

Heinolan uutiset

Numero 9 • Marraskuu 2024

Holiday Clubin
kylpylä
Vierumäellä
avautuu.
Sivu 6.



SIVU 4 KUUKAUDEN VIERAS
RISTO VEIJANEN
Kaupassa kuin kotonaan

MÖNKIJÄN PUSKULEVYIT JA VARUSTEET



LATVO
HYDRAULICS

Verkkokauppa WWW.LATVO.FI
Vuokrattavat laitteet RENT.LATVO.FI

LATVO OY | Veitsillantie 84 | 19110 Vierumäki
antti@latvo.fi | 044 5354 379
Soitathan ennen vierailua.



Tarvitsetko asuntolainaa tai luotettavaa
varainhoidon kumppania yrityksellesi?

KAIKKI PANKKIPALVELUT SAMAN KATON ALTA

Helmi
Säästöpankki

PÄÄTOIMITAJALTA

Kohti vaalikevättä

Ensi keväänä ensimmäistä kertaa samanaikaisesti käytävissä alue- ja kunnallisvaaleissa valitaan uudet alue- ja kunnanvaltuustot. Tällä järjestelyllä on sekä hyvät että huonot puolensa.

Positiivisena voidaan pitää sitä, että näin äänestysprosentti erityisesti aluevaalien osalta saataneen nousemaan korkeammaksi, kun äänestäjien ei tarvitse lyhyen ajan sisällä käydä kahta kertaa äänestämässä.

Negatiivissävytteisenä tai vähintäänkin haasteellisena voidaan nähdä eri toimielinten päätettävissä olevien asioiden ja ehdokkaiden sekoittuminen. Hyvinvointialueuudistus on vielä sen verran uusi asia, että kaikki kansalaiset eivät välttämättä vielä hahmota sitä, mistä kunta päättää ja mistä hyvinvointialue eli viime kädessä aluevaltuusto päättää. Samanaikaisesti käytävät vaalit eivät tätä ainakaan helposti selvennä. Tämän lisäksi moni ehdokas on ehdolla sekä alue- että kunnanvaltuustoon.

Politiikkaa seuraaville ja näissä toimielimissä istuville näissä järjestelyissä ei välttämättä näytä olevan mitään epäselvää, mutta tavalliselle kansalaiselle, kansalaiselle jonka elämään näissä toimielimissä tehtävät päätökset olennaisesti vaikuttavat, järjestelyt voivat vaikuttaa epäselviltä.

Toivottavaa olisi, että erityisesti molemmissa vaaleissa ehdolla olevat ehdokkaat toisivat omat näkemyksensä ja kussakin toimielimessä ajamansa asiat selkeästi näkyville, eivätkä yrittäisi kalastella ääniä asioilla, joihin kyseessä olevissa toimielimissä ei voi vaikuttaa.

Miten selviytyä syksyn pimeydestä?

Syksyinen pimeys ja kylmyys koettelevat monen hyvinvointia tähän aikaan vuodesta. Erityisesti aika ennen lumen tuomaa valoisuutta marraskuisine sateineen voi ottaa koville. Päätinkin esittää otsikon mukaisen kysymyksen tekoälylle. Saamani kymmenen kohdan lista noudatteli jo ennestään tuttuja asioita, kuten liikunnan ja ulkoilun sekä ruokavalioiden merkitystä hyvinvoinnille. Erityisesti tekoäly suositteli lähtemään lenkille luontoon, luonto kun tunnetusti auttaa alentamaan stressitasoja. Katsotaanpa mitä muuta tekoäly suositteli avuksi syksystä selviytymiseen.

Helposti ainakin itsellä tulee unohdettua, että pimeyden ja väsymyksen tullen itselleen voi myös olla armollinen. Syksy ja talvi ovat erinomaista aikaa hidastaa tahtia ja käyttää aikaa itsensä hemmoteluun ja itsetutkiskeluun. Kääriydy vilttiin, juo kuumaa teetä ja nauti hyvistä kirjoista tai elokuvista. Siinäpä vasta loistava vinkki! Samalla kannattaa panostaa kodin viihtyisyyteen, sillä viihtyisiä ja valoisa koti voi tuoda paljon iloa syksyn pimeinä iltoina. Sytytä kynttilöitä ja kausivaloja tunnelmaa ja valoisuutta.



KOLUMNI

ta tuomaan. Yllättävää kyllä, myös pienillä rutiineilla voi tuoda iloa päivään: Tee käsitöitä, keitä kahvit tai kuuntele lempimusiikkiasi.

Jos mikään edellä mainituista ei tunnu auttavan, apua voi yrittää etsiä esimerkiksi valohoidosta. Kirkasvalolampun sanotaan auttavan torjumaan kaamosmasennusta, ja jo 20–30 minuuttia aamuisin pitäisi olla riittävä. Myös mindfulnessia ja meditaatiota kannattaa kokeilla. Mindfulness-harjoitukset auttavat keskittymään hetkeen ja rentoutumaan. Lyhyet hengitysharjoitukset tai ohjatut meditaatiot voivat auttaa vähentämään stressiä ja parantamaan mielialaa.

Unen merkitys korostuu, sillä syksyllä ja talvella tulee helposti tunteensa itsensä väsyneeksi. Hyvään uneen kannattaa panostaa, ja erityisen tärkeää olisi pitää kiinni säännöllisestä unirytmistä. Telkkarit, älypuhelimet ja muut näytöt kannattaa pitää pimeänä ennen nukkumaanmenoa ja keskittyä mieluummin hyvään kirjaan tai miksei vaikka kumppaniin. Siinä samalla tulee pidettyä huolta sosiaalisista suhteista, jotka nekin ovat tärkeitä kaamosväsymyksen torjunnassa.

Viimeisenä, muttei suinkaan vähäisimpänä, tekoäly huomautti muistamaan itsemyötätunnon. Älä ole liian ankara itsellesi, jos syksy tuntuu raskaalta. Monille kaamos on haastavaa aikaa, ja on täysin normaalia tuntea olonsa väsyneemmäksi ja alavireisemmäksi. Anna itsellesi lupa ottaa rennommin ja kuunnella kehosi tarpeita. Kyllä ne kevät ja kesä sieltä vielä tulevat. ■

Jussi Varjo

Kirjoittaja on Heinolan Uutisten päätoimittaja

SUJUVAA ARKEA

”Jos et tiedä, mistä aloittaa, aloita Ohjaamosta.”

Näin nuo sanat, ja ajattelin, että pakko kai yrittää. Turkoosit tarrat ikkunoissa eli olin oikeassa paikassa. Kädet tärisivät, kun avasin oven, sydän jyskytti niin, että ajattelin sen näkyvän ulospäin. Eteisessä tuli vastaan kahvin tuoksu, joku huikkasi ”Moi, kiva kun tulit!”. Hei, sehän oli se tuttu etsivä nuorisotyöntekijä! Minut ohjattiin ottamaan kahvia, kuppi kädessä istuin sohvalle. Tuttu työntekijä tuli viereen, juteltiin hetki vähän kuulumisia. Sitten sain sanottua, mitä oli käynyt. Että nyt tarvitsen kyllä vähän apua. ”Ei hätää, selvitetään yhdessä”, kuului vastaus hymyillen. Siitä se lähti. Tapaamisen jälkeen oli huojentunut olo, että kerrostalon kokoinen taakka oli poissa hartioilta. Lupasin mennä käymään seuraavalla viikolla, jatkettaisiin siitä, mihin jäättiin. Tuntui kyllä hyvältä, että joku oli heti auttanut, eikä vaan kääntynyt pois tai antanut taas uutta numeroa, mihin soittaa. Onneksi tällainen paikka on meillä Hienolassa!



Vuoden 2025 alussa kuntien vastuulle siirtyä työvoimapalveluiden järjestäminen, ja oman pykälän on saanut myös nuorten työllistymistä edistävä monialaisen tuen yhteispalvelu.

Monissa paikoissa vastaavaa palvelua on jo saatu vuosien ajan Ohjaamo-nimikkeellä, ja tähän joukkoon liittyy myös Heinola muodostaessaan Hartolan ja Sysmän kanssa yhteisen Itä-Hämeen

Ohjaamon. Ohjaamo on kaikkien alle 30-vuotiaiden matalan kynnyksen monialainen palvelupiste, joka tarjoaa työllistymiseen, koulutukseen ja hyvinvointiin liittyvää tietoa, neuvontaa, ohjausta sekä palveluja.

Ytimessä on ajatus siitä, että nuori saisi tarvitsemansa neuvot ja tuen yhden katon alta, yhden oven avauksella. Tuleva palvelu kokoaa yhteen monenlaiset toimijat, niin maakunnallisella kuin kuntatasolla, mahdollistaen mahdollisimman mutkattoman tien tarvittavaan palveluun.

Koska Ohjaamo-toimintaa on eri paikkakunnilla ollut jo vuosia, on saatu myös tiukkaa dataa sen vaikutuksista. Tutkimusten mukaan monialainen ja laaja verkostoyhteistyö tuo palvelut lähemmäs nuoria, ja monialaiset palvelut tavoittavat nuoria jopa 7–15 viikkoa aiemmin kuin tyypillisessä TE-palveluprosessissa.

Säästöjäkin syntyy: Kolmen suuren Ohjaamon toimintaa tarkastellessa kokonaissäästö nousee useisiin kymmeneen miljooniin euroihin. Tehokasta ja kannattavaa, miksen parempaa!

Muutoksen edessä on mahdollista reagoida monin tavoin: pelolla, vihalla, riemulla tai uteliaisuudella. Joskus muutokset synnyttävät näitä kaikkia tunteita.

Tulevaa Ohjaamo-toimintaa toivoisin tarkasteltavan uteliaiden linssien läpi, miettiä, mitä kaikkea tämä voikaan Heinolaan tuoda lisää. Esimerkiksi uusia toimijoita, tehokkaampia palveluprosesseja, enemmän lähipalveluita, laajempaa hyvinvointia?

Näistä on jo hyvä lähteä yhdessä rakentamaan, ei vain utopistista Hienolaa vaan aitoa, hyvinvoivaa Heinolaa. ■

Tytti Lönnrot
ohjaamo-koordinaattori

KUSTANTAJA:

Jyränkölän Settlementti ry
Siltakatu 11, 18100 Heinola

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

Kannen kuva:
Marko Latvanen

TOIMITUS

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

ILMOITUSMYynti

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

SIVUNVALMISTUS

K-Systems Contacts Oy
Päivi Kaikkonen, 040 7333 485

Mainosmateriaalit:
myynti@k-systems.fi

PAINO

Sanoma Manu Oy, Tampere

JAKELU

Painosmäärä 16 500 kpl
Suomen Suoramainonta jakaa 7 500 kpl
Heinolaan. Loput lehdet jaetaan teline-
jakeluna Itä-Hämeessä ja Karismissa.

ISSN 2814-4589 (painettu)
ISSN 2814-4597 (verkkopainettu)

Joululahjat verkkokaupan varastomyymälästä



Laaja valikoima laadukkaita maalaustelineitä

Piirustuslaudat

A3+ **49⁰⁰** (57,90€)

A2+ **69⁰⁰** (85,90€)



Hyvä valikoima Promarkereita!

Katso lisää lahjavinkkejä ja tarjouksia artshop.fi



Taiteilevan ihmisen tavaratalo

Kehystykset • Taiteilijatarvikkeet • Ripustusjärjestelmät

ArtShop.fi 

verkkokaupan varastomyymälä

Lahdenkatu 14, Lahti Puh. 0500 - 573 607

Palvelemme Ma-Pe klo 10-16

Huom! Olemme joululomalla 20.12.24-1.1.25



KÄKISALMI museo

Tuutha
Sieki!

Käkisalmi-museo

avataan Heinolassa 25.11.2024 klo 10

Historiaa ja tarinoita Karjalan kannakselta vuodesta 1294.

Avajais-
viikolla
museoon
vapaa pääsy!

Museo avoinna:

ma-pe klo 10-16, la klo 9-15 ja
joulukuussa myös su klo 10-16

Liput:

- Peruslippu 5 €
- Eläkeläiset/työttömät/sotilait 4 €
- alle 18-v. ilmaiseksi



Käkisalmi-säätiö

Tervetuloa!

**KAHVILA
KÖKI**

Makeaa ja suolaista herkkua
– ja tietenkin karjalanpiirakoita!

Avoinna:

arkisin klo 9-18, la klo 9-16

(ja lisäksi aina, kun museo on avoinna)

Museokauppa Käkipuoti palvelee kahvilan aukioloaikoina.

Järjestä pikkujoulut Tukkijätjän juhlatiloissa!



Loistava paikka juhliin 10-70 henkilölle.

Tarjoilu on mahdollista järjestää Tukkijätjän ruuilla ja omalla juomavalikoimalla.

Kysy tarjous edullisesta juhlatilasta!

Puh. 041 318 6806 • tukkijatka@tukkijatka.fi

Tukkijätjän juhlatila, Kaivokatu 3, Heinola

Erikoispesu
Heinola

Tuotamme laadukkaat
ja kattavat siivouspalvelut
koko Päijät-Hämeen alueella.

- Rakennussiivoukset
- Kotisiivoukset
- Erikoissiivoukset
- Kotiapu

TILAA SIIVOUS
nopeasti ja helposti:
www.erikoispesu.fi

**Uutuutena kemikaaliton
kuivahöyrypesu!**

Tehokasta rasvanpoistoa esim. keittiön pinnoilta.
Sopii myös mm. kaakelien ja saumojen puhdistukseen.

Varaa kotisiivous helposti verkkosivujemme kautta:

www.erikoispesu.fi

Voit myös jättää sivustollamme yhteydenottopyynnön, niin olemme sinuun yhteydessä tarkemman tarjouksen laatimiseksi.

**Aidosti paikallinen yritys
palveluksessanne.**

OTA YHTEYTTÄ
Puh. 044-236 5148
info@erikoispesu.fi

Erikoispesu Heinola
Työmiehentie 6
18200 Heinola



KUUKAUDEN VIERAS RISTO VEIJANEN

Kaupankäyntiä jo 34 vuotta

Kuvat: Marko Latvanen



KUKA

Risto Veijanen

- Ikä ja kotipaikka: 60 vuotta, Lahti.
- Ammatti: Kauppias.
- Koulutus: Peruskoulu. Monia valmennuksia K-Instituutissa, mm. K-kauppias-koulutus.
- Harrastukset: Mökkeily.
- Motto: Aina kannattaa grittää.

Ensimmäisen kauppansa, K-Halli Kasakan, vuonna 1989 Lahdessa avanneella Risto Veijasella on menossa 23. vuosi kauppiana keskiostokseltaan Suomen suurimmassa Citymarketissa.

JUSSI VARJO HU

Toisen polven kauppialla on kaupanteko veressä.

– Aloitin isän kaupalla jo 16-vuotiaana, ja hyvin pian työskentelin myymäläpäällikkönä, **Risto Veijanen** kertoo.

Vaimonsa kanssa ensimmäisen kauppansa Lahden Metsäkankaal-

le avatessaan oli kauppiaspariskunta Suomen nuorimpien joukossa. Kauppiain omien sanojen mukaan, oman kaupan avaaminen jännitti todella paljon. Jännitystä ei helpottanut pankista nostettu 800 000 markan laina.

Tässä sitä nyt kuitenkin ollaan, 34 vuotta myöhemmin, ison ja vastaremontoidun Citymarketin kauppiain juttusilla uusissa toimistotiloissa.

Muutos kauppiasvuosien aikana on ollut iso. Veijasen tie on kulkenut yhdeksän henkilöä työllistäneestä K-Halli Kasakasta keskimäärin noin 70 henkilöä työllistävään Citymarketiin. Tästä joukosta noin 30 työskentelee kauppiain yrityksessä. Citymarketeissa liiketoiminta on jaettu kauppiain ja Keskon kanssa siten, että tavarapuolesta

vastaa Citymarket-ketju ja päivittäistavarapuolesta kauppias. Lisäksi talossa työskentelee ulkopuolisen siivousyrityksen ja sushibuffetin väkeä.

Ennen Heinolan Citymarketissa aloittamista vuonna 2001, Veijanen ehti toimia kauppiaina useissa haastavissakin kauppapaikoissa.

– Totesin aikoinaan silloiselle Keskon aluejohtajalle, **Lassilan Ristolle**, että haluan Citymarketin kauppiaksi. Hän totesi siihen, että jos saat Trion alakerrassa toimivan Ruokamammutin menestymään, pääset Citymarketin kauppiaksi. No, enhän minä sitä saanut, Veijanen naurahtaa.

Veijasen aikana Lahden Trion alakerran kauppapaikka liiketypitetettiin uudelleen Suomen ensimmäiseksi K-Marketiksi, K-Market Veijariksi.

Lahdesta Veijasen tie ennen Heinolan Citymarketia vei vielä muutamaksi vuodeksi Kangasniemelle K-Market Puulantorin kauppiaksi. Kaiken kaikkiaan Veijanen on toiminut kauppiaina viidessä eri kauppapaikassa. Ensimmäisen kauppansa jälkeen ennen Trion alakertaa hän pyörittänyt Citytoria Vääksyssä.

Uutta tekniikkaa

Veijasen kauppiasuraan Heinolan Citymarketissa mahtuu useita remontteja. Suurin niistä on juuri valmistunut.

– Remontissa uusittiin mm. kaikki talon sähköjohdot, ilmanvaihto, muuntamo, kylmäteknikka, kamerat ja kulunvalvonta, Veijanen luettelee.

Remontin myötä uudistettu myymälä sai noin 700 neliötä lisää pinta-alaa. Lisäksi myymäläkalusteita modernisoitiin ja kauppaan tuotiin itsepalvelukassat.

Kauppan alan suurimpana muutoksena oman kauppiasuransa aikana Veijanen kokee tietotekniikan kehittymisen.

– Tiedon seuranta on helpottunut. Enää esimerkiksi hinnoittelua ei tarvitse tehdä mututuntumalla tai suurinta osaa tuotetilauksista ei tarvitse tehdä käsin.

Valikoimat ovat myös kasvaneet. – Ihmiset matkustelevalta paljon, ja toivovat valikoimiin uusia tuotteita, Veijanen kertoo.

Tätä nykyä Heinolan Citymarketin valikoimissa on noin 20 000 tuotetta. Tarjouskampanjat ovat myös muuttuneet aiemmasta.

– Aiemmin esimerkiksi tarjouksessa olleita karjalanpiirakoita saatoin tulla lavoittain, sillä kysyntä oli valtava. Tänä päivänä on äärimmäisen vaikeaa tilata juuri oikeaa määrää tarjoustuotteita, jotta hävikkiä ei syntyisi.

Kauppias nostaa esiin myös ikuisuusmyyksen tarjoustuotteiden riittävydestä.

– Esimerkkinä lenkkimakkaratarjous, joka on samaan aikaan voimassa koko Suomen Citymarketeissa. Ei teollisuus pysty valmistamaan tuotteita määräänsä enempää, vaikka kauppa tilaisi kuinka suuria määriä tahansa.

Vahva kesäkauppa

Kauppiansa tulevaisuuden Veijanen näkee valoisana.

– Citymarket säilyy tässä aina, vaikka toki Heinolan väkiluvun vähentyminen huolettaa. 17 000 asukasta yksinään ei riitä tämänkokoisen kaupan pyörittämiseen, mutta onneksi on kesäasukkaat.

Heinolan Citymarket onkin voimakas kesäkauppa. Risto Veijanen laskeskelee Citymarketin vaikutusalueella olevan noin 8 000 vapaa-

ajan asuntoa. Kesäasukkaiden ostokset näkyvät vahvasti kaupan myyntiluvuissa.

– Vaihtelu kesän ja talven välillä on todella suurta. Kesäperjantain yhden tunnin myynti saattaa olla suurempi kuin talven hiljaisemman päivän koko myynti, Veijanen kertoo ja lisää:

– Kesäisin lihamyynnin osuus koko myynnistämme on Suomen suurin koko ketjutasolla. Lisäksi olemme kesällä Suomen suurimpia panimojuomien ja lonkeron myyjiä.

Yleisellä tasolla Veijanen näkee kaupan keskittymisen suurempiin yksiköihin jatkuvan. Yksi kehitystä mahdollisesti vauhdittava tekijä on vuonna 2029 voimaan astuva säädös, joka kieltää vanhan kylmäaineen käytön kaupan kylmäkalusteissa.

– Uusiminen on kallista, Veijanen toteaa.

Etenkin isoissa kaupungeissa trendinä on ruoan verkkokauppa. Risto Veijanen ei kuitenkaan näe ainakaan tässä hetkessä ruoan verkkokaupalla menestymisen mahdollisuuksia Heinolan kokoisessa pikkukaupungissa.

– Isoin haaste on tavarankeräily. Meillä ei ole samalla tavalla volyyminä kuin isoissa kaupungeissa, jotta toiminnan saisi kannattavaksi.

Kuin kotiin tulisi

Kauppiasurain alkuaikoina Veijasen työpäivät venyivät todella pitkiksi. Nykyään koko perheen ollessa mukana kaupan pyörittämisessä, Veijanen on voinut keskittyä enemmän ohjaavaan johtajuuteen.

– Vastuunjako on helpottanut omaa työtaakkaa.

Kauppias ei omien sanojensa mukaan juurikaan irtaudu töistä – eikä koe sille tarveakaan.

– Kun tulen tänne kaupalle, on kuin kotiin tulisi. Vaimo ja tyttäret ovat jo täällä, ei puutu muuta kuin kissa, hän naureskelee.

Omasta jaksamisestaan kauppias pitää huolta mm. mökkeilemällä ja kuntosalitreeneillä.

– Kuntosali jäi vähän tauolle kaupan remontin aikana päivien venyessä, mutta yritän sitä nyt herätellä uudelleen. Pääasiassa vaimon kanssa ollaan vaan, ja pidetään omasta kunnosta huolta.

Kauppiansa mottona Veijanen mainitsee *Meille on kiva tulla.*

– Ei kaiken tarvitse olla niin vakavamielistä. Mutta ammattitaitoinen pitää olla. Ja ammattilaisten ympäröimänä kaikki on helpompaa. ■



”Meille on kiva tulla.”

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMYS



**Heinolan
joulun avaus**
torilla LA 23.11 klo 10-12

Tarjolla glögiä ja piparia

Joulupukki

Pikku Myyn talvikarkelet

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ Heinola

Koe Heinolan museoiden tunnelmallinen joulu!

Joulunäyttelyt 23.11. alkaen:
23.11. Joulun avaus
14.12. Wanhan ajan joulu Kivalterilla
5.1. Loppiaiskahvit Kivalterilla

KAUPUNGINMUSEO, Kauppakatu 14
Teeaika! Teekulttuuria
1700-luvulta nykypäivään
20.10.2024–5.1.2025
Avoinna: ti, to–su 11–16, ke 11–18, ma sulj.

LÄÄNINKIVALTERI ASCHANIN TALO
Kauppakatu 3 b
Virkamieskodin 1700-luvun joulu,
joulupuoti, kahvila ja tonttuaittaa
Tarkemmat joulun aukioloajat:
www.heinola.fi/vapaa-aika/museot

Lämpimästi tervetuloa!

heinolan museot

Puh. 044 769 4215 | museo@heinola.fi




HEINOLAN KAUPUNGIN
TYÖPAJAJA TORPPA
Perinteinen
JOULUTAPAHTUMA
Reumantie 4, pihapiiri

Perjantaina 22.11.2024
klo 17.00–19.30

Lauantaina 23.11.2024
klo 10.00–14.00

Perjantaina
Grilliherkkuja ja glögiä.
Nuotiolla joululauluja klo 18.00
Pientä tekemistä lapsille.
Sisähallissa suurkirppis.

Lauantaina
Myyntikojuja ja ohjelmaa lapsille.
Ponijelua klo 11.00–14.00
Sisätiloissa Joulukahvila sekä suurkirppis.

PIENI KAUPUNKI,
ISO ELÄMYS
Heinola



Kirjaston lastenosasto kutsuu vierailulle.

Heinolan kirjasto kaupungintalolla

Heinolan kirjasto sijaitsee osoitteessa Rauhankatu 3. Sisäänkäynti on kaupungintalon pääoven oikealla puolella.

Aukioloajat: ma–to 10–19, pe 10–17, la ja aatot 10–15. Sunnuntaisin ja pyhäpäivinä suljettu.

Lehtisali jatkaa toistaiseksi Virtakadulla entisellä paikallaan. Sisään pääsee ma–pe klo 9–11, muina aikoina (ma–su 6–22) lehtisali on käytettävissä omatoimisesti kirjautumalla kirjastokortilla ja pin-koodilla.



**Heinolan kaupungin
itsenäisyyspäivän
juhla**
Heinolan lukiolla 6.12.
klo 13.00

Mari Palo, sopraano

VAPAA PÄÄSY
Nouda lippu kulttuuritoimistosta

Heinola

Holiday Clubin kylpylä avautuu joulusesonkiin

Holiday Club Vierumäen elämyskylpylän rakennustyöt ovat loppusuoralla. Kylpylä avautuu 11.12.

JUSSI VARJO HU

Seitsemän allasta, joista kaksi ulkona. Neljä saunaa. Kaksi liukumäkeä. Vesihierontapisteitä. Day Spa.

Holiday Clubin Vierumäelle rakentuva elämyskylpylä tuo kauan toivotun lisäyksen alueen palveluihin. Joka päivä klo 10–21 avoinna oleva kylpylä laajentaa hotellin palvelutarjontaa.

– Ravintoloidemme aukioloai-

koja laajennetaan, ja jatkossa tarjolla on myös lounasta ja buffet-illallista, kertoo resort manager **Ria Pantsar**.

Kylpylän avauksen yhteydessä myös hotellin keilahallin aukioloajat laajenevat.

– Jatkossa mietitään myös mitä oheishjelmaa voimme toteuttaa. Joulunajan ohjelmatarjontaan on jo varmistunut tunnelmallinen kynttiläuinti ja illallispaketit sekä joulupukin vierailu, Pantsar paljastaa.

Kylpylä palvelee paitsi hotelli- ja loma-asunto-vieraita, myös päiväkävijöitä.

– Kylpylään mahtuu 280 kylpijää kerrallaan, Pantsar kertoo.

Kylpylä lisää myös Holiday Clu-



Kuvat: Marko Latvanen

Ensimmäkseen tulevista, niin rakennusajalta kuin pian avautuvasta kylpylästä. Kylpylään tulee seitsemän eri allasta, joista kaksi on ulkona.

bin henkilökunnan määrää Vierumäellä. Uinninvalvojen lisäksi kylpylän lipunmyynnistä vastaavaan hotellin vastaanottoon ja ravintolaan on rekrytoitu lisää väkeä.

– Henkilökunnan määrä kasvaa noin 10 henkilöllä kokonaismäärän ollessa jatkossa noin 30 henkilöä, Pantsar laskee.

Päälle tulevat keikkatyöntekijät, jotka tekevät töitä vuokranvälitysfirman kautta sekä Day Spa:ssa työskentelevät hierojat ja muut ammattilaiset, jotka toimivat ammatinharjoittajina.

Holiday Club Vierumäellä on 190 hotellihuonetta, minkä lisäksi majoitustarjontaa täydentää lä-

histöllä sijaitsevat lomahuoneistot, joista viimeisimmät ovat vastikään valmistuneet.

Seuraavana hotellin kehityslistalla on ravintolauudistus, joka resort managerin mukaan saa kuitenkin vielä odottaa.

– Ensiksi mietimme ravintola-konseptin kylpylän puolelle avautuvaan ravintolaan.

Kylpylähotellin tärkeitä asiakkaita ovat yritysasiakkaat, mutta myös lapsiperheet ja aikuiset pariskunnat.

– Teemme parhaillaan pieniä muutostöitä hotellihuoneissa, jotta saamme lisätyä perhehuoneiden määrää, Pantsar kertoo. ■



LC Heinolan Joulumetsä riemastuttaa jälleen

JUSSI VARJO HU

Heinolan Siltasaassa lauantaina 7.12. klo 13–17 järjestettävän Joulumetsä-tapahtuman ohjelmassa on mm. joulupukin ja -muorin vierailu, napakelkka, ponijelu, eläinhahmoja ja arpajaiset.

– Ja jos saadaan lunta riittävästi, niin myös liukumäki, lisää tapahtuman 'pää-tonttu' **Ari Yli-Teevahainen**.

Tapahtuma lähti aikoinaan liikkeelle ajatuksista järjestää lapsille kivaa teke-

mistä.

– Jäsenemme **Risto Nieminen** oli nähnyt lasten joulutapahtuman Kymenlaaksossa, joten Risto ehdotti vastaavanlaisen tapahtuman järjestämistä Heinolassa. Vuonna 1993 LC Heinola järjesti tapahtuman ensimmäistä kertaa. Koska se järjestettiin Jyrängön pururadan maastossa, metsässä, sai tapahtuman nimen Joulumetsä. Sen jälkeen se on järjestetty mm. Heinäsaassa, Kesäteatterilla ja nykyisen Elämäkaaritalon

alueella. Ja nyt useamman vuoden ajan Siltasaassa, Yli-Teevahainen kertoo.

Joulumetsä-tapahtumasta kertyneet tuotot LC Heinola ohjaa pääasiassa lapsille ja nuorille tarkoitettuun toimintaan. Ari Yli-Teevahainen mainitsee muutamina esimerkkeinä musiikkiopiston vapaaoppilaispaikat, Mannerheimin lastensuojeluliiton Heinolan paikallisyhdistyksen, Heinolan lukion ja koulutuskeskus Salpauksen stipendit sekä nuorten työllistämistä tukevan Kesätyö-

setelin.

– Heinolalaiset ja lähiympäristön yritykset mahdollistavat LC Heinolalle jaettavaksi todella ison summan rahaa vuosittain. He mahdollistavat rahallisen tuen, LC Heinola vain ohjaa ne sopiviin kohteisiin, Yli-Teevahainen kiittelee. ■

Joulumetsä Siltasaassa lauantaina 7.12.2024 klo 13–17. Siltasaaren kahvila on avoinna klo 10–18.



Marko Latvanen



HUIPPU-UUTUUS GREE SP NORDIC



- SCOP 5,1 A+++
- SEER 9,72 A+++
- Automaattinen takkatoiminto
- Näyttävä ja siro sisäyksikkö karkaistulla lasipinnalla



Hinta asennettuna alkaen 1690€
Rajoitettu erä

Scanvarmin lämpöpumput alueellasi toimittaa

JS Kylmäpalvelut, Heinola

Puh. 044 23 83 574

www.jskylmapalvelut.fi

JS KYLMÄPALVELUT
SCANVARM

Perinteiset joulumyyjäiset

WPK-talolla su 8.12. klo 12–15
Kahvio!



Järjestää Heinolan Zonta-kerho,
yhteistyössä Pekan Leipä.

MYYDÄÄN/VUOKRATAAN



JYRÄNGÖN LIIKEKESKUKSESTA:

Entinen kaupan tila

556 m² • Hinta 15 000 € • vastike 3 €/m²/kk
tai vuokra 1 946 € alv 0%

Ravintolatila

• Hinta 49 000 € • Myydään vuokrattuna

KESKUSKATU 22, HEINOLA

puh. 044 335 3852 • marko@jalemala.fi

Joulumetsä

Heinolan Siltasaarella lauantaina 7.12.2024 klo. 13-17

Perinteisessä koko perheen joulutapahtumassa voit vieraila Joulupukin teltassa, kokea hurjan vauhdin napakelkassa tai käydä ponijajelulla.

Tapahtuman järjestävät yhteistyössä:



Lions Club Heinola

Heinolan

SILTASAARI

Pääsy tapahtumaan on maksuton, sisäänkäynnillä voit suorittaa vapaaehtoisen "siltatullimaksun."
Lions Club Heinolan tapahtumasta keräämä tuotto käytetään heinolalaisten lasten ja nuorten hyväksi.
Siltasaaren kahvila palvelee asiakkaita koko tapahtuman ajan.

Vuokralle tarjotaan!

Katinkulta, viikko 2

Lomahuoneisto
ajalle 3.–10.1.2025

Tilat 4–6 hengelle, täysi varustelu

Vuokra 550,-/vko/huoneisto

Sisältää:

- 14 kylpylökäyntiä
- liinavaatteet ja loppusiivous

Ps. Vuokraa 2 vierekkäistä huoneistoa!
Hinta yhdessä 1000 e/vko



Pss. Vierumäellä vko 6 vapaana, 92 m².
Uuden kylpylän vieressä, kysy toki!

Ota yhteyttä!

Puh. 044 335 3852 | marko@jalemala.fi
www.jalemala.fi

**Jale
Mala**

Hengelliset tilaisuudet

Jumalanpalvelus sunnuntaisin klo 14
Lasten pyhäkoulu keskiviikkoisin klo 18.30
Keskustelua Jumalan sanan ympärillä
keskiviikkoisin klo 18.30

SYYSSEURAT

La 23.11. klo 12 ja 18

Su 24.11. klo 12 ja 17

Sydämellisesti tervetuloa tilaisuuksiimme!



Esikoislestadiolaisen herätysliikkeen oppi on ilmaistu
kiteytettynä Apostolisessa uskontunnustuksessa.

*"Astukaa teille ja katsokaa ja kysykää muinaisia polkuja,
kysykää, mikä on hyvä tie, ja vaeltakaa sitä,
niin te löydätte levon sieluillenne."* (Jer. 6:16)

Esikoislestadiolaiset • Rajakatu 5, Heinola

K CITYMARKET
HEINOLA

TULE HERKULLISELLE LOUNAALLE HEINOLAN CITYMARKETIIN!

13,90 €/HLÖ

HINTAAN SISÄLTYY:

- HIWOK • SUSHI • SALAATTI
- JÄLKIRUOAT • KAHVI

SYÖ NIIN PALJON KUIN JAKSAT!

**SHIBA SUSHI
BUFFET AVOINNA:**

- MA-LA 10.30-17.30
- SU SULJETTU



Shiba Sushin
yrittäjä Lee ja
kauppias Risto
tutkivat päivän
tarjontaa.

TERVETULOA HERKUTTELEMAAN, PALVELEVAAN KAUPPAAN!

HEINOLA
Hevossaarentie 1, puh. 0105385600

MA-PE 8-21
LA-SU 8-20



Jani Keinäsellä on menossa toinen kausi II-divisioonassa pelaavan heinolalaisjoukkueen peräsimestä.

Millaista on ammattivalmentajan arki divarikiekossa?

Heinolan Peliitoilla kävi melkoinen munkki, kun joukkue sai päävalmentajakseen Jani Keinäsen, joka on mittavalla pelaajaurallaan voittanut mm. SM-liigassa kultaa HPK:n paidassa 2006. Valmentajana Keinänen on toiminut Mestis- ja Liiga-tasolla.

Menossa on nyt toinen peräkkäinen kausi II-divisioonassa pelaavan heinolalaisjoukkueen peräsimestä.

– Isoin ero aiempaan on harjoitusten määrässä. Ammattisarjassa on 6–7 jääharjoitusta, 3–4 oheisharjoitusta ja 2–3 peliä joka viikko. Nyt 2–3 harjoitusta ja yksi peli viikossa. Ja toisena on vapaaehtoisuus paikalla olemiseen ja muutenkin toimintaan. Siviilielämän ehdoilla mennään, lyö **Jani Keinänen** pöytänsä lukuja ammatti ja harrastesarjojen välisestä erosta.

Ammattimaiseen toimintaan totuneelta valmentajalta vaaditaan divarimaailmassa ennen kaikkea kärsivällisyyttä. Kaikenlaisiin yllätyksiin ja viime hetken muutoksiin saa varautua.

– Ainakin malttia tarvitaan, asiat

harvoin menee niin kuin olit ajatellut tai suunnitellut.

Peliitoissa valmentajan työtä helpottaa kokeneiden Liigaa, Mestistä ja Suomi-sarjaa pelanneiden pelaajien määrä.

– Itse valmentaminen on ainakin meidän joukkueessa kohtuu helpoaa. Kun pelaajistossa on paljon johtajuutta, kokemusta ja muutenkin itseohjautuvuutta. Tietävät mitä tekevät ja mikä on hyväksi joukkueelle ja pelille.

”Tietävät jo mitä tekevät.”

HEINOLASSA Keinänen pyrkii vahvistamaan puitteita joukkueen ja pelaamisen kehittämiseen pelaamisen iloa unohtamatta. II-divisioonassa ei ole kuitenkaan 48-vuotiaan valmentajan päätepsäkki.

– Omat tavoitteet on luoda ilmapiiri ja ympäristö, missä meidän pelaaminen voi kehittyä ja pelaajat mennä eteenpäin, kehittyä ja nauttia jääkiekosta. Tulevaisuudessa toivon vielä voivani valmentaa ammattilaisena.

Pelikirjoja ei Keinäsen komennossa pöntätä liiksi. Taktisia asioi-

ta tuodaan mukaan hiljalleen kauden edetessä.

– Kohtuu minimissä koitetaan pitää taktiset asiat, että pelaajat saa pelata omilla vaistolla. Ja niitä tuodaan pikkuhiljaa vähän lisää.

Valmennustiimi on II-divisioonan harvinaisen nimekäs, sillä apuvalmentajan pallilla istuu kiekkoa seuraaville tuttu kanadalainen ex-Liigapeluri **Tyler Redenbach**.

– Olen tykännyt toimia hänen kanssaan. Hänellä on hyviä näkemyksiä pelistä ja erilaista ajattelua mitä itselläni on ollut. Tyler on koko ajan ottanut enemmän roolia, mikä on erinomainen asia. **Harri Valkonen** tekee myös loistavaa työtä maalivahtien kanssa. Molempien valmentajien kanssa yhteinen kemia on koko ajan kehittynyt ja kasvanut, kun ensimmäistä kautta toimitaan yhdessä.

PELIITAT ON aloittanut kauden väkevästi. Heinolassa on nähty pelkkiä kotivoittoja. Vieraisissa tappioita on tullut vain sarjan kärkijoukkuei-

”Valmennustiimi on II-divisioonan harvinaisen nimekäs.”

ta Warkista ja Urhoa vastaan. Warkis, Urho ja Gladiators ovat myös kasanneet joukkueet, joilla pärjäisi sarjaporrasta ylempänäkin. Erot kärkipäässä ovat pieniä.

Keväällä pudotuspelisarjat katkeavat kahdesta voitosta, joten hupiteleihin ei ole varaa. Viime kaudella Peliitat putosi puolivälierävaiheessa Warkikselle suoraan voitoin 0–2. Tuolloin etenkin ykköskenttää runnellut loukkaantumis-suma osui pahaksi onneksi juuri pudotuspelien kynnyksellä. Loukkaantumistilanteen lisäksi pelaajien joustavuutta kysytään, jotta siviilielämän työt ja kiireet pystyisi soveltamaan kiihkeiden pudotuspelisarjojen aikana.

– Pelaaminen on kehittynyt alkusyksystä harjoittelun ja yhteisten kokemusten kautta. Tällä hetkellä siis hyvällä mallilla on pelaaminen, mutta asiat voivat nopeasti muuttua. Keväällä pelataan II-divisioonan lyhyet playoff-sarjat, jotka kestävät 4–5 päivää. Silloin pelaajien kunto ja paikallaolot ratkaisee paljon miten niissä menee. Sarjan kärjessä tasoerot ovat kuitenkin hyvin pienet, niin sen päivän kunto ratkaisee paljon. Päivä/viikko kerrallaan mennään eteenpäin.

JÄÄKIEKKO ON antanut urallaan 685 SM-liigapeliä pelanneelle päävalmentajalle paljon. Koho-

kohtakseen Keinänen nostaa pelaajauraltaan Peliitoissa pelatun Mestiksen ikimuistaisen puolivälieräsarjan **Juhani Tammisen** valmentamaa nimivahvaa TuToa vastaan kaudella 2012–2013. Keinänen ratkaisi ensimmäisen ottelun kolmannessa jatkoerässä ajassa 103.42. Ottelusarja päättyi lopulta TuTon eduksi voitoin 4–2.

”Sarjan kärjessä tasoerot ovat hyvin pienet.”

– Paras muisto pelaajana on playoff-sarja TuToa vastaan silloin joskus, ja tietenkin ihmiset kenen kanssa olen saanut toimia, pelaajat, valmentajat ja muu staffi.

PELIITAT PELAA seuraavan kotiottelunsa Heinolassa 30.11. lauantaina parin vuoden takaista II-divisioonan mestaria Laukaan Gladiatorsia vastaan, jonka riveistä löytyy Liigaa ja Mestistä pelanneita pelimiehiä, sekä maalilta naisten maajoukkueesta tuttu **Meeri Räisänen**. Ottelu alkaa klo 17.00.

Jyränkölän Setlementti 80v

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Jyränkölän Setlementti täyttää tänä vuonna 80 vuotta. Juhlavuoden kunniaksi *Heinolan Uutiset* julkaisee Jyränkölän historiaan liittyvää materiaalia joka numerossaan. Osa 8.

Jyränkölän Setlementti kustantaa *Heinolan Uutisia*.

Aikajanalla 2020-luku

2020

- Heinolan Uutiset -kaupunkilehti perustettiin.
- Ravintola Konsuli remontoitiin kultaaltaan ja nimeksi vaihdettiin ravintola Kymenkartano.



2021

- Puntarin Lehmuskoti aloitti toimintansa Lahdessa.

Sekä uusia tuulia että vanhaa, vankkaa pohjaa 2020-luvun alun toiminnassa.

2022

- Rekrytoitiin ensimmäiset intialaiset hoitajat.

2023

- OKKA-säätiön oppilaitosten kestävän kehityksen sertifikaatti myönnettiin kansalaisopistolle.



Uudistunut Ravintola Kymenkartano tarjoaa maittavaa lounasta joka päivä.



Jyränkölän ensimmäiset intialaiset hoitajat.



Hoivapalveluita juhlistetaan tarinateatterin keinoin

Jyränkölän hoivapalvelut viettää tänä vuonna 30-vuotisjuhliiaan.

JUSSI VARJO HU

Vuonna 1994 Konsulinkatu 2:een valmistunut palvelutalo Konsuli aloitti setlementin vahvan kasvukauden, jonka aikana Jyränkölän palvelutalojen määrä Heinolassa on kasvanut viiteen. Lisäksi setlementti operoi Lahden keskustassa yhtä hoivayksikköä. Kaiken kaikkiaan Jyränkölä tarjoaa kodin yli 300 asukkaalle.

Jyränkölän Setlementti viettää kuluvana vuonna myös 80-vuotisjuhliiaan. Juhlavuosi on näkynyt mm. kaupunginmuseolla esillä olleessa näyttelyssä. Koko setlementin juhluvuoden vuoksi hoivapalveluiden pyöreitä vuosia ei erityisemmin ole korostettu, mutta asukkaille juhluvuosi on näkynyt muun muassa tarinateatterin myötä.

Tarinateatteriryhmä Además vierailee syksyn aikana kaikissa tehostetun palveluasumisen yhteiskodeissa sekä esiintyy palvelutaloasukkaille järjestetyissä tilaisuuksissa.

– Además on espanjaa, ja se tarkoittaa lisäksi tai halutaan lisää, kertoo tarinateatteri-

ryhmän vetäjä **Sari Innanen** ja viittaa ryhmän haluun saada lisää tekijöitä mukaan.

– Ryhmässä mukana olevat tekijät ja muusikot ovat työssäkäyviä, joten isommalla porukalla saataisiin aikataulut paremmin määrittämään, Innanen sanoo.

Sari Innanen kertoo, että tarinateatteri perustuu improvisaatioon ja yleisön tarinoihin.

– Yleisö on aktiivisessa roolissa. Yleisön tarinat ovat pääosassa – näyttelijät tekevät tarinat näkyväksi.

Jyränkölän hoivapalveluissa tarinateatterin teemana on ollut juhlat.

– Olemme kysyneet yleisöltä mitä juhlia on ja mitä erilaisiin juhliin kuuluu.

Innanen kertoo yhteiskoteihin vietävän esityksen olevan mukautettu versio perinteisestä tarinateatterista.

– Yhteiskoteihin vietävä työryhmä on pienempi. Ohjaajan lisäksi kokoonpanoon kuuluu kaksi hahmoa ja muusikko.

Tarinateatterin esitykset ovat saaneet suuren suosion Jyränkölän hoivapalveluiden yksiköissä. Ensimmäinen tuokio Tammikodissa keräsi reilut 20 asukasta tarinateatterin äärelle muistelemaan erilaisia juhlia.

Jyränkölän hoivapalvelujohtaja **Sirkku Taskinen** lisää, että hoivapalveluiden juhluvuotta haluttiin juhlistaa tarinateatterin keinoin, sillä asukkaat haluttiin mukaan tapah-

tuman keskiöön ja aktiiviseksi osallistujiksi.

– Meidän ydinajatuksiamme ovat voimavaroalähtöisyys, yhteisöllisyys ja osallistuminen. Tarinateatterin keinoin nämä ydintemat toteutuvat hienosti, Taskinen tiivistää.

Jyränkölän hoivapalvelut eroaa muista alan yksityisistä toimijoista mm. omistusrakenteen osalta.

– Kolmannen sektorin toimijana emme tee tuottoa osakkeenomistajille, vaan pärjäämme pienemmälläkin toiminnantuotolla. Toiminnan tuotot ohjautuvat oman toiminnan kehittämiseen ja alueelliseen hyvinvointiin esim. projektien omarahoitusosuuksien tai vapaaehtoistoiminnan tukemisen kautta. Meillä on myös hyvin vähän alihankintana tuotettua palvelua, ja se erottaa meidät monesta muusta alan toimijasta, Taskinen taustoitaa.

Vaikka hoiva-alalla on monia julkisuudesta tuttuja haasteita erityisesti asiakkaiden palveluihin ohjautumisessa, Jyränkölän hoivapalveluiden tulevaisuus näyttää Sirkku Taskisen mukaan valoisalta.

– Olemme jo 30 vuotta tarjonneet laadukkaita hoiva- ja asumispalveluita eri asiakasryhmille ja se tulee jatkumaan edelleen. Olemme dynaaminen toimija ja ketterä tekemään muutoksia ja peliliikkeitä ajan hengen ja alueellisten tarpeiden mukaan. ■

Yleisön tarinat ovat pääosassa – näyttelijät tekevät tarinat näkyväksi.



Villasukka-myyjäiset

Pe 22.11. klo 9–11 Tuttis; Kaivokatu 16

Pe 29.11. klo 9–11 Tuttis; Kaivokatu 16

Ma 2.12. klo 13–14.30 Vaahterasali; Konsulinkatu 1

To 5.12. klo 10–14 Kestin aulassa; Siltakatu 11



Tervetuloa tekemään täydennystä pukinkonttiin. Tuet samalla vapaaehtoistyötä Heinolassa.



Jyränkölän Setlementti

RONKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Jyränkölä joraa!



Jyränkölän Setlementti 80 vuotta

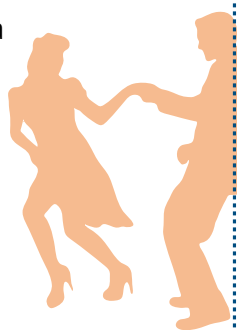
Mitä: Jyränkölän Setlementin 80-vuotisjuhla rennolla meiningillä.

Milloin: Sunnuntaina 24.11. klo 14.30-17

Missä: Jyränkölän juhlasalissa, Siltakatu 11 Heinola

Kenelle: Tilaisuus on kaikille avoin!

Tervetuloa juhlimaan Jyränkölän pyöreitä vuosia musiikin, tanssin ja kakkukahvien merkeissä.



Ohjelma:

Alkumaljat klo 14.30

Opiston bändit esiintyvät klo 15
Lyhytelokuva Jyränkölän synnystä

**Kakkukahvit
250 ensimmäiselle!**



Jyränkölän Setlementti 80v



Kuvat: Tuomo Seppänen.

Saaliin perään säntäävä kanahaukkanaaras ikuisti itsensä kameran kennolle.



Varpushaukat ovat tuttu ilmestys linturuokinnolla syys-lokakuussa. Kuvan vanha koiraslintu kyttäsi saalista Heinolan Marjoniemessä.

Luonnossa valmistaudutaan talven viettoon

TUOMO SEPPÄNEN

Syksy antaa luonnossa liikkuville taas uusia elämyksiä. Maisemien värimaailman muutos vihreästä keltaiseen ja punaiseen on tämän vuodenajan näkyvin tunnusmerkki myös täällä eteläisessä Suomessa. Myös äänimaailma on hivenen erilainen keväällä ja kesällä kuultuun, johtuen hanhi-, joutsen- ja kurkiparviin kaakatuksista. Tarkkaavainen kulkija havaitsee luonnossa muitakin merkkejä kasvien ja elävien valmistautumisessa tulevaan talveen.

SYKSY ON TANKKAAMISEN AIKAA. Tiaiset ja muut paikkalinnut alkavat kasaantua tutuille talviruokintapaikoille. Ohimuu-

tavat hanhet, joutsenet ja kurjet suorittavat ”varikkopysähdyksiä” peltoaukeilla. Näiden isokokoisempien lintujen seassa liikkuu paljon muitakin, pienempiä pohjoisen pesijöitä. Myös nelijalkaisten menossa ja ulkomuodossa nähdään syksyisin muutoksia. Ruska-aikaan on menossa karvanvaihtoviihkö, kun paksumpi talviturkki vaihtuu kesäisen karvapeitteen tilalle ja luonnon yölliseen äänimaailmaan tuo bassovoittoisia sävyjä hirvieläinten kiima-aika.

Syksy on lintuharrastajille kauden toinen sesonki. Lintubongarien verkkosivut täyttyvät havainnoista ja innokkaimmat kasaantuvat tutuille eteläisen Suomen havaintopaikoille seuraamaan muuttoa. Syksyisin on mahdollista havainnoida harvemmin näillä leveysasteilla tavattavia lintulajeja. Lintujen

syksyinen aktiivisuus näkyy myös muillekin kuin pelkästään lintuharrastajille. Tiaiset ja muut näillä nurkilla talvehtivat alkavat parveille tutuilla ruokintapaikoilla.

SYKSY ON MYÖS AIKAA, jolloin petolinnut tulevan esille pesimäseuduiltaan hyödyntämään saalislintujen parveilua ja tankkaamaan muuttomatkoja varten. Näin etelässäkin tehdään syksyisin paljon havaintoja suohaukoista ja kiertelevistä maa-kotkista. Jopa näillä leveysasteilla harvinaisia muuttohaukkoja on lennellyt bongarien kaukoputkien ulottuville. Luontoihmisten kannattaakin olla hereillä, sillä lintumuuton edistyessä alkaa luontokin pikkuhiljaa hiljentyä talven viettoon. ■

Vertaistuki voimavarana

Heinolan Parkinson-kerho tarjoaa vertaistukea Parkinsonin tautia sairastaville ja heidän läheisilleen. Vuonna 1996 perustetun kerhon toiminnassa on tällä hetkellä mukana 24 henkilöä.

JUSSI VARJO HU

– Kerhon tarkoituksena on antaa vertaistukea sairauden kanssa jaksamiseen. Ohjaamme kuntoutuskursseille, ja annamme tietoa neurologian lääkärin luennoista. Teemme myös yhteistyötä keskussairaalan sekä apteekkien kanssa, kertoo kerhon sihteeri **Annikki Estola-Ruokolainen**.

Heinolan Parkinson-kerho kuuluu Päijät-Hämeen Parkinson-yhdistykseen, joka kuuluu Liikehäiriösairauksienliittoon.

Estola-Ruokolainen kertoo, että kerhon toiminta on kaikille asiasta kiinnostuneille avointa ja lähes maksutonta.

– Jäsenet maksavat jäsenmaksua 25 euroa vuodessa, josta liitto palauttaa kerhon toimintaan 15 eu-



roa. Maksullisista tilaisuuksista peritään pieni maksu, mutta kerho tukee tämänkaltaisia tapahtumia.

Kerhon toimintaan kuuluu mm. joka kuukauden ensimmäisenä torstaina järjestettävä vertaistukitapaaminen.

– Lisäksi teemme retkiä luontoon, esim. makkaranpaistoon laavulle, ja järjestämme yhteisiä kahvittehetkiä. Museo on myös tullut tutuksi, Estola-Ruokolainen kertoo.

Hän kannustaa Parkinsonia sai-

rastavia ja heidän läheisiään tulemaan mukaan kerhon yhteiseen toimintaan.

– Vertaistuki on voimavara sairastaville ja heidän läheisilleen, kun he voivat tavata toisia samankaltaisessa tilanteessa olevia. Vertais-

Heinolan Parkinson-kerho retkellä Nyynäisten kartanolla.

tuessa saa olla aina aivan oma itsensä, ei tarvitse arkailla vapinaa tai jäykkyyttä. ■

TARVIKEKESKUKSEN Tarjoukset!

**POLAR
ÖLJYKYNTTILÄ**
6 KPL/PKT
• valkoinen
• paloaika n. 86h



8,50
PKT

(9,95)

**SUOMI
ÖLJYKYNTTILÄ**
4 KPL/PKT
• valkoinen
• paloaika n. 55h



3,95
PKT

(4,95)

**TUOKSU-
LÄMPÖKYNTTILÄ**
18 KPL/PKT



1€
PKT

**HORNET
KAASUSYTYTIN**

Taipuva kaasusytytin on varustettu liekin säädöllä ja lapsilukolla.



1,95
KPL

(2,95)

**KYNTTELIKKÖ
PUNAINEN 7-LED**



10,95

(14,95)

**FINNLUMOR
LED-VALOPALLO**



• Paristokäyttöinen (paristot ei sis. pakkaukseen)
• Sisällä 20 led-valo. IP44 akkukotelo. 1 m liitäntäkaapeli.
• Ajustointoiminto 6h päällä/18h pois päältä

11,95

(13,95)

**FINNLUMOR
RETRO 40 LED
VALOSARJA**



• meripihka
• monivärinen
• lämmin valk.

7,95

(8,95)

**FINNLUMOR
RETRO 120 LED
VALOSARJA**

• meripihka • monivärinen
• lämmin valkoinen



15,95

(16,95)

**FINNLUMOR LED
PARISTOVALAISIN
LIIKETUNNISTIMELLA**

Paristoilla toimiva led-valaisin tuo valoa sinne, missä sähkö ei kulje. Magneettikiinnitys, helppo kiinnittää magneettipinnoille. Hämähäkytkin ja liiketunnistintointo

- paristot 3xAAA (ei sisälly pak.)
- musta/valk.



4,95
KPL

(5,30-5,50)

**KYNTTELIKKÖ
VALKOINEN 7-LED**



9,95

(12,95)

**AIRAM
LED TYÖVALAISIN
LAVORO MAXI**

• 5W 350LM



3,95
KPL

(4,95)

**AIRAM CLIPPY
HUOMIOVALO 40LM**



3€
KPL

(4,95) tai

**NERIO TURVAVALO/
AVAIMENPERÄ 30W**



**VARTA • 8 KPL/PKT
PARISTOT**



3,95
PKT

(4,95)

• AA
• AAA

**LEXXA • 17-OS
TYÖKALUSETTI**



10€

(14,-)

sis. vasara, jakoavain, mattoveitsi, 3 m rullamitta, monitoimipihdit, 2 ruuviväännintä, 2 mikroruuviväännintä, rautasaha, 7 kuusiokulma-avainta, kankainen säilytyslaukku

**LAHJAPAKKAUS!
MAKU
RUOKAILU-
VÄLINEET**

Ruostumatonta terästä. Lahjapakkauksessa:

- 6 veistä
- 6 haarukkaa
- 6 ruokalusikkaa
- 6 kahvilusikkaa



35€ (39,-)

**FAZER KISMET
VADELMA-
JOGURTTI
41G**



0,50
KPL

(0,80)

**FEELY JOY • 1L
NESTESAIPPUA**

Glyseriiniä sisältävä hellävarainen nestesaippua joka ylläpitää ihon kosteustasapainoa.



2€
KPL

(2,95)

**LIBRESSE
TERVEYSSIDE**



• Ultra long wing 8 kpl/pkt
• Ultra normal wing 10 kpl/pkt

1€

(1,95)

**LINNUNSIEMEN-
TANGOT 600G**

• Tintin herkkutanko hyönteisillä
• Talvilintu pähkinätanko

(YKS. 3,30)

**4 KPL
10€**

**TINTTI
RASVASIEMEN-
SEOS 1 KG**



3,90
KPL

(4,50)

**MR. MUSCLE • 250ML
UUNIN JA
GRILLIN
PUHDISTAJA**



2,95
KPL

(3,50)

**ITÄ-HÄME TALON
TARVIKEKESKUS**

AVOINNA MA-PE 9-18, LA 9-16, SU suljettu
Tarjoukset voimassa 30.11.2024 asti tai niin kauan kuin varattuja eriä riittää.
Kirjanpainajankatu 1, 18100 Heinola • p. 0400 399 444 Klarna f



NUOHOUKUISMA

**NUOHOOJAT (D)UUNISSA
NUOHOUSPALVELU**

HEINOLA
Nuohooja Pauli Seppälä
040 353 1943
Nuohoojamestari Kuisma Seppälä
050 535 7138

LAHTI
Nuohooja Otto Siekkinen
040 592 4246

ETELÄ-SAVO
Nuohooja Joonas Gadding
040 835 1373

 nuohouskuisma.fi

UNELMAKEITTIÖT KESÄMÖKISTÄ KIVILINNAAN!

VARAA SUUNNITTELUAIKA NYT!

**KOMEROT
LIUKUOVET
KODINKONEET
WC-KALUSTEET
EDULLINEN RAHOITUS**

**HM
KEITTIÖ**

Keittiöunelmia vuodesta 2005



**OSINA – KOOTTUNA – ASENNETTUNA
JOPA VIKOSSA**

Laatukatu 5, Lahti p. 040 840 5843
www.hm-keittio.fi – avoinna ma-pe 9–18

Paluu Niskavuorelle ja perheasioiden pariin

Lahden kaupunginteatterin kevään 2025 ohjelmisto on julkaistu

Suurella näyttämöllä vuoden aloittaa **Mikko Roihan** uudelleen sovittama **Hella Wuolijoen** *Niskavuoren Heta*.

– Niskavuoret ovat hämäläisyyden ydintä ja itselleni kaikkein intiimeintä mitä on kirjoitettu. Heta siksi, että sen edellisestä esittämisestä on kulunut pisin aika Lahden kaupunginteatterissa. Se käsittelee tietenkin häpeää, joka on hyvin suomalaiskansallinen tunne, mutta myös tunnustuksellisuuden puutetta ja näyttämisen pakkoa. Pukusuunnittelija **Riitta Röpelisen** kanssa keskustelimme myös siitä, että Heta käsittelee perhesuhteita ja vaikenemisen kulttuuria. Tämä on myös hämäläisen matriarkaatin kuvausta, että mitä se maksaa, mikä sen hinta on, avaa ohjaaja Mikko Roiha Niskavuoren Hetan maailmaa.

Hella Wuolijoen Hämeeseen sijoittuva klassikonäytelmä halkaisee puoli vuosisataa Suomen historiaa. Ohjaaja Mikko Roiha on Suomen arvostetuimpia teatterintekijöitä. Visuaalisesti näyttävistä esityksistään ja näyttelijäntytön tarkkuudesta tunnettu Roiha on tunnustettu suomalaisen- ja kansainvälisten klassikkojen tulkitsija. Roiha myös lavastaa teoksen. Erikoisuutena vielä mainittakoon, että esitykseen tulee englanninkielinen tekstitys. Nimiroolissa Hetaa esittää **An-**



Niskavuoren Heta.

nukka Blomberg. Akustia, hänen miestään näyttelee **Tapani Kalliomäki**. Ensi-ilta on 22.1.

Tuoreempaa perhedynamiikkaa käsittelee puolestaan pienen näyttämön ensi-ilta *Onnekkait*. Sen on käsikirjoittanut ja ohjaa **Tuomo Rämö**.

– Esitys sijoittuu 1980–90-luvulta nykypäivään. Se käsittelee luokkanousua ja sen vaikutuksia perheyhteisöön. Esityksen tyyli on tragikomedialta, uskaltaisina sanoa, että on koskettava ja hauska. Elämänmakuinen on hieman tyl-

sä termi, mutta tämä perhe kohtaa juuri niitä samoja asioita, joita jokainen perhe saattaa kohdata. Tämä siis sopii kaikille, jotka ovat joskus olleet perheenjäseniä, Tuomo Rämö naureskelee.

Perheen vanhempia, Tuulaa ja Markkua esittävät **Lumikki Väinämö** ja **Mikko Jurkka**, ja heidän lapsiaan Sannaa ja Mikaa **Nenna Tyni** ja **Markus Järvenpää**, joka vieraillee Lahden kaupunginteatterissa ensimmäisen kerran, mutta on työskennellyt paljon ohjaaja Tuomo Rämön kanssa.

Kotimainen kantaesitys *Onnekkait*, koskettava perhedraama 1980–90-lukujen Suomesta ja talouden vallasta on ensi-illassa 25.1.

Pienen näyttämön toinen ensi-ilta 19.2. on *Disco Pigs*. **Enda Walshin** räiskyvä tragikomedialta 17 vuotta täyttävistä ystävyksistä, jotka uskovat olevansa erottamattomat – kunnes kaikki kerran muuttuu peruuttamattomasti. Ohjaajana ja lavastajana tässä toimii **Lauri Majjala**.

Possun (**Miikka Wallin**) ja Kiusun (**Vilma Kinnunen**) elämä on

loputonta juhlaa, yleistä hengailua ja sattumanvaraisia väkivallantekoa maailmassa, jossa he hallitsevat kuin kuningas ja kuningatar.

– Yksi porukka, joka usein jää katveeseen tai väärinymmärretyksi, ovat nuoret. Tämä esitys on syväuskellus siihen miltä tuntuu olla nuori ja ehdoton. Samaan aikaan on hirvittävä palo rakastaa ja tulla rakastetuksi, kokeilla uusia asioita, ja kaivata kosketusta, rajoja ja ymmärrystä. Näköalattomuus kuuluu nuoruuteen. Vuosi on koko elämä! Hirveän hauska ja törkeä teksti ja tämä on ehdottomasti suunnattu nuorisolle, hehkuttaa Lauri Majjala.

SEX – sukupolvia & sukupuolia on musiikillinen komedia normeista ja ennakkoluuloista, jotka määrittelevät meitä, vajaaksi jääneestä seksuaalikasvatuksesta ja toisten todellisen kohtaamisen vaikeudesta.

Esitys on Teatteri Siperian, Tampereen Työväen Teatterin, Lahden kaupunginteatterin sekä Kotkan kaupunginteatterin yhteistuotanto. Käsikirjoitus **Valto Kuuluvainen** ja ohjaus **Minna Koskela**, rooleissa **Sari Havas**, **Aija Pahlkala**, **Raisa Vattulainen**. Esitykset Lahden kaupunginteatterissa 26.2.–7.3. ■

Lisää ohjelmistosta ja työryhmistä sekä liput esityksiin Lahden kaupunginteatterin nettisivuilla: lahdenkaupunginteatteri.fi

KOLUMNI

Kierrätetään hyvillä mielin

Kierrätys on tullut tutuksi viimeisten vuosikymmenien aikana. Se on muotisana. Omassa nuoruudessa muistan, kun kaikki roskat ja poisheitettävät tavarat vietiin maalla maakuoppaan. Sinne menivät lasit, maalipurkit, säilykepurkit, ruokien jätteet ja kaikki muukin. Muistan, kun pikkupoikana oli jännä mennä ”kuopalle” rikkomaan hehkulamppuja, koska ne poksahdivat rikki mennessään. Kukaan ei kieltänyt tai kommentoinut asiasta. Elettii 60-lukua.

Tänä päivänä kaikki lajitellaan, uudelleen jalostetaan ja kierrätetään. Vastuullisuus ympäristössä esiintyy jo yritystenkin arvomaailmassa ja toiminnassa. Kirpputoreilta ostetaan kelpo tavaraa ja Tori.fi on tuttu monelle. Upeaa.

Kierrätys ja vastuullisuus on epäitsestä toimintaa, koska se liittyy ympäristön ja luonnon hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Epäitsekkyyden onkin elintärkeä hyve.

Epäitsestä luonnonsuojelua

Itsekyydestä epäitsekkyyteen on usein pitkä matka. Pahimmillaan itsekkyyden näyttäytyä toimintana,



Mikko Latvanen

jossa henkilö tai yhteisö pyrkii hyötymään toisten kustannuksella. Siis myös luonnon kustannuksella. Roskaaminen on itsestä toimintaa.

Epäitsekkyyden vastakohtana näyttäytyy tavalla, jossa annetaan omasta tai autetaan apua tarvitsevaa. Tai se voi olla roskien ja pullojen keräämistä viikonlopun rientojen jäljiltä. Olen nähnyt Heinolassakin henkilöitä keräämässä roskia teiden var-

silta. He ovat näitä arjen sankareita.

Tiesitkö, että lasi maatu miljoonassa vuodessa ja muovipullonkin maatumisen kestää 450 vuotta? Kannattaa siis korjata roskia ja lasia talteen, kun löytää niitä luonnosta, ja viedä keräysastioihin.

Rakastan Heinolan roskalavaa

En tiedä, kuka keksi Heinolan ros-

kalavan, mutta se on vällan mainio paikka toimia epäitsekkäästi. Olen jakanut ja antanut pois itselle turhia tavaroita tai jopa toisten ylimääräisiä asioita. Joka päivä roskalava-ryhmässä ilmoitetaan ilmaiseksi jaettavasta tavarasta.

Ollessani tänä syksynä metsurin töissä Heinolassa syntyi tilanteita, jossa tontin omistaja ei tarvinnut kaadettuja puita. Ilmoitus facebookin roskalava-ryhmälle, ja ilmaiset klapiainekset hävisivät tonteilta pölkkypalkalla.

Pölkkypalkka tarkoittaa sitä, että palkaksi pölkkyjen poisviennistä saa pitää ne itse. Tämä oli sekä hauskaa että hyödyllistä liikuntaa monelle, ja myös rahan säästöä talven pakkasia varten. Kaikki hyötyivät.

Kippasuolla koettua

Olin taannoin viemässä oksia ja risuja Kippasuolle, johon muuten voi viedä veloituksetta puutavaraa. Taitaa metallitavarakin kelvata.

Huomasin, kun seisoin autollani jonossa, että eräästä peräkärystä heitettiin pois lasten sänky, lastenrattaat, pieni polkupyörä. Keräyslavalle lensi myös jääkaira ja muu-

ta käyttötavaraa. Tuli oikein paha mieli, kun ajattelin sitä, että joku nuoriperhe olisi niitä varmasti tarvinnut.

Tulipa vielä mieleen, että Apua Ukrainaan -järjestö ottaa vastaan kaikenlaista tavaraa sodan runtelemaan maahan. Sinne lähti jopa yksi pakettiauto, jonka ystäväni halusi lahjoittaa, ja myös takaluukku oli täynnä käyttötavaraa.

Luopumisharjoittelua kaikille

Kysymys kuuluu: Mistä sinä olet valmis luopumaan tai minkä asian voit luovuttaa toiselle?

Pääasia on se, että asennoituu oikein ja harjoittaa epäitsekkyyttä elämäntyylinä. Näin voi oppia myös arvostamaan ja ymmärtämään elämää toisella tavalla.

Suojellaan Heinolan upeaa luontoa ja ihmisiä kierrättämällä. Tullaan jakamisen ja luovuttamisen mestareiksi, koska kaikkihan täällä elämässä on vain lainassa. ■

Mikko Tukonen

Kirjoittaja on metsätaloudesta innostunut yrittäjä ja yritysconsultti ja -kehittäjä.

LADUN VARRELTA JA POLUN PÄÄSTÄ

Onnistuneita tapahtumia vuoden varrella

Heinolan Ladun 54. toimintavuosi lähestyy päätöstään.

Vuoden aikana olemme järjestäneet useampia onnistuneita tapahtumia. Yksi päätapahtumistamme, Juustopolku, keräsi syyskuun viimeisenä sunnuntaina reitille mukavan osallistujamäärän. Linja-autokyydeihin lähti reippailemaan 155 ulkoilijaa. Sää suosi ja sade kiusasi vain hetkellisesti.

Seppo Rautiainen kirjoitti aiemmin tänä syksynä *Heinolan Uutisissa* oivan kuvauksen tämän reitin historiasta ja siitä, miten Juustopolku saatiin uuteen käyttöön talkoovoimin. Juustopolku reittinä lähes nykyisessä muodossaan koevalettiin 41 vuotta sitten, ja tästä kuluneesta ajasta voi hyvin päätellä reitin rakentamiseen ja ylläpitoon käytettyjen talkootuntien ja työn määrään. Se on iso.

Juustopolkureitti on varsin tunnettu myös Heinolan ulkopuolella. Itse liikun Juustopolulla mieluiten jalan, taitavammat maastopyörillä.

SYKSYN TOIMINTAMME on ollut varsin vireää myös viikkotasolla: maastopyöräilyä keskiviikkoisin,

frisbeegolfia torstaisin ja polkujuoksua erillisen ilmoittelun mukaan. Varsinkin frisbeegolf on saavuttanut vankan suosion latulaisten keskuudessa.

Ennen joulun rauhoittamista järjestämme latulaisten kesken perinteiset pikkujoulut viikolla 50. Ohjelmassa on jälleen puuroa, kahvittelua ja yhteislaulua.

Sunnuntaina 15.12. hiljennymme yhteistyössä Heinolan seurakunnan kanssa Laavuhartauteen Tähtiniemen laavulla.

Toivoakseni vuosi vaihtuu lumisissa merkeissä ja tammikuussa maa on valkoinen, jolloin pääsemme pyörittämään voiteluiltoja Peltosen suksitehtaalalle. Uskallan luvata suksien voiteluiden hintojen olevan kohtuulliset, ja työ tehdään hyvällä ammattitaidolla. Muista siis kaivaa hiihtokapulat ajoissa esille.

NOSTONA HUUVÄSTÄ seuratoiminnasta haluan tuoda esille Heinolan Iskun painijaoston. Olen päässyt vanhemman ominaisuudessa seuraamaan lapseni harrastamista kyseisessä seurassa. On ollut ilo havaita miten nousujohtoinen ja lasten/nuorten kehitystasoa mukaileva valmennus tukee harrastajien kehityskulkua.

Harrastajia ei treenauteta lop-

puun, vaan rasiustasoa lisätään maltillisesti ikä huomioiden. Nuoret pääsevät myös ”valmentamaan” ja neuvomaan toisiaan. Tästä on aina mukava kuulla tarinoita kotona: ”Opetin pienemmälle harrastajalle vähän salaa muutaman kikan kisoja varten.”

Kisoissa oman seuran ja jopa vastustajienkin kannustaminen on itsestäänselvyys. On miellyttävää kuskailia näitä hienosti käyttäytyviä herrasmiehen alkuja Pajulahden treeneihin tai leireille. Hyvät käytötävät kuuluvat olennaisesti painin etikettiin, niin matolla kuin maton ulkopuolellakin. Aikuisena tätä osaa arvostaa suuresti.

Pienen paikkakunnan rasiitteenä ovat rajalliset harrastajamäärät, joista useat lajit kilpailevat. Toivottavasti paini pärjää tässä väänössä hyvin.

HALUAN KIITTÄÄ Ladun aktiivista talkooporukkaa osallistumisesta niin reittien kunnossapitotehtäviin kuin kaikkien tapahtumien järjestelyihin. Ilman teidän apuanne tällainen Heinolan Ladun kaltainen yhdistystoiminta ei olisi mahdollista. ■

Vesa Nykänen
puheenjohtaja, Heinolan Latu



Mikko Latvanen

PUUHASIVU

Puuhasivun tehtävät kokosi
Olli Laakso.



Etsi eroavuudet

Vieressä on kaksi lähes identtistä kuvaa merestä. Kuviin on kuitenkin kätkeyty **yhdeksän eroavuutta**.

Löydätkö ne kaikki?

9

SUDOKUT

1

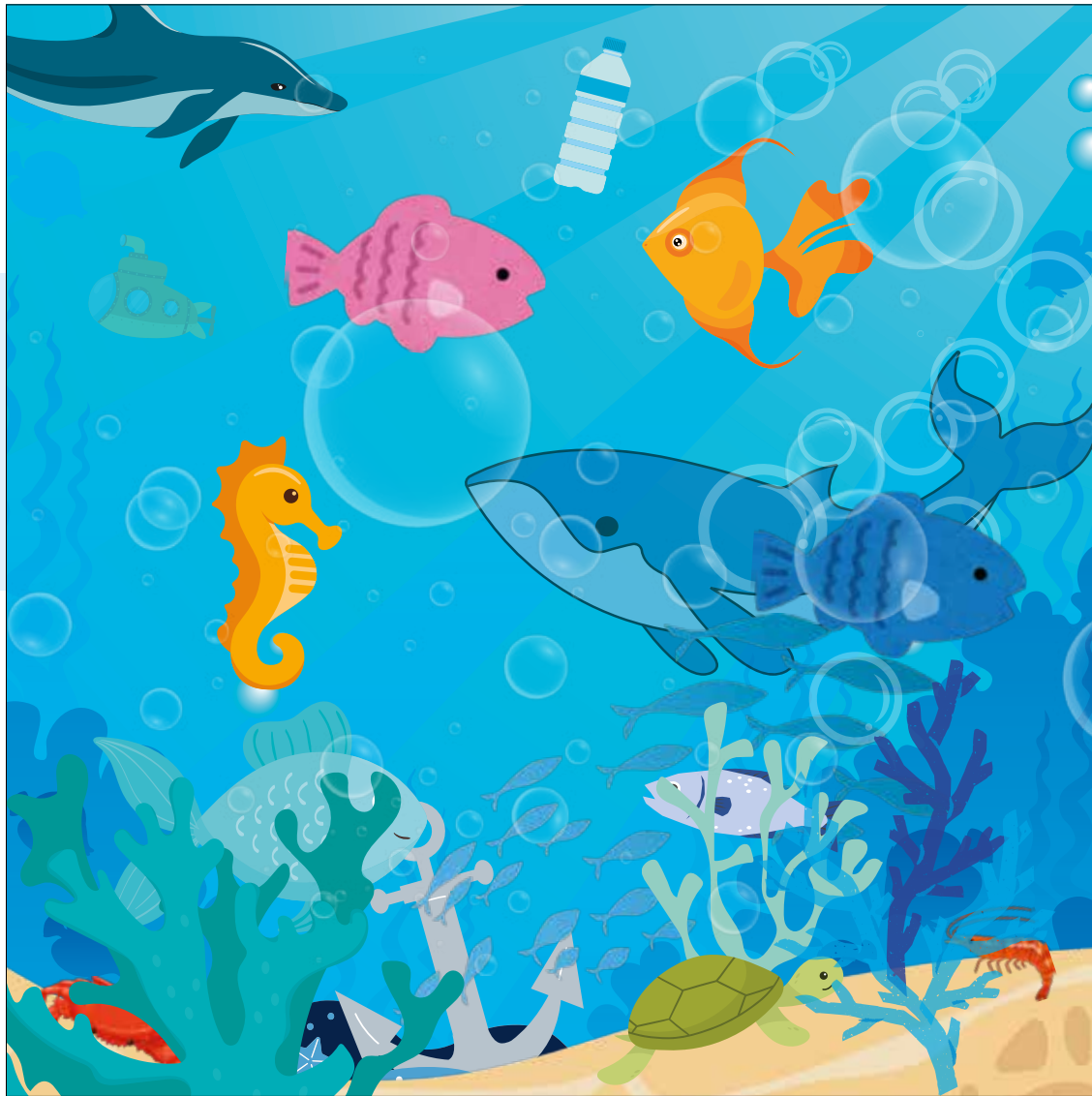
1	5	2			3	6	4	7
		8			6			5
4								2
				2	7			3
	7	9	6					
							2	6
	2	7						
3		4		6		8	7	
9		6				2		

2

4			2		3			
				8				7
		2			6	9		
			3			5		6
			5					
9	6			1				
1	4					6		5
			1	3	4			
	9							2



Ratkaisut löytyvät jo seuraavalta aukeamalta!



Varma näkijä

0700-510 10

hinta 2,23 € / min + pvm

Kysyntä sen kuin jatkuu!

OMAKOTITALOT, LOMAHUVILAT,
RANTAMÖKIT, MAATILOJEN
PIHAPIIRIT ja METSÄTILAT

Sopivasta kauppa heti.
Luotettavaa välitystä ja arviointia yli 30 v.

Tuomontupa Oy

Vihdintie 4, 00350 Helsinki
p. 09 241 8498 • www.tuomontupa.fi

Verhoomo Jyrki Nurmisto

Ammattitaidolla laatua vuodesta 1985

Puistolantie 2 • Heinola
0500 530 043

jyrki.nurmisto@verhoomo.com

KIRJAN
PITO
AX **kirjanpitoax**

**TARVITSEMASI TALOUS-
HALLINTOPALVELUT**
KIRJANPITO, PALKANLASKENTA,
ISÄNNÖINTI

+358 40 350 4260, arto@kirjanpito.ax
Oravankatu 2-4, 18150 Heinola

KOOTUT KOHTAAMISET 20.11.–12.12.

Paikka	Ajankohta	Tapahtuma	Sijainti	Lisätietoja
Heinola	20.11.	Kaj Chydeniuksen lauluja Heinolan lukiolla • Minja Koski, Mikael Saari ja Matti Hussi	Heinolan lukio, Lampikatu 1 • klo 18.00–19.30	Lipunmyynti: Liveto.fi. Lipunmyynti ovelta tuntia ennen konserttia, jos lippuja jäljellä.
	21.11., 5.12.	Terho-kerho	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Torstaina klo 17.00–19.00 • Vapaa pääsy
	21.11., 28.11.	Digihelpparit	Jyränkölän atk-luokka, Siltakatu 11, käynti sisäpihalta	Torstaisin klo 13–14 • Maksuton
	22.11., 29.11.	Villasukkamyyjäiset Tuttiksella	Tuttis, Kaivokatu 16	Klo 9–11.
	22.–23.11.	Torpan joulutapahtuma	Reumantie 4, pihapiiri	Pe klo 17–19.30 ja la klo 10–14.
	22.11. ja 29.11.	HeiMon bingokahvila	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Klo 13–14 • Vapaa pääsy
	23.11.	Heinolan joulunavaus	Heinolan torilla	Klo 10–12 • Vapaa pääsy
	24.11.	Jyränkölä Joraa • 80-vuotistapahtuma	Jyränkölän juhlasali, Siltakatu 11	Klo 15–18 • Vapaa pääsy
	25.11.–1.12.	Pilkahduksia • valokuvanäyttely	Kylätalo Kyläpirtti, Vanhatie 34	
	25.11.–9.12.	Mama's Cafe	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Maanantaisin klo 16–18 • Vapaa pääsy
	26.11.	Digiturvallisuus arjessa	Heinolan kaupungintalo	Klo 18.00–19.30 • Vapaa pääsy
	26.11.–10.12.	Karaoke	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Tiistaisin klo 18.00–20.00 • Vapaa pääsy
	29.11.	Oi jouluyö • Musiikkiopiston laulajien konsertti	Heinolan kirkko, Siltakatu 18	Klo 18.00 • Vapaa pääsy
	30.11.	CSC talvinäytös	Heinolan lukio, Lampikatu 1	Klo 13–14.30 • 7€ aikuiset, 3€ lapset
	30.11.	Peliitat–Gladiators, II-divisioonan ottelu	Versowood Areena, Urheilukatu 2	Lauantaina klo 17.00
	30.11.–1.12.	Suuret joulumyyjäiset	WPK-talolla, Kymenkartanonkatu 2	La klo 11–17, su klo 9–16 • Vapaa pääsy
	1.12.	Jouluaskartelua Vierumäellä	Vierumäen aavehalli, Veljespolku 3	Tervetuloa kaikenikäiset! Klo 10–12
	1.12.	Kirkonkylän joulunavaus Kyläpirtillä	Kylätalo Kyläpirtti, Vanhatie 34	Klo 14–16 • Vapaa pääsy
	6.12.	Heinolan kaupungin itsenäisyyspäiväjuhla ja konsertti	Heinolan lukio, Lampikatu 1 • klo 12.00–14.30	Juhlaan vapaa pääsy, mutta liput ennakkoon Heinolan kulttuuritoimistosta (2/hlö)
	6.12.	Heinolan Tanssikerhon 50-vuotisjuhla ja Itsenäisyyspäivän tanssit	WPK-talolla, Kymenkartanonkatu 2	Klo 15–18 • Vapaa pääsy
	7.12.	Hirvisalon joulutori	Muikkusalmentie 970	Klo 16–18
	7.12.	SB Heinola – MäVi	Kailas-talo, Vahlmaninkatu 2	Klo 17.00
	8.12.	Yhdistysten ja kädentaitajien perinteiset joulumyyjäiset	WPK-talolla, Kymenkartanonkatu 2	Klo 12–15 • Vapaa pääsy • Pöytävaraukset ja lisätietoja: heinola@zonta.fi
	8.12.	Kauneimmat Joululaulut	Heinolan kirkko, Siltakatu 18	Klo 15.00
10.12.	Aavehallin tonttudisko	Vierumäen aavehalli, Veljespolku 3 • klo 18–19.30	Tervetuloa kaikki lapset, vanhemmat, isovanhemmat ja muut joulutunnelmaa etsivät!	
11.–12.12.	Heinolan lukion musiikkiteatteri esittää dramatisoinnin H. C. Andersenin sadusta Tulitikkutyttö.	Heinolan lukio, Lampikatu 1	Ke ja to klo 18.00	
12.12.	HeiMon joulutapahtuma	HeiMo-sali, Kaivokatu 14	Vapaa pääsy. Ohjelma julkaistaan myöhemmin.	
Lahti	20.11.–8.12.	Punaisin ruusu puhkeaa kukkaan • Liv Strömquistin samannimiseen sarjakuvaan perustuva esitys	Lahden kansanopiston teatteri, Aleksanterinkatu 4	Varaa lippusi: www.teatterikoulutus.fi/esitykset/punaisin-ruusu-puhkeaa-kukkaan
	23.11.	Pelicans–K-Espoo	Isku Areena, Svinhufvudinkatu 29	Lauantaina klo 17.00 • lippu.fi
	23.11.	Popeda	Möysän musaklubi, Hämeenkatu 16	Klo 21.30 • tiketti.fi
	27.11.	Laila Kinnunen 85 vuotta -juhlakonserttikiertue	Sibeliustalo, Pääsali, Ankkurikatu 7	Klo 19.00
	27.11.	Pelicans–Jukurit	Isku Areena, Svinhufvudinkatu 29	Keskiviikkona klo 18.30 • lippu.fi
	30.11.	Pelicans–Sport	Isku Areena, Svinhufvudinkatu 29	Lauantaina klo 17.00 • lippu.fi
	5.12.	Jouluyö–juhlayö • Joulukonsertti 2024	Sibeliustalo, Pääsali, Ankkurikatu 7	Klo 18.30
	7.12.	Pelicans–Kalpa	Isku Areena, Svinhufvudinkatu 29	Lauantaina klo 17.00 • lippu.fi
	11.–12.12.	Sinfonia Lahti: Christmas Memories -joulukonsertti	Sibeliustalo, Ankkurikatu 7	Ke klo 18.30, to klo 13.00 ja 18.30 • lippu.fi
Pertunmaa	28.11.	Vauvojen pikkujoulut	Pertunmaan seurakuntatalolla	Klo 17.30. Ilmoittautuminen: hannukka.niemi@gmail.com
	28.11.	Kässäkahvila	Kuortin kylätalo	Klo 17–19 • Avoin kaikille • Kahvimaksu 2 €
	7.12.	Pertuntorin joulu	Pertunmaan tori, Pertuntie 18	Klo 14–16 • Varaa maksuton myyntipaikka Merviltä, puh. 040 837 9950
Sysmä	25.11.–20.12.	Pilkahduksia-valokuvanäyttely	Sysmän kirjasto, Valittulantie 5	

Muutokset mahdollisia.



JUMALANPALVELUKSET JA HARTAUSETKET

1. adventtisunnuntain messu 1.12. klo 10 Heinolan kirkossa
Itsenäisyyspäivän sanajumalanpalvelus pe 6.12. klo 10 Heinolan kirkossa.
Laavuhartaus Tähtiniemen laavulla su 15.12. klo 15. Yhteistyössä Suomen Latu. Lanssi 9.

Jouluaatto ti 24.12.

Perhehartaus klo 13 Heinolan kirkossa.
Hartaushetki klo 15 Heinolan kirkossa.
Hartaushetki klo 15 Letturannassa Vierumäen urheilupuistolla.
Hartaushetki klo 16 Vanhalla hautausmaalla Heinolan pitäjänkirkolla.
Hartaushetki klo 17 Heinolan hautausmaalla.
Jouluyön messu klo 23 Heinolan kirkossa.

Sanajumalanpalvelus ke 25.12. klo 10 Heinolan kirkossa.
Joululaulumessu to 26.12. klo 18 Heinolan kirkossa.
Uudenvuodenpäivän messu ke 1.1. klo 10 Heinolan kirkossa.
Loppiaisen messu ma 6.1. klo 10 Heinolan kirkossa.

KONSERTIT

Oi jouluyö - Musiikkiopiston laulajien konsertti pe 29.11. klo 18 Heinolan kirkossa.
Adventtikonsertti su 1.12. klo 17 Heinolan kirkossa. Heinolan Musiikinystävien Puhallinorkesteri, Heinolan Kirkkokuoro ja Ursula Auvinen.
Tenorissimo la 7.12. klo 15 Heinolan kirkossa. Järj. Heinolan seudun omaishoitajat.
Naiskuoro Fiores & Heinolan mieslaulajat ti 10.12. klo 19 Heinolan kirkossa. Ohj. 10 €.
CALLA-yhtye la 21.12. klo 17 Heinolan kirkossa.
Loppiaiskonsertti ma 6.1. klo 16 Heinolan kirkossa. Jukka Tabell, urut; Sami Tabell, laulu, Tiernapojat, Lukkarin Laulajat. Kolehti lähetystyölle.

KAUNEIMMAT JOULULAULUT

Su 1.12. klo 15 Pääsinniemen kylätalossa.
Ma 2.12. klo 17 Vierumäen seurakuntatalos-

sa. Perheiden ilta ja Kauneimmat Joululaulut.
Su 8.12. klo 15 ja klo 18 Heinolan kirkossa.
Su 15.12. klo 18 kirkonkylän srk-talossa.
Ke 18.12. klo 18 Sinilähde-talossa.
To 19.12. klo 18 Heinolan kirkossa.

YHTEINEN PUUROILTA

Ke 4.12. klo 17–19 kirkonkylän srk-talossa. Joulukorttiaskartelua, riisipuuro ja kahvit, leivonnaisia ja arpoja myytävänä.

JOULUMYYJÄISET

Ma 9.12. klo 17 Lampisalissa. Leivonnaisia, käsitöitä, arpoja ja kahvila.

SINÄ YÖNÄ PAIMENESSA

Nukketeatteri lapsiperheille **la 14.12.** klo 14 ja klo 15 Lampisalissa. Nukketeatteri Sananjalka. Kesto 30 min. Lampikatu 16.



Haluatko mukaan kirjoittamaan historiaa?

10-otteluviritteinen faniklubi.

Starttaamme Päijät-Hämeen yritysten ja yksityishenkilöiden kanssa, jatkossa maanlaajuinen ja myös kansainvälinen klubi.

Kysy lisää: info@nextstars.info

Starttitapahtuma - 5.12.2024

Pajulahden urheiluopistolla klo: 12.30-20.00

Ohjelmassa: luento, treeniä, infoa, ruokaa, kahvia ja mahdollisuus saunaan + uintiin.

Kts. tarkemmat tiedot: [NextStars.info/10club](https://nextstars.info/10club)

Hae mukaan: info@nextstars.info
Huom. 10 paikkaa tarjolla (30.11. mennessä)

Heinolan uutiset

Kattava telinejakeluverkosto

- Heinola**
ABC Heinola
Heinolan Heila
Citymarket
S-Market Heinoska
K-Market Heinolantori
Kaupunginkirjasto
Ravintola Kesti
HeiMo-kahvila
Sale Vierumäki
Sale kirkonkylä
Suomen Urheiluopisto
Holiday Club
- Hartola**
S-Market
- Sysmä**
K-Supermarket
- Pertunmaa**
ABC Kuortti
- Lahti**
Kauppakeskus Karisma

Telinejakelussa jopa 9 000 lehteä kuukausittain!



Kunta- ja aluevaalit lähestyvät!

Ehdokas! Vaali-ilmoitusten varaus on alkanut, ole ajoissa liikkeellä ja varmista näkyvyys vaaleissa nyt.

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





Heinolan Uutiset jaetaan Heinolassa **7 500 kotitalouteen**.
Lehti on alueen ainoa koteihin ilmaisjakeluna jaettava kaupunkilehti.

Kotijakelu

Verkkosivut ja näköislehti

Heinolan Uutisten verkkosivuilla on jopa **3 000 kävijää** kuukausittain.



Tutustu nyt: heinolanuutiset.fi

Kysy ilmoitusratkaisuja:
marko.latvanen@heinolanuutiset.fi / 0400 777 717



KÄDENTAITAJIEN Elämyspuoti
KÄSINTEHDYT TUOTTEET | KUDONTA | NÄYTTELYT

Meiltä löydät yksilölliset ja käsin tehdyt tuotteet joululahjoiksi sekä joulukodin sisustukseen!

Ma-Pe 10-17, La 10-14
Savontie 12, Heinola, 044 9752453
Avoimena joulukuussa myös su 12-16
www.elamyspuoti.fi Elämyspuoti

Ompelupalvelu: tilaustyöt ja korjausompeleet. Ompelija paikalla keskiviikkoisin 10-13.30.

Taloushallinto- ja isännöintipalvelut nykyaikaisesti ja laadukkaasti

NYT Procountor-kampanja käynnissä!

TALOutesi parhaaksi!

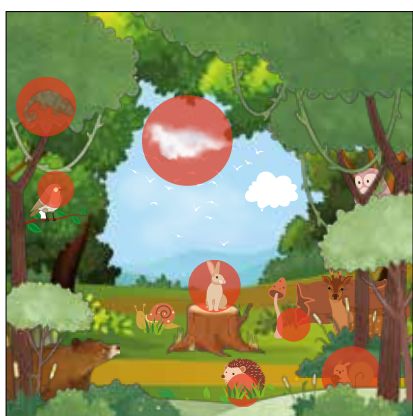
PÄIJÄT-HÄMEEN TILITOIMISTO OY
Tili- ja isännöintitoimisto

Meri Kolu
044 25 24 290
meri.kolu@phtili.fi
Koulukatu 17, 18100 Heinola
www.phtili.fi

OTA YHTEYTTÄ JA PYYDÄ TARJOUS!

RATKAISUT

Lehdessä 8/2024:



1	7	8	4	3	6	2	1	9	5
	5	1	3	8	4	9	6	2	7
	2	9	6	5	1	7	4	8	3
	6	3	7	2	5	1	9	4	8
	8	2	9	4	7	6	5	3	1
	4	5	1	9	3	8	2	7	6
	3	4	8	6	9	5	7	1	2
	9	7	5	1	2	3	8	6	4
	1	6	2	7	8	4	3	5	9

2	7	4	6	8	1	5	9	3	2
	8	1	9	3	4	2	7	6	5
	5	3	2	9	7	6	8	1	4
	1	6	7	4	2	8	5	9	3
	4	8	3	7	5	9	1	2	6
	2	9	5	6	3	1	4	7	8
	6	2	4	1	8	7	3	5	9
	3	5	1	2	9	4	6	8	7
	9	7	8	5	6	3	2	4	1

Tämän lehden ratkaisut:



1	1	5	2	9	8	3	6	4	7
	7	9	8	2	4	6	1	3	5
	4	6	3	7	5	1	9	8	2
	6	4	1	8	2	7	5	9	3
	2	7	9	6	3	5	4	1	8
	8	3	5	4	1	9	7	2	6
	5	2	7	1	9	8	3	6	4
	3	1	4	5	6	2	8	7	9
	9	8	6	3	7	4	2	5	1

2	4	7	9	2	5	3	8	6	1
	6	5	3	9	8	1	4	2	7
	8	1	2	7	4	6	9	5	3
	2	8	4	3	9	7	5	1	6
	7	3	1	5	6	8	2	9	4
	9	6	5	4	1	2	3	7	8
	1	4	7	8	2	9	6	3	5
	5	2	6	1	3	4	7	8	9
	3	9	8	6	7	5	1	4	2

OSTETAAN

Ostetaan autoja kaikki merkit ja mallit huomioidaan.

Katsastamattomat ja pienivikaiset. Loppuvelan lunastus.

p. 040 256 1317

Muista varata joulutervehdys

11.12. ilmestyvään lehteen. Tavoitat mukavasti sekä asiakkaat että lukijat.

alk. 75 € (sis. alv, 82x32 mm)





Kellohuolto ja -korjaamo **KELLO-HARA**

Kyntömiehentie 18, Orimattila
(Peltolan alue)

joka päivä 0440 111 889
verstas avoinna ma, ti, ke 10-17

Reipas palvelu,
tarvittaessa nouto ja palautus.
Takuutyö.

KOKOUSKUTSU

Jyränkölän Settlementti ry:n sääntömääräinen
syyskokous pidetään pe 29.11.2024 klo 11
Syrjälän salissa (Siltakatu 11).

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset
syyskokousasiat (sääntöjen § 8).

Kokousmateriaalit lähetetään ennen kokousta
sähköpostitse niille jäsenille, joiden sähkö-
postiosoite on Jyränkölän toimistolla tiedossa.
Materiaaleihin voi tutustua myös toimistossa
paikan päällä, os. Siltakatu 11.

-Hallitus-

**Jyränkölän
Settlementti**

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Lähetä hyvä juttu
tai juttuvinkki:

toimitus@heinolanuutiset.fi

HEI, MAINOSTAJA!

Seuraava lehti ilmestyy keskiviikkona 11.12.

Ota yhteyttä myyntiin ja
varaa paikkasi ajoissa!

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

Jakelumäärä vähintään 16 000 kpl
Posti jakaa 7 500 kpl Heinolaan.

Jaossa myös telinejakelupisteissä:

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

Huom. Osoitteisiin, joissa on mainoskielto
ei posti jaa lehteä. Ilmoita muista jakelu-
virheistä: toimitus@heinolanuutiset.fi

Heinolan
uutiset

NRO	ILMESTYY	AINEISTOT
10/24	ke 11.12.	ma 2.12.
1/25	ke 22.1.	ma 13.1.
2/25	ke 19.2.	ma 10.2.

Katso mainoshinnat ja -koot sekä
tarkemmat mediatiedot: heinolanuutiset.fi

IMEX PUUPELLETTIÄ

Säkki: 230 € / 500 kg (tehtaalta)
Kysy myös puhallustoimituksia
ja isompia eriä. Hinta sis. alv:n 25,5%.

- Laadukasta kotimaista 6 mm:n puupellettiä.
- 100 % kuusta, ei kuorta, ei lisäaineita – palaa puhtaasti ja tuhkaa vähemmän
- 10 % korkeampi lämpöarvo – 5,2 MWh/t
- Soveltuu kaikille kattiloille ja ainut varma vaihtoehto pellettitakoille
- Vähemmän häiriöitä – toimintavarmempi siirtokierukoissa verrattuna 8 mm pellettiin

IMEX WOOD OY • Puutie 1, 16100 Uusikylä
☎ 03 763 1131 ✉ myynti@imexwood.fi

500 kg
Palaa puhtaammin
Toimii paremmin

Ilmoita jakeluhäiriöstä:
toimitus@heinolanuutiset.fi

SAVIAHON MYYMÄLÄ HYVINKÄÄLLÄ

Hämeenkatu 37 • p. 019 469 324

Avoimna: ark. 10-17, la 10-14

VANHAN TAVARAN KAUPPA



Lomonosovin eläimiä



Arabian kahvikuppeja



Valaisimia

ARABIAN ASTIOITA:

Valencia, Sointu, Krokus, Faenza, Kirsikka, Gardenia, Kastanja, Ali, Myrna, Signapore, Maisema, Kesäkukka, Suomenkukka, Kilta, Maire, Kultakoriste, Raija, Pitsi, Leena, Kimmel, Uhtua, Ruija, Kosmos, Pirtti, Otso, Meri, Saara, Kaira, Taika, Anemone, Airisto, Harlekin, 24H jne. Maitokannuja, hillo- ja maustepurkkeja, voipyyttyjä!

Seinälautasia: Kalevala, Tomula, Alariesto, Von Wright, Heljä Liukko-Sundström, vuosilautasia, joululautasia, Romanttinen puutarha ym.

IITTALAN LASEJA:

Kekkerit, Niva, Festivo, Aslak, Kalinka, Pisanranrenkas, Jäänsärkijä, Helminauha, Vellamo, Tsaikka, (kulta, lila), Kastehelmi, i-lasi, Pioni, Apila, Herttua ym.

PALJON VANHAA- ja KERÄILYTAVARAA:

Huonekaluja, valaisimia, lampunkupuja, valaisinkristalleja, aterimia, avaimia, naulakoita, ryijyjä, Riihimäen lasin maljakoita ja laseja, lasipurkkeja, Savitorppa, koulun opetustauluja, emaliastioita, patoja, peltikahvipurkkeja, kuparipannuja, mortteleita, Lomonosovin eläimiä. Ja paljon muuta!

TRIKOOMATONKUTEITA:

Värit: valkoinen, musta, sininen, harmaa, 3 €/kilo.

Ompelutarvikkeita: nappeja, vetoketjuja, nauhoja, pitsejä, kankaita ym.

KAIKKI LOPUT KANKAAT 2 €/metri!

Puuskartelutarvikkeita: palloja, helmiä, pyöriä, tappeja ym.



Riihimäen lasia



Arabian astioita



Arabian seinälautasia

OSTAMME KUOLINPESIÄ JA MUUTTOIRTAINTA!

HAMMASLABORATORIO
**HEINOLAN
HAMMAS**

Hyvän palvelun
hammaslaboratorio
Heinolassa!

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

Taksi Priima Oy

TAKSI

Turvallista ja luotettavaa taksipalvelua Heinolassa

- Mika 044 984 9425
- Markku 050 364 0051



Myös KELA- ja
HYKY-kydit



SUOMEN VAHVIMMAT
PLATINA

Kotimaan sängyt ja sohvat
2021–2024

KOTIMAAN
SÄNKY
SOFFA

Seinäjoki

Puh. 050 433 8962

AAA
KORKEIN LUOTTOLUOKITUS
© Dun & Bradstreet 2024

KOTIMAISSA
PETAUSPATJOJA
RAJUIIN
LOPPUUN-
MYYN-
TI-
HINNOIN!

SÄNKYJÄ
alk.
100€



MOOTTORI-
SÄNKYJÄ
alk.
199€



SÄNKYJÄ
alk.
100€



MOOTTORI-
SÄNKYJÄ
alk.
199€



NYT ON ELÄMÄSI TILAISUUS!

KOTIMAAN LAADUKKAAT SÄNGYT JA SOFFAT
— SUORAAN TEHTAALTA —

LOPETAMME! JÄÄMME ELÄKKEELLE!
TULE NYT! VIELÄ KERKIÄT!

**LOPPUUN-
MYYN-
TI**

LA 30.11. VIIMEINEN PÄIVÄ! LOPPUTYHJENNYS!

VAIN LAUANTAINA 30.11.

klo 10–15
HEINOLA

Siltakatu 11, Jyränkölän Setlementissä

**KOTIMAISET
SENIORI-SÄNGYT**
Useita eri kokoja ja värejä!

Seniори-sängyt
nousutuella alk. 199 €

Seniори-patjat
alk. 99 €



LOISTOLLE

SENIORI-SÄNGYT VAIN MEILTÄ

VOIT VALITA

- koon, kuten leveyden, pituuden ja korkeuden (myös mittatilauksena)
- patjan kovuuden
- värin
- moottorilla tai ilman
- petauspatjan (useita eri vaihtoehtoja)
- lisävarusteet, kuten turvalaidat ja nostotuet

Tule kokeilemaan!



MOOTTORI-
SÄNKYJÄ
alk.
199€



AAA
KORKEIN LUOTTOLUOKITUS
© Dun & Bradstreet 2024



KANGAS- JA
NAHKASOHVIA
alk.
199€



KANGAS- JA
NAHKASOHVIA
alk.
199€



KANGAS- JA
NAHKASOHVIA
alk.
199€



VUODESOHVIA
alk.
199€



KANGAS- JA
NAHKASOHVIA
alk.
199€



AAA
KORKEIN LUOTTOLUOKITUS
© Dun & Bradstreet 2024

SENIORI-TUOLEJA
MITTOJESI MUKAAN

VOIT VALITA

- istuinkorkeuden
- istuinsyvyyden
- istuinkovuuden



AAA
KORKEIN LUOTTOLUOKITUS
© Dun & Bradstreet 2024

SENIORI-SOHVIA

VOIT VALITA

- istuinkorkeuden
- istuinsyvyyden
- istuinkovuuden



KANGAS- JA
NAHKASOHVIA
alk.
199€



**ILMAINEN
KOTIINKULJETUS**
(200 km:n säteellä myyntipaikasta)

**HYVITÄMME
VANHAT
SOHVAKALUSTOT
VAIHDOS-
SA**

**KOROTONTA
MAKSU-
AIKAA**
Meillä voit maksaa osissa!

SENIORI
NOSTO-TUOLIT
alk.
188€



SENIORI
TV-TUOLIT
alk.
188€

