

PC·APII
Kauppakatu 37
15140 Lahti
ma-to 9-17:30
pe 9-15, la sulj.

- Tarvetta mikrotuelle?
- Tietoturva epäilyttä?

040 74 20 200

- Apua tietokoneen hankintaan?

Ratkaisuja tietokoneongelmiin www.pcapu.fi

ORIMATTILA - NASTOLA - VILLÄHDE - LAHTI - HOLLOLA

KAJALON SORA
Laadukkaat kiviainekset – Täsmälliset toimitukset

CE-KIVIAINEKSET

- Sorat ja murskeet
- Laadukas puutarhamulta
- Kaivinkonetyöt

kajalonsora.fi 040 501 5771

Markkinoilla tavataan
4.9.


Lahentori.fi

Lahden Seudun Uutiset

N:o 16/2019

Viikko 34

VANHAN AJAN PÄIVÄT
Jokelan kotiseutumuseolla
La ja su 24.-25.8.2019 klo 10-17
Turkkilantie 39, 07990 Ruotsinkylä, Loviisa

10.00 Päivien avaus Olli Ojanen.
10.05 Maamootoreita käynnistellään, työnäytöksiä pitkin päivää.
10.30 Puimurilla puintia, olkkasa lapsille.
11.00 Pirkka-Hämeen jätkäperinne esiintyy.
12.00 Hevoskierto-puimakoneella ja puimakoneella puintinäytös.
12.45 Vain sunnuntaina traktorihuutokauppa, Punainen avo Porche.
13.00 Traktoriparaati.
14.00 Pirkka-Hämeen jätkäperinne esiintyy.
15.00 Hevoskierto-puimakoneella ja puimakoneella puintinäytös.
15.30 Perunan nostoa.

Näyttelyt: - Veteraanikuorma-autoja, museorekisterissä olevia henkilöautoja ja moottoripyöriä.
Työnäytöksiä: Höyrykone, Sijojalla ajetaan sitomia, sahataan kenttäsiirkellä, puunkuorintaa, tervanpolttoa, kivenmurskausta, pärehöylä, moottorisaha ja olkien silppuamista.

Lisäksi: Traktorijalua Zetorilla, poniratsastusta, lampaita, kanoja, myyntipöytä, rompetori ja lentokone lapsille.

Ruokaa, kahvia, pullaa ja virvokkeita • Muutokset mahdollisia.
Jani Jokela 0400 315757 • kotisivu: www.jokelanmuseo.info
Traktoreilla ja museorekisterissä olevilla ajoneuvoilla vapaa pääsy!

Tervetuloa elämysmatkalle vanhaan aikaan!
Tied: Erkki Jokela 0400 152858, Tuulikki Jokela 044 0220846,
Jani Jokela 0400 315757 • kotisivu: www.jokelanmuseo.info
• sähköposti: museo@jokelanmuseo.info
Tapahuman sponsoreina on Ponisse Oyj, Loviisan Sanomat, Erikssoinin pulki, Rausssin rengas

Jätevesijärjestelmät kuntoon 31.10. 2019 mennessä

Kaivopuhdistamo
AWATER®-jätevesi-puhdistamo on uusi jätevesijärjestelmän saneeraukseen kehitetty puhdistamolaitteisto, joka voidaan asentaa olemassa oleviin kaivoihin.

• Helppo • edullinen
• ilman kaivuutöitä

www.yip.fi
TUTUSTU!
Jätevesien pienpuhdistamo

AWATER®
040 5895 123, info@yip.fi
YIP YMPÄRISTÖINSINÖÖRI/PALVELUT OY



- Huollot • Korjaukset
- Ilmastointilaittehuollot
- Pakokaasumittaukset – OBD + Diesel-savu
- Ohjainkulmien mittaukset – 4-pyöräsuuntaus
- Ajovalojen myllytykset

LT-AUTOKORJAAMO KY
Kärrytie 17, Orimattila, puh. (03) 777 4498, 044 700 4498
www.ltautokorjaamo.fi ltautokorjaamo@gmail.com



Kattojen maalaukset/pesut

- Vesikourujen uusimiset, kattoremontit, tikkaat, kulkutasot ja lumiesteet asennettuna
- Kotitalousvähennysmahdollisuus työstämme.

Tilaa meiltä ilmainen arviointi kohteellesi!

Käy tutustumassa! Soita!
0502205
www.katonmaalauslahti.fi

Tanssitalo-ohjelma Syksy 2019

Aika: keskiviikkoisin klo 18.00 – 21.00
Paikka: Hollolan Nuorisoseurantalo Kukko, Vanha Tampereentie 124, Hollola

28.8.2019 tango & bugg
4.9.2019 bugg & fox
11.9.2019 fox/fusku & fusku
18.9.2019 cha cha & valssi
25.9.2019 valssi & rumba
2.10.2019 rumba & tango
9.10.2019 hidasvalssi & samba
16.10.2019 samba & hidasvalssi
23.10.2019 tango & cha cha
6.11.2019 humppa/jenkka & salsa
13.11.2019 fusku & rumba
20.11.2019 "Tanssit" / Lavaetiketti

Tanssitalossa opettaa koulutettu tanssinopettaja Seppo Hakala parinaan Seija Helenius.
Kertamaksu 10,00 € / henkilö.
Meillä käy maksuvälineenä TYKY ja SMARTUM –kuntosetelit.

Tervetuloa Tanssitaloon!

Hollolan Nuorisoseura ry
040-5589755


Hollolan Nuorisoseura

SOL **Pesula**

Helpostusta arkeen Lahden SOL
Palvelupesulasta, Vesijärvenkatu 22
LIINAVAAATTEIDEN PESUT

5,85 €/kg
(norm. 6,50€/kg)

Tarjous on voimassa 26.8.-30.8.2019

PALVELUT YRITYKSILLE:
työvaatteet ja yritysten kaikki tekstiilit: verhot, matot jne.
YRITTÄJÄ! PYYDÄ TARJOUS, Sanna Lavonen, p. 040 572 3379, sanna.lavonen@sol.fi

LAHDEN SOL PALVELUPESULAAN VOIT TUODA KAIKKI KODIN TEKSTIILIT PESUUN, matot, verhot, peitot, tyynynt... jopa pehmolelut!

SOL Palvelupesula Lahti | p. 040 779 7256 www.sol.fi

Museojunalla Heinolaan la 7.9.

Lähtee Lahdesta
Salpausselän
seisakkeelta hiihto-
stadionin vierestä
klo 9.50 ja 13.50.

Kesto noin 3 tuntia,
Vierumäen asemal-
la avoimet ovet.

Liput käteisellä
junasta, aikuiset 25€
perhe 70€ (meno-paluu)

www.museojunallaheinolaan.fi
myös facebookissa



Sadonkorjuu- ja perinnepäivä

31.8.2019 klo 10-16

Hollolan talomuseoalue

Rällsintie 6, 16710 Hollola kk

Perinnetöiden tekijöitä, punamaalin keittoja,
tervanpolttoa, vanhoja koneita, eläimiä, tuoretori,
markkinamyymiä, trubaduuri yms.

Hollolan Kotiseutuyhdistys ry & muut paikalliset toimijat
Lisätiedot Kari Rauha, p. 044 236 0263

CONEXX
www.conexx.fi

Lahden alueella:
Kristian, puh. 040 6500 970

TUOTANTOHALIT | TERMINAALIT
URHEILUHALIT | MAATALOUSRAKENNUKSET



MAMMUTTI HIRSI

HARKITSETKO RAKENTAMISTA?

Valitse energiatehokas ja terveellinen hirsitalo!
Toteutamme kotisi sinulle talopakettina tai
muuttovalmiiksi toteutettuna – valintasi mukaan.

Olli Kivi, talomyyjä
p. 044 540 4000
olli.kivi@mammuttihirsi.fi

Katso mallistomme jo
tänään osoitteesta
mammuttihirsi.fi

Illallinen Lahden taivaan alla

Lahdessa nautitaan Lahti Fringe Festivalin yhteydessä myös yhteisestä piknik-illallisesta perjantaina 6.9.2019 klo 18-21. Paikaksi on valikoitunut kaunis, Kirkko- puiston alareunaa mukaileva Väinö Hovilan Puistotie, joka sijaitsee samansuuntaisesti Päijänteenkadun vieressä.

Kaupunkilaisille rakennetaan yhteinen pitkä illallispöytä juhlavilla valkoisilla liinoilla katettuna. Osallistujien pitää pakata mukaan ruoat, juomat sekä astiat ja pöytäomisteet. Tänä vuonna pöydät on numeroitu. Yksi pöytä on 6-8 hengelle ja yksi varaaja voi varata vain yhden pöydän. Paikat kannattaa varata heti niiden tullessa jakoon, sillä ne lop-

puvat nopeasti! Liput ovat maksuttomia.

Pukukoodia ei ole, mutta juhlava pukeutuminen on aina iloksi silmälle. Ulkoilmatilaisuuksiin on hyvä varata myös jotain lämmintä. Pöytä ei ole suojattu sateelta, siten oma sadesuoja voi pelastaa illan pienen kuoron sattuessa. Puistotien ylle kaartuvat puut suojaavat myös hieman sateelta.

Vieraiden oletetaan vastaavan siisteydestä Illallisen hengen mukaisesti ja vievät roskat roskikiini. Toivomme, että jokainen pöytäseurue ottaisi omia patterikäyttöisiä led-valaisimia, -ketjuja, -kynntilöitä, yms. millä saadaan mukavaa ja paloturvallista ilmettä

alueelle. Päivämäärän teemaa voi myös tuoda esille halutessaan. Suosittelemme saapumista paikalle jalan, polkupyörällä tai julkisilla kulkuvälineillä. Alueella on järjestyksenvalvonta.

Tapahtuman yhteydessä on mahdollisuus nähdä Malskin keskuksen edistymistä historiasta tulevaan ulottuvan kuvakollaasin myötä. Lisäksi Kannaksen lukion kuvataidelinjan opiskelijat tekevät maalauksia työmaa-aitoihin teemalla "Pienestä suurta". Paikan päällä on myös infotiski, jossa on ilmoittautumisen lisäksi myös tietoa LADista eli Lahden taide-, juliste- ja muotoilumuseosta sekä siihen liittyvästä Taju- mo-hankkeesta.

Syksyn kolkutella la- hellä haastetaan myös kaupunkilaisia alueen haravoit- tialkoiisiin päivää ennen tapahtumaa to 5.9. klo 18-20. Haravat odottavat paikan päällä. Talkoolaisille tarjo- taan kahvit.

Lisätietoa ja ilmoittautu- misohjeet illallisesta: <http://illallinentaivaanalla.yhteis- maa.fi/illallinen-suomen-tai- vaan-alla-lahdessa/>.

Tapahtuman järjestävät Lahden kaupunki, Lahti City ry ja Yhteismaa ry. Illallinen Lahden taivaan alla on osa Lahti Fringe Festivalin ohjel- maan. Mukana tapahtumassa myös Inspis ry, Taju- mo- han- ke ja Malskin rakennustiimi.

Kunnallinen nuorisotyö tavoitti kesällä liki 250 000 nuorta

Kuntien nuorisopalvelut tavoittivat liki 250 000 nuorta kesälomakauden aikana Suomessa. Luku pitää sisäl- lään tapahtumissa, retkillä, leireillä, erilaisissa ryhmissä, nuorisotiloissa ja liikkuvissa nuokkubusseissa kohdattujen nuorten määrät. Toimintaa ja tekemistä nuorille oli tarjolla yhteensä yli 65 000 tuntiin verran.

Luvut käyvät ilmi kevään

aikana laajaan käyttöön ote- tusta Logbook-tilastointijär- jestelmästä, johon tuhatkunta nuorisotyöntekijää ympäri maan kerää määrällistä ja laadullista tietoa työnsä vai- kutavuudesta. Kunnallisen nuorisotyön osaamiskeskus Kanuunassa tuoreiden til- lastojen osoittamia lukuja pidetään merkittävinä.

- Tämä oli ensimmäinen ajanjakso, jonka osalta saim-

me kasaan kattavat luvut. Luvut osoittavat, että kunnal- lisenä palveluna tuotetulle, valtaosin maksuttomalle toi- minnalle on kysyntää myös kesällä, sanoo osaamiskeskus Kanuunan verkostopäällikkö Suvi Lappalainen.

Kanuunan koordinoiman Logbook-järjestelmän on ottanut käyttöönsä jo 130 kunnan nuorisopalvelut. Jär- jestelmään kerättävää tietoa

hyödynnetään palveluiden parantamisessa, uusien työ- matojen kehittämisessä ja vaikuttavuuden osoittami- ssa. Karttuva tietomassa tulee olemaan myös nuori- sotutkijoiden käytettävissä. Osaamiskeskus Kanuuna toimii Opetus- ja kulttuuri- ministeriön rahoituksella valtakunnallisesti Lahdesta käsin.

Uusia hyvinvoinnin verkkopalveluja lapsille ja nuorille

"Onks tää normaalia" - chat palvelee 7-25 vuotiaita maan- antaisin ja keskiviikkoisin klo 16 - 18 ja perjantaisin klo 13 - 15. Lisäksi toisen asteen opiskelijoille on avattu Opiskeluhyvinvointia Lahesta" - somesivustot, joilla ker- rotaan opiskeluhoitotyöstä ja kannustetaan ottamaan yhteyttä. Molemmat ovat matalan kynnyksen palveluja ja helposti tavoitettavissa.

Chatissa on mahdollisuus keskustella kahden kesken ja nimettömästi päijätähämäläi- sen nuorten parissa työsken- televän ammattilaisen kanssa kolmena päivänä viikossa. Ammattilaiset osaavat ohja- ta nuoret tarvittaessa myös muun avun piiriin.

Palvelussa nuori voi li- säksi testata omaa huoltaan ja saada siihen videoita ja näkökulmia. Tämä palvelu on auki aina, ja huoliaan voi

nimettömästi testata kuinka usein tahansa. Testistä ei synny mitään dokumentteja.

- "Onks tää normaalia" - palvelun ideana on tarjota apua niin, että nuorella itsellä säilyy hallinnan tunne on- gelman käsittelyyn. Nuoren mielessä pienestäkin asiasta voi kasvaa iso huoli, joka häiritsee koulunkäyntiä ja muuta elämää, kertoo palvelupäällikkö Eija Kinnunen Lahden kaupungin psykologi- ja kuraattoripalveluista.

- Nuoren auttaminen on joskus hankalaa, koska nuori voi pitää huolta sisällään useitakin vuosia, Kinnunen jatkaa.

- Aina ei lähipiiristä löydy sopivaa juttukaveria taikka huoli on sellainen, että siitä ei tohdi kenenkään kanssa puhua.

"Onks tää normaalia" - pal- velu löytyy netistä osoittees-

ta: <https://normaali.fi/ph>. Mikäli lapsi tai nuori käyttää sosiaalista mediaa, hän koh- taa palvelun myös siellä.

Palvelu toteutetaan yhteistyössä Päijät- Hämeen kuntien, Päijät- Hämeen hy- vinvointiyhtymän ja Zoturi oy: n kanssa. Palvelua on pilo- toitu Hollolassa ennen sen seudullista käyttöönottoa.

Chat- palvelun lisäksi Facebookissa ja Instagramissa on avautunut myös "Opiskeluhyvinvointia Lahesta" - sivusto. Toisin kuin chat-palvelussa, niin Facebookin ja Instagramin kautta ei hoideta yksittäisten opiskelijoiden asioita, mutta mahdollisiin yhteydenotto- pyyntöihin toki vastataan.

Opiskeluhyvinvoinnin so- me-sivustojen tarkoituksen- a on madaltaa opiskelijo- den yhteydenottokynnystä. Kuvin ja rennolla oteella

tehdään tutuksi opiskelija- huollon tarjoamia palveluja ja työntekijöitä. Samalla kan- nustetaan ottamaan yhteyttä, jos siltä vähänkin tuntuu,

- Työ on usein luottamuk- sellista vuorovaikutustyötä, mutta kaikki työ ei todel- lakaan tapahdu suljettujen ovien takana eikä ole huip- pualaista, kertoo kuraattori Johanna Panttila.

Facebookista jaetaan ajankohtaista tietoa palvelu- ista, ja nämä päivitykset ovat suunnattu opiskelijoiden lisäksi myös huoltajille sekä yhteistyökumppaneille.

Opiskeluhyvinvointityön some-sivustojta ylläpitävät ja sen toteutuksesta vastaavat toisen asteen kuraattorit ja psykologit, jotka toimivat lukio- ja ammattiopiskelijo- den kanssa Lahden lukioissa sekä ammatillisissa oppilai- toksissa.

Lahden Seudun Uutiset

Postiosoite: Riihelänkatu 15, 15810 LAHTI

Toimitusjohtaja/päätoimittaja:
Raimo Jokinen
puh. 0400 816 340
raimo.jokinen@jns-mediajakelut.com

toimitus@jns-mediajakelut.com
Myyntipäällikkö: Tero Jokinen

Kustantaja: J.N.S. Company Oy,
Y-tunnus: 0665979-7

Painopaikka: Lehtisepät Oy

Ilmoitusmarkkinointi:
Vesa Kurjonen
Puh. 040 9328 113
printtimainos@gmail.com

Niina Leskinen
Puh. 041 5499 878
niina.a.leskinen@gmail.com
Jorma Jokela
puh. 040 0371 996
joho.jokela@gmail.com

Painos: 25 000 kpl
Ilmoitusaineisto-osoite:
ilmoitukset@jns-mediajakelut.com

Jakelualue:
Länsi-Lahden ja Hollolan kotitaloudet

Jakelutelinepaikat:
Lahti: ABC Renkomäki, ABC Holma, CM
Laune, CM Paavola, Novatalo Aleksi,
Sokos keskusta, S-Market Metsäkangas,
Sale Jalkaranta, S-Market Jalkaranta, ABC
Kivimaa, Neste Taukottuuli, Sale Kukilla,
S-Market Mukkula, K-Supermarket
Okeroinen, S-Market Solina, S-Market
Villähde, Sale Nastola, S-Market Nastola
ja K-Supermarket Nastola.
Hollola: K-Supermarket Hollola, S-Market

Hollola, Sale Hollola KK ja ST 1 Huoltamo
Kukonkoivu.
Hämeenkoski: Koskikartano ja Sale
Hämeenkoski.

Järvelä: Neste oi Huoltamo,
Kauppahuone Pyrhönen ja S-Market
Järvelä.

Orimattila: S-Market, K-Supermarket ja
Orimattilankehrämö.

Vääksy: Route 24 Vesivehmaa, S-Market
Vääksy ja K-Supermarket Vääksy.

Lehti ilmestyy
kahden viikon välein.

Lehti ei vastaa epäselvistä
käsikirjoituksista tai puhelimessa
sattuneista väärinkäsityksistä
aiheutuneista virheistä.
Lehten vastuu virheellisistä ilmoituksista
rajoittuu enintään ilmoituksen hintaan.
Reklamaatiot kahdeksan (8) päivän
kuluessa.

Ilmoitusten sisäänjätö keskiviikkona
klo 12 mennessä.

ISSN 2490-1105 (painettu)
ISSN 2490-1113 (verkkojulkaisu)

Ringeten luistelukoulu Lahdessa!

Suosittu Ringeten luistelukoulu on taas alkamassa. Siellä pikkutyöt (suositus 4-10 v.) oppivat luistelutaidot leikkimäisillä keinoilla. Ringette tarjoaa harrastajalleen mukavan ja turvallisen kasvuympäristön, jossa koetaan liikunnan riemu yhdessä kavereiden kanssa. Luistelukoulun jälkeen on mahdollisuus jatkaa harrastusta seuran juniorijoukkueissa. Tule mukaan meillä on huippukiva porukka.

Lisätiedot: www.lahtiringette.fi ja ringette.skrl.fi
Ringette on työille kehitetty iloinen ja vauhdikas laji, jossa korostuvat omat pelitaidot ja yhteispuolisoaminen. Jokainen pelaaja on meille yhtä arvokas. Olemme olympiakomitean lajiliitteen Tähtiseura.

Ilmoittautuminen: Isku Arenalla sunnuntaisin klo 11.00-11.50 (vakioaika) alkaen su 1.9.2019

Hinta: Syyskausi 90 € (sis. ohjauksen, lisenssin, vakuutuksen, mailan ja ringettelehden vuosikerran)

RK vastuhenkilö: Pia Jarvinen p. 0440 912 202, pia.jarvinen.lahti@gmail.com



Lisätiedot:
www.lahtiringette.fi
ja ringette.skrl.fi



0500 496 300/ Juha
0400 860 500/ Vesa

www.infrastar.fi



KANTOJYRSINTÄÄ

Häiritsevät kannot pois pihoilta ja puutarhoista helposti ja edullisesti!

– Työstä kotitalousvähenä.

Tommiska Orimattila, puh. 040 533 1577
e-mail: sj.tommiska@phnet.fi • kotisivu: www.jyrsii.fi

MYYDÄÄN

Sekaklapiä kotiinkuljetuksella
p. 040 520 0782 / Antti Jokinen



Kellohuolto ja -korjaamo
KELLO-HARA

*Kyntömiehentie 18, Orimattila
(Peltolan alue)*

**joka päivä 0440 111 889
verstas avoinna ma-ke 10-18**

*Reipas palvelu,
tarvittaessa nouto ja palautus.
Takuutyö.*



KEKKILÄ
GARDEN

**KEKKILÄN MULLAN MYNTIPISTE
NYT UUDESSA OSOITTEESSA**
Helsingintie 832, Hollola

**Tilaa kunnan multaa kotipihaasi tai
viherrakentamisen kohteeseen!**

Avoinna ark. klo 7-16 (ruokatauko 11-12)

Tiedustelut: PERÄKÄRRYMYNTI 040 358 5072,
URAKOITSUJA 0400 710 347

Myynti- ja tilauspalvelu 020 331 404

tilaukset@kekkila.fi - kekkilaviherrakentaminen.fi

TIESITKÖ?

**PÄIHDERIIPPUUUS EI OLE SEURAUSTA JUOMISESTA.
JUOMINEN ON SEURAUSTA ALKOHOLISMI SAIRAUSTESTA.**

Alkoholismi luokitellaan sairaudeksi.*

**Toipuakseen sairaudesta päihderiippuvainen tarvitsee hoitoa,
toipumisen ainoa vaihtoehto on täysin päihteetön elämä.**

*Amerikan Lääkäriliiton luokituksen (ICD10) mukaan alkoholismi on parantumaton, mutta hoidettavissa oleva alkuperäinen, krooninen, kuolemaan johtava sairaus, jolle on luonteenomaista kontrollikyvyyn menetys. Minnesota-hoidon käyneet potilaat saavuttavat yli 90%:n hoitotuloksen jatkuvalla päihteettömyydellä mitattuna.



Minnesota-Hoito Oy on ensimmäinen Minnesotamallin mukainen alkoholismin hoitokokonaisuuteen keskittyvä hoitolaitos Suomessa.

Aloitimme täydellisen Minnesotamallin mukaiset päihderiippuvien hoidot Suomessa 1993. Olemme 25 toimintavuotemme aikana hoitaneet yli 3000 potilasta läheisineen. Oulun yliopistossa tehdystä väitöskirjatutkimuksessa 144:llä Minnesotahoidon käyneistä henkilöistä 134:llä, (93,1%) on hoitotuloksena jatkuva raittius. Meillä hoitoon osallistuvat myös läheiset.

VASTAANOTTO PÄIHDERIIPPUVAISILLE LAHDEN SOPENKORVESSA

MINNESOTA-HOITO OY ON ALOITANUT VASTAANOTON
PÄIHDERIIPPUVAISILLE SEKÄ PÄIHDERIIPPUVAISTEN LÄHEISILLE.

Omasta tai läheisensä päihteiden käytöstä huolestunut henkilö voi varata maksuttoman tapaamisen päihde- ja/tai läheisterapeutin kanssa. Yritykset, yhteisöt sekä muut toimijat voivat varata tapaamis-/luentoajan päihdekartoituksiin sekä Minnesota-Hoito Oy:n hoitotoimintamallin esittelyyn.

Minnesota-Hoito Oy on hoitanut päihderiippuvaisia sekä päihderiippuvien läheisiä vuodesta 1993 lähtien Lapualla ja vuoden 2017 toukokuusta alkaen Lahden kupeessa Hämeenkoskella. Sovi rohkeasti tapaaminen, puh. 0503593055.

**USKALLA PYYTÄÄ APUA PÄIHDERIIPPUUTEEN
KELA KORVAA SAIRAUSAJAN PALKAN.**



HOITO JOSSA OIKEASTI TOIPUU PÄIHDERIIPPUVUDESTA. YLI 90% HOITOTULOS

Soita palvelunumeroomme
0800-04500

Toimipisteet:
LAHTI, p. 050 336 1075
LAPUA, p. 050 325 9017
PÄIVYSTYS 0400 815 307

Emustajia

Selvänäkiä
Stiina Sahari
0700-9-3009
2,95€/min + pvm, pi 50 hki 25

Lappilainen näkiä, parantaja
Katriina
jo kolmannessa polvessa
0700-512411
"Myös ihmishuokkeiksi!"
2,39€/min + pvm, roy, PL 62, Tre

Aito Varmat Näkiä
Jenny
0700-51014
Myös luotettavat rakkaustulkinat
2,39€/min + pvm

Sekalaisia

LEIRINTÄALUE
MÖKKIVUOKRAUSTA
Rauhallinen perhepaikka
JOUTSA
TAMPINMYLLY
Kesän mökkiviikkoja vielä vapaana
Tampinmyllyntie 12, 19650 Joutsa
040-592 2517
www.tampinmylly.com

Vietä hiinto- ja kalastuslomaa Rantasalmella Saimaan rannalla



Vattulahden lomamökit

Voinsalmentie 773
58900 Rantasalmi
p. 050-512 6621
hanu.siljanen@vattulahti.com
www.vattulahti.com

www.laattila.fi
Meillä kauppa käy!
PERHEKORPPU
LAATTILA

Sireenien myllyn juuret Karjalassa kosken partaalla

Myllyn koneet piti pakkopalauttaa rauhanteon jälkeen

Lasse Koskinen

Vahviala-seura järjestää kesäisin Karjalan kotiseutumatkan, jossa tutustutaan vuorollaan kuhunkin Vahvialan pitäjän kylään. Tänä kesänä vuorossa oli Vanhakylä, jossa ennen viime sotia oli yli 120 kotitaloutta, koulu, kauppa sekä koskivoiman pyöritystä saha ja mylly. Rakennuksista on vain kivijalkoja jäljellä ja pellot ovat pääosin viljelemättä. Suomalaisten aikoinaan rakentama kylätie on niin pahoin kuoppaistunut, että kotiseutumatalaisia kuljettanut linja-auto pääsi vain vaivoin perille. Tuttu autoilija ajoi autonsa kuitenkin perille sinnikkäästi.

Kotiseutumatalaiset pyysähtivät Vanhakylässä kentälounaalle sahan ja myllyn raunioille kosken partaalle. Paikalta evakoon lähteneet Elsa ja Valle Sireeni perustivat myllynsä uudelleen Nastolan Uusikylään. Neuvostoliitto vaati 1944 myllyn koneistoja palautettavaksi Vahvialaan välirohansopimuksen ehtojen vedoten. Sireenit tekivät niin, mutta siitä huolimatta he saivat uuden myllyn aikaan Uusikylään, jossa se toimi aina 1990-luvulle saakka.

Mylläri kuoli myllynsä edessä

Reetta Kaapro toimii Lahden kaupunginteatterin myyntinä markkinointipäällikkönä. Hänen isovanhempansa olivat Elsa ja Valle Sireeni. Kaapro oli mukana tämän kesän Vanhakylän matkalla.

- Sodan alettua Sireenit siirsivät myllyn ja sahan koneet Nastolan Uusikylään. Sahaa sinne ei saanut perustaa, kun siellä oli jo saha, mutta myllyn he aloittivat, Kaapro kertoo.

Valle Sireeni jäi Uusikylän asemalla junan alle ja kuoli myllynsä edessä. Reetta oli silloin kaksivuotias. Sireenin pariskunnan poika, Harri, jatkoi myllyn toimintaa.

- Kun katselen täällä Vahvialan Vanhassakylässä tätä isovanhempien myllyn aluetta, niin näen samoja kasveja, kuin Sireenien pihalla Uusikylässä. Täältä on ilmeisesti otettu taimia mukaan tai haettu myöhemmin sinne.

Mummo järkytty näkemästään

Reetta Kaapro on käynyt aiemmin 1990-luvulla suvun mukana Vahvialan Vanhakylässä. Silloin vielä vanhan venäläisen kolhoosin ra-



Reetta Kaapro isovanhempiensa myllyn maisemissa Vahvialan Vanhakylässä. Taustalla venäläisten elokuvaa varten tekemä kullissimylly.

kennuksia oli pystyssä. Nyt jäljellä ovat vain rauniot.

- Minusta tuntuu, että silloin 1990-luvun sukumatkalla mummoni Elsa Sireeni oli järkyttynyt tästä näystä, joka täällä oli. Hän ei tuntunut toipuvan siitä enää ollenkaan. Reetta Kaapro yritti hou-

kutella tämän kesän Vanhakylän matkalla myös äitiään Pirkko Haaramäkeä. Tämä oli kuusivuotias, kun kylästä piti lähteä evakoon. Jatkosodan asematavaiheen aikana perhe palasi Vanhakylään. Pikku-Pirkko oli silloin melkoisen järkyttynyt, kun

venäläiset miehittäjät olivat tehneet hänen leikkimökistään sikalan.

Reetta Kaapro sanoo Lahden kaupunginteatterin yhtenä ohjelmistovaihtoehdotona olevan karjalaisen laulunäytelmän. Myöhemmin selvittää, toteutuuko suunnitelma.

Onko jätelajittelu ajan tasalla?

Onpas kummallista touhua tämän hetken jätteiden lajittelu ja uusiokäyttö. Herättiin kun meret ja kaatopaikat alkoi olla täynnä muovia ja muuta ns. paskaa. Vuosikymmenet työnnettiin rojot mereen ja laskutettiin minimaalisesti suuryrityksiä. Nyt kun on herätty hiukan liian myöhään, niin ei kun laite-ajan maksun mieheksi kuluttaja (eli palkansaajat/eläkeläiset). Tuskin se mökin mummu tai pappi on niitä vesistöjä saastuttanut mutta kyllä kelpaa makumieheksi.

No päätinpä tehdä pienen gallupin. Menin kerrostalon jättestelle ja aloin ns. tutki-

muksen miten jätehuolto tällä alueella toimii. Ovi oli lukossa jättestelleeseen, joten odotelin kunnes saapui asukas joka oli tuomassa lajiteltua jätettä keräyslaatikoihin. Hän suostui haastattelupyyntöön mutta ilman nimeä, jonka kyllä ymmärrän. Kysyin häneltä ensimmäiseksi miten jätehuolto toimii? Näinkin monikulttuurisessa ja isossa talossa. Kyllä se pääosin toimii hyvin, sanoi hän. Mutta kun kyseessä on vuokratalo jossa on n. 70 asuntoa, on joukossa monenlaista kulkijaa. Suurin osa lajittelee ja laittaa biojätteet ja muut jätteet asianmukaisesti oikeisiin

paikkoihin kuten maitopurkit ja muovit. Mutta sitten se pieni osa asukkaista sanoo "piut pau!" koko lajittelulle, vaan tunkee muovit biojätteenä ja tai lähinnä olevaan laatikkoon. Siellä ne sitten on jos asukkaat sanovat asiasta hänelle vastaus "en minä jymmärrä". Haastateltava jatkoi kertomusta huomauttaen että biojätte luokitellaan sekajätteeksi, josta seuraa lisämaksua ja vuokran korotuksia. Ei kiinnostanut sotkijaa. Olihan kokemus, toivottavasti näin ei ole kovin monessa paikassa. Lopuksi haastateltava totesi kysymykseen onko asiaan opastusta?

Lappuja tulee postiluukusta, useammalla erikelellä mutta aika pieni prosentti niitä luukee. Olisiko jokin muu keino parempi valistaa ihmisiä, että saadaan tämä enemmistöön hyväksymä tärkeä asia kohdalleen.

Maataloutta unohtamatta. Siellä se homma onkin aivan eri tasoa. Vaikka ryhtiliikettä onkin tapahtunut. Kyllä se vaan ihmetyttää kun muovin kierrätys on 30% joten 70% on teillä tietämättömillä tai kaatopaikkajätteenä. Suurimmat muovijätteet tulevat heidän paalauksesta ja mansikka viljelystä sekä lannoitepuppeista. Olisi harkit-

tava pikaisesti BIO muovin käyttöä, mutta ei ennen kuin siitäkin on saatu todelliset tulokset. Tämä on yksi epäkohta luettelossa joka on toivottoman pitkä. Kaupan alan pakkausmuovi on myös alue missä ei ole tapahtunut merkittävästi kehitystä, pidetään muovipilleistä ja kasseista melua, mutta kaikki pakataan muovisiin. Isot kaupat voisivat siirtyä höpinöiden linjalta toimintaan. Eiköhän se olisi kanssa hyvä esimerkki esim. kuluttajalle.

Raimo Jokinen

LAADUKASTA SIIRTONURMEA LAMMILTA!



www.lamminsiirtonurmi.fi • info@lamminsiirtonurmi.fi

M-Lasi KUN AUTOSI TUULILASI PITÄÄ

UUSIA NIIN KÄÄNNY PUOLEEMME. TEEMME SEN

NOPEASTI JA EDULLISESTI. SOITA 0400 836213 TAI

TULE KÄYMÄÄN.



M-Lasi Kirjavakatu 2 15300 Lahti www.m-lasi.fi

Omenoita, omenamehua ja tuoremehuasema

Jaakkola omenatila

Kamppilantie 70

17410 Viitaila

puh. 040 5594027

www.jaakkolanomenatila.fi



Vescun Pyörä korjaukset • huollot • varaosat

MEILTÄ MYÖS SÄHKÖAVUSTEISET PYÖRÄT!



TARVITTAESSA NOUTOPALVELU
Vesa Nieminen
Pääjärventenkatu 13, sisäpiha
avoinna ma 9-18, ti-pe 8-16
puh. 010 666 8566

www.nordicsale.fi

4000 kpl uusia eri mittaisia IKKUNOITA ja OVIA



edullisesti ja heti

NORDIC sale

Kuusitie 1 Bosund
(06) 721 0111
sale@nordicsale.fi

Rakkaudesta eläimiin!

Faunatar
Faunatar Lahti
Launeen Prisma 2. krs
Puh. 040-1630 630
Ark. 10-20, la 10-18
www.faunatar.fi

Evakkolasten puistossa järjestettiin yleisötapahtuma

Satunmaa-tango on saanut Karjalasta kertovat sanat

Lasse Koskinen

Evakkolasten muistopuistossa Lahdessa järjestettiin yleisötapahtuma, jonka aluksi puiston suunnittelija Eila Palojärvi esitteli puiston koostumusta. Puistoon istutettiin Suomen itsenäisyyden juhlavuonna 100 puuta, kymmenestä eri lajikkeesta. Yleisö kiersi esittelijän mukana tutustumassa puistoon. Puistossa on myös evakkolapsille omistettu muistomerkki.

Evakkolasten edustaja tutkija Tarja Lang Espoosta kertoi uudistilojen raivauksesta Lieksan ja Nurmeksien väliseen Egyptinkorppeen, joka sai nimensä siitä, kun yksi korpipalstan saanut isäntä totesi evakkojen joutuneen silloin korpivaellukselle kuin Israelin kansa Egyptistä.

Sotien jälkeen karjalaisista ei saanut tehdä numeroa. Silloin tapahtumia ei tutkittu, kuten tänä päivänä tehdään. Evakkoon lähteneet joutuivat jättämään osin kaiken, paitsi muistonsa, Lang totesi.

Toivo Pääkkönen on syntynyt Karjalan Lumiväärasta. Hän asuu nykyisin Kouvolassa. Hän liikkui Evakkolasten puistossa entisöidyillä museopolkupyörillä. Se on Hermes-merkinen, joka on alun perin ruotsalainen, mutta niitä koottiin ennen sotia myös Viipurissa. Pääkkösen pyörä on samanlainen, joka hänen perheelleen hankittiin evakossa Kalajoella.

Tämä pyörä oli ympäri ruosteessa, kun sen hankittiin. Runko hitsattiin Lahdessa kokoon Kymijärvellä olevassa metalliverstaassa. Pinnoitus vei minulta melkoisesti aikaa. Työpajan atk-osastolla tähän tehtiin alkuperäisen mukainen tuotemerkki, Pääkkönen kertoi entisöinnistä.



Evakkolasten puiston yleisöä. Ohjelmaan kuului myös yhteislaulutuokio.

Lahtelainen Juhani Rönä on lähtöisin Salmin pitäjän Partaselän kylästä, Laatokan Karjalasta. Hän puhui lapsena kotikielensä liivinkarjalaa eli aunuksenmurretta, joka oli Salmessa paikkakunnan valtakielä. Rönä syntyi talvisodan evakossa Saarijärvellä. Nyt hän asuu Lahden Ankkurinalueella, Vesijärven tuntumassa. Työelämässä hän oli Isku-yhtiön suunnittelijana 35 vuotta.

Kun menin evakkopaikkakunnalla kouluun, niin en osannut varsinaista suomenkieltä ollenkaan. Kerran olen Salmessa käynyt, vuonna 1992. Velipuoleni on sinne sankarihautaan. Siellä on myös sukuhaudan kivet nurin paikallaan. Kun sinne tulee suomalaisia, niin paikalliset venäläiset nostavat kivet pystyyn maksua vastaan, Rönä kertoi.

Rönän äidin suvulla oli yrtitys Salmessa. Sillä oli haa-

rakontori Viipurissa ja ennen Venäjän vallankumousta myös Pietarissa. Yrityksellä oli sahalaitys ja laivakaljustoimintaa Laatokalla.

Minähän olen totta kai sitä mieltä, että Karjala tulee meille takaisin silloin kun Venäjälle tulee sivistynyt johto.

Juhani Rönä sanoo tunteensa Lahden kotipaikkakunnalle muutti luottamustehtävissä. Hän on toiminut oman toimensa ohella vapaaehtoisessa nuorisotyössä ja seurakuntansa luottamustehtävissä.

Tapahtuman alkutervehdyksen esitti toimittaja Anne

Kuorsalo. Lahden Karjalaseura ry:n puheenjohtaja Raimo Koukonen kertoi Lahteen parin vuoden päästä paljastettavasta Evakkopatsaasta ja tilaisuuden loppusanat lausui Raimo Vanninen. Ohjelmassa oli myös yhteislaulutuokio. Tilaisuuden järjestäjinä toimivat Lahden kaupunki ja lahtelaiset karjalaisseurat.



Juhani Rönä uskoo Karjalan tulevan takaisin Suomelle, kun Venäjä saa sivistyneemmän johdon.

PORAKAIVOT

Lämpökaivot
Pumput ja tarvikkeet
Porakaivojen huollot

Päijät-Hämeen
PORAKAIVO OY
www.porakaivo.com
Puh. 040 5060 706



SUOMALAINEN JÄSENKORJAUS

selkä * niska * iakias
polvi * nilkka * käsiävät

Koulutetut jäsenkorjaajat, mestarit
Seija Hyrkäs Tapio Ahokas
0400 806472 040 5013988

Puotikatku 4 as.2 Lahti / Patoniitty
Suomalainen jäsenkorjaus Lahti | Facebook
jäsenkorjaajat@gmail.com

JUVITEK.fi

MAANSIIRTOA - MULTAA - SORAA
- PERUSTUS- JA PIHATYÖT, KIVETYKSET
- RAKENTAMINEN, PUUNKORJUUS
- SALAOJITUKSET
- JÄTEVESIJÄRJESTELMÄT
KAIVURIIT 1.7 tn, 5 tn + encon, 14 tn
Bobcat ja 4 wd tr. Myös vuokraus. **0400 127 127**

TIESITKÖ, ETTÄ PORAKAIVO PITÄISI PUHDISTAA 5-10 VUODEN VÄLEIN?

* Puhdistukset ja huollot
* Porakaivopumppujen myynti

Hyödynnä kotitalousvähennys, jopa lähes puolet pois kustannuksista!
Nopeammin näin kesäaikaan, varaa!

PORAKAIVOJEN HUOLTOLIIKE
LAMMINRANTA

Katso tarkemmin
www.porakaivohuolto.net
p. 050-3680001, 0400-313819

RANTAHUVILA ja/tai MÖKKI

rantaoikeudella n. 150 km säteellä H:gistä.
Miel. tie ja sähköt. Sopivasta kaupasta heti.
Luottamukselliset tarj.

Tuomontupa Oy

Vihdintie 4, 00350 Helsinki
(09) 241 8498
www.tuomontupa.fi

ROADMASTER

L. Kettunen

Amerikkalaisten autojen korjausta ja huoltoa

- Koneremontit: diesel ja bensa
- Perät, vaihteistot
- Jarru- ja sähkötyöt
- Ilmastoinnit, syöttöpumput
- Uudet sekä käytetyt osat

Myös muut merkit

0400 156 024
Paininpuutie 5, 18100 Heinola
www.road-master.net

TANSSI- SYKSY KURSSIT 2019

EI ENNAKKOILMOITTAUTUMISTA, TULE YKSIIN TAI PARIN KANSSA

DANCING SALI Vesijärvenkatu 30
SUNNUNTAISIN 1.9. alkaen

17.00 - 18.00 **BUGG** alkeet
18.00 - 19.00 **BUGG** jatko
19.00 - 20.00 **BOOGIE WOOGIE** jatko

AHKERASALI Takojankatu 3
MAANANTAISIN 2.9. alkaen

18.40 - 19.40 **FUSKU** alkeisjatko
19.45 - 20.45 **BUGG** alkeisjatko

MONITOIMIKESKUS TAKATASKU Huovilankatu 4
TIISTAISIN 3.9. ALKAEN

18.00 - 19.00 **FUSKU** alkeet
19.00 - 20.00 **CHA CHA** alkeet
20.00 - 21.00 **PARISALSA** alkeisjatko

HINNAT:
1h: 8€/kerta
2h: 15€/kerta
3h: 20€/kerta
opiskelijat:
7€/12€/16€

www.ottovaltamo.fi
040 769 3249 otto.valtamo@gmail.com



liukuovien aateliala
STIRPE
www.stirpe.com

KEITTIÖASIAANTUNTIJASI

SOITA HETI! **JUSSI MELKKO**
GSM 040 541 1070
www.jussi-melkko.com

ILMAINEN SUUNNITTELUPALVELU!!!

MUISTA KOTITALOUSVÄHENNYS



Siiri Rantanen (oik) avasi kisapäivän. Kuvassa ystävänsä Marita Puusolan kanssa nauttimassa kisatunnelmasta.



Suuren urheilujuhlan tuntua Tiilikankaalla

Lauantaina 17.8.2019 oli suuren urheilujuhlan tuntua. Ainakin Hollolan tiilikankaalaisille. Nimittäin Karilantien hiekkakentällä järjestettiin jo 40. kerran Jukola Games-tapahtuma. Ensimmäisen kerran tapahtuma järjestettiin samana vuonna kuin oli Moskovan olympialaiset, eli vuonna 1980.

Jukola Games alkoi myös tänä vuonna jo aiemmin kesällä kuntorasteilla, jotka jatkuivat läpi kesän. Petanque cup kisattiin pitkin kesää. Finaali oli kisapäivää edeltävänä keskiviikkona.

Lajivoitoista ja joukkue-mestaruudesta kisasi tänäkin vuonna 12 joukkuetta ja osallistujia oli vauvasta vaariin. Joukkuelajeina olivat mm. kottikärryviesti ja kananmunan kuljetus, jotka kisattiin aamupäivän aikana. Yksilölajeina olivat mm. saappaanheitto, vauhditon piituushyppy, narugolf, kolmi-pyöräisten kisa sekä eri juoksumatkat. Lajeja oli yhteensä 24 eli kaikille löytyi varmasti jokin laji, johon osallistua.

Osallistujia oli tänä vuonna ennakkoon ilmoittautuneita 330. Kisapäivänä avoimina lajeina oli vielä bottle flip ja narugolf.

Kisapäivän juhlapuheen pitivät Jukola Gamesin perustajajäseniin kuuluvat **Reijo Salminen** ja **Simo Leporanta**. Kisat avasi olympiavoittaja, 94-vuotias **Siiri ”Äitee” Rantanen**.

– En ole koskaan ollut vastaavanlaisessa tapahtumassa. Tunnelma on hieno, toteaa Siiri Rantanen.

Kisakentällä näkyi myös tuttuja kasvoja televisios-ta. Reijo Salminen on ollut tuttu näky vuosien varrella Jukola Gamesissa, mutta myös hänen poikansa **Eppu Salminen** oli kisapäivänä perheensä kanssa paikalla ja muisteli nuoruuttaan lämmöllä.

– Olin mukana kisoissa aina vuoteen 1986 asti kunnes muutin Helsinkiin opiskelemaan. Edustimme silloin Aleksin Toive-joukkuetta. Ekana vuonna oli tukka värjätty punaiseksi,

se oli parasta punk-aikaa. Voitin jopa kultaakin joku vuosi. Iltajuhlat oli silloinkin todella suosittuja ja porukkaa oli tungokseen saakka.

Reijo Salminen kertoi mistä ajatus tapahtumaan lähti 40 vuotta sitten.

– Muutimme asumaan tänne Tiilikankaalle 1970-luvun lopussa. Kerran meitä oli kolme kaveria lenkillä ja juostiin tästäkin läpi. Ihmiset rakensi silloin paljon omakotitaloja tänne ja kukaan ei tuntenut toisiaan. Siitä ajatus sitten tuli. Minun mielestäni tällainen yhteisöllisyys on tulossa, eikä menossa.

Myös tänä vuonna nähtiin hienoja onnistumisia. Lajeja suoritettiin toisissaan tai ainakin puoliksi toisissaan. Kaikilla joukkueilla oli mestaruus eli Aleksin Kivi tähtäimessä. Tänä vuonna mestaruuden vei edellisvuoden tapaan Jukolan Pamaus.

Voittoa tärkeämpää tapahtumassa oli yhdessäolo, yhdessä tekeminen ja hauskanpito. Se myös näkyi sekä osallistujissa että talkoomie-

hissä ja -naisissa.

Iltaohjelmassa oli arpajaisen pääpalkintojen jako sekä Tuubakimalainen viihdytti lapsia. Illan huipensi upea tulishow ja ilotulitus. Näin hieno tapahtuma sai upean päätöksen.

Kisatoimikunnan puheenjohtaja **Kimmo Ahonen** oli tyytyväinen jälleen tämän vuoden kisapäivään.

– Olen iloinen kaikin puolin onnistuneista kisoista ja hyvästä tunnelmasta. Hyvästä palautetta on tullut myös iltajuhlasta, joka oli kyllä tänä vuonna tosi hieno! Isot kiitokset perustajajäsenille Simolle ja Reijolle juhla-kisojenkin ohjelmaan osallistumisesta innolla ja laajalla osaamisellaan. Ajatukset on siirtynyt nyt jo seuraaviin eli olympiavuoden 40-vuotiskisoihin. Uudistuksia tulee varmasti lisää ja toivottavasti myös lisää toimitsijavapaaehtoisia, ilman heitä ei yksikään laji, iltajuhla tai makkaranpaistokaan onnistu.



Mestarin tuuletus.



Desibelikisan tyylinäyte.



Väkeä kerääntyi hienosti kisapäivänä kentälle.



Kottikärryviestissä oli menoja ja melskettä.



Perustajajäsenet Reijo Salminen ja Simo Leporanta pitivät juhlapuheen.



Juoksussa kisattiin mestaruudesta.

Noin joka kymmenes suomalainen pyöräilee säännöllisesti töihin – sade ja kiire saavat jättämään pyörän kotiin

LähiTapiolan teettämän kyselyn mukaan yli kolmannes työssäkäyvistä suomalaisista pyöräilee töihin ainakin satunnaisesti. Merkittävimmät syyt, miksi pyörä jää kotiin, ovat kehnot sääolosuhteet ja kiire. Säännöllinen työmatkapyöräily tukee terveyttä monin tavoin.

LähiTapiolan teettämän Arjen katsaus -kyselyn mukaan noin 13 prosenttia työssäkäyvistä pyöräilee säännöllisesti töihin. Työelämässä mukana olevista 22 prosenttia kertoi pyöräilevänsä satunnaisesti töihin. Nuoret hyödyntävät polkupyörää kaikista ikäryhmistä aktiivisimmin, sillä yli puolet alle 25-vuotiaista kertoi pyöräilevänsä töihin satunnaisesti tai säännöllisesti.

Kyselyyn vastanneet työmatkapyöräilijät kertoivat, että sade, kylmyys ja kiire saavat pyörän useimmin jäämään kotiin töihin lähtöä. Motivaation puute on kyseessä varsin harvoin, sillä vain 18 prosenttia työmatkapyöräilyä harrastavista vastaajista kertoi sen olevan este pyörän satulaan nousemiselle.

– Moni kertoo juurikin kiireen olevan syy siihen, miksi ei kulje pyörällä töihin, mutta ei tule ajatelleksi, että pyörä on kaupunkiympäristössä kuitenkin nopein kulkumuoto alle 5 kilometrin matkalla, huomauttaa Kunnossa kaiken ikää -ohjelman (KKI) hankekoordinaattori Tanja Onatsu.

Kyselyn perusteella kotitaloudesta löytyvä auto

ei erityisemmin kannusta työmatkapyöräilyyn. Vastaa- jista, joilla oli käytettävissään auto jokapäiväisiä matkoja varten, vain 8 prosenttia ilmoitti pyöräilevänsä töihin säännöllisesti. Puolestaan vastaajista, joilla ei ollut käytettävissään autoa, 33 prosenttia ilmoitti pyöräilevänsä töihin säännöllisesti.

Onatsun mukaan työnte- kijöillä, jotka liikkuvat 2–3 kertaa viikossa, on vuodessa 4,5 sairauspäivää vähemmän kuin enintään kerran viikossa liikkuvilla. Onatsu listasi- kin 5 vinkkiä siihen, miten työnantaja voi kannustaa työnte- kijöitään fiksumpaan työmatkaan:

1. Huolehdi sosiaali- ja pyöräpysäköintitilat kuntoon.
2. Hyödynnä fiksun liik- kumisen kampanjoita tai järjestä omia.
3. Hanki työpaikalle laina- tai asiointipyörä.
4. Järjestä pyöräilijöiden aamupala tai sähköpyörän kokeilupäivä.
5. Laadi työmatkojen liik- kumissuunnitelmaa.

Alhaisempi sairastumisris- ki ja lisää elinvuosia
– Puoli tuntia reipasta arki- liikuntaa päivittäin, esimer- kiksi 4–5 kilometrin työmat- ka pyöräillen tai kävelen, parantaa kestävyyskuntoa ja auttaa painonhallinnassa, sanoo LähiTapiolan Terve- ysHelppi-etälääkäripalvelun lääkäri Essi Kainonen.

Ihmiset, jotka harrastavat pitkäaikaista ja säännöllistä arki- liikuntaa, kuten pyö- räilyä ja kävelyä, hyötyvät

Kainosen mukaan liikunnasta monella tapaa. Säännöllistä arki- liikuntaa harrastavilla muun muassa osteoporoosin kehittyminen hidastuu, sepel- valtimosairauksien ja tyypin 2 diabeteksen kehittyminen vaara laskee 50 prosentilla, korkean verenpaineen kehit- tymisen vaara laskee 30 pro- sentilla, sydän- ja verisuoni- sairauksien vaara pienenee ja masennus- ja ahdistusoireet helpottuvat.

– Usein luulemme, että tar- vitaan täyskäännöksiä ja näyttäviä elämäntaparemont- teja tulosten saavuttamiseksi niin liikuntatottumusten kuin syömisen osalta. Isoihin muutoksiin on käytännössä kuitenkin vaikeaa sitoutua pysyvästi. Kannustaisin en- nemmin pieniin parannuksiin ja hyvin valintoihin arjessa riittävän usein, esimerkiksi juuri arki- liikunnan lisää- miseen. Vaikka se tuntuisi yksittäisen päivän kohdalla vaatimattomalta, kuten tämä puolen tunnin arki- liikunta tai kasvispitoisempi lounasva- linta, niin pitkässä juoksussa, vaikkapa puolen vuoden tai vuoden aikajänteellä, puolet valinnat vaikuttava todella merkittävästi terveyteen ja hyvinvointiin, muistuttaa Kainonen.

LähiTapiolan Arjen katsaus -kyselyn toteutti Kantar TNS. 17–23.5.2019 tehtyyn kyselyyn osallistui 1050 suoma- laista, jotka olivat iältään 15–74-vuotiaita. Kyselyn virhemarginaali on +/- 3,1 prosenttiyksikköä.

Lahden Rautatienkadulle maalataan murali

Rautatienkatu 13:n etelä- päätyyn toteutetaan murali eli seinämaalaus. Työt aloi- tetaan maanantaiaamuna 19.8.2019 työmaan perusta- misella ja varsinaisen mura-alin maalaaminen alkane- puoliltapäivän. Työlle on va- rattu katutilaa jalkakäytävältä 26,8. klo 12 saakka.

Murali perustuu Taideak- seli-hankkeen ideakilpailussa

palkitun kuvittaja Laura Leh- tisen edelleen kehittämään ehdotukseen. Muraliin on tilannut Teerenpeli Ravinto- lat Oy. Lahden kaupunkiympä- ristö on avustanut työmaan järjestelyissä.

Työmaa on osittain Rautati- enkadun jalkakäytävällä ja naapurikiinteistön Rautati- enkatu 11:n etupihalla Vuorikadun ja Hämeenkadun

välisellä osuudella. Rautati- enkadun jalkakäytävä ka- penee työmaan kohdalla 1,5 metriä leveäksi. Pyöräily jal- kakäytävällä ei ole sallittua.

Viereiselle kiinteistölle on tiedotettu työn alkamisesta jo ideakilpailun aikana. Naapu- rikiinteistö on antanut luvan työmaalle.



Tarjoamme kiinteistöhuolto palveluita Lahden talousalueella. Lisäksi suoritamme sammaleenpoistoa ja kantojyrsintää. VolttiHuolto toimii myös konevuokraamona.

Vuokrattavana:

- Pienkuormaajia **alk. 50€/vrk.**
- Kaivuri **alk. 120€/vrk.**
- Maantiivistäjiä 90kg, 200kg, 500kg. **alk.40€/vrk.**

- Peräkärriä **alk. 10€/vrk.**
- Mönkijät **alk. 60€/vrk.**
- Oksasilppuri **alk. 20€/vrk.**
- Avant kuormaimiin runsaat lisävarusteet.

VOLTTIHUOLTO Oy

Mika Virtanen
Puh. 0500 769190

Hirsimetsäntie 22
15200 Lahti
www.volttihuolto.fi

Peltikatot & Kattoremontit

Valtuutetusta asemusliikkeestä

KATTO KUNTOON
Jukka Rämö **0400 494 832**
www.kattokuntoon.fi



UNELMAKEITTIÖT KESÄMÖKISTÄ KIVILINNAAN



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

HM
KEITTIÖ

Unelmakeittiöitä vuodesta 2005

OSINA – KOOTTUNA – ASENNETTUNA JOPA VIIKOSSA

Laatukatu 5, 15680 Lahti • p. 040 840 5843
• www.hm-keittio.fi • avoinna ma-pe 9-18

SAVIAHON MYYMÄLÄ HYVINKÄÄLLÄ

Hämeenkatu 37, p. 019-469 324
Avoinna: ark. 10 – 17, ja 10 – 14
VANHAN TAVARAN KAUPPA



Lomonosovin eläimiä



Arabian kahvikuppeja



Valaisimä

ARABIAN ASTIOITA:
Valencia, Sointu, Krokus, Faenza, Kirsikka, Gardenia, Kastanja, Ali, Myrna, Signapore, Maisema, Kesäkuukka, Suomenkuukka, Kilta, Maire, Kultakoriste, Rajja, Pitti, Leena, Kimmel, Uhtua, Ruija, Kosmos, Pirtti, Otso, Meri, Saara, Kaira, Taika, Anemone, Aaristo, Harlekin, 24h jne.! Maitokannuja, hillo- ja maustepurkkeja, voipyttyjä...! Seinälautasia: Kalevala, Tomula, Alariesto, Von Wright, Heljä Luukko-Sundström, Vuosilautasia, Joululautasia, Romanttinen puutarha ym.

IITALAN LASEJA:
Kekkerit, Niva, Festivo, Asklat, Kalinka, Pisanrennegas, Jääsärsärijä, Helminauha, Vellamo, Tsaikka (kulta, lila), Kastehelmi, I-lasi, Pioni, Apila, Herttua ym.

PALJON VANHAA- JA KERÄILYTAVARAA:
Huonekaluja, Valaisimia, lampunkupuja, valaisinkristalleja, aterimia, avaimia, nauhalokita, ryyjiä, Riihimäen lasin maljakkoita ja lasia, lasipurkkeja, Savitorppa, koulun opetustaluja, emalialustia, patoja, peltikahvipurkkeja, kuparipannuja, mortteleita, Lomonosovin eläimiä. Ja paljon muuta!

TRIKOO MATONKUTEITA:
Värit: Valkoinen, musta, sininen, harmaa. 3 euroa/kg.

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

KAIKKI LOPUT KANKAAT 2 EUROA / METRI!

Puuskartelutarvikkeita: Palloja, helmiä, pyöriä, tappeja ym.

OSTAMME KUOLINPESÄ JA MUUTTOARTAINTA!



Riihimäen lasia



Arabian astioita



Arabian seinälautasia



Matit ja Maijat

Tanssittaa syyslukukaudella 2019
Harjoitukset Hollolan Uimahallin Monitoimisalissa,
Terveystie 8

Lasten ja nuorten ryhmät

Maanantaisin *Taaperoiset n. 2-4 v.
*Pikkuruiset n. 5-7 v.
Ma ja to *Midit n. 8-12 v. Juniorit 13 v.-
*Harha nuoret aikuiset,
viikonloppuina sovituksi
katso kotisivu ja facebook

FolkJam-TANSSILIIKUNTA

torstaisin klo 17.45-18.45 alkaen 5.9.,
jolloin kaikille avoin tutustumiskerta

Ilmoittautumiset ja kyselyt: info@matitjamaijat.fi
* 040 588 0058

TULE HAUSKAAN, LUOVAAN
JA LIIKUNNALLISEEN HARRASTUKSEEN
Matit ja Maijat ry
www.matitjamaijat.fi
*facebook.com/matitjamaijat/

UUDET KESÄ- RENKAAT alk.

175/65 R14.... 179€
195/65 R15.... 199€
205/55 R16.... 219€
205/60 R16.... 239€
225/40 R18.... 279€
225/45 R17.... 259€

Hinta 4 kpl esennettuna



Meiltä myös:
• autohuollot ja -korjaukset
• vikakoodien luku
• tarvikkeet ja varaosat

www.nastorengas.fi

NASTO-RENGAS

Tiilitie 2, Nastola. Puh. (03) 7625 635

123
tuulilasi.fi
AUTOMOTIVE GLASS
EUROPE

Autolasien ammattilainen
nyt myös Lahdessa
**Avajaisarjousena
TUULILASIT -40%**

Mestarinkatu 16, Lahti
045-2089 880, lahti@123tuulilasi.fi

**Jätehuoltoa Hämeenkosken ja
Hollolan alueella.**
Kysy rohkeasti tarjoustamme
palveluista!
Terveisin Ulla ja Esa Kauppi
www.lamminjatehuolto.fi
050 5728906, 050 3618925

**SYVÄ HENGITYS JA VAPAA SOINTI-
TIE TERVEYTEEN**

Tutustu lauluterapiaryhmiin
ti 27.8. ja 3.9. klo 18

Lauluterapeutti
Karita Tuominen
Paimenpolku 6, 15900 Lahti
03 755 1966 Tervetuloa!

Tarjous:
syvärentouttava
jalkahieronta
50 € / 1,5 h

Värikkäät paprikat ovat vuoden 2020 vihanneksia

Suomalaiset rakastavat paprikoiden raikasta makua ja rapsakkaa suutuntumaa. Monikäyttöiset paprikat kotiutuivat suomalaisen ruokavalioon 1970-luvulla. Nykyisin tuoreita paprikoita popsitaan reilut kolme kiloa henkeä kohden vuodessa, missä on edelleen reilusti kasvunvara. Eniten käytämme mietoja ja makeita paprikoita salaateissa, mutta muutkin paprikatyypit tuovat väriä ja lisämakua ruoanlaittoon keitoista patoihin ja erilaisiin paistoksiin. Erityisesti erilaiset yrtit ja juustot houkuttelevat paprikan parhaat puolet esille.

Paprikat kuuluvat perunan ja tomaatin tapaan maukkaisiin koisosakveihin. Paprikat ovat kasvitieteellisesti marjoja, mutta arkikielessä ne luokitellaan vihanneshedelmiksi. Väri- ja makuvalikoimasta löytyy suosikkeja eri tilanteisiin, sillä lempeän makeat paprikat rakastavat salaatteja, mutta tulisilla chileillä kokki loihtii ikimuistoisia ruokaelämyksiä.

Liikennevalojo ruokapöytä

Paprikat (Capsicum annum) ovat kotoisin Väli-Amerikasta, missä niitä kasvaa edelleen viljeiltä. Meillä tutuin on jalostettu makea ja mieto

vihannespaprika, jonka perusväreinä ovat tutut liikennevalojen värit: punainen, keltainen ja vihreä. Myös lempeän ornamikas oranssi on suosittu.

Vielä kypsyyvää vihreää paprikkaa käytetään pääasiassa kypsennettynä erilaisissa ruoissa, koska sen maku ja rakenne sopivat parhaiten ruoanlaittoon. Mehukkaat suippopaprikat ovat uudempiä tulokkaita kotimaassa viljeltyinä, ja ne sopivat hyvin erilaisiin uuniruokiin ja salaatteihin. Parhaimmillaan ne maistuvat vihanneksilla ja tuorejuustolla täytettyinä paprikaveneinä. Maistelemalla erottaa usein kotimaisen paprikan, sillä sen maku on raikas ja tuore.

Terveyttä ja tulusuutta

Chilit kuuluvat myös paprikoihin ja niitä kasvatetaan tuhansia eri lajeja miedoista makeista polttavan tulisiin. Näiden paprikoiden muodot vaihtelevat pikkuruisista nupista isoihin kellomaisiin tai suippoihin muotoihin. Paprikat sisältävät runsaasti C-vitamiinia ja muita terveyden kannalta hyödyllisiä ravinteita. Tulista makua paprikoihin tuo kapsaisiini-yhdiste, jonka tuottaa myös toimivan aineenvaihduntaa vilkastavana ja sa-

malla laihduttava ruoka-aineena. Sietokyky polttaviin paprikoihin kehittyy ajan myötä, ja tulisimpia makuja voi loiventaa yhdistämällä chilejä maito- ja viljatutteen kanssa.

Viljely lisääntyy Suomessa

Suomessa paprikoita viljellään reilussa 70 yritykseen noin miljoona kiloa. Eniten paprikoita viljellään Pohjanmaalla ja Varsinais-Suomessa, missä viljelymäärät ovat kasvaneet viime vuosina. Kotimaan tuotanto on toistaiseksi vähäistä verrattuna tuontiin, joka on noin 16 miljoonaa kiloa. Suomalaisia paprikoita on saatavilla varmuimmin touko-lokakuussa. Muulloin olemme tuonin varassa. Eniten paprikkaa tuodaan Hollannista ja Espanjasta.

Harrastajat suosivat viljelyssä erityisesti chili-paprikoita, joiden kasvattaminen on viime vuosina innostanut erityisesti nuoria miehiä. Paprikoiden viljelyajaksi siemenestä satoon kestää vähintään neljä kuukautta. Tämän vuoksi sekä harrastajien että ammattilaisten kylvöt aloitetaan usein jo tammikuussa. Paprikat kasvavat lämpimässä ja menestyvät Suomessa ulkona vain lämpimien kesäkuukausien aikana.

Aikaisemmin kotimaisten chilit olivat harvinaisuuksia kauppoissa, mutta nyt tarjonta on parantunut. Chililajitelmia on saatavilla lähes aina vähittäismyymälöistä.

Vuoden vihanneksen julkistavat Kotimaiset Kasvikset ry ja Puutarhaliitto ry. Tämä perinne on jatkunut jo vuosikymmeniä. Tavoitteena on lisätä teemavihanneksen viljelyä ja kulutusta sekä tutustuttaa suomalaisia uusiin kasviksiin ja makuihin.

Tulevien vuosien vihannekset ovat vuonna 2021 kurpitsat ja vuonna 2022 tomaatit.



Paprikoiden värit ja muodot saavat herkuttelijan veden kielelle.
Kuva: Timo Taulavuori

Valkoinen jatkaa voittokulkuaan uusien autojen suosikkiväri

Jos hankit nyt uuden auton, se on todennäköisesti valkoinen. Sen sijaan liikenteessä useimmiten nähty auto on harmaa. Nämä tiedot selviävät Liikenne- ja viestintävirasto Traficomien ajoneuvotilastoista.

Valkoinen väri on kasvattanut räjähdysmäisesti suosiotaan uusissa autoissa 2000-luvun aikana. Valkoisten autojen osuus ensirekisteröidyistä autoista on jo lähes 30 prosenttia, kun vielä vuonna 2000 vastaava luku oli vain reilu viisi prosenttia. Sen sijaan punaisen värin

suosio on vastaavasti laskenut lähes 25 prosentista vain vähän yli kymmeneen prosenttiin: alkuvuonna ensirekisteröidyistä autoista vain 11,8 prosenttia oli punaisia. Alkuvuoden suosituimmat värit ovat olleet viimeisen viiden vuoden tapaan valkoinen (27,8 %), harmaa (20,6 %) tai musta (15,4%).

Koko henkilöautokantaa tarkasteltaessa kolmen kärki muuttu hieman: eniten liikenteessä näkee tällä hetkellä harmaita (21,5 %), punaisia (15,3 %) ja sinisiä (14,1 %) henkilöautoja. Kolmen

kärjen osuus on yli puolet kaikista liikenteessä olevista autoista. Viiden kärkeen mahtuvat myös musta (13,8 %) ja uusien autojen trendiväri valkoinen (12,4 %).

Vain vähän alueellisia eroja

Todennäköisyys bongata tietynvärinen auto liikenteessä on melko sama eri puolilla Suomea. Eroavaisuuksia koko maan autokantaan verrattuna löytyy Keski- ja Pohjois-Pohjanmaalta, missä kolmanneksi suosituin väri on sininen sijaan musta. Eroavaisuuksia löytyy

myös Uudenmaan ja Varsinais-Suomen maakunnista. Varsinais-Suomessa liikenteessä näkee eniten harmaita (21,6%), punaisia (14,7 %) ja valkoisia (14,5%) autoja. Uudellamaalla kolmen kärjessä ovat harmaa (21,0%), musta (15,1%) ja valkoinen (15,0%).

"Alueelliset erot autojen väreissä ovat melko pieniä. Uusien autojen suosituimmat värit näkyvät Uudellamaalla myös koko autokannan tilastoissa", sanoo erityisasiantuntija Ari Väisänen.

SIEVITÄLO

Paikallinen edustajamme
Markus Lahtinen
040 809 4767

NOUDETAAN/OSTETAAN METALLIROMUA
Miniminouto 1000 kg
Purkutytöt, esim. piharakennukset, vajat, rintamamiestalot ym.
Kysy tarjous!
ML Mikon Metallialustus Oy
0400 775 540

Tervetuloa ammattitaitoiseen autokorjaamoon!

HYUNDAI
SUZUKI

- Hyundai ja Suzuki merkkihuolto sekä varaosamyyni
- Huollot ja varaosat myös KIA-henkilöautoihin
- Autokorjaus • Autohuollot
- Autopestu • Rengastyöt
- Ilmastointihuollot
- Nelipyöräsuuntaus
- Katsastuspalvelut
- Bosch-diagnostiikkatestaus

Lahden
YkkösHuolto Oy
Laatukatu 20, 15680 Lahti • puh. (03) 877 010
info@lahdenykkoshuolto.com • ma-pe 7.30-16.30
www.lahdenykkoshuolto.com

HIUSTALO

PARTURI-KAMPAAMO

FIKSAAMO

OUTLET

FIKSAAMO – PIKA-APU KESÄN MENOIHIN

KAMPAAMO

- esim.
- pikakampau
 - otsahiukset
 - pitkien hiusten tasaus
 - hiusrajojen siistiminen
 - osaleikkaus
 - kulmien siistiminen

PARTURI

- esim.
- sivut ja rajat
 - koneajelu
 - osaleikkaus
 - parran muotoilu



PIKA-
FIKSAUS
15€

maks. 15 min



Fiksaamosta myös
isommat fiksaukset
esim. värin virkistys,
tyven häivytyt

HAPPY HOUR

Kesälauantaisin klo 15 eteenpäin

PIKAKAMPAUS

10€

maks. 15 min



FIKSAAMOON AINA ILMAN AJANVARAUSTA, JONOTUSPERIAATTEELLA

AVAINLIPPUTUOTTEET

JÄTTI Kupla KOKO PERHEELLE

**UUTUUS
VAIN
HIUSTALOSSA**

MIETOSHAMPOO JA KEVYTBALSAMI normaaleille ja hennolle hiuksille
PROTEIINISHAMPOO JA ELVYTYSBALSAMI käsitellyille ja kuiville hiuksille
HOPEASHAMPOO vaaleille hiuksille
HAIR & BODY hiuksille ja vartalolle
TERVASHAMPOO kaikille hiuksille



Shampoot ja
hoidot 500 ml

yks. 13,90/kpl sh. 16,90/kpl (19,90/l)

2 KPL 19⁹⁰

OSiS+
Freeze ja
Session
hiuslakat 500 ml

3 KPL 20,-

Yks. 9,90/kpl sh. 29,90/kpl (13,33/l)

CUTRIN
PROFESSIONAL

Chooz Sugar Spray sokeri-
suihke 150 ml ja Refreshing
Dry kuivashampoo 100 ml

**YHTEIS-
HINTAAN 10,-**

Yks. 6,90/kpl sh. 14,90/kpl (33,00-49,50/l)

BC
BONACURE

Color Freeze
shampoo 250 ml ja
hoitoaine tai hoito-
suihke 200 ml

**YHTEIS-
HINTAAN 12,-**

Yks. 8,90/kpl sh. 14,60-17,90/kpl (22,22/l)



CUTRIN LEMPI
Hiusväriä suojaavat kesätuotteet

Color Guard Sun shampoo 250 ml,
hoito 200 ml, hoitosuihke 200 ml

**3 TUOTETTA
+ ÄMPÄRI**

yks. 9,90/kpl sh. 15,90/kpl (26,53-33,16/l)

19⁹⁰

KARISTO (Citymarket)
p. 03 5899 313 ark. 9–20 la 8–18, su 12–18

LAUNE (Citymarket)
p. 03 7353 100 ark. 9–20 la 8–16

PAAVOLA (Citymarket)
p. 03 7349 900 ark. 9–20 la 8–16

Kysymyksiä sinulle ylipainoinen



Olen kuullut sinulta kaikki ne selitykset ja pintyneet tavat, jotka estävät sinua pudottamasta painoasi. Olenko mielestäsi väärällä asenteella liikkeellä, kun esitän sinulle kysymyksiä, joihin varmasti tiedät vastaukset?

Kumman valitset: tehoako sinuun, että myötäillen yliylöntejäsi vai otanko tiukemman otteen asiaan?

Miksi et välitä omasta kehon hyvinvoinnista vai odotatko, että joku tekee sen sinun puolestasi?

Vertaatko itseäsi muihin, kun muut ovat vielä isompia kuin sinä?

Millaisena näet itsesi viiden tai kymmenen vuoden päästä?

Puuttuuko sinulta itsekuri, mikä siihen auttaisi? Päättyykö sinun elämäsi siihen, jos et ota lisää ruokaa tai syö herkkuja joka päivä?

Miltä liikunta tuntuisi, jos olet kahdeksan kiloa kevyempi?

Tämän, kun asiakkaani lukevat, ajattelen varmaan, ettei ryhmässäni ole ketään huomenna.

Kun Painon Vartijat lopetti toimintansa 10 vuotta sitten Suomessa, ei ylipainoa ollut näin paljon kuin nyt. Minä jatkoin työtäni ylipainoisten kanssa. Laitoin silloin heti Painon Pudottajat yrityksen pystyyn. Näen asian niin, että ylipainoiset ovat hyväksyneet oman painolukemansa, mutta ovatko he unohtaneet katsoa tulevaisuuteen oman kehon jaksamisessa. Usein syynä painonpudotuksen epäonnistumisessa ovat liian suuret tavoitteet ja nopea aikataulu.

Kun oikeasti jotain haluaa, sen saavuttaa, kun riittävästi sitä haluaa. Luovuttaminen on helpompaa kuin yrittäminen, mutta luovuttaja ei ole koskaan voittaja.

Pitätkö olla huolissaan sinusta, jos kilot ovat tulleet takaisin tai olet ylipainoinen? Sinä päätät, yksin vai yhdessä?

Minä lupaan sinulle, että autan sinua, kuuntelen sinua, ymmärrän sinua ja olen kanssasi ylpeä jokaisesta sadasta grammastakin, joka on lähtenyt vyötäröltäsi.

No niin, tässäpä tätä saarnaa tulikin. Nähdään sinun kanssasi pian.

Painon Pudottajat
Vaakaterveisin Eija M.

Niinan niksit

Niina Ojansivu
Kokki



Omenapiirakka

Meillä toisessa puussa on jo kypsää omenoita ja toinen tekee tuloaan, tänäkin vuonna omenoita tulee niin, että puussa oksat notkuu. Omenapiirakkaa saa nyt tehdä pakkaseen asti ja nauttia sitten sieltä vähän myöhemmin. Viime vuonna maistoin tuoreemhu asemalla tehtyä omenamehua ja se olikin todella hyvää, sinne voisi tilata aikaa ja säilöä oman pihan aarteita talteen.

Omenapiirakka

200g margariinia
1,5 dl sokeria
3 dl vehnäjauhoja
1 tl leivinjauhetta
1 tl vaniljasokeria
1 kananmuna
1 dl maitoa
3-4 omenaa
päälle:
kaneliä ja sokeria

Viipaloi omenat. Mittaa jauhot, laita sekaan leivinjauhe ja vaniljasokeri. Sulata margariini ja lisää siihen sokeri, lisää jauhot sekoittaen, lisää maito ja kananmuna.

Kaada taikina voideltuun vuokaan ja lisää omena viipaleet taikinan päälle. Ripottele päälle hieman kanelia ja sokeria.

Paista 190 astetta n. 25-30 minuuttia.



Onko sinulla joku mieliresepti, jonka haluat jakaa lukijoille? Lähetä se minulle, niin kokeilen sitä ja maukkaimmat niistä julkaistaan lehdessämme.
s-posti: niina@jns-medijakelut.com

Maailmancupin karsinta kisattiin Lahden Keilahallissa

Sunnuntaina 18.8.2019 28 miestä ja 12 naista pelasivat edustuspaikoista AM-F:n maailmancupissa, joka järjestetään marraskuussa Indonesian Palembangissa. Karsinnan paras mies- ja paras naiskeilaaja saivat edustuspaikan maailmancupiin.

Miesten kilpailu oli jännittävä loppuun asti. Tiukan taistelun jälkeen kouvolaalaisseura All Starsia edustava Niko Oksanen voitti ainoastaan 18 pisteellä Lahden Bayn Jari Ratian. Kolmanneksi keilasi Varkauden Mainareiden Tomas Käyhkö.

Naisten kilpailussa Pori Giantsia edustava Sanna



Pasanen vei lopulta voiton ennen Helsingin GB-seuran

Reija Lundénia. Ero oli lopulta 42 pistettä. Kolman-

neksi sijoittui Lahden Bayn Eliisa Hiltunen.

LAHDEN TANSSIOPISTO

Lahdi: Kauppakeskus Valo, Saksalankatu 4-6
Orimattila: Erkkö-lukion liikuntasali, Koulutie 17

Kausi on alkanut 12.8. Ilmoittaudu mukaan!
lahdentanssiopisto.fi



24.8. - 25.8. Sanaz Hassanin tiiviskurssi
Kurssien aikataulu, hinnat ja muu tieto Tanssiopiston Facebookissa ja Instagramissa.

LAHDEN Tanssiopisto info@lahdentanssiopisto.com

Seuralaispalvelua

KAHDEN KESKEN
0700-416 060
st erc PL 169 TRE 10 2€/min

ÄLÄ OLE YKSIIN! SEURAA TARIOLLA!
LIVE 0700 41909
1,69 min.+pvm. ST. EROTIC PL.169 TRE 10

0600 551 555
Julita
Seksi & parisuhde
Luotettava apua seksi- ja parisuhdeasioissa.
2,21 € min+pvm

Kauppa ilman kassapalvelua

Olen nyt seurannut mielenkiinnolla kuinka tämä itsepalvelukassa vouhotus edistyy näissä "Super hyper Marketeissa". Onhan ne tulleet jäädäkseen, koska se on edullista näille isoille liikkeille taloudellisesti. Yksi vaihtii

ja kahdessa rivissä ihmiset palvelevat itseään saamatta palkkaa tekemästään työstä. Seuraavaksi Market kauppiat miettivät miten saadaan asiakkaat täyttämään hyllyjä, ja taas porukkaa kortistoon. On se vaikea ymmärtää, että

meitä palvelevat ja aina iloiset kassa työntekijät joutuvat joka aamu jännittämään. Onko se minun vuoro tänään, vai vieläkö työnantajalta heruu ripetunteja. Kun on vähän kassapalveluita ja pitkät jonot kassoilla niin asiakkaat

siirtyvät Itsepalvelukassoille. Näin saadaan muokattua asiakkaiden käytöstottumuksia. Ja kassoilta siirtymään koneiden kanssa keskustelemaan.

Raimo Jokinen

LIIKKUVAA AUTOHUOLTO
- huollot - korjaukset - rengasmyynti ja renkaanvaihdot - apuvirtaa - ym.

Rengasmyynti ja -vaihdot asiakkaan luona!

Autohuolto Janne A Tmi
VÄÄKSY (toimialueena Päijät-Häme)
www.autohuoltojanne.fi

p. 0400 467 595 24 h joka päivä!

HAMMASHOITO OY S. ALATUPA

Hammaslääkärit:
Seija Alatupa
Minna Fredriksson
Elena Gustafsson

Suhygienisti:
Taru Tuomala

Nastola: Timpurintie 2
Lahdi: Yrjönkatu 1
Vastaanotot katutasossa

- UUTUUTENA soodapuhdistus
- Hampaiden valkaisu
- Särkypotilaat nopeasti
- Ilta- ja viikonloppuajoja
- Myös proteesitöitä



Puh. 044 062 4270
Puh. 044 051 0805

RAUTAMYynti HYVINKÄÄLLÄ

Teräslevyt (myös leikkaus- ja särmäyspalvelu, palkit, RHS putket, kulutusteräkset, trukkipiikit, rst-teräkset, mig-langat ja -puikot, Wallius hitsauskoneet ja tarvikkeet, hionta ja katkaisutarvikkeet, työ- ja sadeasut, filmivaneria, koneita, uutta ja käytettyä ym. ym. Ei jonotusaikaa.

hyvinkään

kone- ja rautavälitys Oy

Puh. 019-435 135, 0400-609 293, 0400-973 511
Kermin teollisuusalue Hyvinkään-Riihimäen kaatopaikan vieressä, harmaa halli, Kermintie 41, 05880 Hyvinkää Av. ark. 8-17 la 9-14

**PARTURI-KAMPAAMO
LEILA SALONEN**

Hiustenleikkaus
13 - 17 €

Kanervakatu 2
15850 Lahti (Pirttiharju)

Puh. 03-7531 511
GSM 0400-493 048

Sim
SENSITIVE

* **MYÄSUNTOSI HYVÄÄN HINTAAN!** *
* Meillä on reilu peli, eikä mikään seli seli... *
* **WWW.OSTAMME ASUNTOJA.FI** *
* Yhdistyneet asuntosijoittajat. *
* **P. 050 2314** *

**TUO AUTOSI
MEILLE HUOLTOON!**

- *AUTOJEN KORJAUKSET JA HUOLLOT
- *PYÖRÄSUUNTAUKSET
- *PPG-MAALIT
- *RENKAAT
- *FORD-VARAOSAT
- *OBD-MITTAUKSET

TÄHTISILLAN AUTO OY

LAAKSOTIE 55, HEINOLA

Puh. (03) 715 2800, 040-585 7431

BOSCH

AUTOASI
KORJAAMO

HINAUKSET

Tervetuloa pesettämään uudella autonpesukoneellamme

**KESÄ-
TEHOPESU**

Tarjous voimassa syyskuun
2019 loppuun asti.

12€

Teboil Saksala

Vanhandrakatu 4, puh. 010 7788 120
Avoinna ma-pe 6-20, la 8-17
www.saksalanteboil.fi

TEBOIL
huoltaa autoja ja ihmisiä

**Jakelutyötä tarjolla Hollolan
kuntakeskuksessa**

SOITA 0400-816 340

Lahden Seudun Uutiset

raimo.jokinen@jns-mediajakelut.com

PALVELUHAKEMISTO**Kattoremontit**

Pelti- ja tiilikattojen
pesut ja maalaukset

**RAKENNUSAPU
MARTTINEN**

www.rakennusapumarttinen.fi
Puh. 0400-948 260

Maalaustöitä

**Luotettavat
maalarit
MAALAA
SEINÄT/
KATOT**

hyvällä jäljellä,
myös sokkelit.

p. 041 712 3498

**Metsänhoitoa &
kotipalvelua**

**Metsänhoito & kotipalvelu
NIITYLÄ**

- * siivoukset, kodinhoito
- * puutarhatyöt
- * mökkikalkkarintyöt
- * metsänhoitopalvelut

Arja-Liisa p. 040 588 8003
Antti p. 0400 754 657

Kaihtimia

SÄLE-SUOJA

Vuorikatu 24 - 15110 Lahti
puh. 03 782 7783
salesuoja@saunalahti.fi

Ilmalämpöpumppujen huoltoa

**ILMALÄMPÖPUMPUN
PESU JA HUOLTO VAIN 149€**
kaikki merkit

**Kylmä
Hilden**

050 306 3553
www.kylmahilden.fi

Automyyntiä

AUTOMYYNTI IMONE

n. 40 kpl hyväkuntoisia edullisia henkilöautoja
Kehräämön takapihan sisätiloissa.

www.nettiauto.com/yritys/autoimone/vaihtoautot
044 239 2551 - Pakaantie 1 - Kehräämö (takapiha)

Painonhallintaa

Painon Pudottajat

Eija Mäkelä

Painonpudotusta arkiruoalla!

Ti 9.00, Ke 11.00, To 16.00 ja La 10.00
To 18.00 Miesten ryhmä
Kauppakatu 2 A, LAHTI
puh. 044-515 4414, painonpudottajat.fi
posti@painonpudottajat.fi

Kattotöitä

PELTI-, TIILI JA HUOPAKATTOJEN
MAALAUKSET
alk. 10 €/m²

Puh. 044 966 8331
myynti.jh@gmail.com
www.rakennusmaalarit.com

Polttoöljyä

POLTTOÖLJYT
edullisesti omalla autolla

Polttis.fi

Tilaa: 0400-123766
tai www.polttis.fi

NESTE OIL
Myrskylä - Pukaro

**Kaluste-
maalaamoja**

**HOLLOLAN
KALUSTE-
MAALAAMO KY**

Kalustemaalaamo
tarjoaa

VÄLIOVIEN sekä
keittiön kaapiston
ovien maalausta.

MUISTA OIKEUS
KOTITALOUSVÄHENNYKSEEN

Kysy tarjousta!

Puh. 040 759 5782
03-780 5088
www.hollolankalustemaalaamo.net

Öljysäiliöiden huoltoa

**ÖLJYSÄILIÖIDEN TARKASTUKSET, KORJAUKSET,
KÄYTTÄPOISTO JA PURKUTYÖT**

Myös iltaisin ja viikonloppuisin.

Turvatekniikan hyväksymä liike

SÄILIÖTARKASTUS JUSSI KOSKINEN
puh. 0400-650 775

Kiinteistöt

TALO / MÖKKI MAALTA
Ympärivuotiseen lomakäyttöön.
Sopivasta kaupasta heti.

Tuomontupa Oy

Vihdintie 4, 00350 Helsinki
(09) 241 8498 - www.tuomontupa.fi

LviPutkiva Oy

Putkiremontit, LVI-asennukset
• yksityisille • yrityksille • taloyhtiöille

Markus Kivelä www.lviputkiva.fi
040 413 0294 Lviputkiva@gmail.com

Find us on Facebook  

RÄYSTÄSKOURUA

NOUTOHINTAAN alk. 2€/m.
Palotikkaita alk. 75€/kpl
AINOASTAAN TIISTAISIN KLO 10-18
II-laatu räystäskourua alk. 1€/m.
Lumiesteitä, kattosiltoja ja edullisia alastuloja!
Hepolammintie 135, puh. 0400-452 187



Hintaesimerkki:
Omakotitalouden täysisukitus alk. 10 000 e tai paikkakorjaukset alk. 1 600e
Pyydä tarjous.

Sanfors
Valitse luotettavin - Valitse Sanfors
Etelä-Suomen edustajasi: SanFors Oy, Höylänlastu 1, 06150 Porvoo
myynti@sanfors.fi www.sanfors.fi

KUNTOA • TERVEYTTÄ • HYVINVOINTIA
JOUTJÄRVEN

PALLOILUKESKUS

LIIKUNTASETELIT KÄYVÄT, ENTISET HINNAT

SULKAPALLO	ALAKENTÄT (9 m kork.)	YLÄKENTÄT (6 m kork.)	ETUKENTÄT (5 m kork.)
• Ark.	16,20	14,20	10,40
• La-su	14,40	12,80	8,80

Hinnat kenttähintoja/t. Myös 11/2 t vuoroja varattavissa. Yritysvuorot joko vakio- tai kertavuoroja. Yritys maksaa joko kokonaan tai puoleksi, laskutus kktain.

VARAA VAKIOVUORO
Kuntoilusta tulee säännöllistä. Saat sopivan vuoron. Ei jatkuvaa tilaamista. Estetapauksissa siirto-oikeus.

KUUKAUSIKORTIT
• Kaikki ajat **36,20**

KUNTOSALI SOLARIUM SQUASH
• Kk-kortti **24,20** • 10-kortti **28,00** • Kaikki ajat **10,90**
• 10-kortti **26,60** • 5-kortti **18,30**
• Kertam. **4,30** • Kertam. **4,80**

PUH. 010 387 8880 KISÄLLINKATU 3
ma-to 16-21, pe 16-19, la 15-18, su 15-19

LÄSILASI & TIFFANY

- Tiffany-, sulatuslasi ja mosaiikkitoiden materiaalit, tarvikkeet ja työvälineet
- valmiit lasityöt, sulatuspalvelu, kurssit

Karjalankatu 15 Lahti 044 236 3154
ma suljettu ti-pe 10-17 la 10-14 

www.lasilasi.nettisivu.org

Täyden palvelun pesula yksityisille ja yrityksille Hollolassa.

Meillä myös tekstiilipesurin vuokraus sekä kuljetuspalvelu.

Nastapesu
Avoinna ma-to 10-17, pe 10-14.
Tiilikankaantie 6, Hollola. Puh. 037806862.
Tmi Outi Viljakainen.
<https://www.facebook.com/nastapesu> 

LIUNITUORETTA LEIPÄÄ JOKA PÄIVÄ – NE AIDOT KÄSINTEHDYT TUOTTEET

VIIALAN LEIPOMO OY

TORIAUTO JOKA PERJANTAI

Lappilan Kylätupa klo 11:15-11:45
Järvelän Aurinkotori klo 12:00-13:00
Kärkölän kirkonkylä klo 13:15-13:35
Hämeenkosken Seuralan piha klo 14:00

P. 050 0862 423 www.viialanleipomo.fi



MEILTÄ LÖYDÄT

merkillisen hyvät
autovaraosat, tarvikkeet ja
lisävarusteet kaikkiin
automerkkeihin ja malleihin!

Kiveriön Auto-osa

Hirsimetsäntie 7 • 15200 Lahti
puh. (03) 733 5440 • www.kiverionauto-osa.fi
Avoinna: ma-pe 8-17, la 9-13



Huovilankatu 4
15100 Lahti

Palvelutyöpaja

Avoinna ma – pe klo 8.30 – 14.30

- Työvalmennusta työttömille työnhakijoille
- Palveluja työttömille ja eläkeläisille

Lounasruokala, Café Eila, alk-kurssit, liikunta- ja virikeryhmiä, opinto- ja harrasteltoimintaa, retkiä, juhlia ym.

Lisätietoja: www.takatasku.net | puhelin, 03 781 9919

LAHDEN SATAMAN YÖ

30.8.-1.9.

Iloista menoa satamassa! Suomen Tivolin hurjia laitteita, värien ja valojen loistoa, karkkisadetta perjantaina ja lauantaina klo 18.00, ilotulitus lauantaina klo 21.55 Upea tunnelma myös sataman ravintoloissa. Nyt kaikki liput myös verkosta! Älä jonota suotta, mobiililipulla voit mennä suoraan laitteisiin! Ranneke verkosta ostettuna **SATAMA19** koodilla vain 30€ (norm33€). Tapahtuma koko perheelle!

avoinna:
pe 16-24
la 14-24
su 12-19

WWW.SUOMENTIVOLI.FI

Eloherkkuja!

<p>Hvya sikanauta -jauhelihä 70%/30% rasvaa alle 15% Tuore Suomi</p> <p>5,50 /kg</p>	<p>Possun grillipihvi hunajavalkosipuli tuore EU</p> <p>5,90 /kg</p>	<p>Possun savupotkä hernekeittoon tuore Suomi</p> <p>8,90 /kg</p>
<p>Hevosen kulmapaisti myös jauhettuna tuore Suomi</p> <p>6,90 /kg</p>	<p>Naudan flank steak myös maustettuna tuore Suomi</p> <p>19,90 /kg</p>	<p>Maalais-kananmunat isot XL Suomi</p> <p>3,50 /kg</p>
<p>Suolattu haaparousku Suomi</p> <p>18,90 /kg</p>	<p>Lampaan kare myös maustettuna pakaste Uusi-Seelanti</p> <p>23,90 /kg</p>	<p>Possun babyribs myös maustettuna Suomi</p> <p>8,90 /kg</p>

Kylmäsavuporoa, nautaa ja hevosta Nastolan kotijuustoa Valkosipulisuolakurkkuja ja luomuhapankaalia

Kauppahalli Lihaa -laatua -palvelua www.lihavuorinen.fi
Lahden Kauppahallista! TERVETULOJA!
A.O. Vuorinen Oy p. 03-782 2414