

Heinolan Uutiset

Vinkkejä energian-säästöön?
Sivu 3.



SIVU 4 KUUKAUDEN VIERAS
Sallamaari Simpanen
Eläinten ääni

TÄYSIN SILMIESI MUKAAN VALMISTETUT

Paikallinen asiantuntijasi tarkkaan näkemiseen.

Tutustu yksilöllisen biometrisen silmämallisi mukaan tehtyihin Rodenstockin linsseihin.

Nyt vain meiltä!



Mittaamme silmäsi tuhansista kohdista.
Tulos: tarkinta mahdollista näkemistä.



R
RODENSTOCK

Fenno
OPTIIKKA

Annansilmä

Savontie 9, 18100 Heinola puh. 044 493 7577
Palvelemme ti-pe 10-17 ja la 10-13 tai sopimuksen mukaan.
Ajanvaraus myös netissä - www.fennooptiikka.fi



"Olemme nykyaikainen välitystoimisto ja SKVL Auktorisoitu laatuyritys. Tarjoamme laadukasta kiinteistönvälitystä Heinolassa kilpailukykyisellä välityspalkkiolla. Käytössämme ovat modernit työkalut, tunnemme alueemme ja osaamme huomioida ne yksilöllisesti välityksessä."

Pyydä meidät arviokäynnille, soita tai tule käymään toimistollamme.

Yrityksen palvelut:

- kiinteistönvälitys
- vuokravälitys
- arvio- ja kauppakirjojen laadinta
- kaupanvahvistus



**Poppeli-talo,
Savontie 7**



TIMO KEKKONEN
Yrittäjä, LKV, KiAT, kaupanvahvistaja
puh. 045 353 4800
timo.kekkonen@kodikaslkv.fi



LAURA VIRTANEN
Yrittäjä, Asuntomyyjä
puh. 050 5937 380
laura.virtanen@kodikaslkv.fi

PÄÄTOIMITTAJALTA

Sopu hoitoalalle

Hoitajien liitot Super ja Tehy ja kunta- ja hyvinvointialuetyöntantajat KT pääsivät lokakuun alussa vihdoin ja viimein sopuun hoitajien palkoista ja työehdoista. Nyt solmittu SOTE-sopimus takaa työrauhan 30.4.2025 saakka. Hoitajat saivat ansaitsemansa palkankorotukset, vaikka julkisuudessa onkin esitetty erilaisia arvioita siitä, tyytyivätkö hoitajaliitot lopulta alkupe räisiä tavoitteitaan liian mataliin korotuksiin.

Spekulointi on turhaa, sillä nyt jo pitkään jatkuneet lakkoilut ja joukkoyhtymisen valmistelu ovat takanapäin. Alan veto- ja pitovoimaa on nyt lähdettävä viemään toden teolla eteenpäin. Palkankorotukset olivat tässä vain yksi keino. Riittävä henkilöstön määrä, hyvä johtaminen ja työn merkityksellisuuden kokemukset monien muiden seikkojen ohella ovat monesti niitä asioita, jotka vaikuttavat työn teon mielekkyyteen ja motivaatioon enemmän kuin parempi palkka ja muut konkreettiset etuudet.

Työtaistelun tuoksinassa alan maine on kokenut vakavia kolhuja, joiden korjaamiseen menee aikaa. Maineen kohentamisessa myös hoitajaliitoilla on näytön paikka. Palkkatavoitteen ajamiseksi hoitajaliitot maalasivat hoitotyöstä ja koko alasta niin masentavan ja lannistavan kuvan, että moni hoitoalalla työskentelevä tai alalle aikova varmasti miettii tarkkaan, riittävätkö nyt tulevat palkankorotukset pitämään alaa houkuttelevana vaihtoehtona. Mikäli alan vetovoiman kurssia saadaan korjattua ja hoitajien määrää lisättyä, korjaantuvat ennen pitkää myös alan pitovoiman kannalta tärkeät kiireen ja riittämättömyyden tunteet. Jatkuva kiire kun kuormittaa hoitajia kohtuuttomasti ja lisää virheiden mahdollisuutta. Alan vetovoimaisuuden parantaminen on myös asiakkaan ja veronmaksajan etu: Hoitajien määrän lisääntyessä hoitoon pääsy toivottavasti nopeutuu.

Tekoja maapallon kantokyvyn hyväksi

Oletko koskaan laskenut hiilijalanjälkeäsi? Jos et, niin ehkä kannattaisi, vaikka tulokset saattavatkin olla karua luettavaa. Esimerkiksi Suomen itsenäisyyden juhlarahasto Sitran elämäntapatesti -laskuri antaa osviittaa omasta hiilijalanjäljestä ja ehdottaa konkreettisia neuvoja jäljen pienentämiseksi.

■ ■ ■

Eri lähteiden mukaan suomalaisen keskimääräinen hiilijalanjälki on yli 10 000 kg CO₂e. Globaalisti kestäväksi ajateltu jälki on tästä alle neljännes, 2 500 kg CO₂e. Elämme siis reippaasti yli maapallon kantokyvyn.

Suomen keskipitkän aikavälin ilmastosuunnitelmassa kansalaisia kannustetaan vähentämään hiilijalanjälkeään nykyisestä keskimäärin puoleen vuoteen 2030 mennessä. Vaikka ensi tuntumalta tavoite tuntuu kaukaisessa tulevaisuudessa olevalta, ei siihen oikeasti ole enää kuin alle kahdeksan vuotta. Siis suurin piirtein sama aika kuin siitä, kun Venäjä valtasi Krimin niemimaan. Tai siitä, kun sukupuolineutraali avioliittolaki hyväksyttiin Suomessa.

Hiilijalanjäljen laskeminen ta-

voitteeseen vaatii paitsi yksilöiltä, myös yhteiskunnan eri toimijoilta tekoja. En jaksa uskoa, että vuoteen 2030 mennessä suomalaiset olisivat luopuneet esimerkiksi lentämisestä, mikä helposti nostaa yksilön hiilijalanjälkeä reilusti yli nykyisenkin keskiarvon. Lentoyhtiöt ovatkin pienin, mutta varmoin askelin siirtymässä kohti vähäpäästöisempiä biopolttoaineita. Tarjonta on vielä harmillisen pientä ja hinta korkealla, mutta kysyntä on kovaa. Se asettaa paineita tuottaa enemmän, mikä myös laskee pidemmällä tähtäimellä hintoja. Sama positiivinen kehitys koskee monia muitakin hyödykkeitä ja toimialoja liikenteestä ruoantuotantoon.

■ ■ ■

Yksilötasolla monille jo varsin tuttuja keinoja vähentää omaa hiilijalanjälkeään on laskea kodin lämpötilaa, asua pienemmissä neliöissä ja suosia kasvisruokaa. Kasvisruoan suhteen on otettu valtavia harppauksia, mutta edelleen sama kuin lentämisessä, kahdeksassa vuodessa muutos kulutustottumuksissa tuskin tulee olemaan tarpeeksi merkittävä, jotta tavoiteltuun hiilijalanjälkeen päästäi-



KOLUMNI

siin. Koko ikänsä lihaa lähes joka aterialla syömään tottunut suomalainen ei hevin suostu luopumaan pihvistä lautasellaan ja kinkkusivusta voileivällään. Makkarasta nyt puhumattakaan.

Jostakin se vähentäminen on kuitenkin aloitettava. Pienillä teoilla on toistuessaan merkittävä vaikutus ympäristöön. Jospa jättäisikin sen yhden lomamatkan tekemättä? Tai jos maisemaa on pakko päästä silloin tällöin vaihtamaan, niin suhaisikin lentokoneen sijasta junalla niihin Keski-Euroopan historiallisiin kaupunkeihin tai Etelä-Euroopan rannoille? Mitäpä jos tekisikin jonkin niinkin arkisen ja simppelein teon, että vaihtaisi kahvimaidon kauramaitoon? Ennen pitkää maapallo ja tulevat sukupolvet kiittävätkin. ■

Jussi Varjo

Kirjoittaja on Heinolan Uutisten päätoimittaja

VIERASKYNÄ

Pohdintoja etsivän vanhustyön maailmasta

Ei ole helppoa ikääntyä tässä nykyisessä nopeasti digitalisoituneessa maailmassa. Monet sosiaali- ja terveyspalvelut ovat kadonneet sähköiseen viidakkoon, josta niitä on vaikea nuoremmankaan löytää, saati jo elämää enemmän nähneen. Jos jotenkin onnistut ohittamaan sähköisen asioinnin ja pääset keskustelemaan ongelmastasi, ohjataan sinut ottamaan ensin yhteyttä tähän paikkaan, josta sinut ohjataan toiseen ja sitten kolmanteen paikkaan. Vähemmästäkin turhautuu ja heittää koko asian sikseen, vaikka todellinen avun tarve olisikin. Polku syrjäytymiseen ja palveluiden ulkopuolelle jäämiseen on avattu!

Lisäksi palveluita vaivaa sirpaleisuus. Enää sinua ei ota vastaan se tuttu asioistasi tietävä lääkäri, hoitaja tai työntekijä, vaan joka kerralla tapaavat uuden ihmisen, jolle sinun pitäisi osata kuvata ongelmiasi ja tarpeitasi aina uudelleen ja uudelleen. Historiasi löytyy hajanaisina kirjauksina, jos löytyy. Olemme törmänneet heihin, joista ei ole mitään merkintää missään järjestelmässä useankaan vuoden takaa.



Ikääntyminen aiheuttaa myös yksinäisyyttä. Ystävät harvenevat, mahdolliset perheenjäsenet, omaiset ja läheiset elävät omia elämäänsä siellä jossain. Yksinäisyys hiipii elämään huomaamattomasti vuosien vieressä eteenpäin ja siihen havahdutaan usein liian myöhään, jolloin sitä on vaikeaa lähteä itseksensä korjaamaan. Ihminen on tässä vaiheessa saattanut jo sulkeutua tiiviisti oman kotinsa seinien sisälle löytämättä enää itse ulospääsyä. Yksinäisyyttä hävetään ja siitä ei haluta puhua kenellekään tuomitsemisen pelossa. Yksinäisyys, pettymykset ja väliin putoaminen tai syrjäytyminen saattavat alkaa oi-

reilla mielenterveys- ja päihdeongelmien lailla. Pulmaksi nousee, että ihminen näiden oireiden syistä helposti tuomitaan hankalaksi asiakkaaksi. Ajan puutteen vuoksi ongelman perimmäinen syy tai palveluntarve jää selvittämättä, koska ei ole aikaa kuunnella ja kohdata ihmistä arvokkuudella, jonka jokainen meistä ansaitsee.

Vanhustyön hoivaköyhyys ja palvelukatveet ovat meille etsivässä vanhustyössä arkipäivää. Miten on mahdollista, että meillä niin moni ikääntynyt syrjäytyy? Miten voi olla niin, että jostakin henkilöstä kukaan ei tiedä mitään, kunnes hänet löydetään menehtyne-

nä hajun perusteella? Hauraat ja haavoittuvassa asemassa olevat ihmiset tarvitsevat kipeimmin yhteiskunnan tukea sekä apua ja he ovat ryhmä, joka on vaikein tavoittaa ja löytää.

Miksi näille asioille ei tehdä mitään? Kaikki tietävät ja puhuvat, mutta kuka toimii? Voidaan nostaa asioita esiin ja usein saammekin lukea, kuinka vanhukset ovat heitteillä, kaatuneina, ilman ruokaa ja puhtautta. Toimintakyvyttöminä huolehtimaan itse itsensä. Miksi nämä asiat eivät herätä meitä? Eikö ikääntyvällä ihmisellä ole arvoa, ihmisarvoa yhteiskunnassamme? Meitä puistattaa puhe tuottavuudesta, menoeristä ja kustannustaakasta, kun kuulemme niitä keskusteluissa ikäihmisistä ja vanhustyöstä.

Eettisesti kestävä vanhustyö edellyttää resursseja, aikaa kohdata ihminen ihmisenä yksilöllisine tarpeineen ja toiveineen. Korostamme työntekijän asenteita vuorovaikutustilanteissa ikäihmisten kanssa. Ihminen ei menetä ihmisarvoaan tarvitessaan apua muilta tai kun hän ei kykene huolehtimaan itse itsestään.

Järjestöjä todella tarvitaan tulevaisuudessa vahvistamaan vanhustyön palveluverkostoa. Järjestölähtöisen työn vahvuutena etsivässä vanhustyössä on matala kynnys palveluihin. Toimimme virallisen ja epävirallisen asiakastyön välimaastossa, joka rakentaa ja vahvistaa luottamuksellista suhdetta asiakastyössä. Se myös turvaa ikääntyneen ihmisen kohtaamisen haastavissa elämäntilanteissa silloinkin, kun hänestä on tehty huoli-ilmoitus eikä hän päästä viranomaisesta kotiinsa. Järjestölähtöinen työ ratkoo yhteiskunnallisia ongelmia sekä kohtaa ihmisen inhimillisesti ja kiireettömästi elämän taitekohdissa ja vaikeissa elämäntilanteissa. Ihmisarvoinen elämä sekä inhimillinen ja arvostava kohtaaminen kuuluvat kaikille.

Hyvinvoivan yhteiskunnan tunnistaa siitä, kuinka se huolehtii vanhuksistaan!

Katja Kärki,

hankekoordinaattori

Johanna Kautonen-Abass,

hankeohjaaja

Minä elän! Etsivän vanhustyön -hanke Jyväskylän Setlementti

KUSTANTAJA:

Jyväskylän Setlementti ry
Siltakatu 11
18100 Heinola

Toimitusjohtaja
Kari Hahl, 050 322 1218
kari.hahl@jyrankola.fi

Kannen kuva: Jetta Kuitunen

TOIMITUS

päätoimittaja Jussi Varjo,
044 797 2468
toimitus@heinolanuutiset.fi

ILMOITUSMYynti

Marko Latvanen, 0400 777 717
myynti@heinolanuutiset.fi

Mediatiedot: heinolanuutiset.fi

Mainosmateriaalit:

ilmoitus@heinolanuutiset.fi

SIVUNVALMISTUS

K-Systems Contacts Oy
Päivi Kaikkonen, 040 7333 485
myynti@k-systems.fi

PAINO

Sanoma Manu Oy, Tampere

JAKELU

Painosmäärä 16 000 kpl

Posti jakaa 9 060 kpl Heinolaan ja 212 kpl Vuolenskoskelle. Loput lehdet jaetaan telinejakeluna Itä-Hämeessä.

ISSN 2814-4589 (painettu)

ISSN 2814-4597 (verkkojulkaisu)

Miten säästää energiaa?

Sähkön hinta puhututtaa. Kokosimme juttuun muutamia vinkkejä siihen, kuinka jokainen kuluttaja voi omalla toiminnallaan vaikuttaa sähkönkulutukseensa.

JUSSI VARJO HU

Sähkön hinta on ollut äkkijyrkässä nousussa jo pidemmän aikaa. Siinä missä vielä viime vuoden puolella määräaikaisen sähkösopimuksen on saanut keskimäärin alle 10 sentin kilowattituntihintaan, pyörivät hinnat tällä hetkellä jopa yli 40 sentissä per kilowattitunti. Erityisen kovaa hinnankorotukset iskevät talouksiin, joiden pääasiallinen lämmitysmuoto on suora sähkölämmitys.

Hintojen nousun lisäksi suomalaisia ja eurooppalaisia varoitellaan mahdollisista sähkökatkoista tulevana talvena. Erityisesti kovina pakkaspäivinä Suomessa saatetaan kohdata energiapulaa, jolloin sähköt saattavat olla alueellisesti hetkellisesti poikki.

ASTETTA ALEMMAS

Astetta alemmas

Motivan, Energiaviraston, työ- ja elinkeinoministeriön, valtioneuvoston kanslian, ympäristöministeriön ja Sitran Astetta alemmas -kampanja kannustaa kaikkia suomalaisia säästämään energiaa. Kampanja käynnistyi viikolla 40 vietetyllä Energiansäästöviikolla. Kampanjan tavoitteena on saada 75 prosenttia suomalaisista säästämään energiaa. Pidemmällä aikavälillä tavoitteena on saavuttaa pysyvästi alhaisempi energiankulutus ja sähkön kulutushuippujen madaltaminen.

Kampanja kutsuu kaikkia yrityksiä, kuntia ja muita organisaatioita mukaan viestimään energiansäästöketoista ja sitoutu-



Vinkkejä energiakustannusten hillitsemiseksi:

1. Alenna huonelämpötilaa

Huonelämpötilan alentaminen yhdellä asteella säästää jopa 5 prosenttia lämmityskuluissa. Talveksi kannattaa siis kaivaa villasukat ja -paidat kaapista ja käpertyä sohvanurkkaan lämmittelemään!

2. Lyhyemmät suihkut

Vaihtamalla 15 minuutin päivittäisen suihkun 5 minuutin suihkuun, säästyy sekä energiaa että silkkaa rahaa: Säästö voi olla jopa satoja euroja vuodessa. Suihku kannattaa myös sulkea saippuoinnin ajaksi. Myös hampaita harjattaessa voi säästää pitkän pennin pitämällä hanan suljettuna harjauksen aikana.

3. Ajoita kulutus oikein

Kulutushuippuja voi tasoittaa ajoittamalla sähkön käyttönsä oikein. Kulutushuiput ajoittuvat arkin klo 8–10 ja klo 16–18 välille. Ajoittamalla oman kulutuksena näiden aikojen ulkopuolella, osallistuu sähkökatkojen riskin pienentämiseen. Erityisen suuri merkitys tällä on kovilla pakkasilla, kun sähkönkulutus on korkea.

4. Sammuta laitteet, kun niitä ei käytetä

Monet kodin tutuista laitteista, mukaan lukien taulutelevisiot ja muu viihde-elektronikka, näyttävät merkittävää roolia kotitalouksien sähkönkulutuksesta. Motivan mukaan viihde-elektronikan laitteiden osuus on jo peräti 7 prosenttia kotitaloussähkön käytöstä. Ei muuta kuin televisio kiinni ja kirja käteen!

5. Sammuta valot

Valojen pitäminen päällä huoneissa, joissa ei oleskella, on silkkaa energiantuhlausta. Vaikka nykyaikaiset led-valot ovat energiapihiä, ei niitäkään turhan päiten kannata polttaa. Nyt viimeistään on hyvä aika vaihtaa energiasyöpöt lamput ledeihin.

maan käytännön energiatekoihin energiansäästämiseksi. Heinolan Uutisten kustantaja Jyränkölän Setlementti on sitoutunut mu-

kaan kampanjan kumppaniksi.

– Sitoudumme osana kampanjaa ja omaa vastuullisuustyötämme laskemaan kiinteistöjemme

julkisten tilojen lämpötilaa yhdellä asteella, Jyränkölän Setlementin toimitusjohtaja **Kari Hahl** kertoo.

Vastuullisuus on yksi setlementin ensi vuoden pääteemoista.

– Lanseerasimme vastikään Jyränkölän ekoteesit, joita kannustamme henkilöstöämme ja sidosryhmiämme noudattamaan ja joita nostamme esille omista viestintäkanavissamme, Hahl jatkaa ja kannustaa muitakin organisaatioita kampanjoimaan energiansääntämiseksi tulevana talvena.

Tiesitkö?

Pörssisähkö on nostanut energiakriisin vuoksi suosiotaan osittain siitä syystä, että kulutustaan oikein ajoittamalla pörssisähköä käyttävä kuluttaja voi säästää sähkölaskussaan. Osasyynä taustalla vaikuttaa myös sähköyhtiöiden tämänhetkinen haluttomuus solmia muita kuin pörssisähköön sidottuja sopimuksia sähkön hinnan ennakoimattomuuden takia.

Sähkön hinta vaihtelee pohjoismaisessa Nord Pool -sähköpörssissä tuotannon ja kysynnän mukaan tunneittain. Pörssisähkösopimuksen tehnyt kuluttaja voi hyötyä alemmista sähköhinnoista esimerkiksi yöaikaan. Päivällä

kulutushuippujen aikana sähkön hinta voi vastavuoroisesti pompsahtaa huomattavankin korkealle. Pörssisähkön hintaan lisätään sähköntoimittajan marginaali. Pörssisähköllä kuluttajan on mahdollista säästää sähkölaskussaan, mikäli onnistuu ajoittamaan sähkönkulutuksensa oikein.

Toimitukseen yhteyttä ottanut lukija kertoi vaihtaneensa pörssisähköön aiemman edullisen sopimuksen päätyttyä.

– Aiemmin meillä oli ollut sähkösopimuksessa sähkön hinta 4 senttiä/kwh, ja nyt kun siirryimme pörssisähköön, hinta on ollut kovimmillaan 70 senttiä/kwh.

Tuulisella säällä sähköntuotanto lisääntyy, jolloin pörssisähkön hinta on lukijan mukaan laskenut jopa 0,02 senttiin per kilowattitunti.

Suuri vaihtelu kilowattitunnin hinnassa sai lukijan seuraamaan sähkön hintaa reaaliaikaisesta taulukosta.

– Nyt tiedän jo etukäteen, milloin sähkön hinta on alemmalla tasolla, ja milloin esimerkiksi pesukone kannattaa laittaa päälle, lukija kertoo.

Jutun lähteinä on käytetty Motivan, Energiaviraston ja Astetta alemmas -kampanjan verkkosivustoja.



Tervetuloa temppuilemaan koko perheen voimin syyslomalla
pe 21.10. – su 30.10.2022
Heinolan uimahalliin

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ  Heinola

Syksyyn värikästä, lämmintä... mukavan pehmeää!



ASUISSA
monipuoliset valikoimat.
Kaikki ALE-hinnoin!



YÖASUT



UIMA-ASUT

 Elena
Kauppakatu 8, Heinola
ma-pe 9.30–18, la 9.30–15, su 11–15

Ilhoa hyväilevät **ALUSASUT**, mm. **LIIVIT** sekä erilaiset muotoilevat tuotteet.

- Sukkahousut
- Huivit, ponchot

Neulottujen asusteiden valikoima on nyt parhaimmillaan! Tervetuloa valitsemaan villasukat, lapaset ja myssyt, ym.

 **KÄDENTAITAJIEN Elämyspuoti**

KÄSINTEHDYT TUOTTEET – KUDONTA – KURSSIT – NÄYTTELYT

Villasukka-luantai 29.10. klo 10-14

Ma-Pe 10-17
La 10-14
Savontie 12 Heinola
044 9752453
www.elamyspuoti.fi
 Elamyspuoti

KUUKAUDEN VIERAS

Kaikki lajit ovat yhtä tärkeitä

Tuore Heinolan ympäristöpalkinnon saaja Sallamaari Simpanen toteuttaa teini-ikäisen Sallamaarin haavetta, joka oli saada paljon kissoja. Isovanhempien entisessä talossa Jyrängössä asuu 12 omaa kissaa.

JETTA KUITUNEN

Erittäin ystävällinen entinen serbialainen katukoirasimo vahtii pihalla ja toivottaa vieraan tervetulleeksi. ”Elä niin kuin opetat” toteutuu sananmukaisesti tässä kodissa ja elämäntavassa, sillä Sallamaari tunnustautuu eläinten ihmiseksi. Vuodesta 2016 asti Suomen eläinsuojeluyhdistyksen eläinsuojeluneuvojana Heinolan ja Lahden alueella toimineen Simpasen toinen periaate on, että yksikään eläin ei saa jäädä pulaan. Homma vie aikaa 24/7 ja puhelin joko soi

tai viestiäni kilahtaa aika tiuhaan tahtiin.

– Lapsesta asti eläimet ovat olleet tosi tärkeitä. Kotona meillä oli kissoja ja koira, samoin isovanhemmilla, joiden entistä taloa nyt asutamme, eli voisi sanoa, että eläinrakkaus on seurannut suvun perintönä. Tärkein opetus, että kaikki lajit ovat yhtä tärkeitä, on myös sisäistetty ja hoidan kaikki eläimet loppuun asti, kertoo Simpanen.

Viranomaiset pyydetään apuun hakemaan lemmikkejä tarvittaessa. Itsekin hän on eräänlainen ”virallinen valvoja”, koska valtuuston

luottamustoimensa lisäksi hän on Heinolan lupa- ja valvontalautakunnan jäsen.

– Suurin haaveeni olisi saada tehdä palkkatyötä eläinten parissa! Haluan Heinolaan oman eläinten talteenottoa paikan tai löytöeläintalon. Lintuhoitolahan meillä jo onneksi onkin, unelmoi Simpanen.

Ihmisten lisääntynyt pahoinvointi heijastuu eläimiin

Suomen eläinsuojeluyhdistyksen koulutuksen jälkeen oli pari ensimmäistä vuotta hiljaisempaa. Kun tietoisuus neuvojan tehtävästä saavutti ihmiset, ovat myös ilmoitukset lisääntyneet.

– Kesä 2022 eli viime kesä on ollut pahin koskaan. Ei eläinten vaan ihmisten takia. Kun eläimanhallinta pettää, siitä seuraa eläinten laiminlyönti, jopa viha. Surullisinta on, että lapset ja nuoret saattavat ottaa luonnonvaraisia eläimiä kiinni ja tehdä todella pahoja tekoja niille. Eläinten poikaset eivät osaa pelätä. Räikeintä on hanhiviha. Toivoisinkin, että aikuiset mietti-

sivät enemmän, miten puhuvat ja käyttäytyvät, koska se on suoranainen jatkumo lapsiin, vaikka lasten kautta voisimme saada kauniimman maailman, Simpanen suree.

– Ja tietenkin yksi iso asia tässäkin on some. Päin naamaa ei kehdata sanoa useinkaan sellaista, jota syötetään kommenttipalstoille ja lietsotaan omaa pahaa oloa muihin. Miksi luoda lisää pahaa? Alussa ikävät kommentit ja kurjat teot veivät yöunet, mutta nyt on nahka paksuuntunut. Se joka tekee jotain, joutuu kohteeksi, hän toteaa.

Tuoreena on muistissa sota ketua kohtaan, jolle hän hankki kapilääkityksen.

Kyynelehtivä jälleennäkeminen

Palkkiona pitkäjänteisestä työstä ovat pienetkin asiat.

– Kun lemmikki ja omistaja kohtaavat toisensa senkin jälkeen, kun toivo on jo menetetty. Kuten ABC:llä juhannuksena valjaista karannut kissa saatiin loukuttua kahden kuukauden jälkeen ja se pääsi takaisin omistajalleen, se kyllä oikeasti palkitsee, Simpanen iloitsee.

– Kissojen loukuttuksia tehdään paljon, hän jatkaa.

Eikä lisää viljele pentuja enää haluta, joten Sallamaari suosittelie leikkaamista. Kissa on ns. paikkakauskollinen eikä aina myöskään kotiuttaminen onnistu, vaikka tahtoa olisikin.

– Eläintenhoito on myös kallista. Esimerkiksi monelle mielenterveyspotilaalle oma eläin on elintärkeä tervehtymisen kannalta. Koira saa nousemaan sohvalta ylös ja ulos. Lapsiperheitä tuetaan tietenkin, mutta eläin saattaa olla jollekin samassa asemassa. Toki ennen lemmikin hankintaa on otettava huomioon omat taloudelliset resurssit ja mahdolliset muuttuvat elämäntilanteet. Vähävaraisten omistajien lemmikin hyvinvointi tulisi turvata takaamalla niille välttämätön eläinlääkärin hoito.

Kissakriisi ja kanikriisi

– Myös lemmikkikaneja otetaan melko heppoisin perustein, tietää Simpanen.



”Pyysin kaupungilta tällaisen liikennemerkkin kadulleni, koska pihallani on paljon siilejä. Heille se sopi. Nyt kadun kummallakin puolen on tuo merkki, muualla Heinolassa ei ole.”



Kaikki kissat ovat leikattuja, koska pentuja ei tahdota lisää.

– Jos kissanpennun saa ilmaiseksi tai muutamalla kymppillä, sen elämää ei pidetä kovin arvokkaana. Samaa tehdään kaneille. Häkki ei ole niiden luontaista elämää, vaan kaniin pitäisi saada elää lajityypillistä elämää, ja jos voi antaa mahdollisuuden ulkoiluun valvotusti ja tarhan ominaisuudessa, on se vain plussaa.

Jyrängössä on takapihalla pieni hirsinen leikkimökki. Ennen ensi kesää ja kaneja tulevana talvena siellä kuitenkin asuu siilejä.

– Jos hoidettavaksi tulee siilejä, jotka ovat alipainoisia eivätkä ehdi horrostamaan luontoon, voin tulevana talvena ottaa siilejä talvihoitettavaksi, Simpanen lupaa.

Ja siili-liikennemerkki on hommattu kadun päähän. Joka sekin aiheutti jollekin pahaa mieltä.

– Eläinrakkaus ei saa olla lajiteltua, vaan sen täytyy olla täyttä, kiteyttää Simpanen oman filosofiansa. ■



Kuvat: Jetta Kuitunen

Kaikki kissat tulevat hyvin toimeen Simokoiran kanssa eivätkä ne juuri tappele keskenäänkään.



Maine coon on kissaroduista suurin. Nämä yksilöt, Jesper ja Kapteeni, painavat 6–7 kg.

TERVETULO A HEINOLAN K-CITYMARKETTIIN!



Plussa-etu
-20 %

Ilman Plussa-korttia
4,99/pkt (9,98–12,48/kg)
Voimassa 26.9.–30.10.2022

PIRKKA
COSTA RICA
JAUHETUT
KAHVIT

3⁹⁹
PKT

400–500 g (7,98–9,98/kg)
Ei Reilu kauppa, ei premium blendit
eikä maahavit Brazil, Colombia tai
Guatemala

HERKKU-
KAUPPA &

HALPA
KAUPPA...



ATRIA

Kunnon Arki
mikroateriat

300 g (5,83/kg)

3⁵⁰

Plussa-etu
-20-22 %

Ilman Plussa-korttia
2,19–2,25/kpl (7,30–7,50/kg)
Voimassa 26.9.–30.10.2022

2
kpl



VALIO

Marjakeitot

750–1000 g (1,99–2,65/kg),
ei Gefilus

1⁹⁹
TLK

Plussa-etu
-23 %

Ilman Plussa-korttia
2,59/tlk (2,59–3,45/kg)
Voimassa 26.9.–30.10.2022



VALIO

Oivariini

350–400 g (6,98–7,97) tai juokseva 400 ml
Myös uutuu Oivariini Merisuola

2⁷⁹
KPL

Plussa-etu
-6 %

Ilman Plussa-korttia 2,99/kpl (7,48–8,54/kg)
Rajoitus 3kpl/talous. Voimassa 26.9.–30.10.2022



K-MENU

Riisipiirakka

12 kpl/1020 g (2,14/kg)
pakaste

2¹⁹
PS

Voimassa 26.9.–27.11.2022



PIRKKA PARHAAT
Ahvenanmaalaiset
juustoviipaleet

175 g (19,37/kg)

3³⁹
PKT

Voimassa 26.9.–27.11.2022



K-MENU

Vaaleapaahtoinen
suodatinkahvi

500 g (5,78/kg)
RFA

2⁸⁹
PKT

Voimassa 26.9.–27.11.2022



PIRKKA PARHAAT

Macaron

12 kpl/132 g (37,80/kg)
pakaste

4⁹⁹
PKT

Voimassa 26.9.–27.11.2022



K-MENU

Kiinalainen soijakastike

500 ml (5,98/l)

2⁹⁹
KPL

Voimassa 26.9.–27.11.2022



PIRKKA PARHAAT

Riisinuudeli

180 g (11,06/kg)

1⁹⁹
PS

Voimassa 26.9.–27.11.2022

K-KAUPASSA KAUPPIAS HOITAA AJANKOHTAISET HERKUT JA EDULLISET VAIHTOEHDOT.

K CITYMARKET
HEINOLA

Hoitajapula vaivaa yksityiselläkin puolella

Akuutti hoitajapula koskettaa Suomessa koko sosiaali- ja terveysalan kenttää. Pulaa on niin lähi- kuin sairaan- hoitajistakin sekä julkisella että yksityisellä puolella.

JUSSI VARJO HU

Jututimme kolmannella sektorilla toimivan, ikääntyneiden palveluasumista Heinolassa ja Lahdessa tarjoavan Jyränkölän Setlementin hoivapalvelujohtajaa hoitoalan työvoimapulasta ja kysyimme, miten haasteeseen on setlementissä vastattu.

Hoitajien saatavuusongelmien vuoksi hallitus päätyi syyskuun loppupuolella porrastamaan ensi vuonna voimaan astuvaa korkeampaa hoitajamitoitusta ikääntyneiden ympärivuorokautisessa hoivassa. Alun perin mitoitusta oli tarkoitus nostaa 1.4.2023 alkaen 0,7:ään hoitajaan per asukas. Nyt tuo mitoitus on toteutuksessa 1.12.2023. Huhtikuun alusta mitoitusta on tarkoitus nostaa nykyisestä 0,6:sta 0,65:een.

Valtakunnallinen keskustelu hoitajapulasta on keskittynyt julkisten toimijoiden ympärille hoitajaliiton sekä kunta- ja hyvinvointialueyhtenäisyyden KT:n kesken käytyjen työehtosopimusneuvotteluiden myötä.

Vaikka keskustelu hoitajien palkoista ja työoloista sekä hoitajapulasta on keskittynyt julkiseen puoleen, myös yksityisellä puolella on haasteita.

Vaihtuvuus korkeaa

Jyränkölän Setlementin hoivapalvelujohtaja **Sirkku Taskinen** vahvistaa, että työvoimapula on todellista myös yksityisellä sektorilla. Vaikka koulutetun henkilöstön saamisessa on haas-

teita, Taskinen kertoo Jyränkölän onnistuneen rekrytoimaan tarvitsemansa määrän hoitotyöntekijöitä.

– Vaihtuvuutta on toki ollut, Taskinen lisää. Tämä tuo hänen mukaansa omat haasteensa.

– Vastuut tullaavat kasaautumaan jäljelle jäävälle vakitukselle henkilöstölle, kun hoiva-avustajat ja sijaiset eivät voi ottaa kokonaisvaltaista vastuuta.

Luottamushenkilönä Jyränkölän hoivapalveluissa toimiva **Hanna Moilanen** tuo esille työntekijäpuolan aiheuttaman paineen työtehtävistä suoriutumisesta.

– Työ on muuttunut kii-reisemmäksi ja hoitajista

”Julkisuudessa pitäisi puhua hoitoalan hyvistä puolista.”

tuntuu, että kaikkeen tarvittavaan ei riitä aika. Kaiken kaikkiaan tämä koko tilanne kuormittaa hoitajia niin henkisesti kuin fyysisestikin.

Työvoimapulan haasteeseen heinolalaisessa setlementissä on pyritty vastamaan monin keinoin, niistä viimeisimpänä moniammatillisen tiimimallin kehittäminen ja käyttöönotto.

– Ajatuksena on, että yksikön vastuuhenkilöt olisivat entistä enemmän hoitajien työn tukena, mikä mahdollistaisi myös hoiva-avustajille ja sijaisille enemmän vastuunottamista, Taskinen kertoo.

Myös teknologia on apuna.

– Olemme esimerkiksi mukana kohote-hankkeessa, jossa älyteknologiaa hyödyntäen mitataan asukkaiden hyvinvoinnin tilaa.

Melko tuoreena ilmiönä Taskinen nostaa esille vakituisten hoitajien irtisanoutumisen ja siirtymisen keikkatyötä tarjoavien yritysten

leipiin. Monesti kyseiset toimijat nostavat rekrytoinnissaan esille korkeamman palkkatason.

– Siinä kuitenkin helposti unohtuu vakituisten työsuhteen hyvät puolet: palkallinen kesäloma, työyhteisöön kuuluminen ja yhteisöllisyys loistavat näissä patkahommissa poissaolollaan, Taskinen luettelee.

Sirkku Taskinen kertoo Jyränkölän pyrkivän erottautumaan muista alan toimijoista erityisesti taustaltaan.

– Olemme täysin suomalainen, yhteiskunnallinen toimija. Me emme pyri maksimoimaan voittojamme toisin kuin monet suuret hoiva-alan yritykset tekevät. Lisäksi meillä on oma ainutlaatuinen toimintaympäristö: Meillä on muun muassa kansalaisopisto-, vapaaehtois-, ravintola- ja työllistämistoimintaa. Pystymme hyödyntämään monenlaista osaamista, Taskinen iloitsee.

Vetovoimaa parannettava

Koko alan vetovoiman Taskinen kokee saaneen kolhuja erilaisista laiminlyönneistä. Vaikka Taskinen pitääkin epäkohtien nostamista julkisuuteen tärkeänä asioiden korjaamiseksi, pitäisi hänestä julkisuudessa pystyä puhumaan enemmän myös hoitoalan hyvistä puolista.

– Asukkaiden hyviä kokemuksia ja työn merkityksellisyyttä toivoisin nostettavan enemmän esille. Ja sitä, että tässä epävarmassa maailmassa hoitotyö on varma työllistäjä.

Hanna Moilanen nostaa alan vetovoimaisuuden parantamisesta esille palkkauksen ohella työntekijöiden arvostuksen ja työntekijöiden hyvinvointiin panostamisen. Arvostuksessa Moilanen näkee esihenkilötyön olevan tärkeässä roolissa.

– Kun esihenkilö on työyhteisössä mukana, kuulostele filiksia ja on sekä aktiivinen kuuntelija että toimija, tuo se työntekijälle tunteen, että työtäni sekä osaamistani hoitajana arvostetaan. Läsä- ja saatavilla oleminen on tärkeää, hän korostaa.

Jyräkölä vie aktiivisesti tietoa tarjoamistaan työ- ja harjoittelupaikoista alan opilaitoksiin, mutta myös jo peruskouluun.

– Teemme mielellämme kouluvierailuja, ja kerromme 9-luokkalaisille, mitä hoitotyö on. Meillä suoritetaan myös paljon TET-jaksoja ja kesäisin työllistämme nuoria kesätyöpassilla.

Enemmänkin voisi Taskisen mukaan tehdä. Esimerk-

kinä hän mainitsee Jyränkölässä kehitetyt hoivatyön osaamismerkkit, joilla omaa olemassa olevaa osaamistaan voi osoittaa.

– Näitä merkkejä voisi enemmän hyväksilukea osaksi alan opintoja, Taskinen pohtii.

Hän mainitsee mahdollisena uutena yhteistyön

suuntana myös lukion.

– Lukiossa voisi olla vapaasti valittavina opintoina hoivatyöhön liittyviä opintojaksoja.

Maahanmuuttoa on väilytelty yhtenä mahdollisena vastauksena hoitajapulaa. Jyräkölä on Taskisen mukaan ennakkoluulottomasti tarttunut tähän mah-

dollisuuteen työllistäessään useita muualta tulleita.

– Maahanmuutto on tärkeä osa palettia. Olemme monimuotoinen organisaatio, ja erilaisista taustoista tulevat ihmiset rikastuttavat asukkaiden ja työntekijöiden arkea ja työtä. Opi-taan toisiltamme puolin ja toisin, Taskinen päättää. ■



Kuvat: Jyräkölä

Jyräkölä työllistää Heinolassa ja Lahdessa noin 100 hoiva-alan ammattilaista. Asukkaita Jyränkölän palvelutaloissa on yli 300.

LYHYESTI

Mummodisko goes Heinola

Eri puolilla Suomea järjestetty Mummodisko rantautuu Heinolaan hotelli-ravintola Tukkiätkään maanantaina 14.11. klo 14–16. Vuonna 2017 alkunsa saanut Mummodisko haluaa omalla tekemisellään olla osa tulevaisuudessa uudistuvaa vanhustyön kenttää. Heinolan Mummodiskossa esiintyy tällä kaudella Vain elämää -sarjassakin nähty **Meiju Suvas**. Tapahtuman juontaa näyttelijä **Tuija Piepponen** ja tanssimusiikista vastaa geronomistaustan omaava DJ **Mikko Haapalainen**. Molemmat vastaavat Mummodisko-toiminnan pyörittämisestä yhdessä geronomi **Joni Tammissalon** kanssa.

Yhteistyössä ovat mukana hotelli-ravintola Tukkiätkä, Jyränkölän Setlementti ja Siskot ja Simot -vapaaehtoistoiminta. Jyräkölä on järjestänyt palvelutalojensa asukkaille kuljetuksia tapahtumaan ja valjastanut vapaaehtoistyöntekijöitä saattajiksi tapahtumasta kiinnostuneille ikäihmisille. ■

Järjestöjen tekemä työ näkyväksi

Keväällä avattu Lähellä.fi-verkkopalvelu jatkaa kasvamistaan. 13 eri alueellisen toimijan ylläpitämä palvelu kokoaa järjestöjen ja yhteisöjen tuen, toiminnan ja tapahtumat yhteen osoitteeseen, sekä edistää kansalaistoiminnan näkyvyyttä Suomessa. Palvelu korvaa aiemmin toimineet alueelliset ja maakunnalliset sivustot. Päijät-Hämeessä aiempi palvelu tunnettiin nimellä Päijät-Hämaalaiset.fi.

Yhdistykset ja järjestöt voivat ilmoittaa Lähellä.fi-palvelussa maksuttomasti tarjoamastaan toiminnasta, tapahtumista ja vapaaehtoistyön mahdollisuuksista. Palvelun käyttö on maksutonta sekä järjestöille että sivuston käyttäjille. Palvelussa on panostettu käyttäjälähtöisyyteen – miten löytää itselleen tärkeää tietoa mahdollisemman helposti.

– Myös yhdistysten rekisteröityminen sivustolle ja toimintailmoitusten lisääminen on pyritty tekemään mahdollisimman helpoksi, kertoo palvelun alueellisesta koordinoinnista Päijät-Hämeessä vastaavan Jyränkölän Setlementti ry:n vapaaehtoistyön johtaja **Teija Naakka**.

Palvelua markkinoidaan työkaluna myös julkiselle sektorille.

– Ideana on, että julkisen sektorin työntekijät voivat asiakas kohtaamisten yhteydessä tarjota Lähellä.fi-palvelua hyödyntäen ihmisille mahdollisuutta järjestötoimintaan ja omaa yleistä hyvinvointia ja terveyttä tukevaan toimintaan, Naakka taustoittaa.

Sivustolle on rekisteröitynyt valtakunnallisesti jo satoja yhdistyksiä. Päijät-Hämeestä mukana on viitisenkymmentä yhdistystä. Jyränkölän Setlementin toimitusjohtaja **Kari Hahl** kannustaa kaikkia alueen yhdistyksiä mukaan viimeistään nyt.

– Hyvinvointialueen aloittaessa toimintansa vuoden alusta Lähellä.fi-palvelu tulee olemaan tärkeä linkki yhdistysten ja hyvinvointialueen välillä.

Myöhemmin Lähellä.fi-palveluun on tarkoitus rakentaa mahdollisuus integroida tietoja osaksi julkisen sektorin omia toimintoja ja palvelun ohjausta, mikä Hahlin mukaan lisää palvelun merkitystä entisestään.

– Tehdään yhdessä järjestöjen työ näkyväksi! ■

Jyränkölän Setlementti kustantaa Heinolan Uutisia.

Piirakoiden leipominen on asukkaille mieluista.



Rautatiesillalle suunnitellaan miljoonaluokan perusremonttia

Huonokuntoisen sillan teräsrakenteet ovat kunnostuksen kohteena. Heinolan kaupungilla on hyvä vauhti päällä kuntatekniikan kohteiden kunnostamisessa.

JARI NIEMI HU

Väylävirasto viimeistelee parasta aikaa Heinolan rautatiesillan kunnostussuunnitelmia. Vuonna 1932 käyttöön otettu ja Jyrängönvirran ylittävä silta on vuosikymmenten kuluessa saanut osakseen pieniä kunnostustöitä ja vuonna 2021 sillalle tehtiin erikoistarkastus. Nyt suunnitelmassa on Väyläviraston rautatiesiltainsinöörin **Jouko Kjellmanin** mukaan mittava perusremontti.

– Silta on teknisesti huonossa kunnossa ja kuuluu harmittavan suureen yli 100:n huonokuntoisen sillan joukkoon. Perusremontti maksanee miljoonia euroja, kuitenkin yksittäisiä sellaisia, sanoo Kjellman.

Jyrängönvirran rautatiesillan

massiiviset kivrakenteet ovat Jouko Kjellmanin mukaan kantavilta osiltaan hyvässä kunnossa, joten kunnostamistarve kohdistuu pääasiassa teräsrakenteisiin. Vuonna 2018 uusittiin sillalta radan päällysrakenteet ja kävelyväylästä tehtiin turvallinen.

Sillan kunnostaminen on erityisen tärkeää Stora Enson Heinolan Flutingtehtaalle, jonka tuotteita pääosin sillalla kuljetetaan.

– Perusremontti toteutuu aikaisintaan vuonna 2024, toteaa Kjellman.

Kaupunki vauhdissa

Heinolan maisemakuvaa hallitsevan rautatiesillan remontin lisäksi Heinolan kaupunki jatkaa tehokasta maanalaisen infran uusi- mista.

Rakennuspäällikkö **Ari Matteinen** kertoo, että kuluvan vuoden investoinnit nousevat noin 10 miljoonaan euroon.

– Ala-Musterin vedenottamo on investoinneista suurin. Sen kustannus on 3,5 miljoonaa eu-

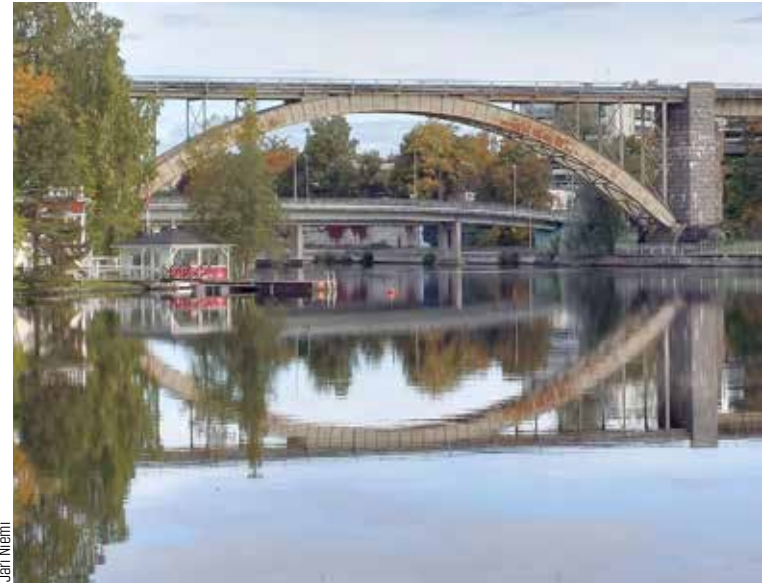
roa. Näkyvimmän kohteen eli Siltakadun remontti maksaa 2,3 miljoonaa euroa, josta vesihuollon osuus on noin 0,6 miljoonaa euroa. Katutyössä ei ole kohdattu mitään suuria yllätyksiä ja se etenee aikataulussa, ei huomattavia lisätyökustannuksia, selittää Matteinen.

Ala-Musterin vedenottamon ja Siltakadun lisäksi töitä on tehty myös Kaivokadulla ja Virtakadulla ja suunnittelua on toteutettu Sukurantielle, Marjatien ja Mustikahaan puistolle, Piestanyn rantatielle, torialueelle sekä Sinitaipaleen ulkoilureitille.

Sataman alueella saatiin valmiiksi 500 000 euroa maksanut tukimuurin korjaus ja pitkään kaivattu satamapalvelurakennus otettiin käyttöön. Se maksoi noin 300 000 euroa. Rantapuiston tukimuri on suunnittelussa siltoihin asti.

Kaivokatu ja tori isoimmat kohteet

Seuraavina vuosina kaupunki jatkaa ruutukaava-alueen kunnostamista. Kaivokadun remontin ar-



Rautatiesillan kunnostamisen suunnittelu on loppusuoralla. Peruskunnostuksessa kohteena ovat teräsrakenteet, jotka ovat pahasti ruostuneet.

vioidaan Ari Matteisen mukaan maksavan 1,5 miljoonaa euroa ja torialueen kunnostamisen 1,2 miljoonaa euroa.

– Katujen korjausvelasta meillä on arvio, vesilaitoksen korjausvelan arviointi alkaa marraskuussa, hän toteaa.

Kaupunkilaiset ovat kyselleet säännöllisesti myös pyöriteiden kunnostamisen perään. Suunnittelussa on Ari Matteisen mukaan Marjatien, Sukurantien ja Sammontien jalankulku- ja pyöräilyväylät sekä pienempiä korjauksia omilla väylillä tarpeen mukaan.

– Toivottavasti ely-keskus päälystäisi Sukurantiestä liimatehtaan risteykseen johtavan väylän, Matteinen sanoo.

Prisman suunnittelu on käynnissä ja siihen liittyy joko liikennevalojen tai kiertoliittymän rakentaminen Tähtiniementien risteykseen.

– Vanhaan Hökärin liittymään suunnitellaan nyt kiertoliittymää ja alikulkutunnelia. Liikennevalojen tilannetta tulee arvioida, kun nähdään Prismen vaikutus keskustan liikenteeseen, pohtii Ari Matteinen. ■

Perinnekurssilta ymmärrystä monikulttuuriseen elämään

Käkisalmi-säätiö järjesti yhteistyössä Heinolan Lyseonmäen koulun kanssa perinnekurssin seitsemännen luokan oppilaille osana historian, äidinkielen ja kuvaamataidon opiskelua.

KARI KAIKKONEN

Perinnetutkija **Mikko Eronen** Joensuusta on valmistellut laajan opetusmateriaalin, josta hän on

räättäköinyt Lyseonmäen koulun opettajien kanssa Heinolassa toteutetun opetuskokonaisuuden.

Kurssi soveltuu peruskoulun yläluokan ylempien luokkien oppilaille. Lyseolla opetusta on annettu kolmen viikon aikana kaikille 7-luokkalaisille.

Kurssilla korostuu nuorten identiteetin tukeminen ja omien juurien, ja niihin liittyvän historiallisen tiedon, tarkasteleminen. Kurssi myös kehittää oppilaiden taitoa tuottaa tekstejä ja antaa keinoja hyödyntää niitä eri tarkoituksiin.

Perinteet elävät pelimaailmassa

Koululaisia on perehdytetty perinnetutkimukseen käytännöllä- heisillä esimerkeillä, sillä perinteet näkyvät hyvin usein nykynuorten elämässä peleissä ja elokuvissa.

Mistä Tuhkimo- ja Viikinki- tarinat ovat saaneet alkunsa, kenen historiasta Tuhannen ja yhden yön tarinat kertovat ja mitä suomalaiset ovat ammentaneet Kalevalan taruista nykypäivän elämään. Miten perheiden perinteet eroavat Karjalassa ja vaikkapa Pohjois-Pohjanmaalla.

Perinnekurssin päätavoitteena on ollut tuoda perinteitä lähemmäs nuorten arkea. Kurssilla korostetaan perinteen arkipäiväisyyttä ja tuodaan esille, ettei perinne ole vain vanhoja tarinoita saunatontuista ja Väinämöisestä. Perinne on jotain mikä tapahtuu joka päivä tavallisessakin elämässä.

Juuret tärkeä osa identiteettiä

Toisena päätavoitteena on aktivoida nuoria tutustumaan oman sukunsa menneisyyteen ja sitä kautta omiin juuriinsa. Kurssilla raapaistaan myös sukututkimusta. Annetaan keinoja vastata syvemmin kysymyksiin: Miksi ukki puhuu tietyllä tavalla? Mistä sukuni on tullut nykyisille asuinsijoille? Eikö mummon käyttämä ruokaresepti olekaan yleinen muissa perheissä?



Teoreettisen perinnetiedon rautaisannoksen jälkeen koululaiset ovat voineet tehdä harjoitustöitä ja esityksiä omasta kulttuuritautastaan ja kokemuksistaan. Harjoitustöitä on voinut toteuttaa digitaalisesti tai perinteiseen tapaan kirjoittamalla perinnekokemuksista oman tarinan. Kurssilla on perehdytty myös oman paikkakunnan historiaan ja kotipaikkakunnan nykyisten asukkaiden taustoihin ja heidän perinteisiinsä.

Perinnekurssin yleisempänä tavoitteena on ollut lisätä nuorten ymmärrystä eri maista ja kulttuuritaustoista tulevien ihmisten elämään, heidän tapoihinsa sekä elämää mahdollisesti rajoittaviin sääntöihin, jotka voivat tuntua meistä suomalaisista hieman erikoisilta.

Perinnekurssin toteutuksessa on

painotettu erityisesti lasten omaa tekemistä, varsinkin heidän omien perheidensä taustatietojen selvityksessä ja tallentamisessa.

Perinnekurssilla oppilaiden tuottama materiaali on mahdollista tallentaa arkistoon tutkimuskäyttöön, jos oppilaat ja heidän vanhempansa sen sallivat.

Käkisalmi-säätiö panostaa nuoriin

Käkisalmi-säätiö on asettanut yhdeksi lähivuosien tavoitteekseen nuorten aktiivisuuden oman sukunsa perinteiden tallentamisessa ja tutkimisessa.

Perinnekurssi-koulutusta on tarjottu jatkua Heinolassa myös tulevaisuudessa, ja sitä on mahdollista myös laajentaa, mikäli halukkaita oppilaitoksia ilmaantuu. ■



Perinnetutkija Mikko Eronen valmisteli laajan opetusmateriaalin Lyseonmäen koulun perinnekurssia varten.

Kari Kaikkonen

KOOTUT KOHTAAMISET Muutokset mahdollisia.

PAIKKA	AJANKOHTA	TAPAHTUMA	SIJAINTI	LISÄTIETOJA
HEINOLA	17.10.–12.11.	Heinolan kameraseuran perinteinen syysnäyttely.	Heinolan kirjasto, Kauppakatu 12	Vapaa pääsy kirjaston aukioloaikoina.
	19.10.–16.11.	Tukkijätkä Tanssit keskiviikkoisin klo 18–21	Ravintola TukkiJätkä, Kauppakatu 13	Liput ovelta kortilla tai käteisellä 10 €.
	19.10.	Peliitat–Hermes, Mestis-ottelu	Urheilukatu 2 – Versowood areena	Klo 18.30
	20.10.–1.12.	DigiHelpparit tarjoaa matalan kynnyksen digitukea. Torstaisin klo 13–14.	Jyränkölän ATK-luokka, Siltakatu 11	Sisäänkäynti sisäpihan kautta, p. 044 797 2429
	20.10 ja 17.11.	Neulekahvila. Torstaina klo 17-20.	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy.
	20.10.	Kirjailijavieraina Matti Rämö: Polkupyörämatkalla Intiassa ja Himalajalla	Heinolan kirjasto, Kauppakatu 12	Vapaa pääsy. Klo 18.00–19.30
	21.10.–6.11.	Riivattu riihi ja kahlittu kaivo • Halloween-tapahtuma, pe–su.	Viikinäistentie 203A, 19210 Lusi	vidnasinkartano.fi/tapahtumat
	21.10.	Peliitat–JOKP, Mestis-ottelu	Urheilukatu 2 – Versowood areena	Klo 18.30
	22.10.	Karjalaisten Heinola – Heimoseminaari	WPK-talo, Kymenkartanonkatu 2	Klo 12.30–17.00
	25.10.–29.11.	Kansainvälinen ruokatiistai. Tiistaisin klo 11 alkaen.	HeiMo-kahvila, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy.
	31.10.–5.12.	Mama’s Cafe. Maanantaisin klo 15–18.	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy.
	1.11.	Sello ja laulu soi! -konsertti, Seeli Toivio	Heinolan kirkko, Siltakatu 18	Vapaa pääsy. Ohjelma 10 €.
	1.11.–13.12.	Karaoke. Tiistaisin klo 18–20.	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy. Karaokea ei pidetä itsenäisyyspäivänä.
	2.11.	Kielikahvila. Tule keskustelemaan eri kielillä.	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy • klo 18.00–19.30.
	3.11.	Kielikahvila. Tule keskustelemaan eri kielillä.	HeiMo-kahvila, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy • klo 12.30–14.30.
	5.11.	Kynttiläkirkko Heinolan pitäjänkirkossa klo 15 ja 17	Kirkkokatu 1, 18300 Heinola	Vapaa pääsy.
	11.11.	Ollin matkassa -luento. Perjantaina klo 17.00–18.30. Luontokuvaaja Olli Vuori näyttää upeita luontokuvia ja kertoo niistä.	Jyränkölän juhlasali, Siltakatu 11	Vapaa pääsy.
	14.11.–25.11.	Etsivän vanhustyön taidenäyttely	Heinolan kirjasto, Kauppakatu 12	Vapaa pääsy kirjaston aukioloaikoina.
	15.11.	Peliitat–K-Espoo, Mestis-ottelu	Urheilukatu 2 – Versowood areena	Klo 18.30
LAHTI	8.10.–17.12.	Something Rotten! Jotain Mätää! -musikaali Juhani-näyttämöllä.	Lahden kaupunginteatteri, Kirkkokatu 14	www.lahdenkaupunginteatteri.fi www.lippu.fi
	9.10.–19.11.	Herra Hakkarainen -näytelmä.	uusi SUPER teatteri, Mariankatu 8 C	www.superteatteri.fi
	20.10.	Enemmän kuin tuhat sanaa • Sinfoniakonsertti	Sibeliustalo, Ankkurikatu 7	www.sibeliustalo.fi
	21.10.	Nella Fantasia • Roosa nauha -konsertti	Lahden ristinkirkko, Kirkkokatu 4	Vapaa pääsy. Käsiohjelma 15 €.
	22.10.	Pelicans–HIFK, liigaottelu	Isku-Areena, Svinhufvudinkatu 29	www.lippu.fi • klo 17.00
	29.10.	Pelicans–TPS, liigaottelu	Isku-Areena, Svinhufvudinkatu 29	www.lippu.fi • klo 17.00
	4.11.	Pelicans–KOOKOO, liigaottelu	Isku-Areena, Svinhufvudinkatu 29	www.lippu.fi • klo 18.30
	5.11.	Viivi • Kevään 2022 Emma Gaalan vuoden tulokas	Möysän Musaklubi, Hämeenkatu 16	www.tiketti.fi • klo 20.00
	16.11.	Pelicans–Sport, liigaottelu	Isku-Areena, Svinhufvudinkatu 29	www.lippu.fi • klo 18.30
PERTUN-MAA	17.10.	Digikinkerit klo 11–13. Älylaitteiden käytön opastusta.	Nuorisotalo, Juhlakuja 1	Maksuton
	29.10.–29.11.	Maria Vauhkonen: Saimaanpalvojat, valokuvanäyttely	Kunnantalon näyttelytila, Pertuntie 14	
	31.10.	Digikinkerit klo 11–13. Älylaitteiden käytön opastusta.	Nuorisotalo, Juhlakuja 1	Maksuton
	14.11.	Digikinkerit klo 11–13. Älylaitteiden käytön opastusta.	Nuorisotalo, Juhlakuja 1	Maksuton

Käkisalmi-säätiön seinäkalenteri 2023 nyt myynnissä!

Käkisalmi-kalenteri 2023

"Siellä on kaihoiset rannat, kosteikon puolteet, uinuvat lumpeet, uniset, väsyneet veet."
– Valtio Sara

Myyntipisteet:

- Ainomaria
- Valokuvaamo Irma
- Memorosa
- Siltasaari

Vain käteismaksulla.

Hinta 10,–

Toukokuu 2023

Myyynnissä myös verkossa. Tutustu Käkipuodin karjalaiseen lahjavaliikoimaan:

kakisalmi.fi/kakipuoti

Karjalaisten Heinola

Heimoseminaari 22.10. klo 12.30–17.30

Heinolan WPK-talo, Kymenkartanonkatu 2

Karjalaisten Heinola -heimoseminaari käynnistää Karjalaisten Heinola -tiedon keruuprojektin, jonka tarkoituksena on koota evakkojen tekemiset ja vaikutukset kirjaksi. Heinolan kaupungissa oli vuonna 1945 toisen maailmansodan päättyessä noin kolmetuhatta asukasta. Karjalaiset evakot kaksinkertaistivat Heinolan väkimäärän ja kasvattivat runsaasti myös Heinolan lähikuntien asukasmäärää.

Heimoseminaarin ohjelma

Karjalaisten laulu, Leo Niemelä

Johdanto Karjalaisten Heinola-projektiin
Käkisalmi-säätiön hallituksen puheenjohtaja Kari Kaikkonen

Millaiseen Heinolaan karjalaiset saapuivat
Historioitsija Rauno Endén

Karjalainen siirtoväki uusilla seuduilla
Historioitsija Katja Tikka

Tauko • Piirakkakohvit ja musiikkia, Leo Niemelä

Käkisalmi Suomen kohtaloissa
Historioitsija Teemu Keskisarja

Paneelikeskustelu päivän aiheista
Kamarineuvos Kari-Paavo Kokki ja alustajat

Loppusanat ja *Hämäläisten laulu, Leo Niemelä*

Vapaa pääsy. Tervetuloa!

Tuutha Sieki...

Luennoitsijat Teemu Keskisarja, Rauno Endén ja Katja Tikka.

Järjestäjä: Käkisalmi-säätiö

Videokuvaa ja härveleitä

Missä tapahtuma, siellä Väinö Peltonen videokameran ja dronen kanssa. Videoita on muiden katseltavana YouTubessa jo yli 800.

JARI NIEMI HU

Väinö Peltosta seuraavat 8 180 henkilöä on katsonut tuotoksia yli yhdeksän miljoonaa kertaa. Peltonen tuottaa iloa myös erikoisilla

mekatroniikkatuotteillaan, jotka vaativat melkoista kekseliäisyyttä.

Itseoppinut videokuvaa ja sekä elektroniikan ja mekaniikan osaaja liittyi YouTubeen lokakuussa 2009. Harrastus vei mennessään, ja kalenteri on vuodesta toiseen täyttynyt pääosin samoilla tapahtumilla, kuten Heinolassa Jyrää, unikeon valinta, venetsialaiset, Nastolan Ruuhijärven rockabillytapahtuma, Heinolan joulunavaukset ja kesänava-

ukset, Vuolenkosken kylän lukuisat tapahtumat jne.

– Muutamia häitäkin on pyydetty kuvaamaan, mutta olen suostunut vain sukulaisten ja tuttujen pyyntöihin. Kuvaaminen on paljon mukavampaa, kun saa kuvata oman mielen mukaan. Ei tule kuvauspaineita, myhäilee Väinö Peltonen.

Säännöllisten vuosittaiten tapahtumien lisäksi Väinö Peltonen etsii erikoisempia kuvauskohteita nettisivuilta, ja piipahtaa usein

myös Heinolan kirjastossa lukemassa sanomalehtiä etsivän silmillä.

– Videoiden pituudet vaihtelevat paljon. Lyhyimmät ovat korkeintaan muutaman minuutin pituisia, mutta esimerkiksi jotkut tanssitapahtumat ja konsertit olen laittanut kokonaan YouTubeen.

Härveleitä on vuosien varrella syntynyt kymmenittäin. Kaikki toimivat akkuvoimalla.



Videoiden editointi kestää Väinö Peltosen mukaan usein saman ajan kuin itse kuvaaminen. Kuvan videossa yksi Heinolan kesän 2022 venetsialaisten aluksista.

Kuvat: Jari Niemi

Heinolan hovikuvaaja

Väinö Peltonen kertoo, että videoiden editointi vie usein saman ajan kuin itse kuvaus. Uutena hän on hankkinut kalustoonsa dronen, jolla kuvaa kohdetta joko sen alussa tai lopussa. Dronen ja videokameran käyttäminen samanaikaisesti on lähes mahdotonta.

– Ilmaista musiikkia pyrin etsimään joillekin videoille, jolloin niitä on mukavampi katsella.

Neljä vuotta sitten Väinö Peltonen kaupallisti harrastustaan sen verran, että saa YouTubea nykyisin 50–150 euroa kuukaudessa ”bensarahaa”. YouTube myy ilmoituksia suosituimpien kuvaajien sivuille ja nappaa tuloista 30 prosenttia itselleen.

Väinö Peltonen voidaan ristiä Heinolan hovikuvaajaksi, sillä hänen seuraaja- ja katsomiskertalukunsa ovat aivan omassa kassissaan muihin paikallisiin verrattuna.

– Jatkan niin kauan kun kunto ja järki antavat myötä, lupaa Peltonen.

Isän jäljissä härveleiden tekoa

YouTubea videoista 98 Väinö Peltonen on omistanut keksimilleen ja rakentamilleen ”härveille”.

Kansakoulupohjalta ja maanviljelyn jälkeen metallimiehenä leipänsä tienannut, nyt jo 72-vuotias Väinö Peltonen sanoo, että elektroniikan ja mekaniikan harrastuksen tärkeä innoittaja oli hänen edesmennyt isänsä Unto Peltonen, jo-

ka Heinolan maalauskunnan Vaippilassa omistautui omalla tavallaan taltioinnille. Hän hankki kylälle ensimmäisenä television, puhelimen ja radiot.

– Minä innostuin jo 10-vuotiaana rakentelemaan oman radion, ja sen jälkeen on syntynyt kymmenittäin monenlaisia härveleitä.

Härveleiden osat Peltonen on etsinyt sekä vanhoista kodinkoneista että lähinnä kiinalaisilta erilaisen osien tuottajilta.

– Osa härveleistä on ihan omia keksintöjä, osa kopiaa YouTubea löytyneistä malleista, ja vinkkejä saan myös Facebookista alan harrastajien sivustoilta. Useimpien tekoon pitää omistaa aikaa viikko tai pari, selvittää Väinö Peltonen. ■

ILMAISET KULJETUKSET



Pirren
Pesula

*Puhtautta
ammattitaidolla
vanhalla
paloasemalla*

AVOINNA ma–pe 8–17

p. 040 484 2843

A. F. Aironkatu 1 a, 18100 Heinola

www.pirrenpesula.com



Syksyn tapahtumia Holiday Club Vierumäellä:

Tervetuloa nauttimaan livemusiikista perjantai-iltaisain Pine Pubiin

Ohjelmistossa:

21.10. Markus Ek
28.10. Antti Kajander
4.11. Tenho Olavi
11.11. Teppo Tuomisto

13.11.2022 juhlietaan isää!

Tutustu menuun verkkosivuillamme ja tee varaus isänpäivän buffetpöytään numerosta 0300 870 907. Kattausajat klo 12–13.30 ja klo 14–15.30

Teatrossa keilataan joka viikonloppu, tarkista aukioloajat verkkosivuiltamme.

Huom! Isänpäivänä ratamaksu vain 20 € klo 13–17 (norm. 30 €)

Holiday Club Vierumäki
Urheiluopistontie 400, 9120 Vierumäki
holidayclub.fi/vierumaki

Seuraa meitä: Holiday Club Vierumäki

Holiday Club

Pidätämme oikeuden muutoksiin

Älä unohda pikkujouluja!

Pyydä tarjous:
ryhmat@holidayclub.fi

Kameraseuralaiset karhujahdissa

Heinolan Kameraseuran kuusihenkinen ryhmä teki kesäisen kuvausmatkan valokuvaamaan suurpetoja Kuhmon Viiksimossa.

TUOMO SEPPÄNEN

Kesä-heinäkuun vaihteeseen si joittunut reissu oli osalle kameraseuralaisia ensimmäinen kerta, kun kameran etsimeen tallusteli karhu tai ahma. Kolmepäiväisen kuvausretken kohde, luontokuvaajaveteraani **Kari Kemppaisen** ylläpitämä Boreal Wildlife Center Kuhmon laitamilla on yksi parhaista kohteista, kun halutaan valokuvata Suomen suurpetoja. Kemppainen on pystyttänyt kuvauskojuja neljään erilaista maastoa edustaviin paikkoihin ja Heinolan kameraseuralaisetkin saivat tallennettua karhuja ja ahmoja useissa eri taustoissa.

Muutamia kertoja aiemminkin Viiksimon kuvauskojuissa öitään viettänyt Kameraseuran puheenjohtaja **Kari Utti** piti kesäretkeä antoisana.

– Päästiin kuvaamaan eläimiä monessa erilaisessa ympäristössä. Karhuja ja ahmoja kävi kuvattavana ja sen lisäksi merikotkia, korppeja ja muita lintuja, muisteli Utti ja painotti yhtä tärkeää seikkaa.

– Kun on erilaisia kuvaajia yh-



Suolammen rantaan pystytetystä kuvauskojusta pääsee joskus kuvaamaan karhuja uimasiltaan. Tämä nalle ilahdutti kameraseuralaisia pulahtamalla veteen.

dessä kopissa, voi siellä keskustella kuvaustekniikoista ja tarkastella uusia kuvakulmia. Siellä saa kuvausvinkkejä toinen toisiltamme.

Retken ajankohta valittiin silmällä pitäen karhujen vuodenvierailun aktiivisimmillaan, sillä takana on kesäkuun alkupuoliskolle ajoittuva kiima-aika ja alussa on ajanjakso, jolloin mesikämmenet ryhtyvät tankkaamaan ajatellen syksyä ja vetäytymistä talviunille. Kerhon vierailun aikaan aktiivisuus ei ollut huipussaan helteisen sään vuoksi ja kuvauskojujen lä-

hes 40 asteen lämmössä hikoilevat kameraseuralaiset joutuivat aika-ajoin lepuuttamaan laukaisinsormiaan kuvattavien pysyessä helteen vuoksi piilossa. Joka tapauksessa karhuja ja ahmoja kävi kojujen edustalla kuvattavana. Kokemukset kameraseuran ensimmäisestä kojukuvaukseen keskittyneestä kesäretkestä olivat positiivisia. Ensimmäistä kertaa karhun luonnossa nähnyt **Matti Uimonen** ei miellä itseään kojukuvajaksi, mutta piti retkeä antoisana.

– Reissu oli kaikin puolin mu-

kava. Itseäni ei kojukuvauksella kiinnosta, mutta kokemuksesta, sanotaanko ainutlaatuinen. Keli oli lämpeä ja eläimiä tuli kuvattavaksi ihan sopivasti. Kun en aiemmin ole siellä käynyt, oli kaikki plussaa mitä eteen tuli, luonnehti Uimonen.

Kuvausmatkan antia tullaan tarkastelemaan seuran kokouksissa. Jo nyt, kun kuvaussaalista on päästy raapaisemaan pinnalta, on käynyt selväksi, miten paljon erilaista kuvamateriaalia syntyy eri kuvaajien käsissä, vaikka kuvauspaikka, kohteet ja valo ovat kaikille samat. Kuvausretki osaltaan todisti oikeaksi sen tosiseikan, että valokuvausharrastus on elämän pituinen oppimatka. ■



Myös ahma näyttäytyi kesäretkeiläisille. Tämä yksilö irtisteli kuhmolaisessa taigametsässä.



Kettukin käväisi otattamassa itsestään kuvia. Kirkas auringonpaiste näkyy olevan liikaa silmiä siristelevälle repolaisellekin.

Alkavia lyhytkursseja:

PERSOONALLINEN TARJOTIN

la 22.10.22 klo 10.00–15.00, Sormustin
Kurssimaksu 20 €

ZENTANGLE piirustuskurssi B

su 23.10.22 klo 10.00–15.15, Luokka B
Kurssimaksu 25 €

LOMALAISEN LEIVONTAKURSSI

ma – pe 24.–28.10.22 klo 9.00–12.00
Lyseonmäen koulu
Kurssimaksu 35 €

KUVISTA SYYSLOMALLA 1-2

LUOKKALAISILLE
ma – ke 24.–26.10.22 klo 9.00–14.00
Kuvataidekoulun tila
Kurssimaksu 40 €

KUVISTA SYYSLOMALLA 3-6

LUOKKALAISILLE
to – pe 27.–28.10.22 klo 9.00–14.00
Kuvataidekoulun tila
Kurssimaksu 30 €

ÄLYPUHELIMEN KÄYTÖN ALKEET

PIENRYHMÄ 2
ma 31.10.–21.11.22 klo 16.30–19.00, Pirtti
Kurssimaksu 20 €

ÄLYPUHELIMEN KERTAUSKURSSI 2

ti 1.–15.11.22 klo 16.30–19.00, ATK-luokka
Kurssimaksu 20 €

10 SOVELLUSTA ÄLYPUHELIMEN

TEHOKÄYTTÖÖN
to 3.–17.11.22 klo 16.30–19.00, Pirtti
Kurssimaksu 25 €

PIRTANAUHAKURSSI

to 3.–24.11.22 klo 14.00–16.30, Sormustin
Kurssimaksu 35 €

LAVATANSSIKURSSI, VALSSI

4.–5.11.22 pe klo 18.00–18.45, la klo 10.00–10.45
Kieppi
Kurssimaksu 10 €

LAVATANSSIKURSSI, FOKSI

4.–5.11.22 pe klo 19.00–19.45, la klo 11.00–11.45
Kieppi
Kurssimaksu 10 €

LAVATANSSIKURSSI, FUSKU

4.–5.11.22 pe klo 20.00–20.45, la klo 12.00–12.45
Kieppi
Kurssimaksu 10 €

METSÄLAULU 3

la 5.11.22 klo 11.00–12.30, paikka ilmoitetaan
Kurssimaksu 15 €

KRANSSIKURSSI

la 12.11.22 klo 10.00–15.00, Sormustin
Kurssimaksu 20 €

HAPANJUURI LEIVONTAKURSSI 2

la 12.11.22 klo 9.00–16.15
Lyseonmäen koulu
Kurssimaksu 20 €

VIDEOKUVAAMINEN JA EDITOINTI

PUHELIMELLA AIKUISILLE
la – su 12.–13.11.22 klo 12.00–18.00
ATK-luokka
Kurssimaksu 25 €

INTIALAINEN TANSSI – Bollywood ja Bharatanatyam

la 12.–19.11.22 klo 15.00–16.00, Kieppi
Kurssimaksu 18 €

FLAMENCO

la 12.–19.11.22 klo 16.15–17.15, Kieppi
Kurssimaksu 18 €

Lisää kursseja ja kurssien tarkemmat tiedot:
opistopalvelut.fi/heinola

HEINOLAN KANSALAISOPISTO

Jyränkölän
Setlementti

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Vielä ehdit mukaan harrastamaan!

HEI YRITTÄJÄ tai MAINONNASTA VASTAAVA

Seuraavat lehdet ilmestyvät
keskiviikkona 16.11. ja 14.12.

Varaa ilmoituspaikkasi nyt!

Jakelumäärä vähintään 15 000 kpl

Posti jakaa yht. 9 272 kpl:

- Heinolaan
- Vuolenskoskelle

**Lehdet ovat jaossa seuraavissa
telinejakelupisteissä:**

- Heinolan ja Kuortin ABC-asetat
- Heinolan Citymarket
- K-Market Heinolantori
- Heinolan kirjasto
- Ravintola Kesti, Heinola
- Heinolan Heila
- Vierumäen Matkakeidas
- Vierumäen Sale
- Suomen Urheiluopisto
- Holiday Club Vierumäki
- S-Market Hartola
- K-Market Pertunmaa
- K-Supermarket Sysmä

**Lehti on luettavissa myös
verkossa heinolanuutiset.fi**

Huom. Osoitteisiin, joissa on mainoskielto,
ei posti jaa lehteä. Ilmoita muista jakeluvir-
heistä meilillä: toimitus@heinolanuutiset.fi

Heinolan
uutiset

Ota yhteyttä myyntiin ja
varaa oma paikkasi ajoissa!

YHTEYSTIEDOT

Marko Latvanen, 0400 777 717
marko.latvanen@heinolanuutiset.fi

heinolanuutiset.fi

PITOA JÄÄLLE JA LUMELLE!

**HEINOLAN
EUROMASTERILTA**



GO GOODYEAR

ULTRAGRIP ARCTIC 2
Erittäin hyvä pito
jäällä ja lumella

NASTARENGAS

205/60 R16 **695 €**

205/55 R16 **695 €**

ULTRAGRIP ICE 2
Päihittää äärimmäiset
talviolosuhteet

KITKARENGAS

205/60 R16 **685 €**

205/55 R16 **685 €**

Hinnat sarja alleasennettuna, sis. kierrätysmaksun ja normaaliventtiilin

Meiltä myös kattava valikoima
autohuoltopalveluita, kysy lisää!



HEINOLA Vuohkalliontie 3, puh. 03 7156 200

Palvelemme ma-pe 8-17. **HUOM!** 29.10. alkaen la 9-14. **TERVETULOA!**

HYVISSÄ KÄSISSÄ
euromaster.fi

EUROMASTER
Renkaat ja autohuolto

HAMMASLABORATORIO
**HEINOLAN
HAMMAS**

Hyvän palvelun
hammaslaboratorio
Heinolassa!

Erikoishammasteknikot Markus Munne ja Mauri Munne
Kirkkokatu 13, S-Marketin yläkerta, Heinola • Puh. 03 715 7411

AUTOPALVELU
T. Virtanen

Castrol AUTO SERVICE



**AUTOKORJAAMO, RENGASLIIKE
VARAOSAMYYNTI, HUOLTO**

Myllyojantie 169, 18600 Heinola
https://autovirtanen.fi

Puh. 044 711 7711

tommi.virtanen@autovirtanen.fi

JUTTUVINKIT JA TAPAHTUMAT

Laita tulemaan hyvä juttu tai juttuvinkki,
tapahtumatieto tai ottamasi hieno kuva.
Julkaisemme niitä aina mahdollisuuksien mukaan.

toimitus@heinolanuutiset.fi

**Jyränkölän
Setlementti**

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

**ASTETTA
ALEMMAS**



VUOKRATAAN

Syylomaviikolla 43
(21.-28.10.)

**Vuokrattavana
lomahuoneisto
Katinkullasta**

- 4 hön täysin varusteltu huoneisto
- sisältää liinavaatteet ja loppusiivouksen
- sisältää 4 kpl kylpylälippuja

Äkkilähtö vain 490,-

Ota yhteys: 0400 490 606 tai
jalemalaoy@gmail.com

SIKAVIIKKO STARTTAA!

**ERÄ!****CALLUNA** n. 11 cm**150**
KPL**QUATRO****CALLUNA**
14 cm ruukku**5€**
KPL**UPEAT!****Havi / Finlayson**
SERVETITuusissa väreissä
20 kpl/pkt, 24 tai 33 cm**1€**
PKT**Suomi**
ÖLJYKYNTTILÄ4 KPL/PKT
pa. 96h**475**
PKT**Suomi**
ÖLJYKYNTTILÄ12 KPL/PKT
pa. 55h**695**
PKT**Panda**
SUKLAA-
SEKOITUS 200 G**195**
PSS**Delisana**
SUKLAA-
TÄYTE-
KEKSIT
135G**1€**
PKTmansikka, appelsiini
tai vadelma (7,41/kg)**PrimaDog**
RIISTAPURU-
TIKKU13 cm
100 g**150**
PSS

(norm. 3,90)

Hau Hau
KANAFILÉE 400 g**695**
PSS

(17,38/kg)

Wella **ERÄ!**
HIUSKIINNE
250 ml**2€**
KPL

(8,00/l)

Harju, 20 kW diesel
HALLILÄMMITINYlikuumenemissuojalla ja liekki-
vahdilla. Tehokas diesellämmittin
hyvin tuulettuvien tilojen
lämmittämiseen.**289€****KLAPISÄKKI**
n. 28L lehtipuu**695**
SK**Valvoline**
JARRUCLEANER
500 ml**395**
KPL**10€**
4 KPL**TYÖHOUSUT****1995**
KPL**NYT!****2 KPL****30€****Promaster**
TYÖHANSKA
12 paria**10€**
12 PR

Hyvä pito!

Sini
KIERRÄTYSASTIAT
• valkoinen tai harmaa

alk. 9L

1495**Domestos**
WC-PUH-
DISTAJA
750ML**295**
PLL**5€**
2 PLL

(3,34/l)

Mr Muscle
VIEMÄRI-
RAE**295**
KPL

(norm. 5,95)

(5,90/kg)

Mr Muscle
KEITTIÖSPRAY
500 ml**150**
PLL

(3,00/l)

Speed
LASINPESUNESTE
4L • -18° (norm. 3,95 kn)**495**
KN**3 KN****10€**

(0,83 l)

Vuokrattavissa tilaa kausisäilytykseen!

Itähämetalon alakerrassa on reilut 300m²
vapaata, lämmintä tilaa autojen,
matkailuautojen ja veneiden yms.
kausisäilytykseen!**Säilytys hinta 95,-/m²**

Tarkemmat tiedot soittamalla/myymälästä!

Huom! Asiakkaalla tulee olla voimassa oleva
palo- ja varkausvakuutus vähintään säilöttä-
västä tuotteesta.Asiakkaan tulee huolehtia, että säilytettäväs-
sä laitteessa ei ole kaasupulloja tms. ja akut
yms. on irroitettu virtalähteistä.Mikäli laitteesi tarvitsee säilytyksen aikana
esimerkiksi latausta, sovimme erillisveloituk-
sen näistä tapauskohtaisesti.Säilytystilan purku tapahtuu kahtena
päivänä keväällä 28.-29.4.2023.**Fescon**
KUIVABETONI
25 KG • S100**595**

(0,24/kg)

ARVONTAKUPONKI! VOITA VUODEN KAHVIT!

ARVOMME 24 x 0,5 KG
PAKETTIA JUHLA MOKKA -KAHVIA
Osallistut arvontaan palauttamalla kupon-
gin **26.10. mennessä** Heinolan myymälään.

NIMI _____

PUH. _____

SÄHKÖPOSTI _____

ITÄ-HÄME TALON TARVIKEKESKUS

AVOINNA MA-PE 9-18, LA 9-16, SU 11-16

Kirjanpainajankatu 1, 18100 Heinola • p. 0400 399 444

Tarjoukset voimassa 30.10.2022 asti tai
niin kauan kuin varattuja erä riittää.

Klarna f

