



puh. 0500 652050, 0440 652050
kaihdinlinna@suursaimaa.com
www.kaihdinlinna.fi



**Markiisit
Varkauden alueella**

- MYYNTI**
- ASENNUKSET**
- HUOLTO**

KAUPPAKATU 22
ke-to klo 12-15

ARTIC STORE

AURINKOSUOJAT & KAIHTIMET

www.articstore.fi

Pöyhölän Pappila

26.3. alkaen huhtikuun loppuun saakka:

- lauantai-illan menut klo 17-20.....**35€/hlö**
- sunnuntai-brunssit klo 11-14.....**28€/hlö**
- sunnuntai-päiväkahvit (sen seitsemän sortin suolaiset/makeat herkkupalat).....**14€/hlö**

16.-18.4. Pääsiäismenu

1.5. Vappubrunssi

7.-8.5. Äitienpäivämenut

Kesällä jälleen supersuosittua KESÄLOUNASTA!

Ottamme pieniäkin seurueita myös muina aikoina ruokailemaan, soita tai laita viestiä, kerromme lisää!

Muistathan myös suositut noutomenumme ja kakkumme!

Lue lisää: www.poyholanpappila.fi
Puh. 050 307 8387
poyholanpappila@gmail.com



ERAREPPU.FI

Anar vaellus- ja retkiasut

Muorra ja Galda takit

169€

Ruossa II ja Ailla II housut

79€



Näe ja koe enemmän, Levenhuk

Blaze Base 60-kaukoputki (suurenos 20-60x)

699\$

Sherman Pro 10 x 50

Valovoimainen lintu-kiikari, typotyöte.

199\$

Karma Base 8 x 42

Yleis- ja retkikiikari.

74\$

Atom 8 x 21

Luotettava pienikokoinen kiikari.

24\$



Kynsikkäät

- softshell,
- suljettavalla läpällä
- merinovilla
- retkimuonatat

Hyviä myös kotivarkais.

89\$

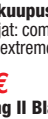
Blå Band



Anar kahvipannu 2 L

Teräksinen, nuotiolla tai liedelle.

199\$



Käy myymälässä tai verkkokaupassa: www.erareppu.fi

Suuraa meitä: [Facebook.com/erareppu](https://facebook.com/erareppu)

STEMMA VARKAUS

LOPPUUNMYynti

VÄHINTÄÄN
-20%

KAIKKI POIS!

JOPA
-70%

PERÄKÄRRIT MUKAAN!

SÄNKYJÄ
-50%

MOOTTORI-SÄNKYJÄ
-50%

MATTOJA
-50%
-70%

SOHVIA
-50%

LEPO-TUOLEJA
-50%

KESÄ-KALUSTEET
-30%
TARJOUS-HINNOISTA

RUOKAILU-RYHMIÄ
-50%

...ja paljon muuta. Toimi heti ja hae parhaat päältä!

KOROTONTA MAKSUAIKAA 6, 10, 12 kk!

Kysy meiltä joustavaa rahoitusta!

Verkkokauppa palveluee 24/7

STEMMA

Kauppakatu 34, Varkaus

puh. 020 7862 265

Ark. 10-17, la 10-14

www.stemma.fi

Stemma



Vuoden 2021 paras urheilija on Varkauden Mainareiden Tomas Käyhkö. Judossa parhaaksi nimettiin Yama-Arashin Eve Pöysti.

Urheilijoille annettiin tunnustusta

Riika Paukkonen

Varkauden Urheiluseurat ry on tauon jälkeen palkinnut eri seurojen menestyneitä urheilijoita. Koronatilanteen vuoksi palkitsemiset suoritetaan kevään aikana urheiluseurojen omissa tilaisuuksissa. Vuoden parhaaksi urheilijaksi nimetty keilailija Tomas Käyhkö palkitaan 5. huhtikuuta järjestettävässä tilaisuudessa, jossa samalla julkistetaan uudet Varkauden Urheilun ja Liikunnan kunniagalleriaan nimetyt henkilöt.

Varkauden Mainareita edustavan mikkeliäläisen Tomas Käyhkön vuosi 2021 oli tapahtumarikas. Suomen Keilailuliitto nimesi hänet toistamiseen vuoden keilaajaksi. Varkauden Ur-

heiluseurat ry nimesi hänet maaliskuussa 2022 järjestön jäsenseurojen vuoden 2021 parhaaksi urheilijaksi. Tomas Käyhkö nostaa vuoden kohokohdaksi ensimmäisen henkilökohtaisen Suomen

Eva Sjöström



Varkauden Jousiampujien Mika Rutonen on menestynyt etenkin maasto- ja 3D-jousiampunnan arvokisoissa.

mestaruuden Varkauden Mainareiden paidassa.

–Myös tälle kaudelle hyvä alku SM-liigassa lämmittää mieltä, kun päästään taas taistelemaan SM-liiga mestaruudesta parin heikkomman kauden jälkeen, hän kertoo.

Urheilumenestystä on niitetty myös maailmalla. Käyhkö osallistui marraskuussa Dubaissa MM-kilpailuihin. Kotiintuomisena hänellä oli henkilökohtainen miesten MM-hopeamitali singlessä. Parhaillaan hän on pidemmällä matkalla Yhdysvalloissa, jonka aikana hän osallistuu PBA Touriin. Kilpailusta kokemuksen hakeminen on ollut yksi Käyhkön lähiajan tavoitteista.

–Matka kestää reilun kuukauden ja pelaan sen aikana viisi erillistä PBA Tourin kisa, joista kaksi on nyt ohi ja kolme on vielä jäljellä. Kaksi ekaa kisa oli Wisconsinissa ja tästä lähdetään sitten vielä Texasiin, Coloradoon ja Las Vegasiin. Tämä on eka kerta itsellä näissä kisoissa, joten tämä on enemmän vielä tällainen kokemuksen haku reissu, mutta toivottavasti

menestystä loppuissa kisoissa vielä tulisi, Käyhkö miettii.

Varkauden Mainareissa kilpaileva keilaaja valmistautuu myös tuleviin kotimaassa käytäviin kilpailuihin. Miesten SM-kisat käydään huhti-toukokuun vaihteessa Porissa. Myös Euroopan parhaat kokoontuvat Suomeen, kun miesten EM-kisat järjestetään kesäkuussa Helsingissä.

–Tavoitteenani on toisen peräkkäisen Suomen mestaruuden voittaminen, hän kertoo.

Varkauden Urheiluseurat täydentää kunniagalleriaa

Paikallisten menestyskäden urheilijoiden palkitsemistoiminta on palannut jälleen osaksi Varkauden Urheiluseurat ry:n laajaa ohjelmaa. Palkitut on nimetty jäsenseuroilta tulneiden esitysten pohjalta ja ne on vahvistettu Varkauden Urheiluseurat ry:n hallituksessa. Koronan vuoksi aiemmilta vuosilta tunnettua Urheilugaalaa ei toteuteta. Jäsenseuroilla on omat tilaisuutensa, joissa palkitsemiset suoritetaan. Yama-Arashilla palkitseminen tullaan tekemään keväällä vyökokeitten yhteydessä ja Puurtilan Kisa-Pojat puolestaan luovuttaa palkinnon kauden ensimmäisessä kotipelissä toukokuussa Kämärillä.

Varkauden Urheiluseurat ry:n palkitut ovat seuraavissa lajeissa: jousiampunta **Mika Rutonen** Varkauden Jousiampujat, judo **Eve Pöysti** Yama-Arashi, jääpallo **Ari-Pekka Aho** WP 35, moottorikelkkailu **Joni Gustafsson** Varkaus Racing Team, moottoripyöräily **Jesse Mustonen** Varkaus Racing Team, nyrkkeily **Kalle Mikkonen** Varkauden Voimailuseura, pesäpallo **Elle Rissanen** Puurtilan Kisa-Pojat ja taitoluistelu **Milma Ursin** Varkauden Tarmo.

Varkauden Urheiluseurat ry järjestää 5. huhtikuuta tilaisuuden, jonka aikana julkistetaan neljä uutta Varkauden Urheilun ja Liikunnan kunniagalleriaan nimettyä henkilöä. Samassa yhteydessä palkitaan Vuoden 2021 paras urheilija Tomas Käyhkö.

Urheiluseuroissa valmistaudutaan tulevaan kesään

Yama-Arashi aloittaa koronan jälkeen yhteistoimintaa



Taitoluistelussa palkittiin Varkauden Tarmoa edustava Milma Ursin.

lähialueen judoseurojen kanssa. Keväällä seurassa on ajankohtaisena kauden aikana opitun mittaaminen, kun järjestetään vyökokeita ja junnujen natsakoepäivät.

–Lisäksi epidemian rauhoituttua osallistumme mahdollisuuksien mukaan järjestettäviin kisoihin ja leireihin, **Heikki Ropponen** Yama-Arashi ry:ltä sanoo.

Pesäpallon parissa valmistaudutaan myös tulevaan kauteen. Puurtilan Kisa-Pojat ry:n puheenjohtaja **Emmi Kallio** kertoo, että ensi kesänä seuralla on edustusjoukkueet naisten ja miesten maakuntasarjassa. Elle Rissanen jatkaa edustusjoukkueessa. Lisäksi seuralla on neljä juniorijoukkuetta 6-15 vuotiaiden ikäluokissa. Kallion mukaan tällä hetkellä harjoitukset pidetään kaupungin sisäliikuntatiloissa, mutta hän toivoo että viimeistään pääsiäisen jälkeen päästään Kämärin ulkokentälle.

–Erityisesti mainittakoon, että seuralla on pitkstä aikaa 6-9-vuotiaista tyttöistä koostuva joukkue. Muissa ikäluokissa on sekajoukkueet, eli sekä tyttöjä että poikia samassa joukkueessa, Kallio kertoo.

Mika Rutonen toi Varkauden Jousiampujille vuonna 2021 runsaasti menestystä. Hän voitti SM-kultaa, joukkueessa SM-hopeaa ja lisäksi kaksi kultaa kansallisissa kisoissa.

–Palkitsemisen perusteena on Mikan jatkuva menestys etenkin maasto- ja 3D-jousiampunnan arvokisoissa Suomessa. Mika osallistui myös syksyllä 2021 Sloveniassa 3D-jousiampunnan EM-kisoihin. Tähän vaatimuksena oli A-karsintarajan ylittäminen Suomen

karsintakilpailuissa, **Ville Hämäläinen** Varkauden Jousiampujilta kertoo.

Jousiampujien harjoitusmahdollisuudet lisääntyvät Varkauden seudulla. Hämäläinen kertoo, että Varkauden Jousiampujilla on rakenteilla Joroisiin 3D-jousiampuntarata ja kiinnostus lajia kohtaan kasvaa. 3D-jousiampuntaan kuuluu, että siinä ammutaan eläimen näköisiä maaleja siten, että ammuttava matka pitää itse arvioida. Radan rakenne tulee mahdollistamaan kansallisten 3D-jousiampuntakilpailuiden järjestämisen. Hämäläisen mukaan laji on mielenkiintoisen haastavuuden takia. Esimerkiksi ylä- ja alamäet hankaloittavat tasapainon pitämistä sekä matkan arviointia. Lisäksi lajissa saa monipuolisesti liikuntaa.

–Radan tekeminen aloitettiin viime syksynä. Lumien sulettua talkoita jatketaan radan loppuun saamiseksi.

Kasvava kiinnostus jousiampuntaa kohtaan on heijastunut esimerkiksi keväällä 2022 järjestettävään Ensinnuoret-kurssiin. Hämäläinen kertoo kurssin jo täyttyneen osallistujista. Seura järjesti myös perinteikkään Theft City Shoot -sisäampuntakilpailun maaliskuun alussa. Seura on lisäksi anonut liitolta sisäjäousiampunnan taulu SM-kisoja maaliskuulle 2023.

–Uusia harrastajia ja kokeilijoita lajin pariin mahtuu. Kokeilemisen kynnyks on pidetty matalalla ja seuralta löytyykin lainavälineitä kokeilua varten. Kokeilijoita pyydetään ottamaan rohkeasti yhteyttä esimerkiksi Facebookin tai sähköpostin kautta, Hämäläinen innostaa.

49. "Minä Soitan Harmonikkaa..." -kilpailu



Kulttuurikeskus Poleeni,
Pieksämäki
8.-10.4.2022
pe klo 10-18
la klo 10-17
su klo 9-14

Striimaus: youtube.com/
kulttuurikeskuspoleeni
Järg. Harmonikansoiton opettajat ry
ja Kulttuurikeskus Poleeni



Vapaa pääsy,
käsiohjelma 10€



Sanan äärellä -Ilta

Opetusta ja yhdessäoloa luterilaisen tunnustuksen ja Raamatun äärellä **Pieksämäellä tiistaina 29.3. klo 18:00.** Järjestötalolla, Tasakatu 4-6 (2. kerros). Tervetuloa mukaan!!

Suomen evankelisluterilainen lähetysliitto

Nimipäivät

23.3. Akseli, Selina
24.3. Gabriel, Kaapo, Kaappo, Kaapro
25.3. Aija, Aava
26.3. Manu, Manne, Immanuel, Immo
27.3. Sauli, Saul
28.3. Armas
29.3. Jouni, Joni, Joonas, Joona, Jonne, Jonni



**Pirnankatu 1 A
78200 Varkaus**

Yrittäjä

Ulla-Mari Lajunen
050 583 0342
ulla@sinunsavo.fi

Markkinointi

Tarja Korhonen
017 3669 306
markkinointi@sinunsavo.fi

Sivunvalmistus

Ilpo Rönkkö
017 3669 303
aineisto@sinunsavo.fi

Toimitus

Riika Paukkonen

Jakeluasiat

017 3669 306

sinunsavo.fi

SÄÄSTÖTALO

TEKEVÄN IHMISEN KAUPPA

Fazer MAITOSUKLAALEVY 200 g

Fazerin Sininen maitosuklaa on klassikkosuklaa, joka kruunaa hetken kuin hetken ylellisellä maullaan.

5 kpl

10 € (10€/kg)
norm. 2,69€/kpl



M&M's PÄÄSIÄISMUNA- PUSSI 135 g

M&M's Eggs suklaamunissa on rapea värikäs kuori ja sisällä maitosuklaata.

2,50 € (18,52/kg)



L'Oréal Men Expert SUIHKUGEELIT



-20%

Pisla KAAPELILUKKO

1800 x 10 mm

Muovitettu kaapelilukko vaikka polkupyörien lukitsemiseen. Pituus 180 cm.

7,90 €



Visbella AJOVALOJEN KIRKASTUSSARJA

Kirkasta himmentyneet ajovalot turvallisemmiksi tällä ajovalojen kirkastussarjalla, joka sopii yleisimpien muovimateriaalien käsittelyyn.

9,90 €



Leca HIEKOITUS- MURSKES 25 L

Kevyt, helppo levittää, hyvä pito, ei kulkeudu sisään, puhdas luonnontuote. Murske sopii myös kukkapenkin maanparannusaineeksi.

7,90 € (0,32/l)



GreenCare Grobiootti™ TAIMIMULTA 8 L

Luonnollinen Grobiootti™ on hyötymikrobi, joka parantaa juuriston vastustuskykyä ja edistää kasvien hyvinvointia.

3,90 € (0,49/l)



TURVELOKERIKKO 6 cm 4 x 8 ruukkua

Maatava ruukku, jossa juuristo pääsee kehittämään esteettömästi.

3,50 €



Harju Bluetooth KUULOSUOJAIMET

Bluetooth ja sisäänrakennettu mikrofoni. Suojaimet toimivat ladattavalla akulla. Akun lataus micro USB-johdolla, joka sisältyy pakkaukseen.

39,90 €



Metsuri TERÄKETJUÖLJY BIO 3 L pussi

100% biohajoava, uusiutuva ja myrkytön.

8,90 € (2,97/l)



Timco 20V 4Ah 500 Nm MUTTERINVÄÄNNIN

Hiiliharjaton moottori. 1/2" kantaistukka. LED-valo. Momentinvaihdin 500 Nm / 350 Nm. 4,0 Ah Li-ion akku ja pikalatauslaite sisältyvät pakettiin. 4 kpl voimahylsyjä, koot 17-19-21-22.

149 €



Mustang Atlanta 4 KAASUGRILLI

Näyttävä ja tukeva 4 rosteripolttimella varustettu kaasugrilli. Kokonaisteho 12,0 kW. Piezo-sytytys sisäänrakennettu jokaiseen säätönuppiin.

299 €



Tarjoukset voimassa viikon loppumisvarauksella, ei jälleenmyyjille.

ÄJÄ
Park

Ark. 8-19
la 9-17
su 12-16
Tukikohdantie 2
PIEKSÄMÄKI
p. 044 0500 109

NETTIYYNTI.FI
Seuraa meitä
somessa!



UUTTA UUTTA

M.X.O
t-paita
• S-XXL

26,99 €



M.X.O
tunika

• S-3XL
• myös punainen
ja musta

29,99 €



TAMSILK
laamapaita
• 36-52

19,90 €



NAME IT
Pipsa Possu
mekko

• 92-122
• myös pinkki

21,99 €



NAME IT
toppi

• 92-128

7,99 €



NAME IT
svetari

• 116-152

26,99 €

NAME IT
svetarihousu

• 86-110

22,99 €

osmotex

Tavaratalo KAX
Pieksämäki
Puh. 0440 500 108
Ma-pe 10-17
La 10-14



Siitepölyallergian hyvällä hoidolla säästetään rahaa

Hoitamalla oikein siitepölyallergiaa parannetaan allergisen elämälaatua ja pienennetään astmaan sairastumisen riskiä. Hyvästä hoidosta hyötty myös yhteiskunta, sillä samalla vähennetään allergiasta ja astmasta aiheutuvia kustannuksia, painottaa Allergia-, iho- ja astmaliitto Allergiaviikkola 21.–27. maaliskuuta.

Suomalaisista joka viides sairastaa siitepölyallergiaa. Siitepölyallergian oireita ovat vesinuha, aivastelu, nenän kutina ja tukkoisuus, yskä sekä astmaoireet. Useimmilla myös silmät punoittavat, kutisevat, kirvelevät sekä vetistävät. Monet saavat allergiaoireet kuriin hyvällä allergialääkityksellä, mutta osa oireilee lääkityksestä huolimatta jopa aikaisesta keväästä alkusyksyyn.

Allergista nuhaa sairastavilla on 2–3,5-kertainen riski sairastua astmaan. Riskiä pienennettäisiin ja astman kehittymistä ennaltaehkäistäisiin siedätyshoidolla. Samalla säästettäisiin yhteiskunnan kustannuksia ja vähennetään inhimillistä kärsimystä. Oireiden ja lääkityksen tarpeen vähetes-

sä myös allergiapotilaiden terveyspalvelujen tarve ja käyttö vähenisi.

Suomessa astman ja allergian kokonaiskustannukset vuonna 2018 olivat 1,5–1,8 miljardia euroa, josta suoria hoitokustannuksia oli 332 miljoonaa. Suorista kustannuksista yli puolet kului lääkehoitoon ja lähes kolmannes erikoissairaanhoidoon ja perusterveydenhuoltoon. Astman ja astmaoireiden osuus suorista kustannuksista oli 62 prosenttia.

Siedätyshoito on huonosti tunnettu

Moni siitepölyallerginen hyöttyisi siedätyshoidosta, sillä hoito vähentää allergisen oireita 80–90 prosenttia. Siedätyshoidossa osa tulee täysin oireettomiksi, ja suurella osalla allergiaoireet lievenevät huomattavasti.

Suomessa siedätyshoitoa saavien määrä on kuitenkin pieni. Sitä sai vuonna 2021 noin 10 000 allergista. Siitepölyallergikot osaavat harvoin hakeutua siedätyshoitoarvioon ja terveydenhuollon ammattilaiset eivät kovin usein tarjoa siedätystä hoidoksi. Siedätykseen

päästään useimmiten vasta, kun on itse pyydetty sen aloittamista.

Siedätyshoito on allergian syynmukaista hoitoa. Hoidon tarkoituksena on totuttaa ja siedättää elimistö allergiaa aiheuttavaan aineeseen. Hoitoa saa niin julkisessa kuin yksityisessäkin terveydenhuollossa.

Siedätyshoidon muotoja on tällä hetkellä pistos- ja kielenalustablettihoito. Pistossiedätyshoitoa on tarjolla yli 5-vuotiaille sekä koivun siitepölyallergian että timotein siitepölyallergian hoitoon. Tablettisiedätyshoitoa voi saada yli 18-vuotiaat koivun siitepölyallergiaan sekä aikuiset ja yli 5-vuotiaat lapset timotein siitepölyallergiaan.

Allergia-, iho- ja astmaliitto

Allergiaviikko on Allergia-, iho- ja astmaliiton vuosittainen kampanja, jonka tarkoituksena on lisätä tietoisuutta allergioista ja niiden hoidosta. Allergiaviikkoa on vietetty vuodesta 1982. Viikkoa vietetään kevään siksi, että kevät vuodenaikana aiheuttaa aina runsaasti oireita allergisille.

Taiteilijaelämää

–Ilman tätä tekemisen paloa ei jaksaisi, tuumii taiteilija Raimo Vokkolainen.

Vokkolainen kaatui pahasti marraskuussa ja toipuu nyt uuden lonkan kanssa. Hankaluuksista huolimatta taiteilijan käsistä lähtee edelleen kymmeniä maalauksia vuosittain.

Pitkän uran tehneen kuvansilaisen taidemaalarin elämään ja ajatuksiin perehdytään ensi sunnuntaina Sielunrauhaa-sarjassa Alfa-TV:llä. Esityspäiväksi osuu Vokkolaisen 82-vuotis syntymäpäivä.

Vokkolainen on aina ollut tuottelias taiteilija. Ura alkoi jo pikkupoikana. Hän ammentaa aiheensa luonnosta. Suomalaiset linnut ja metsäeläimet ovat hänen erikoisalaansa, mutta on malleja tallentunut myös muilta mailta.

–Kävimme aiemmin usein uudella mantereella, Kanadassa ja Amerikassa, kertoo aina syvää kiinnostusta intiaanikulttuureihin tuntenut mies.

–Yhtenä aamuna avasin verhot yöpaikassani ja ikkunan takana vain muutaman metrin päässä oli majesteettinen valkopäämerikotka, Amerikan kansallislintu.

Myös tämän kohtaamisen tuotoksia on nähtävillä Joronjäljen linnasalissa, jossa



Raimo Vokkolaisen elämää ja uraa seurataan sunnuntaina 27. maaliskuuta Alfa Tv:llä kello 18 alkaen. Myyntinäyttely Joronjäljessä aukioloaikoina.

on esillä Vokkolaisen ”Matkan varrelta- maalauksia” näyttely. Tauluja on laidasta laitaan, vanhempaa tuotosta ja aivan uusia.

–Tuon metsotaulun tein kahdessa päivässä tätä tilaa varten, kertoo taiteilija.

–Maalaan usein pohjat akryyillä, se kuivuu nopeasti ja silloin pääsen jo seuraavana päivänä työstämään taulun loppuun öljyväreillä.

Näyttelytilasta löytyy myös Vokkolaisen tavaramerkkinä tunnettuja puupohjatauluja.

Ikä ja kunto ei hidasta maalaamista, mutta muuten apua jo hieman tarvitsee ja uuden

näyttelyn pysytys olikin perheurakka. Hommaa hoitamassa oli 2 tytärtä, vävy ja vaimo Senja.

Senja hoitaa muutenkin puhelinsoitot ja kaikki muut juoksevat asia, jolloin taiteilija saa keskittyä rauhaan. Parilla on pitkä yhteinen taival, takana on 62 yhteistä vuotta.

–Silti ohjelma vähän jännittää, kertoo Senja.

Sielunrauhassa on nimitäin tapana esittää lopuksi kuusi syvällistä kysymystä elämästä ja vaimolla ei ole lainkaan tietoa mitä puoliso on vastannut.

Päivi Anias

TV-OHJELMISTOA 23.-28. maaliskuuta

Ohjelmatiedot ovat ennakkotietoja, muutokset mahdollisia.

KESKIVIIKKO 23. maaliskuuta

YLE TV1	05.55 Linna 06.25 Ylen aamu 09.30 Puoli seitsemän 10.00 Kadonneen kirjeen arvoitus (12) 10.45 Yle Oddasat 10.50 Yle Uutiset Uusi-maa 11.00 Uutisikkuna 12.30 George Gentlyn tutkimukset (12) 13.20 Pikku Suorasuu (S) 15.00 Ylen aamun parhaat 15.40 A-studio viittomakielellä 16.10 MOT: Maailman paras työnvälitysmalli 16.40 Yle Uutiset selkosuomaksi 16.45 Yle Oddasat 16.50 Novosti Yle 16.55 Yle Uutiset viittomakielellä
YLE TV2	06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäiväonnit-telu: 23.3. 06.53 Pusse (S) 07.04 Henrietta (S) 07.15 Kaapo (S) 07.38 Runoja & rusinoita (S) 07.43 Neposen seikkailut (S) 07.54 Gudrun, viikinkiprinssessa (S) 08.03 Kallen keittiö (S) 08.16 Galaxi 08.17 Pok ja Mok (7) 08.24 Aika härde! (7) 08.36 Minä, Elvis Riboldi (7) 08.50 Näin Norjassa 09.00 Sydänmailla (12) 09.45 Uusi Päivä (S) 10.15–10.45 Rahdinmetsästäjät 10.50 Luonnonkaunis Ahvenanmaa: Kevät 11.00 Uutisikkuna 12.30 Jopet-show (S) 12.55 Tanskalainen maajussi 13.25 Casualty (12) 14.10 Karjalan kunnalla (7) 15.00 Taitoluis-telun MM: naisten lyhytohjelma
YLE TV3	17.00 Pikku Kakkonen 18.00 Olympiastadion, lumilautailu 19.15 Olympiastadion, ilta-kooste 19.45 Tanskalainen maajussi 20.05 Michael Palin: Elämäni matkat 21.00 Napamiehet (12) 21.25 Siskonpeti (7) 21.50 Työt 18 22.30 Taitoluistelun MM: parien lyhytohjelma 23.50 Sotalaiva: Elämää merellä 00.35 Mr. Robot (16) 01.25 Uutisikkuna

MTV3	06.25 Uutisaamu 09.30 Emmerdale 10.00 Kauniit ja rohkeat 10.30 Salatut elämät: Ul-lalla on asiaa (7) 11.00 Ostoskanava Tvins.com 12.00 Valitut Palat Collection 12.30 Paras vuosi ikinä (S) 13.00 Laulu rakkaudelle - Plastakaa Lapset 100v 14.30 MTV Uutiset Live 15.00 MasterChef Suomi 16.00 Salatut elämät 16.30 Kauniit ja rohkeat
MTV3	16.55 Uutiset 17.04 Päivän sää 17.05 Viiden jälkeen 17.25 Uutiset 17.30 Viiden jälkeen 17.55 Uutiset 18.00 Päivän sää 18.05 Viiden jälkeen erikoishaastattelu 18.30 Emmerdale 19.00 Seitsemän uutiset 19.20 Päivän sää 19.25 Tuloruutu 19.30 Salatut elämät 20.00 Kotoisa 21.00 Asian ytimessä 22.00 Kymmenen uutiset 22.20 Päivän sää 22.25 Tuloruutu 22.35 Rikospaikka 23.20 Billions (7) 00.30 Hotel Swan Helsinki (12) 01.30 MasterChef Suomi 02.25 Jahti 03.20 Myytinmurhat: Siinäpä pulma! 04.20 Supernanny
NELONEN	06.00 Bing (S) 06.10 Rusty Rivets (S) 06.35 Kindi Kids (S) 06.40 Tuire ja Sateenkaarimaa (S) 07.00 Angry Birds Toons (S) 07.05 Pyjamasankarit (S) 07.30 My Little Pony (S) 07.45 LEGO Friends (S) 07.55 LEGO Ninjago (7) 08.10 Angry Birds Stella (S) 08.15 Tobot Galaxy Detectives (7) 08.30 Sunny Bunnies (S) 08.35 Teini-ikäisten mutanttiniinjakilpi-konien nousu (7) 09.00 Rempaa vai muutto Vancouver 10.00 Huikeat kakkutaiturit 11.00 LIVE: Onnenarpa 12.55 Valitut Palat Collection 13.55 Huikeat kakkutaiturit 14.55 Rempaa vai muutto Vancouver 16.00 Rikkaat ja rahattomat
NELONEN	17.00 Onnenarpa 17.05 Rempaa vai muutto Suomi 18.05 MasterChef Australia VIP 20.00 Suurin pudottaja Suomi 20.58 Keno ja Synttärät 21.00 Madventures Suomi (7) 22.00 Rillit huurussa (S) 23.00 Paratiisihotelli Suomi (12) 00.00 Koskinen (12) 01.00 Rillit huurussa (S) 02.00 Kuppilat kuntoon, Hans Välimäki! 03.00 Panttilainaamo

TORSTAI 24. maaliskuuta

YLE TV1	05.55 Kulttuuricoctail Live 06.25 Ylen aamu 09.30 Puoli seitsemän 10.00–10.43 Kadon-neen kirjeen arvoitus (12) 10.50 Yle alueu-tiset 12.10 Yle Oddasat 12.14 Oddasat 12.30 George Gentlyn tutkimukset (12) 13.15–14.50 Naiset jotka minulle annoit (7) 15.00 A-studio 15.40 Yle Uutiset selkosuomaksi 15.45 Yle Oddasat 15.50 Novosti Yle 15.55 Yle Uutiset viittomakielellä 16.00 Eduskunnan kyselytunti
YLE TV2	06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäiväonnit-telu: 24.3. 06.53 Pikkuurilla (S) 07.00 Anniina Ballerina (S) 07.25 Reppu-Heppu ja Botti (S) 07.33 Pikku Kakkonen: Karhun valtakunnassa 07.40 Enni ja Roi (S) 07.52 Q Putti 5 (S) 08.06 Tiedonjyvä 08.20 Galaxi 08.21 Late Lammass (S) 08.28 Taruvaltajat (7) 08.40 Patu-koira (7) 08.50 Juppahetki: Kehonhuolto ja venyttely 09.00 Sydänmailla (12) 09.45 Uusi Päivä (S) 10.15 Rahdinmetsästäjät 10.46 Jopet-show (S) 11.10 McLeodin tyttäret (12) 11.55 Mäkihyppyn MC, miehet HS240, karsinta 13.05 Olympiastadion, alppihiihto 14.30 Tanskalainen maajussi 15.00 Uusi Päivä (S) 15.30–16.55 Taitoluistelun MM: miesten lyhytohjelma
YLE TV3	17.00 Yle Uutiset 17.06 Yle Uutiset alueeltasi 17.10 George Gentlyn tutkimukset (12) 18.00 Yle Uutiset 18.21 Yle Uutiset alueeltasi 18.30 Puoli seitsemän 19.00 Ulkolinjat: Tangoa Putinin kanssa (12) 20.00 Linna 20.30 Yle Uutiset 20.55 Urheiluruutu 21.05 A-Talk 21.45 Yle Uutiset 21.49 Urheiluruutu 21.53 Yle Uutiset Uutis-Suomi 22.00 Ulkolinjat: Kenian sateenkaaren alla 22.55 Oddasat 23.10 Harlots - Paheen pesä (16) 23.55 Puoli seitsemän 00.25 Uutisikkuna
YLE TV2	06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäiväonnit-telu: 24.3. 06.53 Pikkuurilla (S) 07.00 Anniina Ballerina (S) 07.25 Reppu-Heppu ja Botti (S) 07.33 Pikku Kakkonen: Karhun valtakunnassa 07.40 Enni ja Roi (S) 07.52 Q Putti 5 (S) 08.06 Tiedonjyvä 08.20 Galaxi 08.21 Late Lammass (S) 08.28 Taruvaltajat (7) 08.40 Patu-koira (7) 08.50 Juppahetki: Kehonhuolto ja venyttely 09.00 Sydänmailla (12) 09.45 Uusi Päivä (S) 10.15 Rahdinmetsästäjät 10.46 Jopet-show (S) 11.10 McLeodin tyttäret (12) 11.55 Mäkihyppyn MC, miehet HS240, karsinta 13.05 Olympiastadion, alppihiihto 14.30 Tanskalainen maajussi 15.00 Uusi Päivä (S) 15.30–16.55 Taitoluistelun MM: miesten lyhytohjelma
YLE TV3	17.00 Pikku Kakkonen 18.00 Tanskalainen maajussi 18.40 Karjalan kunnalla (7) 19.30 Olympiastadion, ilta-kooste 20.00 Sotalaiva: Elämää merellä 21.00 Suuri timanttiryöstö 21.50 Taitoluistelun MM: parien vapaaohjelma 23.30 Bodyguard - Henkivartija (16) 00.30 Uutisikkuna 02.05 Jääkiekon NHL, Carolina Hurricanes - Dallas Stars

MTV3	06.25 Uutisaamu 09.30 Emmerdale 10.00 Kauniit ja rohkeat 10.30 Salatut elämät: Kämpä tyhjänä (S) 11.00 Ostoskanava Tvins.com 12.00 Valitut Palat Collection 12.30 Jamie Oliver: Helpot arkiruokat 13.00 LEGO Masters Suomi 14.30 MTV Uutiset Live 15.00 Bachelor 2022 16.00 Salatut elämät 16.30 Kauniit ja rohkeat
MTV3	16.55 Uutiset 17.04 Päivän sää 17.05 Viiden jälkeen 17.25 Uutiset 17.30 Viiden jälkeen 17.55 Uutiset 18.00 Päivän sää 18.05 Viiden jälkeen erikoishaastattelu 18.30 Emmerdale 19.00 Kaikenkarvaiset ystäväni (7) 20.00 Viimeinen sana 20.30 Yle Uutiset 20.55 Urheiluruutu 21.05 Perjantai 21.45 Yle Uutiset 21.49 Urheiluruutu 21.53 Yle Uutiset Uutis-Suomi 22.00 Hiljainen todistaja (16) 22.50 Oddasat 23.05 Voit luottaa minuun (16) 00.05 Puoli seitsemän 00.35 Uutisikkuna
MTV3	06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäiväonnit-telu: 25.3. 06.52 Pikin eläimet (S) 07.00 Isot koneet 07.05 Remi ja Ubu (S) 07.20 Ritari Hiiri (S) 07.31 Pikku Kakkosen posti 07.37 Tipso (S) 07.46 Marja puhuu (S) 08.09 Bomppiduu (S) 08.24 Galaxi 08.25 Peter Pan (7) 08.50 Juppahetki: Pihajumppa 09.00 Sydänmailla (12) 09.42 McLeodin tyttäret (12) 10.30 Tanskalainen maajussi 11.00 Karjalan kunnalla (7) 11.50 Jääkiekon NHL, Carolina Hurricanes - Dallas Stars 12.50 Olympiastadion, jääkiekko 15.10–16.50 Mäkihyppyn MC, miehet HS240
MTV3	17.00 Pikku Kakkonen 18.00 Taitoluistelun MM: jäätanssin rytmianssi 19.15 Olympiastadion, ilta-kooste 20.00 Jääkiekon NHL, Carolina Hurricanes - Dallas Stars 21.00 Sohva-perunat 21.50 American Song Contest 2022 23.20 Taitoluistelun MM: naisten vapaaohjelma 00.10 Uutisikkuna

PERJANTAI 25. maaliskuuta

YLE TV1	05.55 Akuutti: Vanhenen hivin kanssa 06.25 Ylen aamu 09.30 Puoli seitsemän 10.00–10.43 Kadonneen kirjeen arvoitus (12) 10.50 Yle alueuutiset 12.10 Yle Oddasat 12.14 Oddasat 12.30 George Gentlyn tutkimukset (12) 13.15–14.54 Hän varasti elämän (12) 15.05 Ylen aamun parhaat 16.00 A-Talk 16.40 Yle Uutiset selkosuomaksi 16.45 Yle Oddasat 16.50 Novosti Yle 16.55 Yle Uutiset viittomakielellä
YLE TV2	06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäiväonnit-telu: 25.3. 06.52 Pikin eläimet (S) 07.00 Isot koneet 07.05 Remi ja Ubu (S) 07.20 Ritari Hiiri (S) 07.31 Pikku Kakkosen posti 07.37 Tipso (S) 07.46 Marja puhuu (S) 08.09 Bomppiduu (S) 08.24 Galaxi 08.25 Peter Pan (7) 08.50 Juppahetki: Pihajumppa 09.00 Sydänmailla (12) 09.42 McLeodin tyttäret (12) 10.30 Tanskalainen maajussi 11.00 Karjalan kunnalla (7) 11.50 Jääkiekon NHL, Carolina Hurricanes - Dallas Stars 12.50 Olympiastadion, jääkiekko 15.10–16.50 Mäkihyppyn MC, miehet HS240
YLE TV3	17.00 Pikku Kakkonen 18.00 Taitoluistelun MM: jäätanssin rytmianssi 19.15 Olympiastadion, ilta-kooste 20.00 Jääkiekon NHL, Carolina Hurricanes - Dallas Stars 21.00 Sohva-perunat 21.50 American Song Contest 2022 23.20 Taitoluistelun MM: naisten vapaaohjelma 00.10 Uutisikkuna

MTV3	06.25 Uutisaamu 09.30 Emmerdale 10.00 Kauniit ja rohkeat 10.30 Paras vuosi ikinä (S) 11.00 Ostoskanava Tvins.com 12.00 Valitut Palat Collection 12.30 Yökylässä Maria Veitola 13.30 Pitääkö olla huolissaan? 14.30 MTV Uutiset Live 15.00 Kuutamolla 16.00 Salatut elämät 16.30 Kauniit ja rohkeat
MTV3	16.55 Uutiset 17.04 Päivän sää 17.05 Viiden jälkeen 17.25 Uutiset 17.30 Viiden jälkeen 17.55 Uutiset 18.00 Päivän sää 18.05 Viiden jälkeen erikoishaastattelu 18.30 Emmerdale 19.00 Seitsemän uutiset 19.20 Päivän sää 19.25 Tuloruutu 19.30 Salatut elämät 20.00 Olen Julkkis... Päästäkää Minut Pois! 21.30 Karuselli (7) 22.00 Kymmenen uutiset 22.20 Päivän sää 22.25 Tuloruutu 22.35 Elokuva: Vuonna 85 (12) 00.40 Rikospaikka 01.25 Karkurit (12) 02.20 ESPN dokumentti: Morningsiden viisikko 04.10 Penkinlammittajat
NELONEN	06.00 Bing (S) 06.10 Rusty Rivets (S) 06.35 Kindi Kids (S) 06.40 Tuire ja Sateenkaarimaa (S) 07.00 Angry Birds Toons (S) 07.05 Pyjamasankarit (S) 07.30 My Little Pony (S) 07.45 LEGO Friends (S) 07.55 LEGO Ninjago (7) 08.10 Angry Birds Stella (S) 08.15 Tobot Galaxy Detectives (7) 08.30 Sunny Bunnies (S) 08.35 Teini-ikäisten mutanttiniinjakilpi-konien nousu (7) 09.00 Rempaa vai muutto Vancouver 10.00 Huikeat kakkutaiturit 10.30 Huikeat kakkutaiturit 11.00 LIVE: Onnenarpa 12.55 Valitut Palat Collection 13.55 Puutarhan pelastajat 14.55 Rempaa vai muutto Vancouver 15.55 Huvila & Huussi Asuntomessuilla 16.25 Onnenarpa
NELONEN	16.30 Madventures Suomi (7) 17.30 Mysteerilaulajat - I Can See Your Voice Suomi 19.00 Hauskat kotivideot 19.55 Tulossa: Diili 20.00 The Voice of Finland 21.35 Keno ja Synttärät 21.40 Elokuva: Vaarallinen tehtävä II (12) 00.05 Elokuva: Da Vinci -koodi (16) 03.05 Amerikan kovimmat keräilijät

Pohjois-Savon hyvinvointialueen johtoon haastatellaan viisi hakijaa

Aluehallitus valitsi hakijoiden joukosta haastatteluvaiheeseen viisi hakijaa. Lopullisen valinnan tekee aluevaltuusto toukokuussa.

Hyvinvointialuejohtajan virkaa haki määrärakaan mennessä yhdeksän hakijaa. Aluehallitus päätti kokouksessaan maanantaina 21. maaliskuuta haastatella virkaan **Marko Korhosen, Kirsi Leivosen, Jari Saarisen, Markku Tervahaudan** sekä **Jan Tolleitin**.

Haastatteluryhmä koostuu hallituksen ja valtuuston puheenjohtajistosta sekä valtuustoryhmien edustajista, jotka eivät ole edustettuna puheenjohtajistossa. Sovel-

tuvuusarvioinnit tekee HRS Advisor.

Haastattelut ja soveltuvuusarvioinnit tehdään maalis-huhtikuun vaiheessa. Aluehallitus käy läpi haastattelu- jen ja soveltuvuusarviointien tulokset kokouksessaan 25. huhtikuuta. Hyvinvointialueen johtajan valitsee aluevaltuusto toukokuun lopussa.

Hyvinvointialueen johtajalla pitää olla ylempi tiede- korkeakoulututkinto. Lisäksi häneltä edellytetään muun muassa kykyä johtaa muu- tosta, monialaisen verkosto- maisen toimintaympäristön hallintaa ja vahvaa kokemus- ta asiantuntijaorganisaation johtamisesta.

Yksi tulevan johtajan tärkeämmistä tehtävistä on luo- da yhteisöllisen toimintakult- tuuri uudelle organisaatiolle ja kehittää sitä jatkuvasti.

Tukipalvelujen tuottaminen palautettiin valmisteluun

Aluehallitus kokoontui maanantaina ensimmäistä kertaa. Hallituksen kokouksessa oli myös esillä, kuka tuottaa hyvinvointialueen tukipalvelut 2023 alkaen. Tukipalveluita koskevaa kokonaisuutta on valmisteltu viime kuukausien aikana useissa eri foorumeissa, mm. valmistelutoimielin VATESa, sekä poliittisessa seurantar- yhmässä.

Päätösesitys oli, että hyvin- vointialue ei tuota tukipalve- luita itse, vaan tukipalvelut hankitaan hyvinvointialueen osaomistukseen tulevilta in-house yhtiöiltä. Yhtiöt olivat esityksessä Servica Oy, Sansia Oy, Monetra Pohjois- Savo Oy, Istekki Oy, Sakupe Oy sekä liikelaitoskuntayhtymä Islab (myöhemmin hyvinvointiyhtymä).

Hallitus kuitenkin päät- ti yksimielisesti palauttaa asian valmisteluun. Koko- naisuus tuodaan uudelleen päätettäväksi seuraavaan hallituksen kokoukseen.

Pohjois-Savon hyvinvointialue

Soisalo-kuvataidekoulun Kohtaamisia -näyttely avautuu

Soisalo-kuvataidekoulun ja taideleikkikoulun kuvisryhmän Kohtaamisia -näyttelyn avajaiset ovat tiistaina 29. maaliskuuta.

Avajaisissa tutustutaan näyttelyyn, kuullaan puheita ja musiikkiesityksiä. Kuvataidekoulun oppilaat pitävät Peace, please –työpä- jan, jossa teemana on rauha ja hyvän tekeminen. Ava- jaisissa muistetaan myös opettaja **Maria Rouvinen-Mäkelää**, joka on ollut kuva- taidekoulun opettajana lähes

kuvataidekoulun alkuajoista lähtien.

Näyttelyssä on esillä ku- vataidekoulun ja taideleik- kikoulun kuvisryhmän op- pilaiden teoksia, jotka ovat syntyneet tämän lukuvuo- den aikana. Näyttelyssä on esillä ensimmäistä kertaa myös Aikuisten kuvataide- koulun –ryhmän teoksia. Aikuisten taiteen perusope- tusryhmä alkoi uutuutena viime syksynä.

Lukuvuoden teemana on

ollut kohtaamiset sekä hyvän tekeminen muille ihmisille ja myös itselle. Taidehis- toriassa ollaan käyty läpi Suomen kultakautta.

Kohtaamisia ja hyvän te- keminen –teema sai alkun- sa korona-ajan tilanteesta. Teema on myös nyt erityisen tärkeä ottaen huomioon tämän hetken maailman tilanteen. Aihetta on lähes- tynyt monin eri näkökulmin ja tekniikoin. Näyttelyssä on esillä muun muassa maa- lauksia, keramiikkaa, gra-

fiikkaa, mallipiirustusjak- solta syntyneitä teoksia sekä kokeilevaa kuvataidetta.

Näyttelykokonaisuus mee- nee toukokuussa myös Hei- nävedelle, jolloin yhdessä käsityökoululaisten kanssa pidetään näyttely.

Kohtaamisia -näyttelyn ava- jaiset 29. maaliskuuta kello 17-18.30 Varkauden kirjas- ton näyttelysalissa. Näyttely on esillä 30.3.-13.4.2022.

Soisalo-opisto



TO 24.3. KLO 19

KONSERTTI:

JORE MARJARANTA

PE 25.3. KLO 19

KONSERTTI:

KIRKA TRIBUTE

Liput 20€

Kesto 1h, ei väliaikaa

Liput 22€

Kesto 1h 30min, väliaika

lipunmyynti ma-pe klo 10-14, sekä tuntia ennen.

lipunmyynti@poleeni.fi p.0400 855 614

www.poleeni.fi

TULOSSA MYÖS:

pe 1.4. klo 19: MIKKO ALATALO 70 V - JUHLAKIERTUE

KULTTUURIKESKUS POLEENI • SAVONTIE 13 • 76100 PIEKSÄMÄKI

POLEENIN TEATTERI ESITTÄÄ:

MISTÄ RAKKAUS ALKAA?

Seuraavat esitykset:

LA 26.3. klo 13

KE 30.3. klo 18

SU 03.4. klo 13

Esityskausi: 26.2.-22.4.2022

Liput 24/19/15€ — Kesto 2 h, väliaika

Lipunmyynti ma-pe 10-14, sekä tuntia ennen esitystä. 0400 855 614 lipunmyynti@poleeni.fi www.poleeni.fi

KULTTUURIKESKUS POLEENI • SAVONTIE 13 • 76100 PIEKSÄMÄKI

LAUANTAI 26. maaliskuuta	
YLE TV1	MTV3
07.00 Huutokauppakesä 08.00 Yle Uutiset 08.05 Prisma: Kosketuksen voima 09.00 Yle Uutiset 09.05 Historia: Suurten satojen mies 10.00 Yle Uutiset 10.05 - 10.45 Ykkösaamu 10.50 Yle alueuutiset 12.10 Yle Oddasat 12.14 Oddasat 12.30 Pisara 12.35 - 13.34 RSO Musiikkitalossa 13.40 Kulttuuricocktail Live 14.10 Ikimuistoinen: Siiri Angerkoski 14.30 Kuninkaallinen hääpäivä: Will & Kate 15.20 Akuutti: Vanhenen hivin kanssa 15.50 Talo jalavan varjossa (12) 16.50 Novosti Yle 16.55 Yle Uutiset viittomakielellä 17.00 Yle Uutiset 17.10 Flinkkilä & Kellomäki 18.00 Yle Uutiset 18.10 Urheiluruutu 18.15 Strömsö 18.42 Avara luonto: Kesyttämätön planeetta 2/6 Namibia. Namibiassa sijaitsee yksi maailman vanhimmista aavi-koista. Miten eläimet selviytyvät paikassa, jossa vallitsee 50 asteen lämpötila ja sataa alle millimetrin vuodessa? 19.30 Shetlandsaarten murhat (12) 20.30 Yle Uutiset 20.45 Urheiluruutu 21.00 SuomiLOVE 22.15 Komisario Montalbano (12) 00.05 Koston kierre (12)	08.00 Muumilaakson tarinoita (S) 08.25 Muumilaakson tarinoita (S) 08.50 Puuha-Pete (S) 09.00 Palomies Sami (S) 09.10 Paavo Pesusieni (7) 09.35 Paavo Pesusieni (S) 10.00 Ostoskanava Tvins.com 10.30 Jamie Oliver: Helpot arkiruokat 11.00 Suomen kaunein koti: Kesämökit 12.00 Elokuva: Viidakon veijarit (7) 14.00 Ruokaritarit Jamie ja Jimmy 15.00 Suomen surkein kuski 16.00 LEGO Masters Suomi 17.30 Olen Julkkis... Päästäkää Minut Pois! 19.00 Seitsemän uutiset 19.10 Uutisextra 19.20 Tuloruutu 19.30 Putous 21.00 Kuutamolla 22.00 Kymmenen uutiset 22.10 Lotto, Jokeri ja Lomattonni 22.20 Päivän sää 22.25 Tuloruutu 22.35 Elokuva: Beck: Peitetehtävä (39) 00.25 Ratamo (12) 01.20 True crime: Uskonnon uhrin 02.15 Remontilla rahoiksi
YLE TV2	NELONEN
06.50 Pikku Kakkonen 06.51 Nimipäivä- onnittele: 26.3. 06.52 Tik Tak (S) 06.57 Poppelikumpu (S) 07.02 Puppulaarimusikkia 07.06 Pipsa Possu (S) 07.11 Ilona ja luonnon ihmeet (S) 07.25 Fluugalaiset (S) 07.36 Pikku Kakkonen: Seikkailukone 08.00 Kari Kiituri (S) 08.12 Kaarle (S) 08.24 Kengulahti (S) 08.35 Jönneli (S) 08.44 Petteri Kaniini (S) 09.00 Galaxi 09.01 Kulman kunkut (S) 09.11 Poika, tyttö, koiraa, kissa, hiiri ja juusto (7) 09.23 Keskiajalla keksittyä (7) 09.26 Galaxin Pallo 2022 09.57 Tipu Touhukas (7) 10.00 Rahdinmetsästäjät 10.25 Rahdinmetsästäjät 10.55 Mäkihyppyn MC, miesten joukkuemäki, HS240 12.50 Sportliv 13.00 Sportliv 13.10 Hiihdon Suomen Cup, naisten viesti 14.10 Hiihdon Suomen Cup, miesten viesti 15.50 Taitoluistelun MM: miesten vapaaohjelma 17.15 Freestylon MC 18.00 Toivotut: Tankki täyteen (S) 18.30 Velipuuikku (7) 19.00 Sohva-perunat 19.50 Taitoluistelun MM: jäätaanssin vapaataanssi 21.30 Karjalan kunnailla (7) 22.15 Karjalan kunnailla (7) 23.05 Erika Vikman / YleXPop	06.00 CoComelon (S) 06.25 Bing (S) 06.35 Rusty Rivets (S) 07.00 Tuire ja Sateenkaarimaa (S) 07.25 Pyjamasankarit (7) 07.50 LEGO Friends: Tyttöjen tärkeä tehtävä (S) 08.05 LEGO Ninjago (7) 08.20 Risto Räppääjä tapaa Mielensäpahoittajan (S) 08.35 Risto Räppääjä tapaa Mielensäpahoittajan (S) 08.50 Angry Birds Stella (S) 08.55 Angry Birds Toons (S) 09.00 Farmi Suomi 10.30 Burgerimiehet Pohjolassa 11.30 Hauskat kotivideot 12.30 Rempalla tuloja 13.00 Mysteerilaulajat - I Can See Your Voice Suomi 14.30 Elokuva: Madagascar 2 (7) 16.20 Tulossa: Diili 16.25 Huvila & Huussi 17.25 Rikkaat ja rahattomat 18.25 The Voice of Finland 19.55 Tulossa: Diili 20.00 Farmi Suomi 21.35 Farmi Suomi Extra 22.05 Keno ja Synttärin 22.10 Elokuva: Hyvät, pahat ja rumat (16) "Dollari-trilogian" päättävä legendaarinen italowestern kolmen antisanikarin kultajahdistista keskellä raadollista sisällissotaa. Pääosissa: Clint Eastwood, Lee Van Cleef, Eli Wallach, Aldo Giuffrè, Luigi Pistilli. 01.40 4D: Sytyn lihavista naisista (12)

VUOKRALLE TARJOTAAN

Kaksio 48,5 m² keittiö, vessa- ja putkiremontti tehty. Pyykkikone, astianpesukone on. Lasitettu parveke. Asunto vapautuu 1.4. Vuokra 480e. Vedelle oma mittaus. Läh. 0400 174 753.

KOTI- JA HOIVAPALVELUJA

APUA ARJEN ASKAREISIIN

- Hoiva- ja huolenpito
- Kotisairaanhoido
- Aktiivinen arki • Tukipalvelut
- Siivouspalvelut • Astianvuokraus



KOTIPALVELU VERENPISARA

Puh. 050 581 2031 Kotitalousvähennys -60%

www.kotipalveluverenpisara.fi

Johan On Markkinat

• Varkaus • Pieksämäki • Leppävirta • Joroinen
markkinointi@sinunsavo.fi • 017 3669 306

Klikkaile ilmoituksia näköislehdessä sinunsavo.fi

HINAUSPALVELUJA

HINAUS TIMO LEVÄINEN

0400-674 999

HUOM! Tallenna numero puhelimeesi!

24 h

Ajamme useammalla autolla!

Kaikkien hinauspalvelua käyttäneiden kesken arvomme yhdelle asiakkaallemme vuoden lopussa 500€:n arvosta polttoainetta!

KONEURAKOINTIPALVELUJA

LUMITYÖT, HIEKOITUKSET JA PENKANSIIRROT

NOPEA PALVELU!



Jo yli 30 vuoden kokemuksella

**Koneurakointi
LEVÄINEN TIMO
0400 175 476**

PARKETTI- JA REMONTTIPALVELUJA



PARKETTI- JA HUONEISTOREMONTTILIIKE

V. Herranen Ky

PARKETTIALAN ERIKOISLIKE

PARKETIT, LAMINAATIT JA VINYYLIT

• Myynti ja asennus

LATTIOIDEN KUNNOSTUS

- Korjaukset ja huollot • Hionta, sävytys ja lakkaus
- Maalaukset, vahaukset ja öljymiset

KAIKKI HUONEISTOREMONTIT

- Myös kylpyhuoneet ja saunat • Vesieristykset • Vesivahinkokorjaukset

Kuvansintie 31, Varkaus | 040 505 9891, 050 583 1902

www.parkettiherranen.fi

JALKAHOITOJA

**JALKAHOITAJA
SATU VASARAINEN
P. 0400 834 917**

KAUPPAKATU 39 (IHANA VALO)

MYÖS LAITOS- JA KOTIKÄYNNIT

SUKSIHUOLTOA

Suksihuolto Monofix

Suksien hiontaa ja voitelua
Murtomaasukset

Laskettelusukset ja lumilaudat

Seunalantie 2 m 6, 76850 Naarajärvi

Puh. 0400 914 845

METSURIPALVELUJA

Pihapuiden kaadot ja taimikonhoitotyöt

T:mi Rauno Takkinen

040 8478 449

SIIVOUSPALVELUJA

**LUOTETTAVAA SIIVOUSAPUA
PAIKALLISESTA YRITYKSESTÄ
KOTITALOUKSILLE JA YRITYKSILLE.**



**SIIVOUSPALVELU
SITRUUNA**

Ota yhteyttä ja sovi aika maksuttomaan arviokäyntiin!
Minna Asikainen p. 040-512 7310

HAMMASLABORATORIO

Hammaslaboratorio VARKAUDEN HAMMAS OY

Kauppakatu 40, 78200 Varkaus
Puh. 017-552 7192

Erikoishammasteknikot
Pekka Tarvainen ja Sami Tarvainen

Kokoproteesien valmistus,
proteesien pohjaukset ja korjaukset.

Johan On Tapahtumia

SAK:n Varkauden Paikallisjärjestön

edustajiston kevätkokous hotelli Oscarissa 30.3. klo 18.00. Käsitellään sääntöjen määräämät asiat ja paikallisjärjestön purkaminen. Kahvitarjoilu! Hallitus.

StoraEnson

Varkauden eläkeläiset ry

Sääntömääräinen Kevätkokous 30.3.2022 klo 12.00 kirjaston kerhotilassa. Hallitus.

Varkauden seudun Allergia- ja Astmayhdistys ry

Uutta järjestötoimintaa Hyvinvointikeskus Aallon Omahoitopisteessä (kahvion vieressä): ke 30.03.2022 klo 11.30-14.00 yhdistyksemme edustajat neuvovat allergiaan, astmaan ja ihonhoitoon liittyvissä kysymyksissä, samalla mahdollisuus tutustua yhdistyksen toimintaan.

Varkauden seudun Omakotiyhdistys ry

Tervetuloa vastaanottamaan kevättä Joroisten OmaSp:ssä, Mutalantie 1, Joroinen 31.3.2022 klo 17.00. Ohjelma pankin esittelyä, Raija

Purkusten ympäristöterveyteen liittyvä luento ja kahvitarjoilu. Ilmoittautumiset 27.3.2022 mennessä Erja Konttiselle puh. 040-573 3029. Varkauden seudun Omakotiyhdistys ry/Hallitus.

Varkauden Sydänyhdistys

Ti 29.3. klo 9-11 Yhdistystalo Warikolla, Ahlströminkatu 22, verenpaineen, verenokerin, hemoglobiinin, kolesterolin (myös erittelyt HDL, LDL, triglyseridi) sekä kehonkoostumuksen mittauksia ilman ajanvarausta pientä korvausta vastaan. Käteismaksu, jäsenkortilla jäsenalennukset. Adresseja myytävänä mittausaikana, käteismaksu. Porinakerho Warikolla ti 29.3. klo 12. Muistathan, että sydänyhdistyksen kevätkokous on Varkauden kirjaston kokoustilassa, Osmajoentie 1, to 24.3. klo 17.

Varkauden seudun sosiaali- ja terveysjärjestöt ry

Järjestöpäivät Hyvinvointikeskus Aallon Omahoitopisteessä (1 krs.) ovat

alkaneet keskiviikkoinen. Arjen paletti- luentosarjan seuraava osa Yhdistystalo Warikolla 24.3. klo 17.30, Turvallinen vuorovaikutus - Annikka Kaistinen. Kylässä Warikolla- sarjan vieraana sosiaali- ja terveysjohtaja Soile Merilä 29.3. klo 13 Yhdistystalo Warikolla. Warikon Olkkari - vapaaehtoisten virkistystoiminta 7.4. klo 17, makrameaskartelua. Lisätietoa tapahtumista ja ilmoittautumiset www.yhdistystalowarikko.fi, info@warikko.fi tai 040 5160 778.

Varkauden Eläkeläiset ry

Ma 28.3. Warikolla käsityökerho ja miesten laulut klo 9.00, lauluryhmä klo 10.00, ilmaisutaito klo 11.00. Uimahallilla klo 12.45 salijumppa, klo 13.30 vesijumppa. Ke 30.3. kevätkokous klo 10.00 Warikolla Ahlströminkatu 22. Esillä sääntöjen määräämät asiat. Yhdistys tarjoaa kokoukseen osallistujille aamupalan alkaen klo 9.00. Johtokunta Perjantaisin tanssitaan uimahallilla, Helmin tanssijat klo 12.00 ja Maritan lavis jää tauolle.

1.4., 8.4. ja 15.4. lavista ei ole. 22.4. tanssitaan jälleen. Järvisydämen retki 8.6. on täynnä. Tuetulle lomalle muutama paikka vielä vapaa. Hakukaavakkeet palautettava Sirpalle maaliskuun loppuun mennessä. Ennen palauttamista tarkasta, että olet täyttänyt kaikki vaaditut kohdat.

Varkauden Eläkeläiset ry

Hei kaikki Varkauden eläkeläiset! Osallistumme "Kulje kanssain" laivaristeilylle 13.-14.9.2022 Helsinki-Tallinna-Helsinki. Sinun ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen voidaksesi osallistua risteilylle. Paikkoja on vielä vapaana. Jos sinua kiinnostaa, voit soittaa minulle. Kerron vapaana olevista hyteistä ja niiden hinnoista ja muuta informaatia matkasta. 0505749338. Terv Erkki Aali Matkavastaava.

Varkauden kirjasto/ Make-Rami-Marlen

Kaikille avoin yhteislaulu- ja musiikki-iloittelun tilaisuus kirjaston kok.tilassa su 27.3. klo 15-17. Ottaisit oman

soittimen mukaan, voit osallistua yhteissoittoon, säestykseen tai laulaa solistina. Todistetaan jälleen musiikin virkistävä voima! Väliaikakahvi 5€. Tervetuloa mukavaan menoon!

LepU

Pilkkiviikko: Keskiviikko 23.3. Mikkelin Ritvala klo 10.00. Torstai 24.3. Kotalahden Valkeisenlampi klo 10.00. Lauantaina 26.3. klo 10.00 Pasuripilkin IV MM-kilpailut Joroisten Veneranta. Sarjat N/Myl, 70v, nuoret. Joukkuekisoja tarpeen mukaan. Sunnuntaina 27.3. klo 10.00 Parkkilahti. Hiihdot sunnuntaina 27.3. klo 15.30 Leppävirran Urheilukenttä. Kaikille sarjoja, molemmat tyylit.

Varkauden Seudun hengitysyhdistys

Toimisto Warikolla Ahlströminkatu 22. Puh. 040-7181725. Olemme auki tarvittaessa. Vesivoimistelu Uimahallin alakerrassa tiistaisin klo 15.30. Uniapnea Klubi Warikolla ke 13.4.2022 klo 17.30 alkaen. Hengitys-

liitto järjestää verkkoluentoja. Löydät ne Hengitysliitto.fi -sivuilta.

Varkauden Invalidit ry

24.3 Arjen paletti hyvinvointiluento klo 17.30 Warikolla. Aiheena turvallinen vuorovaikutus puhujana Annikka Kaistinen. 30.3 Varkauden Invalidien edustaja on tavattavissa hyvinvointikeskus Aallon omahoitopisteellä klo 9-11.30. 4.4 Iltapäiväkerho klo 14.00 Warikolla. Luvassa kahvittelua ja Bingo, tuothan mukanasi muutaman euron arvoisen palkinnon. Erityisliikunnan ryhmien tarkemat tiedot kotisivuiltamme/toimisto puh 040 760 8213 Toimisto avoinna ma-ke klo 9-13, to-pe vain puh.

Jos sinulla on alkoholiongelmia, voimme auttaa.
Varkauden AA-ryhmän auttava puhelin
040 373 8362
www.aa.fi

Klikkaile ilmoituksia näköislehdessä sinunsavo.fi

Johan On Markkinat

• Varkaus • Pieksämäki • Leppävirta • Joroinen
markkinointi@sinunsavo.fi • 017 3669 306

Klikkaile ilmoituksia näköislehdessä sinunsavo.fi

VALOKUVAT, TOIMISTOTARVIKKEET

MIKSI TILAISIT NETISTÄ? HAE SUORAAN MEILTÄ!

Laser- ja mustekasetit kaikkiin tulostimiin.

Brother, Canon, Epson, HP, Lexmark, Samsung

WARKAUDEN MUSTE

Varkauden Kuva-Studio
Kauppakatu 17, Varkaus • P. 0500 847 316

AMMATTITÄIDÖLLÄ:

- ★ **PASSIKUVAT** myös sähköinen
- ★ **STUDIOKUVAUKSET** Hää-, lapsi-, rippi-, Yo- ja perhekuvaus
- ★ **DIGIKUVAT**
- ★ **KUVAN KORJAILUT**
- ★ **HAUTAJAISKUVAUKSET**

PUHALLUSVILLAERISTYSTÄ

Onko ullakollasi kaikki varmasti kunnossa?

Tilaa nyt yläpohjan kuntotarkastus veloituksetta!

#VINTIT KUNTOON

Mikäli yläpohjan kuntotarkastuksessa ilmenee vintillä puutteita erityksen tai muun osalta, saat ehdotuksen ongelmakohtien korjaamisesta. Rakennat uutta tai peruskorjaat vanhaa, tilaa taloosi nyt Termex-lämmönieriste puhallettuna! Säästät huomattavasti lämmityskustannuksissa ja parannat kotisi asumisviihtyisyyttä.

Pieksämäen Huolto Team
Puh. 045 320 0440
pmkhuoltoteam@gmail.com

termex
www.puhalluseristys.fi

Uudet aukioloajat:
TI-PE 11-17
LA 11-14
(MA suljettu)

LELUPUOTI NALLUKKA

Keskuskatu 16B, Pieksämäki
015-348370 www.lelupuotinallukka.fi

Lelupuoti Nallukka etsii edelleen uutta innovatiivista kauppiasta! OTA YHTEYTTÄ

[f](#) [i](#)

SIIVOUSPALVELUJA

Siivouspalvelu PIRKON PUHDISTUS OY

- Kotisiivoukset (myös arvonlisäverottomat terveydellisistä syistä)
- Yrityssiivoukset
- Rakennus- ja remonttisiivoukset
- Kaikki siivoukset, otsonoinnit yms...

Ota yhteyttä ja sovi ilmainen siivoukartoitus!

0400 673 002
www.pirkonpuhdistus.fi

HUOLTO- JA VARAOSAPALVELUJA

KYMPPIKONE

Huolto ja varaosat

Moottorikelkat & mönkijät LYNX ski-doo can-am HONDA The Power of Dreams Myös muut merkit!	Perämoottorit YAMAHA SUZUKI HONDA The Power of Dreams Myös muut merkit!	Iskunvaimentimien huolto ja säätö KYB HPG FOX
---	---	---

Kympvikone Oy
Leijukuja 5, 78210 Varkaus. P. 040 654 3876 Av. ark. 7.30-16.00

LVI-TYÖT JA REMONTIT

TEPAN PUTKI JA SANEERAUS

- LVI-työt
- Remontit
- Saneeraukset

045 268 5865
tepanpjs@gmail.com

Sinun Savo seuraavan kerran keskiviikkona 30. maaliskuuta.

Seurakunnissa tapahtuu

River Varkaus Church
Sunnuntaikokous klo 10
Ps. 149:6 Jumalan ylistys on heidän suussansa, ja heidän kädessään kaksiteräinen miekka, Hotel Oscar, Kauppatori 4 2. krs, Oscar 3. **Su iltakokous klo 18** riverchurch.fi ja Facebook ja YouTube ja TV7PLUS.
Life Group, Olohuone, Kauppakatu 13 la klo 12-14, jakso 12/12. Opetuslapseuskoulussa on ollut hieno tiimi paikalla! Kahvitarjoilu klo 12. Sydämellisesti tervetuloa!

Varkauden Adventtiseurakunta
Maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 11-15 Kirpputori. Maanantaisin klo 17 Leipähartaus ja leivänjako. **La 26.3.** klo 10 Jumalanpalvelus, Veli Keronen.

Varkauden Vapaaseurakunta
www.varkaudenvapaa-seurakunta.fi
To 24.3. klo 18 Yhteyden iltarukouksen merkeissä. **Pe 25.3.** klo 13 Neulontakerho. **Pe 25.3.** klo 18-20 Tyttökerho 1.-6.lk. **Su 27.3.** klo 12 Jumalanpalvelus, Allan Scotson Savonlinnasta vieraillee. ViaDia-tori avoinna ma-pe klo 10-16 Kauppakatu 25.

Varkauden Helluntai-seurakunta
Ke 23.3. klo 18 Rukousilta. **To 24.3.** klo 9-11 Toimisto-aika (käynti takaovesta). **Pe 25.3.** klo 11 Lähimmäisen ruokailu, klo 18 Sana ja rukous Keijo Lundberg (käynti takaovesta), klo 18 Tyttökerho Vapaaseurakunnassa. **Su 27.3.** klo 16 Raamattutunti Tero Huvi. **Ti 29.3.** klo 15 Raamattupiiri (käynti takaovesta). **Ke 30.3.** klo 14.30 Hauskat pelit perhetalolla, Kauppakatu 32, klo 18 Rukousilta. Tervetuloa tilaisuuksiin rukoushuoneelle!

Varkauden ev.lut. seurakunta
www.varkaudenseurakunta.fi
Pääkirkko: Pe 25.3. klo 18 Apua Ukrainaan -konsertti. **Su 27.3.** klo 10 Messu ja pyhäkoulu. Mukana srk-kuoro. **Kangaslammin kirkko: Su 27.3.** klo 12 Messu ja kirkkokahvit. **Kuoppakankaan srk-keskus: Pe 25.3.** klo 9.30 Lasten urkukonsertti "Villit pillit". **Su 27.3.** klo 15 "90 minuuttia Ukrainalle" -kävelytapahtuma. Klo 18 Rauhan messu. **Ma 28.3.** klo 12 Elintarvikejakelu vähävaraisille. **Ti 29.3.** klo 11 Arkiateria vähävaraisille (3e), makkarakastike. Klo 18 Hyvän sanoman iltä.

Saimaan ort seurakunta
Tee hyvää! Auta Ukrainan pakolaisia: ort.fi/ua ja ortsaimaa.net. **Varkaus: Pe 25.3.** klo 9 (huom! klo-aika) Liturgia ja ehtoopalvelus. Jumalansyynnyttäjän ilmestyminen. **Pe 25.3.** klo 18 Apua Ukrainaan -konsertti Varkauden pääkirkossa. **La 26.3.** klo 17 Vigilia. **Su 27.3.** klo 10 Liturgia. **Ke 30.3.** klo 9-13 Virasto ja kirjasto auki. **Ke 30.3.** klo 13 Tiistaiseura Virike ry:n vuosikokous. **To 31.3.** klo 9 Aamupalvelus (suuren katumuskanonin torstai). **Joroinen: Pe 1.4.** klo 17 Ennenpyhitettyjen lahjain liturgia. **Leppävirta: Su 3.4.** klo 10 Liturgia. **Pieksämäki: La 26.3.** klo 17 Vigilia. **Su 27.3.** klo 10 Liturgia. **Pe 1.4.** klo 17 Ennenpyhitettyjen lahjain liturgia. Ortsaimaa.net.

Warkaus Majakka
To 24.3. klo 17 Varkauden Yhteiskristillinen Palvelu ry:n vuosikokous vapaakirkolla. Tervetuloa uudetkin jäsenet! **To 24.3.** klo 18 Yhteyden iltä vapaakirkolla. **Pe 25.3.** klo 18 Apua Ukrainaan -konsertti Varkauden pääkirkossa. Toukokuussa: Raamattumaraton. Lue lisää: Warkausmajakka.fi

Radio Patmos
To 24.3. klo 9 Toimittajien tunti. **To 24.3.** klo 18.05 Itse ajattelijat: Kristinusko ja vasemmistolaisuus. Anna Kontula, Timo Soini, Leif Nummela. **Pe 25.3.** klo 13.30 Haprealaiskirje. Kasvu ja perustus. Timo Keskitalo. **Pe 25.3.** klo 13.30 Ihmeellinen Raamattu. Lupauksen lapsi Iisak. Jouko Koistinen. **Ti 29.3.** klo 13 Evankeliumia maahanmuuttajille venäjäksi. Церковь и обряды Уроки по Катехизису. **Ma-pe** klo 12-13 Suomi rukoilee. **Ma-pe** klo 15-17 Patmoksen iltapäivälive. Kuuntele ja ylläty: patmos.fi tai 94,4 tai 102,60 MHz.

Ryynäset

Painoa puntariin

Monenlaista ahdistusta sisältyi tänä keväänä Ryynäsen elämään. Korona alkoi olla voitettu vaikka maskia, käsidesiä ja turvavälejä pidettiin ja käytettiin arkielämän käytänteinä. Kaikkiin oltiin sopeuduttu, näin Ryynäsen mieltä kulkiessaan koleassa kevätsäässä ja jatkoi ajatuksen juoksuaan, moneen asiaan on ihmisen elämänsä aikana taivuttava. Lapsena vanhemmat määrittivät elämän realiteetit yhdessä koulun kanssa. Myöhemmin kavereiden merkitys korostuu ja armeija se vasta muovaakin mieheksi kasvamista. Sitten hänelle melko pian armeijan jälkeen tuli avioliitto ja Ryynäskä. Niissä sitä onkin ollut kasvun ja sopeutumisen paikkaa.

Ei Ryynäsen valita. Ymmärtää hyvin oman parhaansa, jota Ryynäskä silloin tällöin toistelee joidenkin asioiden yhteydessä. Vaikka toisaalta joskus Ryynäsestä tuntuu, ettei hän aina ymmärrä ihan kaikkea. Toteaa sitten mielessään, että on kolme tapaa ymmärtää. Yksi tapa on ymmärtää oikein ja toinen tapa ymmärtää väärin ja kolmas tapa on, ettei ymmärrä lainkaan, jolloin ei ymmärrä oikein eikä väärin. Tämä viimeksi mainittu malli on useimmiten Ryynäsen arkielämässä valloillaan vaikka Ryynäskältä jää se useimmiten havaitsematta.

Ryynäsen halu ymmärtää on vilpiton ja toisinaan melkoisia ponnisteluja vaativaa. Ryynäskän ymmärtäminen kaiken kaikkiaan on aina haaste ja siihen Ryynänen on sopeutunut. Ryynäsellä on mielikuva, että tämä ymmärtämisen haaste koskee kenties kaikkia naisia mutta siitä hän ei ole varma, koska hänellä ei ole kokemusta muista naisista tuossa syvässä ymmärtämisen sektorissa. Ryynäskän tapaan purkaa omaa ahdistustaan näinä vaikeina aikoina ei myönteile tavanomaisia linjoja. Hän ei ole niitä naisia, jotka ahdistuvat silminnähden. Pikemminkin hän muuttuu entistä säntillisemmäksi. Purkit ja pussukat, pyyhkeet ja lakanat osoittivat Ryynäsellemä, että tämä, jos mikä on järjestystä. Tuo lieene rouvan selviytymisstrategia, ajattele Ryynänen.

Eräänä päivänä uutisten suoltaessa entistä ahdistavampia kuvia, Ryynäskä ilmoittaa, että nyt ryhdytään noudattamaan terveellistä ruokavaliota ja pudotetaan sisäelinten ympäriltä tarpeetonta rasvakerrosta. Jaahas, sanoo Ryynänen ja jää jännittyneenä odottamaan seurauksia ja lisäohjeita yhteisen rasvanpudotuksen talkoisiin. Ohjeita tuleekin kuin turkin hihasta ja sitten alkaa arki ohjeiden myötä. Ensin käydään seisomassa vessan nurkassa jököttävän henkilöväan päällä. Ryynäskä merkitsee painot päiväkirjaansa ja ilmoittaa, että seuraava punnitus on viikon kuluttua. Viikko kuluu verkalleen ja vaatimattomien vesipitoisten aterioiden ryydittämänä.

Koittaa punnituspäivä ennen ruokaa ja ilman päällysvaatteita. Ryynänen punnitaan ensin. Painoa on pudonnut kolmesataa grammaa. Sitten Ryynäsen sisällä fanfaarit soivat, kun rouva astuu puntarin vaalealle pinnalle. Punaiset numerot vilkkuvat hetken ja asettuvat sitten kohdalleen. Hiljaisuus – pitkä hiljaisuus. Ryynäskän paino on nousut 300 grammaa. Fanfaarit hiljenevät Ryynäsen päässä. Nyt ei ymmärrä Ryynänen, mitä on tapahtunut ja jännittänyt ilmapiiri valtaa huussin nurkan. Ryynäskäkin tuntuu menneen hetkelisesti ymmälleen.

Sitten rouva hypähtää hie-maan liioitellun kepeästi pois puntarilta, nykäisee itsensä suoraksi ja sanoo Ryynäsel-le: Harmi, että sinun painoasi näkyi jääneen tuohon puntariin, joten mittaus on mitätön. Ryynänen ei sano mitään, ei uskalla edes hymyillä, vaan sopeutuu oitis.

LS



NISSAN

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

Täysin uusi Nissan Qashqai
Sähköistetty kevythybridimoottorilla.

Hyvin varusteltu Nissan Qashqai MHEV 140 MT Acenta
31 950 € tai 0 % korolla ilman kuluja 299 €/kk.*
Uuden Qashqain ostajalle 1 000 €:n etu Nissan-lisävarusteista.**
Autoja myös nopeaan toimitukseen.

EURO NCAP
Nissan Qashqai
★★★★★
BEST IN CLASS 2021
Small Off-Road

EU-yhdistetty kulutus ja CO₂-päästöt (uusi mittaus tapa, WLTP): uusi Qashqai MHEV 140 MT Acenta 6,3 l/100 km, 143 g/km. *Kertaluoton rahoitus esimerkki: Nissan Qashqai Acenta MHEV 140 6M/T, hinta 31 950 € (sis. toimituskulut 600 €), käsiraha 3 000 €, sopimusaika 60 kk, kuukausierä 299,00 €, luoton määrä yht. 28 950 € (sis. perustamismaksun 0 €), viimeinen suurempi erä 11 309 €. Kuukausierä sisältää koron 0 %, perustamismaksun 0 € ja käsittelykulun 0 €/kk. Luottokustannukset yht. 0 €, luoton ja luottokustannusten yhteismäärä 28 950 €, todellinen luottohinta 31 950 € ja todellinen vuosikorko 0 %. Edellyttää hyväksytyn luottopäätöksen ja kaskovakuutuksen. Palvelun tuottaa Santander Consumer Finance Oy, Risto Rytin tie 33, 00570 Helsinki. **Lisävaruste-edun voit hyödyntää esim. talvirenkaihin tai palveluihin, kuten huoltosopimukseen. Tarjoukset ovat voimassa yksityishenkilöille uusiin tilaus- ja kauppasopimuksiin 31.3.2022 asti. Pidätämme oikeuden hinnanmuutoksiin. Kuvan auto erikoisvarustein. Älä luota pelkästään kuljettajaa avustaviin ominaisuuksiin.

YOU+NISSAN
MEIDÄN LUUPUKSEMME: SINUN KOKEMUKSESI.

- SAIJAUTO VELOITUKSETTA
- NISSAN ASSISTANCE -TIEPALVELU
- AUTON NISSAN+ TARKASTUS VELOITUKSETTA
- ILMAINEN WI-FI ASIAKASTILOISSA

LAAKKONEN

Laakkonen VARKAUS | NISSAN
Harjulantie 6, 78850 Varkaus
Nissan-myynti 010 227 7348
Nissan-huolto 010 214 9379

NISSAN-myynti myös:
Laakkonen Herttoniemi
Laakkonen Joensuu
Laakkonen Porvoo

laakkonen.fi
Varaa huolto
laakkonen.fi/huolto

Puheluhinnat 010 -yrityksnumeroon: 8,35 snt/puhelu + 16,69 snt/minuutti (sis. alv. 24 %)

SUNWIC IBS ALE -25%  16⁸⁰ 220 g Norm. 22,40€ (76,35€/kg)	PROSTASIN Eikä tarvitse rampata wc:ssä.  26⁹⁰ 120 kpl Norm. 34,20€ (448,30€/kg)	 Metsästä ELINVOIMAA Karin HAVUPUU-UUTEJUOMA • VASTUSTUSKYKY • ELINVOIMA • AINEENVAIHDUNTA Lisäaineeton Luonnollinen Alkuperäinen Kysy ensin meiltä ennen kuin päätät tilata muualta!	SILICUM TONIC Pii-karmelloosi-geelivalmiste. Vatsan ja suoliston hyvinvoinnille ja hiuksille sekä kynsille.  15⁹⁰ 2 x 250 ml (31,80€/l)	Bioteekin SUPER MONIVITAMIINI Sis. 13 eri vitamiinia, 8 hivenainetta sekä bioflavonoideja.  23⁹⁰ 60 kaps. (459,60€/kg)
Terveyskaistan AURINKO D-VITAMIINIT  18⁹⁰ purkki • 50 µg 300 kpl (160,15€/kg) • 100 µg 200 kpl (239,25€/kg) • 150 µg 150 kpl (320,30€/kg)	Biomedin VAHVA KURKUMIINI  29⁹⁰ 60 kaps./36 g Tyytyväisyys on toimivuuden tae.	Tiesitkö, että keuhkojen pinta-ala on useiden kymmenien neliömetrien laajuinen ja hengitysteiden suojaus on pitkälti riippuvainen koko elimistön ravitsemuksesta.  Immuniteetin tueksi	Vida NAC N-asetyyli, L-kysteini ja seleeni.  22⁹⁰ 90 tabl./75 g Norm. 27€ (305,50€/kg)	Kykä ja halukkuutta! TESTO BOOST Miehille!  18⁹⁰ 60 tabl./30 g
Alkuperäinen, tutkittu! TONALIN  19⁹⁰ 120 kaps. Norm. 27€ (117,75€/kg)	ANTIWIIR Toimii!  9⁹⁰ 60 kaps./28 g	NEUROGLANDIN FORTE Solujen hyvinvoinnille. 1 päivässä riittää!  26⁹⁰ 36 kaps. Norm. 30,60€	Vidan L-arginiini + L-ornitiini aminohappovalmiste  17⁹⁰ 90 tabl./68 g (263,20€/kg)	Pätkiikö? VITACELL PQQ aktivoi aivosi.  25⁹⁰ 60 tabl./15 g
OMEGA DUO Vahva Omega-3 E-EPA + E-DHA 650 mg  29⁹⁰ 120 kpl (175,90€/kg)	MULTIKAROSIN Kaunis iho! Beetakaroteeni-, lykopeeni-, E-vitamiini-, GLA kapseli. Ravitse ihon sisäisesti. Ennen auringossa oloa ja sen jälkeen.  9⁹⁰ 60 kaps./43 g Norm. 12€	Terveyskaistan NIVELTEHO Kuuden aktiiviaineen yhdistelmä.  33⁹⁰ 180 kaps. (264,85€/kg)	Luonnonravinnosta terveystuotteet aina edullisesti ja ammattitaidolla <i>Yli 60 vuotta Kuopiossa ja yli 30 vuotta Varkaudessa</i>  Kuopiossa Puijonkatu 27 (Katutaso) 017 261 4991 luonnonravinto.kuopio@dnainet.net ma-pe 9-18, la 9-14  Varkaudessa Kauppakatu 32 017 366 9230 luonnonravinto.varkaus@dnainet.net ma-pe 9-17, la 9-13 KANTA-ASIAKASKORTILLA SAAT LISÄÄ ETUJA! JOPA 8% Tarjoukset voim. 6.4.2022 saakka	