

## TUOMON HIERONTAPALVELU

- Urheiluhierontaa • Klassinen hieronta
  - Kuumakivihieronta
- P. 050 435 8370  
tuomon.hierontapalvelu@gmail.com  
Vuoripojank. 18 • www.hierojalahti.com

## TÄYDEN PALVELUN AUTOTALO KÄRKÖLÄSSÄ

- KATSASTUSPALVELUT
- HUOLTOPALVELUT
- AUTOPESUT
- RENGASHUOLLOT



AVOINNA ARKISIN KLO 8 - 17  
**RIPE CAR'S**  
KOUKUNTIE 4 - KÄRKÖLÄ - 044 773 1053

MATKAILU- JA HENKILÖAUTOJEN MAAHANTUONTI.  
MYyntI JA VUOKRAUS. KAUSISÄILYTYS.

## Vesalan hierontapalvelu

Koulutettu hieroja Jyrki Lindberg  
Ajanvaraukset 044 294 2469

- Klassinen ja mobilisoiva hieronta
- Kylmä- ja lämpöhoidot, lihasvenytykset
- Koti- ja yrityskäynnit

Aikkalantie 218 15880 Hollola (Havalan koulua vastapäätä)

www.hierontapalvelu.net

facebook.com/vesalanhierontapalvelu

Myös  
LAHJA-  
KORTIT

# Lahden Seudun Uutiset

2/2022

Viikko 3

## SIRKKU HILDÉN

Parempaa arkea

188



TERVEYDENHOITAJA

SDP

## Päijät-Hämeen Käyttöauto Oy

n. 40 kpl hyväkuntoisia edullisia henkilöautoja

Kehräämön takapihan sisätiloissa.

044 239 2551 - Pakaantie 1 - Kehräämö (takapiha)

## PALVELUIDEN PUOLUSTAJA

### JARI RONKAINEN

- kansanedustaja,  
kunnanvaltuutettu



Päijät-Häme - Hollola

367



### Tuomas Kulhua

YKV, LKV, LVV, IAT

Toimitusjohtaja  
Julkinen kaupanvahvistaja, kiinteistövälitys, arviokirjat.  
Puh. 044 762 4090



Lekatie 1, Nastola | www.nkn-yhtiot.fi

Kyllä,  
seniori  
asialla

232



PÄIJÄT-HÄME

## ERKKI NIEMINEN

TOHTORI erkki.nieminen@lh.lahti.fi

Käytä ääntäsi toimivien palvelujen puolesta

## Saija Granlund

sairaanhoitaja amk  
vammaisneuvosto pj

315

Kyseessä on sinun arkesi,  
terveytesi ja turvallisuutesi

Sinä maksat  
Sinä päätät

saatko palvelut jatkossa  
kotikunnastai vai kaukaa keskitettynä  
suuriin yksiköihin

Sote ammattilainen  
Päijät-Hämeen aluevaltuustoon



## Jyrki Joensuu

Yleislääketieteen erikoislääkäri

Psykiatrian erikoislääkäri

SOTE tarvitsee tekijän! Tästä löytyy:  
Synaptori <https://www.synaptori.com>  
Numero 1/2022 iso tietopaketti sotesta!  
Perässähihtäjät opiskelevat sitä

**Duunari**  
Opiskeluaikoina betoniraidoittaja,  
katontekijä, mielenterveyshoitaja,  
perushoitaja, sairaanhoitaja

**45 vuotta käytännön lääkäri**  
22 vuotta vastaava työterveyslääkäri  
Yleislääketieteen erikoislääkäri  
Psykiatrian erikoislääkäri,  
viimeksi töissä 30.12.2021

**Johtaja**  
Mielenterveysjohtaja, ylilääkäri  
mm PHKS  
Suurimman huoltoharjoituksen  
lääkintähuollon johtaja  
Helsingin yliopiston  
tietokirjoittajakurssien johtaja

**Poliitikko**  
Hämeenkoski kunnanhallituksen  
puheenjohtaja ym  
Lahti valtuutettu ym  
Hollola valtuutettu, tarkastusltk:n js  
PHHYKY:n hallitus 2021-2022

**Tiedettä kansanomaisesti**  
Lääkehoito 1982 ja 1984,  
Otavan joka kodin suuri lääkärikirja  
2000 ja 2001  
100 koulutusvideota, ohjelmakilpailun  
voitto Sydney 1987  
60 itsehoitoartikkelia Hyvä Terveys-lehti  
1992 parhaaksi valittu juttu  
Luentoja, koulutuksia  
kehittämishankkeita

**Yrittäjä**  
Toimitusjohtaja  
Kustannus Ky Terveystieto,  
J&K Joensuu Oy,  
Delta Video Oy, Teledoc Oy

325



PÄIJÄT-HÄME



## Sähkön hinta!!!

Sähkön hinnassa on tapahtunut melkoista mylläkää viime vuosien aikana. Koko sirkus sai alkunsa, kun Caruna-yhtiö perustettiin ja Fortum myi sähkönsiirtoverkon Carunalle, joka nyt rahastaa Suomen köyhää kansaa.

Kohde oli otollinen, kylmä ja rauhallinen maa, jota voi lypsää loputtomiin, jos ei satu paleltumaan sähkön hinnoista johtuen. Näin ajateltiin vuonna 2013 Carunassa. Tv-uutisissa viikolla 2 näytettiin kuinka Caruna on investoinut tykkylumen pudotukseen sähkölinjoilta. Ukko kahlaa lumessa pitkän kepin kanssa ja huiskii tykkylunta pois sähköjohdoista, taas taitaa hinta nousta?

Ja sama sirkus jatkuu haluttiin niin pirusti vihreää

sähköä, uusiutuva sähkö on ihan ok. Mutta kun taas ollaan umpikujassa, vanhat puheet unohtuu ja esim. Oomi laittoi postin kautta ilmoituksen hinnankorotuksista. No ei ollut paljon (melkein tuplat), reilu 7 snt muuttuu seuraavanlaiseksi alkaen 1.2.2022 energia 12,95c, päiväenergia 14,95c, yöenergia 10,95c, talvipäivän energia 16,95c, muun ajan energia? 11,95c, nämä siis kwh hintoja. Kyllähän meitä on kyykytetty ennenkin, mutta tässä on kyse isommista asioista. Miten yksinhuoltajat, vanhuksat ja vähätuloiset selviävät näistä laskuista? Kysymys on kuitenkin ihmisten perustarpeista, jotka kuuluvat tämän päivän perusasioihin ja -turvaan.

Korotuksia perustellaan sähkön kulutuksen kasvulla, mutta miten se on mahdollista? Aikoinaan teollisuus, joka nyttemmin on muuttanut halpatuotannon maihin, kulutti Suomessa sähköä melkoisia määriä. Meillä taitaa mopo keulia aika reippaasti, ensin tehdään päätöksiä, sitten mietitään miten käy tässä taas näin kävi. No onhan asialla se hyvä puoli, että kyllä kansa maksaa.

Ps. Odotellaampas tätä sähköautoilun halpuutta mielenkiinnolla, että kunnan kansalaiset ovat ostaneet riittävästi sähköautoja, on pakko korvata nykyinen polttoainevero jollain, ja minnekäs muualle se kohdistuu kuin autoiluun?

Raimo Jokinen

## Osatyökykyisten työllistymiseen uusia keinoja

Lahden kaupunginhallitus sai esittelyn osatyökykyisten työllistämistä parantavasta kokeilusta.

Suomen hallitus pyrkii edistämään kaikkein vaikeimmassa asemassa olevien osatyökykyisten työllistymistä käytännössä toteuttavan valtion erityistehtävayhtiön. Hallituksen tavoitteena on saavuttaa 75 prosentin työllisyysaste vuosikymmenen puoliväliin mennessä. Tämä edellyttää myös osatyökykyisten osallistumista nykyistä enemmän työelämään. Tavoitteen saavuttamiseksi

hallitus on käynnistänyt Työkykyohjelman. Työnantajana toimiva Työkanava Oy on osa tätä kokonaisuutta.

Lahden seudulla Yhtiön perustaminen edistää esimerkiksi osatyökykyisten henkilöiden mahdollisuuksia työllistyä avoimille työmarkkinoille. Työkanava Oy:n valmisteluprosessi ja lainsäädäntö on kuitenkin kesken ja kaupunki seuraa valmistelun etenemistä.

Työllisyyspalvelujohtaja Taisto Tuominen ja elinvoim

majohtaja Markus Lankinen esittelivät asiaa kaupunginhallitukselle 17.1.2022.

Kolmannes Lahden noin 10 000 työttömästä olisi näiden kriteerien mukaisia ja voitaisiin laskea osatyökykyisten joukkoon. Työllistyminen tarvitsee monia keinoja ja tämä on yksi keino.

Kaupunginhallitus päätti kokousasiat päätösesitysten mukaan.

Lähde: lahti.fi

## Päijät-Soten alueella aloitetaan suolistosyövän seulonnat helmikuun alussa

Seulontoihin saavat kutsun 56-74-vuotiaat henkilöt kahden vuoden välein täyttyessään parillisia vuosia. Seulonnat laajenevat asteittain ikäryhmäkohtaisesti. Tänä vuonna seulontoihin kutsutaan 60-68-vuotiaat ja vuonna 2023 kutsun saavat 60-70-vuotiaat.

Seulontapalvelun Päijät-Sotelle tuottaa laboratorionkump-

pani Fimlab Laboratoriot Oy. Fimlab lähettää seulontaan kutsuttaville postitse kutsun, näyteastian ja tarkat ohjeet näytteen ottamista varten.

Seulonnalla Päijät-Sote pyrkii löytämään syöpätautit varhaisessa vaiheessa, jolloin sairauden hoituminen on huomattavasti helpompaa ja tehokkaampaa.

Suolistosyöpä on Suomen kolmanneksi yleisin syöpä sekä miehillä että naisilla. Tautiin menehtyy noin 1 200 ja sairastuu noin 3 000 ihmistä vuosittain.

Kohdunkaulan syövän seulontaa laajennetaan koskemaan 30-65-vuotiaita, ja uutena ikäryhmänä mukaan tulevat 65-vuotiaat.

Lähde: yle

## Matit ja Maijat

### Tanssittaa kevätkaudella 2022

#### LASTEN JA NUORTEN RYHMÄT

Taaperoiset (2 v täyttäneet) ma 17.00–17.30

Pikkuruiset (s. 2017–2013) ma 17.30–18.30

Midit (s 2012–2008) ma 18.30–19.45 & to 17.00–18.15

Juniorit (s. 2007–) ma 19.45–21.00 & to 19.15–21.00

#### FOLKJAM

– torstaisin klo 18.15–19.15

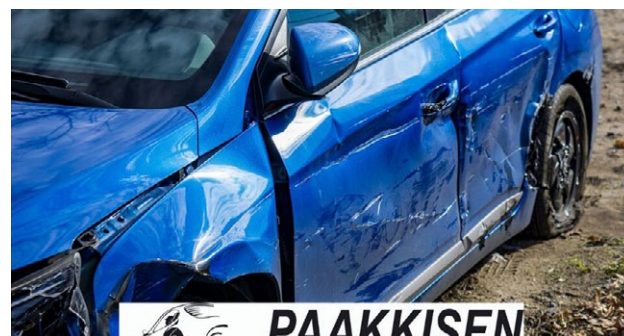
Riemukas tanssiliikuntamuoto kaiken ikäisille!

Harjoitukset **Hollolan Uimahallin**

**Monitoimisalissa**, Terveystie 8

www.matitjamaijat.fi • info@matitjamaijat.fi

040 588 0058 • facebook.com/matitjamaijat/



### Puskuri rutussa, ruostetta lokareissa tai rikkiäinen tuulilasi?

POIKKEA MEILLE ILMAISEEN VAHINKOTARKASTUKSEEN JA LASKETAAN KORJAUSARVIO AJONEUVOLLESI TUOSSA TUOKIOSSA.

TEEMME YHTEISTYÖTÄ KAIKKIEN VAKUUTUSYHTIÖIDEN KANSSA YLI 65 VUODEN KOKEMUKSELLA.

Vanha Messiläntie 2, 15860 Hollola  
p. 0400 357 310

www.paakkisenautomaalaamo.com



Perunkirjoitukset ammattitaidolla ja kirjanpitäjän tarkkuudella

### Perunkirjoitus Varpu Välimaa Oy

- perunkirjoitukset - testamentit  
- edunvalvontavaltakirjat

Janne: 044 560 0004

janne.valimaa@perunkirjoitukset.fi

Varpu: 045 343 1888

varpu.valimaa@perunkirjoitukset.fi

Rauhankatu 17 B, 15110 Lahti  
www.perunkirjoitukset.fi

### POLTTOÖLJYT edullisesti omalla autolla



Tilaa: 0400-123766 tai www.polttis.fi

NESTE OIL  
Myrskylä - Pukaro



Lahden kaupunki nyt ääksöniä työllisyyden hoitamiseen.



**Antti Kuusinen**  
Sirpaletyöläinen

**Muista äänestää!**

Vaalipäivä on sunnuntai 23.1.2022

## 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: Lehtisepät Oy  
Painos: 25 000 kpl

Ilmoitusmarkkinointi:  
Niina Leskinen,  
myyntipäällikkö, toimittaja  
Puh. 041 5499 878  
niina.a.leskinen@gmail.com

Vesa Kurjonen, ilmoitusmyyjä  
Puh. 040 9328 113  
printtimainos@gmail.com

Jorma Jokela, ilmoitusmyyjä  
Puh. 040 0371 996  
jojo.jokela@gmail.com

Paula Kontio, ilmoitusmyyjä  
045 77348 753  
kontio.paula@gmail.com

Jakelualue:  
Länsi-Lahden ja Hollolan kotitaloudet

Jakelutelinepaikat:  
Lahti: ABC Renkomäki, ABC Holma, CM Laune, CM Paavola, Novatalo Aleks, Sokos keskusta, S-Market Metsäkangas, Sale Jalkaranta, S-Market Jalkaranta, ABC Kivimaa, Neste Taukotuuli, Sale Kukkila, S-Market Mukkula, K-Supermarket Okeroinen, S-Market

Villähde, Sale Nastola, S-Market Nastola ja K-Supermarket Nastola.  
Hollola: K-Supermarket Hollola, Sale Hollola KK.  
Hämeenkoski: Koskikartano ja Sale Hämeenkoski.  
Järvelä: Neste oil Huoltamo ja S-Market Järvelä.  
Orimattila: S-Market, K-Supermarket ja Orimattilan kehäämä.  
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. Lehtien vastuu virheellisistä ilmoituksista rajoittuu enintään ilmoituksen hintaan. Reklamaatiot kahdeksan (8) päivän kuluessa.

Ilmoitusten sisäjäätö keskiviikkona klo 12 mennessä.

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





# HYVINVOINTI. ARVOKKAIN MITÄ MEILLÄ ON.

PÄIJÄT-HÄMEEN HYVINVOINTIALUE



**HEIDI  
HAKANEN** 185

Sairaanhoitaja, AMK



**KARI  
HYTTIÄ** 193

Ammatillisen koulutuksen  
asiantuntija

**ANN-MARI  
LEHTINEN** 213

Sihteeri,  
pääluottamus mies

**TOINI  
LOUEKOSKI  
-HUTTUNEN** 219

Johtava hoitaja, SHJ



**MIIKKA  
LÖNNQVIST** 221

Hallintojohtaja, VTK



**JARKKO  
NIEMI** 231

Ylitarkastaja, insinööri, YAMK



**LASSE  
PELTONEN** 237

KM, YTK



**JUHA  
SALO** 249

Opettaja, eläkkeellä



**ANNE  
SUOMÄKI** 257

Vastaava sairaanhoitaja



Kunnallisjärjestö ry

HYVINVOIVA HENKILÖSTÖ TURVAA PALVELUIDEN LAADUN. HOITOA ON SAATAVA AINA TARVITTAESSA.  
HUOLEHDITTAAN HYVINVOINNISTA KOKONAISUUTENA.  
PALVELUIDEN ON VASTATTAVA IHMISTEN TARPEISIIN KAIKISSA ELÄMÄNVAIHEISSA.

Keskusta

Valitse osaava  
päättävä  
huolehtimaan  
Sinun sote-  
palvelujesi  
järjestämisestä

**MARTTI TALJA**  
Professori,  
erikoislääkäri

**172**

**217**

Aluevaalit 23.1.2022  
Ennakkovaikastus 12. - 18.1.2022

**Kari Lempinen**  
SOTE kokemus

SDP Hyvinvoinnin  
Rakentaja  
www.karilempinen.fi

**Sirkka-Liisa  
Papinaho**

Erikois-  
sairaanhoitaja  
ja terveydenhoitaja

**160**

Sydämellä ja  
ammattitaidolla

Keskusta

**Markku Yli-Kaitala**  
Kokoomus

*Sinulle:*

Hyvät ja laadukkaat palvelut.  
Rahat ja henkilöstö palveluihin, ei hallintoon.  
Myös yksityiset ja järjestöt mukaan palveluja  
tuottamaan. Tarjolla kokemusta ja osaamista  
aluevaltuustoon.

**478** Äänestä  
minua!

markku@yli-kaitala.com  
puh. 050 386 3737

ylkaitalamarkku

Maksaja: Markku Yli-Kaitala

Kellohuolto ja -korjaamo  
**KELLO-HARA**

Kyntömiehentie 18, Orimattila  
(Peltolan alue)

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

Reipas palvelu,  
tarvittaessa nouto ja palautus.  
Takuutyö.

**ENNUSTAJIA**

Varma näkijä  
**0700 51040**  
Ei niin pientä tai suurta  
asiaa, etten voisi auttaa!  
1,98 €/min.+pvm, roy, PL 52, Tre

Aito ★ Varma ★ Näkijä ★  
**Jenny**  
**0700-51014**  
Myös luotettavat rakkaustulkinnat  
2,59€/min+pvm

Selvänäkijä  
**Stiina Sahari**  
**0700-9-3009**  
2,95€/min.+pvm, pl50 hki25

Lappilainen näkijä, parantaja  
**liris**  
jo kolmannessa polvessa  
**0700-512411**  
"Myös ihmissuhdekriisit!"  
2,59€/min+pvm, roy, PL 52, Tre

**PEKKA  
KOMU** 203

YHTEISTYÖSSÄ. ASIALINJALLA.

Aluevaltuustossa helpottaisin hoitoon pääsyä,  
turvaisin ikäihmisten palveluita, lisäksi nuorten  
mielenterveysapua ja panostaisin päihdeongelmien  
ratkaisemiseen.

**WWW.PEKKAKOMU.FI**

Seuraava Lahden Seudun  
Uutiset ilmestyy viikolla 6.





Elämää aloitettiin raunioilta Kivennavan Lipolan kylässä kesällä 1942. Kuva: Veikko Hintikka, SA.

# Kirkkoja kohtasi tuho Kannaksella

Kivennapa, Kirvu ja Äyräpää kokivat kovia

**PALUUMUUTTO.** Talvisodan syttyessä 30. marraskuuta 1939 Kivennavan rakennuksia ei haluttu jättää vihollisen majapaikoiksi, joten Suomen suojakoukut sytyttivät teiden varsien rakennuksia tuleen. Vuosina 1808-1809 rakennettu kirkko poltettiin myös. Palamatta jäivät hautauskappeli, pappilan sauna ja pappila. Kirkkoherranvirasto evakuoitiin Hauholle.

Jatkosodan alussa 1941 Kivennavan alue vallattiin takaisin. Samana syksynä paikkakunnalle päästettiin työryhmiä syyskuntoihin. Martta-järjestön osasto siivosi rakennuksia ja keräsi pelloilta venäläisten kasvataman kaalisadon. Martat järjestivät pitäjään palaaville yöpymispaikkoja ja ruokailuja.

**Siviiliväestön paluun** jälkeen jumalanpalveluksia pidettiin Kivennavan taloissa. Rippikoulu järjestettiin kunnalliskodin kellarissa. Aluksi ihmiset majoittuivat maakorsuihin, parakkeihin ja teltoihin. Syksyllä 1941 suomalaiset sotilaat rakensivat asuintaloja palaaville. Samalla he rakensivat terveystalon kirkonkylään.

Kivennavan kunnantalo rakennettiin kirkonkylään Raivolaa johtavan tien varteen. Kannaksen osuusliike jälleenrakensi viisi kauppa Kivennavalle. Lääkkeitä sai kirjakaupasta Raivolaa entisen apteekkarin lähettämällä, ilman lääkärin määräystä. Muutama kansakoulu aloitti toimintansa ja posti toimi

kirkonkylässä. Kesällä 1943 kenraali Aaro Pajarin divisioonan joukot rakensivat tiloilla uuden kirkon Kivennavalle pappilan raunioille

**Kirvun kirkko** oli rakennettu vuonna 1876. Talvisodan aselepo alkoi 13. maaliskuuta 1940. Sen jälkeen alkoi paikkakunnan evakuointi. Kaksi perhettä halusi jäädä kotiin, eivätkä lähteneet evakokoon. Kirvulaisten palatessa takaisin vuonna 1941, kumpakaan perhettä ei tavattu, eikä heidän kohtalostaan ole tietoa.

Evakuoituna kirkkoherran virasto toimi Hämeenkyrön pappilan väentuvassa. Kirvun takaisinvaltauksen jälkeen kunnan johto palasi 20. elokuuta 1941 tarkastelemaan tilannetta kunnassa. Puolet kunnan asukkaista enäänti palata syksyllä takaisin. Kunnanvirasto aloitti myös toimintansa.

**Puhdistusryhmä pesi** ja desinfioi kaikki talot. Neuvostoliiton väki oli vienyt lähtiessään taloista uunit, ikkunat, saranat ja lukot. Kirkkoa oli pidetty viljavarastona. Toinen kirkonkello oli särkynyt pudotettaessa, mutta toinen oli ehjänä tornissa. Kirkko sisutettiin uudelleen. Särjettyjen urkujen tilalle uudet tilattiin Kangasalan urkutehtaalta. Pappilat ja kanttorila kunnostettiin vuoden 1942 alkupuolella.

Äyräpään seurakunta aloitti itsenäisenä vuoden alusta 1926, joten sen kaikki rakennukset olivat uusia talvisodan syttyessä. Pal-

jon huomiota muodollaan herättänyt kirkko valmistui keväällä 1934. Pappila ja hautauskappeli olivat valmistuneet vuonna 1928.

**Talvisodassa** yhdestätoista kansakoulusta vain yksi säilyi, ja sekin pahasti vaurioituneena. Kirkollisista rakennuksista eivät jääneet kuin kivijalat. Väli rauhan aikana Äyräpää oli Neuvostoliiton hallussa. Kirkkoherran virasto toimi Salon kauppalassa, liiketalon kolmannessa kerroksessa.

Äyräpään takaisinvaltauksen jälkeen syksyllä 1941, paluuasuminen ja jälleenrakentaminen aloitettiin tilapäisasumuksissa. Pappilan rakentaminen alkoi vuonna 1943 ja se valmistui keväällä 1944. Rakennus oli varsin ajanmukainen, koska se varustettiin keskuslämmityksellä ja vesijohdolla.

**Toisen evakuoinnin** jälkeen 1944 osa Kivennavan asukkaista asutettiin Hollolaan. Kirvusta asettui noin 800 henkilöä Kärkölään. Äyräpään asukkaat sijoitettiin pääosin Hollolaan, Koski Hl:ään, Kärkölään, Lammille ja Nastolaan. Siirtoseurakunnista on koottu tuore kirja. Kirjan on toimittanut Karjalan Liiton puheenjohtaja, filosofian ja hallintotieteen maisteri Outi Örn.

*Outi Örn, toim: Selostuksia eräiden siirtoseurakuntien kohtaloista ja sotatapaturmista 1939-1949, Karjalan Liitto 2021.*

Lasse Koskinen



Vaalikoneet on humpuukia



Antti Kuusinen  
Sirpaletyöläinen

Kokemusta päätöksentekoon!

Jarmo "Jape" TALVITIE

- markkinointipäällikkö  
- Hollolan kunnanvaltuutettu

307



vasemmisto



## Paavolan kampuksen uudiskohteet ovat valmistuneet

Paavolan kampuksen uudet valmistuneet tilat ovat Lahden lukio Gaudian opetustiloja, liikuntahalli pukeutumis- ja oheistiloineen sekä kaksi keittiö- ja ruokalakokonaisuutta. Tilat sijaitsevat osoitteissa Terijoenkatu 3 ja 7. Seuraavana maaliskuun kuluessa valmistuvat kampuksen peruskorjatut, entisen muotoiluinstituutin tilat.

Nyt valmistuneita uusia tiloja käyttävät Lahden lukio Gaudian lisäksi Tiirismaan peruskoulu ja Wellamo-opisto. Lisäksi valmistuneet liikuntatilat tulevat myös seurojen ja kuntalaisten käyttöön.

Toiminta uudiskohteissa alkaa kevään 2022 aikana vaiheittain. Lahden lukio Gaudia aloittaa toimintansa uusissa tiloissa elokuussa 2022.

- Kevään ylioppilaskirjoitukset järjestetään kuitenkin jo uusissa tiloissa, toteaa Lahden lukio Gaudian rehtori **Jyrki Rosti** tyytyväisenä.

- Ylioppilaskirjoituksiin on käytettävissä uudisrakennuksen 3. kerroksen lähes 1000 neliön tila sekä noin puolet 2.kerroksen tiloista, jotka siirtoseinän on muunneltavissa ja jaettavissa erillaisiksi luokkatiloiksi, jatkaa lukiojohtaja **Heikki Turusen**. Turunen toimii myös Paavolan kampuksen käyttäjärühmän puheenjohtajana.

**Kampuksesta eri-ikäisten oppijoiden koulu- ja kulttuurikortteli**

Turusen mukaan liikuteltavat seinät ja sisustus mahdollistavat tilojen monikäyttöisyyden ja jakamisen isoihin ja pieniin opetustiloihin. Terijoenkatu 7:n auditoriossa katsomo on kasattavissa tilan takaseinälle, mikä mahdollistaa ison lattiatilan tai pienimuotoista esitystilaa.

- Uuteen lukiorakennukseen valmistuu Art House, jossa on kuvataiteen ja käsityön opetustiloja Gaudian, Tiirismaan peruskoulun, Wellamo-opiston ja Taikan käyttöön. Yhteiskäyttöön tulevat myös modernit musiikin opetustilat. Musiikkitalat tarjoavat mahdollisuuden monipuoliseen musiikinharjoittamiseen, muun muassa bänditiloja. Lisäksi nykykäiset laboratoriotilat on ra-



kennettu vastaamaan IB-linjan vaatimustasoa.

Hankkeen projektipäällikkö **Simo Lahtela** Lahden Tilakeskuksesta kertoo, että kampuksen liikuntahalli otetaan käyttöön jo helmikuussa. Tilat ovat myös seurojen varattavissa. Liikuntahallin täysikokoinen noin 1000 m<sup>2</sup>:n pelikenttä on jaettavissa pienempiin osiin ja salin saumaton massalattia mahdollistaa monipuolisen liikunnan ja urheilun harrastamisen.

**Paavolan kampus rakentuu yhteistyössä**

Vuodenvaihteessa Skanska on luovuttanut uudistilat kiinteistön omistajalle Hemsölle ja Hemsö edelleen Lahden kaupungin käyttöön.

- Kampusrakentamisen hankkeessa yhdistyvät monipuolinen uudisrakentaminen sekä vielä loppusuoralla oleva peruskorjauskohde eli entisen muotoiluinstituutin tilat. Luovutamme tuleville käyttäjille energiatehokkaat ja terveelliset tilat. Skanskan työ kampuksella jatkuu vielä muutaman kuukauden peruskorjauksen osan viimeistelyllä. Lisäksi pihatyöt valmistuvat toukokuun loppuun mennessä, kertoo työpäällikkö **Aimo Paavola** Skanskasta.

- Paavolaan on syntymässä elävä ja monikäyttöinen kampus, joka muovautuu ajassa. Meidän vastuullamme on viedä pitkälle suunniteltu kokonaisuus maaliin ja kehittää aluetta yhdessä Lahden kaupungin kanssa niin, että se palvelee käyttäjiään kaus tulevaisuuteen.

Nyt on saavutettu tärkeä välietappi, ja matka jatkuu toteaa Hemsön maajohtaja **Jarkko Leinonen**.

Yhteiskuntakiinteistöihin erikoistunut Hemsö omistaa Paavolan kampuksen rakennukset ja vastaa kampus-hankkeen rakennuttamisesta. Lahden kaupunki on tilojen vuokralaisena 20 vuoden vuokrasopimuksilla.

**Paavolan kampushanke**

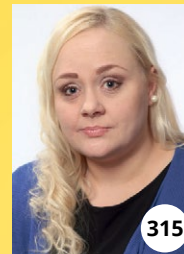
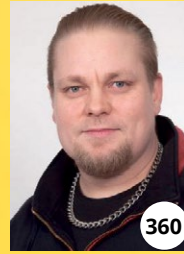
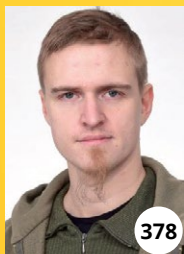
Paavolan kampus on suurin hanke Lahden Tilakeskuksen historiassa, ja se toteutetaan vaiheittain vuosina 2020-2023. Ensimmäisenä osaksi kampusta valmistui Humpulan päiväkotit syksyllä 2020.

- Työt kampuksella etenevät suunnitellun aikataulun mukaan. Seuraavaksi alkaa uudisosien kalustaminen ja rakentaminen puolestaan jatkuu Terijoenkatu 7:n peruskorjattavissa tiloissa, toteaa projektipäällikkö **Simo Lahtela**. Seuraavaksi käynnistyviä hankkeita ovat Kirkkokatu 16:n perusrannus sekä Terijoenkatu 2:n (ent. Kannaksenkatu 20) toiminnallisten muutosten 2. vaihe. Kampus on kokonaisuudessaan valmis vuoden 2023 syksyllä.

Paavolan kampuksen tilat on suunniteltu ja toteutettu joustaviksi ja osallistavia opetusmetodeja tukeviksi. Kampus yhdistää eri-ikäisiä oppijoita lapsista aikuisopiskelijoihin. Käyttäjänä kampuksella tulee olemaan noin 2500 lasta ja nuorta.

Lähde: lahti.fi



**Elomaa Ville-Veikko**  
Yrittäjä, kirurgi**Granlund Jarkko**  
Varastomies**Granlund Matias**  
Opiskelija**Granlund Saija**  
Sairaanhoidtaja AMK,  
Sote ry luottamusmies**Halme Vesa**  
Eläkeläinen,  
kevytyrittäjä**Hartikainen Mervi**  
Lähihoitaja**Haverinen Sirpa**  
Kokki**Kaasinen Hannu**  
Yrittäjä**Kivi Sami**  
Leipuri, SMU  
luottamusmies**Koivusaari Kaj Kristian**  
Laitospäällikkö**Korhonen Paula**  
Eläkeläinen**Koskinen Lasse**  
Kouluttaja, toimittaja**Krekula Tero**  
Liikenneopettaja**Lammi Arja-Leena**  
MKT, eläkeläinen**Lehto Rami**  
Kansanedustaja**Mäkelä Martti**  
Restonomi, yrittäjä**Nieminen Mira**  
Rikoskomisario, HTM**Niskanen Marko**  
ICT-ympäristövastaava,  
pilviarkkitehti**Nurminen Veikko**  
Eläkeläinen**Nygren Ismo**  
Projektipäällikkö,  
insinööri**Pietiläinen Jukka**  
Sähköasentaja,  
insinööriopiskelija**Päivä Matias**  
Opiskelija,  
järjestöaktiivi**Ratia Jorma**  
Varatuomari**Ruuth Jukka**  
Merkonomi, eläkeläinen**Saarenpää Jorma**  
Yrittäjä**Salminen Vesa**  
Kiviesmieksi,  
kevytyrittäjä**Saloranta Tuija**  
Fysioterapeutti,  
varatuomari**Savolainen Antti**  
Ylioppilas**Sorsa Tuomas**  
Kehityspäällikkö,  
diplomi-insinööri**Suontama Sami**  
Liikennelentäjä**Tuomi Maarit**  
Eduskunta-avustaja**Valonen Jenny**  
Opiskelija**Vanhanen Jari**  
Opettaja**Veijalainen Jari**  
Kiviesmieksi**Viljamaa Juha**  
Hallitusammattilainen,  
yli-insinööri**Virtanen Mikko**  
Tuotannon tekninen tuki**Lahden Perussuomalaiset ry.  Katso ehdokkaat: [vaalit.perussuomalaiset.fi](http://vaalit.perussuomalaiset.fi)**


**Pidetään toisista huolta**

**KARI HYYTIÄ**  
193

[karihyytia.eu](http://karihyytia.eu)

**Mainosta sinäkin tässä!**  
[www.lahdenseudunuutiset.fi](http://www.lahdenseudunuutiset.fi)

### Runonurkka

Tee yksi ihminen onnelliseksi  
joka päivä – vaikkapa vain itsesi.

-Tony Pettito

## Aluevaalit huipentuvat – kannattaako äänestää?

Kyllä kannattaa! Nyt sunnuntaina 23. tammikuuta kaikki vaaliuurnille. Vain siten voimme vaikuttaa kotiseutumme Päijät-Hämeen hyvinvoinnin parantamiseen. Me äänestäjät olemme kuntien omistajia. Antakaamme siis äänemme kuulua!

Kuulee sanottavan, että mikään ei muutu, äänestää ketä tahansa. Näin ei missään tapauksessa ole. Esimerkiksi Päijät-Hämeen kymmenen kunnan 516 ehdokasta edustavat lähes kahtakymmentä eri valitsijayhdistystä, joilla kaikilla on toisistaan poikkeavia tavoitteita hyvinvointialueen asioiden hoitoon. Mikäli jokin tavoite saa riittävästi kannatusta, se myös toteutuu. Sama koskee yksittäisten ehdokkaiden ajamia asioita.

Äänestäjät ovat veromaksajina hyvinvointialueen suurin rahoittaja. Siksi veronmaksajilla on valta ja oikeus määrätä, miten alueella toimitaan. Tämä tapahtuu kuitenkin ainoastaan valtuutettujen välityksellä, joita valitaan alueen väkiluvun mukaan, esim. Päijät-Hämeessä 69. Sen vuoksi äänestäminen on erittäin tärkeää äänestäjän valtaoikeuden toteuttajana.

Rahoituksesta vastaa valtio. Kun sote siirtyy kunnilta hyvinvointialueille, se merkitsee veronmaksajalle

korotusta valtionveroon. Vastaavasti kaikkien kuntien veroprosenttia alennetaan 12,39 prosenttiyksikköä. Sote-menot ovat olleet noin 60 prosenttia kuntien menoista.

Valtion rahoitus on yleiskatteellinen tuloerä, jota ei ole korvamerkitty mihinkään, vaan rahoitusta saava hyvinvointialue päättää itse sen tarkoituksenmukaisesta käytöstä. Tässä tulee jälleen esiin äänestämisen tärkeä merkitys. Aluevaltuustoihin on saatava asiantuntemusta ja järkevyyttä jaettaessa valtion rahoja, jotka itse asiassa ovat omia.

Äänestäminen merkitsee äänestäjälle vastuuta kotialueensa kohtaan ja välittämistä muistakin kuin itsestään sekä hienoa tunnetta siitä, että jotain arvokasta on tullut tehtyä. Äänestäjä on osa päätöksentekoa, joten hänellä on oikeus myös arvosteluun. Sen sijaan äänestämättä jättäjän ei ole reilua ruotia asioita, joihin ei ole yrittänyt vaikuttaa.

Selväksi on käynyt, että äänestäminen kannattaa aina. Se on ainoa tapa vaikuttaa parempaan palveluun. Annetaan siis ääni Päijät-Hämeen parhaaksi.

*Erkki Nieminen  
kaupunginvaltuutettu, sdp  
rak.mest., sosiologi, tohtori*



**Erkki Nieminen 232**

**KOKEMUSTA  
SOTEVALTUUSTOON!**Antti Holopainen,  
ylilääkäri, eläkeläinen  
Lahti, Päijät-Häme**269**[anttiholopainen.com](http://anttiholopainen.com)



## Keilailu-uutisia



## Ahokas nappasi Keila-Veikkojen talvikisan voiton

Sunnuntaina 9.1. Lahden Keilahallissa pelattiin Keila-Veikkojen talvikisan finaali. Loppukilpailuun selviytyi yhteensä 21 keilaajaa ja siinä keilattiin 7 sarjaa amerikkalaisittain.

Kärkipaikka vaihtui kilpailun aikana moneen kertaan, mutta loppujen lopuksi Bayn Jesse Ahokas nappasi voiton vain 3 pisteellä ennen saman

seuran Santtu Tahvanaista (1687-1684). Kolmanneksi sijoittui myös Bayn edustaja Hannu Jääskeläinen, jääden Tahvanaisesta 15 pistettä (1669). Ahokas heitti myös loppukilpailussa täydellinen 300 pisteen sarjan, joka oli jo hänen 18.

Teksti ja kuvat:  
Niina Leskinen



## Brunswick Ballmaster Open 2022 voitto Italiaan

52. Ballmaster Open 2022 -turnaus pelattiin Helsingin Talissa 6.-16.1.2022. Italian Nicola Pongolini vei voiton ennen Ruotsin Pontus Anderssonia. Pongolini teki myös historiaa, sillä hän on ensimmäinen italialainen Ballmaster Openin voittaja.

Suomen Tomas Käyhkö ja Sanna Oksanen sijoittuivat Andersonin jälkeen kolmanneksi ja neljänneksi.

Teksti: Niina Leskinen  
Kuva: Suomen Keilailuliitto

## NIINAN NIKSIT

Niina Ojansivu  
Keittiöpäällikkö



## Runebergin torttu

Parin viikon päästä vietetään Runebergin päivää ja jo nyt voi tehdä torttuja ja nauttia niistä. Tämä leivonnainen on syytä kostuttaa hyvin, sillä silloin maut tulevat kunnolla esiin. Jos et halua kostutuksessa käyttää alkoholia, niin voit korvata sen vaikka jollain mehulla. Itselläni sattuu olemaan tähän tarkoitukseen olevat vuoat, mutta voit hyvin käyttää myös muffinsvuokia.

### Runebergin torttu

n. 6 kpl  
100g margariinia  
½ dl sokeria  
½ dl fariinisokeria  
1 kananmuna  
1½ dl vehnäjauhoja  
¾ dl mantelijauhoa  
½ dl keksin muruja  
1 tl leivinjauhetta  
½ tl kardemummaa  
¾ dl kermaa

### Tortun keskelle:

1/3 dl paistonkestävää vadelmamarmeladia

### Kostutukseen:

2 rkl kuumaa vettä  
1 rkl sokeria  
2 rkl rommia

1. Vatkaa margariini ja sokerit vaahdoksi. Lisää kananmuna samalla vatkatien.

2. Yhdistä kuivat ainekset. Sekoita ne taikinaan kerman kanssa vuorotellen.  
3. Annostele reilu puolet taikinasta voideltuihin ja korppujauhottuihin Runebergin torttuvuokiin. Laita 1/2 tl vadelmamarmeladia pienellä lusikalla keskelle taikinaa. Lisää loppu taikina päälle.  
4. Paista uunin keskiosassa 175 asteessa n. 20 min tai kunnes kypsä.  
5. Jäähdytä hetken aikaa.  
6. Sekoita kuumaan veteen sokeri. Lisää likööri. Sekoita ja maista. Kostuta tortut. Anna maustua mielellään useita tunteja tai seuraavaan päivään.  
7. Ota tortut pois vuoista. Laita vielä hiukan vadelmamarmeladia keskelle torttua. Sekoita tomosokeri ja vesi. Pursota se renkaaksi hillosilmän ympärille.



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](mailto:niina@jns-mediajakelut.com)

**PARTURI-KAMPAAMO  
LEILA SALONEN**

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

**Sim**  
SENSITIVE

Puh. 03-7531 511  
GSM 0400-493 048

**PERHEKIRPPIS  
LANTILA**

Talvi on parhaimmillaan ja silloin on myös hyvä aika kierrättää. Tee se kanssamme ja varaa oma myyntipöytäsi.

Ahtialantie 37, 15170 Lahti  
[www.lantila.fi](http://www.lantila.fi)

**Ostamme autosi, vaunut, asuntoautot, kaikenkuntoiset käy, myös katsastamattomat.**

**puh. 045 237 8562**

Sinulla on kamera, jolla voi puhua!  
**Meillä voit teettää kuvat!**  
Digikuvat jopa odottaessa

**KUVAMESTARI**

Lahti Trio, Aleksanterink. 18  
ma-pe 9-18 la 9-16

Hollola, Kesikankaantie 1  
ma-pe 10-17

**KUNTOHOITAJA  
TIMO MAARANEN**

Apua lonkka-, iskias-, selkä- ja olkapääkipuihin yms.

**Puh. 041 440 8092**  
**Lahdenkatu 29 C, [www.kuntonetti.org](http://www.kuntonetti.org)**

**Myös lahjakortit!**

**KOVA KYSYNTÄ!  
OMAKOTITALOT, MAATILAN  
PIHAPIIRIT.** Sopivasta kauppa heti. Luotettavaa välitystä yli 30v.

**Tuomontupa Oy**  
Vihdintie 4, 00350 Helsinki  
p.09- 2418498. [www.tuomontupa.fi](http://www.tuomontupa.fi)

## Lahdessa tutustutaan Aallon muotoiluun

Arkkitehtuurin ja muotoilun päiviä vietetään Suomessa 3.-6. helmikuuta 2022. Ohjelmassa on lähes 30 tapahtumaa eri puolilla maata ja verkossa. Tapahtumia on myös kouluissa. Alvar Aallon syntymäpäivänä 3. helmikuuta hänen tuotantoonsa pääsee tutustumaan muun muassa Lahdessa, Kouvolasissa, Helsingissä, Jyväskylässä ja Paimiossa sekä Viipurissa. Lahdessa järjestetään kestävä kehityksen arkkitehtuurin kiertokävely, jonka varrella tutustutaan Eliel Saarisen rakennussuunnitteluun, tutustutaan kaupunkimuotoiluun näyttelyssä sekä

kerrotaan lasten ja nuorten osallistumisesta suunnitelmiin. Koulujen osallistumista tapahtumaan tukevat tehtävä- ja materiaali-paketit. Ne tarjoavat opettajille arkkitehtuurin- ja muotoilukasvatuksen perusteita opetusvälineiksi.

Kaikkialla Suomesta voi osallistua useisiin verkkotapahtumiin, joissa voi olla mukana esimerkiksi opastetulla kierroksella Arkkitehtuurimuseoon, kuulla kierrätyksestä ja keskustella kestävästä suunnitteluratkaisuista.

Lisää aiheesta:  
[www.arkmuoto.fi](http://www.arkmuoto.fi)



# Lahti oli Suomen huonekalupääkaupunki

Talouselämä lopetti keskisuuria vientiyrityksiä



Filosofian maisteri Päivi Repo kirjoitti Päijät-Hämeen huonekaluteollisuuden tarinan.

**KALUSTEVIENTI.** Suomen huonekaluviennille sysäyksen antoi kaupan vapautuminen vuonna 1957. Ulkomaankauppaliittoon perustettiin toukokuussa 1958 vientijaosto kokoamaan Suomen huonekaluviennin. Se perustajina oli tunnettuja suomalaisia huonekaluvalmistajia. Lahden alueelta mukana olivat muun muassa Asko, Häkli, Salpausselän Huonekalutehdas, Sopenkorpi sekä hieman myöhemmin Lepokalusto.

Suomen huonekaluviejät perustivat myös oman yhdistyksensä, Suomen Huonekaluviejät ry:n, jossa 1980-luvulle tultaessa oli jo yli 70 jäsenyrittästä. Sillä oli pari huonetta vuokrattuna toimipaikaksi ulkomaan-

kauppaliiton toimitiloista. Yhdistyksellä oli oma henkilöstö ja se toimi omalla rahoituksella.

**Keväällä 1958** Häkli avasi huonekalujen vähittäismyymälän Hampurissa. Asko puolestaan avasi ensimmäisen Länsi-Saksan myymälänsä Düsseldorfissa samana vuonna. Sen jälkeen se avasi myymälät Frankfurtissa, Kölnissä ja Hampurissa. Isku perusti tytäryhtiön Isku Möbler AB:n Ruotsiin vuonna 1965. Askon tytäryhtiö aloitti siellä seuraavana vuonna. Vauhtia viennille antoi Suomen markan devalvointi vuonna 1967.

Laatokan Karjalan Pitkärannassa yrittäjäperheessä kasvanut, lahtelainen kaup-



Kauppatieteen maisteri, toimitusjohtaja Ahti Keronen käynnisti Lahden alueen keskisuurten huonekalutehtaiden vientiä.

patieteen maisteri Ahti Keronen perusti Polardesign Oy -vientiyrityksen vuonna 1967. Hän keräsi puolenkymmentä lahtelaista huonekalutehdasta edustukseensa. Niiden valikoimasta hän poimi ne kalusteet, joiden uskoji menestyvän vientimarkkinoilla. Päämarkkina-alueena oli Yhdysvallat, koska Keronen oli Boston-stipendin turvin opiskellut Yhdysvalloissa ja tutustunut siellä mahdollisuuksiin. Ahti Keronen toimi myös Suomen Huonekaluviejät - yhdistyksen asiantuntijana.

**Ahti Keronen muistelee** esimerkiksi Salpakankaalla toimintua Kalusto-Kolmiota, jonka tuotannosta yli 70 prosenttia meni lähinnä Yhdysvaltoihin. Lahden Launeella toiminut Kalustekiila myi yli 80 prosenttia vientiin. Peem-yhtiön valmistuksesta noin puolet meni vientiin. Tärkein esittelypaikka kalusteille oli Kööpenhaminan huonekalumessut. Toiset merkittävät messut olivat Länsi-Saksan Kölnissä. Pariisissa ja Milanossa järjestettiin myös omat alan messunsa.

- Japanin viennissä on-

nistuimme niin hyvin, että innostuin jopa perustamaan oman toimiston Tokioon. Siellä piti myydä luksustuotteita. Minulla kävi onnenpotku, että törmäsin mieheen, joka tunsu Japanin markkinoita.

**Keronen naurahtaa**, kuinka hänen kumppaninsa opetti japanilaista liike-elämän tapakulttuuria. Sikäläisen pankinjohtajan puheilta piti poistua takaperin kumarrellen. Pieni lahja piti aina olla mukana.

Sitten tuli 1990-luvun lama, joka hävitti huonekalutehtaita Suomesta. Lahti oli ehdoton ykkönen huonekalukaupunkina, mutta laman tuoksinassa se menetti otettaan paljolti Pohjanmaalle. Sieltä kauppiat alkoivat vallata Suomen markkinoita kuorma-autosta myyden eri paikoissa. Ennen pitkää Pohjanmaan tehtaita laajennettiin ja huonekaluliikkeet kävivät siellä ostoksilla.

- Laman myötä meiltä Lahdesta katosivat tunnetuista keskisuurista huonekalutehtaista muun muassa Peem, Sopenkorpi ja Vakiopuu, ja monta muuta. Se oli jonkinlainen katastrofi, että ne kuolivat kukin eri syistä.

**Lahteen suunniteltiin** huonekalumuseota. Tätä varten perustettiin Huonekalusäätiö. Sen kokoelma on taltiointuna Lahden museoon. Säätiön tuottamana valmistui filosofian maisteri Päivi Revon kirjoittama kirja Päijät-Hämeen huonekaluteollisuuden vaiheista. Kirjaa varten hän haastatteli 27:ää alan asiantuntijaa. Ahti Keronen on yksi heistä.

*Päivi Repo: Päijät-Hämeen huonekalun tarina -tekijöitten kertomana, Huonekalusäätiö sr 2021.*

Lasse Koskinen

## Kirje Painonpudottajalle, Onnistunut painonpudotus

Hei tiesitkö, että vaaka ja vaa'an lukema ei merkitse kaikkea painonpudotuksen aikana? Ajatellaan muutokset ainoastaan hyvinä asioina. Sen voi huomata monin eri tavoin. Kuten vaatteet eivät kiristä ja purista, olotila paranee pikkuhiljaa. Saamaton olo onkin poissa ja tilalle on tullut energiaa. Syömiskäyttäytyminen on muuttunut myös. Hallitset määrät ja laadun varmemmin. Herkutkin ovat selvästi vähentyneet, otat silloin kun sinulle taitetaan eikä osta itse joka kaupparesseilla. Nauti ja arvosta muutoksia, jotka itse sait aikaa.

Painonpudotus on kuin paksu romaani. Siinä on jännitystä, romantiikkaa, suru ja iloa. Sitä ei malta jättää kesken, vaan loppuun on halu päästä. Melkoinen paketti tapahtumia, jota voisi helposti verrata 10 kg pudotukseen. Siinäkin on useita jaksoja. Alku on hyvää alamäkeä ja kaikki tuntuu helpolta. Alkumenestyksen huumassa unohtuu usein tark-

kailu ja vauhti tasaantuu. Tulee jopa plussaviikkoja. Loppuuko usko tähän? Ei! Tämä on painonpudottajan arkea. Vanhat tavat yrittävät hiipiä takaisin arkeesi ja elämäsi. Uudet tavat tarvitsevat aikaa vakiintua ja tulla tavaksi sinulle. Vähitellen vanhat tavat nujerretaan ja uudet tavat vievät kohti pysyvää painonhallintaa.

Nyt, kun on löytynyt oikea suunta ja asenne, niin olet onnistunut. Ennen ajatus oli että, luovuttajat eivät koskaan ole voittajia. Olet luovuttanut jo tarpeeksi monta kertaa. Nyt aiot vihdoin olla se voittaja.

Niinpä, romaanissa oli onnellinen loppu ja niin on painonpudottajallakin.

Onnea vuosi 2022!  
Painonpudottajat,  
Eija Mäkelä



**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

## PALVELUHAKEMISTO

### TILATAKSEJA

#### TILATAKSI 1+8 Esa Oinonen

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

Hollola 044 239 9961  
Järvelä 044 977 8748  
www.karkolantilataksi.fi

SOITA JA KYSY  
TARJOUSTA  
TILAUS-  
AJOISTAMME!

### KALUSTETTUJA ASUNTOJA

#### Kalustettu asunto remontin ajaksi

Tarvitsetko täysin kalustettua asuntoa esimerkiksi remontin ajaksi?

Edullinen ja luotettava vaihtoehto.

Forenom Oy / 040 4555 585

### OMPELUKONEMYYNTI JA -HUOLLOT

#### LAATUKONEET EDULLISESTI MYynti - HUOLTO - KORJAUS KAIKKI MERKIT



#### TORIN OMPELUKONE

www.torinompelukone.fi - p. 0400 769 632  
Rauhankatu 18, Lahti  
Av. ma, ti, to, pe 10-17, ke 9-18

### TILITOIMISTOJA

#### TILITOIMISTO SALEJÄRVI KY

Puotikatu 7,  
15700 Lahti

050 599 3283

www.salejarvi.fi

### KASAUSMIES.FI

PUH: 041 3133 190 -hoitaa sen  
tilaukset@kasausmies.fi

Kuka hoitaa huonekalujen,  
trampoliinien, grillien ym.  
kuljetuksen ja kasauksen?

Myös liukuovikomero!



# LISÄVALOJA SYYS- TALVEN PIMEYTEEN!

Otsalampuista ajoneuvojen led-paneeliin!



## TALVEN TARPEISIIN

### Aurausviitta

25/1500 73,50€/50kpl

20/1350 66€/50kpl

### Lintujen ruokintaan

Auringonkukansiemenet

Maapähkinärouhe

Talipallot



**Meiltä myös lumikolat ja lapiot!**



**Tippavaaran**  
Maatalouspalvelu Oy

**Tervetuloa!**

Ylinen Viipurintie 4 B 2, 16900 Lammi

Puh. 0400 137361. Avoinna ma-pe 9-17

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



# Tammikuun maistuvat!

## Hyvä sikanauta-jauheliha

70%/30%, tuore, Suomi



6,50  
/kg

## Hyvät karjalanpaistilihat

kulmapaisti/kassler 50%/50%,  
tuore, Suomi



11,90  
/kg

## Maalaiskananmunat

isot XL, Suomi



3,50  
/kg

## Poron lapakäristys

Lumiporo, Suomi



34,90  
/kg



**A.O. Vuorinen Oy** Lihakauppa

Kylmäsavuporoa, nautaa ja hevosta.  
Nastolan kotijuustoa.  
Vetikon tilan laidunlihaa.

**Kauppahalli Lihaa -laatua -palvelua [www.lihavuorinen.fi](http://www.lihavuorinen.fi)**

Lahden Kauppahallista! TERVETULOAA!

**A.O. Vuorinen Oy p. 03-782 2414**



## Yksilöllistä ja luotettavaa palvelua ikäihmisille kotiin.

Kun omat voimat eivät enää riitä kotiaskareiden suorittamiseen, tarjoamme vaihtoehdon arjen keventämiseen. Meiltä saa tukea ikäihmisen arkeen, jotta omassa kodissa voisi asua mahdollisimman pitkään. Kotihoidon hinta määräytyy sovittujen palveluiden ja käytetyn tuntimäärän mukaan. Ikäihmisten ja liikunta- tai toimintakyvyltään heikentyneiden henkilöiden on mahdollista saada kotipalvelua arvonlisäverottomana. Kotihoidon palveluista on mahdollista saada kotitalousvähennystä. Sitä hyödyntämällä voi saada 40% palvelun hinnasta takaisin verotuksessa.



### MAKSUTON PALVELUNEUVONTAMME

vastaa kysymyksiin numerosta +358 40 952 1539

tai e-mail: [kotsakotihoiva@gmail.com](mailto:kotsakotihoiva@gmail.com)

luotettava suomalainen vuodesta 2009

**JAMMAA.COM**

# PAKKIKAMERAT

Tutustu valikoimaamme - osta edullisesti

## PAKETTIAUTON Peruutuskamera

Lisäjarruvalon paikalle  
ei ylimääräisiä läpivientejä

alk. 89,-



Laadukkaalla kuvakennolla  
Katso soveltuvuus autoosi  
kotisivultamme tai soita.

**Näihin malleihin:** Citroen Jumper/ Jumpy/ Berlingo/ Space Tourer, Fiat Ducato / Doblo, Ford Transit / Custom / Connect, Iveco Daily, Peugeot Boxer / Expert / Partner, MB Sprinter / Vito, Nissan NV / NV400 / Primastar, Opel Vivaro / Movano / Combo, Peugeot Boxer / Expert / Partner, Renault Traffic / Master, Toyota ProAce, VW T5 / T6 / Caddy / Crafter

**Osta Suomesta!**

**Yli 90% tuotteista heti Lahden varastosta**



alk 4,-

## Merkkikohtaiset autonavainkuoret

Kaikkiin suosituimpiin autoihin heti varastosta.  
Siirrä alkuperäisen autonavaimen elektronikka tähän ja korvaa kulunut tai rikkoutunut kuori. Useissa malleissa avainaihio mukana.

[www.jammaa.com](http://www.jammaa.com)

Viilaajankatu 5, Lahti - p. 010 396 1801