

# Heinolan Uutiset

Yhteisöllisyyttä  
ja energia-  
tehokkuutta.

Sivu 5.



**SIVU 4 KUUKAUDEN VIERAS**  
**Teija Naakka**  
Vapaaehtoistyön merkitys kasvamassa

## KAHDET LASIT YKSIEN HINNALLA

Normaalihintaisten silmälasien ostajalle toiset lasit kaupan päälle



Myös muita tarjouksia  
Tervetuloa tutustumaan!

Nyt saat korotonta ja  
kulutonta maksuaikaa jopa 10kk



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.fennooptikka.fi](http://www.fennooptikka.fi)



### Kevään KUKKASIPULIT



**3€**  
3 PSS **1.95**  
PSS

### Greencare PUUTARHA- MULTA 40 LTR



**SK**  
**2.95**  
(0,07 €/l)

### Greencare Perinteinen PUUTARHA- KALKKI 25 kg



**7.95**  
(0,32 €/l)

### Greencare PUUCEE- JA KOMPOSTIKUIVIKE 50 L



**6.95**  
(norm. 7,95)

### LAVAKAULUS musta tai naturel 60 x 80 cm



**19.95**  
**Iso LAVA-  
KAULUS** **24.95**  
80x120cm

### Lavakauluksen KASTELU- JÄRJESTELMÄ



**12.95**

### Biolan KOMPOSTIHERÄTE 5,5 L



**14.95**  
(2,72/l)  
**Biolan  
MUSTA  
MULTA**  
• 10 L 2,95 (0,30/L)  
• 45 L 3,95 sk  
• Lavatarjous  
65 sk 199,-  
(+ lavapantti 12,-)  
**LAVA**  
**199€**  
(0,068/L) + pantti

### KOMPOSTORI 300 LTR 61x61x83 cm



**35.95**  
**39.95**  
**Ekosmart  
MUOVI-  
KOMPOSTORI**  
420 L

### Greencare PUUTARHAN KEVÄT 15 KG



(1,86 €/kg) **27.95**

### Decogro KASVUALUSTA



Koko  
15x19x55 cm  
(9,95) **5€**

### Tarha ALUSKANKAAT LAVAKAULUKSELLE



**ALK.**  
**1.95**  
**Tarha  
PEITE-  
HARSO** **2.95**  
15 M<sup>2</sup> KPL

### JÄNISVERKKO 1,5 M x 2,5 M



**RULLA**  
**9.95**

### NaturKraft MUURAHAISSIROTE 250g



**7.95**  
31,80 €/kg)

### Laadukas LEHTIHARAVA varrella



• Medium 17,95  
• Large 19,95  
**ALK.**  
**17.95**

**ITÄ-HÄME TALON  
TARVIKEKESKUS**

AVOINNA MA-PE 9-18, LA 9-16, SU 11-16  
Kirjapainajankatu 1, 18100 Heinola • p. 0400 399 444

Tarjoukset voimassa 26.4.2023 asti tai  
niin kauan kuin varattuja erä riittää.

Klarna f





PÄÄTOIMITTAJALTA

Vapaaehtoistyö on korvaamaton voimavara

Vapaaehtoistyö on yksi yhteiskunnan tärkeimmistä voimavaroista. Se antaa ihmisille mahdollisuuden osallistua yhteiskunnan kehittämiseen ja auttamiseen omilla taidoillaan ja kokemuksellaan. Kuten tämänkin lehden Kuukauden vieras -jutusta käy ilmi, vapaaehtoistyöllä on merkitystä niin yksilölle kuin yhteiskunnallekin, ja sen vaikutukset voivat olla hyvin laajat.

Vapaaehtoistyön muodot vaihtelevat laidasta laitaan. Se voi tarkoittaa esimerkiksi ikäihmisten tai lasten auttamista, ruokajakelun mahdollistamista, kulttuuritapahtumien järjestämistä, digiasioissa avustamista tai monia muita aktiviteetteja. Vapaaehtoistyön kirjo on niin laaja, että jokaiselle halukkaalle löytyy varmasti omaan mielenkiintoon ja aikatauluun sopiva vapaaehtoistyön muoto.

Yksilölle vapaaehtoistyö antaa paljon. Se kehittää sosiaalisia taitoja, antaa mahdollisuuden oppia uusia asioita, kasvattaa empatiaa ja auttamisen halua sekä lisää itseluottamusta. Vapaaehtoistyössä ihmiset kohtaavat uusia ihmisiä ja saavat mahdollisuuden verkostoitua ja laajentaa omaa sosiaalista piiriään.

Yhteiskunnalle vapaaehtoistyö on korvaamaton voimavara. Sen avulla voidaan tarjota palveluita, joihin julkisella sektorilla ei välttämättä ole tarjota resursseja. Vapaaehtoistyön avulla yhteiskunta voi olla vähän parempi paikka kaikille – sekä autettaville että auttajille.

Vapaaehtoistyöllä on myös taloudellista merkitystä. Sen avulla voidaan säästää julkisia varoja, sillä vapaaehtoistyöllä voidaan tarjota palveluita, joita muuten jouduttaisiin ostamaan ulkopuolisilta palveluntarjoajilta. Tosin täysin aiheestakin voidaan kysyä, onko kaikki vapaaehtoisille säilytetyt tehtävät vapaaehtoistyön heiniä? Esimerkiksi Heinolassa, kuten muuallakin Suomessa, vähävaraisille tärkeän hävikkiruoan jakelusta vastaavat hyvin usein vapaaehtoiset. Hyvinvointivaltiossa tällaisen heikomman asemassa olevien perustarpeista huolehtimisen olettaisi kuuluvan hyvinvointivaltion peruspilareihin.

VIERASKYNÄ

Sujuvaa arkea Heinolassa

*Astumme ulos lentokoneesta. Ilma on kirpeän raikas ja lumihiutaaleet leijailevat ilmassa. Matka on ollut pitkä monella tapaa. Vibdoinkin olemme Suomessa – perheemme tuloa tänne on alettu valmistelemaan jo vuosi sitten! Kuukausi sitten meille kerrottiin, että uuden kotikaupunkimme nimi on Hienola. Emme olleet kuulleet siitä koskaan aikaisemmin.*

*Taksi hurauttaa meidät pienen kerrostalon pihaan, jossa on vastassa ystävällisiä kasvoja. Onneksi paikalla on tulkki, joka ymmärtää meitä! Astumme ovesta sisään ja saavumme lämpimältä tuntuvaan eteiseen. Asunto on viihtyisä, mutta vaatii vielä sisustusta, jotta saamme siitä meidän näköisemme. Mukanamme meillä on vain matkalaukut. Tuntuu hassulta, että tässä on nyt meidän perheemme uusi koti!*

*Maahanmuuttokoordinaattori ja kotouttamisohjaaja ovat auttamassa meitä asettumaan taloksi. Uutta tietoa tulee paljon ja meillä on paljon opittavaa. Mitenköhän selviämme tästä kaikesta! Kaikki tuntuu niin erilaiselta ja suomen kielikin*

*kuulostaa meistä oudolta. Onneksi meillä on kuitenkin ihmisiä, jotka auttavat ja tukevat meitä. On työntekijöiden aika lähteä kotiin. Saamme heiltä Hienolan kartan ja muita esitteitä. Ensimmäinen ilta menee niitä tutkiessa. Avaamme matkalaukut ja puramme tavaramme – tästä se uusi elämä alkaa!*

Tämä kiintiöpakolaisen tarina on tosi. Vuonna 2023 Suomi vastaanottaa 1 050 kiintiöpakolaista. Kyseessä on edelleen johdonmukaisesti samoja pakolaisryhmiä kuin aikaisemmin eli kaikista haavoittuvaisimmassa asemassa olevia henkilöitä. Erityisen haavoittuvaisessa asemassa oleviin ryhmiin kuuluu esimerkiksi sukupuolensa vuoksi uhattuja tyttöjä ja naisia, seksuaalivähemmistöihin kuuluvia henkilöitä ja terveydellisten syiden vuoksi uudelleensijoitusta tarvitsevia.

Kiintiöpakolaisten matka Suomeen on usein pitkä ja raskas ja saattaa sisältää paljon epävarmuutta ja erilaisia vaiheita. Heinolassa panostamme laadukkaa-

Some on hyvä renki, mutta huono isäntä

Nuorten, ja miksei muidenkin, ulkonäköpaineet ovat olleet osa yhteiskuntaamme jo pitkään. Ennen paineita kasvattivat huippumallien täydelliseksi muokattuja kuvia vilisevät muutolehdet ja postimyyntikuvastot, mutta viime vuosina niitä on entisestään korostanut sosiaalisen median voimakas läsnäolo nuorten elämässä. Kehitys on huolestuttava, sillä tutkimukset osoittavat, että nuorten mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet merkittävästi viime vuosina. Sosiaalisen median on eri yhteyksissä arveltu olevan merkittävä tekijä tämän kehityksen takana.

Sosiaalinen media on muuttanut tapaa, jolla nuoret kommunikoiivat keskenään ja seuraavat viimeisimpiä trendejä. Se on myös vahva vaikuttamisen kanava. Esimerkiksi juuri pidetyissä eduskuntavaaleissa valituksi tuli useampi sosiaalisessa mediassa, erityisesti Tiktokissa, aktiivinen ehdokas. Sosiaalinen media tarjoaa nuorille mahdollisuuden jakaa itsestään kuvia, joiden avulla he voivat luoda mielikuvaa omasta identiteetistään ja tulla hyväksytyiksi vertaisryhmässään. Tämä voi olla positiivinen asia, mutta ikävä kyllä sosiaalinen media voi myös korostaa ulkonäköä ja lisätä oman ulkonäön ver-



NÄKÖKULMA

tailua muiden kanssa. Tämä on omiaan aiheuttamaan ahdistusta ja stressiä.

Erilaiset somekanavat ovat täynnä kauniita ja täydellisyyttä hipovia kuvia, jotka eivät usein vastaa todellisuutta. Monet nuoret vertaavat omaa ulkonäköään näihin kuviin ja alkavat kokea paineita ulkonäkönsä parantamisesta. He voivat tuntea olonsa epävarmaksi omasta ulkonäöstään ja jopa kehittää syömishäiriöitä. Tämä on erityisen huolestuttavaa, sillä syömishäiriöiden esiintyvyys on kasvanut huomattavasti viime vuosina, erityisesti nuorten tyttöjen keskuudessa. Onneksi monet somevaikuttajat, influencersit, ovat alkaneet jakaa somepäivitystensä joukossa myös käsittelemättömiä kuvia, joissa ei ole käytetty filte-

reitä ja joita ei ole muilla tavoin muokattu.

Sosiaalinen media voi aiheuttaa vertailupainetta, mikä on omiaan vaikuttamaan nuorten mielenterveyteen. Nuoret voivat vertailla omaa elämäänsä muiden täydelliseltä näyttävien elämien kanssa, mikä johtaa alhaiseen itsetuntoon ja ahdistukseen. Tämä voi vaikuttaa negatiivisesti nuorten henkiseen hyvinvointiin. Harva vaikuttajakaan jakaa koko elämänsä kirjoa sosiaalisessa mediassa. Enimmäkseen näemme somessa vain kiiltokuvamaisen pintaraapaisun ihmisten elämään ilman todellisen elämän alamäkiä ja vastoinkäymisiä.

Onkin ensiarvoisen tärkeää, että vanhemmat, koulut ja yhteiskunta puuttuvat tähän huolestuttavaan kehitykseen ja tarjoavat nuorille tukiverkostoja. Nuoria tulisi kannustaa keskittymään muihin asioihin kuin ulkonäköön, kuten urheiluun, harrastuksiin ja koulunkäyntiin. Sosiaalinen media on tuonut paljon hyvää ihmisten elämään, mutta sillä on omat varjo puolensa. Niiden tiedostaminen on avain vastuulliseen somekäytäytymiseen. ■

Jussi Varjo  
Kirjoittaja on Heinolan Uutisten päätoimittaja



seen kotouttamistyöhön. Maahanmuuttokoordinaattori ja kotouttamisohjaaja työskentelevät yhdessä sen eteen, että jokaisella on täällä hyvä olla. Olemme jokaisen maahan muuttaneen tukena maahantulosyystä riippumatta. Pyrimme kehittämään kaupungin palveluita niin, että asiointi olisi

kaikille mahdollisimman sujuvaa, itsenäistä ja esteetöntä. Strategisen työn lisäksi teemme myös paljon käytännön arjen työtä. Autamme mm. harrastusten löytämisessä, asumisen neuvonnassa, lomakkeiden täytössä ja olemme asiakkaan tukena eri viranomaispalveluissa. Kotouttamistyön katsotaan

olevan tärkeä osa kaikkien kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. On hyvä muistaa, että kotoutuminen on aina kaksisuuntaista: maahan muuttaneilla on oma roolinsa suomalaisen yhteiskuntaan sopeutumisessa, ja on myös tärkeää, että yhteiskuntamme on vastaanottavainen ja että ihmisillä on tänne tervetullut olo.

Meistä jokainen voi edistää maahan muuttaneiden kotoutumista Heinolassa. Olethan sinäkin mukana, tehdään tästä koko Heinolan yhteinen asia!

Maahanmuuttokoordinaattori Mariannan ja kotouttamisohjaaja Julian työtä voit seurata toisinaan Facebook-sivulla *Sujuva arki Heinolassa* tai Instagramissa *sujuva\_arki\_heinolassa*. ■

Keväisin terveisin,

Marianna Kemppi,  
maahanmuuttokoordinaattori

Julia Kaapro,  
kotouttamisohjaaja,  
Heinolan kaupunki

|                                         |                                                                                                  |                                                                                                                               |                                                                                 |                                                                                                       |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Heinolan uutiset                        | <b>KUSTANTAJA:</b><br>Jyränkölän Settlementti ry<br>Siltakatu 11<br>18100 Heinola                | <b>TOIMITUS</b><br>päätoimittaja Jussi Varjo,<br>044 797 2468<br>toimitus@heinolanuutiset.fi                                  | <b>SIVUNVALMISTUS</b><br>K-Systems Contacts Oy<br>Päivi Kaikkonen, 040 7333 485 | <b>JAKELU</b><br>Painosmäärä 15 000 kpl                                                               |
|                                         | Toimitusjohtaja<br>Kari Hahl, 050 322 1218<br>kari.hahl@jyrankola.fi<br>Kannen kuva: Jussi Varjo | <b>ILMOITUSMYynti</b><br>Marko Latvanen, 0400 777 717<br>marko.latvanen@heinolanuutiset.fi<br>Mediatiedot: heinolanuutiset.fi | <b>Mainosmateriaalit:</b><br>myynti@k-systems.fi                                | Posti jakaa 9 219 kpl Heinolaan ja Vuolenskoskelle. Loput lehdet jaetaan telinejakeluna Itä-Hämeessä. |
| <b>PAINO</b><br>Sanoma Manu Oy, Tampere |                                                                                                  |                                                                                                                               |                                                                                 | ISSN 2814-4589 (painettu)<br>ISSN 2814-4597 (verkkojulkaisu)                                          |



# Heinola näyttää mallia

## Kaupunki järkeistää kiinteistömassaa ja hakee samalla tuntuvia säästöjä.

JARI NIEMI HU

Heinolan kaupunki näyttää hanketohtajana **Heikki Mäkilän** mielestä muille suomalaisille kunnille mallia omaisuuden uudelleen järjestelyssä. Kaupunki on listannut toimenpiteitä kaikkiaan 92 kohdalle.

Niissä on kaikkiaan noin 120 rakennusta. Iso osa muutoksista pyritään toteuttamaan seuraavan parin vuoden aikana.

Ensimmäisessä toimenpideaallossa on jo varmistunut pelastuslaitoksen kauppa sekä neuvoteltu valmiiksi terveyskeskuksen ja vanhainkoti Hopeasillan kaupat. Näistä kertyy myyntituloa yhteensä noin 15 miljoonaa euroa. Terveyskeskuksen ja Hopeasillan myyntiä varjostaa Pro Heinolan hallinto-oikeuteen tekemä valitus.

Pelastusasema on siirtynyt Päijät-Hämeen hyvinvointialueen omistukseen. Terveyskeskuksen uudeksi omistajaksi on tulossa Kiinteistöosakeyhtiö Terveystalon Toimitilat IV ja Hopeasillalta on siirtymässä Suomen Hoiva ja Asunto Oy:lle. Molempien pääomistajana on **Pertti Karjalainen**, joka sopii tilojen vuokraamisesta hyvinvointialueen kanssa.

Kaavoituksen viimeistelyä odottavat vielä vesitornin ja vanhan kylpylän rakennuksen ja tontin kaupat. Vanhan paloaseman kaupassa ostaja **Jari Piippola** (JP Asunnot Oy) on ottanut aikalisän.

## Mittavia säästöjä

Hankejohtajaksi elinvoimajohtajan virasta viime vuoden kesäkuussa siirtynyt Mäkilä kertoo, että parasta aikaa valmistellaan kuuden kohteen kauppa ja kaikkiaan toimenpidelistalla on reilut 30 uutta kohdetta.

– Arvioimme, että näistä on saatavissa ylläpitokustannuksissa ja poistoissa säästöjä yhteensä jopa yhdeksän miljoonaa euroa vuodessa ja kiinteistöjen kuluma-arvio on noin 3,5 miljoonaa euroa. Lisäksi saamme toteutuneiden 15 miljoonan euron suuruisen kauppojen lisäksi muista kiinteistöistä myyntituloja varovaisen arvion mukaan noin kolme miljoonaa euroa ja lisäksi vuokratuloja vuo-

sittain, sanoo Mäkilä.

Säästöjen, poistojen, kuluma-vaikutusten sekä myynti- ja vuokratulojen merkitys korostuu, kun summia vertaa kaupungin kuluvan vuoden talousarvion noin 80 miljoonan euron loppusummaan.

– Parhaassa tapauksessa kerrosneliöt pienenevät jopa 60 prosentilla 110 000 kerrosneliöstä, lisää Mäkilä.

## Erilaisia kohteita

Toimenpidelistalta löytyy myytäviä, purettavia ja niin sanottuja villin kortin kiinteistöjä.

Myyntilistalla ovat nyt mm. Lusin päiväkotia, Vierumäen paloasema, Kettukallion päiväkotia, Koskensaaren huvila ja Hevossaaren mökit sekä Apajalahden luolasto.

– Apajalahti on kiinnostanut useita ostajia jo aiemmin. Sinne halutaan kuitenkin varmasti toimiva kokonaisuus, perustelee Mäkilä.

Myynti- ja jalostuskohteita ovat Torpan vanha kiinteistö, Myllyojan ryhmäperhepäiväkotia, Reumantie 2, usea kaupungin omistama asunto-osake kuten Kaivokatu 5–7, Marjoniemen ja Rievelinmutkan kylätalot sekä Taimitarhan alueella oleva kiinteistö.

Moni kiinteistöistä tarvitsee ennen myyntiä ehostusta, ja vaikeita kohteita ovat ainakin Lusin koulu ison tontin kera ja Kanervalan palvelukeskus.

Purettavina listan mittavin kohde on Niemelän koulurakennus. Lisäksi listalta löytyvät mm. Jyrängön päiväkotia, urheilukentän asuinrakennus ja kirkonkylän Koulukuja 3:n kiinteistö.

– Purettujen kiinteistöjen tontit pyritään myymään tai vuokraamaan, jos niille on osoitettavissa uusiokäyttöä, toteaa Mäkilä.

Villin kortin kohteiksi listalla on nimetty kaupungintalo, valtuustotalo ja jäähalli. Keskustelu näistäkin kohteista jatkuu, kun lisäselvityksiä on saatu tai uutta kiinnostusta viriää.

Myyntiin tulneiden rantatonttien lisäksi tarjolle laitetaan Suurjärventien, Kylmänojan ja Hopeasillan 2:n tontit.

Lisäksi kaupunki haluaa edistää yrityspuiston, seminaarin alueen ja Niemelänrannan asuntoalueen kehittymistä sekä kaavailee kaavoitusta ja asuntomessuja Jyrängön ja Vierumäen väliseen maastoon.

## Muitakin odotuksia

Heinola on jo myynyt huutokaupalla lukuisia tontteja. Niistä on kertynyt tähän mennessä Mäkilän arvion mukaan noin 2,5 miljoonaa euroa. Yksittäinen erinomaisesti huutokaupalla toteutunut myyntikohde on Heinäsaaren leirintäalue, jonka kaupasta kaupun-

ki nettosi noin 280 000 euroa ja jatkossa alue tuottaa tontin vuokratuloja vuosittain noin 17 500 euroa ja lisäksi kiinteistöverotuloja.

– Parhaassa tapauksessa saamme eri kohteista myyntituloja, ylläpitokulut poistuvat ja niiden tilalle tulee vuokratuloja. Lisäksi joihinkin kohteisiin toivomme löytyvän investoivia ja työllistäviä yksityisiä yrityksiä, sanailee Mäkilä.

Kaikkien kaupunkin odotetaan saavan merkittävästi lisää pe-

liveraa toimintaansa. – Olisi kovin surullista, jos meillä ei olisi jatkossa riittävästi varoja tuottaviin investointeihin esimerkiksi keskustassa ja Vierumäellä sekä mahdollisuuksia tehokkaaseen kaavoitukseen, Mäkilä muistuttaa. ■



Kuvat: Jari Niemi

Heikki Mäkilä aloitti hanketohtajana viime kesäkuun alussa. Elinvoimatoimen tiloista lähti mukaan klapi.

**Yrittäjä on vaihtunut RantaCasinolla. Nyt puhaltavat uudet tuulet!**

*Toiminta jatkuu heti ja vappuviikolla avaa ovia maltillisesti.*

**VAPPUNA 29.4. ja 30.4.**

- Vappubrunssi hintaan 28 € / 15 €
- Ulkona paistettuja muikkuja ja munkkeja
- Perinteistä simaa

**Su 14.5. ÄITIENPÄIVÄLOUNAS 44 €**

1. kattaus klo 12 • 2. kattaus klo 14.30

**Uudet menut löydät sivuiltamme: [www.rantacasino.fi](http://www.rantacasino.fi)**

**Pöytävaraukset: [Heinolanrantacasino@gmail.com](mailto:Heinolanrantacasino@gmail.com)**

**Palvelemme vapun aikaan:**  
26.–27.4. klo 11–18.  
28.–30.4. klo 10–22 (tarv. 02)

**Palvelemme 1.–31.5.:**  
ma–to 11–18  
pe–la 11–22 (02)  
su 12–18

**1.6. lähtien avoinna:**  
ma–to 10–21 (02)  
pe–la 10–22 (02)  
su 12–19 (24)

*Tervetuloa herkuttelemaan ja nauttimaan veden äärelle!*

**HARBOUR RESTAURANT & CAFÉ**

**RantaCasino**

Maaherrankatu 2, Heinola • puh. 040 192 1027 • [www.rantacasino.fi](http://www.rantacasino.fi)



Kaupungintalon kohtaloista on nyt kaupunginvaltuustolta saatu linjaus. Kiinteistö säilyy silti edelleen ns. villin kortin listalla.



## KUUKAUDEN VIERAS TEIJA NAAKKA

# Antoisinta on nähdä ihmisten innostuvan asioista

**50-vuotias. Vapaaehtoistyötä lähes pari vuosikymmentä luotsannut Teija Naakka luottaa vapaaehtoistyön pitävän pintansa muutosten aallokossa.**

JUSSI VARJO HU

Vapaaehtoistyön johtajana Jyränkölän Setlementissä työskentelevä **Teija Naakka** todellakin tietää, mistä puhuu. Hän johtaa yli 120 vapaaehtoistyöntekijän joukkoa, joka tekee yli 24 000 tuntia vapaaehtoistyötä vuodessa. Työtä mukana koordinoimassa on kaksi työntekijää sekä koko setlementin tarjoama tarjonta ja tuki. Naakka on yksi setlementin pitkäaikaisimmista työntekijöistä: setlementtiuransa hän on aloittanut vuonna 1998. Aluksi työhön liittyi vapaaehtoistoiminnan lisäksi myös työllistämisen ja sovitellutoiminta.

– Olin mukana työkkärin kanssa yhteistyössä toteutetussa työllistämishankkeessa, jossa tuetusti työllistettiin henkilöitä erilaisiin avustaviin tehtäviin ikäihmisten koteihin, Naakka kertoo.

Täysin vastaavaa toimintaa ei enää tänä päivänä ole, vaikka Naakan mukaan näin pitäisi olla.

– Mielestäni tähän malliin pitäisi palata, hän painottaa.

Myöhemmin Naakan työ painottui enemmän vapaaehtoistyön puolelle ja hän otti vetovastuun vuonna 1992 perustetun Tutta-vantuvan. Nykyisin Tuttis-nimellä kulkeva toiminta tarkoittaa paitsi Heinolan keskustassa sijaitsevaa

kohtaamispaikkaa, myös vapaaehtois- ja järjestötyönkeskusta, joka koordinoi Jyränkölän ylläpitämää vapaaehtoistoimintaa. Toimintaa rahoittaa sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskas STEA Veikkauksen voittovaroilla.

Vapaaehtoistyön kenttä on monipuolistunut valtavasti vuosien aikana.

– Alkuaikoina vapaaehtoistyö oli enemmän yksilötyötä, nykyään erilaisia vapaaehtoistoiminnan muotoja ja tapoja tehdä työtä on valtavasti, Naakka kertoo.

Jyränkölässä vapaaehtoistyöntekijänä voi toimia muun muassa ulkoilu- ja juttuseurana, asiointiapuna, kulttuuri- ja muuttokummina, ryhmänohjaajana, saattohoidon vapaaehtoisena, tapahtuma-avustajana, digihelpparina tai Kämmen-elintarvikejakelun vapaaehtoisena.

### Vapaaehtoistyön merkitys kasvamassa

Yhteiskunnan muuttuessa myös vapaaehtoistyö on muuttunut. Mukaan on tullut esimerkiksi digihelppari-toimintaa, jossa vapaaehtoiset neuvovat ihmisiä erilaisen tietotekniikkaan liittyvien ongelmien kanssa. Vapaaehtoistyön tulevaisuutta on Naakan mukaan vaikea ennustaa, sillä maailma ympärillä muuttuu niin nopeasti. Jotkin asiat ovat kuitenkin selviä.

– Siihen uskon, että ihmisten perustarpeet, turvallinen arki, hyvät ihmissuhteet ja mielekäs vapaa-ajan tekeminen eivät kuitenkaan muutu mihinkään. Uskon, että tulevaisuudessa meillä on vielä enemmän hyväkuntoisia, osaavia ja in-

nostavia eläkkeellä olevia ihmisiä, jotka haluavat jakaa elämänsä kokemustaan vapaaehtoistoiminnassa.

Erityisen ilahduttavana Teija Naakka pitää nuorten lisääntyneitä kiinnostusta vapaaehtoistyötä kohtaan.

– Nuoret ovat alkaneet koronan myötä miettiä elämäänsä ylipäänsä enemmän. He haluavat osallistua jopa globaaliin auttamistyöhön ja lähtevät auttamaan haastaviinkin tehtäviin. Nuoret ovat aktiivisia omissa yhteisöissään, Naakka kuvailee.

Yksilöllisyys korostuu yhteiskunnassa entisestään, ja se vaikuttaa Naakan mukaan myös vapaaehtoistyöhön.

– Ihmiset ovat tässä ajassa innokkaita osallistumaan ja vaikuttamaan, kun kyseessä on itselle mielenkiintoinen aihealue. Se mikä yhteiskunnan mielestä olisi vapaaehtoistyölle sopivaa tehtäväkenttää, ei välttämättä houkuttelee vapaaehtoisia, Naakka kertoo.

Vapaaehtoistyön merkitys ei ole Naakan mukaan tulevaisuudessa vähenemässä, pikemminkin päinvastoin.

– Vapaaehtoistoiminnalla on iso rooli. Todella iso. Vaikuttavuutta on yritetty perustella, mutta paras tapa ymmärtää merkityksiä on se, että lähtee itse kokeilemaan sitä. Nyt olemme sinä tilanteessa yhteiskunnallisesti, että jokainen on vastuussa lähipiiristään. On tärkeää, että yksilökeskeisestä ajattelusta päästään eroon ja jokainen miettii, mitä itse voisi tehdä itsensä ja lähiympäristönsä hyvinvoinnin eteen.

Suurimpina haasteina Naakka mainitsee vapaaehtoisten motivoimisen ja vuorovaikutuksen.



Kuvat: Jussi Varjo

## KUKA

### Teija Naakka

- Ikä: Täyttyi 18.4. 50 vuotta.
- Kotipaikka: Heinola.
- Ammatti: Vapaaehtoistyön johtaja.
- Koulutus: Sosiaaliohjaaja AMK.
- Perhe: Aviomies ja kaksi lasta.
- Harrastukset: Aikuisien joukkuevoimistelu, tanssi, lenkkeily, kuntosalii, hiihto talvisin. Kirjoittaa lisäksi runoja ja tekee vapaaehtoistyötä Heinolan Voimisteluseurassa.
- Motto: Uskalla. Älä aseta itsellesi rajoja.

– Työn suurin haaste on saada ihmiset motivoitua rohkeasti mukaan vapaaehtoistyöntekijäksi ja muuhun matalan kynnyksen toimintaan. Onneksi meillä on tällä hetkellä niin paljon vapaaehtoistyöntekijöitä, että kun he kertovat omasta vapaaehtoistyöstään, niin he inspiroivat omalla esimerkillään muitakin mukaan.

– Lisäksi haasteena on sopivien vuorovaikutuskeinojen löytäminen. Työssä kun pitäisi tulla toimeen kaikkien kanssa, Naakka mainitsee.

Tässä apuna on käytetty muun muassa työnohjausta, jota vapaaehtoisille annetaan säännöllisesti.

Haasteiden vastapainona Naakka näkee työnsä suurimpina onnistumisina ihmisten innostumisen.

– On kaikkein antoisinta, kun voi nähdä ihmisten innostuvan uusista asioista ja se, kun ihmiset uskaltavat lähteä kokeilemaan jotakin sellaista, mikä ehkä on epämuokavaakin, mutta sitten voivat kuitenkin löytää uusia asioita omaan elämäänsä.

– Lisäksi pidän Jyränkölästä työympäristönä. Täällä työskentelee paljon eri alojen osaajia, joilta oppii valtavasti joka päivä. Työm-

me on asiakaslähtöistä ja kuuntelemme työssämme paljon asiakkaidemme toiveita ja ajatuksia. Yhdessä olemme kehittäneet uusia työmuotoja ja palveluita, joista osa on jäänyt pysyviksi toimintamuodoiksi, Naakka iloitsee.

– Olen myös hyvin kiitollinen omasta tiimistäni ja ihan jokaisesta vapaaehtoistyöntekijästä. Iloitsen myös kaikista yhdistyksistä, jotka tuottavat vapaaehtoisvoimin arvokasta toimintaa kaupungissamme.

### Aktiivinen elämäntapa pitää liikkeessä

Työssään paljon ihmisten kanssa tekemisissä oleva Naakka ei eristäydy muista ihmisistä edes vapaaajallaan.

– Minulla on työn ulkopuolella oman perheen ja laajan sukulais- ja ystäväpiirin myötä sisältöä, joka auttaa pääsemään työjutuista irti.

Läheiset ihmissuhteet ovatkin Naakalle tärkeitä, vaikka omatunto välillä kolkuttaakin.

– Ystäviä ei aina ehdi nähdä tarpeeksi. Mutta tilanne on monilla muillakin ruuhkavuosia elävillä samankaltainen, hän harmittelee.

Erityisen lähellä sydäntä on Heinolan Voimisteluseura, jossa Naakka paitsi harrastaa aikuisten joukkuevoimistelua, toimii myös vapaaehtoisena.

– Haluan olla mukana turvaamassa lasten liikuntaharrastusta, hän kertoo.

Liikuntaa tulee harrastettua muutenkin melko runsaasti. Voimistelunäytösten lisäksi Teija Naakan voi bongata lenkkeilemää, hiihtämää tai kuntosalilta. Missä vaiheessa hän ehtii levätä?

– Sanopa se. Siihen lepoon voisi ehkä kiinnittää enemmän huomiota, hän tokaisee. ■

*Jyränkölän Setlementti kustantaa Heinolan Uutisia.*



Teija Naakka tutussa työympäristössään Tuttiksella.



# Yhteisöllisyyttä ja energiatehokkuutta

**Tommolassa sijaitseva taloyhtiö asennuttaa yhtenä ensimmäisistä taloyhtiöistä Heinolassa katoilleen aurinkopaneelit.**

JUSSI VARJO HU

Tommolankadun varrella vuosit 1966 ja 1967 saakka seisonet Asunto Oy Heinolan Säästötorinit -taloyhtiön rakennukset ovat lämmenneet jo reilut kymmenen vuotta maalämmön voimalla. Aikanaan iso investointi on näinä päivinä maksanut itsensä takaisin, toteaa toistakymmentä vuotta talossa asunut taloyhtiön hallituksen jäsen **Yrjö Jaavamo**.

Vaikka taloyhtiö tällä hetkellä nauttiikin suhteellisen edullisesta sähköstä, voi hinta myöhemmin nousta, kuten monessa suomalaisessa taloyhtiössä ja kotitaloudessa on karulla tavalla huomattu menneen talven aikana.

– Maalämpöjärjestelmä kuluttaa paljon sähköä, Jaavamo huomauttaa.

Taloyhtiön energiatehokkuus-toimet ovat jatkumassa tänä keväänä rakennusten katoille asennettavien aurinkopaneelien muodossa. Päätös paneelien asentami-

sesta syntyi ylimääräisessä yhtiökokouksessa yksimielisesti. Kaikkiaan paneeleja tulee 60 asunnon taloyhtiön kahden rakennuksen katoille 80 kappaletta.

Taloyhtiössä on vuosien varrella myös vaihdettu osa ikkunoista ja lasitettu parvekkeet, kaikki toimenpiteitä, jotka parantavat energiatehokkuutta. Maalämpöön siirtyminen reilut kymmenen vuotta sitten oli ennen kaikkea taloudellinen päätös.

– Kaukolämmön hinnan kallistuessa haluttiin siirtyä edullisempaan lämmitysmuotoon, parisen kymmentä vuotta taloyhtiössä asunut **Jorma Sirkesalo** kertoo.

Maalämpö on tehnyt mahdolliseksi edullisemmat vastikkeet, joiden miehet arvelevat houkutelleen taloyhtiöön sijoittajia.

– Sijoitusasuntojen osuus taloyhtiössä on kasvanut viime vuosina, Jaavamo toteaa.

Tästä huolimatta suurin osa asukkaista on Jaavamon mukaan edelleen osakkaita.

Taloyhtiössä ollaan Jaavamon ja Sirkesalon mukaan tyytyväisiä aikanaan tehtyihin päätöksiin. Taloyhtiön tontille on porattu 14 lämpökaivoa.

– Kaikkia kaivoja ei ole vielä edes otettu käyttöön, Sirkesalo huomauttaa.

## Yhteisöllisyys kukoistaa

Taloyhtiössä on energia-asioiden lisäksi panostettu viihtyisyyteen ja yhteisöllisyyteen. Käytöstä poistettu kylmäkellari on muutettu jo reilut kymmenen vuotta sitten kerhotilaksi, jossa järjestetään yhteistä toimintaa, ja jota asukkaat voivat varata omiin juhliinsa.

– Täällä on keskiviikkoisin naisten jumppakerho, Jaavamo kertoo viihtyisäksi sisustetussa kerhotilassa. Sisustusesineet ja muut tar-

vikkeet ovat nykyisten ja entisten asukkaiden kerhotilalle tuomia.

– Joka toinen sunnuntai on laulukerho ja joka toinen keskustelukerho, Sirkesalo jatkaa.

Taloyhtiön asukkaista enemmistö on ikäihmisiä, joten talon yhteisellä tekemisellä on iso merkitys asukkaiden yhteisöllisyydelle ja aktiiviselle toiminnalle.

– Meillä on yhteinen joulujuhla, ja kesäisin grillataan pihalla makaraa ja vietetään aikaa yhdessä, Jaavamo kertoo.

Sirkesalo esittelee lopuksi kokoomaansa taloyhtiön lehteä, *VIES-TIÄ*. Kymmenisen kertaa vuodessa asukkaille postiluukkuihin jaettava lehtinen toimii ikään kuin hallituksen ajankohtaiskatsauksena.

– *VIESTI* kokoaa yhteen taloyhtiön ajankohtaisia asioita ja tuo

ne kaikkien asukkaiden tietoon, Sirkesalo kertoo. Viimeisimmässä lehtisessä on asiaa muun muassa aurinkopaneeleista ja keskustelukerhosta.

Miesten mukaan taloyhtiössä vallitsee vahva me-henki, viisijäsenistä hallitusta myöten.

– Teemme näitä hommia talkoil-la, emme maksa kokouspalkkioita, Jaavamo toteaa.

Lähes samaan hengenvetoon hän tosin harmittelee, että myös heillä meinaa monen muun taloyhtiön tavoin välillä olla vaikeuksia saada hallitustyöskentelystä kiinnostuneita ihmisiä kokoon.

– Kai ihmisiä pelottaa se vastuu, mitä hallitustyöskentely tuo mukanaan, Jaavamo aprikoi lisäten:

– Vaikka turhahan sitä on pelätä, yhteisiä asioita tässä hoidetaan. ■



Yrjö Jaavamo ja Jorma Sirkesalo keuhvat taloyhtiönsä vireätä toimintaa Tommolassa.

Tervetuloa tutustumaan tehtaaseemme. Tapahtumassa on tarjolla ohjelmaa koko perheelle.

Lämpimästi tervetuloa Heinolan Flutingtehtaan

Avoimet ovet -tapahtumaan

la 6.5.2023 klo 10–15

Tampellantie 1, Heinola

Ruoka- ja kahvitarjoilu 1000 ensimmäiselle kävijälle.





storaenso

**Museodieselveturi kuljettaa maksutta Heinolan ”juna-asemalta” (Ratakatu 22) tehtaalle menopalukkydein.**

**Asemalta tehtaalle:**

- klo 9.45
- klo 10.35
- klo 11.25
- klo 12.15
- klo 13.05
- klo 13.55.

**Tehtaalta asemalle:**

- klo 11.00
- klo 11.50
- klo 12.40
- klo 13.30
- klo 14.20
- klo 15.10.

Lisätietoja tapahtumasta löydät tehtaan Facebook-sivulta.  
[www.facebook.com/storaensoheinolantehdas](http://www.facebook.com/storaensoheinolantehdas)



# Iloa ikäihmisille kuvien kautta

**Alkuvuodesta päättynyt etsivän vanhustyön hanke Minä elän! poiki Jyränkölän organisoimaan vapaaehtois-toimintaan uuden vapaaehtoistyön muodon.**

JUSSI VARJO HU

Heinolalainen **Anneli Vinha** lähettää viikoittain kahdessa erässä yhteensä 12 kuvaa Tuttiksen naisille, jotka välittävät kuvat eteenpäin entisille etsivän vanhustyön asiakkaille sekä muun muassa Jyränkölän yhteisökotien asukkaille päiviä ilahduttamaan. Annelin omien laskelmien mukaan kuvia on kahden vuoden aikana lähtenyt kaikkiaan 1 100 kappaletta. Kaikki kuvat on varustettu aiheeseen liittyvällä tekstillä.

– On tärkeää kuvan vastaanottajalle saada tietää, mitä kuvassa on ja mitä ennen kuvan ottamista on tapahtunut.

– Itsekin haluaisin tietää mitä tänään ulkona tapahtuu, Anneli kertoo viitaten esimerkiksi palvelutaloissa asuviin, joille ulos luontoon lähteminen ei välttämättä ole aivan yksinkertaista.

Anneli on juuret Jyränkölässä.

– Ainakin olympiavuodesta 1952 olen pyörinyt mukana, ensin kerholaisena ja kerhonohjaajana.

Alkujaan Karjalasta kotoisin oleva Anneli palasi Nurmijärvellä vietettyjen vuosien jälkeen takai-

sin Heinolaan rinnallaan Helsingin Kalliosta kotoisin oleva **Seppo Sariola**. Heinolaan tulo vuonna 2005 oli pariskunnalle uuden oppimisen paikka ruuhkasuomen jälkeen.

– Yhteensä 16 talvea itäisellä Välimerellä pyöräillen, luontoa ja erilaista elämänmenoa kuvaten antoivat uutta näkökulmaa eläkeläisen elämään. Oli uuden kulttuurin paikka, Anneli kertoo.

Nyt Heinola on pariskunnan kotipaikka ympäri vuoden.

– Menneisyyteen ovat jääneet myös matkailuautoillen vietetyt kevätretket Unkariin. Onneksi reissuja työelämän lomilla tehtiin joka kesä ja kasveja kuvattiin Kroatiassa, Unkarissa ja Kyproksella.

Nyt on Heinolan rikkaan kasvi-maailman aika, Anneli kertoo.

Päätöstä asettua aloilleen pariskunta ei ole kuitenkaan katunut.

– Tähän liittyy Suomen ja Heinolan erikoisuus. Maisema muuttuu vuodenkierron mukaan, Seppo kertoo.

Annelin kuvissa luonto näyttlee pääosaa, mutta mukaan mahtuu myös pieniä kulttuuripisaraita, kuten hän itse kuvailee.

– Mukana on ollut myös mm. tehdaskuva. Eräs vastaanottaja tykkäsi kuvasta, joka palautti mieleen Rautsalon tehtaan, jossa hän oli aikanaan työskennellyt.

Kuvat toimivat paitsi ilahduttavana asiana vastaanottajille, myös tiedonlähteenä niiden ottajalle.



Anneli Pulkkilanharjun suolla.

Seppo Sariola



Aamuvienyttyä.

Anneli Vinha

– Opin kuvista luonnon kierto-kulusta. Eri paikoissa kierrellessäni yritän katsoa, mitä muutoksia paikalla on tapahtunut edellisen käynnin jälkeen.

Vaihtelu onkin Annelille kuvaamisen suola.

– Kamera polttee näpeissä, kun odotan pääseväni kuvaamaan kasveja. Haastatteluhetkellä luonto on vielä hautautunut paksun lumikerroksen alle.

Kasvien maailma on Annelille hyvinkin tuttu linssin takaa, niin Suomessa kuin ulkomailla.

– Yli 30 vuotta olen seikkaillut vaihtelevasti kasvien maailmassa, Vinha kertoo.

Luonnon eläimiäkin Anneli talentaa kameransa linssille, kuuluvathan ne hänen sanoin olennaisesti luontoon.

– Orava, jänis, hiiri, kärppä... Seppo luettelee vieressä Annelin kameran ikuistamia eläimiä.

– Ja metsähiiri, Anneli lisää.

Lähetämistään kuvista Anneli saa palautetta Tuttiksen henkilö-

Jyränkölän Setlementissä toimii yli 120 vapaaehtoistyöntekijää, jotka tekevät vapaaehtoistyötä yli 24 000 tuntia vuodessa. Vapaaehtoistyöntekijät toimivat mm. ulkoilu- ja juttuseurana, asiointiapuna, kulttuurikummina, ryhmänohjaajana, saattohoidon vapaaehtoisena, tapahtuma-avustajana, digihelpparina tai Kämmen-elintarvikejakelun vapaaehtoisena.

kunnan kautta. Seppo mainitsee, että välillä paluupostina on tullut runoja eri kuva-aiheista.

– Ja on kuvista koostettu videoitaakin, Anneli sanoo.

Palaute ja erityisesti ilo, jota kuvat vastaanottajilleen tuottavat, on Anneli tärkeää.

– Enhän tätä muuten tekisi!

Annelin ja Sepon blogiin voi tutustua verkossa: suomalaisenkotimaassa.blogspot.com. ■

*Jyränkölän Setlementti kustantaa Heinolan Uutisia.*

## Alkavia kursseja:

### TUOTEKUVAUS TUTUKSI

Pe 21.–28.4.23 klo 16.00–19.00, ATK-luokka  
Kurssimaksu 25 €

### ZENTANGLE piirustuskurssi

Su 23.4.23 klo 10.00–15.15, Luokka B  
Kurssimaksu 25 €

### LUONTOJOOGA & PUUTARHATERAPIA

Ke 26.4.–3.5.23 klo 18.00–20.00, Sormustin  
Kurssimaksu 20 €

### TABLET PIENRYHMÄ JATKO

La 29.4.23 klo 10.00–13.00, ATK-luokka  
Kurssimaksu 20 €

### KEVÄTKESÄN KAHVAKUULA

Ke 3.–24.5.23 klo 18.00–18.45, Kieppi  
Kurssimaksu 20 €

### HELLITÄ HETKEKSI -hyvinvointipäivä

Su 7.5.23 klo 10.00–15.30, Juhlasali  
Kurssimaksu 35 €

### KEVÄTKESÄN AAMU-PILATES

Ma 8.–29.5.23 klo 9.30–10.30, Juhlasali  
Kurssimaksu 25 €

### KEVÄTKESÄN KUNTOJUMPPA

Ma 8.–29.5.23 klo 11.00–11.45, Kieppi  
Kurssimaksu 20 €

### NIKSIBETONISTA PIENET BETONITYÖT

Ti 9.5. klo 17.30–19.00 ja La 20.5. klo 10.00–15.00,  
Kuvataideluokka  
Kurssimaksu 25 €

### PILATES JA KEHONHUOLTO, lyhytkurssi

La 20.5.23 klo 10.00–12.30, Juhlasali  
Kurssimaksu 15 €

### ELOKUINEN KASVIVÄRJÄYSKURSSI LANGOILLE

Ti 23.5. klo 17.30–19.00 ja La-Su 19.–20.8. klo 10.00–15.00, Kuvataideluokka  
Kurssimaksu 40 €

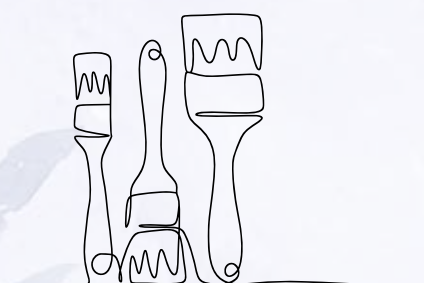
### TAITEEN KESÄKURSSI

Ke-La 7.–10.6.23 klo 13.15–16.30, Kuvataideluokka  
Kurssimaksu 40 €

## Lastenkurssit:

### TEE VIDEO- TAI ANIMAATIOELOKUVA OMALLA PUHELIMELLA LAPSILLE

La-Su 29.–30.4.23 klo 12.00–16.30, Pirtti  
Kurssimaksu 25 €



## Tapahtumat ja näyttelyt:

### SIVELTIMEN VOIMAA JA VÄRIN ILOA NÄYTTELY

Ma-La 12.-24.4.23 Heinolan kirjastossa Ma-To 9-19 Pe 9-17 ja La 9-15

### KANSALAI SOPISTON KEVÄTNÄYTTELY

La-Ma 22.-24.4.23 klo 11.00–16.00 HeiMossa

### JYRÄNKÖLÄ PLAYS THE BEATLES

La 22.4. klo 17 juhlasalissa  
Opiston musaryhmät soittavat ja laulavat Beatlesin musiikkia.

### POP UP -kirppis

Pe 5.5. klo 10.00–14.00 HeiMossa

### TAIDEMATKA MÄNTTÄÄN

To 15.6.23 Lähtö Kestin edestä klo 8.30 paluu noin klo 18. Matkan hinta 45 € (ei sisällä lippuja eikä ruokailuja).

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

HEINOLAN KANSALAI SOPISTO

**Vielä ehdit mukaan harrastamaan!**

**Jyränkölän Setlementti**

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA



# Konsulinnalle tunnustus hyvästä hoitotyöstä

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto SuPer on yhdessä La Carita -säätiön kanssa palkinnut Jyrängölän Setlementin hoivayksikkö Konsulinnan hyvästä hoitotyöstä.

JUSSI VARJO HU

Palkitsemisperusteissa SuPer ja La Carita -säätiö tuovat esille mm. alan opiskelijoiden antaman hyvän palautteen saamastaan ohjauksesta ja työyhteisön toimivuudesta, hoitajien vastualueiden ja kautumisen omien mielenkiinnon kohteiden mukaan sekä panostuksen hyvään saattohoitoon.

Kaikki yksikön hoitajat ovat suorittaneet vanhustyön erikoisammattitutkinnon Ikävalmentajana toimiminen -tutkinnon osan sekä saattohoitopassin. Yksikköön on myös laadittu oma hoivasuunnitelma, jossa on otettu huomioon kinestetiikka ja RAI-arviointi- ja seurantarjestelmä.

– Tosi mahtavaa oli tulla tänään töihin, Konsulinnan vastaava hoitaja **Kirsi Kaukonen** hehkuttaa palkitsemista seuraavana päivänä.

– Tuntuu todella hienolta, onhan kyseessä valtakunnallinen tunnustus, Konsulinnan hoitaja **Hanna Moilanen** sanoo.

Moilanen toimii myös koko Jyrängölän hoivapalveluiden luotta-



Kuvat: Jussi Varjo

Konsulinnasta palkinnon vastaanottivat vastaava hoitaja Kirsi Kaukonen sekä hoitajat Hanna Moilanen ja Raisa Karvonen. Kuvassa vasemmalta SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola.

mushenkilönä.

Molemmat pitävät palkintoa tärkeänä arvostuksenosoituksena, etenkin kun hoitotyön arvostus saatetaan kokea heikkona.

Erityisen hienolta kaksikosta tuntuu palkitsemisperusteissakin mainittu opiskelijoilta saatu hyvä palaute.

– Meillä opiskelijat otetaan heti mukaan osaksi työyhteisöä ja tiimiä, Moilanen kertoo.

Moilanen tuli Konsulinnaan aikanaan opiskelijana, joten hän puhuu kokemuksesta.

Opiskelijoilta saatu hyvä palaute näkyy työyhteisön arjessa.

– Kaikki tiimissämme ovat sitoutuneet opiskelijoiden auttamiseen, tukemiseen ja ohjaamiseen polullaan opiskelijasta uudeksi tiimimme jäseneksi, Kaukonen kertoo.

Konsulinnan henkilökunta on hyvin sitoutunutta. Moilanen näkee sitoutuneisuuden syntyvän jokaisen omasta asenteesta.

– Työpaikalla vietetään paljon aikaa, joten on tärkeää, että työtiimi toimii. Jokainen meistä tuo osan itsestään työpaikalle, se on vain itsestä kiinni mitä ja millaisella asenteella tuot.

Kirsi Kaukonen komppaa vie-

ressä. Hän nostaa esille henkilöstön arvostamisen päivittäisessä työssä.

– Olen aina ollut ylpeä henkilökunnastamme. Kun henkilökunta voi hyvin, on hoidon laatu huippuuokkaa ja asukkaatkin voivat hyvin.

– Ja hoitajille tärkeintä on asukas – aina mennään asukas edellä, Kaukonen lisää.

Konsulinnan tiimihengestä omaa kieltään kertoo muun muassa se, että yksikön työhyvinvointipäiviin haluavat osallistua kaikki. Myös vapaa-ajalla vietetään aikaa yhdessä.

– Meillä on esimerkiksi työajan ulkopuolella kokoontuva lentopalloryhmä, Kaukonen mainitsee.

Heinolan keskustan tuntumassa sijaitsevassa Konsulinnassa toimii 16-paikkainen ympärivuorokautista hoivaa tarjoava yhteisökoti, Koivukoti. Lisäksi samassa talossa on 52 palveluasuntoa. Yksikössä työskentelee reilut parikymmentä hoitajaa. Suurin osa asukkaista on ikäihmisiä, mutta joukossa on myös vaikeavammaisia ja mielen-terveyskuntoutujia.

Tunnustuspalkintoja hyvästä hoitotyöstä on jaettu SuPerin ja La Carita -säätiön toimesta vuodesta 2006 saakka. ■

*Jyrängölän Setlementti kustantaa Heinolan Uutisia.*

Tunnustusta juhlistettiin Konsulinnassa heti seuraavana päivänä.

UUDISTUNUT

## VARASTOKIRPPIS JYRÄNGÖSSÄ

Keskuskatu 22 (Vaparin vieressä)

**AVOINNA TO 20.4. – SU 7.5.**

**ARKISIN klo 10–17**

**LA–SU ja Vappu klo 10–15**

- **Paljon uutta tavaraa**
- **Kaikki halvalla**
- **Tavaraa 500 m<sup>2</sup> alueella**

*Tervetuloa!*



**Avajaispäivänä 20.4. kahvitarjoilu kakkupalan kera 😊**

**Tiedustelut: 040 5121 066**



*Käy rohkeasti ostoksilla!*





## KUULUMISIA KIRKON KULMILTA | Tällä palstalla Heinolan seurakunnan työntekijät valottavat seurakunnan arkea.

Nappasin itselleni ensimmäisen kirjoitusvuoron tälle ”Kirkon kulmilta”-palstalle. Ajattelin, että haluan tuoda esiin kirkon varhaiskasvatuksen työtä ja kertoa, mitä me täällä Heinolan seurakunnan varhaiskasvatuksessa puuhaamme ja miten me ajattelemme.

Nimeni on **Lena Nikkilä** ja teen töitä Heinolan seurakunnassa työnimikkeen vastaava lastenhoaja alla. Työnkuvani on monipuolinen ja kaikessa lyhykäisyydessään se pitää sisällään työalani hallinnolliset työt, varojenkäytön ja toimintojen suunnittelun, töiden johtamisen, visioinnin tulevaisuudesta, kentällä työskentelyn perheiden ja lasten parissa sekä kaikenlaisen tiedottamisen. Varhaiskasvatuksen tiimissä työskentelee lisäksi neljä rautaisen ammattitaidon omaavaa lastenhoajaa ja pappi.

Tehtävämme on tuoda armo ja pyhä perheiden arkeen ja tukea lasten ja perheiden hengellistä elämää ja kristillistä kasvatusta. Mitä kaikkea tämä tarkoittaa, miten toteutamme sitä käytännössä? Mitä nykyihmisen arki on ja mitä ovat armo ja pyhä. Kirjoitukseni ideat kumpuavat omista ajatuksistani ja omista kokemuksistani.

Motivaationi työskennellä kirkon varhaiskasvatuksessa nousee sydämeistä. Parhaimmillaan työnteko ei ole suorittamista, vaan kyse on aidosti ja vapaasti lähimmäisen hyväksi tehdystä työstä, evankeliumin levittämisestä. Motivaatio nousee myös jatkuvasti avautuvista uusista näkökulmista, joita kannustetaan kokeilemaan. Uudet ideat voivat joskus tuntua modernilta ajattelulta, mutta mielestäni moderni ajattelu ja rohkea kokeileminen nousee jo Lutherin esimerkistä reformaation aikana.

Hän nosti perheen tärkeään asemaan sen jäsenen hengellisenä kotina, jossa on hyvä olla ja kasvaa.

Armo sanaa käytetään monenlaisiin tarkoituksiin ja sille on useita määritelmiä myös kristinuskon piirissä. Se voi olla huoleton huudahdus ”anna armoo”, jolloin tarkoitetaan ihmiseltä ihmiselle annettua armoa voimasuhteissa tai sillä viitataan myötätuntoiseen käytökseen. Itselleni armo tarkoittaa inhimillisyyttä, rakkautta ja vuodattamista itseään kohtaan. Olotilaa, missä lähimmäinen uskaltaa unohtaa itseensä kohdistuneet paineet ja odotukset. Se, miten tällaiseen hyväksyvän inhimilliseen käsitykseen itsestä päästään sanoitetaan sydämeistä nousevilla hyvillä teoilla lähimmäistä kohtaan. Pyhä taas on jotain hyvin erityistä. Se poikkeaa maallisesta ja arkisesta tunte mattomalla tavalla, aiheuttaa iloa, kunnioitusta ja hyvää mieltä. Arki on meille jokapäiväinen leipä. Se on niin jokapäiväistä, että se on koko elämä. Wikipedia kertoo, että arki on rutiineja, jotka toistuvat päivästä toiseen.

Meidän arkemme täällä seurakunnan varhaiskasvatuksessa on kasteopetuksen eli kristillisen kasvatuksen ja perhetyön muodostama kokonaisuus. Päiväkerhoissa ja pyhäkoulussa lapsen kanssa opetellaan asioita Jeesuksesta. Mitä Jeesus teki ja miten ja mitä mi-

nä voin tehdä samoin. Kristillinen kasvatusta on kuin vertaistukea lapselle, jossa hänellä jo valmiina olevat omat ajatukset alkavat resonoida hänessä itsessään hyvältä tuntuvalta tavalla. Jeesuksen elämään tutustumalla lapsi oppii tunnistamaan asioita itsestään, toisista ihmisistä ja ympäristöstään.

Käytännössä edellinen on sitä, että lapset leikkivät, heidän kanssaan puuhataan, heitä kuunnellaan ja heitä ohjataan olemaan ystävällinen kerhokaverille. Ja kyllä, yhä kerromme raamatunkertomuksia ja opetamme lapsia rukoukseen. Näissä ns. kynttilähetkissä juttelemme myös ihan maallisista asioista. Muistan elävästi, kuinka kerran ennen äitienpäivää pitämässäni kynttilähetkessä kysyin lapsilta, missä heidän äitinsä on hyvä. Arki tuli pyhän keskelle tai pyhä tuli arjen keskel-

le, kun eräs lapsi kertoi hänen äitinsä olevan hyvä tekemään kainalopieruja.

Arkinen arki on ihmisillä hyvin maanläheisesti läsnä joka päivä ja nimenomaan siihen arkeen olemme kiinnostuneita tuomaan pyhää ja toiveikkaan näkymän tulevaisuudesta. Yksi näistä keinoista on lastenhoitopalvelu, jonka keskiössä on vanhempi, joka arjessa jaksakseen voi tuoda lapsensa meille maksuttomaan hoitoon. Me emme kysy, miksi vanhempi haluaa itselleen aikaa ilman lasta, vaan lapsen hoitoon saamiseksi riittää yhteydenotto ja toive. Näin voimme olla mukana tekemässä lähimmäisen elämää mielekkääksi. On suunnattoman luottamuksen osoitus antaa oma pieni lapsensa, usein vauva, vieraalle ihmiselle hoitoon!

Aina lapsen vanhemmat eivät jaksakaan nähdä lapsessaan hyvää.

Hänen pieniä suuria tarpeitaan tulla huomatuksi ihan sellaisena, kuin hän on. Meidän tehtävämme on kannatella lapsen erityisyyttä tällaisissa tilanteissa.

Toinen mielestäni nykyihmisen arkeen pyhää ja hyvää tuova asia on tarjota valmista ruokaa ilmaiseksi koko perheelle. Perheiden iltojen iltapalat, aamukahvit, yhteiset ruokapöydät eivät ole houkuttavia, vaan hyvä tapa tuoda ihmiselle tietoon, että tiedostamme mitä maallista he kaipaavat. Maalliselle ihmiselle on syytä avata maantiesilta toimintojemme piiriin ja toivottaa hänet tervetulleeksi tavallisena ihmisenä ilman odotuksia ja rajoituksia.

Aina silloin tällöin minulta kysytään voiko toimintaamme osallistua kastamaton lapsi tai perhe, joka ei kuulu kirkkoon. Seurakuntamme strategiassa sanotaan, että olemme kaikkien heinolalaisten hengellinen yhteisö ja näistä lähtökohdista on enemmän kuin perusteltua sanoa, että evankeliumin ydin on Jumalan rakkaus ihmistä kohtaan kaikissa tapauksissa. Haluamme tehdä työtä mahdollisimman laaja-alaisesti, sillä jokainen perhe, jokainen lapsi ja jokainen tilanne on erilainen ja uusi.

Teidän heinolalaisten kirkko ei ole vain sanan kirkko. On tärkeää ja arvokasta, että kirkon luokse voi tulla myös olemaan ilman, että sanomaa sanoitetaan sanoilla. Tehtävämme on olla kaupungin hengellinen lähiyhteisö kuten strategiassamme on sanoitettu. Työskentelemme siihen suuntaan, että olemme yhteisö, johon kaikki alueen lapset ja perheet ovat tervetulleita. Matalan kynnyksen sisäänmeno mahdollistuu huomioiden heidät, joille kirkon toiminta on vierasta.

Lena Nikkilä  
vastaava lastenhoaja  
Heinolan seurakunta

## Postikorttien Heinola

JUSSI VARJO HU

Heinolan Postimerkkikerho julkaisi helmikuisen keräilytapahtuman yhteydessä kaksi Heinola-aiheista korttia, joihin on valittu näkyviä ja Heinolan historian kannalta merkittäviä rakennuksia. *Heinolan Uutiset* esittelee kaikki kuvissa esiintyvät kuva-aiheet. Osa 3.

### Reumasäätien sairaala

Vuonna 1951 valmistuneen reumasäätien sairaalan on suunnitellut Helsingin Puu-Käpylän ja Olympiakylän suunnittelijana tunnettu arkkitehti **Martti Välikangas**. Tyyliununnaltaan alueen rakennukset edustavat funktionalismia. Sairaalassa hoidettiin alan huippuosaajien toimesta ympäri Suomea

saapuneita reumapotilaita. Reumasäätien sairaala ajautui konkurssiin vuonna 2010.

Vuonna 2012 alue ja rakennukset siirtyivät Carelogi Oy:n omistukseen.

Nykyisin Valolinna-nimellä tunnetulla alueella sijaitsee monipuolisia asumisen ja hyvinvoinnin palveluita.

### Sairaanhoitajien kesäkoti

1900-luvun alussa valmistunut suomenruotsalaisten sairaanhoitajien Koskensaaressa upealla paikalla sijainnut lepokoti purettiin 1950-luvun lopulla. Tontilla oli suuren päärakennuksen lisäksi mm. uimahuone, jossa pääsi pulahtamaan vedessä ulkopuolisten katseilta piilossa. ■

Lähteet:

Aalto M. & Ihamäki P. 2009. *Rakkaudesta Heinolaan – Postikorttien kertomaa*. Heinola-Seura ry & Heinolan Postimerkkikerho ry.  
Aalto M., Antinranta H., Ihamäki P. & Lehmusvuori T. 2013. *Terveisiä Heinolasta! – Historia elää postikorteissa*. Heinola-Seura ry. valolinna.fi



Kuvat: Jani Kovalainen





# KOOTUT KOHTAAMISET

Muutokset mahdollisia.

| Paikka     | Ajankohta      | Tapahtuma                                                                       | Sijainti                                    | Lisätietoja                                                                                     |
|------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HEINOLA    | 1.1. →         | Yleisöluisteluvuorot                                                            | Versowood Areena, Urheilukatu 2             | Keskiviikkoisin klo 13.50–14.50, sunnuntaisin klo 9–10                                          |
|            | 1.1. →         | Kämmen • Elintarvikejakelu                                                      | Maaherrankatu 1 B                           | Torstaisin klo 8–10                                                                             |
|            | 1.1. →         | Heinola Skeletors • Pelikerho                                                   | Heinolan lukio, Nuortentalo, Lampikatu 1    | Torstaisin klo 17–20.30                                                                         |
|            | 11.1.–14.6.    | Digiopastus                                                                     | Heinolan kaupunginkirjasto, Kauppakatu 12   | Keskiviikkoisin klo 12–13                                                                       |
|            | 12.1.–25.5.    | Bingo                                                                           | Jyrängön asukastupa, Keskuskatu 22          | Torstaisin klo 12                                                                               |
|            | 21.1.–28.4.    | Uimahallin aukioloajat                                                          | Urheilukatu 3                               | Ma 12–19.30, ti–to 8–20, pe 12–19.30 ja la–su 10–16                                             |
|            | 10.2.–28.4.    | Kiepin Sisäcurling                                                              | Liikuntatila Kieppi, Konsulinkatu 3 A       | Perjantaisin klo 14–15                                                                          |
|            | 16.2. →        | DigiHelpparit tarjoaa matalan kynnyksen digitukea.                              | Jyränkölän ATK-luokka, Siltakatu 11         | Torstaisin klo 13–14. Sisäänkäynti sisäpihan kautta.                                            |
|            | 16.2.–26.4.    | Pehmokeilailu                                                                   | Sireniussali, Konsuli, Konsulinkatu 2       | Keskiviikkoisin klo 14.30–15.30                                                                 |
|            | 17.2. →        | Tuttis – kaikille avoin kohtaamispaikka. Kahvia, kahvileipää ja hyvää seuraa    | Tuttis, Kaivokatu 16                        | Perjantaisin klo 9–11                                                                           |
|            | 17.2.–28.4.    | Nestorit • Miesten keskustelukerho                                              | HeiMo, Kaivokatu 14                         | Perjantaisin klo 12.30–14                                                                       |
|            | 20.2. →        | Mama’s Cafe • Äitien ja lasten rento alkuillan hetki                            | HeiMo-Sali, Kaivokatu 14                    | Maanantaisin 15.30–17.30, ei kokoonnu 27.2.                                                     |
|            | 21.2.–16.5.    | Lukupiiri                                                                       | Heinolan kaupunginkirjasto, Kauppakatu 12   | Kerran kuussa tiistaisin klo 17–18.30 • heinola.fi/kirjasto                                     |
|            | 21.2. →        | Karaoke • Karaokeisäntänä/emäntänä Mauno Tuominen ja Riitta Nurminen            | HeiMo-Sali, Kaivokatu 14                    | Tiistaisin klo 18–20, ei kokoonnu 28.2.                                                         |
|            | 21.2.–25.4.    | Puikko Pirkot -kädentaitoryhmä                                                  | Tuttis, Kaivokatu 16                        | Tiistaisin klo 14–16                                                                            |
|            | 6.3.–8.5.      | Muistikahvila                                                                   | Heinolan kaupunginkirjasto, Kauppakatu 12   | Kerran kuussa maanantaisin klo 13–14                                                            |
|            | 22.3.–26.4.    | Skip Bo -korttipeli                                                             | Asukastupa, Koulukatu 18                    | Keskiviikkoisin klo 10–12                                                                       |
|            | 28.3.–6.6.     | Neulekahvila                                                                    | Kädentaitajien Elämyspuoti, Savontie 12     | Joka toinen tiistai klo 17–20 • Oma käsityö mukaan                                              |
|            | 19.4.          | Tanssiaiset Tanssiorkesteri Oivan tahdissa                                      | Juhlasali, Siltakatu 11                     | Klo 13–14                                                                                       |
|            | 19.4.–30.4.    | Menneitä muistellen. Pekka Grenmannin öljyväri-maalauksia 1950-luvun Heinolasta | Siltasaari 1                                | La–su klo 10–18 • Lisää: heinolansiltasaari.fi                                                  |
|            | 22.4.          | Jyränkölä Plays the Beatles                                                     | Jyränkölän Juhlasali, Siltakatu 11          | Klo 17–19 opiston musaryhmät soittavat biisejä The Beatles -yhtyeen tuotannosta • Vapaa pääsy   |
|            | 22.–24.4.      | Heinolan kansalaisopiston kevätnäyttely                                         | HeiMo, Kaivokatu 14                         | Klo 11–16 • Oppilastöiden näyttely                                                              |
| LAHTI      | 3.3.–3.9.      | Vaeltajat • Klaus Haapaniemen näyttely                                          | Museo Malva, Päijänteenkatu 9               | Lisää: malvamuseo.fi                                                                            |
|            | 9.4.–14.5.     | Leffasynttärät                                                                  | Kuvapalatsi, Vapaudenkatu 13                | Sunnuntaisin klo 14.30, max. 15 hlö • Omavalintainen leffa, tilaa herkut • Lisää: finnkino.fi   |
|            | 11.4. ja 9.5.  | Päijät-Hämeen Numismaatikot ry:n yhdistysilta                                   | Harjula-keskus, Harjulankatu 7              | klo 17–20 • Uudet jäsenet tervetulleita                                                         |
|            | 11.4.–11.5.    | Oma näytös                                                                      | Kuvapalatsi, Vapaudenkatu 13                | Koko sali omaan käyttöön, max. 15 hlö • Omavalintainen leffa, tilaa herkut • Lisää: finnkino.fi |
|            | 17.4. →        | Pelaa isolla kankaalla                                                          | Kuvapalatsi, Vapaudenkatu 13                | Koko sali 390 €, max. 15 hlö • Omat pelit + HDMI piuha, herkut myymälästä • Lisää: finnkino.fi  |
|            | 19.4. ja 23.4. | Coldplay • Music of the Spheres: Live at River Plate                            | Kuvapalatsi, Vapaudenkatu 13                | Ke klo 19 ja su klo 15 • Konserttidokumentti • Kesto 2 h 18 min • Lisää: finnkino.fi            |
|            | 21.–22.4.      | Happoradio                                                                      | Möysän Musaklubi, Hämeenkatu 16             | Pe klo 20 ja la klo 0.00 • Lisää: moysa.fi                                                      |
|            | 29.–30.4.      | Teflon Brothers                                                                 | Möysän Musaklubi, Hämeenkatu 16             | La klo 20 ja su klo 0.00 • Lisää: moysa.fi                                                      |
|            | 6.–7.5.        | Classic Motorshow                                                               | Urheilu- ja Messukeskus, Salpausselänkatu 7 | La klo 9–17 ja su klo 10–17 • Klassikkoajoneuvonäyttely                                         |
|            | 13.–14.5.      | KUUMAA                                                                          | Möysän Musaklubi, Hämeenkatu 16             | La klo 20 ja su klo 0.00 • Lisää: moysa.fi                                                      |
| PER-TUNMAA | 22.4.          | Eläkeläisten Etelä-Savon piirin karaokemestaruuskilpailut                       | Pertunmaan Nuorisotalo, Juhlakuja 1         | Klo 10–15                                                                                       |
|            | 23.4.          | Suuret klassikot soolokitaralla konsertti • Tomi Paldanius                      | Pertunmaan Nuorisotalo, Juhlakuja 1         | Klo 19–20 • Liput 10 € ovelta tai ennakkovaraus-lomakkeella sivuilla tomipaldanius.com          |
| SYSMÄ      | 2.4.–6.8.      | Pyörälenkki                                                                     | Lähtö Meijerin Maitobaarin edestä           | Sunnuntaisin klo 10–12 • Reitti vaihtuu viikoittain. Lisää: sysmansisu.fi/pyoraily/             |
|            | 13.3.–28.4.    | Tekstiilitaidenäyttely Tarinoita ja tarinan vierestä                            | Sysmän kunnankirjasto, Valittulantie 5      | Ma–ti klo 12–18, ke–pe klo 10–15                                                                |
|            | 19.4. ja 26.4. | Asterix ja Obelix lohikäärmeen valtakunnassa                                    | Sysmän Kino, Väihkyläntie 1                 | Klo 18 • Kesto 1h 52 min. K-7                                                                   |
|            | 29.4.          | Tervalepikon Varttimaraton                                                      | Leppäkorventie 410                          | Klo 10–13 • Lisää: tervalepikontorpat.fi                                                        |



Kuvassa vasemmalta oikealle Kimmo Lahtinen, Jarimatti Merjeslampi, Laura Hannula, Liisa Leppä, Ari Yli-Teevahainen ja Henri Judén.

## Lahjoitus Mäntylään

Kolme heinolalaista lionsklubia lahjoittivat maaliskuun lopulla Päijät-Hämeen hyvinvointialueen asumispalveluyksikkö Mäntylään kuusi radio-/CD-soitinta asukkaiden iloksi. Elna ja Paul Lindholmin rahastoa hallinnoivat Lionsklubit Heinola, Heinola/Jyrängö ja Heinola/Kailas-Sillat tekivät yhteislahjoituksen rahaston kautta. Rahaston tuottoa voidaan jakaa vuosittain testa-

mentissa määritetyn tyyppisiin lahjoituksiin klubien toiminta-alueella. Lahjoitusta toimittamassa olivat rahastonhoitaja **Kimmo Lahtinen** sekä lionsklubien presidentit **Henri Judén**, **Ari Yli-Teevahainen** ja **Jarimatti Merjeslampi**. Mäntylästä lahjoituksen ottivat vastaan **Satu Matikainen**, **Liisa Leppä** ja **Laura Hannula**. ■

HENRI HERSTAN  
**Äitienpäivän  
urkukonsertti**  
su 14.5. klo 18.00  
Heinolan kirkossa



Järjestää  
LC Heinola/Jyrängö ja  
Heinolan seurakunta.  
  
Ohjelma 10 euroa.  
*Konsertti kuuluu Kangasalan  
urkutehtaan 180-vuotis-  
juhlakonserttien sarjaan.*

### KOKOUSHUTSU

Jyränkölän Settlementti ry:n sääntömääräinen vuosikokous pidetään **pe 28.4.2023 klo 11** Syrjälän salissa (Siltakatu 11). Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset vuosikokousasiat (sääntöjen § 8). Kokousmateriaalit lähetetään ennen kokousta sähköpostitse niille jäsenille, joiden sähköpostiosoite on Jyränkölän toimistolla tiedossa. Materiaaleihin voi tutustua myös toimistossa paikan päällä, os. Siltakatu 11.

-Hallitus-



### HEINOLAN TILI JA ISÄNNÖINTI OY palvelee nyt uudessa osoitteessa Savontie 5, 2. krs

Kiinteistö Oy Arkissa, torin laidalla K-Marketin yläkerrassa. Meille pääsee K-kaupan aulasta hissillä tai autolla Kirkkokadun puolelta kattoparkkitasanteelta.

Savontie 5, 2. krs.  
18100 Heinola

Asiakaspalveluajat:  
ma–ke klo 8–16, to klo 8–17  
(ruokatauolla olemme klo 11–12)

[www.hti.fi](http://www.hti.fi)



# PUUHASIVU

Puuhasivun tehtävät kokosi  
Sonja Tähkänen.



Ratkaisut  
julkaistaan  
seuraavassa numerossa.

## Etsi sanat

Sanaristikoon on kätkeyty  
21 sanaa **Heinolaan ja**  
**harrastuksiin** liittyen.

## Etsi eroavuudet

Alla on kaksi lähes ident-  
tistä kuvaa. Kuviin on kui-  
tenkin kätkeyty seitsemän  
eroavuutta. Löydätkö ne  
kaikki? Ratkaisu julkaistaan  
seuraavassa lehdessä.

NQEVCLSUYGNTSHIHTIHYN O U  
SGTHBJRÄKREKIREVONTULET  
IRKURKIAURAYIUIJTIIYÖMDM  
HUDTBDSDSFRFKIEQYCRRUF O  
TDAOL IYTKTANAKRXHRUÄOTN  
EMVFNDEOKANSALLISPUISTO  
EIASPNGAPDYMEFMKROEHMDL  
RSSJLOZPEGPCMRÄOJTNIAGI  
IKKGÄMHEKOSYSTEEMIKINPI  
LJIUSÄQJKQEFÖQTNPFLDKQT  
IDTMTITRAUDUSKOIVUUEÄAT  
NSSIUOTIANI EDXNVKINNÄUI  
TWASKAEKKLTULIVUORIKKH Y  
UVNAJIASLKIÄYTDSLIAIMFI  
BCZURKRARNÖAHYYIJXSRI NJ  
MZSUISTOKROKOTIILIFNUKB  
ÄUDFESNPUEUBIVIRVATULIE  
NPNPIUWAKTOKÄEGOKSOURLU  
TDLRSRDSWMANTHUNIÖPYTMN  
YAKJOALITOSFÄÄRILAATTAI



# RATKAISUT

Ratkaisut lehdessä nro 2  
olleisiin visailuihin.

Etsi eroa-  
vuudet  
2/23



NIEMELÄUYONTRUINTIHYNOS  
TGTHBJÄÄKIEKKOVURJPOTI  
ERIEVGZCUDEHIRIJTHYÖMDN  
RUDYBDSDSFRFOUEQYARRUF  
WIAOLINTOTALOARXHRUÄSTL  
YMFENDWKOAOWTAUVAYASTAA  
OIJSNRAPDYMEFMKROEÄDH  
PSUALLZPEGPCMRÄOJTNUKGD  
IKAAPELINPELTOKNUAKIKPE  
SJLRSKQAKQSFSQINPHLLAQG  
GDYITSPNTAGXBÄNATUPHAD  
ASQRUOTSALAINENVYNSAUS  
LWBSÄAMKMJRNOATE NMAKH  
IVNAJNAMNUIAYTDSLAWAFI  
BCZURKKHONSAIYYJESXBNJ  
UZSIOEPÖELUCNNHDOMFVUKB  
GLDHEINÄSAARIQIPNIUIEAE  
OPFPAUWAKLOKÄEGOKSOURLU  
LDLGSRASEMANTAUÖPYTMN  
FAZJTAXKLEFAKSPIKIJÄRVI

21 sanaa  
Heinolaan ja  
harrastuksiin  
liittyen.



# Heinolan uutiset

AIKATAULU 2023

| NRO | ILMESTYY | AINEISTOT |
|-----|----------|-----------|
| 4   | ke 24.5. | ma 15.5.  |
| 5   | ke 21.6. | ma 12.6.  |

Katso mainoshinnat ja -koot sekä tarkemmat mediatiedot: [heinolanuutiset.fi](http://heinolanuutiset.fi)

## HEI, MAINOSTAJA!

### Seuraava lehti ilmestyy keskiviikkona 24.5.

Ota yhteyttä myyntiin ja varaa paikkasi ajoissa!

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



#### Jakelumäärä vähintään 15 000 kpl

Posti jakaa 9358 kpl Heinolaan ja Vuolenkoskelle.

#### Lisäksi seuraavista telinejakelupisteistä:

- 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

**Heinolan Uutiset on myös verkossa! Muista bannerimainonta!**  
[heinolanuutiset.fi](http://heinolanuutiset.fi)

**Huom.** Osoitteisiin, joissa on mainoskielto ei posti jaa lehteä.  
Ilmoita muista jakeluvirheistä: [toimitus@heinolanuutiset.fi](mailto:toimitus@heinolanuutiset.fi)

## MEILLÄ RAKENNETAAN SAMASSA TIIMISSÄ REHDISTI

REILULLA MEININGILLÄ JA VUOSIEN AMMATTITÄIDOLLÄ.



## AUTOPALVELU

T. Virtanen

Castrol AUTO SERVICE



**AUTOKORJAAMO, RENGASLIIKE  
VARAOSAMYNTI, HUOLTO**

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

Puh. 044 711 7711

[tommi.virtanen@autovirtanen.fi](mailto:tommi.virtanen@autovirtanen.fi)



Hyvän palvelun  
hammaslaboratorio  
Heinolassa!

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



Lähetä hyvä juttu  
tai juttuvinkki:  
[toimitus@heinolanuutiset.fi](mailto:toimitus@heinolanuutiset.fi)

Heinolan uutiset



# LIKKUEN KOHTI KESÄÄ!



**POIKOLA  
TAKKI**

**79 €**  
(99,95)



**POHJI  
HOUSUT**  
MUSTA, SININEN

**59 €**  
(69,95)



**HALTI**

**OSKU, VASSI  
TREENIPAITA**

**19,90 €**  
(29,90)



**discmania**

**GOLF SET**

**29 €**  
/ 3 kiekkoa



**PIETARIN KATISKA  
UFO-KATISKA**

alk. **39,90**  
(45,90)

Laadukkaat  
**PIETARIN  
VERKOT**  
alk. **32,50**



**2449 €**

**TUNTURI**

**TX500 28" 24-v**



**Naisten  
hybridipyörä 799 €**

**TUNTURI**

**AURA 7-v**



**799 €** (849,-)

**NISHIKI**

**TOGIAK 24" 24-v**

**Nuorten  
maastopyörä**



**629 €**

**MADISON**

**Lasten 12"-20"**

**POLKU-  
PYÖRÄT**

**-15%**

**EMMA 20" 3-v**



**250 €**  
(299,-)



**BROOKS**

**TUETUT  
ADRENALINE  
JUOKSUKENGÄT**

MYÖS LEVEÄLLÄ  
LESTILLÄ

**139 €** (169,-)



**BROOKS**

**GHOST  
JUOKSUKENGÄT**

**139 €**  
(160,-)



**asics**

**JOLT  
LENKKARIT**

**65 €**



**MERRELL**

**MOAB  
GORE TEX**

Koot 42-49

**109 €** (139,-)



**MERRELL**

**VAPOR GLOVE**

Paljas-  
jalkakengät **99 €**



**asics**

**LASTEN  
LENKKARIT 49 €**