

# Meri-Helsinki



N:o 4 | 25.4.2024

**Fredan freesein optikkoliike**

**Opti-Anna**

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

## Nyt, jos koskaan alueen asiantuntijuus ja välittäjän ammattitaito ovat avainasemassa onnistuneessa kodinvaihdossa!

Me olemme Kruununhaan ja Katajanokan alueiden markkinajohtaja jo vuodesta 2002



**KM Kiinteistömaailma**

Kiinteistömaailma Kruununhaka | KK-Neliöt Oy

Liisankatu 12, p. 050 300 9985  
kruununhaka@kiinteistomaailma.fi  
kiinteistomaailma.fi/helsinki-kruununhaka

**Gastro Hub**

Autenttinen perheomisteinen georgialainen ravintola.

Unioninkatu 30

[www.gastrohub.fi](http://www.gastrohub.fi) 050 382 7347 [info@gastrohub.fi](mailto:info@gastrohub.fi)

## Terveisiä Konepajalta, Helsingin tuoreimmasta tukusta!

Konepajan tukku on uusi palveleva pikatukku, josta saat kaiken tarvittavan raaka-aineista ideoihin vaivattomasti yhden katon alta – myös palvelutoimituksena.

**-20 %**

Liity nyt Konepajan tukun asiakkaaksi ja hyödynnä -20 % tervetulotarjous\* 31.5.2024 mennessä:

**KONEPAJANTUKKU.FI**

\*) Alennus ei koske tupakka- ja alkoholituotteita.



Löydät meidät Vallilan Konepajalta osoitteesta Bruno Granholmin kuja 2, parkkihalliin ajat helposti Teollisuuskadun puolelta. Asiointi Metro-tukussa vaatii voimassa olevan asiakkuuden ja y-tunnuksen.

**METRO**



Ostetaan

Kameraita ja objektiiveja

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

FOTOTAPIO OY

Tapiontori 3, Tapiola-Espoo

Puh: (09) 464 398

Avoinna ark. 10-18

SÄLEKAIHTIMET

Mittauksesta asennukseen nopeasti ja edullisesti...

Netissä tarjouslaskuri !

salekaihtimet.fi

045 175 7370

 **KAIHDIN TIIMI**

VARAA AIKA MAKSUTTOMAAN IMPLANTTIHOIDON ARVIOINTIIN

p. (09) 23 174



++ ++ ++ ++

HAMMASIMPLANTTI + KRUUNU

1200€

BetterBite

Hammasklinikka

Fabianinkatu 31 C, 4 krs.

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



HINTATAKUU

Asiakkaiden suosittelo

NETTI KULTA

WWW.NETTIKULTA.FI

SEURAAVA MERI-HELSINKI -LEHTI ILMESTYY 23.5.

Hietsu is Happening!

HIETSON PAVILJONKISSA

28.1. klo 15 **FLAMENCOA & JAZZIA**

JUAN ANTONIO SUAREZ "CANO"

VICTOR CARRASCO

AKI RISSANEN

MIKKO INNANEN

27.2. klo 19 **LEGENDOJA & LIEDIÄ**

HEIKKI SARMAANTO

JUHANI AALTONEN

PETRI KUMELA

PIA FREUND

13.3. klo 19 **ITÄMERI-ILMIÖ 2**

LITTORINA SAXOPHONE QUARTET

MARIA FAUST

FREDRIK LJUNGBVIST

LIUDAS MOCKUNAS

MIKKO INNANEN

ANTTI LÖTJÖNEN

PETRI KUMELA

8.4. klo 19 **3 VS 2**

KADI VINA

MILO LINNOVAARA

AINO JUUTILAINEN

CESAR GARIBANI

OLLI SOIKKELI

20.5. klo 19 **LUNCH TIME!**

LYDIA LUNCH VERBAL BURLESQUE

WITH TIM DAHL & SAM OSPOVAT

VILLE HERRALA

ANTTI LÖTJÖNEN

HIETSU IS HAPPENING.COM

# Kevätsiivousta



Taru Reinikainen

Monen perinteisiin kuuluu kevätsiivous. Itsekin siivoan parvekkeemme perusteellisesti, pesen tekstiilit ja matot sekä istutan kasvit kesää varten.

Mikään ei ole ihanampaa, kuin nauttia siististä ja puhtaasta parvekkeestamme aurinkoisena kevätpäivänä. Kevätsiivous ei kuitenkaan aina ole aivan yksikerstaista kantakaupungin taloissa.

Ihmisten tavat pestä parvekkeita ja ikkunoita vaihtelevat. Esimerkiksi erilaisia ikkunanpesutapoja on varmaan kymmenittäin. Jokaisella on myös omat vinkkinsä millä aineella tulee kirkkainta jälkeä. Oma tapa on aina se paras tapa saavuttaa puhtaimmat ikkunat.

Muuten marttojen kikka ikkunoiden kirkkauteen on lisätä 1–2 ruokalusikallista etikkaa ämpäriä kohden. Täytyypä kokeilla.

VANHAT talot ovat kauniita tai

enemminkin komeita, mutta siivousta ajatellen niitä ei ole rakennettu. Erityisesti ikkunat ovat välillä vähintäänkin kummallisia ja jokakeväinen ihmetyksen aihe onkin miten erilaiset ikkunat pitäisi pestä. Erilaisia ikkunoita on paljon.

Erikokoiset ikkunat nyt vielä menevät, vaikka välillä kyllä ihmetyks herää, millä tämänkin ruudun taas järkevästi pesisi, kun kaikki lastat ovat liian isoja. Osa ikkunoista avautuu ylöspäin ja osa sivulle. Sivulle avautuvat saa yleensä kohtuullisesti pestyä, tosin on sitä nähty ikkuna, joka avautui ulospäin sivulle, ei siinä ulommaista ikkunaa 7. kerroksessa pestä.

Uudehkossa talossa asuvana voisi kuvitella, että meillä peseminen käy helposti. Näin ei ole. Yksi ikkunoistamme on rakennettu avautumaan sisäänpäin, mutta sisällä ikkunan kohdalla on tolppa. Ikkuna on aina jäänyt pesemättä.

Toinen erikoisuutemme on ylöspäin avautuva ikkuna, joka painaa kymmeniä kiloja. Lasi on äänieristettyä erityislasiä. Vähintään kaksi ihmistä tarvitaan ikkunaa pesemään.

Ikkunanpesuun liittyy myös turvallisuusriski. Usein pelottaa katsella, kun ihmiset keikkuvat tuoleillaan avointen ikkunoiden ääressä yrittäessään pesua suorit-

"Uudehkossa talossa asuvana voisi kuvitella, että meillä peseminen käy helposti. Näin ei ole.

taa. Älkää hyvät ihmiset riskeeratko henkeänne puhtaiden ikkunoiden takia. Esimerkiksi edullinen ja turvallisempi ratkaisu on käyttää jatkovartta.

**IKKUNOIDEN** pesu ja siivoamien ovat ikiliikkujia. Anna olla, kun saat ikkunat vihdoinkin pestyä, niin saman tien taivaalta sataa jotain. Sama juttu kaikessa siivoamisessa ilo kestää vain vähän aikaa. Turhauttaa, mutta silti ilman kevätsiivoustakaan ei osaa olla. Toisin aviomies tuskin kaipaisi pakollista ikkunoiden pesurumbaa joka kevät. Tsemppiä ikkunapesuun!

**Kirjoittaja** on asukasaktiivi Punavuoresta

# Huomio pyöriin

ANDREI BORISENKOV

**Meri-Helsinki**

Pyöräilyviikko toivoo liikennerauhaa.



Pyöräilyviikon tavoitteena on mm. muistuttaa, että liikenteessä on kaikenlaisia kuseja.

joka viittaa liikenneympäristön rauhoittamiseen ja liikenteessä liikkujien rauhalliseen käyttäytymiseen. Rauhallinen ja turvalliseksi koettu liikenneympäristö ja liikennekulttuuri lisäävät pyörällä liikkumisen houkuttelevuutta kaiken ikäisille. Liikenneympäristöä voidaan rauhoittaa sekä rajoituksin että rakenteellisin keinoin, joilla tiedetään olevan suuri merkitys liikenneturvallisuuteen ja viihtyvyyteen.

Liikenneympäristön rauhoittaminen on tärkeää kaikkialla, missä jalankulun ja pyöräilyn houkuttelevuutta ja turvallisuutta halutaan parantaa. Erityistä huo-

miota pitäisi kiinnittää alueisiin, joilla liikkuu tai halutaan liikkuvan paljon lapsia. Tällaisia ovat päiväkotit- ja koulumatkareitit sekä koulujen ja päiväkotien lähiympäristö. Yhtälailla rauhallisia liikenneympäristöjä tarvitaan harastusmatkoilla, esimerkiksi kulttuurilaitosten ja kirjastojen ja liikuntapaikkojen läheisyydessä.

"Kun liikenneympäristö on riittävän turvallinen ja sujuva itsenäisesti pyöräileville lapsille, on se sitä myös ikäihmisille ja pyöräilyä vasta aloitteleville", selvittää Helsingin seudun pyöräilijät ry:n (Hepo) toiminnanjohtaja **Henni Ahvenlampi**.

**PYÖRÄILYVIAKKO-TAPAHTUMAN** tavoitteena on kannustaa ihmisiä pyöräilemään ja lisätä pyöräilyä kaikilla matkoilla. On tärkeää lisätä ihmisten tietoisuutta pyöräilyn hyödyistä arkiliikuntana sekä vahvistaa pyöräilyn asemaa liikennekulttuurissamme.

Pyöräinfran osalta Helsingin seudun pyöräilijät ry kannustaa rakentamaan yhdessä ympäristömme sellaiseksi, jossa eri-ikäiset ja erilaisilla pyörillä liikkuvat voivat ajaa ja pysäköidä pyöränsä sujuvasti ja turvallisesti jokaisena vuodenaikana.

Pyöräilyviikkoa pääkaupunkiseudulla koordinoi Helsingin seudun pyöräilijät ry (Hepo).

**VIikon** teema on Liikennerauha,



TÄSSÄ  
NUMEROSSASIVU  
4Uuden Kaisantunnelin  
avajaisia vietetään  
lauantaina 4.5.SIVU  
6Kallion taloista ja  
tarinoista syntyi  
uusi kirjaSIVU  
11Ihanat juustot  
Vanhassa  
Kauppahallissa

# Elämyksellinen ranta-alue

ARKKITEHTITOIMISTO K2S / WHITE ARKITEKTER

Meri-Helsinki

Kaavaluonnos  
Makasiinirannan  
tulevaisuudesta nähtäville.

Helsinki suunnittelee Eteläsatamaan uutta elämyksellistä ja toiminnoiltaan monipuolista ranta-alueutta. Tavoitteena on liittää Makasiiniranta ja Olympiaranta osaksi keskustan kaupunkirakennetta, merellisiä julkisia kaupunkitiloja ja kävelykeskustaa. Nyt nähtävillä oleva asemakaavaluonnos mahdollistaa uuden museorakennuksen, neljä uutta toimisto- ja liikerakennusta, julkisen rannan ja rantareitin sekä satama-alueen rakentamisen Makasiinirantaan ja Olympiarantaan.

Suunnittelualue ulottuu Vanhalla kauppahallilta Olympiaterminaalin eteläpuolelle. Alue suunnitellaan osaksi keskustaa, jossa on julkisia ja kaupallisia palveluita sekä kävelyyn ja oleskeluun houkutteleva ranta-alue. Makasiinirannan kehittämisestä järjestettiin vuonna 2022 kansainvälisen laatu- ja konseptikilpailu. Alueen asemakaavan lähtökohtana on kilpailun voittanut ehdotus "Saaret".

**ALUEELLE** tavoitellaan kansainvälisen tason museorakennusta, joka sijoittuu lähelle Vanhaa kauppahallia ja Kauppatoria. Rakennuksen toteuttamiseen tähtäävä suunnittelukilpailu julkistettiin viime viikolla. Museo on Eteläsataman ensimmäinen julkinen kulttuurirakennus ja tulee toimimaan alueen uutena vetovoimatekijänä. Tavoiteaikataulun mukaan arkkitehtuuri- ja designmuseum voi aloittaa toimintansa uudessa rakennuksessa vuonna 2030. Museon eteläpuolelle rakentuu kaksi toimistorakennusta ja kaksi hotellirakennusta, joiden maantasokerrosten liiketilat avautuvat rantareitille.

**MAKASIINIRANTA** muuttuu suljetusta satama-alueesta kulttuuripainotteiseksi ja tapahtumalliseksi kaikille avoimeksi tilaksi. Merenrantaa seuraileva rantareitti täydentyy Makasiinirannan



Havainnekuva tulevasta Makasiinirannasta. Alueelle tavoitellaan kansainvälisen tason museorakennusta, joka sijoittuu lähelle Vanhaa kauppahallia ja Kauppatoria.



"Tavoitteena on, että alueen pohjoisosa on valmis vuonna 2030.

ja Olympiarannan osuudella yhdistäen Kaivopuiston ja Kauppatorin toisiinsa. Uusi osa reitistä rakennetaan mahdollisimman lähelle rantaa.

**SATAMATOIMINNOT** jäävät Makasiinilaiturin eteläosaan ja Olympialaiturille. Uudelle pika-alusliikenteen terminaalille tulee paikka Satamatalon ja Olympiaterminaalien väliin.

Satamatalo ja Olympiaterminaalit ovat rakennustaiteellisesti, historiallisesti ja kaupunkikuvallisesti arvokkaita rakennuksia ja niillä on kaavassa suojelumerkintä. Kun alue tulevaisuudessa vapautuu satamalta muuhun käyttöön, suojeltuihin rakennuksiin tavoitellaan kulttuuritoimintoja ja liiketiloja.

**ENSIMMÄISESSÄ** vaiheessa satamatoiminnot poistuvat Makasiinirannan pohjoisosasta siten, että alueelle voidaan toteuttaa uusi museorakennus sekä kaksi Saaret-hankkeen pohjoisinta uudisrakennusta. Tavoitteena on, että alueen pohjoisosa on valmis vuonna 2030.

Alueen eteläosa jää vielä Tukholman reittiliikenteen käyttöön ja rakentuu vasta satamatoimintojen poistuttua. Satamatoiminnot vetäytyvät alueen eteläosasta vasta kun Länsisatamasta Länsiväylälle johtava satamatunneli on valmis ja Tukholman reittiliikenne on siirtynyt Katajanokalle.

➤ Makasiinirannan ja Olympiarannan asemakaavaluonnoksen aineistoihin voi tutustua 6.5.2024 asti osoitteessa [hel.fi/suunnitelmat](https://hel.fi/suunnitelmat). Kirjalliset mielipiteet pyydetään jättämään 6.5.2024 mennessä Helsingin kaupungin kirjaamoon. Asemakaavaluonnos etenee päätöksentekoon syksyllä 2024. Lopullisen päätöksen asemakaavaehdotuksesta tekee kaupunginvaltuusto arviolta alkuvuodesta 2026.

LUETTAVAA JA KATSELTAVAA

[www.paikallislehdet.com](https://www.paikallislehdet.com)



# Ajankohtaista

## Miltä kaupunki maistuu?

### HELSINKI

Ensimmäistä kertaa järjestettävät Syötävä Helsinki -ruokaviikot kutsuvat tutustumaan Helsingin monipuoliseen ruoka- ja juomatarjontaan 24.5.–16.6.2024.

Paikallisten ravintola-, matkailu- ja tapahtuma-alojen toimijoiden yhteistyöllä on saatu kokoon lähes sadan tapahtuman kattaus, josta löytyy herkullisia maistiaisii niin fine diningin, burgereiden, perinteisten ja etnisten makujen kuin juomakulttuurinkin ystäville.

Mukana olevissa ravintoloissa ja kahviloissa on Syötävä Helsinki -viikkojen aikana tarjolla erikoisannoksia ja teemallisia menuja. Helsinkiläiseen ruoka- ja juomakulttuuriin voi sukeltaa opastetuilla kieroksilla, työpajoissa ja näytellyissä. Kaupungin monipuolisia makuja pääsee kokemaan myös eri kulttuurien ruokatarjontaa esittelevien festivaalien ja tapahtumien kautta.

”Syötävä Helsinki tuo esiin Helsingin makujen kirjon. Olemme suurten makuelämysten keidas, helpposa koossa. Ruokaelämykset klassikoista villiruokaan ja paikallisherkuista maailman makuihin ovat koettavista mutkattomasti kaupungissa pistäytyessäkin, sillä hyviä vaihtoehtoja on runsaasti tarjolla. Hienoa, että saamme käynnistää tulevan kesän tarjoamalle kaupunkilaisille ja vierailijoille näin upean mahdollisuuden tutustua Helsingin ravintolatarjontaan ja ruoka- ja juomakulttuuriin”, iloitsee matkailupäällikkö **Nina Vesterinen**.

Ruoka on tänä vuonna yksi Helsingin matkailun ja tapahtumallisuuden strategisista kärkiteemoista, ja Syötävä Helsinki -tapahtumat jatkuvat läpi vuoden.

”Helsinki on ruokakaupunkina monelle vielä tuntematon kohde. Syötävä Helsinki vahvistaa Helsingin vetovoimaa ruokamatkailukohteena ja nostaa esille helsinkiläisiä alan ammattilaisia ja heidän upeaa työtään. Myös toukokuun lopussa järjestettävä MICHELIN Guide Ceremony Nordic Countries tuo Helsingille kaupungin laadukkaan ravintolatarjonnan ansaitsemaa kansainvälistä näkyvyyttä ruokakaupunkina ja ruokamatkailukohteena”, matkailupäällikkö Vesterinen kertoo.

Syötävä Helsinki -viikoille aukeaa myös Torikorttelien kesäterassi.

► Lisää -tapahtumista tapahtumat.hel.fi -sivuilla (hakusana ”Helsingin ruokavuosi 2024”) ja hel.fi/syotavahelsinki -sivuilla.



Havainnekuva Kaisantunnelin itäpään sisäänkäynnistä.

# Kaisantunnelin avajaiset

## Meri-Helsinki

### Kaisantunneli avautuu käyttäjilleen 4. toukokuuta.

Kaisantunnelin avajaisia juhitaan lauantaina 4. toukokuuta. Tapahtuma alkaa kello 12 Kansalaistorilta pormestari **Juhana Vartiainen** juhlapuheella. Uuteen tunneliin pääsee nauhanleikkuaan jälkeen noin kello 13.

Uusi jalankulun ja pyöräliikenteen yhteys antaa aihetta juhlaan, sillä se helpottaa liikkumista Kaisaniemenpuiston ja Kansalaistorin välillä. Alikulku lyhentää matkaa radan puolelta toiselle noin 600 metriä, minkä lisäksi si-

tä käyttävä välttää liikennevalot neljässä risteyksessä rautatieaseman edessä.

Tunnelin yhteydessä oleva Pyörätalli avautuu myöhemmin alkukesällä. Se parantaa merkittävästi pyöräliikenteen palveluita Helsingin keskustassa. Talliin tulee pyöräpaikkoja noin 900 pyörälle sekä pyörien pesu- ja huoltopiste, ja siellä tulee toimimaan myös yksityinen pyörähuoltoyritys. Myös erilaisten pyörätyyppien kuten sähköpyörien tarpeet on huomioitu. Pyörätalli on Kaupunkiliikenne Oy:n hallinnoima.

**AVAJAISTAPAHTUMASSA** puheensa pitävät pormestari Vartiainen lisäksi kaupungin, Kaupunkiliikenteen sekä tunnelin urakoitsija Destian edustajat. Puheiden jälkeen avajaiskansa siir-

tyy uudelle tunnelille, jonka läpi päästään kulkemaan pormestarin johdattamana ensimmäistä kertaa noin kello 13.

Tapahtuman juontajana on **Mikko ”Peltsi” Peltola**. Musiikkia tarjoilee trubaduuri **Vihtori Majanen**, ja jännitystä tuo onnenpyörä. Samaan aikaan Kansalaistorilla on pääkaupunkiseudun Pyöräilyviikon avajaiset, jossa on mahdollisuus tutustua muun muassa kaupunkipyöräpalveluun ja saada opastusta pyörien käyttöön. Kansalaistorilta lähtee Pyöräilyviikon koko perheen Liikenerauhan Pyöräparaati klo 13. Tervetuloa mukaan juhlistamaan kestävästä liikkumisesta ja pyöräilyn iloa!

**KAISANTUNNELIN** urakan toteutusvaihe alkoi huhtikuussa 2021.

Tunneli on noin 220 metriä pitkä, noin 8 metriä leveä ja 3 metriä korkea. Pyörätie on 4 metriä leveä ja jalkakäytävä 3,5 metriä leveä.

”Urakka on ollut pitkä ja erittäin vaativa, koska tunnelia on rakennettu käytössä olevien junaraiteiden alla vilkkaalla päärautatieasemalla. Esimerkiksi tuetut kaivannot ja kallion louhinta on pitänyt suunnitella tarkkaan ja toteuttaa junaliikenteen ehdoilla lyhyissä aikaikkunoissa. Nyt on aika juhlia onnistunutta lopputulosta, joka tulee ennusteiden mukaan palvelemaan vilkkaimpina päivinä jopa 10 000 pyöräilijää vuorokaudessa”, sanoo projektinjohtaja **Jukka Repo** kaupunkiympäristön toimialalta.

## VÄRIÄ JA TYYLIÄ RANSKALAISITTAIN.

Tule tutustumaan NAONED-mallistoon! Nopea linssitoimitus, hiontatyö Suomessa.

## OptiiCat

Erottajankatu 9

Puh. 045 112 9451  
Av. ma-pe 11-18, la 10-15  
Myös nettiajanvaraus [optii.cat](https://optii.cat)



## UNELMIESI LATTIA ASENNETTUNA

TAMMI- JA BAMBUPARKETIT  
VINYYLI- JA KOVAPUULATTIAT

VALIKOIMASTAMME LÖYDÄT  
MYÖS LISTAT, TARVIKKEET  
JA SISÜSTUSPANEELIT!

SOITA JA PYYDÄ  
TARJOUS ASENNUKSESTA:

044 098 7316  
Mika, lattia-asentaja

Olemme erikoistuneet asennuksissa  
kalanruoto- ja chevronlattiiohin!

## NORDIC FLOORS

- elämän kestävät lattiat -

KALEVANKATU 7 - HELSINKI | 020 730 2983  
OVIKOODILLA SOPIMUKSEN MUKAAN



ARCO ARCHITECTURE COMPANY



Havainnekuva Autotalokorttelin arkkitehtuurikilpailun voittajaehdotuksesta "Cabriolet".

# Arkkitehtikilpailun päätös

Meri-Helsinki

Autotalon arkkitehtuurikilpailun voitto ehdotukselle Cabriolet.

Kampissa sijaitsevaan Autotalokortteliin suunnitellaan laajennusta. Suunnittelusta järjestetyn arkkitehtuurikilpailun voittajaksi valittiin ARCO Architecture Company ehdotuksellaan Cabriolet.

Autotalokorttelin kehittämisen tavoitteena on koko korttelin käytön tehostaminen, toimivuuden parantaminen ja alueen elävöittäminen. Tarkoituksena on toteuttaa nykyisellään pysäköintialueena ja katuna toimivalle alueelle toimisto- ja liiketilaa sekä samalla

kehittää olemassa olevan korttelin toimintaa. Arkkitehtuurikilpailulla pyrittiin löytämään suunnitteluratkaisu, joka huomioi alueen erityispiirteet ja kaupunkikuvalliset lähtökohdat sekä tarjoaa laadukkaan ja mielenkiintoisen uuden kerrostuman kortteliin.

Kilpailu tarjosikin kiinnostavia ratkaisumalleja suunnittelualueen kehittämiseksi. Tuomaristo päätti yksimielisesti valita arkkitehtuurikilpailun voittajaksi ehdotuksen nimimerkiltään "Cabriolet".

Kilpailun arvioinnissa kiinnitettiin huomiota siihen, kuinka suunnitteluohjelmassa esitetyt tavoitteet, vaatimukset ja suunnitteluohjeet on otettu huomioon. Arvostelussaan tuomaristo korosti erityisesti ehdotuksen kaupunkikuvallista laatua, toteutettavuutta sekä kehityskelpoisuutta. Suunnitteluratkaisun soveltumista ympäristöönsä pidettiin tärkeämpänä kuin yksityiskohtien toimivuutta. Ehdotukset julkaistiin myös Kerokantasi-verkkopalvelussa kaupunkilaisten nähtäville ja kommentoitaviksi 13.3.–27.3.2024. Tuomaristo huomioi arviointityössään kaupunkilaisten antaman palautteen.

Korttelin suunnittelua jatketaan ja asemakaavan muutoksen valmistelu aloitetaan kilpailun voittaneen ehdotuksen pohjalta. Jatkosuunnittelussa ratkaisua kehitetään niin kaupunkikuvallisesti kuin toiminnallisestikin.

Arkkitehtuurikilpailu käynnistyi joulukuussa 2023. Kilpailun järjestivät yhteistyössä LähiTapiola Kiinteistövarainhoito ja Helsingin kaupunki. Kilpailu järjestettiin kutsukilpailuna, johon valittiin alan kärkitoimistoja.

Lähdöt Helsingin Kauppatorilta.

**lounas- ja illallisristeilyt alkavat Vappuna. Tervetuloa!**

**Royal Line** Est. 1945

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

**ROLLING CHEESE**  
JUUSTOKAUPPA NYT MYÖS VANHASSA KAUPPAHALLISSA!

**HAE MEILTÄ VAPPUPÖYTÄÄN:**

JUUSTOT & LEIKKELEET  
VALMIS PIKNIK-KASSI  
KEKSIT & HILLOT  
TAPASPÖYDÄN HERKUT  
& VIINISUOSITUKSET!

PALVELEMME VANHASSA KAUPPAHALLISSA:  
VAPPUAATTONA 10:00 – 18:00  
VAPPUPÄIVÄNÄ 10:00 – 16:00

**ROLLING CHEESE**  
Vanha Kauppahalli  
P. 050 5138 456

**ROLLING CHEESE**  
Museokatu 22, Töölö  
P. 050 539 5067

MIELIPITEET: [toimitus@paikallislehdet.com](mailto:toimitus@paikallislehdet.com)  
MAINOKSET: [ilmoitukset@paikallislehdet.com](mailto:ilmoitukset@paikallislehdet.com)

## Meri-Helsinki

**DESIGN UUTUUS**

**Toimitusaika 3 viikkoa**  
Suunnittelu- ja asennuspalvelu Tehdaskoottuina

Joutsenmerkityt kalusteet ja työtasot

**YMPÄRISTÖMERKKI**  
MILJÖMÄRK

**KEITTIÖRAKKAUTTA**  
JOKA KESTÄÄ

**HTH KEITTIÖT • KAMPPI** (Ruoholahdenkatu 14) • **ESPOO** (Suomalaistentie 5)  
Markkinointi Pakkaset Kalustekauppaa jo 40 V. • Varaa tapaaminen osoitteessa [www.hth-keittio.fi](http://www.hth-keittio.fi)

**REFLECTION.** TUTUSTU REFLECTIONIIN HTH:LLA, JOSSA VOIT AINA KESKUSTELLA KEITTIÖUNELMISTASI KEITTIÖASIANTUNTIJOIDEMME KANSSA. KATSO LISÄÄ OSOITTEESSA HTH-KEITTIO.FI.



# Kulttuuri

## Kirjavia tarinoita Kalliosta

### Kirja

Meri-Helsinki  
Harri Markkula

Tiina Tainio ja Juhani Styрман yhdistivät omaa osaamistaan. Kirjava Kallio -kirja kertoo Kallion kulmista piirroksin ja sanoin.

**Tiina Tainion** taidokkaita kuvia Helsingin itäisen kantakaupungin rakennuksista täydentävät **Juhani Styрманin** tarinat alueen historiasta, arkkitehtuurista ja ihmisistä. Tietokirjailija-kaupunkioipas Juhani Styрманin työtahti on ollut viimeisen reilun vuoden aikana huima.

”Kulttuurisekatyöläisen on painettava pitkää päivää, että pysyy leivän syrjässä kiinni”, Styрман sanoo. Kirjoitustöiden lisäksi häntä ovat työllistäneet kaupunkio-pastukset, luennoinnit, opaskou-lutukset ja tapahtumatuotanto.

**TALVELLA** 2023 Styрманilta ilmestyi itäisen kantakaupungin ki- viarkkitehtuurista kertova *Kivitalojen Kallio* -kirja.

Nyt hän on saanut valmiiksi yh- dessä kuvataiteilija Tiina Tainion kanssa teoksen *Kirjava Kallio*. Kirja on samalla Styрманin Kal- lion kivitalotrilogian toinen osa.

”Jotkut ideat syntyvät hetken mielihohteesta. Se taisi olla myö- häistä syksyä 2022, satoi vettä, kun poikkesin kahville Tiina sil- loiseen toimitilaan. Hän piirteli kuvia huoneen ikkunoista näky- vistä taloista”, Styрман kertoo.

”Spontaanisti aloin selittää ra- kennukseen liittyvää tarinaa. Ti- na näytti toista piirrosta toises-



Kuvataiteilija Tiina Tainion kynistä ja pensseleistä syntyy monenlaista taidetta. Nyt hänen Kallio-aiheinen piirrossarjansa kuvittaa Kirjava Kallio -kirjan.

ta kaupunkimaisemasta ja sama juttu, siihenkin minulla oli jotain kerrottavaa. Nyt en muista kumpi sanoi sen ensimmäisenä: Tehdään näistä kuvista ja jutuista kirja!”

”Tuolloin minulla oli vielä työ- nalla *Kivitalojen Kallio*”, Styрман muistelee.

**TYÖNJAKO** oli selvä, Tainio alkoi piirtää lisäkuvia. Styрман puoles- tani hyödynsi työssään kaupunki- oppaana kertynyttä tietämystään ”sanoittamalla” Tainion piirroksii- n tarinat. Näin syntyi teos, joka yhdistää piirros-, matka- ja tieto- kirjan Helsingin itäisestä kanta- kaupungista.



Kulttuurialan sekatyöläinen Juhani Styрман.

”Tiina on kuvataiteilijana luon- nut omannäköisiä kaupunkinä- kymiä. Tarinoista puolestaan voi löytää paikoitellen minulle kau- punkioppaana tyypillistä faktan ja fiktion harmaalla alueella sanai- lua, joka on yhdistetty tieteenkin historialliseen faktaan, kirjassa on myös melkoinen määrä aivan uut- ta historiallista tietoa Kalliosta.”

Kirjan tarinat sivuavat arkkitehtuuria sekä avaavat symbolien merkitystä talojen seinissä. Matkaopastyyllisen teoksen tarinat kietoutuvat maailmanhistorian pyörteiden kautta paikallishis- toriaan.

Kirjan Kallion sivuilla tavataan muun muassa **Napoleon**, Ruot- sin kuninkaallisia ja Stadin kundi **Jussi Raittinen**. Kirja kertoo kävelyretkimäisesti myös laulajale- genda **Rauli Badding Somerjoen** elämäntarinan itäisessä kantakaupungissa.

Talojen koristeisiin on kätketty viestejä, jopa aatteellisia julistuk- sia. *Kirjava Kallio* -kirjan sivuilla pohditaan miksi Kallion kauneim- man talon, Ihantolan, yltäkylläis- ten koristeiden joukkoon on kät- ketty kirkon kuva?

**SAMAAN** aikaan, kun Styрман vii- meisteli *Kirjavan Kallion* tekste- jä, hän työsti jo kivitalotrilogian kolmatta osaa, joka ilmestyy jo tämän vuoden puolella, Styрман paljastaa.

Tämän kaiken keskellä Juhani Styрман teki ”epävirallisen Hel- singin maailmanennätyksen”: hiihtokaudella 2023-24 hän hiihti 163 kertaa peräkkäisinä päivinä – ja Helsingissä.

► Kirjava Kallio  
Reuna Publishing House 2024,  
www.kamiter.fi

## Talot heräävät henkiin

Meri-Helsinki  
Harri Markkula

Taiteen maisteri Tiina Tainio aloitti tusseilla piirtämisen Kirjava Kallio -kirjaa varten alkuvuonna 2022, mutta kaupunkinäkymiä kattojen tasalta hän on maalannut jo vuodesta 2006.

”Innostun helposti ja tykkään opetella uutta. Suurin innoitukse- ni lähde tulee ihmisistä. En voisi kuvitella olevani työhuoneella jat- kuvasti yksin, silloin ideat ja into

loppuisivat hyvin pian.”

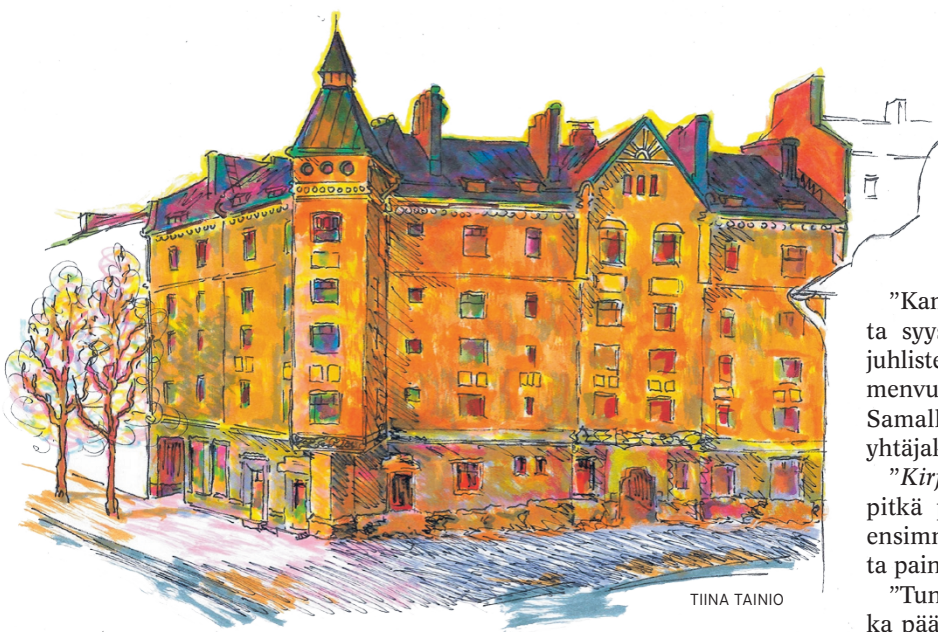
Tainion kuvat ovat pääosin Kal- liosta, mutta niissä piipahdetaan myös Siltasaaressa, Hakaniemes- sä ja Suvilahdessa.

Yhteistyö Juhani Styрманin kanssa sujui Tiina Tainion mu- kaan erittäin hyvin.

”Tekstejä pohtiessaan Juhani käveli ympäri Kalliota ja lähetti minulle kuvia kohteista, joita kir- jaan tarvittaisiin. Minä sitten piir- sin käyttäen kuvia apuna.

”Lempikohteitani ovat van- hat asuintalot, joissa on torneja. Monet niistä päätyivät myös pos- tikortteihin, joita on saatavilla kymmenen erilaista.”

”Piirtäminen sujuu hyvin yh- dessä kehystystöiden kanssa. Ke- hystämisen voin rytmittää itse, yleensä kehystän aamupäivän ja



TIINA TAINIO

loppupäivän teen muuta: Piirrän, maalaan tai kirjoitan. Juuri nyt työn alla on käsikirjoitus opiske- lumuistoistani Venäjällä, työnime- nä *Absurdia arkea Moskovassa*.”

**MITEN** talot sitten muuttuvat tari- noiksi?

”Lähinnä sen mukaan, kuka ne on suunnitellut ja ketä niissä on asunut. Ihmiset tekevät tarinoita.”

← Helsinginkatu 7 valmistui sortovuosi- en aikaan, sen koristeista löytyy viesti sortajille.

”Kamiter Ars täytti 40 vuot- ta syyskuussa 2023, jolloin juhlistettiin myös minun kym- menvuotista yrittäjätaivaletani. Samalla se on pitkäaikaisin yhtäjaksoinen työurani.”

”*Kirjava Kallio* -kirja oli pitkä projekti, kaksi vuotta ensimmäisestä piirrustukses- ta painovalmiiseen kirjaan.”

”Tuntui hyvältä saada urak- ka päätökseen. Toivon kirjan päätyvän kaikkien niiden kä- siin, joilla on side Kallioon ja sen ainutlaatuihin tunnel- maan.”

Kirjassa on 80 sivua. 34 ta- rinaa ja 40 kuvaa.



**Alvar Aallon uima-allas skeittikulttuurin symboli**

Aalto2-museokeskuksessa 18.5. avattava Aalloilta asfaltille -näyttely yhdistää Alvar Aallon arkkitehtuuriperinnön, kansainvälisen rullalautailukulttuurin sekä räp- ja hiphopkulttuurin. Näyttely kertoo, miten Aallon suunnitteleman Villa Mairean vapaamuotoinen allasmuotoilu löysi tiensä Yhdysvaltoihin ja kuinka Kaliforniassa syntyi uusi urbaani kaupunkikulttuurin ilmiö. Ajatus vapaamuotoisesta allasmuotoilusta matkasi Suomessa Aallon luona vierailleen arkkitehti Thomas Churchin mukana Yhdysvaltoihin ja siitä syntyi noin kymmenen vuotta Villa Mairean altaan jälkeen Donnell Gardenin allas, josta muutokieli levisi myös muualle Kaliforniaan. 1970-luvun kuivuuden tyhjentäessä kalifornialaiset uima-altaat, ne avautuivat skeittareiden käyttöön ja loppu on historiaa.

KUVA MARTTI KAPANEN © ALVAR AALTO -SÄÄTIÖ



# Kruununhaan kulttuurihelmi

**Galleria****Meri-Helsinki**

Laterna Magica täytti 35 vuotta.

Vuonna 1989 perustettu kirjagalleria Laterna Magica on taiteen ystävien kohtaamispaikka; antikvariaatti ja galleria Helsingin Kruununhaassa. Galleriatiloissa on järjestetty yli 900 näyttelyä ja taidepainotteinen antikvaarinen kirjakokoelma on maamme laajimpia.

**"KUN VELJEKSET Aapo ja Mikko Pekari** perustivat Laterna Magican keväällä 1989, oli maailma varsin erilainen paikka. Samaan aikaan naapurimaa Neuvostoliitto natsi liitoksissaan ja Euroopassa kehiteltiin www:n ensimmäisiä versioita. Myöhemmin syksyllä murtui Berliinin muuri. 35 vuoden ajan kirjat ja taide ovat säilyneet Laterna Magican toiminnan ytimessä monien myllerrystenkin läpi", pohtii Laterna Magican omistaja **Eira Sillanpää**.

Keski-ikäistynyt Laterna Magica selvisi vaikeista pandemiavuosista ruheilla, mutta toiminta jatkuu monipuolisena. Näyttelyjen lisäksi gallerialla järjestetään runsaasti tapahtumia kuten konsertteja, taiteilijataapaamisia, työpajoja, luku-piirejä ja runoiltoja.

"Monipuolisuus on ollut aina Laternan vahvuus. Ihmiset ovat ottaneet tapahtumat omakseen ja palaavat aina uudelleen näyttelyjen lisäksi myös kirjavalikoiman pariin", iloitsee Eira Sillanpää.

**LATERNA MAGICA** juhlistaa keväistä merkkipäivää monipuolisen juhlanäyttelykattauksen kera. Kellarigalleriatilan jakavat valokuvaajat **Milja Laakso** ja **Lotta Böhm**. Milja Laakso (s. 1995) on puoliksi suomalainen ja puoliksi srilankalainen valokuvataiteilija, jolta nähdään teoskokonaisuus Lähen kotoa. Lotta Böhm (s. 1997) on nykyisin Alankomaiden ja Suomen välillä projektejaan toteuttava valokuvataiteilija, jonka teossarjassa Beneath The Leafless Trees (Lehdettömien puiden alla, 2023) tutkaillaan ihmisen ja luonnon välisiä samankaltaisuuksia.

Tiiligalleriatilassa nähdään suomalais-ruotsalaisen taiteilijan, **Cia Rinteen** (s. 1973) videoteos Sentences. Rinne työskentelee tekstin, äänen, performanssin ja liikkuvan kuvan parissa. Pienellä näyttämöl-



Laterna Magican omistaja Eira Sillanpää.



Lotta Böhm in valokuvakokonaisuus rakentuu Kellarigalleriatilaan

lä nähdään kuvanveistäjä **Panu Rytkösen** (s. 1983) uusi tilateos Porvoosta Kruununhakaan - Future Tense Runebergian.

Kirjagalleriatilaan rakentuu Laterna Magican 35-vuotista taivalta valokuvien ja julistein esittelevä näyttely, jonka lisäksi tilassa nähdään pieni kokoelman taiteilija **Cia Karlssonin** teoksia, jotka on olleet esillä Laternassa aiemmin näyttelyissä vuonna 1998 ja 2004.

➤ Juhlanäyttelyt ovat esillä Laterna Magican gallerioissa 4.5. asti, Rauhankatu 7, ma-pe klo 10-17, la klo 10-15.



Panu Rytkösen teos Porvoosta Kruununhakaan - Future Tense Runebergian, 2024, on esillä Laterna Magican juhlanäyttelyssä. Teos veistoksineen sisältää mielenkiintoista ja harvinaista paino- ja valokuvamateriaalia, sekä esineistöä J.L. Runebergiin liittyen.

**Meri-Helsinki**

**MAINOSTUTTAAKO?**  
LISÄTIETOJA QR-KOODISTA

**Ostetaan kaiken kuntoiset ajoneuvot.**

Henkilöautot, matkailuautot sekä vaunut.

**Myös!!!**

Velalliset  
Katsastamattomat  
Verovelkaiset

Nopeat ja turvalliset kaupat.  
Maksutapa: käteinen/tilisiirto.  
Paperiasiat hoidetaan asianmukaisesti.

Tarjoa kaikenlaisia.  
Yhteydenotot 041-493 7095



SU 12.5. KLO 16 | MUSIIKKITALO, CAMERATA

**PIAE CANTIONES**

Ulrike Hofbauer, *sopraano*  
Helsingin Barokkiorkesteri | joht. Domen Marinčič



ticketmaster® Liput palvelumaksuineen 15–28 € | [www.hebo.fi](http://www.hebo.fi)

## Taitava ja kokenut VALOKUVAAJA Kaikenlaisiin kuvauksiin:

Elämäsi kuvat ovat enää puhelinsoiton päässä!

Ikimuistoiset elämäankaarikuvaukset, kuten ristiäiset, rippikuvaukset, yo- ja valmistujaiskuvaukset, häät, vuosijuhlat ja hautajaiset. Henkilökuvaukset luonasi, miljöössä tai Hietsun Paviljongin studiossani. Myös monipuoliset media- ja yrityskuvaukset...

**Kaikki tämä jo yli 40 vuoden kokemuksella!**

Kuvatoimitukset muokattuina digitaalisesti tai printein suurinakin kuvina vaikka kankaalle. Myös kuvareportaasit, -esitykset ja -kirjat.

Soita ja varaa kuvauksesi nyt!

**Tuttu tv:n sääluvista!**



Kuva: Leena Saarela

Juha Laitalainen, valokuvaaja, p. 040 5139990

Studio: Hietsun Paviljonki, Hiekkarannantie 9, 00100 Helsinki





# ”Halu kokea uutta ei ole hävinnyt”

## Matkailu

Meri-Helsinki  
Petri Laaksonen

Ihminen on pohjimmiltaan utelias. Ja mikäs uteliasta mieltä rikastuttaisi enemmän kuin matkailu.

Mannerheimintiellä sijaitsevan Scandic Parkin ylimmän kerroksen näyttävä kokoustila on täynnä matkailusta kiinnostuneita ihmisiä. Temamatkat on kutsunut asiakkaitaan paikalle kuulemaan matkoistaan ja inspiroitumaan.

Ennen illan alkamista saan haastatella Temamatkojen markkinointi- ja myyntivastaavaa sekä matkaopasta **Janne Varista**. Kerrotko historiastasi matkailualalla.

”Olen ollut pitkään alalla. 90-luvun puolivälissä päätin jättää Helsingin ja aloitin työt Fridsresor / Hassen Matkat -matkatoimistossa. Sittemmin olen työskennellyt useassa eri matkatoimistossa ja nyt useamman vuoden Temamatkoilla. Vuonna 1999 tein ensimmäisen kiertomatkan Thaimaassa ja sen jälkeen monissa muissa kohteissa, kuten Britteinsaarilla, Aasiassa ja Itä-Euroopassa”, Janne Varis kertoo.

”Olen asunut pitkään ulkomailla, eri maissa. Skotlannissa, Bangkokissa ja Ranskassa. Kuusi vuotta sitten muutin Temamatkojen myötä Tukholmaan.”

**TEMAMATKOJEN** päämaja sijaitsee Tukholmassa. Sieltä matkatoimisto operoi kaikkiin Pohjoismaihin, Islantia lukuunottamatta. Matkatoimistolla on pitkät perinteet, sillä Temaresor on perustettu jo 1971. Suomessa yritys aloitti toimintansa 80-luvulla. Matkatoimiston omistaa nykyään Jambo Tours Scandinavia AB.

”Näemme luonnollisesti kaikissa Pohjoismaissa. Mainostamme ja pidämme asiakasiltoja, kuten tänään täällä Töölössä. Ruotsin markkinat ovat suurimmat, sitten tulee Suomi ja Norja, viimeisenä Tanska.”

Erikoistuminen on päivän sana. Teman juttu on erityisesti kult-

tuurihistorialliset kiertomatkat, joita on järjestetty alkuaajoista lähtien. Mitä kiertomatalla sitten tarkoitetaan?

”Otetaan malliksi Skotlannin kiertomatka. Yövyimme viidessä eri hotellissa. Liikummme, tavoitteenamme on nähdä mahdollisimman paljon. Matkalaukkua joutuu pakkaamaan ja purkamaan. Hyvät oppaamme perehdyttävät matkailijoita historiaan, nykypäivään sekä luontoon. Matka alkaa Edinburghista, seuraavana etappina on Glasgow, sieltä Länsi-rannikolle Obaniin, sitten neljälle eri saarelle, Skotlannin ylämaiden jälkeen pohjoiseen ja viimeiseksi palataan Edinburghiin, jonne matka päättyy”, Varis kertoo.

”Kiertomatka ei aina tarkoita eri hotelleja ja jatkuvaa matkustamista. Esimerkiksi Italian Sorrenton kiertomatalla yövytään vain yhdessä hotellissa, josta käsin teemme retkiä eri kohteisiin. Tämä sopii monille asiakkaistamme hyvin, esimerkiksi vanhemmille ihmisille.”

Lähes kaikkia temamatkailijoita yhdistää kiinnostus kulttuuriin, historiaan ja luontoon.

”Vaellusmatkoja pohtivalle kerroon, että matka ei vaadi mitään peruskuntoa enempää. Vaelluksemme ovat enemmänkin nautinnollisia, sillä katselemme paljon maisemia ja syömme hyvin. Temahan on tunnettu laadukkaista piknikeistään. Ruokakulttuuri on tärkeä osa kaikkia matkojamme.”



JOEL LAAKSONEN

Safarimatkoilla voi nähdä villieläimiä, kuten leijonia tai kirahveja. Kirahvikuvituksen piirsi toimituksessa yhden päivän työskennellyt TET-harjoittelija Joel Laaksonen. Munkkiniemen Yhteiskoulun 8. luokkaa käyvä Laaksonen piirtää paljon vapaa-ajallaan. Joelin töihin voi tutustua: [www.instagram.com/joel\\_drawingss/](http://www.instagram.com/joel_drawingss/)



Skotlanti on Janne Variksen yksi suosikkikohteista.

PETRI LAAKSONEN



Temamatkojen markkinointi- ja myyntivastaava Janne Varis kutsui asiakasiltaan inspiraatioillaksi. ”Kerromme matkoistamme, näytämme paljon kuvia kohteista ja vastailemme tuki yleisökysymyksiin. Mukana meiltä on myös Mikko Nieminen, kokenut Tema-opas”, Varis kertoo.

**OVATKO** asiakkaiden toiveet muuttuneet vuosien aikana?

”Kiertomatkojen suhteen asiat eivät ole paljoakaan muuttuneet. Matkustajien keski-ikä on tosin laskenut, sillä aloittaessani keski-ikä oli 68 vuotta, nyt reissuun lähtee kolmikymppisiäkin. Edelleen halutaan nähdä maailmaa ja kokea uusia asioita. Ymmärretään myös miten helppoa matkustaminen on.”

”Vaativuustaso on noussut. Ha-

lutaan enemmän omaa aikaa, eikä välttämättä syödä joka ilta ryhmän kanssa. Kokemuksia halutaan löytää myös itse”, Varis sanoo.

Varis kertoo, että aktiviteettimatkojen osuus kasvoi koronaviruspandemian jälkeen. Ihmiset halusivat ja haluavat edelleen ulos liikkumaan.

Hieman liioitellen voisi sanoa, että Temamatkat kattavat koko maailman.

”On Safarimatkoja villieläinten äärelle, ruokaan ja viiniin keskittyneitä matkoja, risteilyitä ja kaupunkimatkia.”

”Jos uutuusmatkoista puhutaan, niin yksi tällainen on Etelä-Korea. Siellä odottaa Soulin jättikäupunki, smaragdinvihreät teeviljelmät ja riisipellot. Etelä-Koreassa

## ”Ruokakulttuuri on tärkeä osa kaikkia matkojamme.

on myös mielenkiintoinen ruokakulttuuri, johon tutustumme. Tiesitkö, että sieltä on trendikäs ja tulin kimchisalaatti kotoisin?”

**TOISET POHTIVAT** valmismatkan ja omatoimimatkan välillä. Valmismatka on epäilemättä helppo ja turvallinen valinta?

”Joskus joku asiakkaamme on kysynyt, miten matkamme maksavat niin paljon. Vastaamme, että matkan hintaan kuuluvat kaikki, mitään piilotettuja kuluja ei ole. Hinnassa on mukana sisäänpääsymaksut, lennot, retket, opaspalvelut sekä ateriat. Temamatkalla omaa rahaa kuluu aika vähän. Jos kaiken tämän järjestäisi itse, niin kalliimmaksi se tulisi. Tämä on myös helppoa matkustamista, muistaa kun pitää vain kokoontumisaika hotellin aulassa päivän retkeä varten. Muuten kaikki hoidetaan asiakkaan puolesta - sitä palvelua arvostetaan. Kaikilla matkoilla on aina opas mukana, myös mahdollisissa ongelmatilanteissa”, Varis kertoo.

**MIKÄ ON** oma suosikkikohteesi?

”Bali. Siellä olen viettänyt paljon aikaa ja teemme sinne toki kiertomatkia. Siellä kulttuuri on mielenkiintoinen, erityisesti baliilainen hindulaisuus, joka poikkeaa täysin niin sanotusta klassisesta hindulaisuudesta. Saari on kuin historiallinen ulkoilmamuseo.”

”Toinen suosikkikohteeni on Skotlanti. Siellä ihmiset ovat rinnastettavissa suomalaisiin. Luonto on dramaattista ja historia jännittävä.”

Mikä sinut sai alunperin innostumaan matkailusta?

”Kyllästyin Helsinkiin ja halusin muutosta elämäni. Oli kaksi vaihtoehtoa, joko lähteä au pari riksi tai ryhtyä matkaoppaaksi. Ratkaisu oli selvä.”

”Olen edelleen samalla matkalla.”

➤ [www.temamatkat.fi](http://www.temamatkat.fi)



# Nyt kävellään

Meri-Helsinki  
Petri Laaksonen

Liikkujan on hyvä muistaa, että mikään jalkakipu ei ole normaalia.

Pitkän talven aikana moni kanta-pää on kipeytynyt ja askel lyhen-  
tynyt. Jäiset ja liukkaat kadut pa-  
kottivat varovaisuuteen, jolloin  
oikea kävelytekniikka unohtui ja  
lihakset kipeytyivät. Toiset eivät  
uskaltautuneet ulos juuri ollen-  
kaan.

Kevät saa ihmiset ulos liikku-  
maan. On ihana paljastaa kasvot  
auringolle, sitoa lenkkarit kireälle  
ja antaa mennä. Ehkä juuri tästä  
syystä kevät on jalkaterapeuttien  
vilkkainta aikaa vuodesta.

Vänrikki Stoolin kadulla toimi-  
va Helsingin Jalkaterapia on hoi-  
tanut lukemattomia jalkapareja ja  
tietää miten homma menee.

”Toisilla jalkavaivat alkavat tal-  
ven aikana, toisilla vaivoja syntyy,  
kun jalkojen rasitusta lisätään ke-  
vähurmoksessa ja tehdään pitkiä  
lenkkejä. Yleensä ongelmia tulee  
viimeistään, kun paksupohjaisis-  
ta kengistä siirrytään kevyempiin  
malleihin”, kertovat Helsingin jal-  
katerapian jalkaterapeutit **Reeta  
Eskelinen** ja **Anna Kvarnström**.

Kengillä on suuri merkitys jal-  
kojen terveyteen, vai onko?

”Kyllä. Talvella jäykkäpohjai-  
nen ja raskas talvikenkä voi aihe-  
uttaa vaivoja, etenkin jos keväällä  
siirrytään löysään kenkämalliin ja  
jalat saavat paljon rasitusta. Ylei-  
nen virhe on käyttää liian pieniä  
kenkiä. Varpaan ja kengänkär-  
jen väliin tulisi jäädä tyhjää tilaa  
1-1,5 cm. Mitta on helppo tarkis-  
taa ottamalla irtopohjallinen pois  
ja laittamalla jalka sen päälle.  
Kolmas seikka on kengän riittävä  
kiertolöysyys, liian jäykkä kenkiä  
kannattaa välttää.”

”Suurin vaikutus on kuitenkin  
liikunnan lisäämisellä ja siksi tal-  
ven jälkeen olisi hyvä totuuttaa  
jalat rasitukseen”, jalkaterapeutit  
opastavat.

**JALKAVAIVAT** kuulostavat ikäih-  
misten ongelmilta. Onko asia  
näin?

”Meillä asiakaskunta on kirja-  
va, noin kolmikymppisistä ylös-  
päin. Nuoret sietävät kiputilo-  
ja vanhempia paremmin, koska  
he palautuvat nopeammin. Toki  
nuorilla lihaskuntokin on parem-  
pi. Nuorista ihmisistä voisi sanoa  
myös sen, että ongelmatapauksis-  
sa apua haetaan yleensä viiveel-  
lä. Esimerkiksi sisäänpäin kasva-  
neen kynnen kiputilaa voidaan  
sietää kauan, ennen kuin otetaan  
ammattilaiseen yhteyttä.”

”Ihminen rajoittaa elämänsä  
hyvin herkästi. Ei mennäkään lä-  
hikauppaa pidemmäksi, tai jäte-



Helsingin jalkaterapian jalkaterapeutit Anna Kvarnström ja Reeta Eskelinen (oik.) suosittelevat käyttöön kevyitä kenkiä, jotka mahdollistavat toivotun varvastyön. ”Jäykässä talvikengässä ei yleensä tule rullausta”. Ennen ja jälkeen lenkin voi hyödyntää porrasaskelmia venytyksiä varten.



Vaivaisenluu vaivaa hyvin monia.

PETRI LAAKSONEN

## Kevään yleisimmät jalkavaivat juostessa tai kävellessä

- Kantapään kivut, plantaarifaskiopatia  
Ratkaisu -> oikeanlaiset kengät, kävelytekniikka, jalkaterän kaaren alueen lihasten vahvistaminen, pohjehuolto, takafaskialinjan huolto, pohjalliset.
- Jalkaterän päällä olevat kivut ja säären etuosan kivut  
Ratkaisu -> kengännauhojen löysentämien, lihastasapainon ja nilkan ja pohkeen vahvistaminen.
- Päkiän kivut, hallux valgus (vaivaisenluu) kipuilut  
Ratkaisu -> kävelytekniikka, jalkaterän ja pakaran vahvistaminen, pohjalliset, tarpeeksi leveä kenkä.
- Pohje-, takareisikrampit  
Ratkaisu -> lihastasapainon kartoitus ja vahvistaminen, lihahuolto.
- Kävely tai juoksu tuntuu raskaalta tai lämmittelyyn menee paljon aikaa  
Ratkaisu -> lihakset ja faskiat tukossa, alaraajojen käsittely.

tään rakas harrastus pois vaivan vuoksi. Vanhempi ihminen ei kä-  
velekään kirkolle, vaan ottaa tak-  
sin, koska pelkää kipua tai tasa-  
painon menettämistä. Me voimme  
auttaa hyvin monissa ongelmissa.  
Tärkeintä on, että kukin voisi pi-  
tää itsellään mielihyvää tuottavia  
asioita”, Kvarnström sanoo.

**SANOTAAN**, että liike on lääke.  
Milloin on sitten hyvä lopettaa  
liike ja ottaa yhteyttä jalkatera-  
peuttiin?

”Se on hyvin yksilöllistä. On  
vaarallista sanoa, että liiku vain  
kivun yli. Joskus esimerkiksi jal-  
kapohjan kiputilat vaativat pitkää  
lepoa. Lähtökohtaisesti voimme  
sanoa, että normaalia jalkakipua  
ei ole olemassa, eikä kävelyn tulisi  
sattua. Jos vaiva ei ole helpottanut  
kahdessa viikossa, suosittelemme  
ottamaan yhteyttä.”

”Alustallakin on suuri merkitys  
rasitukselle. On selvää, että asfalt-  
ti on pehmeää pururataa kulutta-  
vampi jaloille.”

Mitä ohuempi pohja on ken-  
gässä, sitä merkityksellisempää  
on kävelytekniikka. Esimerkiksi  
ohutpohjainen kenkä ja voimakas  
kanta-astuja on jalkaterapeuttien  
mielestä huono yhdistelmä. Sil-  
loin painopistettä pitäisi siirtää  
enemmän päkiälle.

”Olen harjoitellut oikeaa kä-  
velytekniikkaa 10 vuoden ajan ja  
nyt olen siinä vaiheessa, että voin  
pelata padelia paljasjalkakengil-  
lä”, Eskelinen kertoo ja muistut-  
taa kävelytekniikan olevan aina  
yksilöllistä.

Naiset nauravat, kun keskuste-  
lu kääntyy jalkaterapeutin työhön.

”Olemme oikeasti alaraajatera-  
peutteja, toimintakenttänä jalat,  
lantion alapää. Ja kyllä välillä  
katsomme selkääkin ja hartioita”,  
Eskelinen ja Kvarnström sanovat.

Osaako polvensa rikkonut ottaa  
teihin yhteyttä?

”Sanoisin, että kyllä paremmin  
nykyään kuin aikaisemmin. Toki  
meille ohjataan osa asiakkaista.  
Polvivaivat voivat johtua jalkate-  
rän virheasunnoista tai lantiosta.”

**ENNEN** kävelylenkkiä olisi hyvä  
venytellä pohkeita sekä taka- ja  
etureisiä ja näin valmistaa jalkoja  
rasitusta varten.

”Juoksussa ja kävelyssä jalkoi-  
hin kohdistuu tähdähdys, jolloin  
kotona olisi hyvä tehdä pump-  
paavaa voimaharjoitusta esimer-  
kiksi varpaillenousua ja kyykkyä,  
venyttelyä unohtamatta. Kevätkä-  
velijöille suosittelen käyttämään  
kotiintullessa porrasaskelmia ve-  
nyttämään pohkeita jokaisella as-  
kelmalla. Samalla voi venytellä  
myös lonkankoukistajia. Kotona  
jalkapohjia ja pohkeita voi hieroa  
tennisballon avulla, pyörittelemäl-  
lä minuutin verran palloa jalan al-  
la. Se elvyttää rasittuneita jalkoja”,  
Eskelinen opastaa.

”Kotihoidossa on riskinsä, jos  
talven aikana on tapahtunut ve-  
nähdyksiä tai repeytymiä. Silloin  
olisi aina syytä hakea ammatti-  
apua.”

**JALKATERAPEUTIN** pakeilla voi  
törmätä sanaan faskia. Puhutaan,  
että faskiat ovat jumissa. Mitä fas-  
kioilla tarkoitetaan?

”Faskiat ovat lihaskalvoja. Ih-  
misillä ei välttämättä ole lihakset  
jumissa vaan faskiat, jotka ympä-  
röivät koko kehoamme.”

Mistä tietää onko faskiat vai li-  
hakset jumissa?

”Se vaatii kehotietoisuutta. Pi-  
tää osata tuntea onko lihaskipua  
vai jumia. Jos lihas on rento, voi  
silti jäytää. Lihaskipu on enem-  
män pinnallista, mikä tuntuu esi-  
merkiksi kovaa treenatessa seu-  
raavana päivänä. Faskia-ongelmia  
hoidetaan faskia-käsittelyllä.”

**KUN** aurinko paistaa ja porras-  
käytävän ulko-ovi aukeaa, tun-  
tuu maailma paremmalta paikal-  
ta. Kävelylenkille lähdeittäessä on  
kuitenkin hyvä kerrata: lämmitte-  
len lihakset, muistan varvastyön-  
nön, en lukitse polvea, en pompi,  
astun reippain askelein - en kö-  
pöttäen, venyttelen ja vahvistan  
lihaksia.

Ja mikä tärkeintä - nautin ke-  
väästä.

➤ [www.helsinginjalkaterapia.fi](http://www.helsinginjalkaterapia.fi)





TYKKÄÄ  
PAIKALLISESTA



TÖÖLÖLÄINEN OY



PAIKALLISLEHDET\_HELSINKI

Meri-Helsinki

# Liikunta on parasta lääkettä kaikenikäisille



Sari Sarkomaa

KOLUMNI

Kaikenikäisten helsinkiläisten päivittäisen liikunnan edistäminen on kaupunkimme kärkihankkeita. Uusimmassa Helsingin kaupunkistrategiassa asetimme tavoitteeksi olla kaupunki, jossa edellytykset liikunnalliseen elämään kohenevat. Liikuntapaikat ja liikkumisen mahdollistava viihtyisä kaupunkiympäristö ovat helsinkiläisten vahvoja toiveita.

Kaupungin tavoite on panostaa liikuntapalveluihin niin, että ne ovat saatavilla kaikille matallalla kynnyksellä. Kaupunkipyörät ovat jälleen kesän lähestyessä kaupunkilaisten käytössä, samoin kuin kasvava määrä ulkokuntosaleja, kuntoportaita sekä laitureita.

**ILOUTINEN** on se, että Töölönlahden puistoon on tulossa uusi ulkokuntosali. Pitkään odotettu Töölönlahden puiston kehittämi-

nen sai vauhtia, kun kaupunginvaltuustossa myönsimme työhön lisärahoituksen. Kaupunkilaiset toivovat lisää puita ja kasvillisuutta. Hanhien likaamien nurmikenttien tilalle on saatava monimuotoinen ja viihtyisä puistoalue.

Töölönlahti on tärkeä helsinkiläisille. On hienoa, että puiston viihtyisyyttä ja vehreyttä on tarkoitus lisätä isomman kunnostuksen suunnittelun lomassa nopeassa tahdissa monimuotoisella kasvillisuudella.

**VARSINKIN** kantakaupungin asukkaille oli tervetullutta ohjelma kävelyn edistämisestä. Ohjelman tarkoituksena on taata kävelijöille ja kaupungissa asioiville nykyistä mukavimmat ja turvallisemmat olosuhteet kaikkina vuodenaikoina.

Kyse on talvikunnossapidosta, katupölyn vähentämisestä, kaupunkisuunnittelusta, liikennejärjestelyistä ja sähköpotkulautojen sääntelystä sekä paljosta muusta, mutta etenkin arkiliikuntaan kannustamisesta.

Enemmistö suomalaisista liikkuu terveytensä kannalta aivan liian vähän. Liikkumattomuus on yhteydessä moniin kansansairauksiin. Liikunta sen sijaan edistää monin tavoin hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä.

Liikunta edistää kokonaisterveyttä ja myös aivoterveyttä kaikissa elämän vaiheissa. Liikkuessa aivojen verenkierto paranee ja aivosolujen väliset yhteydet vahvistuvat parantaen muistia. Lisäksi liikunta voi laskea verenpainetta ja parantaa unen laatua. Liikunta vähentää tutkitusti riskiä sairastua kaikkiin kansansairauksiin, myös eteneviin muistisairauksiin.

**IKÄIHMISTEN** liikkumiskyvyn ongelmissa kaksi kolmasosaa johtuu liikunnan puutteesta – vain kolmannes vanhenemisesta.

Liikkumattomuus romahduttaa nopeasti ihmisen toimintakyvyn ja elämänlaadun. Tuen ja neuvon avulla on mahdollista saada ratkaisut sopivaan liikkumiseen mahdollisesta sairaudesta tai kiuvista huolimatta. Olennaista on se, että avun saa nopeasti, ettei kipu kroonistu ja liikkumattomuus aiheuta peruuttamattomia vahinkoja.

**HALLITUSNEUVOTTELUISSA** sovimmekin ehdotuksestani, että fysioterapia- ja toimintaterapia-yritysten kotikuntoutus sisällytetään kotitalousvähennyksen piiriin. Laki on nyt voimassa.

Parhaillaan valmistellaan yksityisen terveydenhuollon Kela-korvausten nostoa ja uutta kor-

vausmallia. Tavoite on helpottaa palveluiden saamista ja julkisen sektorin työkuormaa.

Painopiste Kela-korvauksen nostamisella on yleislääkärikäynneissä, joiden vastaanotoille on terveysasemilla jonoja. Valmistelussa on myös Kela-korvauksen palautus fysioterapiaan. Uudessa mallissa Kela-korvaus ei olisi enää sidottu lääkärin laatimaan läheteeseen, vaan asiakas voisi hakeutua suoraan fysioterapeutille.

Fysioterapeutin suoravastaanotto nopeuttaa tuki- ja liikuntaelinvaivoista kärsivän hoitoon pääsyä, lyhentää hoitojonoja ja vähentää lääkärikäyntien kustannuksia. Kela-korvattu fysioterapia on ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa parhaimmillaan. Tutkimusnäyttö fysioterapian suoravastaanottojen vaikuttavuudesta on vahvaa.

Kaikenikäisten liikunnan lisääminen ja oikea-aikainen kuntoutus ovat vaikuttavia keinoja, kun haluamme hillitä sosiaali- ja terveydenhuollon kustannusten kasvua ja ennen kaikkea edistää ihmisten terveyttä sekä työ- ja toimintakykyä. Liikunta on paras lääke kaikenikäisten ihmisten hyvään elämään.

**Kirjoittaja** on kansanedustaja

JUHLAPAIKKA  
STADILAISILLE!

Hietsun Paviljonki, Hiekkarannantie 9, [www.hietsunpaviljonki.fi](http://www.hietsunpaviljonki.fi)



# Ihanat juustot tarinoiden kera

Meri-Helsinki  
S. Soininen

Hymy on herkässä  
Rolling Cheesen upealla  
juustotiskillä.

Sateinen tuuli piiskaa Kauppatoria ja Etelärantaa, jossa on vuodesta 1889 lähtien sijainnut elegantti kauppahalli. Kulmakuntalaisilla on entistäkin parempi syy tehdä visiitti arvokkaasti ikääntyneeseen halliin, sillä Rolling Cheese -juustokauppa on asettunut sopuisti taloksi.

Kesän kynnyksellä vuonna 2021 Etu-Töölön Museokadulle avattu Rolling Cheese on osoittanut, että kivijalassakin voi kauppa menestyä. Lontoon Cityn kupeesta Islingtonista Töölöön saapunut sympaattinen pariskunta **Nelli Steer** ja **Peter Steer** isännöi juustokauppaansa vankalla ammatitaidolla ja loistavalla asiakaspalvelulla. Suomalaisgraafikon ja lontoolaisen cheesemongerin puoti on huippusuosittu. Joka hetki sen pöydissä istuu väkeä juustoja tykötärpeineen viinin kera nauttien. Juhlapyhinä jono ulottuu helposti Museokadulle asti.

**OXFORDIN** aksentilla ymmärrettävää englantia puhuva herra Steer on oppinut sujuvaa suomeakin. Pariskunta ei avannut myymäläänsä pelkän harrastuneisuuden pohjalta, vaan Steerillä oli Lontoosta 16 vuoden kokemus juustokaupasta ja viineistä. Hän on paitsi juusto- ja viinikauppias myös antropologi, jolle ruokakulttuurin sosiaalinen merkitys on tärkeä.

Kauppahallin juustopuodin pitkällä tiskillä ovat juustot hyvässä järjestyksessä. Yrittäjien tarkoituksena on raivata hieman tilaa muutamalle pöydälle, jotta myös hallissakin voisi nauttia viinien ja juustojen maagisesta liitosta. Kauppahallin Alkosta saa juustoille oivat kumppanit kotiin tai vaikkapa piknikille. Juustokauppiat osaavat neuvoa hyvät pairing-suositukset. Alkoholitonnat juomat kasvattavat suosiotaan. Omena ja Cheddar ovat klassinen makupari. Juuri samalla maaperällä kasvaneet hedelmät ja marjat ovat luonteikkaita alueen juustoille.

**JUUSTOKAUPASSA** on noin sata erilaista yhtiön oman maahan tuonnin juustoa, jotka edustavat kattavasti eri makuja. Mutta mikä kypsytystä? Pienet juustontekijät toimittavat nuoret juustonsa kypsytäjille, joiden optimaalisissa, luonnollisissa olosuhteissa kuten luolastoissa juustot kypsyvät herkkuisiksi. Maalaisjuusto on juustoa, joka on valmistettu maatilalla



Rolling Cheesen juustokauppiaspariskunta Nelli Steer ja Peter Steer ilahduttavat ihmisiä nyt kauppahallissa. Ruistakin on herra Steerin ranteessa sillä Westcombe'n Cheddar-kiekkopainaa 25 kiloa. Noin neljän kilon painoinen Cornish Yarg -kermajuusto on pinnoitettu nokkosilla.

omien eläinten maidosta.

"Tunnetuimmat meidän juustontekijämme ja -kypsytäjämme. Esimerkiksi baskimaalainen Osau Iraty -juusto on tehty farmin omien lampaiden maidosta," juustokauppiat kertovat.

Juustoissa, joissa on paljon karaktääriä, maistuu maaperä sekä vallinneet sääolosuhteet kuten viineissä.

**KAUPPAHALLISSA** vaikuttanut legendaarinen juustokauppias **Tuula Paananen** palkittiin 2019 Juustopöytä ry:n Kultasella Juustohöylällä. Hän korosti, että juuston on oltava kypsää juuri silloin, kun asiakas sen laittaa pöytään. "Juustokauppias neuvoa myös oikeat nautintalämpötilat," hän sanoo.

Rolling Cheese'ssä asiakas ei ainoastaan osta juustoa, vaan hän saa asiantuntevan palvelun ja kuulee kiehtovien tarinoiden lisäksi myös neuvot juuston temperoinnista sekä juustoille sopivista lisukeista. Tavallinen ihminen ei voi maistella kaiken maailman viinejä ja olla perehtynyt viinintekijöiden metodeihin, rypäleisiin tai kunakin vuonna vallinneisiin sääteluihin. Kuten viineissä juustoisakin on voitava luottaa asiantuntijan suosituksiin.

Pienten tuottajien juustoissa maku vaihtelee sesongin mukaan.



Kauppahallissa voi myös nauttia paikanaälläkin herkullisesta juustolajitelmasta.

Provencen tuoreen ruohon keväinen raikkaus maistuu nyt erinomaiselle pienen juustotilan Mistralou-juustossa, jolla on ikää 20 päivää. Maatilan 50 pitkäsarvista rove-vuohta ovat sopeutuneet Provencen olosuhteisiin ja tuottavat herkullista maitoa. Juusto on kääritty kastanjanlehtiin, jotka varjelevat juuston kosteutta ja luovuttavat siihen makua. Kastanja maistuu myös ranskalaisessa maalaisjogurtissa, jossa on ihanaa kastanjatahnaa.

Trendit näkyvät juustoissa. Esimerkiksi hurmaavan kermanen Burratta ja Stracchiarella ovat



Duckett's Caerphilly-juusto tarjoaa kolmikerroksisen makuelämyksen, joka alkaa kuoren metsäisestä raikkaudesta.

paistatelleet parrasvaloissa.

Mainittakoon, että Rolling Cheese on ainoa kauppa, josta otan kuitenkin mukaan. Siinä nimittäin lukee juuston nimi, josta on hauska vääntää tarinaa illallisvieraille.

**SUOMALAISET** ovat tunnetusti persoja juustoille. Syömme viikossa juustoa noin 450 grammaa. Ainoastaan Ranskassa juustoja nautitaan enemmän. "Meille on myös tärkeää, että maanviljelijä saa oikeudenmukaisen korvauksen juustostaan. Yhden juustokilon valmistamiseen kun kuluu noin 14 litraa vaikkapa käsin lypettyä vuohenmaitoa," yrittäjät sanovat.

Rolling Cheesen juustoja tarjoillaan myös Helsingin parhaissa ravintoloissa. Savoyssa ja Palacessa juustokärryt kurvaavat ruokailijan luokse.

Kotona juustotarjottimelle valitaan 3-5 erilaista, toisistaan poikkeavaa juustoa, joissa maistuvat eri voimakkuudet ja tekstuurit. Yhdelle juustoilijalle on hyvä varata 30 grammaa per juusto. Juustot on otettava huoneen lämpöön hieman juustosta riippuen noin tuntia ennen nauttimista. Juustojen kanssa voi leikitellä myös juomien lämpötiloilla, viileällä valkoviinillä ja huoneen lämpöä lähentelevällä punaviinillä.

**HERKUTTELEN** viiden juuston lajittelulla. Suursuosikki on Shropshire Blue, joka on värjätty luonnonmukaisella annattolla, koska alun perin juustontekijät halusivat näin erottua väärennöksistä. Colston Basset on ainoa Stiltonia tekevä juustola, joka käyttää edelleen aitoa eläinperäistä juoksutetta. Siksi pehmeän makuisessa juustossa ei ole kitkerää pistävyyttä.

Etivaz'in kylässä Sveitsissä on valmistettu 1500 metrin korkeu-

dessä käsityönä alppijuustoa iät ja ajat. Gruyère-tyylinen juusto tehdään perinteisesti kupariastiassa aidolla puutulella. 18 kuukautta kypsyntä lehmänmaitojuustoa voi nauttia mustakirsikkahillon kanssa.

Alun perin walesilaisille kaivos-työläisille ideoidun Caerphilly-juuston valmistaja Duckett's tekee juustonsa edelleen käsityönä perinteisin menetelmin ja poikkeaa siten lukuisista teollisista market-juustoista. Tällä kertaa leikkaan juustosta ison palan kuorineen. Kolmikerroksinen makuelämys alkaa kuoren metsäisestä raikkaudesta ja jatkuu kermaiseen ihanuuteen.

Burgundilainen Chaource on tuplakermainen lehmänmaidosta valmistettu herkullinen valkohojuusto. Tässäkin juustossa kuoren kantarellimainen maku tuo siihen myönteisen maku-ulottuvuuden.

Pientuottajien omaleimaisissa juustoissa maistuu myös eläinten hyvinvointi. Eri juustoluokkien juustojen makuja rikastuttavat alueelle ominaiset eläinrodut.

"Henkilökuntamme maistelee jatkuvasti juustojamme. Osaamme kertoa miltä juustot maistuvat ja antaa tarjoilusuosituksia. Eri-laisia hilloja ja keksejä on valikoidaksamme runsaasti. Suolaiselle ja kovalle juustolle sopii esimerkiksi makea viikunahillo." Erilaisia juustonnauttimistapoja on maailmalla lukemattomia. Kolumbian Bogotan viileyttä lämmittää kakaon sulanut maalaisjuusto.

**JUUSTOLAUTASEN** rinnalle voit koota lihaisan Charcuterie-lajitelman. Italialaisia leikkeleitä sopii täydentää antipastoilla täydelliseksi illanistujaisstarjottimeksi tai pikniklajitelmaksi.

Tarjolla on myös välineitä kuten raklettigrillejä ja vaikkapa kiharin sveitsiläiselle Tête de Moine-juustolle.

Rolling Cheese lämpimät juustoleivät ovat jo käsite. Hapanjuurileipä on täytetty hersyvästi erilaisilla juustoilla, leikkeleillä ja tykötärpeillä. "Valikoima vaihtelee päivittäin, sillä hyödynnämme leivissä hävikki-juustoja. Valikoimassamme on joka päivä ainakin kaksi vaihtoehtoa, joista yksi sopii myös kasvissyöjille," juustokauppiat kertovat. Esimerkiksi Jura-sandwich'ssä tirolilainen uunikinkku liittoutui Morbier-tuhkaraitajuuston ja sipulichutney'n kanssa. Sandwich'eissä on aina sulaisia makukomponentteja kuten esimerkiksi aurinkokuivattua kesäkurpitsaa.

**JUUSTOKAUPAN** aurinkoinen henkilökunta tarjoilee paitsi herkullisia juustoja myös kokonaisvaltaisen elämyksen niin paikan päällä kuin kotiin vietäväksi.



# Alueesi tuntevat huippuvälittäjät palveluksessasi!

## Teija Numminen

Myyntijohtaja LKV, LVV, KED

Olen toiminut kiinteistönvälittäjänä Kruununhaassa jo 20 vuoden ajan, joten voi olla, että olemmekin jo tavanneet asuntoesittelyissä. Menestyksekkään urani aikana olen ollut mukana lähes tuhannessa asuntokaupassa. Tunnen Kruununhaan kiinteistöt, kiinteistömarkkinan ja sen trendit kuin omat taskuni.

Laillistetun kiinteistö- ja vuokravälittäjän tutkinnot yhdistettyinä huippuyliopistossa (London School of Economics) suoritettuun maisterintutkintoon antavat erinomaiset valmiudet toimia haastavienkin asuntokauppojen parissa. Vankka kokemukseni muun muassa kuolinpesien, arvoasuntojen ja taloyhtiöiden omistamien tilojen myynnistä kertovat asiakkaitteni luottamuksesta ja kyvystäni toimia hienovaraisesti.

Asiakaspalautteissa minua on luonnehdittu luotettavaksi asiantuntijaksi. Kiitosta olen myös saanut muun muassa ahkeruudesta, pitkäjänteisyydestä ja siitä, että osaan tarjota ratkaisuja laatikon ulkopuolelta.

p. 040 560 8117  
teija.numminen@km.fi



## Julia Jäppinen

Kiinteistönvälittäjä LKV, LVV, KED

Kodinvaihdon ympärille kiteytyvät elämäme suurimmat muutokset ja tärkeimmät päätökset. Kiinteistönvälitystyössä oikeustieteilijän taustani, vuosikymmenen kokemus asunnoista sekä kiinnostus varallisuudenhoitoon liittyviin asioihin antavat työn luonteeseen vaadittavaa perspektiiviä. Olen työssäni tarkka, täsmällinen ja ripeä, perehdyin jokaisen asiakkaani tilanteeseen erityisellä huolellisuudella.

Tunnen pääkaupunkiseudun hyvin, olen asunut Etelä-Helsingissä aina ja asuinalueena se onkin minulle erityisen lähellä sydäntä. Asun perheeni kanssa Kruununhaassa ja työskentely Kruununhaan Kiinteistömaailmassa onkin tehnyt monesta asiakkaasta vuosien varrella ystäviä.

p. 044 244 3889  
julia.jappinen@km.fi



## KM Kiinteistömaailma

Kiinteistömaailma Kruununhaka | KK-Neliöt Oy

Liisankatu 12, 00170 Helsinki | 050 300 9985 | kruununhaka@kiinteistomaailma.fi  
kiinteistomaailma.fi/helsinki-kruununhaka



### Ihana Italia!

Harvalla maalla on niin paljon tarjottavaa kuin Italiassa. Historiaa, kulttuuria, muotia, kauniita maisemia, herkullista ruokaa ja erinomaisia viinejä. Lämpimästi tervetuloa TEMAn ihanaan Italiaan!

## Historiaa, herkkuja ja henkeäsalpaavia maisemia Italiassa

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 syvemältä – muistoja eliniäksi. Asiakkaamme palaavatkin matkoillemme kerta toisensa jälkeen!



# TEMA

Muistoja eliniäksi

### SORRENTON AURINGONKELTAISET SITRUUNAT

Capri, Pompeji ja Vesuvius

Amalfin rannikko on varmasti yksi koko maailman kauneimmista rannikoista. Ainutlaatuiset uimapaikat ja Sorrenton – ehkäpä maailman parhaimmat sitruunat ja perinteiset italialaiset herkut ovat täällä vertaansa vailla. Näe ja koe jännittävä Napoli, romanttinen Caprin saari ja Vesuviuksen tulivuoren mahtava kraatteri. Retki Pompeijin vaikuttaville raunioille on kuin ”sukeltaisi” antiikin roomalaisten arkipäivän keskelle. Lämpimästi tervetuloa klassiseen Sorrentoon.

Lähtö: 28.9.2024., 8 pv, alk. 2 790 EUR

### POHJOIS-ITALIAN JÄRVIALUE

Bernina Express -juna ja Milano

Pohjois-Italian helmiä, Como- ja Luganojärviä ympäröi henkeäsalpaavan upea luonto. Laivan kannelta ihailemme viehättäviä kyliä, upeita huviloita ja vaikuttavia palatseja. Junamatka Alpeilla lumihuippuisine vuorineen, alppijärvineen ja kukkaniittyineen tuo mieleen maiseman kauniista maalauksesta. Kiertomatkamme tukikohta on keskiaikainen Comon kaupunki ja viikko päättyy retkeen muodin ja arkkitehtuurin mekkaan Milanoon.

Lähdöt: 1.6.2024. ja 5.10.2024, 8 pv, alk. 2 790 EUR

Inspiroidu lisää osoitteessa **TEMAMATKAT.FI**

Seuraa meitä myös sosiaalisessa mediassa  
www.instagram.com/temamatkat  
www.facebook.com/Temamatkat