

Omakoti

ITÄ-UUSIMAA » NUMERO 4/2024 » OMAKOTIASUMISEN ERIKOISLEHTI » 16. vuosikerta » www.omakotilehdet.fi

Käyttövesiputkien remontti vie vain muutamia päiviä

Tukea öljylämmityksen
vaihtamiseen on vielä saatavilla

14

Koti mukautuu
iän tuomiin tarpeisiin

24

CoolerMan®

**TILAA MEILTÄ energiatehokkaat
Mitsubishi ilmalämpöpumput
talven lämmitykseen.**



 **MITSUBISHI
ELECTRIC**
LÄMPÖPUMPUT

 **SCANOFFICE
LÄMPÖPUMPPU-PRO**

CoolerMan

Rakentajantie 5, 06450 Porvoo | Puh. 019 545 007
myynti@coolerman.fi | www.coolerman.fi



KANTOJEN JA RISUJEN NOUTOPALVELU
HAKETUSPALVELUT | ENERGIAPUUN OSTO



Helkamäentie 15, 07230 Askola | puh. 019-643 055
www.hakevuori.fi

Mer än ett kök: Vi möblerar hela hemmet!



Enemmän kuin keittiö:
Meiltä kaikki kalusteet kotiisi!

noblessa
Laatukeittiöt Saksasta
noblessa.fi

Noblessa Porvoo
Pormestarinkatu 14, 06100 Porvoo
puh. 050 586 5057
mona.lonnroth@alexara.fi

Pienkonehuolto masiinapaja Oy



HUOLLATA TULEVAN KAUDEN /
MUUT KONEET ENNAKKOON!
Meiltä saa myös Nouto / Palautuspalvelun

PALVELEVA AMMATTITAITOINEN
PIENKONEHUOLTO

HUOLTO | MYYNTI | VARAOSAT

www.masiinapaja.fi

**Luotettava
Kumppani**

Pienkonehuolto Masiinapaja Oy
Tyyneläntie 2B, 07230 Monninkylä
p. 050 549 2664 | masiinapaja@gmail.com

Tänne on hyvä juurtua!
Här är det bra att slå rot!



SIPOO SIBBO

Tontteja asumiseen
hyvien palvelujen ääreltä,
läheltä luontoa!

Bostadstomter intill god service,
nära naturen!

 **SIPOO
SIBBO**



www.sipoo.fi/tontit | www.sibbo.fi/tomter

Omakoti

www.omakotilehdet.fi
facebook.com/omakotilehti

Ilmestyminen

Nro 1/2024	vko	5
Nro 2/2024	vko	16
Nro 3/2024	vko	26
Nro 4/2024	vko	37
Nro 5/2024	vko	45

Jakelu ja levikki
Jakelulevikki 14 000 kpl

Pientalot Askolan, Lapinjärven, Loviisan, Myrskylän, Porvoon, Pukkilan ja Sipoon taajamissa.

Kustantaja
Media Potentia Oy
Kuninkaankatu 24 A
33210 Tampere
p. 0400 772 229
www.mediapotentia.fi

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

Päätoimittaja
Petri Kaukonen
p. 0400 770 203
petri@mediapotentia.fi

Toimitus
Mari Pihlajaniemi
p. 045 276 5998
toimitus@mediapotentia.fi

Mediamyynti
Media Potentian toimisto
p. 0400 772 229
toimisto@mediapotentia.fi

Taitto ja ilmoitusvalmistus
Media Potentia Oy
aineistot@mediapotentia.fi

Paino
Sanoma Manu Oy

Etukannen kuva
Freepik

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



Freepik

Tässä lehdessä

- 3 Pääkirjoitus
- 4 Ajankohtaista
- 6 Kemialliset epäpuhtaudet pientaloissa
- 10 Omakotitalon putkiremontti
- 14 Öljysäiliöiden poisto ja lämmitysjärjestelmän vaihto
- 18 Kodin turvallisuus
- 20 Syksyn pihatyt
- 23 Lakipalsta
- 24 Ikäystävällinen koti
- 28 Hyvinvointia syksyyn
- 30 Ajanviete



Petri Kaukonen
Päätoimittaja

Elämä jatkaa kulkuaan

Suomalaiset ovat taas rohkaistuneet rakennuttamaan omakotitaloja – ainakin jos mittapuuna käytetään pohjalaisten talotehtaiden näkymiä. Ne raportoivat kesän alussa tilauskantansa piristyneen tuntuvasti sitten edellisvuoden.

Viime vuonna uusien omakotitalojen kauppa kyntikin historiallisissa pohjalukemissa. Yhtä vähän rakennusprojekteja oli vireillä viimeksi toisen maailmansodan aikana.

Mitä tästä rakentamisen käänteestä sitten voisi päätellä? Kenties sen, että vaikka taloudesta uutisoidaan aika ajoin ankeita näkymiä, se ei ole koko totuus. Synkeiden pilvienkin alla me ihmiset elellemme elämiämme, tapaamme ystäviä, uurastamme ja harrastamme – ja jotkut jopa innostuvat rakentamaan itselleen kodin.

Pienetkin asiat voivat olla hyvin merkittäviä, kun arvioimme elämän mielekkyyttä. Vaikka kaikkiin suuriin asioihin ei olisikaan siis mahdollista vaikuttaa, aina voi sentään pyrkiä iloitsemaan niistä pienemmistä.

Viettäköämme tänä vuonna siis pienten, mukavien asioiden syksyä!

Lämpimin terveisin,

Petri Kaukonen

Päätoimittaja
Omakoti

PALVELEVA PESULA



ASKOLAN
PUHTI OY

Pesemme myös matot!

Avoinna ma-pe klo 8-15
Mäntyrinteentie 4, Askola | 045 138 2303, 050 430 7112
www.askolanpuhti.fi



MAANSIIRTO
SAARI OY

0400 258 034



RUOPPAUSTA MAALTA JA MERELTÄ

Turhautuminen remonttifirman etsimiseen on saanut 18 prosenttia asunnonomistajista luopumaan koko remontista

Suomalaisista asunnonomistajista 80 prosenttia ei ole tehnyt remonttia ilman palkattua apua. Silti moni tuntee haasteita yhteistyössä remonttiefirmojen kanssa.

Yleisin hankaluus remonttiefirmojen kanssa toimimisessa on hinnasta, aikataulusta ja tavoitellusta lopputuloksesta yhteisymmärrykseen pääseminen. Toiseksi yleisin hankaluus on sopivan remonttifirman löytäminen. Aikataulun pettäminen on kolmanneksi tavanomaisin hankaluus, tyytymättömyys lopputulokseen neljänneksi tavanomaisin. Viidentenä tulee kanssakäymisen firmojen kanssa.

– Liki joka kolmas asunnonomistaja on turhautunut sopivan remonttifirman etsimiseen. Heistä, jotka ovat turhautuneet remonttiammattilaisen etsintään, 58 prosentilla on koko remontti jäänyt sikseen, Remppatorin palveluasiantuntija **Essi Niskanen** kommentoi.

Kaikista asunnonomistajista siis 18 prosenttia on luopunut remontointiaikeista siksi, että sopivan remonttifirman etsiminen on osoittautunut liian turhauttavaksi.

Tiedot selviävät Remppatorin helmikuussa tutkimusyhtiö Bilendillä teettämän tutkimuksen vastauksista. Tutkimukseen vastasi 1000 ihmistä. Vastajat ovat 18–75-vuotiaita suomalaisia asunnonomistajia. Vastajista on naisia puolet ja miehiä puolet.

Tilastokeskuksen mukaan suomalaiset remontoivat vuonna 2022 asuntojaan keskimäärin 422 miljoonalla eurolla per kuukausi. 42 prosenttia asunnonomistajista sanoo, että tämänhetkinen yleinen taloustilanne ei ole vaikuttanut heidän aikomuk-

siinsa remonttien suhteen.

Äideille ei soitella

45 prosenttia remontoijista aloittaa ammattiavun etsimisen googlettamalla. 22 prosenttia soittaa ensiksi kaverille. Naisista 7 prosenttia soittaa ensiksi isälleen – miehistä 2 prosenttia. Äideille ei soiteta ensimmäisenä käytännössä lainkaan.

Halu palkata ammattilainen kasvaa iän karttuessa. Seniorit palkkaavat nuorempia useammin ammattilaiset tekemään remonteja. Yli 62-vuotiaista 60 prosenttia luottaa remonttiasioissa ammattilaisen apuun.

– Vaikeimmaksi sopivan remonttifirman löytämisen kokevat suomalaisista pääkaupunkiseutulaiset. Heistä 64 prosenttia mieltää sen hankalaksi. Koko kansasta vastaava prosentti on 54. Muualla Etelä-Suomessa prosentti on 56. Vähiten hankalaksi asian kokevat itäsuomalaiset. Heistä yli puolet, 54 prosenttia, näkee osuvan ammattiavun löytämisen helpoksi, Niskanen kertoo.

Mitä pienempi paikkakunta on, sitä helpommin osaamisen jäljille pääsee soittamalla isälle tai kaverille. Sen sijaan isoissa kaupungeissa valinnanvaraa on paljon, mutta ei välttämättä ole samalla tavalla yhteisöllisyyttä. Siten päädytään heinäsuovaan, jossa googletus tarjoaa 30 remonttiefirmaa.

– 9 prosenttia remontoijista käyttää palvelusivustoja, jotka on tarkoitettu remonttiefirmojen löytämiseen, Niskanen toteaa.

Nyt on eniten tarvetta maalaamiselle

57 prosenttia asunnonomistajista suunnit-



Freepik

telee tekemänsä asuntoonsa tai taloonsa jonkinlaisen remontin tänä vuonna.

– Eniten tarvetta on tällä hetkellä maalaamiselle. 47 prosenttia asunnonomistajista kaipaa sellaista. Toiseksi yleisimmin nähdään tarvetta kylpyhuoneen ehostamiselle. 31 prosenttia omistajista sanoo niin. Kylpyhuoneremontit tapaavatkin olla Suomessa yleisin remontti. Niitä tehdään Tilastokeskuksen mukaan yli miljardilla eurolla vuodessa, Niskanen kertoo.

Kannattaa hyödyntää tilaajavastuulaki

Yksi työkalu ammattilaisen valitsemisen avuksi on Luotettava Kumppani -palvelu. Luotettava Kumppani -palveluun kuuluva yritys näyttää avoimesti tilaajavastuulain mu-

kaiset tietonsa ja osoittaa hoitavansa lain velvoitteet. Kuluttajalle hyödyllistä tietoa yrityksestä on muun muassa ennakkoperintärekisteriin kuuluminen, joka on edellytyksenä esimerkiksi kotitalousvähennyksen saamiseen. Luotettava Kumppani -yrityksiä kannustetaan liittämään omat tilaajavastuulain mukaiset tietonsa jo myyntiehdotuksiinsa.

Luotettava Kumppani -palvelua ylläpitää Vastuu Group. Palveluun kuuluu yli 74 000 suomalaisyritystä.

– Luotettava Kumppani on hyvä esimerkki uusista työkaluista, joilla helpotetaan asunto-omaisuuden kunnostamista. Luotettavien ammattilaisten löytämisen ja sopimusten neuvottelemisen ei tarvitse olla vaivalloista tai aikaa vievää. Haasteet ovat arkisia, ratkaisut voivat olla myös, Niskanen päättää.

Kuluttajan ei tarvitse huolestua kylmä- ja lämpöpumppualan lakimuutoksista

Ilmastoa voimakkaasti lämmittävien fluorattujen kasvihuonekaasujen eli niin sanottujen F-kaasujen päästöjä vähennetään merkittävästi uudella F-kaasuasetuksella, joka astui voimaan 11.3.2024. Sen seurauksena lämpöpumput ja kylmälaitteet siirtyvät vähitellen käyttämään ympäristöystävällisempiä, ilmastoa vähemmän lämmittäviä kylmäaineita.

Suurista muutoksista huolimatta ei nykyisten laitteiden käyttäjien eikä kuluttajien tarvitse olla huolissaan.

– Kuluttajan ei tarvitse olla huolissaan, sillä laitteita uusilla kylmäaineilla löytyy sitä mukaan, kun asetus vaatii, laitteet ovat yhtä luotettavia ja ne tuskin ovat kalliimpia. Myös vanhoja laitteita saa käyttää ja huoltaa, sanoo Suomen Lämpöpumppuyhdistys SULPU ry:n toiminnanjohtaja **Jussi Hirvonen**.

Vastaava tilanne on ammattikäytössä olevilla laitteilla.

– Olemassa olevan laitekannan ylläpito ja huolto on mahdollistettu uudessa asetuksessa eli nykyisten laitteiden käyttäjien ei tarvitse olla huolissaan omien laitteiden suunnitellun elinkaaren aikana, Suomen Kylmäliikkeiden Liiton toimitusjohtaja **Pauli Tarna** sanoo.

– Laitetarjontaan, laitteiden tehokkuuteen ja järjestelmien hintoihin kylmäaineiden muuttuminen ei aiheuta merkittäviä muutoksia, hän tiivistää.

Kylmä- ja lämpöpumppualalle uusi F-kaasuasetus tuo paljon muutoksia. Siksi alan koulutuksen kehittäminen on myös huomioitu uudessa lainsäädännössä.

– Alan toimijoilta vaaditaan paljon uutta osaamista. Lisäksi uuden F-kaasuasetuksen seurauksena kylmäaineita käsittelevien pätevyysvaatimukset laajenevat koskemaan kaikkia fluorattuja kylmäaineita ja vaihtoehtoisia, myös luonnollisia

kylmäaineita. Koulutus ja pätevyöitymisjärjestelmä muuttuvat vastaamaan uusia vaatimuksia, Tarna ja Hirvonen sanovat.

Lämpöpumppujen toiminta perustuu joko F-kaasuihin tai niille vaihtoehtoisin aineisiin, kuten luonnollisiin kylmäaineisiin. F-kaasuasetuksella ohjataan markkinoita kohti mahdollisimman ilmastoystävällisiä ja energiatehokkaita laitteita. Ympäristöministeriö kertoo sivuillaan, että uusien asetusten toimilla EU:n alueella voidaan välttää hiilidioksidiekvivalentteina noin 500 megatonnin päästöt vuoteen 2050 mennessä. Määrä vastaa noin kymmenkertaisesti Suomen vuoden 2022 kasvihuonekaasujen kokonaispäästöjä.

Lämpöpumppujen käyttö on kasvanut viime vuosina voimakkaasti. Taustalla on ollut energian hinnan nousu, mutta pidemmällä aikavälillä vielä merkittävämpi tekijä on vihreä siirtymä ja pyrkimys hiilineutraaliin Suomeen.

Toimiva ja energiatehokas tulisija on kotien tärkeä huoltovarmuustekijä

Puulla lämmittäminen on myös taloudellisesti järkevä päätös etenkin talviaikaan, kun sähkön hintataso heittelee ja on korkealla, muistuttaa Tulisija- ja savupiippuyhdistys TST ry. Suomalaisten kodeista löytyy yhteensä yli kaksi miljoonaa tulisijaa, joten nämä laitteet ovat erittäin merkittävä osa suomalaisten kotien huoltovarmuutta. Yhteenlaskettuna tulisijoilla tuotettu energiamäärä on peräti 15 TWh.

Yhteiskunnan toimintojen sähköistyessä ja digitalisoituessa, kotien huoltovarmuuden turvaamisessa on tulisijalla suuri merkitys. Päälämmitysmuodot joutuvat tukeutumaan pääsääntöisesti sähköisiin ratkaisuihin tavalla tai toisella.

– Toimiva ja kattava tulisijaverkosto on merkittävä huoltovarmuutta lisäävä tekijä, painottaa Tulisija- ja savupiippuyhdistys TSY ry:n toiminnanjohtaja **Hannu Murtokare**. Kovilla pakkasilla tulisijat tasaavat sähkön kulutuspiikkejä ja parantavat omalta osaltaan myös sähköverkon toimivuutta ja kestävyyttä kuormituksen aiheuttamia jakeluhäiriöitä vastaan. Tulisija on myös hyvä kumppani erilaisissa hybridilämmitysratkaisuissa.

Monesti tulisijojen uusintaa mietitään juuri näin kesän kynnyksellä, kun viilenevään syksyyn olisi hyvä varautua ennakkoon. Suomalaisten lisääntynyt puun käyttö lämmityslähteenä kodeissa näkyy myös tilastoista. Luonnonvarakeskus (Luke) selvitti halko- ja klapimyyntiä vuosina 2021 ja 2022. Polttopuukauppiaille suunnattu kysely osoitti myynnin kasvaneen näiden vuosien välillä 26 prosenttia. Pääosa myydyistä polttopuista oli klapeja eli suoraan kotien lämmityskäyttöön sopivia. Tulisijan tulen avulla tuotat omavaraisesti kotiisi niin lämmitysenergiaa lämmittämiseen kuin myös ruoanlaittoon.

Nykyaikainen tulisija on energiatehokas ja ympäristöystävällinen

Nykyaikaiset tulisijat ovat polttotekniikaltaan pitkälle kehittyneitä ja niitä ohjaavat myös päästörajat ekosuo-

voimaan asettunut direktiivi määrittää tulisijoille tarkat päästörajat. Tämän asetuksen kautta pyritään varmistamaan se, että markkinoilla olevat tulisijat ovat energiatehokkaita ja vähentävät entisestään ympäristövaikutuksia. Energiatehokkuuteen ja päästöjen vähentämiseen vaikuttavat kuivan ja puhtaan polttoaineen lisäksi myös laitteiston säännöllinen huolto ja nuohous sekä oikeaoppinen tulisijan käyttö.

Tulisijan uusiminen käytännössä

Tulisijan uusiminen on prosessi, joka kannattaa suunnitella hyvin ennakkoon, jotta lopputulos on onnistunut ja itselle tarpeeseen parhaiten sopiva.

– Ammattilaisia kannattaa ottaa mukaan heti suunnitteluvaiheessa, kertoo Murtokare. Huomiota on kiinnitettävä jo suunnitteluvaiheessa palamisilman tuontiin ja

tulisijan sijoitteluun kiinteistössä. Selvitä aina ensin kun nastasi, että minkälaisia lupia ja dokumentteja tulisijan rakennushanke tarvitsee. Rakennushankkeessa on olennaisinta, että siihen hankitaan tarvittavat riittävän asiantuntevat suunnittelijat ja rakennuslupa haetaan kunnan rakennusvalvonnan ohjeiden mukaisesti.

Vuoden 2025 alusta voimaan tuleva rakennuslaki tuo poikkeuksen koskien rakentamislupakäytäntöjä. Pinta-alaltaan alle 30 m²:n pihasaunan tai muun tulisijallisen piharakennuksen pois lukien liedellä varustetut rakennukset, saa rakentaa ilman rakentamislupaa.

– Rakentamisessa tulee kuitenkin aina huomioida rakentamista ohjaavat säädökset, muistuttaa Murtokare. Tulisijaan ja hormiin liittyvien säädösten lisäksi, tulee kiinnittää huomiota itse rakennuksen sijoitteluun tontille paloturvallisuusasiat huomioiden.

Freepik



Älä tuo lutikoita kotiin lomatuliaisina

Turvallisuus- ja kemikaalivirasto (Tukes) ky-syi muutamilta tuholaistorjuntayrityksiltä lutikkaongelman laajuudesta Suomessa. Tuholaistorjuntayritysten mukaan lutikat ovat nykyisin todella suuri ongelma ja niiden torjunta on hyvin haastavaa. Lutikoiden torjunta vaatii lukuisia käyntejä, kun muiden tuholaisten torjunta saatetaan hoitaa yhdellä tai kahdella käynnillä. Lisäksi lutikat aiheuttavat ihmisille terveyshaittoja ja myös taloudellista haittaa, kun huonekalu-jakin voi joutua hävittämään.

Miten tunnistat lutikan tai sen jäljet

Tavallisimmin lutikat viihtyvät piilossa sängyn rakenteissa ja listojen alla, mistä ne öisin ryömivät imemään verta ihmisistä. Sängystä lutikat voivat löytää tiensä matkatarvokkeisiin, sillä matkalaukussa on niille mieluisia suojaisia piilopaikkoja.

Lutikka on muodoltaan leveä ja ovaalinmuotoinen ja pituudeltaan noin 2–8 millimetrin mittainen. Aikuinen lutikka on väriältään rusehtava. Lutikka, joka ei ole vielä ruokaillut, näyttää läpikuultavalta.

Tyypillisiä luteiden jättämiä merkkejä ovat mustat pienet ulostejäljet ja veritahrat lakanoissa. Iholla voi esiintyä öiden jälkeen puremajälkiä.

Näin ehkäiset lutikoiden leviämistä kotiisi

Matkalla

– Tarkista majoituspaikassa, näkykö sängyssä tai sohvassa merkkejä lutikoista: pieniä mustia pilkkuja patjassa ja sängyn tai sohvien rakenteissa. Jos näkyy, älä jää huoneeseen vaan pyydä uusi huone. Jos sielläkin on lutikan jälkiä, kannattaa vaihtaa majoituspaikkaa, jos suinkin mahdollista.

– Älä säilytä matkalaukua sängyn alla tai

sängyn lähellä avoimena. Pidä se mieluummin tuolin tai matkalaukkutelineen päällä suljettuna. Vaatteita voi varmuuden vuoksi säilyttää tiiviissä pakkauksissa matkalaukun sisällä. Laita myös pesuun menevät vaatteet muovipussissa matkatavaroihin.

– Jos ihollasi on aamulla pieniä kutisevia puremajälkiä, voi se olla merkki lutikoista. Tällöin kannattaa reklamoida asiaa majapaikan henkilökunnalle ja tarkistaa matkatavarat huolella ennen pois lähtöä.

Matkalta kotiin palattaessa

– Jos epäilet yöpyneesi paikassa, jossa oli lutikoita, ole erityisen huolellinen matkatavaroita purkaessasi. Älä levittele niitä kotonasi, vaan vie matkalaukku tai reppu suljettuna esimerkiksi parvekkeelle tai pihalle. Pakkaa vaatteet muovipussiin ja kuljeta ne suoraan pesukoneeseen. Pese vaatteet vähintään +60 °C asteessa. Vaatteet, jotka ei-

vät kestä korkeaa pesulämpötilaa, voi laittaa suljetussa pussissa pakastimeen. Pakasta myös muut mukana olleet tavarat, jos vain mahdollista, sanoo Tukesin ylitarkastaja **Oskari Hanninen**.

Jos havaitset kotonasi lutikoita, ota yhteyttä tuholaistorjuntaan

– Jos huomaat kodissasi lutikoita, ota heti yhteyttä tuholaistorjuntayritykseen. Jätä lutikoiden hävittäminen torjunta-alan ammattilaisille. Lutikoiden torjunta kotikont-

stein on haastavaa, Hanninen varoittaa. Tukes ylläpitää rekisteriä tuholaistorjujan tutkinnon suorittaneista henkilöistä sekä yrityksistä, jotka tekevät ammattimaista tuholaistorjuntaa. Rekisterissä on tällä hetkellä 77 tuholaistorjuntaa tekevää yritystä ja 248 tuholaistorjujan tutkinnon suorittanutta henkilöä.



Teksti: Mari Pihlajaniemi

Huomio haitta-aineisiin ja kemiallisiin epäpuhtauksiin

Erilaiset haitta-aineet on usein huomioitava etenkin silloin, kun vanhempaan rakennukseen aiotaan tehdä korjauksia ja rakenteita avataan. Tehokas ilmanvaihto on kuitenkin hyvä keino vähentää sisäilman epäpuhtauksia niin vanhoissa kuin uusissakin rakennuksissa.

Rakennuksen sisäilmassa voi olla monia erilaisia kemiallisia yhdisteitä, jotka ovat peräisin muun muassa rakennuksesta ja sen materiaaleista, ihmisten toiminnosta rakennuksessa, puhdistusaineista sekä ulkoilmasta.

Tällaisia haihtuvia orgaanisia yhdisteitä eli VOC-yhdisteitä voi olla sisäilmassa satoja, toteavat sisäilma-asiantuntija **Kirsi Säkkinen** ja korjausneuvoja **Hanna Kyrönviita** Hengitysliitto ry:stä.

– Yksittäisten yhdisteiden pitoisuudet ovat yleensä pieniä, he kuitenkin lohduttavat.

Eri yhdisteiden terveysvaikutukset vaihtelevat

Haitta-aineilla tarkoitetaan rakennusmateriaaleissa olevia ja rakennusten korjaamiseen käytettyjä aineita, jotka on myöhemmin todettu ihmisten terveydelle tai ympäristölle haitallisiksi. Haitta-aineita ovat myös materiaaleihin imeytyneet, terveydelle tai ympäristölle haitalliset aineet. Yleisimpiä haitta-aineita pientaloissa ovat asbesti ja niin sanotut polysykliset aromaattiset hiilivedyt eli PAH-yhdisteet. Muita rakennuksissa olevia haitta-aineita ovat polyklooratut bifenyylit eli PCB-yh-

disteet ja raskasmetallit kuten lyijy.

Rakennusten rakenteiden sisältämät haitta-aineet ovat siis hyvin moninainen joukko aineita ja yhdisteitä. Yksittäisen aineen tai yhdisteen aiheuttamiin terveysvaikutuksiin vaikuttavat muun muassa yhdisteen ominaisuudet, pitoisuus, altistumisaika ja -reitti.

– Haihtuville kemiallisille yhdisteille altistutaan niiden olomuodon takia pääasiassa hengitysteitse. Tavallisesti suomalaisissa asunnoissa mitattavat yksittäiset yhdisteiden pitoisuudet sekä yhdisteiden kokonaispitoisuudet ovat hyvin matalia, to-

teavat Säkkinen ja Kyrönviita.

– Suuremmissa pitoisuustasoissa haihtuvat kemialliset yhdisteet voivat kuitenkin aiheuttaa haju- ja viihtyvyshaitan lisäksi myös ohimeneviä terveyshaittoja: päänsärkyä, väsymystä ja erilaisia ärsytyks- ja hengitysoireita.

Asbesti ja PAH-yhdisteet yleisimpiä haitta-aineita

Asbestia on käytetty laajasti erilaisissa rakennusteollisuuden materiaaleissa 1920-luvulta 1990-luvulle asti. Sitä on

Säkkisen ja Kyrönviidan mukaan siten edelleen paljon rakennuksissamme.

Asbestipöly on hengitettynä terveydelle vaarallista ja sille altistuminen lisää riskiä sairastua vakaviin sairauksiin, kuten asbestoosiin ja keuhkosyöpään.

– Ehjä ja pölyämätön asbestipitoinen materiaali ei aiheuta vaaraa terveydelle, joten sitä ei tarvitse lähteä poistamaan rakenteista. Asbesti on kuitenkin huomioitava korjauksiin ryhdyttäessä.

Asbestin ohella yleinen haitta-aine asuinrakennuksissa ovat PAH-yhdisteet. Niitä sisältäviä materiaaleja kuten kivihiilipikeä, kivihiilitervaa ja kreo-soottijyviä on käytetty rakennustuotteissa.

– Nämä tuotteet löytyvät tavallisesti talon rakenteiden sisältä esimerkiksi kosteuseristeenä. Lisäksi vanhat teravapahvit ja -paperit saattavat sisältää PAH-yhdisteitä, kertovat Säkkinen ja Kyrönviita.

Suomessa PAH-yhdisteitä sisältäviä tuotteita on käytetty rakennuksissa 1950-luvulle asti. Pelkkä PAH-yhdisteiden läsnäolo rakenteissa ei heidän mukaansa yleensä vaadi toimenpiteitä.

– Kun materiaali on ehjä ja ilmanvaihto toimii oikein, sisäilman riskit ovat pieniä. Joskus PAH-yhdisteet kuitenkin aiheuttavat hajuhaittoja ja näihin liittyviä oireita. Lisäksi terveydelle haitallisia PAH-yhdistepitoisuuksia saattaa vapautua sisäilmaan, kun vanhoja rakenteita lähdetään avaamaan.

Näissä tapauksissa tulee selvittää, miten PAH-yhdisteisiin liittyviä haittoja voidaan hallita esimerkiksi estämällä yhdisteiden kulkeutuminen asuinhuoneiden sisäilmaan. Jos rakenteita joudutaan purkamaan, on se tehtävä haitta-ainepurkuna.

Selvitä raskasmetallit tarvittaessa

Myös raskasmetalleilla on haitallisia vaikutuksia sekä ympäristöön että terveyteen. Niitä on käytetty sekä sisätila- että julkisivumaleissa, kattomaaleissa, ikkunoiden ja ovien puuosien maaleissa.

Säkkinen ja Kyrönviita kehottavatkin selvittämään maalin raskasmetallipitoisuudet, kun vanhoja maaleja aiotaan poistaa. Lisäksi julkisivujen ja parvekkeiden korjaustöiden yhteydessä saumaussmassojen liiyyypitoisuudet tulee selvittää.

Esimerkiksi vanhojen talojen ja kesämökkien voimakas, tunkkainen haju, niin sanotun mummonmökin haju, voi johtua puolestaan kloorianisolistista.

– Kloorianisolit ovat haihtuvia yhdisteitä, joita syntyy sisäilmaan, kun kloorifenoleja sisältävät puunsuoja-aineet hajoavat mikrobiologisesti ajan kuluessa, selventävät Säkkinen ja Kyrönviita.

Kloorifenoleita on käytetty runsaimmin 1930–1980-luvuilla. Jo pienetkin kloorianisoliin pitoisuudet voidaan haistaa, mutta hajusta huolimatta rakennuksessa ei ole välttämättä varsinaisia mikrobivaurioita. Haju tarttuu kuitenkin tiukasti tekstiileihin ja irtaimistoon.

– Hajua on erittäin vaikea, jopa mahdotonta poistaa. Rakennuksia irtaimistoinen on jopa hävitetty hajuhaitan vuoksi.

Vaikka haju koetaan usein hyvin epä-

miellyttäväksi, siihen ei yleensä liity oireita sisäilmassa esiintyvillä pitoisuustasoilla. Myöskään varsinaisia terveyshaittoja ei Säkkisen ja Kyrönviidan mukaan tunneta. Kloorianisoleja voidaan nykyisin tutkia ja määrittää sisäilmasta sekä materiaaleista.

Haitta-aineet huomioitava korjaushankkeissa

Säkkinen ja Kyrönviita muistuttavat, että mahdollinen asbesti ja muut haitta-aineet on aina huomioitava korjaus- ja purkutöissä sekä rakennusjätteen lajittelussa ennen vuotta 1994 rakennetuissa rakennuksissa.

– Rakennuksessa on tehtävä haitta-ainekartoitus korjaussuunnittelu- vaiheessa ennen korjaustöiden aloittamista, jos on syytä epäillä, että korjattavat rakenteet sisältävät haitallisia aineita. Haitta-aineet vaikuttavat korjaussuunnitteluun ja korjaustyön purkuvaiheeseen.

Haitta-ainetutkimuksella selvitetään, onko rakennuksessa haitta-ainepitoista materiaalia, missä materiaalia on ja kuinka paljon sitä on. Se sisältää aina myös lakisääteisen asbestikartoituksen. Tutkimus perustuu lähtötietoihin, muun muassa suunnitelma-asakirjoihin sekä tarkempiin rakenneavauksiin ja laboratorioanalyysiin.

– Jos tutkimuksen myötä rakennuksessa havaitaan asbestia tai haitta-aineita, purkutyö suoritetaan noudattaen voimassa olevia lakeja, määräyksiä ja tutkimuksien pohjalta tehtyjä suunnitelmia.

Kiinteistön omistajalla on ensisijainen vastuu rakennuksen haitta-ainesten selvittämisestä. Haitta-ainekartoituksen tekee koulutettu asbesti- ja haitta-aineasiantuntija eli AHA-asiantuntijat ja rakennusterveysasiantuntijat.

Yksinään kemiallisten epäpuhtauksien mittaaminen on Säkkisen ja Kyrönviidan mukaan yleensä riittämätön keino sisäilmaongelman selvittämiseksi. Niiden mittausta voidaan käyttää kuitenkin apukeinona kokonaisvaltaisessa tutkimuksessa.

– Usein kemiallisten epäpuhtauksien mittaukseen päädytään, kun oleskelutiloissa on tavanomaisesta poikkeavaa hajua, rakenteita tai materiaaleja, joiden epäillään sisältävän haitallisia yhdisteitä.

Materiaalipäästöjä on niin vanhoissa kuin uusissakin taloissa

Varsinaiset rakennuksen haitta-aineiksi kutsutut aineet ovat Säkkisen ja Kyrönviidan mukaan yleensä vanhemmassa rakennuskannassa esiintyvä ongelma. Materiaalipäästöistä johtuvia erilaisia haihtuvia kemiallisia yhdisteitä on kuitenkin paljon myös uusien, juuri valmistuneiden talojen sisäilmassa.

– Niitä tulee rakennus- ja sisustusmateriaaleista sekä kalusteista. Yleensä päästöt laskevat normaalitasolle noin puolessa vuodessa rakennuksen valmistumisen jälkeen, he kertovat.

Rakennus- ja sisustusmateriaaleja valitessa onkin heidän mukaan- ➤

**Rakennus
Esko Jääskeläinen**

esko.jaaskelainen@gmail.com
Myrskyläntie 39 B, 07590 Askola
040 540 2847
www.rakennusjaaskelainen.fi


**Kuntotieto**
ASUNTOKAUPAN KUNTOTARKASTAJA

045 344 6399
WWW.KUNTOTIETO.FI

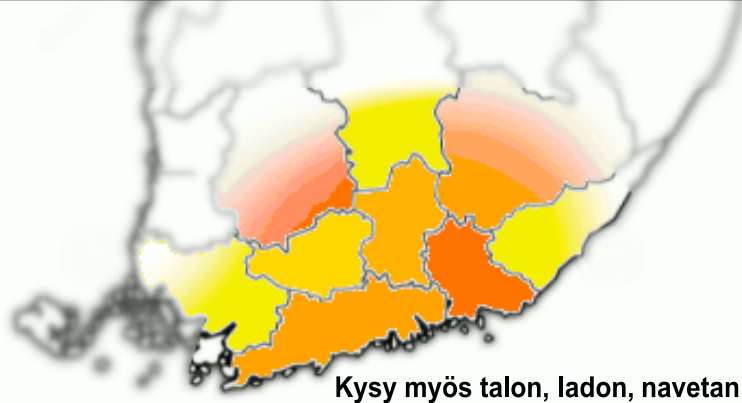
ASIANAJOTOIMISTO
JOHAN BÜTZOW

Johan Bützow: asianajaja, varatuomari
Rikhardinkatu 1 B 19, 00130 Helsinki
puh. 09 440 695, 0400 497 305
s-posti: johan.butzow@johanbutzow.fi

Noudamme autonromut
sekä muut metalliromut
(min 500kg)



0400 322 922



Kysy myös talon, ladon, navetan tai
muun ulkorakennusten tms purkutarjousta
romurekka@gmail.com

JKOVET

Kauttamme autotallin ovet sekä Suomessa Suomen oloihin valmistetut ovet ja ikkunat alennettuun hintoihin tällä kupongilla:

Alennuskoodi: JK3459-1



☎ 050 407 9951 🌐 www.jkovet.fi



Ilmanvaihdolla suora vaikutus asumisterveyteen

Hyvä ja oikein toimiva ilmanvaihtojärjestelmä on raikkaan ja terveellisen sisäilman perusedellytys. Kirsi Säkkinen ja Hanna Kyröniemi muistuttavat, että ilmanvaihdon tehtävänä on poistaa sisäilmasta hiukkasmaisia ja kaasumaisia epäpuhtauksia ja kosteutta sekä tuoda raikasta ulkoilmaa sisälle.

Kodin oikein toimivalla ilmanvaihdolla pystytään siten laimentamaan kemiallisten epäpuhtauksien pitoisuuksia. Tarvittaessa ilmanvaihtoa voi myös tehostaa. Tehostus on tarpeen silloin, kun epäpuhtauksia ja kosteutta tuotetaan sisäilmaan erityisen paljon.

– On tärkeää, että kodin perusilmanvaihto on säädetty oikein. Ilmaa pitää tulla ja poistua asunnosta riittävästi eli ilmamäärät pitää tiloissa olla riittävät. Lisäksi ilmanvaihdon pitää myös olla tasapainossa.

Tämä tarkoittaa sitä, että poistuvan ilman tilalle pitää tulla riittävästi suodatettua puhdasta ilmaa korvaus- tai tuloilmaventtiileistä. Mikäli näin ei tapahdu, tulee korvausilmaa poistuneen tilalle muun muassa rakenteiden epätiiveyskohtien kautta. Tällöin rakenteissa mahdollisesti olevat epäpuhtaudet kulkeutuvat tehokkaasti sisäilmaan.

sa suositeltavaa käyttää vähäpäästöisiä, Rakennustiedon luokittelemia M1-merkinnän saaneita tuotteita.

Uusien materiaalien lisäksi myös jo käytössä olevista ja vanhoista materiaaleista voi vapautua kemiallisia yhdisteitä lisääntyvässä määrin, jos ne ovat esimerkiksi liian korkeassa lämpötilassa, kastuvat tai tulevat teknisen käyttökänsä päähän.

Sisäilman kemiallisten yhdisteiden pitoisuuksia voidaan kuitenkin pienentää tuulettamalla ja ilmanvaihtoa tehostamalla. Asiantuntijat muistuttavat, että tuuletus on toimiva apu myös uusien materiaalien päästöjen vähentämiseen.

Lisätietoja: Hengitysliiton kodin sisäilma- ja korjausneuvontapuheilin palvelee numerossa 020 757 5181 maanantaista torstaihin kello 9–15 sekä sähköpostitse korjausneuvokat@hengitysliitto.fi.

Tietoa M1-luokituksesta ja lista luokitelluista tuotteista löytyvät Rakennustiedon verkkosivuilta <https://ym-paristo.rakennustieto.fi/rakennusmateriaalien-paastoluokitus>

Asbesti- ja haitta-aineasiantuntijoita sekä rakennusterveysasiantuntijoita löytää osoitteesta www.sertifikaattihaku.fi.

Pihla

Varmasti hyvä.

Ikkunaremontilla selvää säästöä

Tilaa suoraan asentajalta ja säästä energialaskussa

Tiesitkö, että uusi energiatehokas ikkuna voi olla jopa kuusi kertaa lämpimämpi kuin vanha ikkuna? Nyt on aika varmistaa kodin energiatehokkuus ensi talvea varten vaihtamalla vanhat ikkunat ja ovet uusiin jo ennakkoon.

Tee ikkunaremontilla selvää säästöä!

Ota yhteyttä ja soita heti Jarmolle



Hyödynnä myös monipuoliset maksutavat!



Käy osallistumassa www.mondosec.fi sivuilla Pihlan **5000€** arvontaan



Mondosec Oy

Jarmo Karjalainen
p. 044 555 9633

jarmo.karjalainen@mondosec.com
www.mondosec.fi

Ikkunat ja ovet varmasti hyvin asennettuna rakennusmestarin koulutuksella!

MAASEUDUN TULEVAISUUS

Tilaa MT tutustumishintaan!

TUPLAA ETU

– valitse 16 viikon tarjous ja säästät tuplasti enemmän!

MT Lehti + Digi

50€
/8 vk

Määräaikaisena
(norm. 61,60 €)

MT Lehti + Digi

100€
/16 vk

Määräaikaisena
(norm. 123,20 €)

Tilaukseen sisältyy:

- uutiset ja analyysit verkossa ja sovelluksessa
- paperilehti 3 kertaa viikossa
- liitteet: Kantri, MT Metsä ja Suomalainen Maaseutu

Voita 500 €!

Arvonta joka kuukausi

Arvonnan säännöt: **MT.FI/arvonta**



Tilaa netissä!

MT.FI/omakoti

tai oheisella QR-koodilla

Tilaa soittamalla!

020 413 2277

Mainitse tilaustunnus

MAX4098

Tilaan määräaikaisen tutustumistarjouksen:

- ☐ MT Lehti + Digi 8 viikkoa **nyt 50 €** (norm. 61,60 €) (M8)
- ☐ MT Lehti + Digi 16 viikkoa **nyt 100 €** (norm. 123,20 €) (M16)
- ☒ Tilaajana osallistun **500,00 €** arvontaan joka kuukausi!

MAX4098

Nimi:

Osoite:

Puhelin:

Syntymävuosi:

Sähköposti:

Sähköpostiosoite tarvitaan digitilauksen käyttöönottoa varten.

Tarjous on voimassa 30.10.2024 asti. Tarjoustilauksen voi tehdä vain kotimaisiin osoitteisiin, joihin ei ole viimeisten 3 kk:n aikana tehty tilauksia. Määräaikainen tilaus loppuu automaattisesti tilausjakson päätyttyä. Paperilaskun lähettämisestä veloitamme 4,90 €/lasku. Jos olet tilannut tai käyttänyt Viestimedia Oy:n tuotteita ja palveluita, voimme lähettää sinulle samankaltaisiin tuotteisiimme ja palveluihimme liittyviä markkinointiviestejä sekä muuta asiakasviestintää, vaikka et olisi antanut nimenomaista lupaa sähköiseen suoramarkkinointiin. Voit aina kieltää sähköisten suoramarkkinointi- ja asiakasviestien lähettämisen toimimalla viesteissä olevien ohjeiden mukaisesti tai ottamalla yhteyttä asiakaspalveluumme (020 413 2277 ma-pe klo 8-21, hinta mpm/pvm tai asiakaspalvelu@viestimedia.fi). Lisätietoja: viestimedia.fi/tilausehdot ja viestimedia.fi/tietosuoja

Maaseudun
Tulevaisuus
maksaa
tilauksen
postimaksun.

MT

Maaseudun
Tulevaisuus

VIESTIMEDIA OY
Tunnus 5002596
Info: M1
00003
VASTAUSLÄHETYS



Teksti: Elina Salmi

Omakotitalon putkiremontti hoituu muutamassa päivässä

Omakotitalon käyttövesiputkistot ja viemärit ovat nekin kulutustavaraa ja uusittava aika ajoin. Käyttövesiputkien remontista selviää muutamassa päivässä ja melko pienin kustannuksin. Viemärien uusimiseen voi mennä vähän kauemmin. Samassa rytäkässä kannattaa kaunistaa myös kylpyhuone.

Käyttövesiputkiston uusiminen on se tärkein putkiremontti omakotitalossa. Harvemmin viemärien tai lämpöputkiston uusiminen tulee vastaan taloissa, joissa on vesikiertoinen keskuslämmitys.

Miten usein käyttövesiputket sitten pitäisi uusia? Tarkkoja vuosimääriä ei voi antaa, koska putkiston kulumiseen vaikuttavat muun muassa käytetyt materiaalit, käyttötottumukset ja veden laatu.

Myös talon iällä on merkitystä. Jos asut esimerkiksi 50-luvulla rakennetussa talossa eikä tiedossasi ole, että siihen olisi tehty käyttövesiputkiston remonttia, on putkisto lähes varmasti vaihtokunnossa.

40–50-luvun taloissa käytettiin galvanoitua teräsputkea, jonka tekninen käyttöikä tuli vastaan jo pari vuosikymmentä sitten. Useimmissa tuonikäisissä taloissa asia on toki hoidettu jo aikaa sitten.

70-luvulta lähtien on käytetty kupariputkea. Jos putkistossa on suhteellisen vähän juoksutusta – kuten omakotitaloissa useimmiten on – putken sisäpintaan muodostuu kuparioksidikalvo, joka suojaa osaltaan putkea.

Viimeiset 30–40 vuotta on käytetty muoviputkea ja käytetyt muovilaadut ovat erittäin kestäviä. Niiden voisi sanoa kestävän normaalilaatuista vettä hyvin-

kin 50–60 vuotta.

Oman putkiston kunnostustarve selviää varmimmin niin, että asiantuntija, kuten putkiliike tai lvi-suunnittelija, arvioi kunnan. Esimerkiksi paikallisen, vakiintuneen ja pitkään toimineen alan yrityksen sanaan voi useimmiten voi luottaa, sillä he eivät halua pilata mainettaan alueella. Sen sijaan ovelta ovelle kiertelevien kaupustelijoiden tarjoukset voi jät-



Oman putkiston kunnostustarve selviää varmimmin niin, että asiantuntija, kuten putkiliike tai lvi-suunnittelija, arvioi kunnon.

tää omaan arvoonsa. He kun saattavat myydä joko ylimitoitettuja, kalliita tai täysin tarpeettomia remonteja.

Remontoi ajoissa, se tulee halvemmaksi

Jos putkistolle on kertynyt ikää jo noin 30–40 vuotta, on silloin viimeistään syytä pyytää asiantuntijan arvio. Se on vähän sama kuin kävisi hammaslääkärissä – kiva kuulla, että kaikki on kunnossa ja jos ei ole, korjauksissa saattaa päästä halvemmalla.

Omakotitalon vesivahingon aiheuttaa yleisimmin pesukoneiden liitosputkien ja ikääntyneiden vesiputkien vuodot. Vaurioita on voinut syntyä myös asennusvirheiden tai vaikkapa jatkuvan jäätymisen vuoksi.

Onkin tärkeää sijoittaa pyykin- ja astianpesukoneet niin, että mahdolliset vuodot liitosputkissa näkyvät nopeasti. Käyttövesiputkiston vuoto taas paljastuu helposti vesimittaria tarkkailemalla. Jos kaikki vesipisteet ovat kiinni, mutta siitä huolimatta vesimittari pyörii, on putkistossa jokseenkin varmas-ti vuoto.

On myös hyvä muistaa, että jo syntyneiden vaurioiden korjaaminen on tutkitusti kolmanneksen kalliimpaa kuin ajoissa tehtyjen, kulumisesta johtu-vien remonttien. Lisäksi voi käydä niin, että vakuutukseen ei korvaa vahinkoa, jos vuotoa ei tulkita äkilliseksi. Lisäksi putkiston ikä ja vakuutuksen omavas-tuu saattavat vähentää korvaukset nol-latasolle.

Käy siis ajoissa käyttövesiputkis-ton kimppuun. Omakotitalon putkire-monttia ei kannata pelätä. Käyttövesi-putkien vaihtamisessa kuluu keskiver-totalossa, kuten vaikkapa normaalissa rintamamiestalossa, muutama päivä ja lasku voi olla vain noin 5 000–6 000 eu-roa. Hintaan tietysti vaikuttavat monet asiat, kuten talon koko ja vesipisteiden määrä. Työn osuus on aika iso, ja siitä voi tehdä kotitalousvähennyksen.

Remontissa vanhan, käytöstä poiste-tun putkiston voi jättää seinän sisään, jos uudet putket vedetään pintavetoi-na. Yleensä tekniikka halutaan saada piiloon, mutta jos putkien piilottami-nen tarkoittaa suuria avauksia, ne voi tehdä pintavetoina ja koteloida nätisti. Ei kuitenkaan kannata säästää vääräs-sä paikassa, sillä putket ovat paikallaan kymmeniä vuosia.

Viemäriremontti on vähän monimutkaisempi juttu

Kun taloon on pyydetty ammattimies tarkastuskäynnille, kannattaa tarkas-tuttaa myös viemärit ja lämpöputkis-to, jos talossa sellainen on. Viemäri-remontti onkin sitten jo vähän mutkik-kaampi juttu. Viemäriputket on aina asennettava lattiarakenteen alle ja siksi

niiden vaihtaminen on hankalampaa.

Vanhat valurautaviemärit lienee vaihdettu jo aikaa sitten uudempiin. Jos ei, niin voi olla aika varma että vie-märistä on ainakin maan alla jäljellä enää kaunis muisto. Muoviviemäreis-sä on harvoin kulumisesta aiheutuva ongelmaa, mutta vaurioita voi tulla sitä kautta, että vaikkapa autotallissa tai kellarissa näkösäällä olevat putket jou-tuvat alttiiksi iskuille ja kolhuille.

Viemärin kunnossa pysymiseen vai-kuttavat varsin paljon käyttötottumuk-set. Kun viemäri syystä tai toisesta tuk-keutuu, tarvitaan ammattimiestä, aika vahvoja kemikaaleja tai mekaanisia vä-lineitä. Ne saattavat vahingoittaa put-kea ja lyhentää sen käyttöikää.

Viemäreiden sukitus lisääntyy sa-neeraustapana koko ajan. Jos omako-titalon viemäriputket on asennettu be-tonin sisään ja ne ovat siten vaikeasti otettavissa esiin, voi sukittaminen olla hyväkin vaihtoehto. Silloinkin hom-maan tarvitaan asian osaava alan am-mattilainen, ei ovelta ovelle -kauppias.

Viemäriremontin suunnitteluvai-heessa pitää tehdä kustannusvertailua eri menetelmien välillä ja ottaa selvää myös siitä, miten pitkään työstä aiheu-tuu asumishaittoja. Toisaalta kannat-taa muistaa sekin, että kun viemäri-remontti on kerran tehty huolella, on seuraava näköpiirissä vasta vuosikym-menien päästä. Sitä taustaa vasten on aika samantekevää, kestääkö remontti muutaman päivän tai viikon pidem-pään yhdellä tai toisella tavalla tehty-nä.

Lämpöputkistokaan ei ole ikuinen

Lämpöputkiston kunto vesikiertoises-sa keskuslämmityksessä on tarkistet-tava aika ajoin. Jos putket ovat jossain kohdassa suorassa kontaktissa beto-niin, saattaa teräsputki antaa periksi. Jos putki on kuitenkin asiallisesti maa-lattu ja kuivassa sisätilassa, se kestää melko varmasti pitkään.

Lämpöpatterit saattavat hyvinkin kestää vuodesta ja vuosikymmenestä toiseen niissä virtaavan hapettoman veden ansiosta. Jos järjestelmään jou-dutaan laittamaan uutta vettä, kasvaa ruostumisriski joka kerta, sillä puhdas vesi sisältää aggressiivista O3-hapeta, joka vauhdittaa ruostumista.

Jos vettä joudutaan lisäämään sään-nöllisesti tai järjestelmästä katoaa pai-ne, on syytä kutsua ammattimies pai-kalle pikimmiten, koska silloin systeemi erittäin todennäköisesti vuotaa jos-tain kohdasta.

Lähteet: LVI-TU Tekniset Urakoitis-jat ry/ tekninen erityisasiantuntija Ju-ha-Ville Mäkinen, Peruskorjaamisen ja Rakentamisen Kehittämiskeskus ry, K-rauta.fi, rakentaja.fi

Rakennus ja maalaus

Tehdään huoneistoremontteja, kph ja keittiö

Pyydä tarjous!

0400 876 049
matrak.fi
matrakoyab@outlook.com



NESTE

POLTTOÖLJYT

30v kokemuksella

TILAUKSET:
POLT.TIS.FI
tai puh 0400 123 766



Edullisesti ja sujuvasti omilla säiliöautoilla

Muurauspalvelut Uudellamaalla

Takkatulen lämpöä jo vuodesta 2002



www.takkaset.fi
puh. 045 163 2553
info@takkaset.fi



LC-VIEMÄRIHUOLTO OY

Chrisse 040 139 9464
lcviemarihuoltooy@gmail.com



LPS-paineviemäripumppujen

- Korjaus/Huolto • Myynti • Asennus • Pesut

Paineimuauto tarvittaessa paikalle hätätilanteissa!
Betjäning också på svenska.
Toimimme koko Uudenmaan alueella

NOPEASTI
EDULLISESTI
24H



VIEMÄRIHUOLTO DAHLSTRÖM

Täältä pesee! Härifrån tvättas!

MONIPUOLISTA JA AMMATTI-TAITOISTA VIEMÄRIHUOLTOA

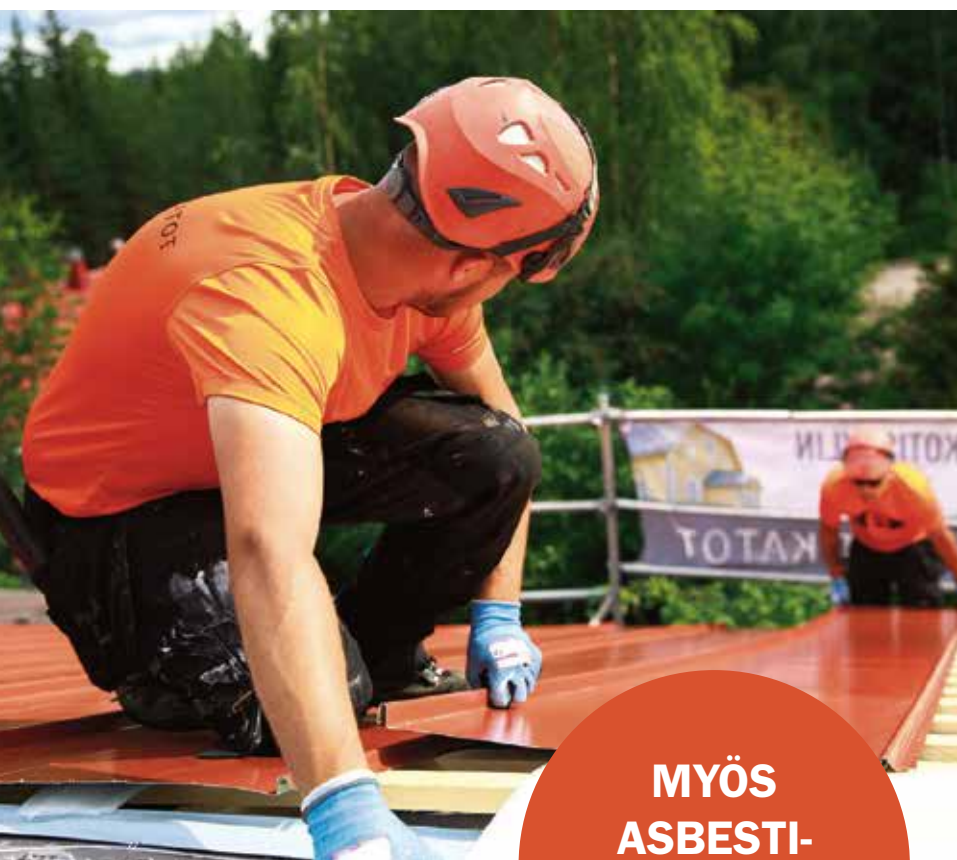
Viemäristöjen ja putkistojen avaukset ja puhdistukset Uudenmaan alueella ammattitaidolla ja sovitusti.

044 2484 625 | info@viemarihuoltodahlstrom.fi

Päivystys
24/7
044 2484 625

Kattoremontteja yli 20 vuotta
Tuhansia tyytyväisiä asiakkaita

ONKO KATTOREMONTTI AJANKOHTAINEN? PYYDÄ TARJOUS!



MYÖS
ASBESTI-
PURKUTYÖT
MEILTÄ!

OTA YHTEYTTÄ:

Puh. 020 7413 950
www.eliittikatot.fi

 ELIITTIKATOT
Kotisi ylin ystävä

Freepik



Putkiremontin yhteydessä kylpyhuone kauniiksi ja toimivammaksi

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

Vuotava vesihana tai wc voi valuttaa järkyttävän määrän vettä hukkaan kuukaudessa. Syynä ovat useimmiten tiivisteet, joiden tekninen käyttöikä on noin 20 vuotta. Ne voi vaihtaa itsekin, mutta samalla kun on ryhtynyt isompaan remonttiin, on hyvä säästö päätös vaihtaa hanat ja wc-istuin nykyaikaisiksi, vähän vettä kuluttaviksi ja energiatehokkaiksi.

Uusilla laatoilla kylpyhuone tai wc muuttuu kuin uudeksi. Suurin haaste taitaa olla valikoiman runsaus. Olen itse viettänyt kylpyremonttia suunnitellessa tunteja laattamallien äärellä ja vaihtanut suosikkia yhtenä. Samalla piti miettiä sitäkin, että jos asunto joskus myydään, tuleeko valittua vain omaa makua miellyttävä laatta vai kelpaako se jollekulle muullekin.

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

Märkätilat ovat sen verran kriittinen kohta talossa, että on suositeltavaa antaa työ ammattilaisen hoidettavaksi. Vanhaa laatoitusta purkaessa saatetaan tietämätön helposti vahingoittaa vedeneristystä. Myös mahdollinen asbesti pitää huomioida kaikkien vähänkin vanhempien talojen purkutöissä.

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

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

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

Lähde: PRKK



Viimeistele pihasi JUPALCO-valurautakansistoilla

Esimerkki 1. Rännisuppilon parannus

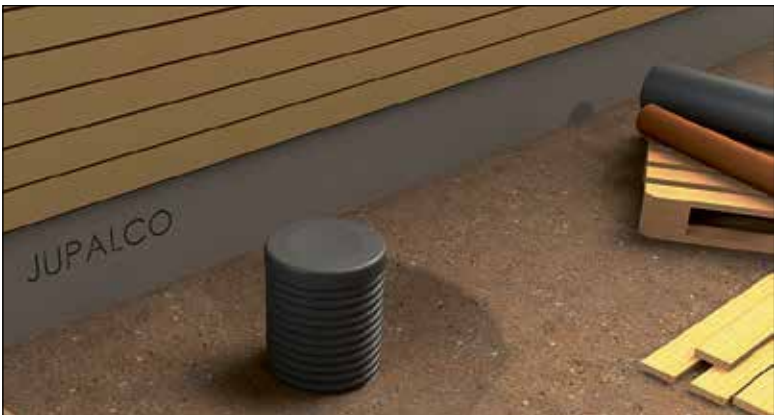


Lähtötilanne: Muovinen rännisuppilo on asennettu rakentamisen ensivaiheessa. Ongelmana on, että ratkaisu ei poista sadevesiä rännisuppilon ympäriltä. Tämä ratkaisu kaipaa viimeistelyä.



Viimeistelyvaihe: Suppilo on vaihdettu syvempään malliin. Samalla poistoputkea on lyhennetty. JUPALCO valurautakehys on asennettu syöksytorven alle suojaamaan muovista rännisuppiloa. Rännivesien lisäksi sade- ja lumen sulamisvedet ohjataan samaan rännisuppilokaivoon.

Esimerkki 2. JUPALCO valurautakansiston asennus ø 315 mm salaojan tarkastuskaivoon



Lähtötilanne: Salaojan ø 315 mm tarkastuskaivo on rakennusvaiheessa tilapäisesti suojattu muovisella putkenhatulla. Tämä ratkaisu kaipaa viimeistelyä.



Viimeistelyvaihe: Maat on tasoitettu. Tarkastuskaivo on lyhennetty oikeaan korkoon ja muovinen putkenhattu on vaihdettu valurautaiseen JUPALCO pihakansistoon.



Viimeistely valmis: Salaojakaivon JUPALCO-valurautakansisto on avattavissa salaojien huoltotoimia varten.

Tutustu laajaan JUPALCO mallistoon netissä, josta löydät myös liikennealueen kansistot

WWW.JUPALCO.COM

Jupalco Oy
Kylänportti 10
02940 Espoo
Puh. 09 - 4250 560
myynti@jupalco.com
www.jupalco.com



Tällä kupongilla
JUPALCO kaivokoukku
LVI-koodi: 3363695
hintaan 30e (sis. alv 24%)

Tarjous voimassa
31.12.2024 asti



Teksti: Elina Salmi

Öljylämmityksestä luopuva säästää lämmityskuluissa

Öljylämmityksestä luopuminen ei ole ainoastaan ympäristöteko, vaan tuottaa myös lämmityskuluissa selvää säästöä.

Jo kymmenettuhannet ovat vaihtaneet öljylämmityksestä johonkin muuhun energiamuotoon. Yksi kannustin on varmasti ollut öljylämmityksestä luopuville tarjolla ollut avustus. Avustuspotia on vielä jonkin verran jakamatta, mutta jatkosta ei ole mitään takeita.

Tuskin kukaan lähtee pelkän avustusrahan takia vaihtamaan talonsa lämmitysmuotoa, mutta kyllähän se saattaa madaltaa kynnystä. Avustus on 4 000 euroa, kun öljy vaihdetaan maalämpöön, kaukolämpöön tai ilma-vesilämpöpumppuun. Puulämmitykseen siirryttäessä avustus on 2 500 euroa. ELY-keskuksen avustus päättyy,

kun kaikki tarkoitukseen varatut rahat on käytetty tai viimeistään syksyllä 2025.

Vaihtoehtoisesti voi hyödyntää korotettua kotitalousvähennystä, joka on 60 prosenttia työn osuudesta. Päätös asiasta on voimassa näillä näkymin vuoden 2027 loppuun saakka.

Enimmillään vähennystä voi saada 3 500 euroa eli puoliset saavat vähentää yhteensä 7 000 euroa. Maalämpöön vaihtavan kannattaa siis useimmiten hyödyntää juuri tuo korotettu kotitalousvähennys.

- Öljylämmityksen energiakustannus vuositasona on

melko korkea, joten sikäli vaihto kannattaa selvinä säästöinä, toteaa **Teemu Kettunen**, asuinrakennusten energiatehokkuuden ja uusiutuvan energian asiantuntija Motiva Oy:stä.

Motiva Oy on valtion kestävän kehityksen yhtiö, joka kannustaa energian ja materiaalien tehokkaaseen ja kestäväseen käyttöön ja neuvoo niissä asioissa myös kuluttajia.

- Parhaassa tapauksessa säästö energiakuluissa voi olla vuositasona esimerkiksi 50-75 prosenttia riippuen muun muassa öljykattilan hyötysuhteesta, öljyn ja säh-



Freepik

kön hinnoista, kohteen lämmitysverkoston ominaisuuksista ja siitä, mihin lämmitysmuotoon vaihtaa.

Vaihtoehtoja on tarjolla runsaasti

Mihin sitten voi ja kannattaa vaihtaa, kun luopuu öljyllä lämmittämisestä? – Energiakustannuksiltaan edullisin vaihtoehto on maalämpö. Se on toki perustamiskustannuksiltaan kallein, mutta tuotto on tasaisen varmaa ja ylläpitokustannukset yleensä maltillisia, muistuttaa Kettunen.

Maalämpöpumpun odotettavissa oleva käyttöikä on 15–20 vuotta ja sen jälkeen pumpun voi vaihtaa uuteen. Kustannus on alle puolet perustamiskustannuksista, koska lämpökaivoja ei tietenkään tarvitse porata uudelleen.

Maalämpö pystytään mitoittamaan täysitehoiseksi. Järjestelmässä on varmuuden vuoksi sähkövastukset, mutta niiden käyttötarve on varsin vähäinen. Esimerkiksi jos lämmintä käyttövetä tarvitaan paljon, voivat sähkövastukset mennä täysitehoisessakin maalämpöjärjestelmässä hetkeksi päälle. Kustannus ei kuitenkaan ole vuositasolla merkittävä.

Toiseksi edullisin käyttökustannusten mukaan laskettuna on ilma-vesilämpöpumppu. Se on perustamiskustannuksiltaan noin kolmanneksen edullisempi kuin maalämpö, mutta toisaalta kun pumpu tulee tiensä päähän, on se uusittava kokonaan. Investointi on silloin jonkin verran alkuperäistä pienempi, koska vanha öljylämmitysjärjestelmä on jo ensimmäistä asennettaessa purettu ja kaikki uuden järjestelmän vaatimat läpiviennit tehty.

Ilma-vesilämpöpumppu vaatii sisäyksikössä olevat sähkövastukset tuekseen. Pakkasten kiristyessä pumpun hyötysuhde ja tehontuotto puoltavat ja silloin joudutaan käyttämään enemmän sähköä lämmitykseen.

Öljylämmityksen voi jättää varajärjestelmäksi

Kaukolämpö on perustamiskustannuksiltaan edullisin, mutta toisaalta käyttökustannuksiltaan melko selvästi – ainakin tällä hetkellä – maalämpöä ja ilma-vesilämpöpumppua kalliimpi. Kaukolämpövaihtoehdossa asiakas on sidottu yhteen kaukolämmön toimittajaan. Hinnat saattavat vaihdella paljonkin eri puolilla maata eikä tulevai-



Jokimäki Service Oy

ÖLJYSÄILIÖHUOLTOA YLI 40 VUODEN KOKEMUKSELLA

MEILTÄ ÖLJYSÄILIÖN:

- Tarkastus
- Puhdistus
- Korjaus
- Poisto ja muut purkutyöt
- IBC-konttien tarkastukset

044 510 8414 | www.jokimaki-service.fi

Ilmalämpöpumput
Ilma-vesilämpöpumput
Maalämpöpumput

Minimoi lämmityskulut
- maksimoi mukavuus

Toimitamme paikkakunnallasi
Scanofficen parhaat pumput
Kysy lisää!

Kylmäalan Erikaisliike
Mellin OY
www.mellinoy.fi

Ari Mellin 0400 826 200
Miko Mellin 0405 496 702
Jami Mellin 0405 496 703

Ostetaan metalliromua

Rauta, kupari, alumiini, ym.

Romuautojen virallinen vastaanottopiste.

ROMULIIKE SUOTULA OY

Jokelantie 601, 05470 Hyvinkää. P. 019 467 763, 0400-480 794
romuliike@suotula.fi

www.suotula.fi

Monipuolisia rakentamispalveluja remontteihin, kunnostustöihin ja uudisrakentamiseen pääkaupunki-seudulla, Porvoossa, Loviisassa sekä saaristossa.

Vi betjänar också på svenska.

www.s-rak.fi	Nicke Lindroos nicke@s-rak.fi 040 144 6217	Otto Lindroos otto@s-rak.fi 0400 933 057
Björknäsintie 169 06200 Porvoo		

Asentaa, korjaa ja huoltaa niin pienet kuin suuretkin kylmä- ja jäähdytyslaitteet.
Meiltä myös ilmalämpöpumput ja ilma-vesilämpöpumput lämmityskauteen!

Rattitie 13 A, 00770 Helsinki
010 5043 465 | asiakaspalvelu@kylmaviisikko.com

www.kylmaviisikko.com

suuden hintaa voi ennustaa.

Puulämmityksessä on niin monta muuttujaa, ettei sitä voi suoraan vertailla muihin. Varsinainen energian lähde – on kyseessä sitten hake, pelletti tai klapi – vaatii aika paljon säilytystilaa. Pelletti voidaan tiettyyn rajaan saakka automatisoida, mutta jos kotoa poissa ollessa tulee vaikkapa syöttöhäiriö, lämmitys katkeaa ja talo jäähtyy talviaikaan aika nopeasti.

Jos puun joutuu ostamaan, on kustannus vuosisatolla vähän kaukolämpöä kalliimpi. Jos taas puut saa omasta metsästä, putoavat energian hankintakustannukset rajusti.

Toimivan öljylämmityksen voi tietysti jättää minkä tahansa muun lämmitysmuodon kylkeen varajärjestelmäksi ja valitun uuden energiamuodon tueksi, mutta on huomioitava, että silloin ei tietenkään saa avustusta kohteeseen. Esimerkiksi ilma-vesilämpöpumpun kanssa hyväkuntoinen öljykattila sopii hyvin yhteen, koska öljyä voidaan käyttää kovemmilla pakasilla, jolloin ilma-vesilämpöpumpun hyötysuhde on heikoimmillaan. Öljykattila voidaan samalla päivittää uusiutuvaa lämmitysöljyä käyttäväksi, jolloin päästään eroon myös fossiilisen öljyn päästöistä.

Tee nämä ennen aloitusta

Alkajaisiksi pitää tehdä vähän laskelmia, etsiä tietoa ja pyytää tarjouksia. Kaikki edellä luetellut vaihtoehdot edellyttävät sitä, että talossa on vesikiertoinen kes-

kuslämmitys – siis patteriverkosto tai lattialämmitys – mutta sehän öljylämmitystaloissa yleensä on.

Selvitä ihan ensimmäiseksi lämmitysjärjestelmän kunto sekä vuotuinen öljyn ja sähkön kulutus. Tarkastele taloasi kriittisin silmin: onko energiatehokkuus hyvällä tasolla vai pitäisikö esimerkiksi yläpohjaa eristää lisää ja parantaa ikkunoiden ja ovien tiiviyyttä.

Ota selvää eri lämmitysvaihtoehdoista. Haluatko helppohitoisen lämmityksen vai oletko valmis käyttämään lämmittämiseen enemmän aikaa. Suunnittelu- ja mitoitusapua saat ammattilaisilta.

Ja ehkä se kaikkein tärkein: pyydä tarjouksia useammalta toimittajalta. Hinnat saattavat vaihdella paljonkin paikkakunnan ja markkinatilanteen mukaan.

Jos aiot hakea öljylämmityksestä luopumiseen tarkoitettua avustusta, ota selvää ehdoista ja toimi nopeasti.

Mitä tehdään vanhalle öljysäiliölle?

– Avustuksen saadakseen pitää koko järjestelmä purkaa. Muutenkin vanhat metalliset maanalaiset öljysäiliöt olisi hyvä saada pois sieltä maan alta. Ne pitää tarkastaa vähintään viiden vuoden välein. Jos säiliön kunto ei ole enää ihan priimaa, saattaa tarkastusväli lyhetä kahteen vuoteen. Tarkastuksia saavat tehdä vain valtuutetut tarkastajat, muistuttaa Kettunen.

Käytöstä poistettu öljysäiliö putkineen pitää tyhjentää öljystä. Prosessissa tulee myös puhdistussakkaa, joka sekin pitää



Freepik

osata käsitellä asianmukaisesti. Lisäksi säiliön tyhjentämisestä, käytöstä poistosta ja purkamisesta on tehtävä tarkastuspöytäkirja, joka toimitetaan ainakin pelastusviranomaiselle ja tarvittaessa ympäristönsuojeluviranomaiselle.

Puhdistusta ei saa eikä kannata tehdä itse, vaan se tulee antaa Tukesin hyväksymän asennus- tai tarkastusliikkeen hoidettavaksi. Heillä on riittävä osaaminen ja tarvittava kalusto öljylämmitysjärjestel-

män turvalliseen käytöstä poistamiseen ja tieto siitä, miten syntyvät jätteet pitää käsitellä.

Poikkeustapauksissa maanalainen puhdistettu säiliö voidaan jättää maahan ympäristöviranomaisen poikkeusluvalla. Lisää tietoa kannattaa kysyä oman kunnan ympäristöviranomaisilta.

Lähteet: Asiantuntijan lisäksi Tukes, motiva.fi

LVI-palveluita Itä-Uudellamaalla

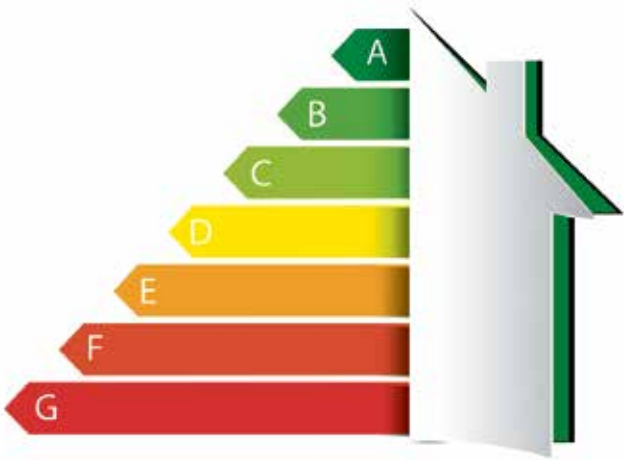
Kaikki alan työt asiakaslähtöisesti ja korkealla ammattietiikalla, kellon ympäri!



**Nyt myös
ilmamämpö-
pumput
asennettuna
- kysy lisää!**

**PORVOON
LVI-GROUP OY**

Merituulentie 32, 06150 Porvoo
044 974 6083 | myynti@lvigroup.fi | www.lvigroup.fi



Esimerkkejä lämmitysmuotojen käyttökustannuksista ja öljylämmityksen vaihtamisen taloudellisuudesta

Lämmitysmuodon ostoenergian kustannukset vaihtelevat rakennuksen lämmitystarpeen, energian hinnan ja lämmitysjärjestelmän energiatehokkuuden perusteella. Oheiset lämmitysjärjestelmien esimerkinomaiset hinnat vaihtelevat voimakkaasti markkinatilanteen mukaan ja yhtiöstä riippuen. Ajantasaisia hintoja löytyy www.sahkonhinta.fi -palvelusta, alueesi kaukolämpöyhtiöltä ja polttoainetoimittajilta.

Esimerkkitarkastelussa on käytetty seuraavia energianhintoja, joista keskimäinen (hinta 2) edustaa tyypillistä hintatasoa maaliskuussa 2024, hinta 1 tätä 20% pienempää ja hinta 3 saman verran suurempaa hintaa.

Esimerkkikohde 1 on 1990-luvulla rakennettu pieni öljylämmitteinen omakotitalo, joka sijaitsee Keski-Suomessa. Talossa on alkuperäinen patteriverkosto ja alkuperäinen öljykattila, jonka hyötysuhde on 85 %. Lämmitysöljyn kulutus on 2 000 litraa vuodessa.

Esimerkkikohteen 1 suuntaa-antavat lämmityksen aiheuttamat ostoenergian kustannukset eri lämmitysmuodoilla kolmella edellä esitetyllä ostoenergian hintatasolla.

Lämmitystapa	Hinta 1 [€/a]	Hinta 2 [€/a]	Hinta 3 [€/a]
öljykattila, fossiilinen lämmitysöljy	2 450	3 050	3 650
öljykattila, uusiutuva lämmitysöljy	2 860	3 560	4 260
maalämpöpumppu	730	910	1 090
ilma-vesilämpöpumppu	990	1 240	1 480
kaukolämpö	1 470	1 840	2 200
pellettikattila	1 600	1 950	2 300
sähkö, vesikiertoinen sähkölämmitys	2 1800	2 720	3 260

Esimerkkikohde 2 on suurehko 1970-luvulla rakennettu öljylämmitteinen pientalo, joka sijaitsee Etelä-Suomessa. Talossa on alkuperäinen patteriverkosto, mutta alkuperäinen öljykattila on uusittu 2000-luvulla. Öljykattilan hyötysuhde on 90 % ja lämmitysöljyn kulutus 3 000 litraa vuodessa.

Esimerkkikohteen 2 suuntaa-antavat lämmityksen aiheuttamat ostoenergian kustannukset eri lämmitysmuodoilla kolmella edellä esitetyllä ostoenergian hintatasolla.

Energiamuoto	Hinta 1 [€/a]	Hinta 2 [€/a]	Hinta 3 [€/a]
fossiilinen lämmitysöljy	3 650	4 450	5 450
uusiutuva lämmitysöljy	3 260	5 320	6 370
sähkö, maalämpöpumppu	1 150	1 440	1 730
sähkö, ilma-vesilämpöpumppu	1 440	1 800	2 160
kaukolämpö	2 330	2 920	3 500
pellettikattila	2 420	2 980	3 540
sähkö, vesikiertoinen sähkölämmitys	3 460	4 320	5 180

Lähde ja tarkempia tietoja aiheesta: https://www.motiva.fi/koti_ja_asuminen/oljy-tai_maakaasulammityksen_vaihtajalle ■



Selluvillaeristeet Suurtehoimurointi



Säästä!

Lämmitys-
kustannuksissa
jo tulevana talvena
– tilaa selluvilla-
eristeet nyt!

019 560 6600 • www.selluvilla.net

JOSAVI OY

ÖLJYSÄILIÖHUOLLOT VUODESTA 1981 LÄHTIEN

Teemme ammattitaidolla:

Öljysäiliöiden puhdistukset | Tarkastukset
Pinnoitukset | Säiliöiden ylöskaivuut ja purkutyöt

SOITA ☎ (09) 294 3700, 050 471 2886
virta.sarianne@gmail.com | www.josavi.fi



MAINOSTAJA, varaa näkyvyytesi Omakotilehtiin verkkokaupasta.

<https://mediapotentia.mediani.fi>

MEDIANI



Valvontakameraa käytetään nykyään yleisesti myös yksityiskodeissa.

Teksti: Ulla Sirén

Kodin turvaa lomalla ja arkena

Moni pohti kesän lomamatkojen aikana kotinsa turvaa; mitä kaikkea siihen kannattaisi sisällyttää ja miten sen voisi viisaimmin toteuttaa. Mökki- ja matkailukautta seuraa syksy, jolloin vuorostaan tulee ajankohtaiseksi vapaa-ajan asunnon suojaaminen kutsumattomilta vierailijoilta ja ilkivallantekijöiltä.

Finanssiala ry:n Vahingontorjuntaosaston sivuilta löytyvän tiedon mukaan murto- ja varkausvahinkoja korvataan Suomessa kotitalouksille ja yrityksille vuosittain noin 25 miljoonalla eurolla. Korvattavia vahinkoja kertyy vuodessa noin 23 000 kappaletta, mikä siis tarkoittaa tarkoitettua noin 60 vahinkoa päivää kohti. Vaaraa ei siis kannata ainakaan vähätellä, mieluummin ehkä omalla kohdalla vähän liioitella.

Asunnon ja pihapiirin suojaksi on saatavissa monenlaista ja -hintaista välinettä ja tekniikkaa, joukossa myös niitä, jotka eivät vastaa kaikkia lupauksia. On tärkeää tietää, että laite, on se sitten varmuuslukko, valvontakamera tai mikä muu tahansa, on laadukas ja luotettava-

ti testattu – jos vain mahdollista, kotimaisin voimin.

Ovet lukkoon

Ensimmäinen asia murtosuojauksessa on tietysti lukitus. Turvallisuusasiantuntijat suosittavat ulko-oviin kahta lukkoa, käyttölukkoa ja varmuuslukkoa, joka otetaan käyttöön, kun koti jää tyhjilleen. Ulko-ovien lukot on luokiteltu neljään ryhmään tiettyjen standardien mukaan suoritettujen murtotestausten perusteella.

– Kaikissa ovissa on nykyään vähintään takalukittava käyttölukko, joka yleensä riittää, kun muistetaan käyttää takalukitusta. Tällöin murtotilanteessa oveen jää riittävät murren jäljet, sanoo turvallisuus-

asiantuntija **Aku Pänkäläinen** Finanssiala ry:n Turvallisuus & infra -yksiköstä.

Älylukot ovat nykyaikaa – avaimille saa jättää jäähyväiset ja tyytyä pelkkään numerokoodiin, sormenjälkeen tai kasvotunnistukseen. Jos esimerkiksi lapsi ei syytä tai toisesta pääsisi sisään koti-ovesta, aikuinen pystyisi avaamaan lukon etäyhteydellä työpaikaltaan. Alan edistyksellisimmät innovaatiot ovat vielä kaukana useimmista tavallisista kodeista, mutta kortilla tai koodilla toimivat lukot ovat hyvää vauhtia yleistymässä.

Niiden suosiota lisäävät paitsi mahdollisuus liittää lukitus osaksi muuta älykotia, myös koronapandemian seurauksena yleistyneet kotitoimistot, joiden mukana kalliit laitteet ja arkaluontoisten tie-

tojen käsittely ovat levinneet toimistoista yksityisiin koteihin.

Hälytin soimaan

Liikkeeseen reagoivat varashälyttimet ovat vanhoja tuttuja, ja niistä moni muistaa vuosikymmenien varrelta hupaisiakin tilanteita, kun vaikkapa kotieläin tai mökin nurkkia nuuskimassa ollut hiiri on onnistunut laukaisemaan äänekkään hälytyksen.

Nykyään liiketunnistimella toimivat hälyttimet ovat kehittyneet niin paljon, että turhia äänihaittoja koituu huomattavasti vähemmän kuin menneinä vuosina. Tunnistimia voi asentaa täsmälleen niihin kohtiin, joista varkaan on pyrittävä

Turvallisuusasiantuntijat suosittavat ulko-oviin kahta lukkoa, käyttölukkoa ja varmuuslukkoa, joka otetaan käyttöön, kun koti jää tyhjilleen.

sisään, eli oviin ja ikkunoihin, eikä esimerkiksi keskelle kattoa, kuten ennen. On olemassa myös langattomia hälyttimiä, joiden asentaminen on melko yksinkertaista.

Pelkkä liiketunnistimella toimiva valo on jo itsessään turvallisuutta lisäävä tekijä, ja sen voi yhdistää tavalliseen riistakameraan.

– Niistä on apua, vaikka kumpaakaan ei olisi liitetty mihinkään verkkoon, sillä kun lamppu syttyy liiketunnistimen reagoidessa, se antaa valoa kameralle, joka kuvaa tapahtuman. Valo ja riistakamera eivät välttämättä riitä estämään rikollisten toimintaa, mutta satunnaisia sisäänpyrkijöitä ne voivat karkottaa, Aku Pänkäläinen kertoo.

Murron selvittämisessä niistä on joka tapauksessa hyötyä, koska tallenteesta selviävät tapahtuman ajankohta ja tekijöiden liikkeet.

Vuotoilmaisin tuo turvaa

Pänkäläinen muistuttaa, että tilastojen valossa todennäköisin vahinko kotiloisissa on vesi- tai vuotovahinko. Vahingot syntyvät usein vähitellen, eikä niitä huomata nopeasti. Tästä syystä vesi- tai vuotoilmaisimet ovat varsin järkevä hankinta. Langattomia malleja on helppo asentaa itse.

– Varsinkin jos päätyy hankkimaan teknisestä valvontalaitteistoa, kannattaa ehdottomasti liittää sellaiset pakettiin, Pänkäläinen sanoo.

Vesi-ilmaisin on pieni, ei juuri tulitikulaattikkoa kookkaampi laite, joka asennetaan tavallisesti tiski- tai pyykinpesukoneen tai lämminvesivaraajan alle. Muuhun turvajärjestelmään liitettynä se hälyttää suoraan vartiointiliikkeeseen, mutta sillä on myös hälytysääni, joka kuuluu sisällä asunnossa.

– Kehittyneimmissä malleissa on jopa magneettiventtiili, joka katkaisee veden-tulon kiinteistöön. Sellaisen asentaminen vaatii kuitenkin jo putkitöitä ja ammattilaisen niitä tekemään, Pänkäläinen kertoo.

Palovaroittinten asentamisesta määrää nykyään laki. Niitä on oltava vähintään yksi asunnon jokaista 60 neliömetriä kohden, ja useampikerroksissa asunnossa vähintään yksi joka kerroksessa. Palovaroittinta suositellaan kaikkiin niihin huoneisiin, joissa nukutaan, ja lisäksi poistumisreiteille.

Vuoden 2024 alussa tuli voimaan lakimuutos, joka siirtää vastuun paristomallisten eli tavallisten asuinhuoneissa käytettävien palovaroittimien hankinnasta ja ylläpidosta asukkaalta rakennuksen omistajalle. Muutokselle on kahden vuoden siirtymäaika.

Kamera valvoo ulkona ja sisällä

Kameravalvontaa ehdotetaan ja käytetäänkin esimerkiksi muistisairaiden vanhusten kodeissa, mikä toisaalta on omaisten huolta helpottava, mutta toisaalta eet-

tisesti arveluttava asia. Valvontakameran voi tietenkin sisätiloissa kytkeä pois päältä tai peittää, kun asukkaat ovat paikalla.

– Valvontakamera tuo turvallisuutta kotipihaan, koska pelkkä sen olemassaolo häätää luvattomilla asioilla kuljijoita tehokkaasti. Valvontakamerasta varoittava kyltti on pelote sinänsä. Kameran suuntaaminen on varsinkin tiheästi asutulla alueella tarkkaa työtä, koska on tarkasti säänneltyä, mitä saa kuvata, Aku Pänkäläinen muistuttaa.

Kameran silmä ei saa yltää naapurin pihaan eikä ulko-ovelle, eikä myöskään yleiselle tielle tai muulle julkiselle paikalle. Taloyhtiön yhteisellä alueella, kuten kerrostalon pihassa kuvaamiseen tarvitaan aina yhtiön lupa. Rivitalossa tai yksittäistaloyhtiössä asukkaat voivat laatia keskenään valvontakameroiden käytön säännöt ja ehdot; luvan kanssa naapurin kamerasta voi olla hyötyäkin, jos se kuvaa kerralla useampaa sisäänkäyntiä.

– Omakotitalon pihassa valvontakamera kannattaa suunnata todennäköisimpään varkaiden tulosuuntaan. Se ei yleensä ole tien puolella oleva etuovi vaan pikemminkin takapiha, varsinkin jos tontti rajautuu metsään, puistoon tai muuhun suojaa-antavaan luonnonalueeseen, Pänkäläinen neuvoo.

Kodinturva paketina

Vartiointipalvelut myyvät kodin kokonaisturvapaketteja, jotka sisältävät sekä murto- että palo- ja kosteusvalvonnan. Pakettiin kuuluvat tietty määrä laitteita, niiden asennus ja ylläpito sekä tietenkin hälytykseen reagointi. Verkossa toimivan palvelun kautta hälytys tulee sekä asunnon omistajalle että vartiointiliikkeelle, joka puolestaan hälyttää tarvittaessa poliisin tai palokunnan paikalle.

Pakettiin kuuluu hälyttimiä ja tunnistimia, mutta niitä voi joutua hankkimaan lisää. Pakettiin kuuluvat palovaroittimet eivät aina riitä koko kodin neliöihin, ja kiinteistössä voi olla useampia ovia kuin mitä paketin mukana tulee tunnistimia. Turvasta voi siten joutua maksamaan selvästi enemmän kuin mainosten ilmoittama ”alkaen”-hinta näyttää.

Jotkut liikkeet perivät erillisen aloitusmaksun, toisilla muutaman kymppin suuriset kuukausimaksut kattavat vähin erin suunnilleen saman summan. Muutamassa vuodessa maksettavaa kertyy joka tapauksessa jo tuhansia euroja, joten kannattaa perehtyä huolellisesti palvelupaketin sisältöön ennen ostopäätöstä, ja vertailla eri firmojen tarjoamia palveluja keskenään.

– Esimerkiksi, kun vartiopalvelusta luovataan tulla katsomaan, jos asunnossa havaitaan asiatonta liikettä, pitää huomata kysyä, miten nopeasti tullaan, vai luovataanko ylipäättään mitään aikarajaa. On myös hyvä tutustua palvelun irtisanomisen sekä siihen liittyvän laitteiden purkamisen ehtoihin ja kustannuksiin, Aku Pänkäläinen muistuttaa.



Tietoturva on osa kodinturvaa

- Kaikki nettiin yhdistetyt turvalaitteet ja -järjestelmät tarvitsevat tietoturvan.
- Kotiverkossa olevan turvajärjestelmän tietoturvariski on sama kuin muun verkon.
- Pidä päivitykset ajan tasalla ja salasana turvallisina.
- Älä hanki halpoja tuotteita, joiden tietoturva on puutteellinen – hakkeri voi iskeä niiden kautta koko verkkoon.
- Selvitä, miten perusteellisesti kodinturvapalvelusi huolehtii tietoturvasta.
- Selvitä, minne kodinturvajärjestelmän keräämä data päättyy, ja kuka pääsee siihen käsiksi.
- Turvaudu asiantuntijaan matalalla kynnyksellä.

Lisätietoa: https://www.finanssiala.fi/wp-content/uploads/2023/02/turvallisuusjarjestelmien-digitaalinen-turvallisuus_2023.pdf

Tietoturva on osa kodinturvaa

- Kaikki nettiin yhdistetyt turvalaitteet ja -järjestelmät tarvitsevat tietoturvan.
- Kotiverkossa olevan turvajärjestelmän tietoturvariski on sama kuin muun verkon.
- Pidä päivitykset ajan tasalla ja salasana turvallisina.
- Älä hanki halpoja tuotteita, joiden tietoturva on puutteellinen – hakkeri voi iskeä niiden kautta koko verkkoon.
- Selvitä, miten perusteellisesti kodinturvapalvelusi huolehtii tietoturvasta.
- Selvitä, minne kodinturvajärjestelmän keräämä data päättyy, ja kuka pääsee siihen käsiksi.
- Turvaudu asiantuntijaan matalalla kynnyksellä. ■

Lisätietoa: https://www.finanssiala.fi/wp-content/uploads/2023/02/turvallisuusjarjestelmien-digitaalinen-turvallisuus_2023.pdf



Teksti: Siru Uusi-Seppälä

Piha ja puutarha syyskuntoon

**Puutarhaharrastusta ei tarvitse laittaa täysin jäähyllle edes syksyn koittaessa.
Pihan syysvalmisteluissa riittää puuhaa toimeliaalle.**

Syksyyn liitetään valon määrän vähene-
minen, ruskan värittämät lehdet ja kou-
lujen alku. Pihan ja puutarhan kannalta
katsottuna syksyn alku liittyy kasvukau-
teen ja sen ajoittumiseen.

– Kasvukausi katsotaan päättyneeksi,
kun vuorokauden keskilämpötila alittaa
5 °C lämpötilan. Siinä voidaan sanoa,
että syksy on alkanut, kertoo arboristi
ja puutarhuri **Päivi Shnoro**. Ihan ete-
lässä tämä tapahtuu suunnilleen syys-
kuun lopussa, pohjoisessa jo kuukaut-
ta aiemmin. Myös vuosittaista vaihtelua
tapahtuu.

Hyöty- ja ruokakasveja kasvattaval-
le syksyllä odottaa palkinto kesän aikana

tehdystä työstä:

– Kun kasveja on jaksettu hoitaa kesäl-
lä, syksyllä päästään korjaamaan satoa. Ja
tietysti valmistellaan kasveja tulevaan tal-
veen, kuvailee Shnoro.

Ärhäkimmin puutarhakärpäsen pure-
maksi joutuneita syksy saattaa harmit-
taa: tekisi mieli jatkaa pihassa möyry-
ämistä, kun on päässyt kesällä niin hy-
vin vauhtiin. Kaikki puuha ei kuitenkaan
pääty syksyyn.

– Sipulikukkia voi laittaa syksyllä. Kun
kukkapenkkiä perennat lakastuvat, ne
voidaan siivota. Puitakin pystyy leikkaa-
maan, mutta leikkuu kannattaa lopettaa,
kun lehdet alkavat väritymään. Kasvin an-

netaan rauhassa tuleentua. Mutta sitten,
kun lehti on pudonnut ja puu on lepotilas-
sa, pystyy taas leikkaamaan, Shnoro ker-
too toimeliaalle puutarhaharrastajalle so-
pivista syystoimista.

Myöskään kukkaloistosta ei tarvitse
tinkiä heti kesän päättyessä, vaan Shno-
ro suosittelee kausikukkiin panostamis-
ta.

– Kausikukilla saa myös helposti vä-
hällä vaivalla viihtyisyyttä ja näyttävyyt-
tä. Krysanteemit ovat varmaan yleisin
laji. Myöhemmin tulevat kanervat ja
muita syyskasveja. Toki myös monet ke-
säkukat kestävät pakkasille asti, kunhan
niitä vain hoitaa ja antaa kesäkukkalan-

noitetta.

Herkkien lajien suojaaminen pakkasil-
ta on usein suositeltavaa. Esimerkiksi ha-
vut ovat pihakasveja, jotka kannattaa ja
voi suojata jo syksyllä varjostusverkolla
tai kankaalla.

– Silloin ei tarvitse kevättalvella han-
gen keskellä muistaa tai ruveta suojausta
tekemään.

Hyvä esimerkki herkemmistä lajeista
ovat myös jaloruuusut. Jaloruuusuja yrite-
tään auttaa talvehtimisessa erilaisilla kei-
noilla. Tärkeää olisi saada juuristo ja kas-
vupisteet talvehtimaan.

– Jaloruuusut kaivetaan ylös ja talvete-
taan kellarissa. Tai sitten voi olla pakkas-



peitteitä tai käytetään turvetta, jolla peitetään kasvi, ettei pakkanen pääsisi juuriin.

Piha pärjää vähemmälläkin

Toiset taas haluavat päästä pihan kanssa helpolla. Aika ei myöskään kaikilla riitä pihan ja puutarhan huomioimiselle – eikä aina tarvitsekaan.

– Jos ruvetaan villiksi, niin voidaan sanoa, että kasvithan ei oikeasti ihmistä kaipaa. Luonto kyllä hoitaa asiat, jos ei halua tehdä mitään, Shnorototea. Rakennetussa ympäristössä syyt asioiden tekemiselle ovat usein pikemminkin sosiaalisia ja kulttuurillisia.

– Vaikkapa siisteys on ihmisille yksi syy, miksi pihaa siivotaan. Mutta niinkin päin voi ajatella, että ei kannata siivota liian tarkkaan, ellei itse halua. Esimerkiksi pensaiden tyvelle voi jättää pudonneita lehtiä katteeksi ja maanparannusaineeksi.

Mahdollista kivistystä kannattaa kuitenkin pitää puhtaana koko kesän lehtipuhaltimella tai harjalla. Jos kivetyksille pääsee kertymään humusta, kivetyksellä alkaa helposti kasvaa kaikenlaisia rikkaruohoja ja sammalta. Kiviä voi myös pestä, mutta painepesuria Shnorototea ei suosittele:

– Jos kivetyksiä ampuu painepesurilla, pohjat lähtevät murenemaan. Joten kivetyksen huollossa sitä ei kannata käyttää. Jos kivetyksiä haluaa pestä,

kannattaa ennemminkin valuttaa vettä ja harjata.

Istutuksissakin voi päästä helpolla syksyllä. Esimerkiksi yksivuotisia ruohovartisia kukkia kylväneen ei tarvitse poistaa niitä kukkapenkistään syksyn tullen.

– Jos on ostanut ja istuttanut puutarhalta kasveja, ne voi poistaa ja siivota pois. Mutta kylvökukat voi jättää, ne häviävät kyllä talven aikana.

Pihalle suositeltavat asiat ovat aina tapauskohtaisia ja kaikille yleisiä juttuja on vaikeaa määritellä. Selkeästi sairaita tai tuholaisen vioittamia kasveja kannattaa kuitenkin kerätä pois syksyisin.

– Niin sanottuja tuholaisia on ”hyviksiäkin”, ne eivät ole automaattisesti paha juttu. Niitä voi olla vaikeaa tavata tallajan erottaa. Mutta esimerkiksi muumiotautiset omenat kannattaa kerätä pihalta pois, sitä voi suositella yleisesti kaikille.

Ekotekoja omassa pihassa

Pihan huoltotoimiin voi vaikuttaa jo pihasuunnittelun vaiheessa. Esimerkiksi pihan haravointi riippuu siitä, mitä alueella haluaa olevan: mikäli pihalleen haluaa siistin nurmikon, sitä on haravoitava tai nurmikko kuolee. Muitakin vaihtoehtoja kuitenkin on.

– Jos pihalla on vaikka omenatarha, jossa ei ole tarkoituskaan olla nurmikkaa puiden alla, haravoinnin voi huoletta jättää sikseen. Se edis- ➤

Piha-aidat uusiksi

Korjaamme ja uusimme piha-aitoja!

Hyödynnä kotitalousvähennys!

Ota yhteys niin teemme tarjouksen!

Pihaasi somistaa

LINDOS-ELEMENTIT

050 543 9087 / 040 739 8003, myynti@lindos.fi, lindoselementit.fi

KONETYÖ NAKARI OY

traktoriurakointia | maatalousurakointia

I tien- ja kiinteistöhoitotyöt

p. 040 777 6317

• Pihapuukaadot

• polttopuun teot

• aitaleikkaukset

• kantojyrsintä

Puh. 0400 687 831

Tykkää

meistä

FACEBOOKISSA!

facebook.com/omakotilehti

Forsström

• MAANRAKENNUSPALVELUT

• KIVIAINESTOIMITUKSET

p. 040 580 6854 • info@maanrakennusforsstrom.fi

www.maanrakennusforsstrom.fi



Freepik

KIVIWUORI

Kiviainekset noutomyyntinä tai toimitettuna!

Kiviainekset piha-alueiden rakentamiseen, talorakennuksen pohjiin, teiden pohjiin, maanparannukseen, hiekotukseen, salaojiin.

TTR-kiviainespiste
Porvoontie 1103 • Puh 040 776 3365

» Ota yhteyttä!

www.kiviwuori.fi

puh. 040 776 3365 • tilaus@kiviwuori.fi
Toimisto: Helkamäentie 15,
07230 Askola

tää maan luontaista parantumista ja mikrobitoimintaa. Mutta jos pihalla on hoidettava kiveys tai nurmikko, ei toki ole muuta vaihtoehtoa kuin put-
sata ne, Shnoro kertoo esimerkin.

Jättämällä osan pihasta luonnonmu-
kaisempaan tilaan säästää itseltään vai-
vaa ja tukee luonnon monimuotoisuut-
ta ja ekologisuutta.

– Kannattaa jollain tapaa tiedostaa
rajaus omassa pihassa: mitkä alueet
ovat sellaisia, mitä hoidan ja kunnos-
sapidän, mitkä voivat olla luonnon-
mukaisempia. Se rajaa työmäärää, kun
on tietyt alueet, jotka on valinnut yllä-
pidettäväksi. Alueet, joissa ei tarvitse
olla niin ”siistiä” ja hoidettua, niin niis-
sä saa vähän ollakin jotenkin pienesti
rempallaan. Jos pihalle on mahdollista
jättää esimerkiksi lahopuita tai muuta
tällaista, Shnoro kuvailee.

Helppo keino edistää ekologisuutta
omalla pihalla on myös monipuolinen
lajisto. Shnoron mukaan kannattaa olla
myös ennakkoluuloton:

– Jos kasveja kuolee, siinä menettää
ostohinnan ja vähän työtä. Mutta jos se
ei haittaa niin kaikkea voi aina kokeilla.

Tuholaisiksi helposti luultavia eli-
öitä ei kannata kiirehtiä heti poista-
maan. Esimerkiksi käävät ja sienet voi-
vat olla arvokkaita monimuotoisuu-
den kannalta. Monet lahottajat ovat
jopa harvinaisia ja erittäin arvokkaita
pihan ekosysteemille.

– Jos pihalla on kääpä, sieni tai jokin
muu vastaavaa, sitä ei tarvitse heti säi-
kächtää. Niistä on paljon tietoa netissä ja
sosiaalisessa mediassa, mutta toki suo-
datinta on osattava käyttää sen arvioin-
tiin, mikä on luotettavaa tietoa. Aina voi

soittaa myös asiantuntijalle. Ei kannata
heti automaattisesti ajatella, että sienet
ja käävät olisivat huono asia.

Mieti ennen kuin toimit ja ennakoi

Monet toimenpiteet, esimerkiksi puun
oksien leikkaaminen, tehdään aina ih-
misen takia. Puu itsessään ei leikkaa-
mista kaipaa.

– Mieluummin niin, että miettii en-
nen kuin toimii, että miksi olen tässä
poistamassa juuri näitä kyseisiä oksia.
Ja on myös mietittävä, ettei leikkaisi lii-
kaa kerralla, jotta puu pystyy sopeutu-
maan. Sellainen sääntö on myös aika
hyvä, että mieluummin typistää oksia
kuin poistaa rungolta asti, Shnoro oh-
jeistaa.

Vähintäänkin toimenpiteissä kannat-
taa käyttää harkintaa ja miettiä, miksi
toimii kuten toimii.

– Sille on jokin syy, miksi haluat pois-
taa oksia. Syitä voi olla moniakin, mut-
ta se on hyvä tiedostaa itse, miksi jokin
toimenpide tehdään.

Pihan lisäksi katseensa voi kohdistaa
syksyllä taloon ja sen julkisivuun en-
nakoivasti. Esimerkiksi lehdet ja muut
roskat puhdistetaan ränneistä ennen
pakkasten tuloa. Myös sadevesikaivot
ja salaojitus kehoitetaan tarkistamaan
syksyisin. Sadevesikaivojen suodatti-
met vaihdetaan tarvittaessa. Myös ik-
kunoiden ja ovien tiivisteet kannattaa
tarkistaa ja vaihtaa tarpeen mukaan en-
nen talvea.

Syyspihaan voi suhtautua monin ta-
voin – ja sovittaa puutarha omaan elä-
mäntyyliin sopivaksi. ■

» LAKIPALSTA



Minna Ravi
asianajaja, osakas
Asianajotoimisto Lindblad & Co Oy
minna.ravi@lindblad.fi
Puh. 020 749 8193

Kiinteistökaupan peruminen tarjouksen jälkeen

Valilla tulee tehtyä hätiköityjä päätöksiä. Asuntonäytöllä ostajaehdokaas saattaa antaa tarjouksen, mutta tuleekin kotona toisiin ajatuksiin. Miten jo annetun tarjouksen voi perua asunto-osakkeen kaupassa? Koskevatko kiinteistökauppaa samat säännöt?

Asunto-osakkeen kaupasta säädetään asuntokauppalaissa ja kiinteistökaupasta maakaareissa. Nämä kaupat eroavat toisistaan merkittävästi ja myös tarjouksen perumisen osalta on voimassa eri menettelyt. On tärkeää tietää, mitkä säännökset koskevat omaa tilannetta.

Asunto-osakkeen kauppa on luonteeltaan irtaimen omaisuuden kauppaa. Asuntokauppaa koskien laissa ei ole erityisiä muotovaatimuksia, vaan periaatteessa jopa suullinen sopimus on pätevä. Sopimuksen syntymiseen tarvitaan tarjous ja hyväksyvä vastaus. Tämän jälkeen kauppa on jo syntynyt. Jos esimerkiksi ostaja kieltäytyy saattamasta kauppaa päätökseen, myyjä voisi vaatia ostajalta kauppahintaa viime kädessä tuomioistuimessa. Osapuolten täytyy aina olla tarkkana tarjousten kanssa. Mikäli ei tahdo sitoutua kauppaan, minkäänlaista tarjousta ei kannata tehdä. Tarjous täytyy tehdä ehdollisena, jos esimerkiksi lainapäätöstä ei vielä ole.

Jos jommankumman osapuolen mieli muuttuu kaupan suhteen, käytännössä toisen ei ole järkevää lähteä vaatimaan suoritusta tuomioistuimessa. Yleensä tyydytään sopimussakkoon eli vakiokorvaukseen, jonka lopullisesta kaupasta kieltäytyvä joutuu maksamaan toiselle osapuolelle. Toisaalta voidaan käyttää käsirahaa kaupan "vakuutena". Jos ostaja kieltäytyy kaupasta, myyjä saa pitää käsirahan.

Lain mukaan maksimimäärä vakiokorvaukselle tai käsirahalle on 4 %:ia kauppahinnasta. Määrää voidaan joissain tilanteissa sovitella, jos se olisi tilanteessa kohtuuton.

Mikäli myyjä on vastaanottanut käsirahan, hän ei saa ottaa

vastaan kilpailevia tarjouksia (käsirahalla tai ilman). Mikäli myyjä tekee näin, käsirahalliset tarjoukset eivät sido antajaansa.

Kiinteistökauppa on pitkälti säänneltyä ja määrämuotoista. Kiinteistökauppa eroaa asunto-osakkeen kaupasta merkittävästi. Kauppa täytyy aina tehdä maakaaren edellyttämällä tavalla, eikä pelkkä tarjous sido vastaavalla tavalla kuin asunto-osakkeen kaupassa. Maakaari edellyttää esim. kaupanvahvistajan käyttöä. Myös mahdollinen kiinteistökaupan esisopimus täytyy tehdä maakaaren muotovaatimusten mukaan. Jos osapuolet ovat tehneet tällaisen esisopimuksen, se velvoittaa lopullisen sopimuksen tekoon. Esisopimuksessa voidaan sopia myös vakiokorvauksesta, jonka kaupasta kieltäytyvä joutuu maksamaan.

Yleensä kiinteistökaupat tehdään samalla tavalla kuin asunto-osakkeen kaupat eli ostaja antaa tarjouksen, myyjä hyväksyy sen ja osapuolet tekevät lopullisen kauppakirjan. Kiinteistökaupassa tarjous ei velvoita sopimuksen tekemiseen, eikä kaupasta vetäytyvä osapuoli välttämättä joudu korvausvastuuseen. Mikäli kaupasta on sovittu, mutta esisopimusta ei ole tehty, kaupan tekemisestä kieltäytyneen täytyy maksaa toiselle ilmoittelusta, kiinteistöön tutustumisesta ja muista kaupante-koon liittyvistä tarpeellisista toimista aiheutuneet kohtuulliset kustannukset. Sopimus vakiokorvauksesta ei siis sido osapuolia.

Käytännössä kiinteistökaupoissa ostajaehdokaas voi perua tarjouksensa, eikä hän todennäköisesti joudu korvaamaan myyjälle mitään. Asunto-osakkeen kaupassa korvaus on yleensä 4 % kauppahinnasta. Taloudellisesti molemmat kaupat ovat kuitenkin todella merkittäviä ja kiinteistökaupoissa hinnat ovat lisäksi usein korkeammat kuin asunto-osakkeen kaupoissa. Voidaankin keskustella, tulisiko vakiokorvausmenettelyä soveltaa myös kiinteistökaupoissa.



Teksti: Ulla Sirén

Koti muuttuu senioriasunnoksi

Kodin muokkaaminen senioriasunnoksi vaatii rahaa ja huolellista suunnittelua, mutta onnistunut lopputulos voi olla juuri se toivottu koko loppuelämän koti.

Liikuntakyvyn, aistien ja muistin heikentyessä huomio kiinnittyy erityisesti kodin esteettömyyteen ja turvallisuuteen, mikä tarkoittaa melkein väistämättä jonkinlaisia muutostöitä.

Lämmityksen ja sähkölaitteiden käytös on saatava riittävän turvallista. Peseytymisen ja wc-käyntien on onnistuttava rajoitteista huolimatta. Hätätilanteessa apua täytyy myös pystyä hälyttämään helposti ja nopeasti.

Aloitukset korjausneuvojan kanssa

Remontointi maksaa, joten aluksi tarvitaan realistinen budjetti. Vanhustyön keskusliitolla on yhteensä 15 alueittain palvelevaa korjausneuvojaa, joiden kanssa on turvallista aloittaa kodin saaneeraus. He tekevät pyynnöstä maksuttoman kotikäynnin, jonka tuloksena syntyy arvio muutostöistä ja niiden kustannuksista. Asiantunteva korjausneuvoja on yleensä varmempi vaihtoehto kuin rakennusfir-

mat, vaikka nekin tarjoavat maksutonta arviota.

– Arviointi alkaa siitä, mistä aloitetaan ja mitä se maksaa. Katson ensin perusasiat: missä kunnossa ovat katto, lämmitys, pesutilat ja sisäänkäynti. Joskus vanhat omakotitalot vaativat niin paljon peruskorjausta ennen niitä toivottuja muutostöitä, että remontti kokonaisuudessaan tulisi liian kalliiksi, kertoo korjausneuvoja **Jari Mustonen** Vanhus-

työn Keskusliiton Pohjois-Pohjanmaan piiristä.

Kaiteet ja luiskat liikkumisen turvaksi

Esteettömyyttä ei niin vain luoda vanhaan omakotitaloon, jossa portaat ovat jyrkkiä, kynnykset korkeita ja oviaukot kapeita. Metalliritilästä rakennettu luis- ka pihasta ulko-ovelle on melko kookas



Freepik

Kotihoito helpottaa arjessa selviytymistä ja lisää turvallisuuden tunnetta.

rakennelma, koska sen kaltevuus saa olla korkeintaan 5 prosenttia. Kaiteilla varustettu luiska on kuitenkin turvallinen tie pihasta kotiin, ja se palvelee sekä rollaattorin ja pyörätuolin käyttäjiä että niitä, joille portaiden nousu on muuten vaikeaa.

Parvekkeille ja terasseille pääsyä voi puolestaan helpottaa nostamalla koko parvekkeen lattiatasoa korkeammalle, jolloin kynnysnousu pienenee.

Sisällä asunnossa liikkumista helpottavat kynnysten poistaminen tai luiskien asentaminen oviaukkoihin sekä niiden leventäminen. Varsinkin jälkimmäinen toimenpide voi olla vanhassa talossa työläs, ja usein se koskee nimenomaan wc- ja pesutilojen ovia.

– Voi miettiä, selviäisikö sisällä pelkien tukikahvojen ja kaiteiden avulla, Jari Mustonen huomauttaa.

Seinään kiinnitettävät tukikaiteet ovat tärkeitä paitsi kävelyn, myös istuutumisen ja nousemisen, pyörätuolia käyttävän siirtymisten tai vaikkapa kenkien pukemisen apuna. Kaide asennuksineen on kustannuksista pienimmästä päästä hyötyynsä nähden. Tuki-

kahvoja saa rautakaupoista noin 30 euron kappalehintaan.

Sisähissi on hintava investointi

Edellä mainittujen lisäksi puusta ja levyistä rakennettu tai valmiina netistä tilattu kynnysluiska on myös melko pieni kustannus, mutta iso apu.

– Tavallisen oven kynnnykseen ”apuluiskan” voi rakentaa esimerkiksi pyöreistä harjanvarsista katkomalla niitä sopivan mittaisiksi, Mustonen vinkkaa.

Useammassa kerroksessa olevan asunnon portaikkoon voi asentaa myös sisähissin, joskin se on hintava investointi. Porrashissiä ei voi rakentaa täysin kylmään tilaan, vaan sen toiminnan ja kunnossapysyminen takaimiseksi tarvitaan vähintään 10 asteen lämpötila.

Yksivartinen, suoraan ylös nouseva hissi maksaa noin 6 000 euroa, ja kaksivartinen, mutkan tekevä hissi yli 10 000 euroa. Kuiluhissin kustannukset nousevat jo yli sadan tuhannen.

Taloyhtiössä hissin rakentami- >>

Iloa ja apua arkeen!

- Kauppa- ja saattoapua • Kotiapua
 - Tukea kuntoutumiseen ja ulkoiluun
 - Omaishoidon vapaat palvelusetelillä
- Kotitalousvähennys 60%

www.hyvinvointiaarjesta.fi
Paula Sallinen 040 142 6574

Tervetuloa asioimaan Suomen idyllisimpään apteekkiin!

LAPINJÄRVEN APTEEKKI

Lapinjärvellä on Suomen kaunein kylänraitti

Auki arkisin klo 9-17
puh. 019 346 434
www.lapinjarvenapteekki.fi
Apteekin palvelupiste Pukaron Paronissa auki joka päivä klo 6-23.



TURHIEN TAVAROIDEN KULJETUSPALVELUT

Tyhjennyspalvelumme käsittää monenlaisten tilojen tyhjentämisen: asunnot, kuolinpesät, kellarit, varastot, autotallit, ok-talot, ladot, pihapiirit ym.

Romuautot ym. kulkuneuvot hoidamme romuttamoon. Kotitalouksista kalusteet, kodinkoneet, ongelmajätteet ym. Kuljetamme kaikki tavarat jäteasemille jossa ne lajitellaan oikeisiin jätetesteisiin.

Palveluamme käyttävät yritykset, isännöitsijät, kotitaloudet, järjestöt ym. Tarvittaessa käyn paikan päällä antamassa maksuttoman hinta-arvion.

Kotimaista palvelua vuodesta 2010!



040 583 0657 • kuljetuspojat.com • kuljetuspojat@gmail.com

Enemmän aikaa ja hyvinvointia



ASIAKAS-
TYTYVÄISYYS
4,8 / 5



Tilaa helposti www.kotirinki.fi 03 339 99 905 | myynti@kotirinki.fi



Hei lukija

Askarruttaako
kodin remontointi?

Jaa remonttikokemuksesi tai
toivo juttuaihetta osoitteessa:

omakotilehdet.fi/palaute



Oletko jo tutustunut?

Omakoti
www.omakotilehdet.fi



Freepik

Pöytätason alapuolella olevat kaapit ja vetolaatikat helpottavat työskentelyä ja järjestyksen säilymistä keittiössä.

seen vaaditaan aina yhtiön lupa ja lisäksi hissimallista riippuen vähintään toimenpidelupa. Taloyhtiöillä on mahdollisuus saada ARAn ja joissakin kaupungeissa myös kaupungin hissiavustusta. Pienet esteettömyyskorjaukset ovat sallittuja asunto-osakeyhtiöissä yhteisissä tiloissa, mutta ne ovat asukkaan omakustanteisia.

Apua suihkuun ja lieden ääreen

Liikkumisen vaikeuksista huolimatta vanhenevat ihmiset haluaisivat selvittää omin avuin mahdollisimman kauan. Onneksi on olemassa keinoja ja välineitä, jotka auttavat selviytymään rakkaista arjen asioista. Yksi tärkeimmistä on tilojen väljentäminen mahdollisuuksiin mukaan.

– Suihkussa, saunassa ja wc:ssä pitää olla riittävästi tilaa, jotta niihin mahtuvat tarvittavat apuvälineet ja mahdollinen avustaja. Lisäksi kylpyamme sekä korkeareunainen, ahdas suihkukaappi ovat liikuntarajoitteiselle vaikeita ja vaarallisia paikkoja, Mustonen muistuttaa.

Remonttia suunnitellessa voi miettiä, saisiko esimerkiksi ammeen tilalle reilun kokoisen suihkutilan, johon mahtuisi suihkujakkara tai -pyörätuoli. Wc-istuimelta nousemisessa auttavien tu-

kikahvojen lisäksi jonkinlainen tuki voi olla tarpeen myös allaspöydän vieressä tai reunassa. Saunan lauteille pääsyä voi helpottaa kaiteen lisäksi esimerkiksi korvaamalla alimman portaan kahdella askelmalla; löylynheiton apuna puolestaan toimii kouru, jota pitkin veden saa juoksemaan suoraan kiukaalle. Kaikissa märkätiloissa karhennettu lattia tuo lisäturvaa.

Parempaa saavutettavuutta keittiöön

Omassa tutussa keittiössä ensimmäinen asia, joka kertoo asukkaan vanhenemisesta, ovat usein yläkaapit, joita ei voi enää käyttää. Siksi remontin suunnittelussa on tärkeää muistaa helpot säilytystilat – apua on jo siitä, että alakaappien tilalle asennetaan vetolaatikoita. On kehitetty myös ylähyllyjä, jotka saa hissillä laskeutumaan alas.

Pyörätuolin käyttäjille työtasojen ja tiskialtaiden on oltava tarpeeksi matalia ja siten suunniteltuja, että pyörätuolissa istuva pääsee riittävän lähelle niitä. Pistorasioiden sijainti pöydän etureunassa helpottaa kodinkoneiden käyttöä ja lisää turvallisuutta, samoin turvaliesi ja nykyiset itse itsestään virran katkaisevat kahvinkeitin, silitysraudat ja muut pienet koneet.

Kotipalvelut tukevat iäkkään itsenäisyyttä

Kun selviytyminen kodin arjesta omin voimin alkaa tuntua liian raskaalta, tai äkillinen sairaus tai vammautuminen muuttaa tilanteen kerralla uudenlaiseksi, on aika ajatella ulkopuolista apua.

Kodin kuuluu olla turvapaikka, vaikka ikä heikentäisi toimintakykyä. Yhä useammalle vanhukselle se on myös ainoa mahdollinen asuinpaikka, kun kodin ulkopuolisia asumispalveluja vähennetään ja kokonaisia hoivayksiköjä lakkautetaan hartiavoimin uusilla hyvinvointialueilla. Kotona on joskus pakko asua, halusi tai ei – mutta hyvin moni ikäihminen haluaa, ja mieluummin viimeiseen asti.

Kotiin tuotavien palvelujen tiedonportaat

Ensimmäiseksi on järkevää selvittää, missä kaikessa yhteiskunta voi auttaa. Sosiaalialan ammattilaisen suorittama palvelutarpeen arviointi selkiyttää tilannetta. Palvelutarpeet selvitetään kotikäynnin yhteydessä. Samalla voidaan sopia esimerkiksi fysioterapeutin tai muistihoitajan tekemästä jatkoarvioinnista.

Kotihoitoa voi saada, jos ihmisen toimintakyky on selvästi alentunut, eikä hän selviä arjen toimista kuten peseytymisestä tai lääkkeiden ottamisesta itse. Kotihoito voi olla hyvinvointialueiden omaa toimintaa, jota voidaan tuottaa myös joko ostopalveluna tai palvelusetelillä sopimuspalveluntuottajien kanssa. Säännöllisen kotihoidon asiakasmaksut määräytyvät perheen yhteenlaskettujen bruttotulojen, perheeseen ja myönnettyjen palvelutuntien mukaisesti.

Kotisairaanhoido tarkoittaa asiakkaan kotiin vietyä sairaanhoidoa, ja se voi olla osa kotihoitoa. Kotihoitoa ja kotisairaanhoidoa saa tarvittaessa vuorokauden ympäri.

Etähoito on yksi tapa toteuttaa kotihoitoa. Se tarkoittaa etälaitteella tapahtuvaa kuva- ja äänivälitteistä, henkilökohtaista hoivapalvelua, jossa terveydenhuollon ammattilainen ottaa asiakkaaseen etäyhteyden etukäteen sovittuina ajankohtina. Lisäksi vaihtoehto kotihoidon käynnille voi olla lääkeautomaatti, joka ilmoittaa asiakkaalle selkeällä puheohjauksella, kun on aika ottaa lääkkeet. Lääkkeet säilyvät turvallisesti laitteen sisällä, eikä niitä ole mahdollista saada enempää kuin on määrätty.

Kotihoidon rinnalla voidaan tarjota erilaisia tukipalveluja, kuten ateriat-, siivous- ja turvapuhelinpalveluja. Tukipalvelujen tarkoitus on auttaa asiakasta selviytymään kodin askareista mahdollisimman itsenäisesti sekä mahdollistaa virkistys- ja harrastustoimintaa.

Kotitalouspalvelu on mitä tahansa kotityötä, kun sen tuottaa joku muu kuin kotitalous itse. Sen käyttäminen on yhtä mahdollista ikäihmisille kuin muillekin, jos varat antavat myöten. Kotitalouspalveluista kuluttaja maksaa yrittäjän laskuttaman hinnan, ja ne ovat tietyin osin verovähennyskelpoisia. Valitessaan palveluntuottajan kuluttaja kantaa myös riskit itse. Luotettava tekijä voi etsiä esimerkiksi Suomen Kotipalveluyhdistys ry:n kotisivujen kautta.

Kotitalousvähennystä saa esimerkiksi siivouksesta, ruuanlaitosta, pyykinpesusta ja muusta vaatteiden huollosta, pihan ja puutarhan hoidosta ja lumitöistä. Vähennyskelpoista hoiva- ja hoitotyötä ovat esimerkiksi lasten, vanhusten ja vammaisten hoito, kuten peseminen, pukeminen, syöttäminen ja muu huolenpito. Myös toisen avustaminen kaupassa, pankissa ja apteekissa sekä asiointi toisen puolesta ovat sellaista hoiva- ja hoitotyötä, josta saa kotitalousvähennyksen, kun se tehdään osana muuta laajempaa vähennykseen oikeuttavaa työtä.

Ikäihmiset voivat ostaa kotipalveluja ja sosiaalihuollon tukipalveluja myös arvonlisäverottomana sosiaalihuoltopalveluna, jolloin palvelun hinta on arvonlisäveron verran halvempi, ja sitä tarjoavan yrittäjän toiminnan on oltava sosiaaliviranomaisen valvonnassa. Arvonlisäverottomasta hinnasta voi tietyillä ehdoilla saada kotitalousvähennyksen.

Kolmannen sektorin toimijat, esimerkiksi järjestöt ja seurakunnat, tarjoavat useilla paikkakunnilla iäkkäille sekä virkistyspalveluja että apua kodin arkitoimiin. ■

Asiantuntijat Projektipäällikkö Olli Parkkonen Helsingin Seniori-infosta, viestintäjohtaja Merja Lankinen Vanhustyön Keskusliitosta

Kiinteistöriitoihin juridista apua



REIJONEN OY
— ASIANAJOTOIMISTO —

Lundinkatu 10 B, 3. krs, Porvoo
minna.reijonen@reijonenlaw.fi
puh. 040 557 4283

www.reijonenlaw.fi

NOUDETAAN/
OSTETAAN

METALLI- JA
AUTONROMUT

MIKEY'S COUNTY CARS OY
041 503 1433 ■ MIKEYS@HOTMAIL.FI

Joko olet
tutustunut?

www.omakotilehdet.fi





Teksti: Mari Pihlajaniemi

Uni ei tule pakottamalla

Satunnainen unettomuus vaivaa jo noin joka kolmatta suomalaista. Uniterapeutti kertoo vinkkinsä unettomuuden juurisyiden selvittämiseen ja parempiin uniin.

Harva asia vaikuttaa arkeen ja hyvinvointiin yhtä kouriintuntuvasti kuin unettomuus. Toisinaan siitä puhutaan jopa suomalaisten uutena kansantautina.

Uniliiton vertaisryhmäohjaajanakin toiminut uniterapeutti **Päivi Karhu** kertoo työikäisten satunnaisen unettomuuden lisääntyneen 2000-luvun aikana. Se vaivaa jo noin joka kolmatta työikäistä.

– Pitkäaikaisesta kroonisesta unettomuudesta kärsii noin 500 000 suomalaista, mutta tämäntyyppinen unettomuus ei näyttäisi lisääntyneen, hän toteaa.

Hänen näkemyksensä mukaan sitä vastoin satunnaista unettomuutta on ruokki-

nut yleinen suorittamisen lisääntyminen kaikilla elämän osa-alueilla.

– Ihmisiltä odotetaan tehokkuutta, mikä saa aikaan kiirettä ja stressiä. Työ ja vapaa-aika ovat sekoittuneet erityisesti asiantuntijatyötä tekevillä. Olemme myös alttiita jatkuvalle ja hallitsemattomalle tietotulvalle.

Karhu huomauttaa joidenkin kadottaneen yhteyden kehoonsa. ”Jaksamisen illuusiassa” elävä ei ymmärrä, että aikaa palautumiselle tulisi varata myös päivän aikana. Asiaa ei auta se, että monille unestakin on tullut tavoitteellista toimintaa ja mitattava suoritus.

– Tässä piilee ajatusvirhe, sillä jos unta yrittää tavoitella, sitä kauemmas se karkaa. Unta ei nimittäin voi suorittaa, vaan unen saanti edellyttää kaikesta kontrollista irti päästämistä.

Unettomuuden terveydelliset syyt ensin syyniin

Unensaantia voi Karhun mukaan vaikeuttaa moni asia: ulkoiset häiriötekijät, kuten melu tai valo, mutta myös esimerkiksi kiputilat, uniapnea, stressi, huolet tai ylivirittyneisyys.

– Myös edellä mainittu yritys kontrol-

loida unta toimii unensaantia vastaan, ja kun uni ei toistuvasti yrityksistä huolimatta tule, mieleen hiipii vähitellen pelko unettomuudesta. Pitkittyneen unettomuuden aiheuttaa nimenomaan unettomuuden pelko.

Unettomuutta ratkottaessa hän neuvoo aluksi sulkemaan pois uniongelman mahdolliset terveydelliset ja fysiologiset syyt.

– Jos esimerkiksi kuorsaa ja erityisesti mikäli epäilee kärsivänsä yöllisistä hengityskatkoksista, niin uniapnea on syytä tutkia.

Karhu toteaa esimerkiksi estrogeenin vähentymisen aiheuttamien uniongelmi-

Unen kannalta tärkeää on myös viilentää keho ja makuuhuone iltaisin. Viilennys kannattaa aloittaa jo hyvissä ajoin ennen nukkumaanmenoa.

en voivan olla vaihdevuosi-ikäisillä ensimmäinen vaihdevuosien oire, jolloin estrogeenin lisääminen saattaa ratkaista uniongelman. Sen lisäksi on kuitenkin monia muitakin fyysiseen terveyteen liittyviä tekijöitä, jotka kannattaa selvittää lääkärin avulla.

Öinen heräily voi olla myös normaalia

Jos uniongelmalle ei löydy elimellistä syytä, seuraavaksi Karhu kehottaa tarkastelemaan uniympäristöä.

– On hyvä käydä läpi, että uniympäristö on sellainen, etteivät ainakaan ulkoiset tekijät hankaloita unensaantia tai estä unessa pysymistä.

Hän neuvoa myös opettelemaan niin sanottua tervettä suhtautumista nukkumiseen. Uneen ja nukkumiseen liittyy paljon erilaisia haitallisia uskomuksia ja ajatusmalleja, joita voi purkaa esimerkiksi unihoitajan tai univalmentajan kanssa. Hän vakuuttaa, että on kuitenkin aivan normaalia, että joskus ihminen nukkuu hyvin ja joskus huonommin.

– On myös ihan normaalia, että ihmisen heräilee yön aikana useitakin kertoja. Kukaan ei nuku kahdeksaa tuntia putkea havahtumatta kertaakaan.

Heräily ei siis itsessään ole merkki siitä, että joku olisi vialla. Karhu kertoo ihmisten nukkuvan noin 1,5 tunnin unisykleissä. Syklin vaihtumiskohdassa on hyvin kevyen unen vaihe, jolloin saatetaan havahtua hetkeksi hereille.

– Yleensä emme vain muista tällaisia mikroheräämisiä, mutta jos havahdumme silloin valveille, saamme yleensä uudestaan unen päästä kiinni.

Liika yrittäminen ei edistä unensaantia

Karhu ei mielellään ryhdy jakamaan vip-paskonsteja unettomuuden hoitoon. Koska syyt uniongelmiin ovat moninaiset, jokaisen on hänen mukaansa etsittävä juuri itselle toimivat keinot.

– Jos jokin keino ei toimi, se kannattaa lopettaa. Liika yrittäminen on myrkyä unettomuudelle.

Hän toteaa säännöllisen elämänrytmin yhdistettynä terveelliseen ruokavalioon ja sopivasti mitoitettuun liikuntaan olevan kuitenkin hyvä lähtökohta nukkumiselle.

Hyvään unen perustaan kuuluu Karhun mukaan myös se, että kokee voivan-

sa elää omien arvojensa mukaista, merkityksellistä elämää. Siksi on tärkeää, että unettomanakin pyrkisi säännöllisesti pitämään kiinni itselle tärkeistä asioista.

– Jos esimerkiksi yhteys ystäviin on itselle tärkeää, niin kannattaa yrittää tavata heitä. Jos ei jaksa tavata, niin voisiko vaikka soittaa? Tai jos ei jaksa soittaa, niin voisiko lähettää viestin? hän ehdottaa.

– Tee asioita ennen nukkumaanmenoa siksi, että niistä tulee hyvä olo, ei siksi, että tavoittelet nukahtamista. Jos uni ei tule, voit maata rauhassa, lukea tai nousta tekemään jotain rauhallista.

Karhu kertoo myös rennon suhtautumisen auttavan: vaikka yö olisikin mennyt kehnosti nukkuessa, useimmiten voi luottaa siihen, että tulevastakin päivästä selviää kyllä.

Hämärät syysillat tuovat helpotusta unettomille

Tutkimusten mukaan ihmiset nukkuvat talvella hieman enemmän kuin kesällä, mutta ero ei ole Karhun mukaan suuri. Hän toteaa talvella päivän olevan lyhyempi ja valoa vähemmän, mikä voi vaikuttaa uni-valverytmiin ja lisätä unen tarvetta.

– Kesällä taas pidempi päivä ja lisääntynyt valon määrä voivat vähentää unen tarvetta. Toisaalta kesän lämpimät yöt voivat tehdä nukkumisesta tukalaa ja vähentää sitä kautta unen määrää.

Karhun kokemuksen mukaan herkkäuniset kärsivätkin enemmän kesän valoisuudesta. Heille syksyn tulo tuo usein helpotusta nukkumiseen. Herkkäunisen kannattaisikin hänen mukaansa siirtyä kesäiltoina hämäänsä sisätilaan jo 1–2 tuntia ennen nukkumaanmenoa.

– Hyvät pimennysverhot blokaavat suurimman osan valosta ja sopivalla unimaskilla hoidat loput.

Unen kannalta tärkeää on myös viilentää keho ja makuuhuone iltaisin. Viilennys kannattaa aloittaa jo hyvissä ajoin ennen nukkumaanmenoa.

– Kropan saa viilennettyä esimerkiksi kylmässä suihkussa tai ilta-uinnilla. Makuuhuone kannattaa tuulettaa jo hyvissä ajoin avaamalla ikkunat tai laittamalla ilmastointi tai tuuletin päälle, Karhu neuvo.

– Jos kaikesta huolimatta uni ei lämpimänä kesäyönä tule, niin älä huolestu – Suomen kesä on melko lyhyt ja yöt alkavat taas pimenemään ennen kuin huomaatkaan!



Freepik

Parempi uniympäristö, paremmat yöunet

Nukkumisympäristöllä voi olla suuri merkitys unensaantiin. Päivi Karhu kehottaa unetonta tarkastelemaan makuuhuonetta kuin näkisi sen ensimmäistä kertaa ja myös toista- maan tsekkauksen aika ajoin. Hän antaa uniympäristön tarkistami- seen seuraavat vinkit:

Onko siellä SIISTIÄ? Jos ei, tee asialle jotain. Petaa sänky, laita vaatteet kaappiin ja vie huoneeseen kuulumattomat asiat muualle.

Onko siellä RAUHALLISTA? Jos huoneeseen kuuluu ääniä ulkoa, mieti mitä voisit tehdä asialle. Oli- siko mahdollista siirtää TV ja älylait- teet pois makuuhuoneesta?

Onko siellä MUKAVAA? Milloin vii- meksi vaihdoit patjasi tai tyynysi uu- siin? Tyyny olisi hyvä vaihtaa uuteen 12–18 kk:n välein. Tyyny ja peitto oli- si hyvä pestä pari kertaa vuodessa, sijauspatja kerran vuodessa.

Onko siellä HYVÄ TUOKSU? Olisi hyvä, mitä vähemmän hajuja ma- kuuhuoneessa on silloin, kun siellä ei ole ihmisiä. Tuuleta huone. Huo- lehdi myös yön aikaisesta il- man- vaihdosta, mutta vältä vetoa pään kohdalla. Voit halutessasi kokeil- la aromaattisia suihkeita (laventeli, kamomilla), älä kuitenkaan tuoksu- kynttilöitä!

Onko siellä SOPIVA LÄMPÖTILA? Eri vuodenaikoina on erilaiset läm- pöolosuhteet, jotka tulee ottaa huo- mioon. Jos mahdollista, säädä huo- neen lämpötila sopivaksi, mieluiten 18–22C.

Onko ilma SOPIVAN KOSTEAA? Useimmille ihmisille ideaali ilman- kosteus on 30–50%. Varsinkin tal- vella ilma voi olla hyvin kuivaa. Hanki tarvittaessa ilmastokostutin.

Onko siellä PIMEÄÄ? Jos ei niin hanki verhot tai kaihtimet, jotka pi- mentävät huoneen. Vaihda myös valaisimien lamput sellaisiin, jotka eivät lähetä sinistä aallonpituutta. ■

Teksti: Mari Pihlajaniemi

Tähtiharrastusta rajoittaa Suomessa lähinnä kesäöiden valoisuus. Syksyn tullen tähtitaivaalta voi kuitenkin bongata monenlaista kiinnostavaa jo paljain silminkin, ilman sen kummempia varusteita.

Tähtitieteellinen yhdistys Ursa auttaa kiinnostuneita tutustumaan tähtitieteen maailmaan. Valtakunnallinen tähtiharrastuspäivä on vuosittainen tähtiharrastuksen teemapäivä. Sitä vietetään syyspäiväntasauksen tienoilla olevana lauantaina, tänä vuonna siis 21.9.

Tähtiharrastuspäivän ajankohdaksi on valittu hetki, jolloin illat alkavat olla taivaan tarkkailun kannalta riittävän pimeät koko maassa.

Paikalliset tähtiharrastusyhdistykset ja yksittäiset tähtiharrastajat eri puolilla Suomea esittelevät tuolloin toimintaansa sekä järjestävät tähtitieteeseen ja -harrastukseen liittyvää ohjelmaa. Siitäpä siis mielekästä tekemistä pimeinein iltoihin!

Lähde: www.ursa.fi

facebook.com/omakotilehti

Ristikon
ratkaisu
edellisestä
lehdestä.



RISTIKKO

Tikanoja, Kukkonen
Aistittavia 14 th St

AVAUS Ensiverbi

Laatija: Juha Kairavuo / www.aikakuva.fi

										VÄRI	ELÄIN	Asu-
												miset
	Kau-punki											
									syntyy		Muu-sikko	
					Oliwer Casino Ässä -peli				ROINE			
				Lääkäri Pak-kelit					Bitu-mit			
	Pal-jastaa				Kirous		Ukrai-nalle	Rallissakin Puille		Ruoka-	Alus-toja	
			Habitus					Voitat lotossa... ZZZ		Mitta yks.		
	Run-ne				Naisia Täällä ratti				Hiilet Tunne			
A4=2x A5 Sängyssä -1. Paino Kasvualusta Lopuksi						Yli-opisto-kin		Skrapa		Luva-tut		
		Lintuja Raju			ÄÄNI-ALAT	Lämmittävät KÖYDET						
				HUVI-Kuustonen					Mono-nen	EI TOIMI	AA-	
Arabi-valtio Nä-peis-sä?			Uni-nen			-1.	Rapata					
				ESTE						Lintu ←		
Peellä nuoria			Itse-näinen									
				Kerät-tävä		LEVEL 10			Hälvä&kaima			

**- Kesellä kaupunkia,
lähellä luontoa -**

- **Puunkaadot**
- **Puunhoitotyöt**
- **Pensasaitojen leikkaukset**
- **Kantojyrsinnät**
- **Puiden kuntoarviot**
- **sekä muut arboristipalvelut**

p. 045 145 2622

www.uudenmaanpihapuu.fi

Kartanorinne

**Porvoon naapurista,
löydät yllällisen Kartanorinteen
reilunkokoiset maalaistontit
vain 30€/m²!**

Varaa esittely!

Pornainen

www.pornainen.fi/tontit/kartanorinne

**Tontteja ja palveluja
maaseutumaisemissa.**

Tervetuloa tutustumaan!

Asetu Askolaan. Koko elämäksi.

Ota yhteyttä:
Elinvoimapäällikkö
Heikki Pietarinen
puh. 040 7109 100
heikki.pietarinen@askola.fi
www.askola.fi

Askola

**SUOMEN
ELÄINTUHKAS**
Eläinystäväsi kauniille muistolle

**Kun suru kohtaa perhettäsi,
huolehdimme eläinystäväsi
viimeisestä matkasta.**

Tarjoamme eläinystäväsi viimeiseen matkaan liittyvät palvelut sekä tuotteet saman katon alta. Teemme yhteistyötä useiden eläinlääkäriasemien kanssa Itä-Uudellamaalla. Katso lähin verkkosivuiltamme.

www.suomenelaintuhkaus.fi

020 33 1234

Pukkilantie 265, 07600 MYRSKYLÄ

Ekologista lämpöä kotimaasta ja sen ilmasta

Jäspin ilma-vesi- tai maalämpöpumppu on energiatehokas ja ekologinen valinta kotisi lämmönlähteeksi. Tutustu luotettaviin kotimaisiin lämmitysratkaisuihin: jaspi.fi



Jäspi Tehowatti
Air Split

