi



”Matka on nautinto ja arkea ylittävä kokemus”

TEMA-matkat ovat löytöretkiä kiehtoviin kulttuureihin, historiaan ja myös luonnon ihmeisiin. Matkallamme on aina mukana asiansa osaava suomenkielinen Tema-opas, jonka ansiosta tutustut maahan ja sen vierailukohteisiin pintaa syvemmältä – muistoja eliniäksi. Asiakkaamme palaavatkin matkoillemme kerta toisensa jälkeen!



MONIKULTTUURINEN MALESIA

Malesialla on uskomattoman paljon tarjottavanaan. Lähes kahden viikon pituisella matkalla ehdit kokea paratiisillisia pikkusaaria, sademetsiä ja vilkkaita kaupunkia. Näemme muun muassa monikulttuurisen Kuala Lumpurin, maailmanperintökohde George Townin trooppisella Penangin saarella, Cameron Highlandsin kauniit teeviljelmät ja Sandakanin sademetsät. Suurella Borneon viidakkosaarella vierailemme orankien kuntoutuskeskuksessa ja teemme unohtumattomat venesafarit Kinabatangan-joella.

Lähdöt: 18.11.2024 ja 18.2.2025, 15 pv, alk. 4 750 EUR



MEKSIKO – Maykansojen jalanjäljillä ennen ja nyt

Matkamme Jukatanilla on löytöretki mayakansan kulttuuriin. Kun espanjalaiset konkistadorit 1500-luvun alussa nousivat maihin nykyisen Meksikon alueelle, he kohtasivat intiaanien korkeakulttuurin, johon kuuluvat monumentaalinen arkkitehtuuri, taidekäsityöt, hyvin rakennetut kauppaket, kirjoitustaito sekä matematiikan, kalenterin ja astrologian tuntemus. Tutustumme matkalla myös Méridan ja Campechen kaupunkien ja nykypäivän Meksikoon. Meille löytyy myös omaa aikaa rentoutumiselle. Kiertomatka päättyy parin päivän rantalomalla Akumalin valkoisilla rannoilla.

Lähtö: 30.1.2025, 16 pv, alk. 5 450 EUR



UUTUUS!

INDOKIINA – Vietnam, Kamdodža ja Luang Prabang

TEMA:n Indokiinan kiertomatka vie sinut Saigonista Mekong-joen suistoon ja Mekong-jokea pitkin Phnom Pheniin. Matkamme jatkuu halki Khmerien valtakunnan Kamdodžaan, jossa koemme unohtumattomia elämyksiä Angkor Watiin temppelikaupungissa. Nykyaikainen pikajuna vie meidät maailmanperintöäköhde Luang Prabangiin Vientianeeseen, jonne päättämme tämän uskomattoman antoisan kiertomatkan.

Lähtö: 15.2.2025, 14 pv, alk. 4 890 EUR



VÄRIKÄS KUUBA

Kiertomatkamme Kuubassa vie sielukkaaseen Havannaan, siirtomaa-aikaiseen Trinidadiin ja Che Guevaran Santa Claraan. Matkan muita kohokohtia ovat muun muassa vehreä Viñalesin laakso ja Cienfuegosin kaupunki. Matkamme on löytöretki lämminsydämykseen Kuubaan, jonka luonnonmaisemat, värikkäät kaupungit, sikari- ja sokeritehtaat, mielenkiintoinen historia, rikas kulttuuri ja vauhdikkaat rytmit tekevät lähtemättömän vaikutuksen.

Lähtö: 14.2.2025, 16 pv, alk. 4 250 EUR

AUSTRALIA JA UUSI-SEELANTI

Tuntuu uskomattomalta, että yhden matkan aikana on mahdollista nähdä ja kokea näin paljon: koalat trooppisessa sademetsässä, Iso valliriutta, Uluru (Ayers Rock), Yarra Valleyn viinialue ja Sydney, Uuden-Seelannin maorikulttuuri, kaupungit ja vuonot. Tällä matkallamme Australian ja Uuteen-Seelantiin se on kuitenkin mahdollista. Menomatalla viivähdämme monikulttuurisessa Singaporessa.

Lähtö: 16.11.2024 ja 22.2.2025, 25 pv, alk. 11 890 EUR

Huom! 22.2.2025 lähdöllä opastus ruotsiksi!



TEMA™

Muistoja eliniäksi

Inspiroidu lisää osoitteessa **TEMAMATKAT.FI**

✉ info@temamatkat.fi ☎ (09) 4245 2298

Seuraa meitä myös sosiaalisessa mediassa

www.instagram.com/temamatkat

www.facebook.com/Temamatkat

Kulttuuri

Helsinki täyttyy elokuvista

Elokuva

Kamppi-Eira
Minna Karila

Suomen suurimmaksi elokuvafestivaaliksi paisunut Rakkautta & Anarkiaa levittäytyy Helsingin keskustaan jälleen syyskuussa.

Rakkautta & Anarkiaa -festivaali, kansainväliseltä nimeltään Helsinki International Film Festival (HIFF), on saanut uuden toiminnanjohtajan, **Kaisa Närerannan**, joka on toiminut mm. Musiikkitalon urkuhankkeen projektipäällikkönä.

”Korona vei minua elokuvia kohti. Oma tuotantoyhtiöni teki oopperatuotantoja, ja kun koronasulku tuli, piti alkaa miettiä vaihtoehtoisia suunnitelmia. Striimausten rinnalla aloimme tehdä dokumenttielokuvia suomalaisista säveltäjistä **Kari Tikasta** ja **Kaija Saariahosta**. Dokumentit ohjasi **Riitta Rask**. Fiktioelokuvaan minulla on kosketuspintaa ainoastaan katsojana, mutta into perehtyä johonkin uuteen on aina ollut sisälläni. Väitän, että jokaikisesta työstä on elämässä hyötyä. Vanhempieni esimerkiksi päädyin itsekin yrittäjäksi ensin kiinteistöalalle ja myöhemmin kulttuurin pariin. Ensimmäinen työni oli rappusiivooja. Siitä opin sen, että on paljon asioita, jotka huomaamme vasta sitten, kun tekijä puuttuu, ”Rakkautta & Anarkiaa -festivaalin tuore toiminnanjohtaja Kaisa Näreranta sanoo.

FESTIVAALIN toiminnanjohtajan pestiin kuuluu taloudenhoitoa ja strategiatyötä, verkosto- ja kumppanuustyötä sekä tulevaisuuden ideointia yhdessä tiimin kanssa.

”Saamme sekä EU-rahoitusta että Helsingin kaupungin ja Suomen elokuvasektorin tukea. Eri-aiset kumppanuudet ja yritysyhteistyöt ovat kuitenkin entistä tärkeämpiä. Ja iso osa rahoituksestamme tulee lipputuloista”, Näreranta sanoo.

Miten viestikapulan vaihto sinun ja edellisen toiminnanjohtajan **Anna Möttölan** välillä sujui?

”Ihanasti. Saimme olla kuukauden töissä yhdessä, mikä on poikkeuksellista. Annalla oli paljon hiljaista tietoa, jota hän pystyi perehdytykseni lomassa kertomaan. Festivaalia tehdään sitoutuneesti suurella sydämellä: mukana on 7 vakituista ja 23 määräaikaista työntekijää sekä noin 140 vapaaehtoista.”

Kuka valitsee elokuvat?

”Festivaalin taiteellinen johtaja

ja sen perustajajäsen **Pekka Lannerva** ja ohjelmistosuunnittelija **Outi Rehn** keskittyvät leffoihin ja levittäjäverkoston ylläpitämiseen. Heidän ympärillään on kuraointitiimi, joka koostuu entisistä R&A:laisista, jotka tekevät vapaaehtoistyötä katsomalla, arvioimalla ja vinkkaamalla elokuvista.”

Tänä vuonna esitetään noin 130 pitkä elokuvaa ja 95 lyhytelokuvaa. Näytösmäärinä se tarkoittaa noin 400 esitystä. Iso osa festivaalielokuvista ei koskaan tule Suomessa teatterileivitykseen.



Kaisa Näreranta on Rakkautta & Anarkiaa -festivaalin uusi toiminnanjohtaja. Tänä vuonna festivaalilla esitetään noin 130 pitkä elokuvaa ja 95 lyhytelokuvaa, näytöksiä on kaikkiaan noin 400.

Kaisan festaritärppi

The New Boy (Warwick Thornton, Australia)

Cate Blanchett ja nuori näyttelijälupaus Aswan Royd ilahduttavat Cannesissa ensi-iltansa saaneessa elokuvassa, joka vie Australian aavikon kuumuuteen ja maan synkkään historiaan 1940-luvulle. Poliisin kiinniottama aboriginaalipoika joutuu syrjäiseen luostariin, jonka nunnajohtaja piilottelee paikan salaisuuksia. Elokuva tarttuu rohkeasti uskonnon ja kolonisaation teemoihin ammentuen Australian alkuperäiskansaan kuuluvan ohjaaja Warwick Thorntonin henkilökohtaisista kokemuksista.



”Monet elokuvistamme ovat tämän vuoden uutuuksia, jotka saavat maailman ensi-iltansa esimerkiksi Cannesin elokuvajuhlilla toukokuussa ja lähtevät sitten kiertämään maailmaa. On aina hieman epävarmaa, ehtivätkö ne Helsinkiin, joten pidämme aikaikkunaa auki mahdollisimman pitkään.”

Tänä vuonna festivaalilla saavat Suomen ensi-iltansa mm. **Viggo Mortensenin** ohjaama, käsikirjoittama, tuottama ja tähdittämä *The Dead Don't Hurt*. Tulossa on myös *The New Boy*, jonka keskeisessä roolissa nähdään **Cate Blanchett**.

”Valitettavasti Mortensen ja Blanchett eivät tällä kertaa pääse paikalle”, Kaisa Näreranta nauhahtaa.

R&A suosii teemoja ja kantaottavuutta.

”Yksi festivaalimme luonteenomainen piirre on se, että mukana on erilaisia sarjoja ja yhteiskunnalliseen keskusteluun rohkaisevaa ohjelmistoa. Elokuvanäytöksissä samanhenkisen yleisön läsnäolo tekee kokemuksesta ainutlaatuisen. Joskus esitysten yhteydessä voi myös tavata elokuvantekijöitä ja käydä keskustelua.”

Festivaalikeskuksena on Lasipalatsin Bio Rex, esityksiä on kaikkiaan 12 teatterissa. Joukkoon palaa nyt myös töölöläinen Korjaamo Kino.

Festivaalin suurin kävijäryhmä on perinteisesti ollut 25-45-vuotiaat. Näreranta iloitsee siitä, että yli 45-vuotiaiden kävijämäärät ovat kasvaneet.

”Haluaisinkin painottaa, ettei tämä ole vain nuorten elokuva-festivaali. Elokuvakäynnistä voi myös tehdä samankaltaisen kuin käynnistä konsertissa. Nykyisin monissa teattereissa katsomoon saa ottaa mukaan vaikka lasillisen viiniä. Ja Korjaamo tekee tänä vuonna festarille oman R&A-menunsa.”

”Klassisen musiikin ja oopperan parissa työskennellessäni kuulin usein epäröintiä ihmisiltä, jotka eivät olleet käyneet oopperassa, etteivät he luultavasti ymmärrä siitä mitään eivätkä edes tiedä, miten oopperaan tulisi pukeutua. Moni voi pohtia elokuvafestivaalin kohdalla samankaltaisia asioita. Festivaalin nimi, erityisesti anarkia-sana, voi säpsähdyttää vanhempaa polvea. Mutta anarkialla tarkoitetaan tässä yhteydessä pikemminkin yhteiskunnallista kantaottavuutta, rohkeaa ajatusten herättelyä ja ilmaisun vapautta, ei väkivaltaa eikä raakuuksia.”

➤ Rakkautta & Anarkiaa 19.-29.9. Tietoa festivaalista hiff.fi



TÖÖLÖN APTEEKKI
SÄHKÖTALON ALAKERRASSA

TARJOUKSESSA



19,98

(norm. 27,62 €)

Berocca Energy Orange

60 poretablettia

B-vitamiineja, C-vitamiinia, magnesiumia ja sinkkiä sisältävä poretabletti.

12,90

(norm. 16,44 €)

Bepanthen eye

10 ml

Kosteuttavat silmätipat kuiville, ärtyneille ja väsyneille silmille. Avattu pullo säilyy käyttökelpoisena 12 kk.



Tarjoukset voimassa 31.8. saakka.

ma-pe 8-21 • la 10-18 • su 12-18

Kampinkuja 2, 00100 Helsinki
puh. 09 441 919

www.toolonapteekki.fi



**HELSINGIN
AIKUISOPISTO**

OPPIMISEN JA HYVINVOINNIN KESKUS

148 UUTUUTTA

ABBA-laulukurssi

Aivojen terveys

Cocktailkurssi

Graffitin suunnittelu

Kuntopiiri

Seniorikurssi

Värianalyysi

1 000+ KURSSIA

Ota aikaa itsellesi



HELAO.FI • RONEBERGINKATU 22-24 • TOIMISTO@HELAO.FI

Musiikkitalon Urut Soimaan • Syksy 2024

→ la 21.9. 19:00 11,50-46 €

RESITAALI

• Amelie Held, urut

Mediassa urkujen pop-tähdeksi ja virtuoosiksi kutsuttu Held soittaa konsertissaan mm. Saariaho-urkusävellyskilpailussa palkitun Simon Holtin teoksen.

→ ti 1.10. 19:00 11,50-49 €

SACRED & SAARIAHO

• Anu Koms, laulu
• Marzi Nyman, urut

Anu Koms ja Marzi Nyman heittäytyvät Duke Ellingtonin ja Kaija Saariahon universaaleihin äänimaisemiin.

→ ma 11.11. 19:00 11,50-46 €

KLANG-KONSERTTI

• Franz Danksagmüller, urut

Franz Danksagmüllerin, Lyypekin musiikkikorkeakoulun urkumusiikin professorin ja säveltäjän, konsertissa kuullaan ensimmäistä kertaa Musiikkitalon urkuja yhdistettynä tietotekniikkaan.

→ ti 10.12. 19:00 11,50-36 €

JOULUN TARINAT

Maamme eturivin urkurit johdattelevat jouluisiin tunnelmiin yhdessä mezzosopraano Essi Luttisen ja basso Nicholas Söderlundin kanssa. Yleisö pääsee myös laulamaan tuttuja joululauluja Konserttisalin uusien urkujen säestyksellä.

Tervetuloa konsertteihin!
Liput: musiikkitalo.fi



**curaMIN ON PARAS
NIVELTUOTE**



curaMIN ON VALITTU USA:N
PARHAAKSI NIVELTUOTTEEKSI
NELJÄNÄ VUONNA PERÄKKÄIN.



**MARKETTA PÄÄSEE TAAS
KYYKKYYN JA YLÖS!**

"curaMINin tehon todella huomasin: nivelet alkoivat tuntua mukavimmilta ja joustavimmilta. Kankeuden, raskauden ja epämukavuuden tunteet olivat ties-sään. Ilahduin kovasti, kun pääsen taas ketterästi kyykkyyh ja kyykystä ylös."

curaMINILLA ON MAAILMANLAAJUISESTI
MILJOONIA TYYTYVÄISIÄ KÄYTTÄJIÄ
- OLE SINÄKIN YKSI HEISTÄ!

TUTKIMUS* TODISTAA:

90%

SAA AVUN NIVELILLEEN

**101 KLIINISTÄ TUTKIMUSTA
TODISTAVAT TEHON**

Marketan nivelet voivat hyvin, koska curaMINin sisältämä, maailman dokumentoiduin BCM95-kurkumiiniuute auttaa suojaamaan niveliä ja tukemaan normaalia nivelterveyttä ja koska Bospure-boswelliaute tukee nivelten liikkuvuutta ja mukavuutta. curaMINin teho perustuu näiden kahden tutkitun uutteen ainutlaatuisen yhteisvaikutukseen.

OSTA OITIS OMAKSESI SEURAAVILTA JÄLLEENMYYJILTÄ SEKÄ MUISTA TERVEYS- JA VERKKOKAUPPOISTA:



RUOHONJUURI



MARKET

PRISMA

TOKMANNI

HARMONIA

Kamppi-Eira

KULTTUURIN YSTÄVÄ VUODESTA 1979



Marssi taiteiden puolesta

Yhteiskunta

Timo Elo

Taiteiden yönä nähtiin ydinkeskustassa kulttuuriväen marssi taiteiden puolesta hallituksen leikkaussuunnitelmia vastaan.

”Arts Against Cuts -marssin aikana oli tosi hyvä fiilis ja mukana oli yllättävän paljon porukkaa. Oltiin liikkeellä taiteiden puolesta. Ihmiset ottivat marssin aikana marssijoista videoita ja valokuvia, ja monet myös liittyivät mukaan marssimaan. Minusta tuntuu, että tämä oli ainakin omassa muistisani Taiteiden yön aikana ensimmäinen mielenosoitus taiteiden puolesta. Tapahtuma oli myös sikäli kiinnostava, että mukana oli runsaasti museoväkeä”, tapahtuman tiedottaja **Jenna Jauhiainen** kertoo.

Helsingin ydinkeskustassa järjestetty marssi taiteiden puolesta oli myös ensimmäinen näkyvä osa suunnitteilla olevista toimista, joilla pyritään vaikuttamaan hallituksen kaavailemiin taiteen ja kulttuurin määrärahoihin tehtäviin leikkauksiin, jotka marssin järjestäjien mielestä vaikuttavat ideologisilta, eivät taloudellisilta, koska niiden mahdollisesti aikaansaama hyöty jää arvoitukseksi.

Kuluneiden kuukausien aikana hallituksen suunnittelemat leikkaukset taiteen ja kulttuurin aloille ovat aiheuttaneet laajaa huolta. Leikkausten koetaan uhkaavan taiteen ammattilaisten ja kulttuurityöntekijöiden toimeentuloa, kulttuurilaitosten jatkuvuutta ja kulttuuriohjelmien saatavuutta koko maassa, järjestäjät toteavat.



Taiteiden yönä marssittiin taiteiden puolesta leikkauksia vastaan.

MARSSI alkoi Rautatientorilta ja jatkui Mikonkadulta Esplanadin puiston kautta Lönnrothin- ja Annankadulle, josta marssittiin edelleen Kampin kautta Eteläiselle Rautatiekadulle ja Kansalaistorille, jossa esiintyi muun muassa näyttelijä-muusikko **Elsi Sloan**.

”Katujen varrella tätä 2,5 kilometrin marssia seuranneet suhtautuivat tapahtumaan myönteisesti. Kiinnostava näkökulma oli myös se, että kun on Taiteiden yönä ihmiset pääsevät eri puolilta kaupunkia nauttimaan ilmaiseksi kulttuurista, nyt he varmasti hahmottivat myös sen, että ensi vuonna Taiteiden yö saattaa olla toisenlainen, mikäli hallituksen leikkaukset karsivat taiteiden rahoitusta”, Jauhiainen kertoo.

”Vaikka Taiteiden yön tarjonta on yleisölle ilmaista, tapahtuman taiteilijat ja muut tekijät sen kuitenkin jollakin rahalla aikaansaatavat.”

Arts Against Cuts -tapahtuma kokosi yhteen taiteilijoita, taidelaitoksia ja taiteen eri alojen työntekijöitä.

Järjestäjien mukaan tapahtuma syntyi tarpeesta muodostaa yhtenäinen rintama taiteen ja kulttuurin kestävänsä tulevaisuuden puolesta Suomessa, jossa alalla arvioidaan työskentelevän 130 000 henkeä.

Kulttuuririntama ilmoittaa vastustavansa leikkauksia, koska sen mielestä julkisen rahoituksen tulisi vaalia, hoitaa ja tukea kaikkien ihmisarvoista elämää sosioekonomisesta asemasta riippumatta.

”Huolta leikkausten mahdollisista vaikutuksista kannetaan niin museokentällä kuin vapaan taiteen alueella. Vapaan kentän taiteilijoilla on aina ollut pienet resurssit. Mutta nyt on alkanut kuulua, että myös museopuolella ollaan huolissaan siitä, miten pystytään pitämään kokoelmista

”Jos joudutaan supistamaan toimintaa, menetetään valtava määrä tietotaitoa.

huolta ja mihin tämä kaikki johtaa. Jos joudutaan supistamaan toimintaa, menetetään helposti valtava määrä vuosikymmenien aikana kerääntynyt tietotaitoa ja osaamista etenkin silloin, jos joudutaan henkilöstöä potkimaan pihalle. Vapaalla puolella on paremmin totuttu jongleeramaan projekteja, mutta museopuolella tämä on oikeasti pelottavaa.”

”Toivon että yhä useammat ajattelevat, miten hallituksen leikkauspolitiikka saattaa vaikuttaa taiteen kenttään. Ja totta kai olemme solidaarisia kaikkia aloja kohtaan eikä kurjistamista pitäisi kohdistaa keneenkään. Mutta vielä on aikaa, ennen kuin syyskuun alussa hallituksessa kokoonnutaan päättämään seuraavista leikkauksista”, tapahtuman tiedottaja Jenna Jauhiainen sanoo.

SUOMEN valokuvataiteen museon museonjohtaja FT **Anna-Kaisa Rastenberger** on ollut mukana organisoimassa tapahtumaa.

”Marssi onnistui yli odotusten. Mukana oli laskujemme mukaan noin 450 osallistujaa”, hän sanoo.

”Suomen valokuvataiteen museon osuus järjestelyissä on siinä, että Arts Against Cuts -liike on nimenomaan sellainen, jossa koko taiteen kenttä on yhdessä mukana. On yksittäisiä taiteilijoita ja isompia instituutioita, kuten museoita, koska on todella tärkeää ymmärtää, että taiteen kenttä on ekosysteemi, jossa tarvitaan ihan kaikkia toimijoita. Ja kun rahoitusleikkauksilla uhkaillaan, ei voida kategorisesti ajatella, että leikataan vaan joiltakin.”

”Tosiasiassa kulttuuriin kohdis-

tuvat leikkaukset ovat vain pieni osa valtion kokonaisbudjetista, ja koko taiteen kenttä yhtenäisesti vastustaa leikkauksia.”

”Jostakin syystä hallitus ei tunnuymmärtävän sitä, että taiteeseen ja kulttuuriin panostaminen on investointi. On olemassa valtavasti tutkimuksia siitä, miten taiteeseen ja kulttuurin investoimalla saadaan vaikutusta vaikkapa asuinalueiden kehittämiseen. Investoinnin myötä myös kiinteistöjen arvot nousevat sekä palvelut ja terveysvaikutukset lisääntyvät.”

”Jotenkin meidän täytyy saada hallitus ymmärtämään tämä ennen kuin budjettipäätökset tehdään.”

MITEN mahdolliset leikkaukset vaikuttavat Suomen valokuvataiteen museon toimintaan?

”Iso osa rahoituksestamme on valtiolta tulevaa julkista rahaa. Valokuvataiteen museo on valtakunnallinen vastuumuseo ja vastaa koko Suomen mitassa siitä, että valokuvaa säilytetään tuleville sukupolville niin, että he ymmärtävät, mikä valokuvassa historiallisesti on ollut keskeistä ja tärkeää säilyttää tuleville sukupolville.”

”Museot ovat toki erikokoisia, ja pahimmillaan tämä saattaa johtaa siihen, etteivät museot voi säilyttää suomalaista kulttuuriperintöä. Tämä voi johtaa henkilöstövähennyksiin ja siihen, että moni pieni organisaatio kuolee. Se voi myös johtaa siihen, että yhä useampi taiteilija siirtyy työttömyystuelle. Tämähän on aivan hölmöläisten hommaa!”

On olemassa ihmisiä, jotka ovat valmiita sanomaan, ettei taidetta tarvita. Ymmärrätkö heidän ajatuksiaan?

”En ymmärrä lainkaan. Sanoisin, että tässä marssissa ja sen yhteydessä järjestetyssä katujuhlassa - tässä koko hankkeessa - on keskeistä se, että yritämme saada päättäjät ymmärtämään, että taiteen kenttä on kokonaisuus, eikä siitä voi irrottaa osia ja leikata vain joiltakin. Taiteen kenttä on kokonaisuus, jota täytyy myös kokonaisuutena suojella ja tukea. Tämä on tärkein viesti, ja sen takia on myös erittäin tärkeää, että valokuvataiteen museo on ollut tässä mukana.”

”Pitäisi muistaa, että taide ja kulttuuri edustavat ihmisyyttä. Niiden suhteen ei ole kysymys naiivista idealismista, vaan ne ihan oikeasti lisäävät työllisyyttä ja hyvinvointia. Ja ne ovat valttavan tärkeä osa ihmisyyttä.”

”Taiteilijoiden ja kulttuurialan ammattilaisten työkokemuksen kannalta on äärimmäisen tärkeää, että työmahdollisuuksia on sekä erikokoisten instituutioiden että vapaan kentän toimijoiden parissa. Vain siten kehitetään parhaalla tavalla osaamista, osallistutaan alan sisäisiin keskusteluihin ja kokeillaan erilaisia tekemisen tapoja. Esimerkiksi ilman elinvoimaista vapaata kenttää tällainen kokemus pitäisi hakea ulkomailta”, Anna-Kaisa Rastenberger sanoo.



PIENVARASTOTILAA VIHDINTIEN VARRELTA!

Viidentalo tarjoaa siistit ja valoisat pienvarastotilat oikeasti edullisilla hinnoilla ja loistavalla sijainnilla. Höyläämötie 11 - helppo tulla ja olla!

Katu ja lastauslaituritaso:

Korkeus 350 cm
Hinnat:
• 6m² – 90 eur / kk
• 9m² – 135 eur / kk
• 10m² – 150 eur / kk
• 20m² – 240 eur / kk

Muut kerrokset (tavarahissi):

Korkeus 300 cm
Hinnat:
• 9m² – 120 eur / kk
• 14m² – 168 eur / kk
• 17m² – 198 eur / kk

Ole yhteydessä:

Janne Rautio
050 301 7191
janne.rautio@ibero-yhtiot.fi
www.viidentalo.fi

Hintaan sisältyy:
• pääsy varastolle 24/7 • lämmitys ja sähkö
• ei aloitusmaksua tai takuuvuokraa
• hintoihin lisätään arvonnäkövero



VIIDENTALO
toimisto- ja pienvarastotilaa

JUHA LAITALAINEN



Tanssia ja kenkiä

Kengät kuin kengät ja niiden mukainen tanssi. Shoes on tanssija-koreografi Wilma-Emilia Kuosan viides kantaesitys, jota esitettiin Koko-teatterissa viime viikolla. Shoes koostuu eri tanssilajeista, populäärikulttuurista ja kengistä, joista jokainen edustaa omaa tanssitekniikkaansa ja sen vaatimia taitoja.

Bulevardin urologi

Monet jäävät ikävien virtsaelinten vaivojen kanssa yksin. Se ei kannata, sillä urologin vastaanotolla saa paitsi oireille selityksen, myös apua ongelmaan.

Teksti ja kuvat
Petri Laaksonen

Bulevardin ja Fredrikinkadun kulmassa sijaitseva lääkärikeskus Mehiläinen tarjoaa monipuolisia palveluita terveydenhoitoon. Samoissa tiloissa on myös sairaala ja työelämäpalveluiden yksikkö. Bulevardin Mehiläisessä työskentelee yli 80 lääkäriä ja terveyden asiantuntijaa, kaikki oman alansa huippuammattilaisia.

Urologeja, miesten ja naisten virtsaelinten ja niihin liittyvien oireiden sekä sairauksien erityisosaajia, on Bulevardin yksikössä useita. Yksi heistä on Virossa syntynyt **Erik Veskimäe**.

MIKÄ SINUA aikanaan kiinnosti urologiassa?

”Kirurginen puoli viehätti, sekä monipuolisuus. Kilpailevia erikiosaloja ei opiskeluaikoinani ollut, urologia oli juttuni. Oli minulla nuorempana muutama esikuva-kin alalta”, Veskimäe kertoo vastaanottohuoneellaan Bulevardilla.

Miksi vastaanotollesi tullaan?

”Vastaanotolleni tulee niin miehiä, kuin naisia. Miehiä tosin hieman enemmän. Urologisia sairauksia voi esiintyä koko elinkaaren aikana. Yleensä nuorilla on erilaisia vaivoja, kuin iäkkäämmillä. Nuorilla pojilla on ongelmia usein esinahassa tai kiveksissä. Aikuisiässä lantionkipu ja virtsaoireet lisääntyvät, voi olla esimerkiksi ihomuutoksia peniksen alueella, heikko paine, huono rakon tyhjeneminen, virtsarakon yliaktiivinen toiminta, yöllä toistuva virtsaamistarve ja kivesten alueella nesteilyä tai patteja.”

”Virtsaamiseen liittyvät ongelmat ovat yleisiä. Ihmiset ovat enenemässä määrin kiinnostuneita terveydestään ja monet tulevat yleiskartoitukseen tai vain hakemaan ohjeita terveydenhoitoon.”

”Miehillä huolenaiheena on usein myös mahdollisesti matala miessukupuushormonin taso sekä erektiohäiriöt.”

MILLOIN MIES voi epäillä alhaisia testosteroniarvoja?

”Seksuaalinen haluttomuus, aloitekyvyttömyys, väsymys, erektiohäiriöt etenkin aamuerektion poisjäänti ovat tästä merkkejä. Testosteroniarvot mitataan verikokeella. Erektiohäiriöitä hoidetaan yleensä lääkkeillä.”

”Erikseen on kiireelliset asiat, kuten verta virtsassa tai poikkeava kipu. Toimenpiteeseen hakeudutaan myös, jos ei ole aikeissa hankkia lapsia ja ehkäisyn kanssa on ongelmia. Vasektomia, eli miehen sterilisaatio on pysyvään raskauden ehkäisyyn tähtäävä toimenpide. Urologin tehtäviin kuuluvat myös munuaiskivien ja kasvaimien tutkiminen”, Veskimäe kertoo.

MYÖS etätapaamiset ja puhelinkonsultaatiot kuuluvat lääkärin arkeen.

”Vaikka tapaaminen on suo-



Erik Veskimäe on asunut Suomessa 20 vuotta. Miehillä eturauhasen tulehdus on yleinen syy tulla tapaamaan urologia. Vaikka vaiva voi tulla myös kylmästä, ei Veskimäe suosittele perusterveitä jättämään väliin kylmässä vedessä uimista.



Mehiläinen Bulevardi on urologisena yksikkönä edennyt viimeisen vuoden aikana paljon. Veskimäe kertoo, että palvelevia urologeja on tullut lisää taloon, samoin asiantuntevia hoitajia, tutkimusmahdollisuuksiin sekä leikkaussalitöimintaan on panostettu. Munuais- ja virtsaelinten sairauksien tutkiminen onnistuu yksikössä kattavasti: Palveluvalikoimaan kuuluvat mm. virtsarakon tähytykset, eturauhasen ultraääni ja koepalat, virtsankulun tutkimukset sekä munuais- ja virtsaelinten laboratorio- ja kuvantamistutkimukset. Urologiset pientoimenpiteet, kuten miehen sterilisaatio onnistuvat toimenpidepoliklinikalla. Leikkaussalissa tehdään esimerkiksi eturauhasen höyläystoimenpiteitä eturauhasen liikakasvun hoitona.

siteltavaa, pystymme tietyissä asioissa auttamaan myös puhelimitse.”

Mitä vastaanotollasi sitten tapahtuu?

”Tärkeintä on kattava esitietojen kartoitus, onko sairauksia taustalla, millainen on lääkitys. Moni lääke tai muu sairaus voi vaikuttaa asiakkaan olemassaoleviin oireisiin. Samalla tavalla oireista voidaan löytää muita sairauksia, kuten esimerkiksi diabetesta tai uniapneaa. Kartoituksen jälkeen katsotaan riittääkö keskustelu vai tarvitaanko lisätutkimuksia, leikkausta tai lääkkeitä. Tutkimuksista yleisimmät ovat eturauhasen ultraäänitutkimus, virtsarakon tähytykset ja virtsasuihkun mittaus. Asiakkaan kertomuksesta käy usein ilmi myös hänelle elämänlaadun kannalta

niin suositellen käyntiä vastaanotolla. Akuutit tapaukset vaativat usein myös ammattiapua.”

”Edellä mainituissa vaivoissa on meidän tärkeä varmistaa, että rakko tyhjenee hyvin. Joskus taas virtsarakko viestittää turhan herkästi, vaikka rakko ei täynnä olikkaan. Ratkaisu kyllä löytyy, joko elämäntapamuutoksilla, lääkkeillä tai leikkauksella.”

VESKIMÄEN mukaan virtsaaminen on hyvin luonnollinen asia, johon ei tulisi liikaa kiinnittää huomiota. Juuri siksi ei ole oikeastaan mitään ohjetta, miten ihminen voisi kotona hoitaa rakkoaan paremmin. Yleiset hyvät ohjeet liikunnan, riittävän unensaannin ja kuitupitoisen ruokavalion osalta ovat hyödyllisiä myös urologisissa vaivoissa. Tupakoinnilla on merkittävä rooli urologisten sairauksien kehittämisessä.

”Monesti pelkäästään keskustelu niin sanotusta normaalista virtsaamisesta vähentää asiakkaan huolta. Pyydämme asiakkaitamme täyttämään virtsaamispäiväkirjaa, johon kirjataan vessakäynnit ja juodon nesteen määrät. Kerromme vastaanotolla, että 6-8 vessakäyntiä vuorokaudessa on ok ja kertamäärät ovat noin 3 dl luokkaa. Eikä virtsamäärän tarvitsisi olla kahta litraa enemmän vuorokaudessa. Jos asiakkaalla on tarve käydä vessassa selkeästi yli 10 kertaa päivässä, niin silloin olisi syytä harkita selvittelyjä”, Veskimäe sanoo.

”Meiltä haetaan usein myös mielenrauhaa. On tärkeää, että voi nukkua yöt levollisesti.”

Eturauhassyöpä on Suomessa miesten yleisin syöpä.

”Yleensä eturauhassyöpä löytyy niin aikaisessa vaiheessa, että potilas joutuu joko seurantaan tai sitten suunnittelemme hoidot niin, että vaivasta pääsisi eroon.”

”Hankalan eturauhassyöpästä

tekee se, että oireita tulee vasta, kun sairaus on levinnyt luustoon ja muualle. Siksi verikokeitse otettava PSA-arvo on hyvä tehdä tiettyssä iässä, ja etenkin jos lähisuvussa on sukurasitusta.”

”Oireiden takia tullaan tapamaan urologia, kun on liikakasvua tai eturauhasen tulehdukseen sopivia oireita.”

Missä iässä miesten olisi hyvä hakeutua itse PSA-arvoja mittaamaan?

”Se on ollut vuosikausia keskustelunaiheena. Jos sukurasitusta ei ole, niin ensimmäinen PSA-arvo olisi hyvä ottaa noin 50-vuotiaana. Jos arvot ovat kohdillaan, ei testiä tarvitse tehdä vuosittain. PSA testin tuloksen tulkitseminen ei kuitenkaan aina ole helppo ja urologin arvio voi olla tarpeellinen.”

HÄPEILEVÄTKÖ ihmiset tulla urologin vastaanotolle?

”Yleensä asiakas on pohtinut pitkään, ennen kuin ottaa meihin yhteyttä. Tänäpä käynyt asiakas sanoi miettineensä ongelmaansa 20 vuotta. Nuoret ovat rohkeampia tai tietoisempia ja ottavat mielestäni iäkkäämpiä herkemmin yhteyttä. Toki osa asiakkaista on hyvin etupainotteisesti yhteydessä, varmistaakseen että kaikki on kunnossa.”

Eikö itse voi tehdä mitään pitääkseen virtsatiealueensa kunnossa?

”Kannustan asiakkaitani lantion alueen venyttelyyn ja kunnossapitoon. Siitä on tutkitusti apua sekä virtsaamispuolen hallinnassa, seksuaalisessa toiminnassa että eturauhasleikkauksesta toipumisessa. Hyvin paljon oireita tulee liiallisesta istumisesta, jolloin lantiontila on huono. Kotona voi aloittaa esimerkiksi Kegelin harjoituksilla. Jooga, pilates, taiji tai vaikka kamppailulajit ovat hyviä liikuntamuotoja. Vahva suositus on myös tupakoinnin lopetus.”

Urologin työ on epäilemättä palkitsevaa, kun voi vaikuttaa ihmisten elämänlaatuun.

”Kyllä vain. Vastaanotoilla on myös vahva vuorovaikutus, koska monet asiakkaat ovat kiinnostuneita omasta terveydestään. Lääkärin monologi ei ole tätä päivää.”

”Välillä saan kiitoskortteja asiakkailta. Ne tuntuvat aina hyvältä”, Erik Veskimäe sanoo.



MEHILÄINEN

**Mehiläinen Helsinki
Bulevardi**

- Bulevardi 22
00120 Helsinki
- Ajanvaraus
p. 010 414 00
- www.mehilainen.fi

Veden, paperin ja pigmentin pidot

Näyttely

Kamppi-Eira
S. Soininen

Uranourtaja Akvart
galleriassa juhliitaan 15
vuoden iloista taivalta.

Iltapäiväaurinko hemmottelee somasti tyyntä Humalistonkatua. Viheriöivät katupuut kaunistavat takatöölöläistä funkkismiljöötä. Olympia-Esson takana, sopivasti suojassa Mannerheimintien hälyltä sijaitsee lajiluokkansa harvinaisuus, tiettävästi Suomen ainoa akvarellitaiteelle omistautunut galleria.

Vesivärimaalareiden - ei niin tiukkapiipoista - sanctumia on pyörittänyt ansiokkaasti Akvart-osuuskunta 15 vuoden ajan. Kulmahuoneistossa sijaitsevan gallerian isojen ikkunoiden äärelle sopii pysähtyä katsomaan vesivärimaalauksia, ja sitten käydä peremmälle viehättävään galleriaan, jossa näyttelyvieraat vastaanottaa päivystysvuorossa oleva akvarellisti, osuuskunnan jäsen. Hänen läsnäolonsa voi kuitata nyökkäyksellä tai mikä mukavinta häneltä voi kysellä vaikka akvarellien mielenkiintoisista tekniikoista.

GALLERIAN tuulikaappiin on ripustettu juliste: Konkarit yhdessä - akvarelleja täysillä. Toden totta, akvarellien ilosanoma on kantanut täysillä kaikki nämä 15 vuotta. Gallerian avajaisia vietettiin 1.9.2009. Tiktok-ajanlaskun mukaan valovuosia sitten. Silloin galleriassa esittäytyi vaikuttava maskuliininen 12 miehen kokoonpano tunnettuja kuvataiteilijoita **Lauri Ahlgrenista Osmo Visuriin**. Taidemaalari, runoilija **Tuomas Mäntynen** on ollut osuuskunnan tärkeä neuvonantaja, ja hän on myös jyrittänyt Akvartin näyttelyitä.

VIIME maanantaina, kauniina kesäpäivänä oli väkeä kokoontunut juhlanäyttelyn avajaisiin tuvan täydeltä. Arpavarkaat-trion soitama lupsakka folklore-musiikki kohotti tunnelmaa. Oodi rentoutumiselle on aina kaikille suositeltava, ja vaimokin on oman oodinsa arvoinen. Rento yhdessäolon tunnelma oli iloinen.

Tänä päivänä osuuskunnalla on noin 250 jäsentä, joista osa harrastaa mielilajiaan omaksi ilokseen,

omia tunteitaan tulkitakseen. Osa jäsenistä on omistautuneita ammatti- tai puoliammattitaitilijoita. On helppo allekirjoittaa osuuskunnan puheenjohtaja **Anna-Mari Karhusen** juhlapuheen sanoma akvarellistien yhteisön virkeästä elinvoimaisuudesta. Puheenjohtaja Karhunen (KTM) on tehnyt pitkän uran liike-elämän palveluksessa, mutta taide ja taiteen tekeminen on kulkenut hänen rinnallaan jo pitkän aikaa.

AKVARTIN primus motor ja perustajajäsen **Maikki Haapala** sai 15 vuotta sitten mandaatin Suomen Akvarellitaiteen yhdistykseltä etsiä näyttelytila. Galleria-ryhmänsä kanssa katsasti tiloja, joissa voisi esitellä vesivärimaalauksia. Yhteisöllä ei ollut tuolloin edes pankkitiliä. Humalistonkatu 1:stä oli vapautunut liiketila tai dekehystämön jäljiltä. Visualistit oivalsivat heti tilan potentiaalin. Vuokraamiseen ja remonttiin tarvittavat rahat koottiin nopeasti lähipiiristä. Mutta sitten tuli mutkia matkaan. Kiinteistönvälittäjä oli junaillut tilan parturitulleen. Komissaari Haapala, joka on kaikkea muuta kuin nössö, tarttui puhelimeen ja soitti taloyhtiön hallituksen puheenjohtajalle, joka sanoi, että tila on teidän.

”Olemme hyvin kiittolaisia tänäkin päivänä hyvästä yhteistyöstä taloyhtiön kanssa,” Haapala sanoo. Pankkitilikin saatiin avatua gallerian hoitokunnalle tutun pankinjohtajan avustuksella. Itse osuuskunta perustettiin joulukuussa, jolloin organisaatio oli valmis. Alusta asti osuuskunnan missiona on ollut vesiväritaiteen statuksen kohottaminen sekä akvarellistien innostaminen ja rohkaistaminen.

Tilat kunnostettiin tutun hollantilaisen arkkitehdin avustuksella hyvin toimivaksi galleriaksi. Yläkertaan tulvii valoa isoista ikkunoista. Lattiaa peittää mosaiikki, vaaleat seinät ja valaistus luovat hyvän estradin ripustukselle. Portaita laskeudutaan alakertaan, jossa on kaksi pientä kammaria. Tuoleilla voi hengähtää ja tutkia akvarelleja. Valkoiseksi maalatulla tiiliseinällä hehkuu vedestä, paperista ja pigmentistä kehkeytyvä sävykykyys, kesäisen kedon värikykyys, mutta myös tummien sävyjen harmonia ja tulivuoren laavavirran valtava voima. Taidokkaat viinirypäleet edustavat kesän satoa. Eloisat porot säntäävät tunnelmissa.

JUHLANÄYTTELYN onnistunut ripustus tarjoaa miellyttävän elä-



Akvart-osuuskunnan puheenjohtaja Anna-Mari Karhunen (vas.) ja perustajajäsen, taiteilija Maikki Haapala ovat paitsi akvarellisteja myös vesivärimaalauksen unilukkareita. Taustalla oleva Lähtö-niminen teos on toteutettu laveeraamalla kuivalle paperille märkää väriä. Karhusta inspiroi maalauksessa television uutisvirta, Islannin tulivuorenpurkaus. ”Minun oli aivan pakko siirtää laavan valtava energia ja liike paperille,” hän sanoo.



Sudenkorento-akvarelli on valmistettu vesivärillä maalatusta paperimassasta.

myksen katselijoille. Näyttelyssä, jonne vieraat toivottaa tervetulleiksi sympaattinen, punaviinilasilla skoolaava herrasmies, on esillä 56 teosta, jotka ilmentävät akvarellien monimuotoisia tekniikoita ja kaikkia aihepiirejä maan ja taivaan väliltä.

OSUUSKUNTA on järjestänyt vuosien saatossa lukuisia kursseja.

”Yksi jäsenistä on kouluttanut 10 vuoden aikana niin monilla kursseilla, että laskin sen vastaavan kolmen vuoden yliopisto-opintoja,” Haapala kalkyloi.

Kursseilla taiteilijat opettavat esimerkiksi uusia mahdollisuuksia vesiväri-ilmaisulle kuten hiekan hyödyntämistä maalauksessa.

”Kerätkää kapineita ja värittäkää ne vesiväreillä,” tokaisi kerran taidemaalari **Mauri Favén** Haapalalle. Mainittakoon, että Haapala itse on taiteen maisteri ja hän on toiminut kuvataideopettajana. Hauskana kytköksenä todettakoon, että puheenjohtaja Karhu-



Akvart Galleria sijaitsee töölöläisessä funkkismiljöössä Humalistokatu 1:ssä. Ikkunoihin ripustetut teokset tarjoavat ohikulkijalle silmänruokaa ja peremmälle kannattaa myös astua.

”Akvarellien toteutustapoja on monia. Märkää märeille tai kuivalle. Myös paperilaadulla on merkityksensä.

nen oli Haapalan kuvataideopeutuksessa Steinerkoulussa.

VESIVÄRIMAALAUSTA pidetään vanhempien naisten harrastuksena. Totta, mutta intoa ja kykyä irtottautua älypuhelimien ruudulta löytyy nuoremmiltakin ja tietenkin myös miehiltä.

”Nuoren polven edustajan, kuvataiteilija **Juliana Hyrrin** teokset ovat aivan ihastuttavia,” Haapala innostuu. Haapala mainitsee myös kuvataiteilija **Minna Pyykön**, jonka maailma käsittää muutakin kuin lumoavia luonto-ohjelmia, akvarelleja nimittäin. Hänen teoksensa sekamelskasta voi löytyä hellyttävä sammakko tai mäyrä.

VALLITSEVA sesonki näyttäytyy

näyttelyn teosten tematiikassa. Hehkuvia kukkia, veden liplatus ja kuohunutta sekä myös huolellisten siveltimen vetojen synnyttämiä eläviä olentoja. Abstraktien esitysten tulkitseminen on aina viihdyttävää.

Akvarellien toteutustapoja on monia. Märkää märeille tai kuivalle. Myös paperilaadulla on merkityksensä. Veistosmainen *Sudenkorento* on akvarelli sekin. Se on muotoiltu vesiväreillä maalatusta paperimassasta. Maikki Haapalan *Moon Glow* on varsin kiehtova. Yhdestä tuubista on pursunnut ultramariinia, magentan punaista ja viridianin vihreää. Vesi laittaa pigmentteihin säpinää, ja värit leviävät jännittävästi tahoilleen pigmentin painosta riippuen.

”Vesivärimaalari saa olla rohkea ja kokeellinen. Asioiden tulkinta taiteen kautta on ollut ihmisessä läsnä jo muinaisista luolamaalauksista lähtien. Taide on totuuden avautumisen tapa,” Maikki Haapala filosofoi **Martin Heideggeriä** siteeraten.

➤ akvart.fi

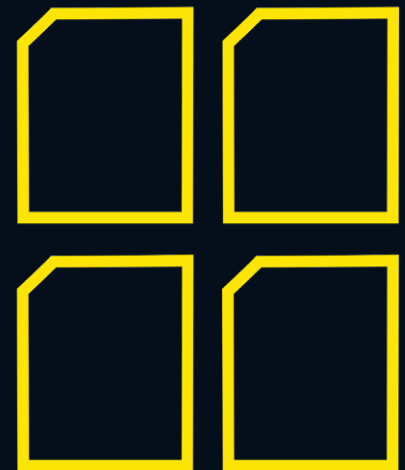


Mittapäivät 28.8.-18.9.2024
kaikki mittatilaustuotteet -20%

Sauna

MA-PE 10-18 • LA 11-15 • BULEVARDI 14

PASSIKUVAUS



ILMAN AJANVARAUSTA

Virallinen passikuva lähetettynä
poliisin lupajärjestelmään.

RAJALA PRO SHOP
KUVAAJIEN TAKANA VUODESTA 1919

Mikonkatu 7
00100 Helsinki
arkisin 9-18
lauantaisin 10-16

MYYMÄLÄ TYHJÄKSI. KAIKKI POIS EDULLISESTI!



MUUTTOMYYNTI

Töölön myymälä palvelee 31.8. asti.

jopa **-50%**

jopa **-60%**

HALORADIO

Haloradio | Eteläinen Hesperiankatu 26 | 00100 Helsinki | (09) 445 633 | www.haloradio.fi | Ark. 10-17

Ruoka

Moderni ruokakauppa historiallisella kauppapaikalla

Kamppi-Eira
S. Soininen

K-Market Roba remontoitiin kiireestä kantapähän.

Unisella Isolla Roobertinkadulla kesäaamun tunnelma on aina mitä mainioin. Punavuori on vasta heräilemässä, kun ruokakaupan ovi aukeaa kello seitsemän. Kaupan ovelelle oli jo hyvissä ajoin kertynyt muutamia janoisia ja nälkäisiä. Kahvi kera paistopisteen lämpimän särvin käynnistää niin työmiehen kuin toimittajan koneen.

K-Market Roba sijaitsee perinteisellä kauppapaikalla, vuonna 1957 valmistuneessa modernistisessä rakennuksessa.

Peremmällä kaupassa voi katsella historiallista valokuvaa, josta voi havaita, että Iso Roobertinkatu 20:n ja 22 tonteilla sijaitsi kaksi hellyttävää pikkutaloa, jotka purettiin 1950-luvulla. Yksikerroksisissa taloissa harjoitettiin matonkudontaa sekä kenkäkauppaa. Katumainoksessa mainostettiin Elantoa.

K-MARKET Roba sijaitsee tilassa, jossa ruokaa on myyty yli 60 vuoden ajan. Talon suunnitelleen arkkitehti **Markus Visantin** käsialaa on myös Café Ursula.

K-Market Roban sisäänkäynnin kohdalla sijaitsi suomalainen Säästöpankki. Talon alakerassa käytiin ostoksilla Roobertin Hallissa. Kauppahallin kahdessa kerroksessa toimi peräti 73 hallimyyämälää. Pienistä koperoista ostettiin lihat, kalat, vihannekset, kukat ja siirtomaatavat. T. Hytin puodissa oli tarjolla kahvia, hedelmiä ja makeisia. Toisessa kerroksessa, jonne noustiin rullaportaiden avustuksella, myytiin leninkejä ja kahviteltiin Nissenillä. Myöhempinä aikoina yläkerrassa oli kahvila-ravintola Roobertin Helmi, jossa söin aina argentiinalaisen lomopihvin. Samaisessa kahvila-ravintolassa kulumakunnan kivijalkakauppiaila oli tapana juoda rennot aamukahvit ja vaihtaa kuulumiset. Kun kello lähestyi h-hetkeä, kaikki kauppiat poistuivat ripeästi tahoilleen kauppajaan avaamaan.

Kauppahalli vaipui historiaan, ja ruokakauppatoiminta jatkui tilassa Valintatalon muodossa. Vuodesta 1995 lähtien perinteisellä kauppapaikalla on toiminut K-Market.

K-MARKET Robassa ei leninkejä myydä, mutta kaikkea muuta senkin edestä. Kaupassa on perä-



Kauppiaaparinkunta Mikko Karmakka ja Anu Helenius remontoivat K-Market Roban viihtyisäksi ruokakaupaksi punavuorelaisten iloksi.

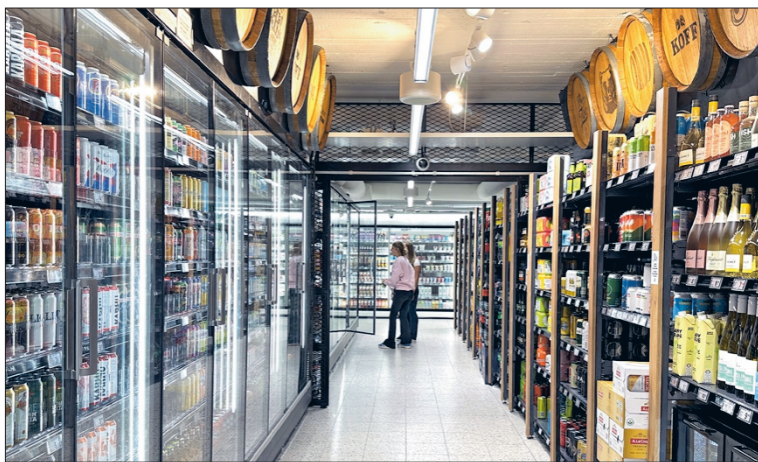
ti 10 000 tuotteen valikoima. Kun kauppahallin 73 kopperossa työskenteli ainakin toista sataa ihmistä, K-Market Roban todella hyvässä järjestyksessä oleva myymälä toimii 16 hengen voimin.

Kauppiaapariskunta Anu Helenius ja Mikko Karmakka aloittivat Roballa K-Kauppiaina viime vuoden tammikuussa. Jo silloin oli selvää, että he tulevat remontoimaan koko liikkeen kauttaaltaan. Lekan varteen tartuttiin joulukuussa ja mittava peruskorjaus ja modernisointityö alkoi purku-työillä. Harmi, että yhtään reliikkiä vanhasta kauppahallista ei löytynyt, paitsi kerrostumien alta vanhoja punaisia ja vihreitä laattoja.

Vanhan tilan remontointi betonia myöden moderniksi ruokakaupaksi oli sitkeän puristuksen työvoitto. Kesäkuussa avattiin kauttaan kunnostettu ja nykyaikaisin myymäläkalustein varustettu K-Market Roba, jonka hyllyihin ja laareihin on sijoitettu kutsuvasti kelpo valikoima päivittäistavaroita. Remontin lopputulema kylä hemmottelee asiakasta.

"K-MARKET Roba on hybridi-kauppa. Olemme kunnan perusruokakauppa, josta voi ostaa kaiken tarvittavan ruoanlaittoon niin arkeen kuin juhlaan. Olemme myös kiireisiä punavuorelaisia palveleva liike, jossa on mittava valikoima valmisruokia ja välipalatuotteita," diplomikauppias Karmakka määrittelee.

Hiostavasta ulkoilmasta on mukava astua liikkeeseen, jossa ilma on raikasta ja sopivan viileää. Aulassa koirakärkyt odottavat karvaturria ostoksille, ja asiakas



Modernin myymälän leveillä käytävillä on hyvä asioida. Juomaosasto on edustava.

voi päättää maksaako hän ostoksensa kassahenkilölle vai itsepalvelukassalle. Kivat kohtaamiset ihmisen kanssa ovat tarpeen ainakin silloin, kun maksaa ostoksensa käteisellä tai ostoskorissa on K18-tuotteita.

KAUPASSA KÄYNNIN ei tarvitse olla hampaat irvessä suoritettu pakollinen toimenpide. Myymälän pinta-ala on 600 neliötä, ja K-Market Roban leveillä käytävillä on mukava asioida ja inspiroitua pursuavasta valikoimasta. Ostoslista on enemmän kuin perusteltu, mutta heräteostoksista ei ole mitään moitittavaa varsinkin, kun aina löytyy jotain uutta ja tarpeellista mitä ei tullut ajatelleeksi.

AULASSA asiakkaita tervehtii kukkaloisto, ja pankkiautomaatti on siirtynyt kadulta sisälle. Tuulikaapissa on pakettiautomaatti.

Hevi-osaston Rööperin Kauppahalli – Röpers saluhal -puulaarit hehkuvat syksyn sadosta ja luovat miellyttävän kauppahallitunnelman. Kas, siinähan on itse Punavuoren maamerkki, Koffin puiston kuusikulmainen torni. Hauskaa. Eivätkä modernien kylmäkaappien, jotka täyttävät heittämällä EU:n uudet kylmälaitteasetukset, ovet ole lainkaan huurussa.

"Meillä on paljon tietoa siitä mitä ihmiset haluavat ostaa, ja toteutimme myös ison asiakaskyselyn, jonka perusteella olemme säätäneet valikoimiamme. Tuulikaapin taululle voi kirjoittaa omat toiveensa, joita kuuntelemme tarkalla korvalla. Asiakkaathan lopulta päättävät mitkä tuotteet kaupan hyllyltä löytyvät," kauppias Anu Helenius sanoo.

Mutta sitten on uusia tuotteita, joita ei tiedä edes tarvitsevana. Siksi kivijalkakauppa, jossa voi ai-



Paikallisuuttakaan ei kaupasta puutu.

na tehdä löytöjä, on mitä tarpeellisin tavarankäytön ja ihmisten kohtaamispaikka.

NYKYPÄIVÄN sortimenttien laajuus on ällistyttävä, lisäksi kauppoilta edellytetään myös laajaa erikoisruokavaliovalikoimaa pien- ja lähituottajien ruokia unohtamatta. Myös laadukas kasvisruokavalikoima on nyt itsestään selvyyttä.

Katsellaanpa mitä valmisruokaa tänään söisi lounaaksi. Lasagne, pyttipannu ja lihapullat muusilla maistuvat aina, mutta tänään tekee mieli pestolla säestettyä kasvispastaa. Puistopiknikille voi poimia jonkin monen sortin salaateista. Tarjolla on aamulla Ruoholahdessa leivottua tuoretta Fazer-leipää.

Juomaosasto on edustava. Kauppiain mietojen viinien kysyntä on kehittynyt myönteisesti, ja nyt kaupasta voi ostaa vaikka tuhdin portterin.

K-Market Roban kala- ja lihamestareiden valtakunta sijaitsee takatilassa, missä he leikkaavat ja pakkaavat tuoretta lihaa ja kalaa myyntipakkausmuotoon, jonka asiakas voi sitten poimia kätevästi tiskiltä. Jos hän ei löydä toivomaansa tuotetta, niin hän voi pyytää mestarilta sellaisen.

Sitten inspiroidun mahtavan leikkelehyllyn äärellä. Charcuterie-lankulle voi ladata illanviettoa kirittämään espanjalaisia ja italialaisia kinkkuja ja makkaroita. Kekkereitä voi täydentää juustoilla ja vaikka oliiveilla tai muilla tapastyyppisillä herkuilla. Löytyyköhän juomaosastolta sopiva punaviini.

UUSITUSSA ruokakaupassa on ilo asioida, ja ahkera kauppiaspariskunta tekee paljon töitä, jotta rööperiläisten arki ja juhla olisi maukas ja sujuva. Mutkattomaan kauppakäyntiin lukeutuu myös avulias henkilökunta.

Läheltä Kampista

MAUKASTA LOPPUVIKKOA

TARJOUKSET VOIMASSA TO-SU 29.8.-1.9.
ELLEI TOISIN MAINITA, TERVETULOA!

LEROY
TUORE JA RUODOTON
LOHIFILEE
VAKUUMISSA, C-LEIKKUU, NORJA
RAJ. 2 FILEETÄ/TALOUS

14⁹⁵
KG

ERIKSSON
GRAAVI- TAI KYLMÄSAVU
**KIRJOLOHI-
VIIPALEET**
150 G (39,93/KG)

5⁹⁹
PKT

MUU
**JAUHIS-
MURUT**
200 G (9,95/KG)

1⁹⁹
RS

PLUSSA-KORTILLA


ATRIA KEVYT
JAUHELIIHA 9,5%
300 G/RS (10,00/KG), ILMAN
PLUSSA-KORTTIA 3,49/RS
(11,63/KG)

Plussa-etu
14%

2^{RS}

AVAAMME PALVELULINJASTON TÄYSIN
UUDISTETTUNA JÄLLEEN SYYS-LOKA-
KUUN VAIHTEESSA.

PLUSSA-KORTILLA


HK
AITO NAKKI
360 G (8,31/KG), ILMAN
PLUSSA-KORTTIA 4,85/PKT
(13,47/KG)

2⁹⁹
PKT

Plussa-etu
38%

ROSTEN
**ROUHE-
VIIPALEET**
380 G (3,29/KG)

1²⁵
KPL

PÍRKKA
**KESÄ-
PERUNA**
2 KG (0,50/KG), SUOMI

0⁹⁹
PS

SIPULI
1 KG, SUOMI

1⁴⁹
PS

PÍRKKA
**MINILUUMU-
TOMAATTI**
250 G (3,96/KG)

0⁹⁹
RS

HK MAAKARIT
**GRILLI- JA
RAAKA-
MAKKARAT**
230-330 G (14,21-20,39/KG)

4⁶⁹
PKT

PLUSSA-KORTILLA


VALIO PROFEEL
LAKTOOSITTOMAT
**PROTEIINIRAHKAT
JA -MOUSSET**
150-185 G/PRK (6,76-8,33/KG)
ILMAN PLUSSA-KORTTIA
1,45/PRK (7,84-9,67/KG)

5⁰⁰
4^{PRK}

SNELLMAN
**NAUDAN
PAISTISUIKALE**
400 G (17,38/KG)

6⁹⁵
RS

Plussa-etu
13%


Kampin Supermarket

KAMPPI

Tavallista parempi ruokakauppa

KAMPIN KAUPPAKESKUS

P. 09 252 6060 | jouni.tuominen@k-supermarket.fi
Palvelemme ma-pe 6.30-22, la 7-22, su 10-22



Yläilmojen verraton cocktailbaari

Kamppi-Eira
S.Soininen

Taivaalliset näkymät ja oivalliset juomat kirittävät oleilua Kupoli-cocktailbaarissa.

Mannerheimintie 5:ssä jökötää Uusi ylioppilastalo. Uusi talo on tosin jo varttunut 114 vuoden ikäiseksi. Arkkitehdit **Wivi Lönn** ja **Armas Lindgren** ideivat rakennuksensa kulmaan komean pyöreän tornin, jota varjelee korkealla yläilmassa vihreäksi patinoitunut kupoli. Alun perin kupoli palveli suojana savupiipulle, josta vielä 1950-luvulla tuprusi nokea ja tuhkaa taivaalle. Talon kellarissa sijaitsi nimittäin sähkö- ja lämpövoimala, jonka savupiippu ulottui tornin huipulle.

Talo, joka oli alkuperäiseltä nimeltään Osakuntatalo, palvelee yhä Helsingin yliopiston ylioppilaskuntaa.

KOHOTTAKAAPA katsettanne. Tornin klassistinen huippu on ylevä, ja kupolia kannattelevat pylvää ja ulkoparveke kiertävät koko tornin. Vielä parempi kehoitus on, että käykääpä peremmälle, sillä tornin huippu on nyt ihmisille avoin oleilukeidas. Uunituoreeseen Kupoli-cocktailbaariin käydään hotellin pääovesta. Aulasta nouseaan ylös hissillä. Savupiippu purettiin jo 1960-luvulla, ja nyt vuosikymmenten jälkeen, toukokuussa avautuneen NH Collection Helsinki Grand Hansa -hotelli on täydentynyt todellisella kruununjalokivellä. Me, jotka jäämme kaipaamaan Seurahuoneen legendaarista baaria, olemme saaneet Kupolista aikamoisen hyvityksen.

Helsinki entusiastille kokemus on huikea. Kaupungin tarkastelu uudesta perspektiivistä vieläpä erinomaista cocktailia siemailleen on todellinen onnen hetki. Baarissa on kaksi kerrosta. Yläkerasta voi astua ulkoilmaan nauttimaan kauas kantavista ja kaikkiin ilmansuuntiin antavista näkymistä koko rakennuksen kiertävältä parvekkeelta. Ikkunapöydän äärellä voi mukavasti istuen nauttia luonnon tarjoamista taivasnäytelmistä. Auringonlaskukin tapahtuu nyt hieman ennen iltayhdeksää. Luonnonvalo määrittelee tilan valoisuuden, ja päivän lyhetessä on luvassa hämäämpää tunnelmaa. Baarin keskellä oleva puupilari-rakennelma muistuttaa tornin alkuperäisestä käyttötarkoituksesta.

"KUPOLI on täysverinen maailmanluokan cocktailbaari," kertoo hotellin juomatuotteesta vastaava baarimestari **Mika Koivula**. Hänen meriittinsä kylmien juomasekoitusten saralla ovat hyvin korkealle arvostetut. Tuttu baarimestari, taitava virtuoosi itsekin kohottaa Koivulan heittämällä lajinsa korkeimpaan eliittiin. Koi-

SAKARI SOININEN



Korkealla sijaitsevan Kupoli-cocktailbaarin annin ideoinut baarimestari Mika Koivula edustaa suomalaisen cocktailkulttuurin armoitettua kärkeä.



Kepeässä Cherry Negrinissa maistuu kirsikan vivahteikkuus.

vula on työskennellyt 17 vuoden ajan cocktailien parissa ja kantanut kortensa kekoon alan kehittämistä ja myönteisestä esiinmarsista. Kupolin juomatarjonnassa liittoutuvat modernit pohjoismaiset elementit ja klassisen cocktailkulttuurin perinteikkyyks.

Pönöttäminen on vaihtunut rentouteen ja hauskuuteen, eikä kello viiden cocktaileille ei ole pakko pukeutua smokkiin. Muistan kuinka aikoinaan Hongkongin Mandarin Orientalin ultra-konservatiivisen baarin ovimies ohjasi sortseihin pukeutuneen vieraan tyyliä karvalakkiosastolle.

KUPOLI-COCKTAILBAARISSA sopii rauhoittua rentouttavalle hetkelle, ja irrottautua hektisestä ajasta toviksi. Korkealla kaupungin

hälyn yläpuolella sijaitsevan baarin rennossa ilmapiirissä on hyvä hengähtää vaikka yhden tai useammankin juoman parissa. Taustalla soi new age -tyylinen musiikki rauhallisesti ja välillä vähän menevämminkin. Joukossa vilahtaa myös kotimaisia kappaleita.

Menulla on kahdeksan mainiota juomasekoitusta. Myös mocktailleja on tarjolla. Koivulan, joka jakaa auliisti osaamistaan ja reseptiikkaansa, kotisivuilta voi käydä noutamassa ilmaiseksi muun muassa hänen kirjoittamansa Alkoholitonnat cocktailit-teoksen. Ravintoloiden ruokalistat rakentuvat alku-, pää- ja jälkiruokista, jotka edustavat eri raaka-aineita ja valmistustekniikoita. Mutta miten laaditaan cock-



Kupolista kaikkiin ilmansuuntiin avautuvat näkymät ovat kiehtovat.



Uuden ylioppilastalon tornin huipulla sijaitsee upouusi cocktailbaari.



Yläilmojen auvoisuudessa nautitussa Nordic Piña Coladassa maistuivat klassikon hyvät ominaisuudet vaikka itse ananas nokkelasti puuttuikin.

tailista? Menulla on tarjolla yllin kyllin raikkautta, hapokkuutta, makeutta, tiukkuutta ja pitkiä sekä lyhyitä juomia. Koivulan intohimon keskipisteessä on halu luoda jotain aivan uutta. Infuusiota eli raaka-aineiden uuttamista on harjoitettu iät ja ajat ja menetelmä on täysin käyttökelpoinen vaikka punajuuren aromien kaappaamiselle. Erilaiset kordiaalit eli makupohjat lukeutuvat arsenaaliin. Vierailin takavuosina Koivulan-kin luotsaamassa Liberty of Death -baarissa, silloin villityksenä olivat erilaiset bitterit. Tekoälyginit ja epäaidot trendijuomat kuten ei-japanilainen sake eivät ole Kupolissa läsnä. Sen sijaan Koivula on jalostanut taiten klassisten cocktailien komponentit uuteen uskoon omalla epäaidolla nerokkaalla otteellaan.

Celery Highballissa maistuu sellerin vieno aromi, joka juontuu ryöpätystä selleristä, jota avittaa sellerin klassikkokumppani omena. Raikkaassa ginillä ryyditetyssä juomassa, joka virvoittaa nuutuneen vieraan, maistuu persikka ja seljankukka.

MAISTELLAANPA Koivulan ideoimaa Piña Coladaa, jolle olen aika perso. Klassinen piña colada vailla piña eli ananasta kuulostaa valankumoukselliselta. Nordic-versio tropiikin ihanuudesta on kerta kaikkiaan mainio. Kuohkeaa ja täyteläistä suutuntumaa on ollut loitimmassa niin omena kuin mascarponella täydennetty kreami. Tyrnimarja ja lime täydentävät juoman, jossa kookos on perinteinen ja niin valloittava elementti.

Jos pitäisi nimetä cocktailien cocktail, olisi se monen mie-

lestä Negroni, juomasekoitusten klassikko 1920-luvulta. Siemaimen Koivulan versiota, jonka kaikkien nyanssien hienot ominaisuudet nivoutuvat tasapainoiseksi Cherry Negriniksi, johon kirsikkakordiaali luovuttaa vivahteensa. Moniulotteisen alkoholit eli Lillet Rose, gini, Campari ja Cascara-vermutti kietoutuvat toisiinsa harkiten ja oivallisesti. Kaikissa aineisissa on itsessään niin paljon maukkautta, että sopii vain hämmästellä miten tasapainoisesti juomassa raavaat maut esittäytyvät.

Strawberry & Rhubarb Daiquiri on todella herkullinen, viimeistään tätä juomaa nauttessa viimeinen synkkyden hattara kaikkoo ja kasvoille kohoo aurinkoinen hymy. Juomasekoitus on kuin ihana kerroksellinen jälkiruoka eri tekstuurein varusteltuna. Esikuvana on ollut raparperiirakka, jota on täydennetty rommiin uutetulla mansikalla. Kaikki aineisosat maistuvat oivallisesti. Muutaman limetipan hapokkuudella ja raparperikordiaalilla on roolinsa. Juoman päällimmäisenä kerroksena on vaniljakastiketta kuohkean vaahdon muodossa. Pinnalle on vielä ripoteltu mansikkapölyä. Hetki on kerta kaikkiaan herkullinen.

JUOMISSA maistuu vallitseva sesonki, joka jatkuu talvella säilötyn ja pikkelöidyn sadon saattelemana. Kauniita drinkkejä on kiva katsella maisemien ihailun lomassa. Cocktailit, joita voi nauttia keskiviikosta lauantaihin kello 17-01, maksavat 18,40-19,40 euroa. Kaupan päälle saa vielä huomaavaisen palvelun.



Verohallinnon henkilökuntaedut verotuksessa -vero-ohje päivitetty



OHJEESSA käsitellään henkilökuntaetuja yksityishenkilön tuloverotuksessa ja ennakkopereinnässä. Ohjeessa on käsitelty yksityiskohtaisesti tuloverolais- sa verovapaaksi säädettyjä henkilö- kunkuntaetuja. Näiden lisäksi on käsitelty myös muita verotus- ja oikeuskäytännössä verovapaiksi katsottuja henkilökuntaetuja.

Myös henkilökunnalle annettavia veronalaisia etuja ja niihin liittyviä työnantajavero-ohjeita on käsitelty lyhyesti.

Ohjeeseen on tehty seuraavia muutoksia:

- Verovapaata työterveyshuoltoa koskeva luku on muokattu kokonaisuudessaan
- Merkkipäivälahjoja koskevaan lukuun on lisätty uusi luku, jossa käsitellään osakeyhtiön omistajien merkkipäivälahjoja.
- Työnantajan järjestämää hieron- taetua koskevaan lukuun on täs- mennetty edun kattaman hieron- nan sisältöä ja määrää.

Lisäksi ohjeeseen on tehty tek- nislouontoisia tarkennuksia.

Lähde: www.vero.fi

Nyt valppaana! – Kyberturvallisuuden kansalaishankkeessa annetaan ohjeita tietoverkkohuijausten tunnistamiseen

TRAFICOMIN Kyberturvallisuus- keskuksen, Digi- ja väestötietovi- rasto DVV:n ja poliisin yhteinen Nyt Valppaana! -kampanja käyn- nistyi. Kampanja näkyy tulevina viikkoina netissä ja sosiaalisessa mediassa. Kampanjan nettisi- vustolle nytvalppaana.fi on koot- tu ohjeita, miten verkkohuijauksia voi tunnistaa sekä miten tulee toi- mia, jos on tullut huijatuksi. Li- säksi sivustolla neuvotaan, miten laitteet ja käyttäjätilit suojataan ja kerrotaan yleisimpien huijausten toimintatavoista.

Tietoturvaosaaminen on kai- kille välttämätön kansalaistaito. Huijaustavat ja -tekniikat kehitty- vät koko ajan. Rikolliset seuraav- at aikaansa ja toiminta on hyvin häikäilemätöntä. Huijarit yrittä- vät erilaisin keinoin saada ihmisiä luovuttamaan esimerkiksi henki- lökohtaisia ja arkaluonteisia tie-

toja itsestään, kuten pankkitun- nuksia ja eri palveluissa käytettyjä salasanoja. Huijauksissa saatu ri- koshyöty on vuosittain ollut useita kymmeniä miljoonia. Luvut kas- vavat vuosittain.

Rikollisia kiinnostavat salasa- nat, maksukorttitiedot, pankki- tunnukset ja henkilötiedot – kaik- ki aineksia taloudellisen hyödyn tavoitteluun. Miten voit välttää huijaukset, mitä tehdä, jos tu- lit huijatuksi ja miten parantaa omien laitteiden tietoturvaa.

Nettihuijariin voi törmätä niin valeverkkokaupoissa, keskustelu- palstoilla kuin sähköpostin saapu- neet-kansiossa. Huijari voi yrittää tavoitella myös puhelimitse tai te- keytyä joksikin tuntemaksesi hen- kilöksi. Ole tietoinen yleisimmistä huijauksista ja juttele niistä myös läheistesi kanssa.

Lähde: www.traficom.fi

Korkein oikeus: säätiön varoja ei voida käyttää hallituksen jäsenten oikeudenkäyntikuluihin

KKO 2024:35: Patentti- ja rekis- terihallitus oli hakemuksessaan kärkeäoikeudessa vaatinut ensi- sijaisesti säätiön lakkauttamis- ta ja toissijaisesti sen hallituksen jäsenten erottamista toimestaan. Säätiön hallitus oli päättänyt, et- tä säätiö maksaa hallituksen jä- senille asiassa aiheutuvat asian- ajo- ja oikeudenkäyntikulut, sekä tehnyt säätiön nimissä tätä koske- van sopimuksen hallituksen jäse- niä avustaneen asianajajan toimis- ton kanssa.

Korkein oikeus katsoi, että sää-

tiön sitoutumiselle maksaa halli- tuksen jäsenten oikeudenkäynti- kulut ei ollut säätiön tarkoituksen mukaista perustetta, joten sääti- ön hallitus oli sopimuksen teh- dessään ylittänyt kelpoisuutensa. Sopimus asianajotoimiston palk- kiosaatavien maksamisesta ei si- tonut säätiötä.

Lähde: www.kko.fi

Varatuomari Atik Ali pitää lehdessämme palstaa, jossa käsitellään lainsäädännön ja oikeuskäytännön alaan kuuluvia kysymyksiä. Lukijat voivat lähettää mieltään askarruttavia lainopillisia kysymyksiä. Lukijakysymykset tulee lähettää Allianssi Oy:n sähköpostiosoitteeseen info@allianssi.fi. Tämä palsta on tarkoitettu ainoastaan tiedottamiseen. Palstalla esitettävät tiedot eivät muodosta oikeudellisia tai muitakaan neuvoja eikä niitä tule pitää neuvoina. Emme vastaa toimenpiteistä, joihin on ryhdytty palstan tietojen nojalla.

► Liike- ja palveluhakemisto

Ilmoitukset p. (09) 441 658 tai (09) 441 051

► Lakiasianpalvelut



Perhe- ja perintöoikeus
Sopimus- ja yhtiöoikeus

Museokatu 9B 21
Puh: (09) 440 687

ALLIANSSI

ASUNTOKAUPPARIIDAT
PERHE- JA JÄÄMISTÖOIKEUS
KAMPPI
PUH. 010 309 3361

► Kaihtimia

SÄLEKAIHTIMET

Mittauksesta asennukseen
nopeasti ja edullisesti...

Netissä tarjouslaskuri!
salekaihtimet.fi
045 175 7370



**KAIHDIN
TIIMI**

► Isännöintiä



ISÄNNÄT OY

Isännöintiä vuodesta
1975 lähtien

Pyydä tarjous isännöinnistä.

Tarkemmat tiedot
osoitteesta www.isannat.fi
tai puh. 010 838 3400



**ISA-auktorisoitu
isännöintiyritys**

► Lattiatyöt

**UNELMIESI
LATTIA ASENNETTUNA**

TAMMI- JA BAMBUPARKETIT
VINYYLI- JA KOVAPUULATTIAT

VALIKOIMASTAMME LÖYDÄT
MYÖS LISTAT, TARVIKKEET
JA SISUSTUSPANEELIT!

SOITA JA PYYDÄ
TARJOUS ASENNUKSESTA:

044 098 7316
Mika, lattia-asentaja

Olemme erikoistuneet asennuksissa
kalanruoto- ja chevronlattioihin!

NORDIC FLOORS
- elämän kestävät lattiat -

KALEVANKATU 7 - HELSINKI | 020 730 2983
OVIKOODILLA SOPIMUKSEN MUKAAN

► Lääkäripalveluita



Gynekologiasema Pikkulinna

Ajat/tidet: pikkulinna.com

► Ostetaan

Ostetaan
Kameroita ja objektiiveja

Canon, Leica, Nikon, Pentax,
Olympus ym. Isotkin erät.
Vanhat (filmi) ja uudemmat.

FOTOTAPIO OY
Tapiatori 3, Tapiola-Espoo
Puh: (09) 464 398
Avoimna ark. 10-18



**Ostan tsaarinajan
venäläisiä setelirahoja**
Soita ja tarjoa, **Seppo Kanerva**
p. **050 370 0999**

**PAIKALLINEN
MARKKINA-
KANAVA**

ilmoitukset@paikallislehdet.com



SEURAAVA LEHTI ILMESTYY 12.9.

**OSTAMME
KULTAA & HOPEAA**

Tule ilman ajanvarausta tai
varaa aika puh. 044 9877 049.
Teemme myös kotikäyntejä.

Lapinlahdenkatu 19, Helsinki
ma-pe 10-16, la-su ja iltaisin
sop. mukaan



Asiakkaiden suosittelema

NETTI KULTA
WWW.NETTIKULTA.FI

Kamppi-Eira -lehden noutopisteet

- K-Supermarket Kamppi, Kampin Kauppakeskus
- K-market Kamppi, Salomonkatu 17
- K-market Roba, Iso Roobertinkatu 20-22
- K-market Lönkan Herkku, Albertinkatu 27
- K-Market Albertin Herkku, Albertinkatu 15
- S-market Kasarmitori, Kasarmikatu 19
- S-market Bulevardi, Hietalahdenranta 7
- Laivurin Valinta, Tehtaankatu 21
- Alepa Jätkäsaari, Välimerenkatu 6
- Alepa Kamppi, Salomonkatu 19
- Kauppakeskus Ruoholahti, Itämerenkatu 19
- Hietalahden kauppahalli, Lönnrotinkatu 34
- Rikhardinkadun kirjasto, Rikhardinkatu 3
- Vanha kauppahalli, Eteläranta
- Cafe Carusel, Merisatamanranta 10

Tuleeko mieleesi hyvä paikka noutopisteelle?
Kirjoita ehdotus: toimitus@paikallislehdet.com



Under license from Glenn Miller Productions, Inc., New York, U.S.A.

The World Famous
GLENN MILLER
ORCHESTRA®

Directed by Jan Slotenäs

A TRIBUTE TO THE MAESTRO



The most popular and sought after big band in the world!

Musiikkitalo
Sunnuntaina 20.10. klo 14.00

Tutustu konserttiin: www.musiikkitalo.fi
www.glennmillerorchestra.se

Osta lippusi nyt!

Osta liput verkosta; www.ticketmaster.fi

Osta liput puhelimitse 0600 10 800 (2,00 euro/min+Inc)



Meillä pysäköit aina
1 tunnin ilmaiseksi

**Kaikkea arjen
hyvinvointiin.**

Ja vähän enemmänkin.

Syksy on arkeen ja rutiineihin palaamisen luvattua aikaa. Nyt kannattaa panostaa energisoiviin arkirutiineihin, jotka tuovat hyvää oloa kiireisen arjen keskelle. Meiltä löydät kaiken tarvitsemasi hyvinvointisi tueksi.

Lämpimästi tervetuloa ostoksille!

LÄHIKAUPPAKESKUS
RUOHOLAHTI

Ostoksille: ruohis.fi →

CITYMARKET 24h

Rauta

TOKMANNI

**RUOHOLAHDEN UUSI
APTEEKKI**

Musti ja Mirri

SUBWAY

ELIXIA

JYSK

Sekä paljon muuta!

**LEIKKAA KUPONKI IRTI, SAAT
ILMAISEN TUTUSTUMISTREENIN
ELIXIA RUOHOLAHTTEEN**

(arvo 20 €)

Kuponki on voimassa 30.9.2024 asti.
1 tutustuminen/hlö. Ikäraja 15 v.

www.elixia.fi



Ohjelmisto
julkaistaan 5.9.

37th HELSINKI INTERNATIONAL FILM FESTIVAL

**RAKKAUTTA
& ANARKIAA**

19.-29.9.2024

WWW.HIFF.FI