

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 (Hälvän koulua vastapäätä)
www.hierontapalvelut.net
facebook.com/vesalanhierontapalvelu

Myös
LAHJA-
KORTIT

OSTETAAN KULTAA JA HOPEAA

Kullan ja hopean hinta on ennätyskorkealla.
Ostamme alueellanne kultakoruja ja hopeaesineitä.
Meille voi myydä esim. hopeisia aterimia, koruja,
kynntilänjalkoja, mitaleita ym.
Ota yhteyttä ja sovi arviointi puh. 041 3133 599

Lapinlahdenkatu 19, Helsinki
ma-pe 10-16

NETTI KULTA
www.nettikulta.fi

KUNTOHOITAJA TIMO MAARANEN

Apua lonkka-, iskias-,
ja olkapääkipuihin yms.

Puh. 041 440 8092

Lahdenkatu 29 C, www.kuntonetti.org

Myös
Lahjakortit!

Lahden Seudun Uutiset

16/2024

Viikko 36



LAKIASIAINTOIMISTO

SARI KOLSI

Perunkirjoitukset
Perinnönjaot
Testamentit ~ Ositukset
Edunvalvontavaltakirjat

Ota yhteyttä 044 777 2797
lakiasiat@sarikolsi.fi

Vääksyntie 4 VÄÄKSY
Vapaudenkatu 8 LAHTI

www.lakiasiat.sarikolsi.fi

OSTAMME KULTAA

Lahtelainen
perheyrittys

Ti 24.9. klo 10-17
K-CITYMARKET HEINOLA
Hevossaarentie 1, Heinola

Ke 25.9. klo 10-17
HOLLOLAN TORI
Nuottikuja 2, Hollola

To 26.9. klo 10-17
K-SUPERMARKET HYPPIYRI
Vahva-Jussin lenkki 2, Lahti

Pe 27.9. klo 10-17
K-CITYMARKET LAUNE
Ajokatu 53, Lahti

Haluatko myydä isomman
tavaraerän? Teemme myös
kotikäyntejä! Soita ja kysy:
040 758 7499

Kultaa, hopeaa, vanhoja rahoja,
kelloja, militariaa ja hammaskultaa.
Ilmainen arviointi.

Maksu heti
käteen tai tilille!

AAA

luotettava
kumppani



TERVETULOA
OSTOAUTOLLE!

Asiakaspalvelu: 040 758 7499 arkisin 9-17
www.arvo-ostot.fi Suomen Arvo-Ostot Oy

SAO

ARVO-OSTOT

TEATTERIMATKALLE KOTKAAN

OHJAUS
ANNA VIITALA

ENSI-ILTA
7.9.

KOTKAN
KAUPUNGIN
TEATTERI

EDWARD ALBEEN
KUKA PELKÄÄ
VIRGINIA WOOLFIA?



KÄSKIRJOITUS
JOHN AUGUST

SUOMENNOS
PAAVO LEPPÄKOSKI

MUSIKKI JA LYRIKAT
ANDREW LIPPA

OHJAUS
MIKO JAAKKOLA

ENSI-ILTA
21.9.

ELÄMÄÄ SUUREMPI MUSIKAALI

BIG FISH
-KALAJUTTUJA

PERUSTUU DANIEL WALLACEN ROMAANIIN JA COLUMBIA MOTION PICTURESIN ELOKUVAN.
ESITYSOIKEUKSIA VALVOO NORDIC DRAMA CORNER.

KRIISISTÄ KRIISIIN SUOMIROCKREVYY RAVINTOLA KAIROSSA

HUIPPUSUOSITTU

**KRIISISTÄ
KRIISIIN**

SUOMI-
ROCK-
REVYY

RAVINTOLA KAIRO



26.9.
ALKAEN

kotkanteatteri.fi



KOTKAN
KAUPUNGIN
TEATTERI

kotkanteatteri.fi

LIPPUMYYMÄLÄ

Puh. 05 234 4199,
teatteriliput@kotka.fi

Palvelemme ti-pe klo 11-17 ja 2h ennen esitystä.
Lipunmyynti myös lippu.fi myyntipalvelussa
sekä myyntipisteissä.

PiippuMestari



Kaikkien kotisi katolla
tehtävien töiden mestari

- Katon- ja piipunkorjaustyöt
- Piipun hatut ja pellitykset
- Rännit ja kattoturvatuotteet
- Kattoremontit/pellinvaihdot
- Ulkovuoraukset

SADEHATUT
ASENNETTUNA
Päijät-Hämeessä ja
lähiympäristössä
TARJOUSHINTAAN
ALK.

Miika Niemikorpi
044 750 9441
miika@piippumestari.fi
Kivisojantie 18, Järvelä

PIIPPUMESTARI.FI



149€

Ovh. 180-250€

KYSY LISÄÄ

PÄÄKIRJOITUS

K-Plussakortti ja uskottavuus toimintaan!

Yllättävä kokemus CM-myylässä. Pyysin rinnakkaiskorttia pitkäaikaiselle K-Plussakortilleni sekä uutta korttia vanhan ja kuluneen tilalle, josta oli vaikea erottaa numeroita tai muita tietoja. Kortti oli kovassa käytössä ja sillä oli ikää. Se toimi silloin tällöin, mutta kun sitä vetäisi muutaman kerran, näyttöön ilmestyi ”toiminta hyväksytty”. Homma ei kuitenkaan mennyt ihan niin kuin olin ajatellut. Kertymää ei tullut, mutta jos kyseessä oli tarjous- tuote, hinta oli huomioitu. Plussat jäivät kuitenkin saamatta.

Koska olen pienituloisen, olin suunnitellut, että jonnain päivänä nostan plussat ja ostan oikein kunnan ruokakassin ja nautin elämästä oikein kunnolla. Palatakse- ni kortin uusimiseen: se ei onnistunut CM infopisteellä, vaan sain paperiliuskan ja kehotuksen soittaa tiettyyn numeroon. ”Me täällä emme voi

auttaa enempää”, minulle sanottiin.

Soitin annettuun numeroon, ja sieltä vastasi mieshenkilö. Kysyin, miten saan uuden Plussakortin ja rinnakkaiskortin. Tietojani etsittiin osoitteen ja nimen perusteella sekä lopuksi henkilötunnuksen avulla. Voihan hitto! Minua ei ollut olemassa koko järjestelmässä. Olin siis hinkannut Plussakorttia aivan turhaan, eikä plussia ollut kertynyt.

Syy tähän oli se, että Plussakorttini oli kulunut niin, että kaupan automaatti hyväksyi sen toiminnan, mutta tieto ei kulkenut keskuskonnttorille, jossa bonukset lasketaan. Mies kertoi, että kun kortin tiedot ovat olleet kateissa kaksi vuotta, ne poistuvat automaattisesti järjestelmästä eikä niitä löydy enää. Siinä meni pitkän ajan bonukset ja usean vuoden kertymät. Eivätkä asiakas, kassatyttö tai infopisteen henkilökun-

ta tienneet asiasta mitään.

Kun hain uutta pankki- korttia, taas tuli vaikeuksia. Kyseltiin tunnussanaa, PIN-koodia ja vaikka mitä. Lopulta sain sovittua, että minulle lähetetään kirjallinen kirjautumiskaavake, jolla voin anoa uutta korttia ja olla taas luotettava kansalainen – ainakin melkein.

Ps. Pidä huoli, että sinun korttisi on oikeutettu myös bonuksiin. Puhelinnumeroita jakaa CM-infopiste.

Raimo Jokinen päätoimittaja



Ostetaan
asuntoautoja/vaunuja.
Voi tarjota kaiken kuntoisia ja ikäisiä.
Yhteydenotot numeroon
+358 404 453 625 Risto

Varma näkijä
0700 512626

Ei niin pientä tai suurta asiaa, etten voisi auttaa!
2,59 €/min.+pvm, roy, Tre

Ostetaan
henkilöauto
Kaikki huomioidaan
Soita ja tarjoa
0400 - 172289

OSTETAAN
TRAKTOREITA

Huom!
Kaikenkuntoiset
myös muut koneet
ja laitteet

p. 040 507 6406

TALO / MÖKKI MAALTA
Ympärivuotiseen lomakäyttöön.
Sopivasta kaupasta heti.

Tuomontupa Oy
Vihdintie 4, 00350 Helsinki
p.09-2418498. www.tuomontupa.fi

Perunkirjoitukset ammattitaidolla
ja kirjanpitäjän tarkkuudella

Perunkirjoitus
Varpu Välimaa Oy

- perunkirjoitukset - testamentit
- edunvalvontavaltakirjat

Janne: 044 560 0004

janne.valimaa@perunkirjoitukset.fi

Minttu: 050 543 5782

minttu.lohisalo@perunkirjoitukset.fi

Rauhankatu 17 B, 15110 Lahti
www.perunkirjoitukset.fi

Hautausseimistö
Kukkahuone

Heikki Mäkinen
Keskuskatu 6
Hollola
p. 0407668788
kukkahuonepalvelut@gmail.com



Kellohuolto ja -korjaamo
KELLO-HARA

Kyntömiehentie 18, Orimattila
(Peltolan alue)

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

Reipas palvelu,
tarvittaessa nouto ja palautus.
Takuutyö.

Valokuvien teettäminen digikuvista on helppoa ja nopeaa

SÄHKÖISET PASSIKUVAT SUORAAN POLIISILLE Ajokorttikuvat Viisumikuvat jne.

KUVAMESTARI

Lahti Trio, Aleksanterink. 18 ma-pe 9-19 la 10-17
Hollola, Keskikankaantie 1 ma-pe 10-17

PARTURI-KAMPAAMO
LEILA SALONEN

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

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

HOLLOLAN
SEURAKUNTA

Kirkolliset ilmoitukset

Hollola

Kastetut Hilda Maarit Elisa Juutinen, Malla Adele Christina Luuri, Joah Kristian Gabriel Salmi
Avioitettiin vihityt Mikko Petteri Luuri ja Annika Heidi Anita Lamminen
Kuolleet Martti Veli Viljami Kaijomaa 86 v, Sirpa Tuulikki Salmela 84 v

Hämeenkoski

Kuolleet Ahti Juhani Kokinmäki 71 v, Helka Annikki Tuominen 87 v

Kärkölä

Kuolleet Jari Pekka Koskinen 44 v

Lahden Seudun Uutiset

Postiosoite: Mikontie 8, 16500 Herrala

Toimitusjohtaja: Niina Ojansivu
puh. 040 7632 224
niina.ojansivu@lahdenseudunuutiset.com

Päätoimittaja: Raimo Jokinen
puh. 0400 816 340
raimo.jokinen@lahdenseudunuutiset.com

toimitus@lahdenseudunuutiset.com

Laskutus
niina.ojansivu@lahdenseudunuutiset.com

Kustantaja: Ojanni Oy,
Y-tunnus: 3352639-1

Painopaikka: Lehtisepät Oy
Painos: 25 000 kpl

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

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

Harri Leskinen, ilmoitusmyyjä
harri.k.leskinen@gmail.com

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

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

Jakelutelinepaikat:
Lahti: ABC Renkomäki, S-Market Ahtiala, CM Laune, CM Paavola, S-Market Tonttila, Sokos keskusta, S-Market Mascot, S-Market Metsäkangas, S-Market Jalkaranta, S-Market, Hennala, K-Supermarket Okeroinen, S-Market Villähde, Sale Nastola, K-Market Kivistönmäki, Kauppahalli, S-Market Nastola, K-Supermarket Nastola, S-Market Kiveriö, Mytjäisten kotileipomo

(metsäkangas), Kauppakeskus Karisma, K-Supermarket Ahtiala, Lahden Matkakeskus.

Hollola: Prisma Hollola, K-Supermarket Hollola, Sale Hollola KK, Sale Kukkila, Kuvamestarit, Messilä Camping, K-Market Soramäki
Hämeenkoski: Koskikartano ja Sale Hämeenkoski.
Järvelä: Neste oil Huoltamo ja S-Market Järvelä, Fotoline
Orimattila: S-Market, K-Supermarket ja Orimattilan kehräämö.
Vääksy: S-Market Vääksy ja K-Supermarket Vääksy, Viipurilainen Kotileipomo.

Lehti ilmestyy kahden viikon välein.

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

Aineiston jätö maanantaina klo 18 mennessä
aineisto@lahdenseudunuutiset.com

ISSN 2490-1105 (painettu)

Runonurkka

Näkemiin kesä

Sanon kesälle näkemiin.
Vielä tänään se vei tunteisiin lämpimiin.
Se hivelee poskea ja suukon sille antaa.
Kaiken sen mukavan haluan mukanani kantaa.

Heitän heipat, vilkutan perään.
Ja tässä nyt ajatuksiani kerään.
Ilo ja haikeus ottavat toisistaan mittaa.
Mutta ei hätää, tiedän kumpi niistä voittaa.
Ilo on vahvin, se pulpahtaa aina pinnalle.
Kun positiivisuus on luonteessa,
ilo pyrkii aina rinnalle.
Ilon kautta saa sielu happea, eikä turhaan ala kiristää sappea.

Kesä hiljalleen hiipuu.
Illat ja yöt tummuu.
Otan syksyn avosylin vastaan.
Toivon samalla, että se kohtelee kuin lastaan.
Syyshenkäyksen tunnen jo iholla.
Siksi tervehdin syksyään ilolla.
Kuu ja tähdet kisailevat syksyisellä taivaalla.
Tarjoten yöteatteria vähällä vaivalla.
Täysikuu voi tehdä levottomaksi.
Superkuu vetää jopa sanattomaksi.
Syysmaisema asettuu välikauteen.
Ollen valmiina jälleen uuteen.

Kaivan takin ja kumpparit esiin kaapista.
Tulkoon vettä vaikka saavista.
Nostan kaulukset ylös ja painan leukaa rintaan.
Niin ei tuuli pääse sieluun asti, vaan jää vaan pintaan.

Talvikin tulee ajallaan, mutta ei hätää, tulkoon vaan.
Maisema pukeutuu hiljalleen valkeaan huppuun,
laittaen suuaukon tiukasti suppuun.

Koska kevät ja kesä tulevat takaisin.
Jos maailman kirjat eivät ole ihan sekaisin.
Niiden vuoro on, kun on aika.
Niin se vaan on, se on luonnon taika.
Ihminen haluaa, että kesä olisi aina vaan.
Mutta, sehän ei ole mahdollista ollenkaan.
Vaihtelu virkistää ja kaikista saa oppia.
Kun ottaa kaikista vuodenaajoista koppia.

Riitta Yrjänä

Verenpaine ja mittaaminen

Raimo Jokinen kirjoitti Lahden Seudun Uutisissa kansantaudista, korkeasta verenpaineesta. Lääkehoitoa siihen saa jo miljoona suomalaista. Lääkehoidon kustannukset ovat suuret, mutta hoitaminen kannattaa: vältetään vaikeampia sairastumisia, sydänkohtauksia ja aivoverenkierron häiriöitä.

Verenpainetauti johtuu suurimmaksi osaksi runsaasta suolan käytöstä. On maita, joissa suolaa ei käytetä lainkaan, ja siellä verenpainetauti ei esiinny.

Verenpaine vaihtelee

Verenpainetauti on tavallisesti yksinkertainen todeta ja hoitaa. Koska paineen mittaaminen on seurannassa keskeistä, on hyvä tietää siitä enemmän.

Normaalisti verenpaine vaihtelee, ja paljonkin. Kun terve aikuinen menee saunasta järveen uimaan, yläpaine pomppaa noin 100:sta jopa lähelle 300:aa. Sydämen syke laskee 90:stä 50-60:een. Eipä ihme, että tervettäkin ihmistä huippaa.

Kadulla kävellessä ihmisen säikähtää, kun on vähällä jäädä sähköpotkulaudan kolhimaksi, ja yläpaine voi hetkellisesti nousta yli 200:aan. Minulla ei ole verenpainetauti, mutta viime aikoina yläpaine on ollut 170-190. Syynä on pitkäkestoinen,

voimakas stressi. Rasiusten vähentyessä paine laskee normaalisti ilman lääkitystä.

Verenpaineen mittaaminen

On tärkeää mitata verenpaine rauhallisessa tilanteessa, jotta ei tehdä väärää johtopäätöksiä. Joidenkin ihmisten verenpaine nousee aina, kun lääkäri sen mittaa. Silloin puhutaan valkotakki-verenpaineesta. Lääkärit ovat ärsyttäviä?

Vakavasti: kotimittaukset ovat parhaiten luotettavia nykyisillä mittareilla. Mittarein kalibrointi eli virallinen tarkistus on yleensä kehnosti järjestetty. Oman mittarin tarkistuksessa kotikonstina voi käyttää tutun mittaria. Mittaan sillä ja omalla mittarilla peräkkäin verenpaine useampaan kertaan. Jos molemmilla mittareilla saadaan samat lukemat, ne ovat kunnossa. Tavallista on että samassa mittaustilanteessa saadaan ensin korkeat lukemat, ja uudelleen mitatessa ne ovat pienemmät. Tästä syystä kertamittaus ei ole mistään kotoisin.

Mittauskertojen välissä mansetin pitää tyhjäntä täysin, ja seuraava mittaus tehdään monen minuutin kuluttua.

Mittaamisen aikana ei pidä tehdä mitään muuta kuin rentoutua. On varottava, että ei huomaamattaan jännitä ol-

kavarren lihaksia, kun tuntee mansetin kohdalla tykytystä. Mittarin näyttämiä lukuja ei saa tarkkailla! Se aiheuttaa jännitystä, ja saa paineen nousemaan.

Tulokset muistiin

Ihanteellisesti verenpaine mitataan usein. Kuinka tiheään, se riippuu tarpeesta. Ennen verenpaineen tason varmistumista voidaan mitata vaikka päivittäin aamulla ja illalla. Lääkemuutosten jälkeen sama juttu, kunnes vaikutus on selvinnyt.

Mittaustulokset kirjataan paikkaan, joka säilyy, esimerkiksi vanhanaikaiseen kalenteriin: Päivämäärä, kellonaika ja numerot, yläpaine/alapaine.

Lääkärin vastaanottokäynnin hyöty kasvaa, kun lääkäri saa potilaalta täsmälliset tiedot. Jos potilas verenpaine-mittauksia kysyttäessä vastaa "... joo, mitähän minä mittasin... taisi olla sata-jotain..." Sellainen tieto saa lääkärin verenpaineen nousemaan. Vastaanoton pääasia on kuitenkin potilas.

Myös ajantasainen lääkelista on aina hyvä pitää mukana. Lääkityksen muistamisesta on Lahden Seudun Uutisissa kerrottu, ja dosetin käyttöä korostettu.

Teksti Jyrki Joensuu



Muista äitiä!

ATERIAT KOTIIN

OTA YHTEYTTÄ
p. 03 872 5133

PALVELUMME SISÄLTÖ:

- pääruoka (valittavana 2 eri vaihtoehtoa/pv)
- salaatti
- jälkiruoka
- ruokajuoma (maito, piimä tai mehu)

Ateriateriä toimitetaan arkisin ma-pe klo 9.30 – 13.00

14,30 €/ateria
Lisäateria 13,30 €/ateria

Harjulan palvelut
Harjulankatu 7, Lahti



LAHDEN XXVII KALAMARKKINAT
20.-22.9.2024
VESIJÄRVEN MATKUSTAJASATAMASSA

Ohjelmaa, nähtävää, koettavaa, laaja tuotevalikoima

Tuoretta kalaa Kalatuotteita Ruoka-annoksia Käsitöitä Rantaongintaa Poniajelua, ym.


Avoinna

Perjantai 20.9. klo 11-18
Lauantai 21.9. klo 9-18
Sunnuntai 22.9. klo 10-16

Päiset nauttimaan samalla Vesijärven matkustajasataman muista hienoista palveluista!

Kalamarkkinoiden tuotto mm. Lahden seudun nuorisotyöhön

Lions Club Lahti Vesijärvi



RAKAS-TUNUT RYTI

Reidar Palmgren & Tapio Liinoja

ENSI-ILTA
21.9.2024



SAVONLINNAN TEATTERI
110 vuotta

elämyksiä!
tunteita!
taikaa!
jo
110 vuotta

WWW.SAVONLINNANTEATTERI.FI p. 044 510 3440

Heinolan Kauppahallit.fi

SYKIE
SOUTUVEINEET 485



airoineen **1290€**

POTKULAUTA
paino 19,5 kg

(ei tarvitse vakuutusta) **370€**

Nyt meillä!
MiniMore
LASTENKAUPPA
vaatepuolella!



Kahvi-
paketti 500g
290
pkt

**GRILLI-
RITILÄ**
46x29,5cm **5⁰⁰**
€

SUOMEN SUURIN
ERILAINEN
KIRPPIS OUTLET
Kausantie 1, Myllyoja 044 709 7094

Seuraava
Lahden Seudun Uutiset ilmestyy
viikolla 38

ÖLJYSÄILIÖIDEN TARKASTUKSET, KORJAUKSET, KÄYTÖSTÄPOISTO JA PURKUTYÖT

Turvatekniikan hyväksymä liike

SÄILIÖTARKASTUS JUSSI KOSKINEN
puh. 0400-650 775



HYDROS OY

Konekorjaamontie 3, 15550 Nastola
(03) 876 500
Päivystys 044 587 6500
www.hydros.fi

- Hydrauliiikka
- Pneumatiikka
- Letkut
- Asennus ja huolto
- Suunnittelu ja valmistus
- Kaasut ja hitsaustarvikkeet



KAIKKI KATTOVARUSTEET!

Asennettuna ja tarvikkeena

WWW.KATTOVARUSTE.FI

- saumattomat sadevesijärjestelmät
- kattosillat
- tikkaat
- lumiesteet

Kourutuote Oy
0400 498 184, 040 865 1147



Löydät meidät myös:

Näköislehti: www.lahdenseudunuutiset.fi



lahdenseudunuutiset



Lahden Seudun Uutiset

KATTOTYÖT

AMMATTITÄIDOLLÄ
100% SUOMALAINEN

KATTOJEN

- pesut
- maalaukset
- pinnoitukset
- remontoinnit

vartti-, pelti- ja tiilikatot
(myös pienemmät kohteet)

**Kattoturvatuotteet
ja vesikourujen
asennukset**

TOUSTAVA RAHOITUS!
040 6633 377

katonmaalaukselahti.fi

Y: 2016815-0

Lukijan kuva

Haluatko jakaa oman lempi kuvasi? Lähetä se meille osoitteeseen
toimitus@lahdenseudunuutiset.com



Sammalkimalainen. Kuva Sari Wahlsten.

Pölyttäjystävälliset katuvalot antavat pölyttäjille yörauhan



Kuva Jukka-Pekka Huotari.

Yöllä toimivat pölyttäjät ovat elintärkeitä ekosysteemillemme, mutta katuvalot häiritsevät niiden työtä. Ratkaisuksi Lahti testaa uutta, pölyttäjystävällistä valaisuteknologiaa.

Katuvalon ympärillä pyörivät yökköset on monelle tuttu näky pimenevinä kesäiltoina. Harva on kuitenkaan tullut ajatelleeksi, että ilmiö on haitallinen sekä pölyttäjille itselleen että koko luonnon ekosysteemille.

Hyönteiset kuvittelevat valaisuksen olevan kuun tai tähtien valoa, mikä saa niiden luontaisen suuntavaiston sekaisin. Valon ympärillä lentelevät pölyttäjät ovat harhautuneet pois yöllisistä pölytystehtävistään ja väsyvät itsensä.

Keinotekoisesti valaistun alueen kasveilla kävi jopa 62 prosenttia vähemmän pölyttäjiä kuin pimeän alueen kasveilla. Päiväsaikaan toimivat pölyttäjät eivät pysty korvaamaan yöllä syntyntä

pölytysvajetta.

Ongelman ydin on sininen valo, mutta sen voi suodattaa pois

Lahten kaupunki pilotoi uudenlaisia, pölyttäjystävällisiä katuvaloja, joista pölyttäjiä houkuttelevat siniset aallonpituudet suodattuvat automaattisesti iltahämmärrällä pois. Kun valon sävy on lämmin, pölyttäjät eivät erehdy niin herkästi luulemaan valaistusta yötaivaaksi ja keskittyvät pölyttämiseen.

Pilottihankkeessa vaihdetaan yhteensä 12 valaisinta 500 metriä pitkälle tieosuudelle, joka sijaitsee Ritämäen luonnonsuojelualueella.

– Valitsimme alueen, jossa pölyttäjiä on paljon ja uudenlaisista valoista on eniten

hyötyä. Jos osoittautuu, että ratkaisu on toimiva ja kustannustehokas, alamme vaihtaa valoja askel kerrallaan myös muilta alueilta, joilla vaikutus olisi suuri, Lahden kaupungin viestintäjohtaja Veera Hämäläinen kertoo.

Pölyttäjystävälliset katuvalot ovat osa Lahden "Ilman pölyttäjiä emme pärjää"-kampanjaa. Se käynnistettiin alkukesästä jakamalla 10 000 siemenpussia ja 100 "Täällä pölytän minä"-pihakylttiä kaupungin asukkaille. Kyltit jaettiin loppuun puolesta tunnissa.

Lahten kaupunki asensi myös Mukkulan kartanonpuistoon viisi palkitun lahtelaisen sisustusarkkitehdin Tapio Anttilan suunnittelemaa pölyttäjien design-asuntoa.

Kuntien roolin muuttuessa talousjohtamista haastetaan entisestään

Kuntien rooli muuttuu taas. Tammikuussa 2025 työllistämisen asiantuntijaorganisaatiot lisäävät kuntien ja vastuukuntien henkilöstömäärää huomattavasti työllisyshoidon siirtyessä valtiolta kunnille. Testissä ovat niin työllisyshoidon organisaatiot kuin koko kuntaorganisaatio.

Johtajuutta muutoksessa tarvitaan niin kuntaorganisaatioiden sisällä kuin korostuneesti myös sidosryhmissä. Päätös siitä, hoidetaanko kunnissa työllisyyttä vai työttömyyttä, määrittää sidosryhmiä merkittävästi.

Sote-muutoksesta on kulunut vai puolitoista vuotta. Päijät-Hämeessä integraatiota tehtiin etupainotteisesti, suuressa osassa Suomea integraatiotyö lähti liikkeelle vasta pakon edessä. Aikaa uudistuksesta on kulunut sen verran, että selkeästi alijäämäinen sote-sektori saa osakseen aiheellista ja aiheutonta kritiikkiä.

Kuntien toiminnasta sote-uudistuksen jälkeen noin kol-

mannes on sivistystointia ja te-uudistuksen jälkeen elinvoima- ja työllisyystoimen osuus kasvaa merkittävästi. Sote-uudistuksen vaikutukset kuntien aleneviin valtionosuuksiin on yllättänyt monet kunnat – negatiivisesti. Näin myös Lahdessa. Miten pelonsekaisin tuntein te-uudistuksen vaikutuksia kuntien talouteen odotetaan? Kuka oikeasti uskoo kunnille kustannusneutraaliin malliin?

Kuntien talousjohtamista siis haastetaan entisestään, kun valtionosuuksien ennustettu vaikeutuu ja rahoituksen epävarmuus kasvaa. Pidemmällä aikajänteellä kuntien talousjohtamiseen taas vaikuttaa vahvasti kuntien elinvoima ja syntyvyys.

Syntyvyyden lasku suurimmassa osassa Suomea ja ikääntyneiden määrän nousu laskee kunnallisverosta saatavia tuloja kunnissa ja nostaa samalla menoja sote-sektorilla. Elinvoimatyöhön panostamalla kunnille jaettava osuus yhteisöverosta nousee ja työllisyyden kohentuessa kunnallisverojen nousevat tulot voivat parantaa tilannetta.

Joutuuko elinvoimatyö kuitenkin uhriksi, kun puntarissa ovat lakisääteiset peruspalvelut kuten varhaiskasvatus ja perusopetus? Elinvoimaa ja hyvinvointia vahvistavat myös toisen ja korkea-asteen koulutus, liikunta-, kulttuuri- ja vapaa-ajan toiminnot. Mistä säästetään ja mihin panostetaan, jotta kunta ylipäättään pysyy elinvoimaisena?

Huhtikuussa 2025 valitaan uudet valtuustot niin kuntiin kuin hyvinvointialueille. Jatkuvuudesta ja johdonmukaisuudesta talouden tasapainottamiseksi on pidettävä huoli vaaleista huolimatta. Johtavilta viranhaltijoilta ja päättäjiltä vaaditaan erityisesti valppautta, mukautumista, joustavuutta ja reagoimista. Mikään muu ei kuntasektorin taloudenpidossa ole varmempaa, kuin jatkuva muutos.

Milla Bruneau

Johdon suorahakukonsultti, kunta- ja aluevaltuutettu (kok), Lahti ja Päijät-Häme

Eduskunnalla edessään kiireinen syksy

Kesä on mennyt vauhdilla, ja nyt alkaakin olla jo aika suunnata katseet kohti syksyä ja edessä hämmöttävää istutokautta Arkadianmäellä. Vaikka eduskunta onkin istutotualla ollut, ei se kuitenkaan tarkoita, että maailma ympärillämme olisi pysähtynyt. Kansainvälinen turvallisuustilanne on ollut kesän aikana jatkuvassa muutoksessa ja tilannetta ollaankin seurattu taukoamatta. Ukrainan ja Gazan konfliktit ovat jälleen osoittaneet, miten maailmanpoliittiset myllerrykset voivat vaikuttaa myös Suomeen, joten valppaus on ollut välttämätöntä myös kesätaun aikana.

Syksystä eduskunnassa on eittämättä tulossa jälleen kiireinen. Puolustusvaliokunnan jäsenenä valmistaudun omalta osaltani siihen, että valiokunta pääsee jatkamaan työtään siitä, mihin keväällä jäi. Myös paljon uutta on tulossa: esimerkkinä puolustusministeri Häkkinen johdolla valmisteltu esitys, jolla on tarkoitettu asettaa venäläistaustaiseen kiinteistökauppaan kiello.

Lisäksi uutena elementtinä aloitetaan uuden puolustusselonteon laatimisprosessi, ja tässä parlamentarisessa työryhmissä pääsenkin puheenjohtajana toimimaan. Puolustuselonteossa tul- laan nuotittamaan Suomen puolustusstrategiaa vuosiksi eteenpäin.

Samaan aikaan eduskunta alkaa rakentaa ensi vuoden budjettia, ja työnsä tässä aloittaa myös omalla veto- vastuullani toimiva Valtiovarainvaliokunnan alainen Hallinto- ja Turvallisuus- jaosto, joka osaltaan vastaa muun muassa Puolustusministeriön, Sisäministeriön sekä Ulkoministeriön ensi vuoden määrärahoista. Maailmanpoliittinen tilanne huomioiden ei tämäkään tule läpihuutojuttu olemaan, vaan töitä päästään toden teolla tekemään.

Maailma ympärillämme muuttuu taukoamatta. Maailmanlaajuiset konfliktit elävät päivä kerrallaan, eikä meillä ole varaa sulkea silmiämme näiltä muutoksilta. Vaikka Suomeen ei suoraa sotilaallista uhkaa kohdis-

tukaan, olemme silti alttiita muun muassa Venäjän vihamieliselle vaikuttamiselle. Suomalaisten on siis syytä pysyä valppaana; emme voi vain tuudittautua siihen, että täällä ei mitään tapahdu, vaan uusiin turvallisuustilanteisiin on kyettävä reagoimaan riittävällä nopeudella ja painokkuudella.



Kansanedustaja Jari Ronkainen

Kiireisen syksyn edessä haluan toivottaa jokaiselle lämpöistä ja rauhallista syksyn alkua!

Jari Ronkainen

Lähirookapäivää juhlietaan viikonloppuna – maaseutukohteet ympäri Suomen kutsuvat vierailulle

Valtakunnallinen Lähirookapäivä tulee jälleen: maaseudun matkakohteisiin ja lähirookaherkkuihin pääsee tutustumaan tulevana viikonloppuna, 7.–8. syyskuuta. Jokavuotinen koko perheen tapahtuma järjestetään jo yhdeksättä kertaa.

Tänä lauantaina vietetään perinteistä maaseudun avoimen ovien päivää, Lähirookapäivää. Tapahtuma on ensimmäistä kertaa kaksipäiväinen: järjestäjät saavat halutessaan pitää ovensa auki lauantain lisäksi myös sunnuntaina.

Mukaan on ilmoittautunut jo lähes 300 kohdetta eri puolilta maata. Tapahtumaan osallistuminen on maksutonta sekä osallistujille että järjestäjille. Monessa käyntikohteessa on tuki myynnissä lähirookaherkkuja, joita voi nauttia paikan päällä tai ostaa kotiin viemisiksi.

Lähirookapäivä on nimennyt tänä vuonna myös suojelijat kolmesta maakunnasta. Kunniatehtävä myönnetään henkilöille, jotka tekevät koko sydämeästään työtä lähirooan ja maaseudun kehittämisen eteen.

Vierailijoille tarjolla kaikkea puutarhoista ja leipomoista lammastiloihin Herkullinen kotimainen lä-

hirooka on viikonloppu keskiössä, mutta tapahtumassa on tarjolla paljon muutakin koettavaa, kuten eläimiä, maatalouskoneita ja koko perheen ohjelmaa.

”Lähirookapäivän järjestäjät edustavat koko maaseudun kirjoa. Kohteiden joukossa on ruoantuottajien lisäksi matkailupalveluita ja muita maaseudun elämyksiä tarjoavia yrityksiä. Tänä viikonloppuna saamme nauttia satokauden antimista ja upeista paikoista, mitä Suomen maaseudulla on tarjota”, iloitsee Anna Mäkinen, Lähirookapäivän koordinaattori Maaseutuverkostoyksiköstä.

Tapahtuman verkkosivuilla (lahirookapaiva.fi) voi tutustua kohteiden tarjontaan ja aukioaikoihin. Lähirookapäivä tapahtuu myös kaupungeissa ja niiden välittömässä läheisyydessä – esimerkiksi Turun kauppatorilla, joka on yksi vierailukohteista. Kaikki kohteet pitävät ovensa auki vähintään lauantaina ja osa sen lisäksi sunnuntaina.

Maaseutuverkostoyksikkö kutsuu Lähirookapäivän järjestäjiksi tuottajat, tilat, puutarhat, palvelut, yrittäjät ja jatkojalostajat, jotka toimivat lähirooan ja maaseudun parissa. Mukaan toivotaan myös maaseudun elämysmat-

kailutoimijoita, ruoka-alan ammattilaisia, yhdistyksiä ja seuroja.

Syyskuun alku on kotimaisen ruoan ja maaseudun toimijoiden juhlaa. Suomalaisen

ruoan päivää vietetään 4.9. ja viikonloppuna Lähirookapäivää.

Lähirookapäivä.fi



Niipalan tila, Hollola. Kuva: @maaseutuverkosto

Radonmittauskausi on käynnissä – radonin mittaaminen kannattaa

Asuntojen ja kiinteistöjen omistajien on hyvä tehdä radonmittaus kaikilla korkean radonriskin alueilla syyskuun ja toukokuun välisenä aikana. Radon on merkittävä asumiin liittyvä terveyshaitta myös Päijät-Hämeessä.

Radon on hajuton ja näkymätön radioaktiivinen kaasu, jota voi esiintyä sisäilmassa. Radonia ei voi aistia, joten mittaaminen on ainoa tapa saada radonpitoisuus selville. Suomessa sisäilman radonpitoisuudet ovat korkeampia kuin useimmissa muissa maissa.

Syyt korkeisiin radonpitoisuuksiin löytyvät geologiasta, rakennustekniikasta ja ilmastosta.

Terveydelle haitallinen radonaltistus syntyy aina, kun oleskellaan korkean radonpitoisuuden tiloissa. Radonin vaikutukset eivät ole välittömiä, vaan terveysongelmat tulevat usein vasta vuosien kuluttua.

Asuntojen radonmittaus

Radonmittaus suoritetaan Säteilyturvakeskuksen hyväksymällä radonmittauspurkeilla 1.9.–31.5. välisenä aikana.

Mittauksen keston on oltava vähintään kaksi kuukautta.

Yleensä mittaus tehdään kahdella mittauspurkilla, joista toinen sijoitetaan olohuoneeseen ja toinen makuuhuoneeseen.

Näissä huoneissa vietetään yleensä eniten aikaa, joten niistä saatavat tulokset kuvaavat parhaiten asukkaiden altistumista.

Alle 100 neliömetrin kokoisissa asunnoissa radonmittaus on mahdollista tehdä yhdellä mittauspurkilla.

Asuntojen radonmittauksella pyritään selvittämään, millaiselle radonpitoisuudelle asukkaat keskimäärin altistuvat.

Asunnon sisäilman radonpitoisuuden viitearvo on 300 becquereliä kuutiometrissä (Bq/m³) ilmaa.

Uudet asunnot tulee suunnitella ja rakentaa siten, että ilman radonpitoisuus ei ylitä 200 bq/m³.

Ohjeita radonmittausten tekemiseen voi kysyä Lahden ympäristöterveydestä

Sisäilman radonkysymyksiin, kuten radonin mittaukseen, antaa ohjeita Lahden kaupungin terveydensuojeluisinöörien lisäksi Säteilyturvakeskus, josta voi tilata myös radonmittauspurkkeja.

Yrittäjyys ja Elämä

Yrittäjyys Päijät-Hämeen hyvinvoinnin moottorina

Näin Yrittäjän päivänä on hyvä muistuttaa yrittäjyyden merkityksestä täällä meillä Päijät-Hämeessä.

Yrittäjyysviikolla kuullaan varmasti paljon juhlapuheita ja kauniita sanoja, mikä on tietysti hienoa – mutta vielä tärkeämpää on, että nämä sanat muuttuvat teoiksi ja konkreettisiksi arkisiksi asioiksi ympäri vuoden. Yksi tärkeä teko on tukea oman lähialueen yritystoimintaa: **jos haluamme palveluiden säilyvän lähellä, tulee niitä myös käyttää.**

Kun raaputetaan hieman pintaa, huomataan, kuinka merkittävä tekijä yrittäjyys on meidän jokaisen hyvinvoinnin kannalta. Yrittäjyys on avainasemassa siinä, miten ja mihin rahat riittävät kunnissa, ja mitä palveluja on kuntalaisille tarjolla. Eli juuri sitä paljon puhuttua elinvoimaa – sitä miten kunnat kehittyvät ja pärjäävät. **Kyse on yhtälöstä, joka ruokkii hyvää. Mitä enemmän kunnassa on yrityksiä, sitä enemmän alueella on hyvinvointia, palveluja, työpaikkoja ja verotuloja. Parhaimmillaan se vahvistaa kunnan veto- ja pitovoimaa.**

Yhteistyön merkitys korostuu koko ajan entistä enemmän, tarvitsemme täällä alueella toisiamme, niin yrittäjät, oppilaitokset ja kunnat. Olen saanut kiittää Päijät-Hämeen kunnissa esittelemässä Kuntabarometrin tuloksia viranhaltijoille, päättäjille ja yrittäjille. Olemme yhdessä

keskustelleet siitä, miten yrittäjät näkevät oman kuntansa elinkeinopolitiikan ja mihin suuntaan ja millä keinoin elinvoimaa halutaan kehittää. Mitä olen nähnyt ja kuullut kierroksella? Aittoa tahtoa parempaan, ymmärrystä yrittäjyyden tärkeydestä sekä suurta huolta kunnan tulevaisuudesta. Yrittäjien puolelta tiivistä sitoutumista omaan kuntaan ja halua yrittää sieltä käsin. Lähtökohdat ovat siis hyvät, yhteinen tekeminen tuntuu ja näkyy, meillä on aidosti voitettavaa, kun autetaan toisiamme.

Myös täällä yrittäjäjärjestössä teemme kaikkemme, ollaksemme lupauksemme arvoisen: **parannamme yrittäjän arkea.** Tähän kiteytyy meidän olemassaolon ydin, kaikki muu on turhaa. Edustamme lähes 3000 yritysjäsentä koko maakunnassamme ja lisää mahtuu joukkoon. Paikallisyhdistyksemme löytyvät kaikista kunnista ja toimimme tiiviissä yhteistyössä Suomen Yrittäjien kanssa. Mitä se arjen apu sitten on? Se on käytännön tukea, joka näkyy suoraan yrittäjän arjessa – verkostoitumismahdollisuuksia, jotka avaavat ovia uusiin asiakassuhteisiin ja yhteistyöhön; koulutuksia, jotka pitävät osaamisen ajan tasalla ja tuovat kilpailuetua; lakia, joka säästää aikaa ja rahaa sopimus- ja riitatilanteissa; vertaistukea ja kuulevaa korvaa, joka auttaa jaksamaan; ja tiukkaa edunvalvontaa, joka varmistaa, että yrittäjien ääni kuuluu päätöksenteossa – unohta-

matta yhteisiä juhlia, joissa voi irrottautua arjesta ja juhlia saavutuksia.

Jokainen jäsenyrittäjämme voi valita, miten ja missä määrin on mukana toiminnassa – tärkeintä on, että ovet ovat aina avoinna ja tukea on saatavilla silloin, kun sitä tarvitaan. Tämä kaikki auttaa yrittäjiä keskittymään siihen, mitä he tekevät parhaiten:

yrittämiseen ja liiketoimintansa kasvattamiseen.

Iso kiitos ja kumarrus ihan kaikille yrittäjille – olette timanttista porukkaa, viette omalla yrittäjäriskillä yhteiskuntaamme eteenpäin!

Heta Vihervirta-Vuontelo
toimitusjohtaja
Päijät-Hämeen Yrittäjät



Heta Vihervirta-Vuontelo. Kuva: Ninnu Visual

Yrittäjyys

Yrittäjyys on matka, jossa yhdistyvät vapaus, luovuus ja vastuunkanto. Se tarjoaa mahdollisuuden toteuttaa omia ideoita ja rakentaa jotain ainutlaatuista. Yrittäjänä toimiminen vaatii rohkeutta, sillä onnistumiset ja epäonnistumiset ovat osa arkea. Parasta yrittäjyydessä on, että voit vaikuttaa omaan työhösi ja sen suuntaan. Yrittäjänä voit tehdä päätöksiä nopeasti ja joustavasti, mikä mahdollistaa nopean reagoinnin muutoksiin.

Yrittäjyyteen liittyy myös haasteita, kuten taloudellinen epävarmuus ja työn ja vapaa-ajan tasapainon löytäminen. On tärkeää pitää huolta omasta jaksamisesta ja muistaa, että menestys ei tule yhdessä yössä. Verkostoituminen, oppiminen ja jatkuva itsensä kehittäminen ovat avainasemassa.

Yrittäjyys voi avata ovia, joista et aiemmin edes tiennyt, ja se voi tarjota elinikäisen oppimismatkan. Yrittäjänä olet oman onnisi seppä, ja palkintona on vapaus luoda juuri sellainen työelämä, kuin itse haluat.

**Hyvää
Yrittäjän päivää
5.9.2024**



Kunnaksen Metalli Oy. Kuva: Niina Ojansivu.

Hollola Verkostoituu

Syksy on alkanut, ja Hollolan kunnan sekä Ladedin järjestämät "Hollola verkostoituu" -tapahtumat ovat taas käynnissä. Nämä tapahtumat kiinnostavat kovasti ja täytyvät supernopeasti. Tämän päivän tutustumiskohteina olivat Kunnaksen Metalli Oy ja Heatmasters Oy.

Kunnaksen Metalli Oy on perustettu vuonna 1971 ja työllistää tällä hetkellä 11 työntekijää, joista kahdeksan työskentelee pajalla ja loput hallinnossa sekä suunnittelussa. Toimitusjohtaja **Harri Lokkila** kertoi kuluvan vuoden olleen hyvä, ja vakiintunut asiakaskunta takaa töitä jatkossakin.

Kaikki työt ovat tilaustöitä, ja Hollolan tuotantotiloissa suunnitellaan, hitsataan, koneistetaan, kokoonpannaan ja koeajetaan. Ammattiosaajia pajalle koulutetaan itse, ja

näin taataan tarpeellinen ja osaava henkilökunta.

Heatmasters Oy on myös pitkän linjan toimija, ja yhtiö on perustettu vuonna 1974. Yritys oli Suomen ensimmäinen lämpökäsittelypalvelua tarjoava yritys. Lämpökäsittely palauttaa metallin kovuutta ja kestävyyttä. Heatmastersin toimitusjohtaja **Ilkka Mujunen** kertoi, että yhtiö antaa asiakkailleen tarkat laatukriteerit, jolloin toiminta on sujuvaa.

Suomen lisäksi yhtiö toimii vahvasti Euroopassa ja joissakin kohteissa muuallakin maailmassa. Myös Heatmasters kouluttaa työntekijänsä itse, mikä takaa laadun säilymisen kriteerien mukaisena.

Teksti
Niina Ojansivu.



Heatmaster Oy iso lämmitysuuni. Kuva: Niina Ojansivu.

Hollolan kunta panostaa yrityksiin

Hollolan kunta on kuluneen vuoden aikana pyrkinyt entistä houkuttelevammaksi vaihtoehdoksi sijoittuville yrityksille.

- Teetimme keväällä selvityksen elinvoimamme tilanteesta. Selvityksessä valitsemamme kumppani haastatteli viranhaltijoita, paikallisten yritysten edustajia ja sidosryhmiä, kertoo kunnan elinkeinopäällikkö **Tiia Irri**.

Selvityksestä saatiin hyviä työkaluja yritys ympäristöjen ja kunnan houkuttelevuuden kehittämiseen.

- Toimenpiteitä vietiin heti käytäntöön. Kunnanhallitus hyväksyi esityksen elinvoimanyrkin perustamisesta elo-

kuussa. Ryhmän tavoitteena on edistää yritys ympäristön kehittämistä ja auttaa yrityksiä sijoittumaan Hollolaan.

Verkostoituminen kiinnostaa Kunnassa jo olevat yritykset ovat yhtä tärkeitä kuin potentiaaliset uudet sijoittajat.

- Yrityskentältä on noussut esiin toive ja tarve keskinäiselle verkostoitumiselle, Irri tietää.

Ladecin kanssa yhteistyössä järjestettävät ”Hollola Verkostoituu” -tapahtumat ovat keränneet paljon kiitosta.

- Tapahtumassa kierretään tutustumassa kahteen tai kolmeen paikalliseen yritykseen. Tapahtumaan osallistuneet

ovat solmineet yhteistyösuhteita myös keskenään. Lisäksi kunta on aloittanut kuukausittaiset aamukahvit yritysten edustajille.

Yrittäjien teettämän kunta-barometrin mukaan yrittäjät kokevat kunnan toiminnassa tärkeäksi hankintoihin liittyvät asiat ja yritys vaikutusten arvioinnin päätöksenteossa. Hollolassa molemmat asiat ovat hyvällä mallilla, mutta niistä pitäisi viestiä vielä enemmän yritys kentän suuntaan.

- Teemme parhaamme, jotta Hollolan kunta on kaikille yrittäjille hyvä ja houkutteleva paikka yrittää, Irri toteaa.



Pikku-Tilkki, Hollola

Orimattilan elinvoimajohtajaksi 58 hakemusta

Orimattilan kaupunki haki elokuussa uutta elinvoimajohtajaa. Hakemuksia virkaan saatiin kaikkiaan 58 kappaletta, joista 45 hakijaa oli kelpoisia. Viran kelpoisuusehtona on ylempi korkeakoulututkinto.

Valinta etenee niin, että kaupunginhallitus valitsee seuraavaksi haastateltavat ja haastattelut järjestetään syyskuun puolessavälissä. Valinnan uudesta elinvoimajohtajasta tekee kaupunginhallitus. Tavoite on, että elinvoimajohtaja aloittaisi virassaan viimeistään 1.1.2025.

Orimattilan kaupungin hallitus päätti kaupunkikehitysjohtajan virkanimikemuutoksesta elinvoimajohtajaksi kokouksessaan 10.6.2024. Valittu henkilö pääsee rakentamaan ja johtamaan 1.1.2025 aloittavaa uutta elinvoiman toimialaa. Uuden organisaation mukaiseen elinvoiman

toimialaan kuuluvat seuraavat palvelualueet: maankäyttö ja kaavoitus, elinkeinot (sis. maaseutupalvelut, työllisyys- ja maahanmuuttopalvelut, hankkeet ja liikenne), lupa- ja valvontapalvelut sekä yhdyskuntatekniikka ja toimitilarakentaminen.

Uudistukset ovat osa kaupungin organisaatiomuutosta, joka toteutetaan osana kaupungin talouden sopeuttamistoimia.

Uudistukset ovat osa kaupungin organisaatiomuutosta, joka toteutetaan osana kaupungin talouden sopeuttamistoimia.

Uudistukset ovat osa kaupungin organisaatiomuutosta, joka toteutetaan osana kaupungin talouden sopeuttamistoimia.



Orimattilan kaupunki



Hollola perustaa elinvoiman vahvistamiseksi elinvoimanyrkin

Kuntaan perustetaan työryhmä, joka kulkee nimellä ”elinvoimanyrkki”. Työryhmän tavoitteena on saada uusia yrityksiä sijoittumaan kuntaan ja edistää yritys ympäristöä Hollolassa.

Työryhmä ei ole kunnan toimielin, vaan valmistelua edistävä ryhmä, ilman muodollista toimielimen asemaa tai itsenäistä päätösvaltaa.

Kunnanhallituksen alaisuuteen perustettavaan työryhmään kuuluvat kunnanjohtaja **Päivi Rahkonen**, elinkeinopäällikkö **Tiia Irri**, kunnanvaltuuston puheenjohtaja **Jari Ronkainen** (ps.) ja kunnanhallituksen puheenjohtaja

Mika Lampola (kok.).

Elinvoimanyrkin ympärille voidaan koota laaja joukko eri alojen asiantuntijoita eli poliittista päätöksentekoa, yritysten edustajia ja erilaisia sidosryhmiä.

Hollolassa tehdään elinkeinopäällikkö Irriin mukaan yritysten kuntaan sijoittumisten eteen jatkuvasti töitä. Kunta on muun muassa solminut

kumppanuuden yrityksen kanssa, joka tekee suorahakua. Yrityksen tehtävänä on löytää potentiaalisia sijoittajia yritysalueille ja auttaa kuntaa sijoittumisneuvottelujen käynnistämiseksi.

- Hyviä tunnusteluita on useitakin menossa.

Kunnanhallitus hyväksyi elinvoimanyrkin perustamisesta kokouksessaan.

LADEC

Asikkala | Hartola | Hollola | Iitti
Lahti | Orimattila | Padasjoki

Yritys, yrittäjä tai yrittäjäksi aikova - Hyödynnä LADECin maksuttomia palveluita!



Autamme yrittäjyyteen, yrityksen perustamiseen ja yritystoimintaan liittyvissä asioissa. Maksuttomat neuvontamme, tapahtumat ja seminaarit sekä monipuoliset sähköiset palvelumme tarjoavat toiminta-alueemme kunnat Lahti, Asikkala, Hartola, Hollola, Iitti, Orimattila ja Padasjoki.

Neuvontaa halutessasi ota yhteyttä - soita tai chattaa! Palvelemme arkisin klo 8.30-16.30.

Tietoa palveluistamme, tapahtumistamme sekä ajankohtaisista yritystoimintaan liittyvistä asioista saat verkkosivuiltamme, somesta ja tilaamalla uutiskirjeemme: Ne kaikki löydät kätevästi tämän QR-koodin kautta:



044 702 2700



ladec.fi

TARKISTA JA PÄIVITÄ YRITYKSESI TIEDOT - HAE YRITYKSIÄ:
Maksuton Lahden seudun yritys- ja palveluhakemisto
-> yrityshakemisto.ladec.fi





Asennus Helén

Kaikki kattotyöt samasta osoitteesta ammattitaidolla

- Konesaumakatot
- Kattosaneeraustyöt
- Rakennuspellityöt ja muut kattotyöt
- Piipun pellitykset
- Profiilikatot
- Kattoturvatuotteet sekä sadevesijärjestelmät



ORIMA®
- tuotteiden myynti ja asennuspalvelu

Messinkitie 9,
Orimattila

Juha Helén 0400 494 395
Anssi Helén 040 778 9335
www.asennushelen.fi

Yli puolet suomalaisista on jättänyt akkukäyttöisen laitteen lataukseen, vaikka itse poistui kotoa – "Vaarallista uhkapeliä"

Akkupaloa voi olla vaikea sammuttaa turvallisesti itse, mikä korostaa ennaltaehkäisyn merkitystä.

Akkua ei saa ladata herkästi syttyvällä alustalla tai esimerkiksi pöydällä, jonka yllä olevaan kaapistoon palo voi levitä.

Esimerkiksi sähköisiä liikukumisvälineitä ei myöskään pidä ladata eteisessä, jossa mahdollinen palo voi estää asunnosta poistumisen.

Laitetta ei myöskään saa ladata rikkiäisellä laturilla. LähiTapiolan kysely paljasti, että epäkunnossa olevien laturien käyttö on kuitenkin melko yleistä: Kaikista vastaajista reilu kolmasosa käyttää vähintään harvakseltaan laturia, vaikka se toimisi heikosti tai latauspiuha olisi rikki.

Alle 25-vuotiaista vastaajista vain 23 prosenttia kertoi, ettei koskaan käytä epäkunnossa olevaa laturia.

– Viallinen laturi on aina paloturvallisuusriski. Rikkiäisen laturin käyttäjä asettaa myös itsensä vaaraan, sillä se voi aiheuttaa sähköiskun, Riikonen sanoo.

LähiTapiolan vahinkotiedoissa on myös tapauksia, joissa puhelimen akku on syttynyt akun tai näytön vaihtamisen yhteydessä. Arjen katsaus -kyselyn vastaajista 41 prosenttia kertoi, että on vaihtanut akkukäyttöisen laitteensa akun itse tai voisi harkita tekevänsä näin.

– Akun tai näytön vaihtaminen ei ole se toimenpide, jonka kohdalla kannattaa lähteä kokeilemaan omia Pelle Pelottoman taitojaan. Turvallisinta on viedä puhelin aina asiantuntijan arvioitavaksi, Riikonen sanoo.

Näin lataat akkukäyttöisen laitteen turvallisesti:

Lataamiseen tulee käyttää vain tuotteelle tarkoitettua laturia.

Irrota laite laturista, kun lataus on valmis.

Älä käytä laturia, joka on vaurioitunut, toimii epävarmasti tai jonka johto tai liittimet ovat vaurioituneet.

Tilassa, jossa laitetta tai akkua ladataan, tulee olla palovaroitin sekä alkusam-

mutuskalustoa.

Varmista, että varoittimen hälytys kuuluu kiinteistöissä.

Älä lataa laitetta tai akkua siten, että kotona ei ole ketään.

Ladattavan akun tai laitteen lähettyvillä, erityisesti yläpuolella, ei saa olla palokuorma.

Älä lataa akkua hyllyssä tai huonekalun alla. Lataamisen alustan on oltava palamaton.

Akun tai laitteen ylikuumuessa irrota laturin verkkojohto, jos voit tehdä sen turvallisesti.

Akkuja ei saa ladata pak-kaskelissä. Vaikka akku lämpenee ladattaessa, lataaminen kylmässä vaurioittaa akkua ja lyhentää sen käyttöikää.

Pitkään tyhjänä olleen akun elvyttäminen on turvallisuusriski. Mikäli akun käyttöohjeissa ohjeistetaan estämään ajoittaisella latauksella akkujen tyhjäksi pääseminen pitkän säilytyksen aikana, noudata kyseessä olevia ohjeita.

Lähde:
Tukes.fi

Yksinäisyys - aikamme ongelma

Connecting people – yhdistetään ihmiset – oli Nokian mainoslause, kun puhelinvalmistaja nousi menestyksensä huipulle. Jos tänään katsoo ihmisryhmiä missä tahansa, niin yhteyttä näyttää riittävän. Kaikki tuijottavat puhelimiaan ja höpisevät niille. Tutkimusten mukaan nuorten kokemus yksinäisyys on lisääntynyt.

Kun älykännykät vuonna 2012 valloittivat maailman, kaikkialla alkoi kertyä havaintoja mielenterveysongelmien lisääntymisestä. Muuan henkisen pahoinvoinnin syy on yksinäisyys. Puhelimilla hoidetaan monia juttuja, mutta ihmissuhteita ne eivät kehitä.

Lapsena iloisesti yksin

Yhden ihmisen kokemuksilla ei ole tieteellistä painoarvoa. Tarinoin vain varhaisesta lapsuudestani.

Kun vanhempani olivat Ruotsista palanneet Suomeen, he olivat aina täydessä työssä. Minä nautin Pispalassa tarhasta päivällä ja vapaudesta iltaan saakka. Sain viettää aikaa yksin kotona ja ulkona puuhaila melkein mitä vain. Koskaan ei ollut ikävää!

Kesäisin minut sijoitettiin maataloihin hoitolapseksi. Ei ollut tylsää! Osallistuin tilan töihin alle kouluikäisenä; esimerkiksi heinäpellolla juoksentelin nappulapoikana, kun heinää nostettiin seipäille. Lehmiin ja vastalypset-

tyyn maitoon rakastuin, eikä rakkaus ole sammunut.

Maataloissa ei ollut leikkikavereita, mutta metsät olivat nautittavissa aina. En kyllästynyt metsissä yksin samoiluun. Ensimmäiset sienisaaliit sain 6-vuotiaana, sen jälkeen joka vuosi opettelin 2-3 uutta sienilajia.

Henkisesti yksin

Yksinäisyydellä tarkoitetaan yleensä yksikseen elämistä. Ihminen voi kärsiä myös henkisestä yksinäisyydestä. Koulukiusaamisessa on usein siitä kysymys. Sain 13-vuotiaana palkinnon kirjoituksesta "En tahdo jäädä yksin".

Vuonna 1982 tein maailman ensimmäisen kirjan, jossa yhden maan kaikki lääkkeet kuvattiin maallikoille ymmärrettävästi. Kirja leimattiin lääkkeiden vastaiseksi ja poistettiin apteekkeista. Kollegat eivät puolustaneet minua. Tuntui yksinäiseltä. Viiden vuoden kuluttua sain Lääkäriliiton toiminnanjohtajalta kirjeen, jossa hän kertoi, että kirja oli hyvä, ja minut tuomittiin väärin. Kirjettä lukiessa itkin.

Lahden kaupunginvaltuustossa 2000-luvun alussa ainoana vastustin hiihdon MM-kisojen hakemista siitä syystä, että kustannuksille ei asetettu mitään rajaa. Minut haukuttiin isänmaan petturiksi.

Vuosia myöhemmin Lahden kaupunginvaltuutettu Kristiina Joensuu erotettiin

valtuustoryhmästä, kun hän vastusti pormestarimallia ja Kymi-Ringiä. Oikeassa olemisen maksetaan joskus yksin jäämisellä.

Kirjassani Johanneksen Porsaat joutuu päähenkilö pahasti syrjityksi. Hän löytää "kavereita" historian merkikimiehistä, joita kohdeltiin kaltoin satoja vuosia sitten. Lohtunsa kullakin. Se oli vertaistukea tavallaan. Sehän on monesti erinomaista, tosin mieluummin elävien ihmisten seurassa.

Ihmiä ja iloa löytyy

Lahden seudulla on monipuolista ohjelmaa tarjolla, ja ihmisiin yhteyksiä löytyy. Jokaisena päivänä on tilaisuuksien valinnanvaraa runsaasti. Osallistuminen, lähteminen helpottuu, kun houkuttelee mukaan kaverein. Mahdollisesti joku toinen yksinäinen kaipaa kumppania.

Vastikään joku ehdotti perustettavaksi kuoron, jonka laulajaksi ei ole laatuvaatimuksia. Erinomainen ajatus! Se on toteutettu jo seurakunnassa.

Kuoro Laulamattomat aloittaa taas 12.9. klo 17 Jalakarran seurakuntakodissa, Sarvikatu 9. Sinne vaan, laulamaan! Nuotilla tai sen vierestä. Suurin osa kuorolaisista osaa laulaa, joten kyllä joku heikosti laulava tai laulamatonkin sekaan mahtuu.

Teksti Jyrki Joensuu



Jos kärsii yksinäisyydestä, kannattaa miettiä, ovatko sen helpottamisen konstit kohdallaan. Aleksis Joensuun akvarelli.

Kärkölässä kysely aurinko- ja tuulivoimaloista

Kärkölän aurinko- ja tuulivoimaselvityksessä on kartoitettu kunnan alueelta mahdolliset tuulivoima- sekä teollisen mittakaavan aurinkovoima-alueet. Samalla kohteista on laadittu vaikutusten arviointi osayleiskaava varten.

Tämän kyselyn tarkoituksena on kerätä mielipiteitä vakituksilta ja vapaa-ajan asukkailta sekä tuuli- ja aurinkovoimasta että selvityksessä esitetyis-

tä kohteista. Kyselyn tulokset liitetään osaksi kaavoitusmateriaalia ja hyödynnetään kaavoitustyössä.

Kyselyyn vastataan anonymisti ja vastaaminen kestää noin 10 min.

Kysely on vastattavissa 29.8.2024 – 12.9.2024 välisenä aikana.

Selvitys on saanut Ympäristöministeriön myöntämää

vihreän siirtymän investointihankkeiden avustusta.

Sähköisen kyselylomakkeen voi halutessaan tulla myös täyttämään asiakaskoneella kunnanvirastolle (Opintie 2, 16600 Järvelä) asiakaspalvelun aukioloaikana (ma-pe klo 9-15).

Kärkölä.fi

Pikkaraista reseptiä

Hyvät ja pahat lääkkeet työllisyyteen

Työttömät töihin?

Suomessa tuskaillaan työttömyyden kanssa samanaikaisesti, kun työpaikkoja on yhä vähemmän tarjolla – niistäkin iso osa provisio-palkkaista, pätkä-, ja alustatalouden töitä. Avoimia työpaikkoja on nyt vain 47 000, joka on 27 % vähemmän kuin vuotta aiemmin. Työttömiä oli sen sijaan 306 000, joka on 9 % enemmän kuin vuotta aiemmin. Hallitus kaavaillee saavansa 20 000 lisätyöllistä heikentämällä työttömyyskorvauksia ja muita etuuksia sekä mm. lyhentämällä ansiosidonnaisen ja samalla korjaavansa tällä valtiontalouden. Olen hieman eri mieltä reseptistä työllisyyden lisäämiseksi ja talouden korjaamiseksi. Talous ei korjaannu työttömien elämää kurjistamalla ja 300 000 ihmisen ostovoiman pienentämisellä. Talous korjaantuu tuottavuuden lisääntymisellä, ei kaikesta leikkaamalla.

Asiassa on myös muuta kuin taloudellinen puoli. Vaikutukset ihmisten arkeen ovat merkittävät: suurenevien kuluttajahintojen ja korkojen aikana myös tulot pienenevät merkittävästi. Tulee luoda aktiivisesti mahdollisuuksia työllistyä ja parantaa omaa elintasoaan. Mikäli työstä ei saa mielekästä palkkaa, ei tätä kannustinta ole. Palkalla pitää kyetä paita pörjäämään, niin sen tulee olla porkkana oman elämänlaadun paranta-

misesta. Työn pitää olla myös mielekästä, jotta siinä viihtyy. Nämä toiminnot kannustavat työllistymään paremmin kuin raippa.

Koulutukseen kaikki panokset

Oppimistulokset ovat heikentyneitä ja esimerkiksi lukutaito heikko - jopa yläkoulussa. Ei pidä toistaa 90-luvun laman aikana tehtyjä virheitä kaikesta leikkaamisesta. Maksamme tuon ajan syrjäytymisen hintaa vieläkin. Lasten ja nuorten mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat lisääntymässä. Näiden asioiden ehkäisyyn pitää panostaa ensisijaisesti. Koulutus on sijoitus, ei vain meno. Raha sijoitettuna koulutukseen on myös sijoitus tulevaisuuden työ- ja veronmaksukykyyn. Työkyvyttömyys ja syrjäytyminen maksavat eniten. Meillä ei yksinkertaisesti ole varaa yhteenkään syrjäytyneeseen nuoreen - ei inhimillisesti eikä rahallisesti. Hyvin perustiedoin on helpompi jatkaa opintoja ja myös yritykset saavat pätevää työvoimaa.

Miltä Suomen työelämä näyttää 10 vuoden päästä?

Meitä näyttää tulevaisuudessa uhkaavan enemmän työvoimapula kuin vajaatyöllisyys. Siksi työelämä pitää tehdä mahdollisimman houkuttelevaksi. Suomessa syntyy miltei kolmanneksen vähemmän

lapsia kuin pari vuosikymmentä sitten. Samanaikaisesti väestö elää yhä vanhemmaksi. Eläkkeelle siirtyä seuraavien 10 vuoden aikana vielä runsaasti työvoimaa. Pulaa on jo nyt monella alalla työntekijöistä. Jo usean vuoden ajan vain maahanmuutto on ollut se tekijä, joka on estänyt väkiluvun pienenemisen. Tilastokeskuksen mukaan väkiluku lähtee pienenemään 10 vuodessa nykyisen tilanteen jatkuessa. Tällä hetkellä työkäisiä on 62 % väestöstä, ja v. 2060 enää 57 %. Mutta suurempi osa ei-työkäisistä on iäkkäitä, koska alaikäisten osuus pienenee. Huoltosuhte on siis hyvin huono. Tarvitsemme ehdottomasti kaikki keinot työkäisen väestön kasvattamiseksi hyvinvointiyhteiskunnan ylläpitämiseksi, ja työperäinen maahanmuutto on näistä yksi keino.

Minun reseptissäni 10 vuoden päästä eri aloilla työskentelee tasavertaisina eri ikäisiä ja uransa eri vaiheissa olevia ihmisiä. Tavoite on yhteinen ja työilmapiiri hyvä. Nuoret pääsevät jo varhaisessa vaiheessa mukaan työelämään. Työpaikoilla pidetään huolta työntekijöiden jatkuvasta ammatillisesta kehittämisestä. Työstä saa palkan vastuun mukaan ja palkka yksinään riittää normaaliin elämiseen. Työelämän vaatimukset ovat inhimilliset, jolla työuupuminen estetään. Työterveyshuolto palaa perustehtävänsä, eli

ylläpitämään työntekijöiden työ- ja toimintakykyä. Pidetään yllä joustavat koulutautumismallit oppisopimuskoulutuksesta teoreettiseen koulutukseen. Luodaan järjestelmä, jolla ammatillista kehittämistä kyetään seuraamaan ja antamaan lisäkoulutusta. Luovutaan kilpailuyhteiskunnan äärivaatimuksista. Mestari-kisälli-malli sekä työssäoppiminen pitää ottaa aktiivisesti käyttöön. Nuoret pitää päästä jo varhaisessa vaiheessa mukaan työelämään: jo kouluaihana kaikille tulee antaa mahdollisuus kesätöihin.

Tarjolla on tällä hetkellä siis etikkaa hunajan sijaan. Kumpi houkuttaa enemmän? Ei jokainen ihminen ole lähdekohtaisesti laiska ja itsekäs. Viljellään myönteistä mielikuvaa ihmisistä: kun työ on mielekästä, on työntekijäkin hyvä. Ja yrityksillä ja valtiolla ja ihmisillä menee hyvin.



Harri Pikkarainen ihmisistä ja politiikasta kiinnostunut lahtelainen lääkäri

AHTIALAN KROUVISSA

BAT & RYD

LA 7.9 KLO 21.00

ENNAKKOLIPUT 10€
Liput ovelta 15€

Laitumenkatu 6, 15300 Lahti

Ammattitaidolla kaikki huollot ja korjaustyöt autosi merkistä tai iästä riippumatta – ja takuu säilyy! Automaattivaihteiston öljynvaihdot ja huuhtelut.

AD-Autohuolto Make & Jani
Terveystie 16, 15860 Hollola
Puh. (03) 780 4844

Alansa Osaajat

Autoala

Vetokoukku Lahti
www.vetokoukku.fi
puh. 044 248 7929

Kuulohuolto



Acustico

Acustico kuulopalvelut

- Kuulontutkimukset
- Kuulokojeet ja tarvikkeet
- Kuulon apuvälineet
- Kuulonsuojaimet

Aleksanterinkatu 34 Lahti
0503540014
www.acustico.fi

Ompelukoneita

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

Hieronta

TUOMON HIERONTAPALVELU

- Urheiluhierontaa
- Klassinen hieronta
- Kuumakivihieronta

P. 050 435 8370

tuomon.hierontapalvelu@gmail.com
Vuoripojank. 18 • www.hierojalahti.com

Leipomo



Leipomo Metsäkukka

Leipomo Metsäkukka
Mestarinkatu 10
15800 Lahti
p. 040 55 33 270
leipomo@metsakukka.fi

Noutomyymälä avoinna ke-pe 6.30-11, la 7.30-10.
Mestarinkatu 10, 15800 Lahti. Tervetuloa!
Tuotteet saatavilla myös lahden alueen K kauppoista.

Rakennusala



Tempotec Oy

MAANRAKENNUS JA NOSTOPALVELUT

Teemu Siren 040 750 5922 | www.tempotec.fi

Kotipalvelu

Kotipalvelu Toivo Oy

Luotettavaa, turvallista sekä ammattitaitoista kotipalvelua Lahden seudulla

- Kotisairaanhoido
- Kotipalvelut
- Omaishoitajan sijaistus
- Vammaispalvelut
- Asiointi- ja tukipalvelut
- Siivouspalvelut

✓ Palvelusetelipalvelut ✓ Kotitalousvähenyys

Akson Kotipalvelu Toivo Oy
Hilpompaa arkea
Lahti@akson.fi | www.akson.fi/lahti
p. 044 249 4774

Muuttopalvelu

ALLWORKS EDULLISET MUUTOT JA KODIN PALVELUT

ALLWORKS.COM
PUH. 03-734 5008

RVP NISKANEN OY
PELTISEPÄNLIKE
VUODESTA 1980

Ränni- ja Vesipeltiasennus Niskanen Oy
Janne 044 5511 917 • janne@rvpniskanen.fi
Toimisto 03 7877 283 • posti@rvpniskanen.fi
Tikkakalliontie 30, 15820 Lahti • www.rvpniskanen.fi

51 LASSE VIREN HÖLKKÄ

sunnuntaina 15.9.2024
Porvoontie 109, Myrskylä

Kaikille osallistujille
Asics tekninen paita ja mitali

Jälki-ilmoittautuminen
kilpailupaikalla klo 10-12

LÄHTÖ-AJAT
1km: klo 12:00 (T/P 10, 12, 14)
21,1km: klo 12:45
10,3km ja 6,6km: klo 13:00

Lisätietoja:
050 458 3561 Matti Sainio,
matti.sainio@neste.com

Info ja ilmoittautuminen:
www.myrskylanmyrsky.fi

AUTO-SIHLMAN OY

**Ostetaan henkilö- ja paketti-
autoja - tarjoa omaasi,
myös loppuvelan lunastus.**

Luotettavaa ajoneuvojen myyntiä, ostoa ja vaihtokauppaa vuosien kokemuksella.

Äijälänkatu 3, Lahti, 040 7000 059, autosihlman@gmail.com

JOKIMAAN TAIDETALO

Avoinna la -su ja ke 12-17
Äijäläntie 3, Lahti

**Juhani Palmu, Olli Joki,
Malkki, Nelimarkka**

www.jokimaantaidetalo.fi - p. 040 541

NIINAN NIKSIT

Niina Ojansivu
Keittiöpäällikkö



Poropiirakka

Meillä on perheessä ollut tapana, että kaikkea onnistumista elämässä – oli se sitten hyvä numero koulussa, ajokortin saaminen tai jokin muu saavutus – juhlietaan aina yhdessä kahvilla ja tietysti asianmukaisella syömisellä. Tämä perinne on siirtynyt poikien myötä heidän elämiinsä, ja nyt juhlistetaan myös miniöiden onnistumiset. Aina kun hyviä uutisia kuullaan, joku muistaa kysyä: 'Milloin on kahvit?' Sitten kokoonnutaan yhteen ja vaihdetaan kuulumiset. Nyt miniä Marika oli tehnyt vallan mainiota poropiirakkaa, jota nautimme mansikka-rucolasalaatin kera. Muistakaa nauttia elämän onnistumisista ja yhdessäolosta!

Poropiirakka

Pohja:
100 g voita
0,75 dl juustoraastetta
2 dl vehnä jauhoja
2 rkl kylmää vettä
Täyte
150 g pororouhetta
1 sipuli
200 g juustoraastetta
120 g smetanaa
2 dl kermaa
2 kananmunaa
ripaus suolaa, mustapippuria ja ruohosipulia hienonnettuna.

Nypi voi, jauhota ja juustoraaste sekaisin, lisää vesi. Painele taikina piirakkavuokaan ja laita se jääkaappiin odottamaan täytettä. Kuullota sipuli pannulla, lisää pororouhe. Ota pannu liedeltä ja jäähdytä. Ripottele puolet juustoraasteesta pohjan päälle. Kaada poroseos vuokaan. Lisää loput juustoraasteet. Sekoita smetana, kerma, kananmunat ja mausteet ja kaada vuokaan. Paista 200 astetta n. 25-30 minuuttia. Filotaikinat piirakan päälle tiiviisti ja voitele kerrokset taas öljymarinadilla. Paista piirasta uunissa keskitasolla 175 asteessa noin 30 minuuttia.



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

Huolla koiran kynsiä säännöllisesti - liian pitkät kynnet altistavat koiran vammoille

Koirien tapaturmaiset kynsivammat ovat suhteellisen yleisiä ja monet niistä johtuvat liian pitkiksi päässeistä kynsistä. Joskus eläinlääkäriin hakeudutaan kynsiasioissa, koska omistaja ei uskalla itse leikata koiransa kynsiä. Kynsien leikkaamisen voi kuitenkin oppia – sekä koira että omistaja. Kynsien säännöllinen leikkaaminen kuuluu koiran perushoittoon ja sen avulla voi vähentää kynsivammojen riskiä.

Kynsien leikkaaminen vähentää vammojen riskiä

Liian pitkät kynnet voivat jäädä jumiin portaisiin, laatojen väliin, viemäreihin tai ritilöihin. Joskus vain pieni osa kynsistä halkeaa tai vaurioituu, mutta toisinaan koko kynsi repeää irti. Kynnen kovan kuoren alla on hermoja ja verisuonia, joten kynnen katkeaminen aiheuttaa koiralle kipua, ja verenvuoto voi olla runsasta.

Pitämällä kynnet riittävän lyhyinä, koiranomistaja voi ennaltaehkäistä kynsivammoja. Kynsiä huoltaessa kannattaa muistaa leikata myös koiran etujaloissa olevat kannuskynnet. Kannuskynnet sijaitsevat ylempänä tassussa eivätkä näin ollen kulu luonnollisesti. Mikäli kannuskynnet pääsevät kasvamaan ylipitkiksi ja kiertymään, voivat ne aiheuttaa ikäviä ihovaurioita tassuun.

Tee koiran kynsien leikkaamisesta rutiini

Kynsien leikkaaminen kuuluu koiran perushoitotoimenpiteisiin, aivan kuten ulkoilutus, ruokinta tai turkin



hoitokin. Jos koira ei ole tottunut tassujen käsittelyyn, voi leikkuuhetki aiheuttaa stressiä ja hermojen kiristymistä niin koiralle kuin omistajallekin.

Pennulle kannattaa heti sen kotiuduttua opettaa säännölliseen tassujen käsittely, jotta kynsien leikkuuhetkestä muodostuu mukava yhteinen hetki koiran ja omistajan välille. Alussa pentua kannattaa palkita siitä, että se on rentona sylissä ja antaa omistajan tutkia tassuja. Tämän jälkeen voi siirtyä leikkaamaan kynsiä, vaikka vain yksi kynsi kerrallaan. Säännöllisen käsittelyn tuloksena pennun maltti riittää pian koko tassun kynsien leikkaamiseen kerralla.

Jatkossa kynsien leikkaamisesta kannattaa tehdä it-

selleen rutiini ja valita esimerkiksi tietty viikonpäivä, jolloin koiran kynnet leikataan. Samalla kannattaa tarkastaa koko tassun kunto. Kukista anturoiden väliin, tarkasta ihon kunto ja leikkaa mahdolliset ylipitkät tassukarvat lyhemmiksi.

Kun viikoittaisen kynsien leikkaamisen hoitaa itse, säästyy sekä rahaa että aikaa. Jos epäilet, ettei osaa leikata kynttä oikein, pyydä eläinlääkäriä tai trimmaajaa näyttämään mallia. Kynsien leikkaaminen vaatii tietysti pientä vaivannäköä ja harjoittelua, mutta maukkailla herkuilla ja kärsivällisyydellä pääset lopulta tuloksiin – kynsi kerrallaan.

Teksti
Agria-eläinvakuutus

Leijonien Kalamarkkinat jälleen Lahdessa

Lions Club Lahti Vesijärvi järjestää Lahden 27. kalamarkkinat Vesijärven matkustajasatamassa 20.-22.9.2024.

Markkinapaikkana Lahdella on vankat perinteet. On ollut ilahduttavaa nähdä kaupunkilaisten kiinnostus markkinoitamme kohtaan jo etukäteen, toivommekin markkinayleisöä sankoin markkinoillemme.

Tarjonnasta se ei ainakaan jää kiinni. On kalajalosteita, kalastustuotteita, ruoka-annoksia, makeisia, mausteita, hedelmiä, marjoja, muita luonnon antimia, käsitöitä, teksteilejä, rantaongintaa ym. Teemme kaikkemme, että

saisimme myyntiin myös tuoretta kalaa.

Markkinoiden ohjelma on rakentumassa ja se julkaitaan hieman myöhemmin. Markkinoiden tuotosta on sanottava, että se ohjataan lyhentämättömänä pääosin nuorisotyöhön, mutta myös muille tuen tarvisijoille.

Markkinaohjelmaa järjestävät tahot ovat lähes kaikki kuuluneet tuen saajiin. Markkinoilla näet ja kuulet mitä avustukset oikeasti merkitsevät avustettaville yhteisöille.

Nyt mukana markkinoilla myös LC Lahti Vesijärven kumppani Monon Side ry. Monon Side ry järjestää ennaltaehkäisevää päihde-

ja mielenterveystyötä alle 18-vuotiaiden nuorten parissa. Kukapa lahtelainen ei muistaisi ”Operaatio Monon”?

Me klubina järjestämme puitteet markkinoiden järjestämiselle, markkinakauppiat laittavat esille tuotteensa, mutta vasta markkinayleisö tekee tapahtumasta markkinat. Meillä leijonilla on vahva halu auttaa. On monta tapaa tehdä hyvää – markkinoiden järjestäminen on niistä yksi.

Tavataan markkinoilla!

Reijo Kaariste,
Lions Club Lahti Vesijärvi,
kalamarkkinavastaava



Kalamarkkinat 2023. Kuva Lions Club Lahti Vesijärvi.

Jari Huttunen nousi Lahti Historic Rallyn voittajaksi

Lahti Historic Rally tarjosi monia käänteitä kilpailun aikana, mutta viimeiset käänteet tarjoiltiin ajamisen jo päätyttyä. Suorastaan sensaatiomaisen kovaa ajanut ja ensimmäistä kisaansa takavetoautolla ajanut Ranskan Florent Todeschini juhli voittoa podiumilla, mutta kilpailun jälkeisessä teknisessä tarkastuksessa hänen ajamansa Ford Escort RS ei kaikilta osiltaan ollut luokitustodistuksen mukainen. Ranskan sarjassa autossa on käytössä ohjaustehostin, sekä taka-akselin watt-tuennan kiinnityksen osalta ratkaisuja, jotka eivät vastaa kansainvälistä historic-passitusta. Sen myötä tuloksena oli hylkääminen kilpailun lopputuloksista.

Voittajaksi ranskalaisen hylkäyksen jälkeen nousi **Jari Huttunen**, joka ajoi myös ensimmäistä takaveto-kisaansa Ford Escort RS:llä. Kiuruveden supermies nähtiin kilpailun aikana useaan otteeseen mairea hymy kasvoillaan, joten ajaminen takavetoautolla suomalaisilla sorateilla maistui myös maailmaa kiertäneelle kuljettajalle. Huttusen kartturina nähtiin **Topi Luhtinen**, joka on mukana Toyotan junioriohjelmassa ja kartturoi pääsääntöisesti Japanin **Hikaru Kogurea**.

Toiseksi kilpailussa ajoi takavetoisella Opel Ascona 400:lla **Marko Uutela – Ville Mäkelä** kaksikko, joiden

kohtalona viime vuonna oli jälkikatsauksessa tulla hyläytyksi vääränlaisista takajarrulevyistä. Eroa voittoon ajaneeseen Huttusen auto-kuntaan kertyi 31,8 sekuntia.

Kolmospaikan nappasi **Tommi Hannuksela – Jukka Vihtalahti**, jotka täydensivät takavetoautojen trion Ford Escort RS:llään. Huttusen kanssa samassa huoltopilttuussa ollut kaksikko jäi voittajasta 3:51,8 minuuttia. FIA European Historic Rally Championship -sarjaan ilmoittautuneista kuljettajista korkeimmat pisteet matkasivat Britteihin, kun voittoon ajoi säännöllisesti Lahden kilpailuun osallistuva **Ernie Graham** tyttärensä **Annan** kartturoimana. Heidänkin ajokinaan Ford Escort RS, mutta oikealta ohjattavana versiona. Huttuseen verrattuna aikatappiota tuli 5:54,1 minuuttia.

Monilla kärkipään sijoille odotetuilla kuljettajilla oli erilaisia ongelmia matkassa. Kilpailun suurimpana voittajaehdokkaana kilpailuun startannut kaksikko **Jari-Matti Latvala – Janni Hussi** joutui perjantaina keskeyttämään kilpailunsa jo toisen erikoiskokeen jälkeen. Nelivetoisen Toyota Celica GT Four (ST 165) ajokin jakohihna pääsi hyppäämään parin hampaan verran ja keskeytys oli väistämätön. Yleisön suosikkikaksikko pääsi kuitenkin lauantailla

mukaan ja ajoi pohja-ajan kaikille erikoiskokeille. Hienon nousun kilpailun aikana teki myös Unkari **Tibor Érdi Jr.** nelivetoisella Ford Sierra Cosworthillaan. Avauserikoiskokeella aikatappiota kärkeen tuli lähes 6 minuuttia. Raivokas takaa-ajo tuotti tulosta ja kilpailun toiseksi viimeisellä erikoiskokeella mies oli jo noussut Grahamin autokunnan edelle ja oli kiinni sarjakuljettajista nopeimman tittelissä. Viimeisellä erikoiskokeella vaihteistovika kuitenkin päätti harmillisesti matkan. Synkin kohtalo nähtiin kui-

tenkin perjantaina kilpailun kolmannella erikoiskokeella, kun Lahdessa useasti podiumilla nähty **Ville Silvasti** selätti upean Audi Quattronsa sangen näyttävästi.

Historicien EM-sarjan, kotimaisen Historic Rally Trophyn ja Ralli SM:n ajaminen samassa kilpailussa on valtava haaste monella tapaa, mutta etuna on kaluston laajuus. Tänä vuonna Future SM-rallin puolelle kilpailuun saatiin mukaan kutsuvierasloukka, jonka ehdottomana tähtenä oli lahtelainen **Sami Pajari** Toyota Corolla GT:llä. Vastikään Jyväsky-

län MM-rallissa debyyttinsä Toyota Gazoo Racingin Rally1-autolla suorittanut kuljettaja toi takavetoista ajokkia näyttävästi ja kovaa. Esimerkiksi perjantain päätöspätkällä Ylänteellä nuoteitta ajanut huimapäähä olisi ollut SM-sarjan kuljettajista viides. Moottoririkko päätti kuitenkin harmillisesti matkan lauantaan avauspätkällä. Kutsuvierasloukan voittoon nousi tässä kohtaa stand-up koomikkona paremmin tunnettu **Ismo Leikola**, joka uransa kolmannessa rallissa pääsi koko ajan paremmin ja paremmin juonesta kiinni.

Vannoutuneimmiltakin rallin seuraajilta alkoivat päätöskähdellä hyväksyvästi miehen suoritukselle ja jos miehen iloisuudesta kilpailun aikana voi mitään päätellä, ajoura jatkuu takuuvarmasti.

Historic Rally Trophyn ja Ralli SM:n osalta kilpailun eri vaiheista on luettavissa kyseisten sarjojen nettisivuilla.

Lahdessa rallia ajetaan jälleen 22-23.8.2025.

Teksti Jani Seppälä



Jari Huttunen ja Topi Luhtinen Kuva: Jarmo Mäki



Rakennusjätteen vastaanotto Lahdessa Jokimaalla

Otamme vastaan mm.:
puu-, energia-, betoni-, rakennus- ja purkujätettä sekä metallia

Ostamme myös metallia:
romurautaa, akut, kaapelit yms.

Kysy lisää:
050 325 5891
Kari Karppanen



Lahden kierrätyslaitos

Meisselikatku 9, Lahti | 045 609 1440 | vaaka.lahti@purkupiha.fi
Avoinna: ma-pe klo 7-15 (Iltakuormat sovittavissa erikseen)

Historiallista: Kullan arvo yli 70 € grammalta!

Kullan hinta on historiallisissa lukemissa! Hintakehitys on lähes 600 % viimeisen 20 vuoden aikana. "Tämä on ennenäkematöntä" sanoo Sebastian Rasimus, Suomen Kultareservin toimitusjohtaja.

Miten tämä on näkynyt asiakasmaksuissa?

"Olen ollut alalla lähes 15 vuotta ja koskaan ennen, ei ole muutamasta kultasormuksesta saanut satoja euroja." toteaa Rasimus. Kullan hinta on noussut lähes 600 % viimeisen 20 vuoden aikana, kun hinta on noussut 10 euron grammahinnasta, 70 euroon grammalta.

"Kultamarkkinat eivät ikinä ole olleet näin korkealla ja historiallisesti katsottuna, ei koskaan aikaisemmin ole ollut parempaa hetkeä myydä kultaa, kuin juuri nyt. Viimeksi kun kullan hinta teki uuden ennätöksensä (vuonna 2012), seurasi sitä yli 35 % hinnan romahdus heti seuraavana vuonna. Silloin hinta tippui 44 euron grammahinnasta, 28 euroon grammalta." jatkaa Rasimus.

Mikäli historia toistaa itseään, voi olla, että lähitulevaisuudessa korvaus kultakoruihin on vain puolet siitä, mitä se on tänä päivänä. Paikan päälle kannattaa tulla vain tarkistamaan kultansa arvo, sillä hinta todennäköisesti yllättää positiivisesti ja arviointi on täysin maksuton.

LAHTI

TORSTAI 12.9.

Hotel GreenStar, Vesijärvenkatu 1.

Palvelemme klo: 10 - 17.

Tällä mainoksella 10 € bonus yli 100 € myynnistä



SUOMEN
KULTARESERVI

AMITY DRYN MUSIKAALI

ÄITI, VAIMO

ja muita mahdottomuuksia

Ohjaus ja suomennos JUKKA NYLUND

ANNA-MAIJA TUOKKO JONNA JÄRNEFELT MATLEENA JUNTANEN MINNA KETTUNEN-ENBERG

Esitykset 19.9.2024 alkaen

Liput 46 / 41 / 38 €
+ tilausmaksut (alk. 1,50 € / tilaus www.lippu.fi)

RIIHIMÄEN TEATTERI

Lipunmyynti 044 357 0300 / info@riihimaenteatteri.fi
Hämeenaukio 1 · 11100 Riihimäki www.riihimaenteatteri.fi lippu.fi

Nauti vapaudesta!

Valokuitu, jossa et sitoudu yhteen nettiliittymän toimittajaan.

Valitsemalla Valokuitusen saat kotiisi:

- ▶ Vapauden vaihtaa nettiliittymän toimittajaa ja valita sinulle sopivat palvelut laajasta valikoimastamme.
- ▶ Nopean ja vakaan yhteyden vain omaan käyttöösi.
- ▶ Luotettavan toimituksen: sitoudumme rakentamispäätöksiimme
- ▶ Kiinteän hinnan ja avaimet käteen -palvelun. Siistimme myös pihasi entistä vastaavaan kuntoon.



Tilaa valokuitu!
valokuitunen.fi

Heräsikö kysyttävää?

Ota yhteyttä myyntiimme: puh. 094 255 2298
(mpm/pvm), ma-pe 9-17 ja la 12-16.

VALOKUITU NEN

