

Rakkaudesta eläimiin!

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

TILATAKSI 1+8 Esa Oinonen

Oletko menossa yksin, perheen tai ystävien kanssa? Lähelle tai kauaksi? Työ-/vapaa-ajan matkalle?

Hollola - puh. 044-239 9961
Järvelä - puh. 044-977 8748

SOITA JA KYSY TARJOUSTA TILAUS-AJOISTAMME!

KUPONKITARJOUS

Helmikuun kaikki PIZZAT (+ Cola-tölkki) 11,90€

JONEL THAI
Vapaudenkatu 15, Lahti, puh. 03-7342958
jonelkauppa.fi

Lahden Seudun Uutiset

N:o 3/2020

Viikko 6

Lääkäriasema ALFA Kansankatu 7, 15870 Hollola
www.laakariasemaalfa.fi

Laaja labrapaketti

B12-vitamiini/eturauhassyöpäko, kolesteroolit (KOL, HDL, LDL, Trigly), sokeri, munuaiskoe, maksakoe, kilpirauhaskoe, kalium, natrium, pieni verenkuv (Hb, Hkr, Eryt, MCV, MCH, MCHC), valkosolut ja verihiutaleet.

Yhteensä 18 eri koetta. 95€

Lääkäri arvioi koetulokset.

Varaa aika 040 751 3774

Tule kokeisiin!

LT-AUTOKORJAAMO KY

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

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

Kellohuolto ja -korjaamo KELLO-HARA

Kyntämiehentie 18, Orimattila (Peltolan alue)
joka päivä 0440 111 889
verstas avoinna arkin 10-17

Reipas palvelu, tarvittaessa nouto ja palautus. Takuutyö.

PANSSARIMUSEO

Sotahistorian parhaimmillaan!
Talvisota 30.11.1939-13.3.1940

Luennot (luentoihin vapaa pääsy, luentoiltoina kahvio avoinna 17.-19.30)
Ti 3.3. klo 18 'Talvisota venäläisin silmin' musjoht Bair Irincheev (luento suomenkielillä)
Ti 7.4. klo 18 'Ilmatorjuntapanssarivaunut Puolustusvoimissa HELITR:n komentaja, everstiluutnantti Mano Nokelainen

Talvilomatapahtuma La 22.2. klo 10-15
pulkkamäki (säävaraus), aarteenmetsästäystä, polkuautot, teliajelu (erillistä korvausta vastaan)
Panssariprikaatin kalustoa näytteillä

Tervetuloa tutustumaan ainutlaatuisen Panssarimuseoon!
Hattulantie 334 - Parola facebook.com/Panssarimuseo
P. 040 5681 186 instagram.com/Panssarimuseo
www.panssarimuseo.fi twitter.com/Panssarimuseo

MUUTTOLAATIKOT -50 %

Nopeampi ja edullisempi muutto käteviä muutto-laatikoita käyttämällä!

Laatikkotarjous voimassa muuton tilanneille huhtikuun 2020 loppuun asti.

Kierrätys näppärästi muuton yhteydessä – kysy lisää!

Soita Lahden palvelunumeroomme 020 554 5660

Lue lisää: www.niemi.fi/lahti

Niemi Lahti
Mukkulankatu 19
15210 Lahti
Palvelemme ark. klo 8-18

NIEMI® MUUTTA KAIKEN

Kaikki palvelut -30%

KUNTOKESKUS LOISTO / AERODIGGARIT

KESKUSKATU 4, HOLLOLA, 041-5077919

KAIKKI TARJOUKSET: aerodigggarit.fi

TARJOUKSET 1 HENKILÖ -20% & 2 HENKILÖÄ -30%!!!

M-Lasi KUN AUTOSI TUULILASI PITÄÄ

UUSIA NIIN KÄÄNNY PUOLEEMME. TEEMME SEN
NOPEASTI JA EDULLISESTI. SOITA 0400 836213 TAI
TULE KÄYMÄÄN. **GLASSDRIVE**
M-Lasi Kirjavakatu 2 15300 Lahti www.m-lasi.fi

SUOMALAINEN JÄSENKORJAUS

selkä * niska * iskias
polvi * nilkka * käsihaavat

Koulutettu jäsenkorjaaja, mestari
Seija Hyrkäs
0400 806472

Puotikatu 4 as.2 Lahti /Patonniitty
arcan@elisanet.fi

AIKA TARKASTAA RENKAAT HALPARENGAS.FI PALVELEE ARK. 10-17, LA 10-14 TALVIRENKAAT myös asennus

Hinnat alk./kpl	Hinnat alk./kpl	Hinnat alk./kpl
155/70-13 42,95€	195/65-15 57,95€	225/50-17 99,95€
155/80-13 43,95€	205/65-15 66,95€	215/55-17 74,95€
175/70-13 47,95€	205/55-16 59,95€	225/55-17 84,95€
175/65-14 48,95€	205/60-16 69,95€	225/40-18 84,95€
185/65-14 52,95€	215/55-16 75,95€	Hankkook alk./kpl
185/65-15 54,95€	225/55-16 84,95€	175/65-14 68,75€
195/55-15 47,50€	215/65-16 77,95€	185/65-15 69,95€
195/60-15 62,50€	225/45-17 64,95€	195/65-15 72,50€

Pakettiauto uudet alk./kpl

185/80-14C 71,95€	225/70-15C 99,95€	215/65-16C 87,50€
195/70-15C 81,25€	205/65-16C 71,95€	225/65-16C 103,75€

Myös maksuajalla
ILMAN KÄSIRAHAA vaikka 17€/kk

DUKOPART OY

Mestarinkatu 16, 15800 Lahti
www.dukopart.fi P. 03-7537 024

Ennustajia

Lappilainen näkijä, parantaja
Katariina
jo kolmannessa polvessa
0700-512411
"Myös ihmissuhdekriisi!"
2,39€/min+pvm, roy. PL 62, Tre

Aito * Varma * Näkijä *
Jenny
0700-51014
Myös luotettavat rakkaustulkinnat
2,39€/min+pvm

Haastateltavana Aleksi Joensuu

Mistä kotoisin?

Nykyisin Lahdesta, mutta alkutaipaleeni oli mutkainen. Kävin syntymässä Tampereella, mutta varhaiset vuoteni vietin Bernissä, Sveitsissä. Vanhempani opiskelivat siellä lääkäreiksi.

Ennen peruskoulun aloitusta toimin karjapaimenena ja maastopyöräilijänä, kun meillä oli pikkutila Hollolassa.

Ylioppilaaksi pääsin Lahden yhteiskoulusta. Ammatillisen koulutuksen sain Lahden Taideinstituutissa. Minun onnekseni se hieno oppilaitos oli olemassa, ja Antti Salokannel toimi rehtorina. Häneltä sain innoituksen grafiikkaan, ja erityisesti mezzotinto-tekniikkaan. Ammattinimike on kuvataiteilija AMK.

Aina teen kuvia

Sibeliuksesta kertovan kirjan nimi on "Aina poltti sikaria". Jos minusta tehtäisiin kirja, se olisi "Aina teki kuvia".

Olen tehnyt melkein jokaisena päivänä kuvia, ja kaikilla tekniikoilla. Maalauksia öljyväreillä ja akryyillä, akvarelleja, pastelleja, metalligrafiikkaa eri tavoin, ja viime aikoina puupiirroksia. Nuorena "patsastelin": tein mielteliään seisoskeleavan kipsimiehen.

Yhteen asiaan rajoittumisen sijaan olen aina laajentanut osaamistani. Taitaa olla samaa vikaa kuin isässä, Jyrkissä, joka kirjoittaa mitä tahansa.

Paljon työaika, paljon teoksia

Vuodessa minulla on 300 työpäivää. Kun kuvien tekemisen vuosia on kertynyt 30, helpolla laskutoimituksella ymmärtää, että kuvia on syntynyt paljon.



Kuvataiteilija Aleksis Joensuu lähdyssä uimahalliin. Hyvän kunnon ylläpitäminen on tärkeää, koska työskennellessään taiteilija istuu tai seisoo tuntikausia paikallaan.

tyntyn paljon.

Suomessa harvat kuvataiteilijat saavat toimeentulonsa myymällä teoksiaan. Useimmat ihmiset eivät hanki koteihinsa tauluja seinät täyteen. Monissa kodeissa on yksi kuva, kuvaruutu. Sieltä tulvi vaihtelevaa visuaalista tarjontaa. Mutta oman mieltymyksen mukaan valitulla, yksilöllisellä taideteoksella

on merkillinen ominaisuus: siihen ei kyllästy! Katse suuntautuu lempitauluun, ja ajatuksia herää. Taulusta tulee osa sisustusta, joka tekee asunnosta meidän oman, persoonallisen kodin.

Taide ei ole vaikeaa

Kuvataiteesta nauttimiseen voi harjaantua. Olen Lahdessa järjestänyt monia ilmaisia

yleisötilaisuuksia otsikolla "Kuvataiteen huomaavainen tarkastelu". Otsikko voisi yhtä hyvin olla "Nauti elämästä, hyvä ihminen!"

Nimittäin, hyvät asiat ovat olemassa, vain, jos ne huomaa. Tämä pätee taidekemuksiin, arkiseen ympäristöön, lumentulon on, ihan kaikkeen.

Kaupunki ja yhdistykset edistävät kuntalaisten hyvinvointia

Hyvinvoinnin edistämisen kaupungissa perustuu asukkaiden osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamiseen. Osallisuus nähdään hyvinvoinnin perustana ja myös syrjäytymisen vastavoimana. Lahden kaupungissa hyvinvointityötä tehdään perustiossa ja monialaisissa verkostoissa sekä yhteistyössä eri kumppaneiden kanssa. Yhteistyötä tehdään myös maakunnallisesti Päijät-Hämeen muiden kuntien kanssa hyvinvoinnin ja osallisuuden

edistämisen käytäntöjen kehittämiseksi.

Palvelutorin toiminnan käynnistyminen ja edelleen kehittäminen monialaisena hyvinvoinnin ja osallisuuden alustana varmistaa osaltaan lahtelaisten arjen sujuvuutta sekä vahvistaa yhteistoimintaa järjestöjen, yritysten ja yhteistyökumppaneiden kanssa sekä luoda mahdollisuuksia kansalaisaktiivisuudelle - kaupunki toimii mahdollistajana muiden toimijoiden hyvinvointitoiminnalle.

Aktiivinen kansalaisyhteiskunta sekä yhdistys- ja vapaaehtoistoiminta ovat paikallisyhteisöjen ydintä. Säännöllinen yhteistyö kaupungin ja yhdistysten välillä on ensiarvoisen tärkeää niin hyvinvoinnin edistämiseksi kuin yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisymiseksi.

Lahden kaupunki järjestää Palvelutorilla OmaLahti -tilaisuuden yhdistyksille maanantaina 17.2.2020 klo 16.30-19.00. Tilaisuuden

teemoina ovat Palvelutorin tilojen varaaminen yhdistysten käyttöön, Lahti - Euroopan ympäristöpääkaupunki 2021, yhdistykset hyvinvoinnin ja terveyden edistäjinä, yhteistyö ennaltaehkäisyssä näkökulmasta, kaupungilta haettavat avustukset, osallistuva budjetointi sekä osallisuus- ja lähidemokratiamallin kehittäminen sekä pajathalmalaisyksien ja palvelualueiden. Seuraava OmaLahti-tilaisuus yhdistyksille järjestetään marraskuussa 2020.

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

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

Painopaikka: Lehtispäät Oy
Painos: 25 000 kpl

Ilmoitusmarkkinoiti:
Niina Leskinen,
myyntipäällikkö, toimittaja
Puh. 041 5499 878
niina.leskinen@gmail.com
Vesa Kurjonen, ilmoitusmyyjä
Puh. 040 9328 113
printtimainos@gmail.com
Jorma Jokela, ilmoitusmyyjä
Puh. 040 0371 996
jojo.jokela@gmail.com

Ilmoitusaineisto-osoite:
ilmoitukset@jns-mediajakelut.com

Jakelualue:
Länsi-Lahden ja Hollolan kotitaloudet

Jakelutelinepaikat:
Lahti: ABC Renkomäki, ABC Holma, CM Laune, CM Paavola, Novatalo Aleksis, Sokos keskusta, S-Market Metsäkangas, Sale Jalkaranta, S-Market Jalkaranta, ABC Kivimaa, Neste Taukutuoli, Sale Kukkila, S-Market Mikkula, K-Supermarket Okeroinen, S-Market Solina, S-Market Villilä, 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 Orimattilankehrä.
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.
Lehden vastuu virheellisistä ilmoituksista rajoittuu enintään ilmoituksen hintaan. Reklamaatiot kahdeksan (8) päivän kuluessa.

Ilmoitusten sisäänjätto keskiviikkona klo 12 mennessä.

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

Suomalaiset historiapäivät paneutuvat Tarton rauhaan ja sotasurmiin

Naisen asema esillä arjessa ja historian saatossa

Lasse Koskinen

HISTORIAPÄIVÄT. Suomalaiset historiapäivät järjestetään Lahden Sibeliusalustalla 21. kerran viikonvaihteessa 7. – 8. helmikuuta. Tapahtumia on neljässä salissa eri aihealueittain. Avajaisissa Lahden kaupungin tervehdyksen suorittaa eläkkeellä oleva piispa Irja Askola. Avausten jälkeen jaetaan elämäntyöpalkinto ja julkistetaan vuoden historiateos.

Avajaisten jälkeisessä osuudessa käsitellään J. K. Paasikiven myöntävyyspolitiikkaa ja hänen ajattelunsa juuria. Niitä tarkastelevat esitelmässään professorit Martti Häikiö ja Vesa Vares. Perjantain lopputapahtumana on paneeli, jossa keskustelijat pohtivat Paasikiven Venäjä-suhteita. Toinen Paasikivi-tapahtuman puheenjohtajista on entinen Lahden kaupunginjohtaja Kari Salmi.

Tarton rauha täyttää syksyllä 100-vuotta, joten se on yksi lauantapäivän aiheista. Filosofian tohtori Heikki Roiko-Jokela pohtii esitelmässään Tarton rauhansopimusta liian hyvänä keksikseen Suomen kannalta, ja sitä oliko Tarton rauha häpeärauha, kun Suomi luopui muun muassa Repolan ja Porajärven kunnista Karjalassa. Sotasampo tiedosto kertoo Suomea kohdanneista sotasurmista vuosina 1914–1922. Lisäksi filosofian



Suomalaiset historiapäivät kokoavat yleisöä jälleen Lahden Sibeliusalustan neljään saliin. Kuvaa vuoden 2018 tapahtumasta.

tohtori Mikko Koho kertoo suomalaisista sotavangeista Neuvostoliitossa 1939–1945. Näitä aihealueita käsittelee kaikkiaan kolme asiantuntijaa. Tämä aihekokonaisuus käsitellään Puusepänsalissa.

Naisen asema on esillä Puusepänsalissa. Piispa myyjättäreksi –aihetta käsittelee dosentti Marjalla Hentilä. Yhteiskuntatieteiden tohtori Jaana Luttinen kertoo Suomen naisten elämästä Suomen sodan keskellä vuosina 1808–1809. Naista arjen raatajana ja naisen mallia yleensä, käsittelee dosentti Eija Stark.

Ääriilmiöitä käsitellään ja niistä keskustellaan lauantain iltapäivän ajan Puusepänsalissa. Radikaalista 1960-luvusta esitelmöi tohtorikoulutettava Juho Saksholm. Äärioikeistosta ja nuorisokulttuurista kylmän sodan Suomessa puhuu yhteiskuntatieteiden tohtori Tommi Kotonen. Professori Kimmo Rentola tarkastelee radikaalismin muodonmuutosta 1968 jälkeen.

Viikonvaihteen historiapäivillä aiheina eri saleissa ovat myös suomalaisten ruokailutottumukset eri aikakausina. Professori Piia Jallinoja

koskettelee ruokavalioita ja rasvakiistoja 1970-luvulta alkaen. Lisäksi lauantaina aiheina ovat historianopetus nykypäivän yläkouluissa ja lukioissa. Puujalostusta Suomessa käsitellään parin tunnin ajan Haapa-salissa. Kuusi-salissa ohjelma on kokonaan ruotsinkielinen. Siellä tutkillaan aktiivista kansallisuuspolitiikkaa Suomessa eri aikakausina. Loppupaneelin aiheena Puusepänsalissa on historia ja sen väärinkäyttö.

Koko ohjelma: www.suomalaisetihistoriapivat.fi

Lahden kaupungin tilinpäätöksen alijäämä odotettua pienempi

Lahden kaupungin talous vuodelta 2019 on ennakkotiedon mukaan toteutuksessa ennusteita parempana. Tilikauden tulos on noin 26 milj. euroa alijäämäinen, mutta alijäämä on 10 miljoonaa euroa syksyllä ennakoitua vähemmän.

Kaupungin oma toiminta pysyi talousarvion puitteissa. Konsernihallinto alitti menonsa yli 6 milj. eurolla, sivistyksen palvelualue py-

syy ennakotiedon mukaan nettobudjetissaan ja kaupunginkemppäristön palvelualueella budjetti ylittyi odotetusti johtuen Ranta-Kartanon maa-alueiden puhdistamisesta.

Kaupungin alijäämäiseen tulokseen vaikuttaa eniten hyvinvointiyhtymän menojen kasvu, tosin myös yhtymä pystyi vuoden lopulla hillitsemään kustannusten kasvua. Myös arvonalennukset ja

eräät muut erät heikensivät tulosta.

Kaupunginjohtaja Pekka Timosen mukaan tulos on siedettävä kuntatalouden yleiset paineet huomioon ottaen. Vaikeasta vuodesta huolimatta vuosikate tulee olemaan yli 21 milj. euroa. - Kuntataloudessa vuosi 2019 on historiallisesti heikko koko Suomessa. Siihen nähden olemme pystyneet sopeuttamaan toimintaam-

me, mutta alijäämä on silti kestävämmällä tasolla. On kuitenkin huomioitava, että Lahdessa on käynnissä laaja investointiohjelma ja esimerkiksi kaupungin panostus eteläiseen kehätiehen vaikuttaa viime vuoden tilinpäätökseen, toteaa kaupunginjohtaja Timonen.

Lahden kaupungin tilinpäätös valmistuu 30.3.2020.

Seurakuntayhtymä lähdössä vuokralaiseksi Kariston uuteen monitoimitaloon

Lahden seurakuntayhtymä on lähdössä vuokralaiseksi Kariston alueelle suunnitella olevaan uudisrakennukseen. Hietapellonkadulle, Kariston koulun välittömään läheisyyteen on kaavailtu monitoimitaloon, jonka toiseen päätyyn on Lahden seurakuntayhtymälle varattu 184 neliön suuruinen tila. Rakentamisen on tarkoitus käynnistyä, kun tiloihin tulevat toimijat ovat selvillä. Alustavan aikatau-

lun mukaan rakentaminen voisi alkaa maaliskuussa, ja tilat olisivat toimintakunnossa jo syksyllä 2020.

Tilaan on suunniteltu yksi suurempi sali, jossa voisivat sijoittua päiväkerhot, varhaisnuorten kerhot ja erilaiset juhlatilaisuudet, kuten kasteet ja niiden kahvitukset. Pienempi neuvottelutila toimisi pienryhmätalana, kerhotilana ja työhuoneena. Vuok-

rakustannukset ovat noin 45 000 euroa vuodessa, josta osa voidaan kattaa luopumalla nykyisestä vuokratilasta Kauppakeskus Karismassa. Vuokrasopimus solmitaan kymmeneksi vuodeksi.

Joutjärven seurakunnalla oli seurakuntakoti Kariston koulun tiloissa vuodesta 2013 lähtien. Lahden kaupunki purki vuokrasopimuksen vuonna 2016 Kariston koulun

oppilasmäärän ennakoitua suuremman kasvun takia. Päiväkerhotoiminta siirrettiin tilapäisesti Ahtialan seurakuntakeskukseen ja vuonna 2017 Karismaan. Karisman tiloissa toimii tällä hetkellä lasten kerhot viitenä aamupäivänä ja lisäksi partio kahden iltana viikossa. Tilassa on kokoontunut myös muita pienryhmiä.

KYSY TARJOUS UUSISTA RENKAISTA

Runsaasti merkkejä/kokoja.

Renkaiden kausisäilytys.
Renkaiden asennus ajanvarauksella /odottaessa.

RENGASTUONTI
Puh. 03-884 5151
Höylääjänkatu 2, LAHTI
Avoinna: ark. 8-17, la 9-13

MBA-AUTOKORJAAMO

MB MA BMW

Määräaikaishuollot ja korjaukset

Huollon yhteydessä katsastuspalvelu

Sijaisauto

Sahaajankatu 3 | 15100 Lahti | p. 010 422 1212

Helmikuun tarjoukset!

Hyvä sikanauta-jauheliha 70%/30% rasvaa alle 15% Tuore Suomi	5,50 /kg	Possun savupotka hernekeittoon tuore Suomi	8,90 /kg
Possun savuluut keittoihin tuore Suomi	4,95 /kg	Karitsan potka pakaste Uusi-Seelanti	13,90 /kg
Poron lapakärstys Lumiporo pakaste Suomi	34,90 /kg	Hirvi-sika jauheliha 70%/30% tuore Suomi	19,90 /kg
Hirven palapaisti luuton tuore Suomi	19,90 /kg	Ankan rintafile barberie pakaste Ranska	19,90 /kg
Hirviwursti leikkelemakkara Wotkin's	19,90 /kg	Hevosen kulmapaisti myös jauhettuna tuore Suomi	6,90 /kg

Kylmäsavuporoa, nautaa ja hevosta. Suomalaista karitsaa.
Serranon kinkkua ja italian salameita

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

LUT-yliopisto ja Hebein teknillinen yliopisto merkittävään yhteistyöhön

LUT-yliopisto on neuvotellut merkittävän koulutusyhteistyösopimuksen kiinalaisen Hebein teknillisen yliopiston (HEBUT) kanssa. Yhteistyön myötä LUT-yliopisto laajentaa kansainvälistä tekniikan kandidaattikoulutustaan Lappeenrannassa ja aloittaa kandidaattikoulutuksen myös Lahdessa.

Lappeenrannassa yhteistyö käsittää kone- ja sähkötekniikan kandidaattikoulutuksen, Lahdessa energia- ja ohjelmistotekniikan koulutuksen. Uudet ohjelmat käynnistetään syksyllä 2021, jolloin noin 250 opiskelijaa aloittaa opintonsa kampuksilla.

Merkittävä osa LUTin kansainvälisistä opiskelijoista tulee EU-alueen ulkopuolelta.

Hebei University of Technology (HEBUT) on 1903 perustettu noin 20 000 opiskelijan yliopiston Tianjinin kaupungissa. HEBUT aloitti englanninkielisen opetuksen 1900-luvun alussa, ja siitä lähtien kansainvälinen yhteistyö on ollut tärkeä osa yliopiston toimintaa. HEBUT on mm. QS-rankingin BRIC-maiden listalla sijalla 301–350.

”Odotamme kovasti yhteistyötä LUT-yliopiston

kanssa sekä Lappeenrannassa että Lahdessa. Yhteistyön kärkenä ovat yhdessä organisoidut ja toteutetut neljä kandidaattiohjelmia”, toteaa tutkimuksen ja kansainvälisyyden vararehtori Guowei Ma.

LUTin rehtori Juha-Matti Saksa on tyytyväinen neuvottelujen etenemiseen. ”LUT-yliopisto panostaa koulutusvientiin tuomalla kansainvälisiä opiskelijoita kampuksilleen. Vastaamme tällä toiminnalla myös Suomessa toimivien yritysten osaajapulaan”, Saksa toteaa.

”Uskomme, että erityisesti Aasian markkinoilla operaativat yritykset ovat näistä tulevaisuuden osaajista erityisen kiinnostuneita. Tämä on erinomainen osoitus yhteistyön voimasta: sopimus ei ikinä olisi syntynyt ilman LUT-yliopiston sekä Päijät-Hämeen ja Etelä-Karjalan yhteisönnistuksia”.

Toteutuessaan LUT-yliopiston ja Hebein teknillisen yliopiston yhteistyö on merkittävä avaus koko yliopistosektorin kansainvälistymisessä. Kansainvälisten osaajien koulutus Suomessa edistää koulutusviennin ja kansainvälisen kasvun tavoitteita.

Pienessä kortissa on suuri tunne – ystävänpäiväkortit postiin viimeistään 10. helmikuuta

Ystävänpäivä lähestyy ja on aika muistaa läheisiä ja rakkaita. Perjantaina 14. helmikuuta Suomessa juhli-taan ystävänpäivä, joka on toiseksi suurin korttisezonki joulun jälkeen.

Tämän vuoden ystävänpäivän postimerkeissä teemana on Ystävyyden värit. Ne on suunnitellut mainos- ja aikakauslehtikuvittaja Samuli Siirala. Värikkäissä merkeissä kuvataan ystävyyteen liittyviä yhteisiä hetkiä, riemuja ja muistoja vuosien varrelta. Ystävyyden värit -postimerkkivihkossa on 6 erilaista kotimaan ikimerkkiä.

- Ystävyyys on arvokas voimavara ja jatkuu usein läpi elämän. Eri ikävaiheissa ystävyyssuhde saattaa saada uusia merkityksiä, mutta taustalla pysyy sama yhdistävä tekijä: halu jakaa elämän tuomat ilot ja surut toisen kanssa, sanoo tuotepäällikkö Johanna Rouhe Postista.

Tänä vuonna Posti lyötytty yhteen Radio Novan, Iskelmän, NRJ:n sekä KISS:n kanssa ja haastoi mukaan ihmisiä lähettämään ystävänpäivän tervehdyksiä heille, jotka kaipaavat elämänsä enemmän ystävyyttä. Haasteeseen vastattiin määräaikaan mennessä ja saapuneet kortit toimitetaan ystävänpäiväksi Helsinkiin Missiolle, Rinnekodille ja SOS-Lapsikylälle.

- On todella hienoa, että iloa voi välittää myös sellaisille tahoille, joita ei henkilökohtaisesti välttämättä edeltä tunne. Antamisen ilo on varmasti suuri sekä lähettäjälle että kortin saajalle. Muitakin ideoita tuntemattomien ilahduttamiseen voi keksiä, Johanna Rouhe rohkaisee.

Ystävänpäiväkortit tulee jättää postiin tänä vuonna viimeistään 10. helmikuuta.

Konkreettinen kortti pysäyttää ja koskettaa

Postin Ystävänpäivä-kampanjasivulle on koottu ohjeet kortin lähettämiseen, ja kampanjasivulla voi osallistua myös ystävänpäiväarvoon-taan.

- Kortin lähettäminen vaatii hieman enemmän vaivannäköä kuin klikkaus sosiaal-lisessa mediassa. Ystävyyys olisi kuitenkin hyvä nähdä arjen kiireiden yläpuolella ja asiana, josta huolehtimalla voidaan edistää kumman-kin osapuolen hyvinvointia. Hyvin pienellä vaivannäöllä voidaan saada aikaan iso ilo, kuvailee Rouhe.

Ystävänpäivän vieto vakiintui suomalaisen kalenteriin 1980-luvun lopulla. Suomen Punainen Risti ja Posti kampanjoivat ystävyyden juhlan puolesta vuonna 1987.

Suomi kuunteli Neuvostoliiton valvontakomission puheluita

Yllätystarkastus ei paljastanut radiotiedustelua

Lasse Koskinen

TIEDUSTELU. Neuvostoliiton valvontakomissio saapui aselevon jälkeen Suomeen syksyllä 1944 ja sen johto asettui hotelli Torniin Helsinkiin. Päämajan tiedustelupäällikkö, eversti Aladar Paasonen antoi käskyn aloittaa komission puhelinkuuntelun. Kuuntelusta annettiin yhteenvetoraportit tasavallan presidentille, marsalkka C. G. Mannerheimille ja puolustusvoimien komentajalle Erich Heinrichille. Paasonen antoi toiminnan kokoamisen kokeneelle tiedustelu-upseerille U. A. Käköselle.

Käytännön toimet annettiin Päämajan Radiopataljoonalle, jossa oli sodan ajan päteviä kuuntelutiedustelijoita. Heitä värvättiin sekä ilmavoimien että maavoimien kuunteluasemilla toimineista. Kuuntelukeskus oli puolustusvoimien yleisesikunnan talossa, Korkeavuorenkatu 21:ssä Helsingissä. Kytkentä Tornin neuvostoupseerin kuunteluun tehtiin vuoden 1940 olympialaisia varten valmistuneessa postitalossa. Siellä sen hoiti posti- ja lennätinlaitoksen diplomi-insinööri Asser Aromaa.

Tornista Leningraadiin lähtenyt ja Tornin ja Porkkalan pakkovuokra-alueen väliset puhelut kuunneltiin. Neuvostoliiton valvontakomission käytössä oli Katajanokan laiturissa Znamja-esikunta-alue, jonka viestiliikenne oli myös seurannassa. Samoin kuunneltiin Malmin ja Kymen lentokenttien välistä liikennettä sekä Malmin lentoaseman viestejä Porkkalaan. Kuunteluun tavoitettiin lisäksi Porkkalan huolto liikennettä hoitanut Irtysh-alue. Luonnollisesti Neuvostoliiton arvasti viestiliikenteensä olleen seurannassa. Valvontakomission puhelinkuuntelu jatkui maaliskuuhun 1945 saakka, ja virallisesti se päättyi saman vuoden keväällä.

Poliittisen vasemmiston hallussa ollut Valtiolainen poliisi ja Neuvostoliiton valvontakomissio tekivät tarkastuksiaan. Valvontakomissio teki toukokuussa 1945 tarkastuskäynnin Suomen puolustusvoimien pääesikunnassa.

Kysymyksessä oli suuri tarkastus, koska valvontakomissio oli tilannut kuljetusta varten autot 45 miehilleen. Kolme Neuvostoliiton tarkastavaa kenraalia ilmestyi yllättäen 7. toukokuuta 1945 Mikkeliin, missä pääesikunta vielä silloin sijaitsi. Kenraalit kävivät lyhyen keskustelun puolustusvoimien komentajan, kenraali Eric Heinrichsin ja kenraali A. F. Airon kanssa. Pääesikunnan muita suomalaisupseereita kuulusteltiin tiukasti. Kuuntelun tarkoituksena oli saada selville pääesikunnan tiedusteluorganisaatio ja sen yhteydet ulkomaille.

Huultava sattuma tapa-



Neuvostoliiton valvontakomissio majaili Helsingin hotelli Tornissa vuodet 1944 – 1947. Suomen puolustusvoimat kuunteli salaa komission puheliniikennettä.

tui, kun valvontakomission edustajat tulivat pääesikunnan tilastoimistoon, joka oli tiedusteluosaston peitenimi. Siellä upseerin pöydät olivat tyhjiä. Valvontakomission tarkastajat vaativat osaston suljettua kassakaappia avattavaksi. Näin tehtiin. Kaappi oli tyhjä, vain yhdellä hyllyllä oli kirja, jonka nimi oli *Tuhannen ja yhden yön sadut*. Venäläisten tarkastukseen oli varauduttu kaikin tavoin, ja niin neuvostoupseerit palasivat tyhjin toimin Helsingin Torniin. Tämän tapauksen kertoi U. A. Käkönen, joka tunnettiin värikkäänä kertojana.

Puolustusvoimien komentaja Jarl Lundqvist antoi heinäkuun puoleksavälissä 1945 käskyn puolustusvoimien radiotiedustelun lopettamisesta. Siitä ei ole tietoa, antoiko komentaja käskyn Neuvostoliiton valvontakomission pelossa, vai muusta turvallisuuteen liittyvästä syystä. Neuvostoliiton valvontakomissio poistui Suomesta vuonna 1947 ja puolustusvoimien radiotiedustelutoiminta käynnistyi uudelleen vuodesta 1949 alkaen.

Puolustusvoimien komentajana Jarl Lundqvist kään-tyi myöntäväisyydinjalle Neuvostoliiton suuntaan. Hän painosti 30 Suomen ansioitunutta ja korkearvoista upseeria eroamaan puolustusvoimien palveluksesta. Lisäksi hän kehotti

puolustusvoimien upseeristoa liittymään Suomi-Neuvostoliitto seuran. Hän ylitti valtuutensa ja joutui selkäuukseen tasavallan presidentti C. G. Mannerheimin kanssa. Lundqvist yritti saada tukea uudelta presidentiltä J. K. Paasikiveltä, mutta lopulta Jarl Lundqvist joutui eroamaan puolustusvoimien komentajan tehtävästään.

Insinöörieversti Lauri Lehtonen ja professori, historioitsija Ohto Manninen ovat

tutkineet pitkään jatkosodan jälkeisiä, Suomen tiedustelun vaiheita. Lehtonen on perehtynyt erityisesti radiotiedustelun saloihin. Radiotiedustelun käytössä ollut kalustoa on esillä Lahden radio- ja televisiomuseossa sekä Hämeenlinnan linnan-kasarmien viestimuseossa.

Ohto Manninen – Lauri Lehtonen: Stella Polariksen perintö, Docendo 2019.



Jatkosodan jälkeinen puolustusvoimien komentaja Jarl Lundqvist oli Neuvostoliiton myötäilijä. Hän joutui eroamaan. SA-kuva.

Ilmastomuutos lisää Etelä-Suomen lumettomia talvia – monet luonnossa tapahtuvat muutokset näkyvät jo nyt

Ilmastomuutos on jo muuttanut suomalaisille tuttuja maisemia: metsiä, Itämeren ja Lapin tuntureita. Tiedot ilmenevät WWF:n teettämästä taustaselvityksestä.

Tänä talvena Etelä-Suomessa koettu erittäin lämmin sää on yhä todennäköisempi tulevina talvina ilmastomuutoksen myötä. Ilmastomuutos lisää Etelä-Suomen talvien vesisateita sekä vähentää lumen ja roudan määrää. Pahimmissa ennusteissa lumipäivien määrä vähenee Pohjois-Euroopassa jopa 60 päivää vuosisadan loppuun mennessä.

"Lumen väheneminen Etelä-Suomessa vaikuttaa haitallisesti esimerkiksi karhujen talviuuneen ja valkoisen suojavärin vaihtuviin eläimiin, kuten metsäjänikseen", sanoo WWF:n ohjelmapäällikkö Petteri Tolvanen.

Tiedot ilmenevät WWF:n teettämästä taustaselvityksestä, joka tarkastelee viimeaikaisen tutkimusten perusteella, miten ilmastomuutos muuttaa ja on jo

muuttanut elinympäristöjä Suomessa. Selvitys keskittyy kolmeen suomalaiselle tuttuun luontomaisemaan: metsään, Itämereen ja Lapin tuntureihin.

Etelä-Suomen metsiin on odotettavissa aiempaa enemmän tuhoja.

"Roudan puutteen takia puut kaatuvat talvimyrskyissä nykyistä helpommin. Lisäksi hyönteisten aiheuttamat metsätuhot pahenevat. Esimerkiksi riski mittaville kirjanpainauihiloille kuusikoissa kasvaa, ja myös uusia metsätuhoja aiheuttavia hyönteisiä pääsee levittämään meille etelästä", Tolvanen sanoo.

Ilmastomuutos lisää myös haitallisten vieraslajien leviämistä. Esimerkiksi kasveja jättäjänsä ja japanintatar sekä eläimistä supikoira voivat levittäytyä yhä laajemmalle vieden elintilaa muilta lajeilta. Suomeen voi levittäytyä myös uusia haitallisia vieraslajeja, kuten pesukarhu.

Itämeri on matala sisämeri, joka on erityisen haavoittu-

tuvainen ilmaston lämpenemiselle. Itämeren veden lämpötila nousee, minkä seurauksena jääpeitteen laajuus pienenee ja jää ohenee. Tästä kärsii esimerkiksi talvella poikasensa synnyttävä itämerennorppa. Tulevaisuudessa sinilevätilanne todennäköisesti pahenee, sillä runsastuvat sateet huuhtovat yhä enemmän orgaanista ainetta Itämereen. Kesäisin haitallisia sinilevän massaesiintymiä on todennäköisesti yhä useammin ja sinilevälaulat ovat nykyistä paksumpia. Itämeren rehevöityminen suosii särkikalajoja, mutta heikentää hauen, sian ja mateen elinolosuhteita.

Tunturi-Lapin kasvit ja eläimet ovat kaikista heikoimmassa asemassa ilmastomuutoksessa. Lämpötilan nousu tuo Lappiin lisää etelän lajeja, eivätkä pohjoisen lajit pääse siirtymään tunturien huippuja korkeammalle eivätkä Jäämeren rannikkoa kauemmas pohjoiseen.

"Monet tunturilajeista ovat jo nyt uhanalaisia, ja olemme

vaarassa menettää osan niistä Suomesta kokonaan. Eniten tulevat kärsimään ylimmän tunturivyöhykkeen lajit, kuten esimerkiksi jääleikki, kiiruna ja keräkurmitsa", Tolvanen toteaa.

Ilmastomuutoksen torjunta on tärkeämpää kuin koskaan Suomen luonnon ja lajien suojelemiseksi.

"Vaikka peruuttamatonta tuhoa on jo tapahtunut, voimme vielä vaikuttaa tulevien muutosten voimakkuuteen. Globaalit kasvihuonekaasupäästöt pitää puolittaa vuoteen 2030 mennessä, joten nopea luopuminen fossiilista polttoaineista on ainoa vaihtoehto. Suomessa pitää esimerkiksi lopettaa fossiilisten polttoaineiden tuot ja turpeen energiakäyttö, jotka ovat täysin ristiriidassa ilmasto- ja luonnonsuojelutavoitteiden kanssa", sanoo WWF:n ilmastosihteerit Mia Rahunen.

Muutoksista kertova nettisivusto on avattu osoitteessa wwfi.fi/ilmastomuutos-suomessa

Nuorille maksutonta ohjelmaa talvilomaksi

Lahden kaupungin nuorisopalvelut tarjoaa paljon maksutonta ohjelmaa talviloman ajaksi eri puolilla kaupunkia. Lisäksi on tarjolla retkiä, tapahtumia ja työpajoja.

Nuorisotaloilla ja niiden lähiympäristöissä järjestetään runsaasti avointa ja maksutonta lomatekemistä. Luvassa on muun muassa koululaisten talvirieha Mikkulan rannassa, retki Messilän pulkamäkeen, jälki-istutossimulaattori,

canvas-taulujen maalausta, Burgeripäivää, kakkutehdasta ja paljon muuta. Lisäksi Nuorisopalvelut järjestävät kaikille Lahden nuorille yhteisiä retkiä ja teematapahtumia sekä työpajoja.

Talviloman retket suunnataan tänä vuonna pääkaupunkiseudulle, kun retkiä tehdään muun muassa Fazerin makeistehtaalle, kauppa-keskus Triplaan, Rush Tramoliinipisteeseen ja Sea Life Helsinkiin. Myös Xperience

24h -pelitapahtuma saa jatkoa. Tarjolla on lisäksi kuppikakkutehdas -työpaja, jossa johdetaan hyvämmäksisiä ja näyttäviä kuppikakkuja.

Retkille, tapahtumiin ja työpajoihin tulee ilmoittautua etukäteen Lahden kaupungin verkkokaupassa. verkkokauppa.lahti.fi

Toiminta on suunnattu kaikille nuorisotaloikäisille eli 4.-luokkalaissille ja sitä vanhemmille nuorille, jos ikärajoja ei erikseen mainita.

Koko talvilomaohjelma löytyy Lahden kaupungin verkkosivuilta lahti.fi/nuorisopalvelut/lomatekemistä

Sekä harrastelahti.fi -sivustolta. HarrasteLahti.fi -sivustolta löytyy myös lisää talvilomatekemistä sekä kootusti tietoa lapsille, nuorille ja perheille tarjottavista harrastusmahdollisuuksista ja vapaa-ajantoiminnoista Lahdessa.

Keskustan liikenne uudelle vuosikymmenelle

Lahden kaupunki tekee keskustan liikenne- ja liikummisellivystystä. Tavoitteena on päivittää vuoden 2014 liikenneverkko selvitys. Uusi suunnitelma tähtää vuoteen 2030.

Liikenne- ja liikkumissuunnitelman (LIISU2030) tavoitteena on luoda edellytyksiä elinvoimaiselle ja identiteettiä vahvistavalle, elävälle sekä melu- ja ilmanlaadultaan hyvälle kaupunkikeskustalle. Tarkoituksena on, että keskusta on saavutettavissa kaikilla kulkumuodoilla. Autoliikenteen kehäreitit ja kävelyn ja pyöräilyn olosuhteiden kehittäminen on tehokas keino varmistaa liikenteen sujuvuus kasvavassa kaupungissa.

LIISU2030 käsittelee teknisessä ja ympäristölaulukunnassa 11.2.2020.

Keskustan kehä ja terminaali tarkastellaan ensin

LIISU:n ensimmäisen vaiheen lopputuloksena on esitys siitä, kuinka keskustan kehä muodostetaan sekä mihin joukkoliikenneterminaali sijoitetaan.

Hyötyvertailun perusteella lautakunnalle esitetään joukkoliikenneterminaaleille "Trion terminaali", eli Vesijärvenkadun vaihtoehtoa, Trion edustalta pohjoiseen. Keskustan kehän ratkaisuksi esitetään Vuoksenkadun avaamiseen pohjautuvaa kehäratkaisua. Työn tässä vaiheessa ei oteta kantaa siihen, toteutettaisiinko Vuoksenkadun pinta- vai tunneliratkaisuna.

Toteutus jakautuisi koko vuosikymmenelle

Työn seuraavassa vaiheessa tehdään tarkemmat keskustan tavoiteverkon toimenpite- ja toteutussuunnitelmat. Trion terminaalista tehdään kapasiteettitarkastelu ja toiminnallinen suunnittelu. Vuoksenkadun ratkaisun osalta tarkastellaan, kumpi vaihtoehto, pinta- vai tunneliratkaisu, on tämän hetken tiedon valossa toteuttamiskelpoisempi.

Keskustan kehän sisäpuolella katukohtaiset suunnitelmat päivitetään yhdessä keskustan asukkaiden ja muiden toimijoiden kanssa sekä toteutetaan tarkastelu pysäköintilaitosten sijoitte-

lusta ja opastuksesta. LIISU2030-töihin ei sisälly pysäköintilaitosten suunnittelu.

LIISU:n sisältyvien toimenpiteiden alustava kustannusarvio on 20-30 M€. Arvio sisältää Vuoksenkadun ja Trion terminaalin toteuttamisen, Saimaankadun liikenneturvallisuustoimenpiteet sekä keskustan kehän sisäpuolisten katujen, kävelyn ja pyöräilyn edistävät toimenpiteet.

Suurin yksittäinen kustannustekijä olisi toteutuessaan Vuoksenkadun tunneli. Kustannukset jakautuvat usealle vuodelle aina vuoteen 2030 asti.

Suunnitteluun apuna työpajat ja strategiset tavoitteet

LIISU2030-töihin ohjausryhmä on kaupungin ja sidosryhmien toimijoista koostuva keskustan kehittämisryhmä. Suunnitteluvaiheessa on tähän mennessä järjestetty viranomaiskuleminen, asukasraadit työpaja, kaupungin päätöksentekijöiden (kaupunginhallitus, joukkoliikennelautakunta ja tekninen ja ympäristölautakunta) työpaja ja asukastilaisuus.

Päijät-Hämeen Automaalaus

Mestarinkatu 24, Lahti

Puh. 050 5511330

Henkilö- ja pakettiautojen kolarityöt, muovityöt, peltioikaisu ja maalaukset

TV-KUVASSA ONGELMIA?

- Tv-antennien asennus ja huolto

- 4G-antennit

- Kiinteistöjen antenniverkkojen korjaus- ja muutostyöt

18 VUODEN KOKEMUKSELLA

SETI:n hyväksymä AT-teleasentaja

LAMMIN
AK-Asennus

MARKKU KÄHKÖNEN

050-400 4626 m.kahkonen63@gmail.com

RAUTAMYynti HYVINKÄÄLLÄ

Teräslävyt (myös leikkaus- ja särmäyspalvelu, palkit, RHS putket, kulutusteräksä, trukkikiipit, rst-teräksä, mig-langat ja -puikot, Wallius hitsauskoneet ja tarvikkeet, hionta ja katkaisutarvikkeet, työ- ja sadeasut, filmiväneria, 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. harmas halli, Kermintie 41, 05880 Hyvinkää Av. ark. 8-17 la 9-14

Rak-Saneeraus Tmi Revonmaa
RAKENUSALAN VAIHTOKÄMPITÄITÄINEN

Keittiö-, kylpyhuone-, ja saunaremontit ammattitaidolla. Puh. 050-302 0257

www.rak-saneerausrevonmaa.fi

RANTAHUVILA ja/tai MÖKKI

rantaoikeudella n. 150 km säteellä H:gistä.

Miel. tie ja sähkö. Sopivasta kauppa heti.

Luottamukselliset tarj.

LUK Tuomontupa Oy

Vihdintie 4, 00350 Helsinki
(09) 241 8498

www.tuomontupa.fi

PARTURI-KAMPAAMO LEILA SALONEN

Hiustenleikkaus 13 - 17 €
Kanervakatu 2
15850 Lahti (Pirttiharju)

Sim
Puh. 03-7531 511
GSM 0400-493 048

KEVÄÄN ODOTETUIN LASTENKONSERTTI!

FROBELIN PALIKAT

Palikka-kiertue nyt Lahdessa! SU 9.2. klo 15.00 Kasakkamäen koulu

Liput alk. 14€ Myynti: **lippu.fi** (Liput ovelta 15€)

Fanituotemyynti! Tervetuloa! www.frobelinpalikat.fi

Painon- pudottajissa keventää Lasvel-ryhmä



Eija Mäkelä

Painonpudottajissa kokoontuu Lasvel-ryhmä, aina iloiset eläkeläiset. Tulevat ajoissa punnitukseen ja ovat valmiina kuuntelemaan luennon. Istuvat tuoleillaan ja ovat innoissaan uusista opituista tavoista. Heillä on ikää, elämäntapaa takana ja sydämen sivistystä, silti on aina ilmassa pientä jännitystä, kun kohdataan vaakalukema.

Kyseessä ei ole dieetti, ei kuuri, ei laihdutus, vaan uusien tapojen ja syömiskäyttäytymisen pysyvät muutokset. Muutokset saavat kehon voimaan paremmin!

Ensimmäinen otettiin käyttöön puhdas, raikas, kaloriton ja oman maan vesi. Sitä juomalla varmistuu, onko jano vai nälkä. Vaihdettiin kahvileivät keksiin. Saatettiin suuri ero aikaisiksi vuositasona, 365 pullaa on n. 91250 kcal, vertaa keksejä 12775 kcal. Juuri ostettu lämmin leipä ja sämpylät vaihtuivat siivuihin. Turvonnut iso "maha" on menneisyyttä. Ruokajuomaksi valittiin veden lisäksi ravintorikas maito ja piimä. Leivän päälliset, makkarat ja metukat vaihdettiin lihaleikkeleihin. Juustoa saa ottaa, kunhan kohtuus löytyy. Suomiporkkanat tulivat tutuiksi monessa muodossa lautasilla. Suklaalevyt vaihtuivat patukoihin, maku pysyi samana. Ihme kyllä! Pitkin päivää napostelut, turhat välipalat ja iltasyöpötelyt jäivät pois, kun laitettiin ateriat-ajat. Opittiin siis tuntemaan kello.

Aikaa on kulunut neljä kuukautta, johon on mahtunut joulun, vuoden vaihte, juhlien, matkojen ja arkielämää. Yhdessä onnistuimme ottamaan vyötäröltämme pois 145 kg. Vatsa pieneni, askel keveni, henki kulkee ja keho kiittää. Tästä on hyvä jatkaa kohti kevyempää kesää. Yksi asia on varma, vanhoihin tapoihin ei palata.

Kevyesti keväällä
Eija M.
Painon Pudottajat



Katja Lahdelma, Jesse Kallio ja Harri Heikkilä

Keilailu-uutinen

Kaadon 79-vuotiskisan fiinaalin voitto Kalliolle

Sunnuntaina 26.1. pelattiin Kaadon 79-vuotiskisan fiinaali Lahden Keilahallissa. Loppukilpailuun pääsi alkukilpailun 15 parasta keilaajaa sekä veteraanieristä kaksi parasta veteraanieristä ja paras veteraaninainen. Myös kuudennen sarjan turbon kaksi parasta tulosta ja paras 4x6 sarjan tulos ansaittivat paikkansa loppukilpailussa. Fiinaalissa keilattiin ensin 6 sarjaa amerikkalaisittain, joista 8 parasta jatkoivat vielä 2 sarjaa.

Alusta asti kilpailua hal-

linnut TPS:n Jesse Kallio oli kuuden sarjan jälkeen 57 pisteen karkumatalla. Kahden viimeisen sarjan aikana Kallio kasvatti johtoaan vieden voiton. Hän keilasi 8 sarjaa 232,50 pisteen keskiarvolla. Lopussa toiseksi kirjinyt Bayn Katja Lahdelma jäi 108 pisteen päähän Kalliosta. Kolmanneksi sijoittui niin ikään Bayn Harri Heikkilä. Hän jäi Lahdelmasta vain 37 pistettä.

Teksti ja kuvat:
Niina Leskinen

Ostetaan käteisellä heti
VAATAIMON OMAKOTITALO
tai mummonmökki
Tarjoa rohkeasti p. 0449755741
sp. tuominenkari56@gmail.com

Niinan niksit

Niina Ojansivu
Kokki



Makeaa ystävänpäivää

Ystävän kanssa hetki kahvitellen ja kuulumisia vaihtaen, sitä se paras ystävyys on. Tänä ystävänpäivänä tarjoan ystäville kermapiilillä kuorrutetun fazerinamuffinsin, nämä leivonnaiset ovat etenkin aikuisen makuun. Muffinsin sisällä on ihana suklainen yllätys, joka kruunaa makuelämyksen.

Fazerinamuffins

12 kpl
150 g voita
1½ dl sokeria
2 kananmunaa
3½ dl vehnäjauhoja
2 tl leivinjauhetta
2½ rkl kaakaojauhetta
1½ dl kermaa
1 pss fazerina bites paloja
päälle:
Vatkattua kermaa ja
erilaisia koristerakeita

Vatkaa voi ja sokeri kuohkeaksi vaahdoksi, lisää kananmunat yksitellen. Sekoita jauhot keskenään ja lisää vuorotellen jauhot ja kerma taikinaan. Jaa puolet taikinasta muffinsvuokiin ja laita yksi pala fazerinaa taikinan keskelle, laita loput taikinasta fazerinan päälle. Paista uunissa 225 astetta n. 15 minuuttia. Jäähdytä ja pursota kerma muffinsin päälle ja koristele mieleisilläsi rakeilla.



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

50 grammaa lihajalosteita päivässä lisää suolistosyöpäriskiä

Syöpäjärjestöt muistuttivat Maailman syöpäpäivänä 4.2., että punaisen lihan syöminen lisää syöpäriskiä. Suosittelemme, että viikossa punaista lihaa ja lihavalmisteita syödään enintään puoli kiloa. Kasviksia kannattaa nauttia runsaasti.

Suolistosyöpä on Suomessa toiseksi yleisin syöpä sekä naisilla että miehillä. Vuosituloin todetaan yli 3000 uutta suolistosyöpää ja siihen kuolee noin 1200 henkeä vuodessa.

Punainen liha, johon lasketaan naudan, porsaan ja lampaan liha, nostaa paksu- ja peräsuolisyövän riskiä 17 prosenttia kutakin päivittäin syötyä 100 grammaa kohden. Lihavalmisteiden kohdalla riski taas nousee 18 prosenttia kutakin päivittäin syötyä 50 grammaa kohden. Liha-

valmisteita ovat esimerkiksi erilaiset makkarat ja kinkut. FinRavinto-tutkimuksen mukaan suurin osa miehistä ja neljäsosa naisista syö yli puoli kiloa punaista lihaa ja lihavalmisteita viikossa.

Korvaa punainen liha kanalla, kalalla ja kasviksilla

On terveellisempää syödä broileria, kalkkunaa, kalaa ja kasviproteiinia. Lihan voi korvata monilla proteiini- ja kasviksilla. Kasvis-ten käyttö pienentää syövän vaaraa. Kannattaa laittaa lautaselle puolet kasviksia, neljännes täysjyväviljaa, perunaa tai muita juureksia, neljännes lihaa, kanaa, kalaa tai palkokasveja.

Kasvikset ehkäisevät syöpää monin eri tavoin, koska ne sisältävät runsaasti

vitamiineja ja kivennäisaineita sekä ravintokuitua. Kasviksissa on myös erilaisia syövältä suojaavia yhdisteitä, jotka suojaavat soluja vaurioitumiselta. Kasvis-ten käyttöä tulisikin lisätä kaikin tavoin, sanoo kehittämispäällikkö Virve Laivisto. Ravitsemussuosituksen mukaan kasviksia, joihin kuuluvat vihannekset, juurekset, hedelmät ja marjat tulisi syödä vähintään 500 grammaa päivässä. Miehistä vain 14 prosenttia ja naisista 22 prosenttia syö suosituksen mukaisesti.

Syöpähaaste kilpailu alkaa

Euroopan komissio on sa- saamassa syövän kukistami- seen miljardi euroa vuosina 2021-2027. Suomi järjestää kansalaisille, tutkijoille ja

yrityksille aloitekilpailun, jolla kerätään ideoita, kuinka syövän ehkäisyä, hoitoa ja potilaiden osallisuutta voitaisiin parantaa.

Kilpailu huipentuu fiinaaliin Helsingin yliopiston Tiedekulmassa 16.3., jossa parhaat ehdotukset esitellään ja palkitaan. Voittajien valinnan tekee raati, joka koostuu potilaiden, tutkijoiden, hoitajien ja elinkeinoelämän edustajista.

Kampanjan toteuttamisesta vastaa Helsingin yliopisto. Mukana kampanjassa ovat mm. HUS, Kansallinen syöpäkeskus FICAN, alueelliset syöpäkeskukset ja Syöpäjärjestöt.

#syöpähaaste #EUCancerChallenge #EUCancerMission

Vihapuhetta vai ikärasismia

Kun olen seurannut julkista keskustelua tiedotusvälineissä, ei voi välttyä kysymykseltä. Onko eläkeläisiin kohdistunut keskustelu mediassa saanut aivan ihmeellisen sävyn? Vihapuhetta vai rasismia. Hypo Asuntoluotus antoi lausunnon TXT-tee-veessä 16.1.2020. Ikääntymisen syö talouskasvua, kasvu olisi ilman ikäihmisiä 2 % mutta kun nuo ikääntyneet ihmiset ovat yhteiskunnan

rasitteena niin jää kasvu 1 %:iin. Voihan perhana, on se kumma kun ihminen vanhe-nee. Asiaa tarkastellessa on huomioitava kysymys miten ikäihmiset voivat vaikuttaa talouskasvuun heikentävästi. Osa heistä tekee mahdollisuuksien mukaan osa aikaisista töistä ja toinen osa ns. talkootöitä. Jokainen heistä käy ostoksilla ja sitäkautta kasvattaa kansantaloutta. Jos otetaan huomioon nämä

harmilliset ikäihmiset, mitä he ovat tehneet tämän yhteiskunnan hyväksi. Vanhimmat heistä puolustivat isänmaata sodassa ja Suomi säilytti itsenäisyytensä. Sen jälkeen samat veteraanit maksoivat sotakorvaukset joka markan. Nostivat tämän Suomen jaloilleen, että nyky nuorilla on hyvä olla. Nousuhumassa heitä heitettiin eläke putkeen, olipas paha katsella vierestä, kun heitä näin palkittiin.

Eivät ne miehet ja naiset halunneet minnekkään eläkeputkeen, vaan tehdä töitä ja saavuttaa oman elantonsa. Mutta odotellaanpas kun seuraavat vaalit koittaa, on sitten tämä harmaantunut puurtajajoukko taas muutama kuukauden verran laatu valio porukkaa,

Raimo Jokinen

**Jakelutyötä tarjolla
Metsäkankaalla ja
Hollolan kuntakeskuksessa**

SOITA 0400-816 340

Lahden Seudun Uutiset

raimo.jokinen@jns-mediajakelut.com


LIIKKUVA 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!
Seuralaispalvelua
**KAHDEN
KESKEN**
0700-416 060
 sterc PL 169 TRE 10 2e/min

**ÄLÄ OLE YKSIN!
SEURAA TARJOLLA!**
LIVE 0700 41909
 1,69 min.-pvm. ST EROTIC PL169 TRE 10

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

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
 * mökkitalokkarintyöt
 * 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 169€**
 kaikki merkit

 050 306 3553
www.kylmahilden.fi

Automyyntiä

AUTOMYYNTI IMONE
 n. 40 kpl hyväkuntoisia edullisia henkilöautoja
 Kehräämön takapihan sisätiloissa.
www.nettiauto.com/yritys/autoimone/vaihtoaunut
 044 239 2551 - Pakaantie 1 - Kehräämö (takapiha)

Painonhallintaa


Painon Pudottajat
 Eija Mäkelä
Painonpudotusta arkiruoalla!
 Ti 10.00, 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

Öljysäiliöiden huoltoa

**ÖLJYSÄILIÖIDEN TARKASTUKSET, KORJAUKSET,
KÄYTÖSTÄPOISTO JA PURKUTYÖT**
 Myös iltaisin ja viikonloppuisin.
 Turvatekniikan hyväksymä liike
SÄILIÖTARKASTUS JUSSI KOSKINEN
 puh. 0400-650 775

Ompelukoneita

LAATUKONEET EDULLISESTI
 MYYNTI - HUOLTO - KORJAUS - KAIKKI MERKIT

PFAFF P.Y.A. SINGER

Husqvarna JUKI
BERNINA brother elna
TORIN OMPELUKONE
www.torinompelukone.fi - p. 0400 769 632
 Rauhankatu 18, Lahti - Av. ma, ti, to, pe 10-17, ke 9-18

Polttoöljyä

POLTTOÖLJYT
 edullisesti omalla autolla

 Tilaa: 0400-123766
 tai www.polttis.fi
NESTE OIL
 Myrskylä - Pukaro

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

HAUTAKIVET
 SUORAAN VALMISTAJALTA



-kultaus ja kaiverrus
 -uudelleen hionnat
 -vanhojen kivien kunnostus
 -pronssivalu tuotteet

Hautakivieistämö KIVIMYLLÄRI OY
 p.0440496635/Laine · kivimyllari@hotmail.fi
 Avoimna: Sopimalla. (myös ilta ja viikonloppuisin)
 www.kivimyllari.fi

Merkillisen reilu.



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
 Avoimna: ma-pe 8-17, la 9-13

**KUNTOHOITAJA
 TIMO MAARANEN**
 Apua lonkka-, iskias-, selkä- ja
 olkapääkipuihin yms.
 Puh. 041 440 8092
 Lahdenkatu 29 C, www.kuntonetti.org

LviPutkiva Oy

Putkiremontit, LVI-asennukset,
 Salaojaremontit, Jätevesiremontit ja kaivuu työt

Markus Kivelä
040 413 0294
 Find us on Facebook

www.lviputkiva.fi
 Lviputkiva@gmail.com

SELLUVILLAA

lisäeristeeksi ja uudisrakennukseen yläpohjiin,
 lattioihin ja seiniin 12 €/15 kg / sk.
 Kysy tarjous puhallettuna puh. 040 321 0682
 sellueristys@gmail.com
 KOTITALOUSVÄHENNYS

VUOKRATTAVANA YKSIÖ

1h + avok, kph, vh
 27 m², 2/4 krs
 Harjulankadulla Möysässä
 Heti vapaa!
 Tiedustelut p. 0400 839997

Hamin Jooga
 Juuri sinua varten.

**Yinjooga
 Flowjooga
 Barre**

Ensikertalaiselle tutustumistarjous 25 €/5 kertaa (norm 55 €)
 Voimassa 6 viikkoa ostopäivästä - 1/asiakas

Soramäentie 31, 15870 Hollola
 puh. 050-4321290 - haminjooga@gmail.com
 www.haminjooga.fi

NASTARENGASTARJOUS! Kysy tarjousta jo tänään!

Hinnat alkaen:

175/65 R14.....	239€
185/65 R15.....	285€
195/65 R15.....	285€
205/55 R16.....	299€
205/60 R16.....	345€

Hinnat 4 kpl asennettuna

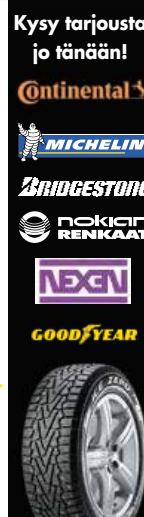
Meiltä myös:

- autohuollot ja -korjaukset
- vikakoodien luku
- tarvikkeet ja varaosat

www.nastorengas.fi

NASTO-RENGAS

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



HM KEITTIÖSSÄ VIIHDYTÄÄN

**HYVIN SUUNNITELTU JA KODIKAS KEITTIÖ ON TALON SYDÄN,
 JOSSA VIIHDYTÄÄN KOKO PERHEEN VOIMIN KOKATEN JA SEURUSTELLEN.**

**TOIMIVAN
 KEITTIÖN TOTEUTUS
 LÄHTEE ASIAANTUNTEVASTA
 SUUNNITTELUSTA.**

**HM KEITTIÖN ASIAANTUNTIJA-
 MYYJÄT AUTTAVAT SINUA**

- keittiön sisustussuunnittelussa ja mittauksessa
- toiminnallisuudessa, mm. koneiden sijoittelussa ja ergonomia-asioissa
- kalusteiden väri- ja materiaalisuunnittelussa
- tarvittaessa asennuspalvelussa
- rahoituksessa.

**AMMATTI-
 TAITOISTEN
 MYYJIEMME
 AVUSTUKSELLA
 KEITTIÖSI VOI
 NÄYTTÄÄ
 VAIKKA TÄLTÄ**



Johanna



Hanna



Hannu

**OSINA – KOOTTUNA – ASENNETTUNA
 JOPA VIIKOSSA**

Laatukatu 5, 15680 Lahti • p. 040 840 5843
 www.hm-keittio.fi • avoinna ma-pe 9-18, la 10-15



**HM
 KEITTIÖ**

Keittiöunelmia vuodesta 2005