



Kevättiedote 2013

**VIHERLAAKSOLAISET RY.
GRÖNDALSGILLET RF.**

Viherlaaksolaiset ry.
Gröndalsgillet rf.
Kevättiedote 2013



Painos: 2400 kpl

Toimitus:

Päätoimittaja Matti Metsäranta

Toimitussihteeri

Terttu Nurmi, terttu.nurmi@suomi24.fi

Kannen kuva Taina Salonen

Painolaitos:

Kirjapaino Uusimaa.



Viherlaaksolaiset ry:n jäseneksi voi liittyä jokainen yhdistyksen sääntöjä noudattava henkilö maksamalla 20 euron jäsenmaksun tai yritys maksamalla 50€/100 euron kannatusjäsenmaksun yhdistyksen tilille Nordea 180230-259, viite 20064.

Kotisivuosoite:

<http://www.viherlaaksolaiset.fi>

Viherlaaksolaisilla on myös oma facebook keskusteluryhmä.

Viherlaaksolaiset ry. on perustettu vuonna 1957 ja se on toiminut siitä lähtien ensin Viherlaakson Omakotiyhdistys ry -nimisenä ja myöhemmin Viherlaaksolaiset ry - Gröndalsgillet rf -nimisenä. Yhdistyksen tarkoituksena on toimia alueen asukkaiden yhdyssiteenä ja edistää Viherlaakson kaupunginosan kehitystä ja viihtyvyyttä. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys julkaisee tiedotteita ja järjestää kokouksia ja muita tilaisuuksia sekä tekee tarvittaessa esityksiä ja aloitteita kaupungille ja eri yhteisöille.

Sisällys

- 3 Puheenjohtajan palsta, *Matti Metsäranta*
- 4 Metsien terveysvaikutukset, *Jouko Kostamo*
- 7 Suomen luontokeskus Haltia avataan yleisölle 31.5.2013, *Taina Salonen*
- 8 Toimivat Seniorit ry kotona asuvien ikäihmisten asialla Viherlaaksossa, *Pirkko Liikanen*
- 11 Pelastussuunnitelma, *Carita Pirttijärvi*
- 12 Solvalla, 100 år, *Margareta Bäckman*
- 15 Koulumuistoja Solvallasta n. 75 vuoden takaa, *Hilja Grönvall ja Anna-Leena Fagerström*
- 16 30-vuotias Viherlaakson kampaamo ja parturi, *Maire Kuusela*
- 17 Postilaatikko kolahtaa, *Carita Pirttijärvi*
- 18 Hyötyliikuntaa ja ympäristöhoitoa, *Eila Rantala*
- 21 Vuosikokous ja asukasilta 20.3., *Terttu Nurmi*
- 23 Linturetki Porkkalaan 18.5. ja hallitustiedot
- 24 Viherlaakso-päivä 15.5.

Ilmoitushinnat:

Koko sivu: 400 e, ½ sivua: 200 e

¼ sivua: 100, pikkuilmoitus 50 e

Kiitämme lämpimästi

liiketoimintajoukkoa, jotka ilmoituksillaan kustantavat tämän lehden painatuksen ja jakelun!

Viherlaaksolaiset ry:n hallitus



Siivoustalkoot
la 4.5. klo 10-13

Espoo-päivä la 31.8. Lippajärven ranta-tapahtuma. Onget esille, veneet vesille!



Puheenjohtajalta:

Viherlaakso kestävän kehityksen kyydissä

Pulinat pois ó kansa on puhunut kunnallisvaaleissa. Valtuutetut on valittu edustamaan meitä ja päättämään asioistamme neljäksi vuodeksi. Onko meidän nyt kädet ristissä odotettava pitävätkö päättäjät meidät kestävän kehityksen kyydissä?

Kunnan hallinnon tulee perustua kunnan asukkaiden (ei siis kunnan) itsehallintoon. Kuntalain mukaan valtuuston on pidettävä huolta siitä, että kunnan asukkailla ja palvelujen käyttäjillä on edellytykset osallistua ja vaikuttaa kunnan toimintaan muun muassa selvittämällä asukkaiden mielipiteitä ennen päätöksentekoa. Ympäristöasioihin vaikuttamisesta on vielä erikseen säädetty maankäyttö- ja rakennuslaissa. Näiden säännösten tarkoituksena on estää asukkaiden syrjäytyminen ja syrjäyttäminen kunnan toiminnassa. Tavoitteena on turvata myös meille Viherlaakson asukkaille mahdollisuudet osallistua ympäristön kestävään kehitykseen.

Valtuusto on päättänyt jatkaa vuosina vuonna 2009 suuralueilla aloitettua asukasfoorumitoimintaa, jolla korvattiin ainakin Suur-Leppävaaran alueella asukkaiden vaikuttamiskanavana hyvin toiminut alueneuvottelukunta. Neljä vuotta asukasfoorumitoiminnassa mukana olleena en vakuuttunut sen tavoitteiden toteutumisesta.

Viherlaaksolaiset ry oli mukana tuossa valtakunnallisessa Jokaisen Oma Ympäristö JOY2010 kampanjassa, joka korosti ympäristön, ympäristökasvatuksen ja erityisesti kulttuuriympäristön vaalimisen merkitystä kansalaisjärjestöjen toiminnassa. Kataisen hallitus on ohjelmansa mukaisesti asettanut maankäyttö- ja rakennuslain toimivuuden arviointityöryhmän. JOY-kampanjan yli sadan tuhannen kansalaisen työpajat ovat valmistelleet työryhmälle raportin, jossa on havaintoja ja toimenpide-ehdotuksia kansalaisten mahdollisuuksista vaikuttaa päättäjiin ympäristöt huomioon ottavan kehityksen hengessä. Kansalaisjärjestöt ovat todellinen voimavara, jota voidaan käyttää ympäristön ja kulttuuriympäristön vaalimisessa. Paikallisella tasolla kansalaisjärjestöt ovat päättäjien ja virkamiesten yhteisten ympäristö- ja rakennusperintöarvoja koskevien toimien testaaja ja omatunto. Ympäristön ja kulttuuriympäristön vaaliminen ei näytä onnistuvan ilman valistunutta kansalaistoimintaa. Se taas edellyttää tiedon lisäämistä, kansalaisjärjestöjen työn arvostamista ja tukemista sekä niiden valitus-oikeutta. (Korkeimman hallinto-oikeuden viestintäpäällikkö, Kanava 1/2013 öOikeusvaltion on siedettävä myös ammattivalittajatö.)

Yhteinen metropolimme -julkaisussa (Uudenmaan ja Itä-Uudenmaan arkkitehtuuripoliittiset tavoitteet) todetaan muun muassa, että asukkaiden tulee vaatia suunnittelulta laatua, toimia kiinnostuneena asukasvaikuttajana osallistumalla asuinalueensa elävöittämiseen ja toiminnallisuuden parantamiseen, vaalia, välittää ja nostattaa kotiseutuhenkeä ja -ylpeyttä. Yrityksistä on julkaisussa todettu, että niiden tulee tukea toiminnallaan sellaista rakennetun ympäristön kehittämistä, joka lisää sosiaalista tasa-arvoa ja ympäristön turvallisuutta ja laatutasoa. Espoon kaupungin kaavoitusohjelmassa on useita vuosia mainittu Viherlaakson ja Karakallion kehittämissuunnitelma. Saako se vauhtia Viherlaakson Ostokeskuksen täyttäessä vuonna 2014 50 vuotta? Me Viherlaaksolaiset emme istu kädet ristissä, vaan vaalimme ja välitämme ympäristöstä, yhdessä.

Markku Hietanen La

Jouko Kostamo

Metsien terveysvaikutukset

Ihminen on viettänyt noin 99,99 % historiansa luonnonympäristöissä. Kaupungistuminen on siis hyvin uusi ilmiö, josta meillä ei vielä ole paljon kokemuksia. Ihmisen fysiologiset toiminnot ovat edelleen sopeutuneet luontoon, eivät niinkään kaupunkiympäristöön. Tämän ristiriidan takia stressitasomme ovat koko ajan korkealla ja sympaattinen hermostomme jatkuvasti ylikuormittunut. Luonnon tilassa kehon immuunipuolustus vahvistuu ja tautiresistenssi kasvaa. On tutkittu, että immuunijärjestelmän toiminta tehostuu kun ihminen on kosketuksissa metsäympäristön kanssa.

Tutkimusten mukaan metsän katselulla ja siellä kävelyllä on paljon positiivisia vaikutuksia terveyteen. Esimerkiksi syljen kortisolipitoisuuden (kortisoli on stressihormoni), pulssin ja verenpaineen on todettu laskevan ihmisen ollessa kosketuksissa metsäympäristön kanssa.

Luontoympäristössä leikkiminen parantaa lapsen kehon hallintaa. Motoriset perustaidot kehittyvät ja aisteilla on keskeinen rooli lapsen tehdessä havaintoja ympäristön äänistä, tuoksuista ja näkymistä. Lapsen mielikuvitus rikastuu hänen saadessaan uusia vaikutteita luontoympäristöstä. Myös peruskunto nousee sekä lapsella että aikuisella luontoympäristössä liikkuessaan. On myös arvioitu, että sietokyky allergeeneille lisääntyy lapsen ollessa kosketuksissa luonnon ympäristön kanssa.

Fyysisen terveyden lisäksi luonnossa liikkuminen lisää ihmisten henkistä terveyttä tarjoamalla lievitystä stressiin sekä mahdollisuuden rentoutumiseen ja rauhoittumiseen. Luonto tarjoaa myös luontevan paikan sosiaalisille kohtaamisille, jotka ehkäisevät tehokkaasti yksinäisyyden tuomia terveydellisiä ongelmia, esim. masennusta. Erityisesti lapsille luonnossa liikkuminen myös opettaa vuorovaikutustaitoja ja kehittää



Nuoksiossa kelpaa retkeillä. Kuva Terttu Nurmi

yhteistyökykyä. Runsas sisällä olo ja nykyajalle tyypillinen istumatyö lisäävät mielenterveyteen ja aineenvaihduntaan liittyviä sairauksia kuten lihomista ja diabetesta. Luontoliikunnan merkitys muuttuikin suurella todennäköisyydellä tulevaisuudessa entistä tärkeämmäksi

Tutkimukset osoittavat myös sen, että kasvit ja puutarhat vanhainkodeissa lisäävät vanhusten hyvinvoinnin tuntemusta ja ovat heille erittäin tärkeitä. Helsingissä Kustaankartanossa tehdysä tutkimuksessa kaikkein tärkeintä vanhuksille oli nähdä puita, pensaita ja kukkia, saada liikuntaa ja raitista ilmaa sekä nähdä muita ihmisiä. Kustaankartanon palvelutalo on suunniteltu niin, että rakennukset on sijoitettu ympyrän muotoiselle alueelle siten, että niiden keskelle jää suurehko puisto, jossa on kävelypolkuja ja lampi. Vihreä ympäristö paransi tutkimuksen mukaan vanhusten mielialaa selvästi, mikä ennaltaehkäisee tehokkaasti erilaisia, varsinkin henkisiä, sairauksia.

Jatkuva rakennetussa ympäristössä asuminen ja rajoitettu pääsy viheralueille voi siis johtaa henkiseen väsymiseen. Tällainen väsyminen voi johtaa hyvin negatiivisiin lopputuloksiin. Yhdysvaltalaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että viheralueiden ja kasvillisuuden kaavoittamisella kaupunkialueelle on merkitystä myös rikollisuuden kannalta. Selvisi, että mitä vihreämmästä kaupungin alueesta on kysymys, sitä vähemmän siellä raportoidaan väkivaltaisuus- ja omaisuusrikoksia. Tämän oletettiin johtuvan nimenomaan siitä, että voimakkaasti rakennetuilla alueilla asuvat ihmiset olivat henkisesti väsyneempiä kuin vihreämillä alueilla asuvat naapurinsa ja siksi taipuvaisempia väkivaltaan.

Suomen aikuisväestö ulkoilee keskimäärin 170 kertaa vuodessa, noin 2-3 kertaa viikossa. Tämä ulkoilu on ympäristön virkistyskäyttöä. Vanhusten ulkoilu suuntautuu eniten lähiympäristöön. Metsiä siis hyödynnetään virkistyskäytössä paljon ja myös ikäihmisille mahdollisia aktiviteetteja löytyy runsaasti, esimerkiksi kävely, koiran ulkoiluttaminen, lasten kanssa ulkoilu, oleskelu kesämökillä, maisemien katselu, metsänhoito, polttopuun hankinta, kalastus, luonnontuotteiden keräily (marjat, sienet, yrtit, kukat, kasvit), luontovalokuvaus tai omaalaus, lintubongaus ja luonnon tarkkailu.

Suomalaisten yleisin arkiulkoilumuoto on kuntokävely, jota voi hyvin harrastaa metsäympäristössä. Myös erilaisten luonnontuotteiden keräily on suomalaisille tärkeä virkistyskäyttömuoto ja varsinkin marjastus on hyvin yleistä.

Henkiset ja hengelliset arvot

Metsä voidaan kokea myös pyhäksi paikaksi. Eräässä tutkimuksessa metsän toimiminen pyhänä paikkana oli tärkeää 45 % suomalaisista. Samassa tutkimuksessa 80 % koki tärkeäksi metsän toimimisen rauhoittavana paikkana. (<http://www.helsinki.fi/metsatieteet/tutkimus/pdf/Report55.pdf>) Toisessa tutkimuksessa 97 % suomalaisista oli sitä mieltä, että metsät antavat

ihmisille rauhaa ja hyvinvointia, 89 % oli sitä mieltä, että metsässä tuntee yhteyden luontoon ja 84 % tunsu metsien lisäävän ihmisten henkistä hyvinvointia. (<http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2009/mwp119.pdf>)

Miten meillä Viherlaaksossa?

Viherlaaksossa meillä on vielä jäljellä puistometsiä, lähivirkistysmetsiä ja niissä n 20 prosenttia arvokkaita luontokohteita, joissa voimme nauttia harvinaisten kasvien ja eläinten tuomasta ilosta. Metsät ja kasvillisuus säätelevät ravinteiden huuhtoutumista Gallträskin valtaojaan ja Lippajärveen ja suodattavat vilkasliikenteiseltä Turuntieltä tulevaa melua ja pölyä. Metsät sitovat myös hiiltä.

Kokonaissuunnitelmaa metsistä ja muusta luonnosta saatavissa olevista aineellisista ja henkisistä arvoista (ekosysteemipalveluista) ei Viherlaaksossa ole olemassa. Niinpä esim. vanhusten saamat hyödyt jäävät vähäisiksi siihen nähden, mitä ne voisivat olla, jos lähiympäristön luontopolut ja reitistö sekä opastus olisivat kunnossa. Jokainen meistä voi kuitenkin nauttia luonnosta omalla laillaan terveytemme ja hyvinvointimme parantamiseksi. Lähipuistoja on vielä jäljellä.



Luontoelämys löytyi läheltä Viherlaaksolaiset ry:n järjestämällä iltakävelyllä 10.9. Tässä kuunnellaan opastusta Kraatzin talon saunarannassa. Kuva Terttu Nurmi



Espoon Lemmikkipiste
www.espoonlemmikkipiste.com

Viherkalliontie 8
 02710 Espoo
 puh. 09-594749

laaja tuotevalikoima
 kotiinkuljetus lähialueille
 avoinna ark 9-19 la 9-15




Parturi Pirjo
 Viherkalliontie 1

Auki ti - pe klo 9.00-16.00
Puh. 597434

Roopetex  *Quality*

- Ateljeompelimo
- Asujen uudistus- ja korjaustyöt
- Laurie-housut
- Nimikoinnit ja brodeeraukset
- Pesulapalvelut
- Mattojen korjaukset

Roopetex Tunnelitie 6, 02700 Kauniainen
 Puh./fax (09) 5122 808, gsm 050 5868 567
roopetex.tmi@elisanet.fi

Espoon Autopalvelu Oy

HUOLLOT • KORJAUKSET • RENKAAT

Turuntie 145
 02710 ESPOO
www.espoonautopalvelu.fi

☎ 09 509 2029
 ☎ 09 512 2002
 Fax 09 547 1599



Viherlaakson Hammaslääkärit
 Viherkalliontie 1 - 02710 Espoo - info@vihdent.fi

Hammaslääkärit	Erikoishammaslääkärit
Elina Bäckman	Juurihoidot
Silja Hirvonen	Sari Kervanto-Seppälä
Taina Kolhunen	Kirurgia
Juuso Kulvanen	Johanna Snäll
Annamari Palmula	Oikomishoito
Päivi Pesonen	Eva Karlstedt
Maria Saarenpää	Tensalraudet
Tuula Savisaari	Marja Noponen
Suuhygienistit	Radiologia
Jaana Kytövaara	Marja Ekholm
Jonna Lehterä	
Tuovi Pohjola	

Ajanvaraus netissä 24h
www.vihdent.fi
 Puh. (09) 5915 620

Meiltä saat laajat hammashoito-palvelut.
 Tervetuloa!

Hymy valloittaa!



Itsepalvelu - Palvelupesula

Pesutupa Viherpeippo Oy

Meillä peset edullisesti matot, takit, peitot ja petauspatjat, kaikki kodin suuret tekstiilit. Rumpukoneissa tai laakapesuna!

Ajanvaraukset:
p. 09-849 3100

Kavallinpelto 13, 02710 Espoo
info@viherpeippo.fi
www.viherpeippo.fi
 Avoinna ark. 9-20 la 9-15




Taina Salonen

Suomen luontokeskus Haltia avataan yleisölle 31.5.2013

Nuuksiossa sijaitseva näyttely- ja tapahtumakeskus kokoaa Suomen luonnon saman katon alle.

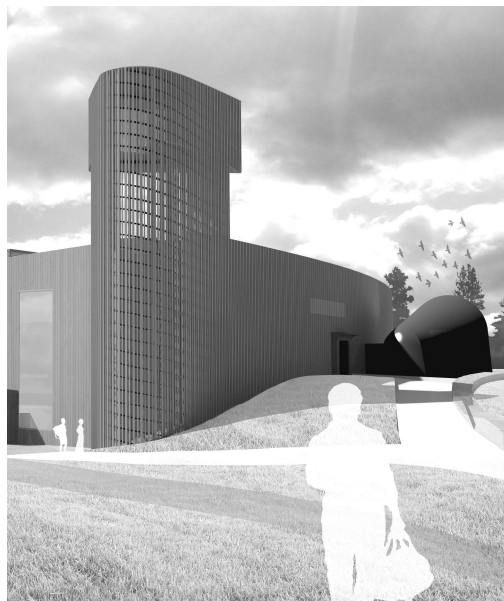
Arkkitehti Rainer Mahlamäen suunnittelema Haltia on kalevalaisen taruston inspiroima tila, jossa kohtaavat villi luonto ja ihminen. Se on rakennettu kokonaan puusta, mikä on julkiselle rakennukselle harvinaista. Täällä sovelletaan moderneja ekologisia ratkaisuja, rakennus mm. lämpenee ja jäähtyy auringosta ja maasta saatavalla energialla.

Näyttelyn ytimenä ovat Suomen 37 kansallispuistoa, lisäksi tarjolla on vaihtuvia näyttelyitä, opastus- ja retkipalveluja, myymälä, kahvila-ravintola sekä kokous- ja seminaaritiloja.

Taiteilija Osmo Rauhalan Peliteorianimisessä teoksesta tulee luontokeskuksen näyttelyn sydän. Taideteoksen symboli on joutsen, koska monessa kansanperinteessä vesilintu on elämän tai maailman alku.

Ravintola Haltia panostaa lähi- ja luomuruokaan. Menuussa näkyy suomalaisen luonnon vaihtuvat vuodenaajat. Valikoimaa löytyy retkilounaasta gourmet-illallisille, tai voit vain hakea eväät reppuun ja lähteä maastoon. Lisäksi tarjolla on hyvä viinivalikoima sekä kotimaisia pienpanimotuotteita.

Suurelta terassilta on kaunis näköala Pitkäjärvelle, ja upeat retkeilymaastot vieressä odottavat kulkijaa. Haltia tekee yhteistyötä Nuuksion yrittäjien kanssa, jotka tarjoavat erilaisia ohjelmapalveluita, mm. melontaretkiä, luontovalokuvausta ja ratsastusta.



*Haltia idästä, havainnekuva,
Arkkitehtitoimisto Lahdelma & Mahlamäki*

Perusretkeilyvälineitä kuten kompasveja sekä retkikeittimiä, retkeilyvaatteita ja kumisaappaita voi vuokrata.

Haltia kokoaa myös pääkaupunkiseudun luonto- ja ulkoilualueet ensi kertaa samaan paikkaan, josta voit hakea tietoa internetin kautta. Haltiasta saa myös koko Suomea koskevaa retkineuvontaa.

Haltiassa voi järjestää kokouksia, näyttelyitä, syntymäpäivät tai häät, ja vieressä olevan Solvallon rantasaunan voi vuokrata jne. Myös koko ravintola on vuokrattavissa aukioloaikojen ulkopuolella.

Auditorion etuseinälle saa tarvittaessa avatua näkymän Nuuksion Pitkäjärven upeaan maisemaan, joka sopii taustaksi vaikkapa musiikkiesitykselle.

Viherlaaksolaiset ry:n järjestämä RETKI HALTIAAN la 14.9.

Kokoonnumme paikan päällä klo 11.45. Sisään pääsyn kukin maksaa itse - aikuisten ryhmälippu 5 e, eläkeläiset, lapset 7-18 v. ja opiskelijat 2.50 e. **Opastettu kierros klo 12-13.** Ryhmään mahtuu 25 henkeä. Ilmoittaudu kierrokselle ja tiedustele kimpakyytiä p. 050-3505642, *Terttu Nurmi*

Pirkko Liikanen

Toimivat Seniorit ry kotona asuvien ikäihmisten asialla Viherlaaksossa



Porinapiirissä käy kova pulina, kun seniorit pujottelevat helmiä elämänsä helminauhaan. Sinne menevät lapsuuden leikit, sota-ajan ja evakkokokemukset, nuoruuden surut ja rakkaudet, oman perheen perustaminen, työn löytäminen, ikääntyminen jne. On menossa helmipaja, jota ohjaavat museolehtori Ilona Niinikangas ja dramaturgi Annika Dolgov Helinä Rautavaaran museosta. Kuvissa Kerttu Naakka, Helmi Lehtonen ja Maria Nevala. Kuvat Pirkko Liikanen

Kuinka sitä sitten voidaan nyt ikääntyneinä? *öHyvin, jos ei valiteta.ö*

Tammikuussa 2013 sattui tiistaipäivästä taas niin hyvin, että juuri samaan aikaan 75 vuotta aikaisemmin syntyivät Helsingin naistenklinikalla seniorit, kaksoissisarukset Helena ja Pirkko. Oli syytä onnitella, syödä kakkuja ja pullaa. Sukuseurakin onnitteli savolaisittain: *öIkkee tulloo, vaan vanahaks ee tarvihe tulla.ö*

Tammikuussa 2013 retkipiiri vei senioreita tutustumaan Kaukalahden Elä ja asu -seniorikeskukseen, Helinä Rautavaaran museoon ja Jaume Plensan valoveistoksiin taidemuseo Emmaan.

öMitä tiedät Koreasta tai Indonesiasta?ö öEn paljon mitäänö, vastannee moni.

Näihinkin maihin on ollut mahdollista tutustua kirjallisuuden ja elokuvan välityksellä Viihteellisillä matkoilla, joita Toimivat Seniorit ry. ovat järjestäneet kerran kuukaudessa keskiviikkoisin Viherlaakson kirjastossa. Viime vuonna matkustimme Kiinaan, Iraniin, Turkkiin, Afganistaniin, Japaniin, Koreaan ja Indonesiaan. Tänä keväänä on ollut ohjelmassa matkoja Egyptiin, Marokkoon, Algeriaan ja Syyriaan. Tilaisuudet ovat olleet antoisia ja paljon viherlaaksolaisia on tullut mukaan. Olemme oppineet paljon eri maista ja erityisesti niiden kulttuurista ja kirjailijoista. Tiedot näiden kuukausitapaamisten kirjallisuudesta löytyvät yhdistyksen kotisivuilta www.toimivatseniorit.palvelee.fi. Matkat jatkuvat taas syksyllä. **Tervetuloa mukaan!**

Joka päivä voi valita ja osallistua Toimivat Seniorit ry:n pienryhmiin ja tapahtumiin. Ja mikä parasta, kaikki tapahtuu aivan kodin läheisyydessä. *öJos tiistai- ja porinapiirit eivät olisi tässä samassa rapussa, en jaksaisi lähteä minnekään kauemmaksö, nyökyttelevät 85- ja 95-vuotiaat seniorit.*

Toimintaa jokaiselle seniorille kävelymatkan päässä kodista

Toimivat Seniorit ry:n As Oy Säästökehän toimintapiste on toiminut aktiivisesti Viherlaaksoissa jo viisi vuotta, vuodesta 2008 lähtien. Yhdistys järjestää toimintaa tavoitteittensa mukaisesti ehkäisemällä ikäihmisten yksinäisyyttä, turvattomuutta ja syrjäytymistä järjestämällä vapaaehtoista pienryhmätoimintaa (16 harrastuspiiri/ v. 2012), tapahtumia ja työpajoja. Ryhmien vetäjät löytyvät yhdistyksen jäsenistä ja kaikki työ samoin kuin osallistuminenkin on täysin vapaaehtoista.



As Oy Säästökehän toimintapisteeseen jäseniä retkellä japanilaisessa kirsikkapuistossa Herttoniemessä v. 2012. Kuvassa vas. Kerttu Naakka, Ulla-Maija Kankaanpää, Mirja Järvenpää, Eeva Hytönen, Eija Pokkinen, Helena Allahwerdi ja Anne-Marie Pesonen. Kuva Pirkko Liikanen

As Oy Säästökehän toimintapisteiden *pienryhmät* ja muu toiminta jäsentyy seuraavasti:

- 1) *ystävätoiminta* (vertaisverkot, tiistaipiiri, skype-ystäväpiiri, seurapeliapiiri, hyvinvointi- ja porinapiirit)
- 2) *kulttuuri* (kirjapiiri, kulttuuripiiri, maalauspiiri, omakuvapiiri, yhteislaulupiiri)
- 3) *virkestystoiminta* (retkiapiiri, rantasaunapiirit, lounaspiiri, nojatuolimatkaapiiri)
- 4) *liikunta* (joogaapiiri, liikuntaapiiri, vesijuoksupiiri ja liikunnalliset tapahtumat)
- 5) *muu toiminta* : työpajat, tapahtumat, seminaarit ja yhteistyö kumppaneiden kanssa
- 6) *hallinto* (vuosikokous, hallituksen kokoukset ja sihteerin työt)

Kaiken kaikkiaan jäsenillä oli eri harrastepiirien, seminaarien, työpajojen, kokousten, kokeiluprojektien yms. liittyen **593** erilaista tapaamista, joihin kului aikaa **4962** tuntia. Tapaamiin käytetystä ajasta 20 % suuntautui yhteistyöhön kumppaneiden kanssa.

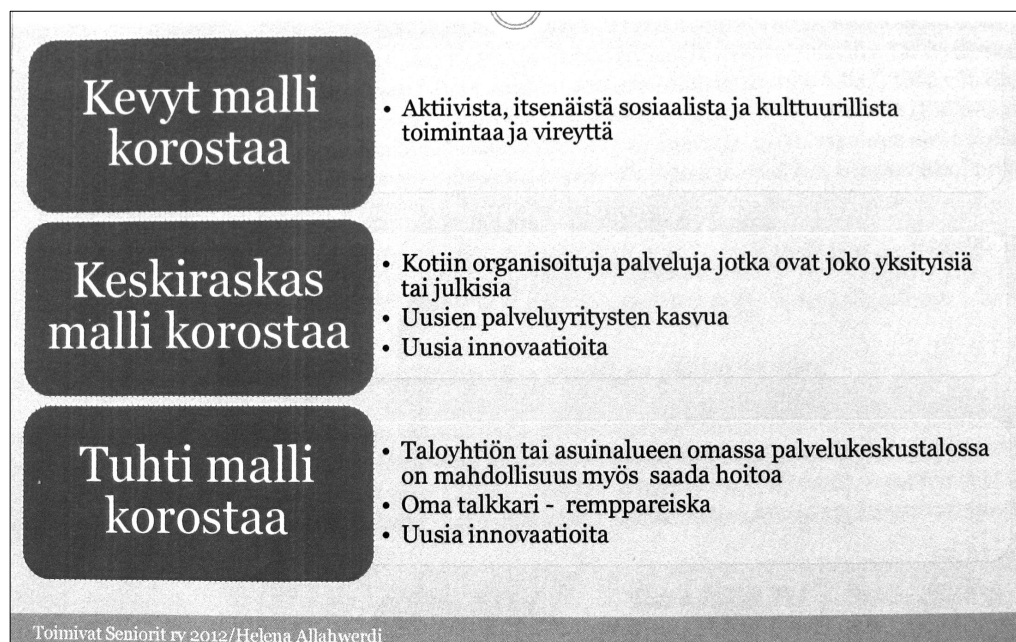
Kotisivu: <http://www.toimivatseniorit.palvelee.fi>

Kun katselee yhdistyksen kotisivua ja klikkaa sieltä kuukausiohjelman, huomaa välittömästi, että toimintaa riittää viikon jokaiselle päivälle. Jotkut pienryhmät toimivat säännöllisesti joka viikko samana viikonpäivänä, jotkut kerran pari kertaa kuukaudessa. Lisäksi järjestetään muita omia tapahtumia ja osallistutaan yhteistyökumppaneiden tapahtumiin.

Suuri osa vanhusväestöstä tarvitsee kotiinsa toimintaa ja palveluja

Suomessa oli vuonna 2012 jo yli miljoona eläkeläistä. Espoon väestöstä yli 65-vuotta täyttäneitä oli 30 000 (12,1 %). 75-vuotta täyttäneitäkin oli jo lähes 12 000 henkilöä (4,4 %) ja 85 vuotta täyttäneitä lähes 3000 henkilöä (1,1 %).

Hyvän vanhenemisen ja pitkän elämän aineksia ovat elämän merkityksellisyys, aktiivinen osallistuminen yhteiskunnan ja kulttuurin rientoihin sekä terveys ja sairauksien hyvä hoito. Yli 98 % senioreista asuu omistamissaan tai vuokraamissaan asunnoissa. Senioreiden tarvitsemia yksityisiä tai kunnallisia palveluita ei riitä edes kaikille yli 85-vuotiaille, puhumattakaan koko ikääntyneestä väestöstä. Tarvitaan innovatiivisia malleja ja kokeiluja koko ikääntyneen väestön tarvitsemien palveluiden luomiseksi. Tilanteen ratkaisemiseksi Toimivat Seniorit ry kehitti kotonaan asuvien senioreiden palvelukeskuksiksi yhteistyössä Aalto-yliopiston tutkija Marja-Liisa Niinikosken ja Espoon karkikäyttäjryhmän kanssa kolme kotona asumisen mallia: kevyt, keskiraskas ja tuhtimalli.



Toimivat Seniorit ry. tarjoaa kodin läheisyydessä tapahtuvaa säännöllistä toimintaa taloyhtiön kaikille senioreille, **mutta myös muille asukkaille sekä muillekin viherlaaksolaisille**. Alunperin oli tavoitteena perustaa toimintapisteitä eri alueilla. Ainoastaan Viherlaakson toimintapiste käynnistyi heti Toimivat Seniorit ry:n perustamisen jälkeen. Toiveena on edelleen, että taloyhtiöiden tai paikallisesti läheisten alueiden seniorit käynnistäisivät omia toimintapisteitä. Tulemme mielellämme esittelemään As Oy Säästökehän toimintapisteen toimintaa ja organisaatiota.

Toimivat Seniorit ry:n As Oy Säästökehän toimintapiste, Viherlaaksonranta 10, 02710 Espoo, puh 050 5170588 (Liikanen) tai s-postiosoite pirkkoliikanen@gmail.com

Pelastussuunnitelman päivitys ajankohtaista

Pelastussuunnitelma on laadittava asuinrakennuksiin, joissa on vähintään kolme asuinhuoneistoa. Pelastussuunnitelma tulee tehdä jokaiseen rakennukseen kunkin rakennuksen erityispiirteet huomioiden. Mikäli kiinteistöön kuuluu useampia rakennuksia, on harkittava, tarvitaanko rakennuksiin erilaisia pelastussuunnitelmia. Vastuu pelastussuunnittelusta on asuinkiinteistön hallituksella.

- Uudisrakennuksiin vaaditaan pelastussuunnitelma vuonna 2011 annetun pelastuslain (379/2011) ja valtioneuvoston pelastustointia koskevan asetuksen (407/2011) mukaan.
- Vanhat pelastussuunnitelmat on päivitettävä kahden vuoden kuluessa lain voimaantulosta eli 1.7.2013 mennessä.
- Ilmoitusta suunnitelmasta ei enää tarvitse toimittaa pelastuslaitokselle

Pelastussuunnittelun yhteydessä kohde arvioi oman turvallisuutensa tason ja laatii omaan ympäristöönsä sopivat ohjeet.

Pelastussuunnitelman tehtävänä on kehittää

- riskien tunnistamista
- tapaturmien ja onnettomuuksien ehkäisyä
- varautumista onnettomuustilanteisiin ja niissä toimimiseen

Pelastussuunnittelussa huomioitavaa

- Taloyhtiön hallitus osallistuu aktiivisesti pelastussuunnitelman laatimiseen ja päivittämiseen.
- Asukkaille tiedotetaan huolellisesti pelastussuunnitelman sisällöstä.
- Asuinkiinteistössä on hyvä olla koulutettu turvallisuustiimi.

Pelastussuunnitelman tarkoitus on herättää asukkaat huomaamaan asuinympäristön vaaratekijät ja auttaa ehkäisemään vaaratilanteet ja vahingot. Avun saapuminen voi onnettomuustilanteissa kestää pitkäänkin, joten taloyhtiössä on osattava toimia tehokkaasti ihmisten ja omaisuuden turvaamiseksi ja vahinkojen minimoimiseksi.

Pelastussuunnitelma laaditaan asukkaiden turvallisuutta ajatellen ó ei viranomaisia varten.

Lisätietoa osoitteessa www.spek.fi

Information på svenska: www.spek.fi

Kuva Marko Heiskanen



SPR:n Kehä-Espoon osasto oli mukana valtakunnallisessa Sydäntalvi-tapahtumassa 16.2. järjestämässä evakuointiharjoitusta kuvitteellisen vakavan sähkökatkoksen varalta.

Margareta Bäckman

Solvalla 100 år

I fjol våras besökte jag efter en mycket lång tid min gamla skola Solvalla där jag gick under åren 1941-45. Jag hade länge förargat mig över att man i en del sammanhang använde fel namn på den gamla skolbyggnaden. Det var oerhört glädjande att denna för mig självklara tanke fick stöd av föreningen Viherlaakso-laiset ry - Gröndalsgillet rf. Vi kunde konstatera att det år 2012 hade gått 100 år sedan tomten donerades och skolan byggdes. Det fanns därför två orsaker att uppmärksamma denna historiska byggnad: 1) att ihågkomma och fira att det hade förflutit 100 år sedan Karl Axel och Matilda Gumberg donerade tomten Solvalla RN 8:43 och skolan byggdes genom talkoarbete och 2) att kräva att endast det ursprungliga och rätta namnet skulle användas i alla sammanhang. Två skrivelser om detta ärende undertecknat av sammanlagt 58 personer har nu riktats till Församlingsrådet i Esbo svenska församling (daterade 6.9.2012 och 28.1. 2013).



Margareta på skoltrappan våren 2012

Den 8. december 2012 hade vi öppet hus f.o.m. kl. 11 och firade Solvallas 100-års jubileum med kaffeservering och en liten fotoutställning med skolfoton från olika perioder. På eftermiddagen välkomnade vi författarinnan **Ulla-Lena Lundberg**, som bara några dagar innan hade fått Finlandia-priset i litteraturför sin fina roman ölsö. Ulla-Lena Lundberg berättade så livfullt om de fyra åren under sin tidiga barndom då hon med sin två år äldre syster Gunilla bodde i Solvalla, där hennes mamma Maj Lundberg undervisade under åren 1950-54. Hon hade trevliga minnen av livet i lärarbostaden i övre våningen, alla skolbarnen i huset och på skolgården, så det var ett glatt återseende. När Kilo-Gröndal skola blivit färdig flyttade familjen dit och Maj Lundberg undervisade där några år till. Därefter flyttade de till Pargas.



Vår andra inbjudna gäst var mångårige stadsfullmäktigeledamoten **Ulf Johansson**. Han berättade om sin långa skolväg från Bemböle då mycket kunde hända och hur bra han trivdes att gå i skola i Solvalla. Han tyckte att hans lärarinna i småskolan, Letty Lindholm, var öen härlig människa. Andra bidrog med skolminnen och ställde frågor.

Ulla-Lena Lundberg var som hemma i Solvalla.



Solvalla barnträdgård våren 1951.

Systrarna Ulla-Lena och Gunilla Lundberg i första raden.

Det rådde en hjärtlig och glad stämning i rummet som en gång var delat i småskolans sal och folkskolans sal med en vägg emellan. Det var roligt att stiga in i skolan och återse gamla skolkamrater, Gröndalbor och andra ortsbör och minnas ögamla tiderö. Vi sjöng allsång ackompanjerade av Tor-Erik Lindholm på gitarr.

Det var en välbesökt och lyckad tillställning i en kär gammal skolbyggnad.

Tack Ulla-Lena Lundberg och Ulf Johansson! Och tack till alla besökare för att ni kom!

Sami Suviranta,

Namngruppen vid Esbo stadsplanerings central /Espoon kaupunkisuunnittelukeskus:

öEn historisk byggnad bör ha kvar sitt namn

Ortnamn som hör till det lokala kulturarvet måste värnas om. Speciellt stort lokalt kulturvärde har namn som varit sedan länge i allmänt muntligt bruk hos lokala invånare. Den gamla skolbyggnaden i Gröndal och dess namn Solvalla är en betydelsefull del av hembygdsidentiteten.ö

Margareta Bäckman:

öSami Suviranta har på min begäran skrivit utlåtanden i namnfrågan. De fanns som bilagor i skrivelserna riktade till Församlingsrådet, samt till påseende vid Solvalla 100-års jubileum den 8. december 2012. Sammanlagt 58 personer har undertecknat listorna med krav på en återgång till det ursprungliga namnet Solvalla.

Skoltiden, åtminstone de första skolåren, är en tid man minns bättre än många senare perioder i livet. Gröndal svenska folkskola var en ganska liten skola. Där var lugnt och tryggt också under krigsåren. Skolan var då inte stängd som många andra skolor under vissa perioder. Undervisningen var bra och lärarinnorna snälla. Där var god ordning och bra stämning. Och julfesterna var roliga. På skolgården kunde man spela bollspel. Och Solvalla skolbyggnad var mycket trivsam.ö

Margareta Bäckman

Solvalla 100 v.

Viime vuoden keväällä kävin pitkästä aikaa vanhassa koulussani Solvallassa, jota kävin vuosina 1941-45. Minua oli vuosia harmittanut, että vanhaa koulurakennusta kutsuttiin joissakin yhteyksissä väärällä nimellä. Olikin erittäin ilahduttavaa, että sain tälle itsestään selvälle ajatukselleni tukea Viherlaaksolaiset ry:ltä. Saatoimme todeta, että vuonna 2012 tontin lahjoittamisesta ja koulun rakentamisesta oli kulunut 100 vuotta. Niinpä nyt oli kaksikin syytä osoittaa huomiota historialliselle rakennukselle:



Ulla-Lena Lundberg kertoo lapsuusmuistojaan Solvallasta.

- 1) Muistaa ja juhlaa sitä, että oli kulunut 100 vuotta siitä kun Karl Axel ja Matilda Gumberg olivat lahjoittaneet tontin RN 8:43 ja koulu oli talkoovoimin rakennettu ja
- 2) vaatia, että ainoastaan alkuperäistä ja oikeaa Solvalla-nimeä pitäisi käyttää kaikissa yhteyksissä.

Nimiasiaista on nyt lähtenyt Espoon ruotsalaisen seurakunnan seurakuntaneuvostolle kaksi kirjelmää (6.9.2012 ja 28.1.2013), ja näiden liitteenä yhteensä 58 henkilön Solvalla-nimeä puoltava allekirjoitus.

8.12. vietettiin Solvallassa 100-vuotisjuhlaa. Oli avoimet ovet klo 11 alkaen, kahvitarjoilu ja pieni vanhojen koulukuvien näyttely. Iltapäivällä saimme toivottua tervetulleeksi kirjailija **Ulla-Lena Lundbergin**, joka vain muutamaa päivää aiemmin oli saanut Finlandia-kirjallisuuspalkinnon hienosta romaanistaan *Öjää*. Ulla-Lena Lundberg kertoi eloisasti neljästä vuodesta, jolloin hän oli asunut kaksi vuotta vanhemman siskonsa Gunillan kanssa Solvallassa, jossa heidän äitinsä Maj Lundberg oli ollut opettajana vuosina 1950-54. Ulla-Lenalla oli hauskoja muistoja elämästä yläkerran opettaja-asunnossa ja koululaisista talossa ja koulun pihalla.

Kun Kilo-Gröndalin koulu ja opettajien asunnot valmistuivat, perhe muutti sinne ja Maj Lundberg työskenteli muutaman vuoden opettajana siellä. Tämän jälkeen he muuttivat Paraisille.

Toisena kutsuttuna vieraana oli monivuotinen kaupunginvaltuutettu **Ulf Johansson**. Hän kertoi pitkästä koulumatkastaan Bembölestä Solvallaan, jolloin paljonkin saattoi matkan varrella tapahtua, ja siitä, kuinka hyvin hän viihtyi Solvallaan koulussa. Hänen mielestään hänen alakoulunopettajansa Letty Lindholm oli öihana ihminen. Toisetkin kertoivat koulumuistojaan ja esittivät kysymyksiä.



*Muisteluvuorossa
Ulf Johansson*

Huoneessa, joka ennen oli ollut jaettuna väliseinällä alakoulun ja yläkoulun luokahuoneiksi, vallitsi iloinen tunnelma. Oli hauska astua sisään ja tavata entisiä koulukavereita, viherlaaksolaisia ja muita paikkakuntalaisia ja muistella övanhoja aikoja. Lauloimme yhteislauluja Tor-Erik Lindholmin säestäessä kitaralla. Se oli onnistunut vanhan rakkaan koulurakennuksen tilaisuus!

**Kiitokset Ulla-Lena Lundbergille ja Ulf Johanssonille
ja kiitokset kaikille mukana olleille, kun tulitte!**

Suom. T.N.

Koulumuistoja Solvallasta n. 75 vuoden takaa

Solvallan ruotsinkielisessä koulussa laulettiin, leikittiin ja askarreltiin niin kuin öeskareissaö ja alakouluissa nykyäänkin. Onko pikkulasten koulu kovinkaan paljon muuttunut, vaikka paperinuket ovat kai vaihtuneet muovisiin ja omat eväät kouluruokaan? Hilja Grönvallin (s. Sirén) koulumuistot vuosilta 1936-1941 ovat joka tapauksessa enimmäkseen aurinkoisia. Osaksi samaan aikaan Solvallassa kävivät koulua myös Hiljan isoveljet Onni ja Urho ja Anna-Liisa Fagerström (s. Leino), joka oppi ruotsia leikkikoulussa.

Hilja kertoo:

Askartelua, satuja, piirileikkejä

Muovaileminen oli mukavaa ja sprattelgubbe (sätkyukko) oli kiva tehdä. Ukko tehtiin pahvista ja sitä liikuteltiin naruista vetämällä, kun se roikkui seinällä. Paperista tehtiin irtoneita ja Helsingin Sanomista maalarinhattuja. Pallo tehtiin paperista ja päällinen virkattiin langasta ja hyvä tuli. Pannulappuja ja pieniä pöytäliinoja ym. tehtiin ja koreja punottiin värikkäistä paperiliuskoista. Piirustus kuului ehdottomasti joka päivään. Oli vesivärit ja värityskirjat. Keitetty peruna oli hyvä liima, raaka perunasta tehtiin kynttilänjalkoja. Tulitikkulaatikoista askarreltiin piironeja ja torneja.

Opettaja luki joskus jotakin ajankohtaista ja satuja. Laulettiin ihania lauluja ja tanssittiin piirileikkejä. Välillä myös ulkoiltiin ja tehtiin hiekkalaatikolla kakkuja ja kaikkea kivaa. Kaikki tehtiin samaa, tytöt ja pojat. Ei ollut eritelty leikkejä eikä tekemisiä.

Omat eväät

Me syötiin omia eväitä. Oli voileipiä ja limsapullossa maitoa. Leivän päällä makkara oli harvinaista. Kerran meillä oli makkaraa, mutta Urho totesi, että mennään kotiin, kun se meni toiselle kaverille. Sitten meillä oli taas silakkavoileipää. Sinä päivänä me mentiin kotiin niin kuin päätimme, mutta muuten en muista, että koskaan olisi ollut mitään riitaa.

WC oli ulkona, mutta paljoa ei vessassa ehtinyt käydä, kun oli aina niin paljon touhua.

Solvallassa saatiin myös isorokkorokotus. Myöhemmin kylän ainoa lääkäri, neuvolalääkäri Sjöblom tarkasti koululaisia täällä ja passitti aikuisia hätätapauksia Kirurgiseen sairaalaan Helsinkiin.

Ikävämpi tapaus

Minulla oli valkoiset uudet päällyskengät. Kerran ne olivat kävelleet pois itsekseen ja jouduin

kävelemään pikkukengissä leikkikoulusta kotiin. Oli pula-aika, ne olivat harvinaiset kengät eivätkä löytäneet.

Pääsiäiseksi maalattiin munia ja laitettiin krepipaperikukkia ja laulettiin pääsiäislauluja. Kukkopilli kuului kevääseen. Niitä valmisti Kerra, lempinimeltään Kukkopillitehdas.

Käsityöt saatiin kotiin jouluna ja keväällä. Siinä näki kätten töitä ja innostui ja oppi ja sai sitten aina vaikeampia käsitöitä.

Oli hyvä koulu!



Anna-Liisa kielikylvyssä

Anna-Liisa Fagerström (ent. Leino) oli suomenkielisestä perheestä, mutta pääsi Solvallaan leikkikouluun v. 1936, koska hänellä ei ollut sisarusia. Samaa aikaan leikkikoulussa oli muitakin suomenkielisten perheiden lapsia. **Ohje oli sellainen, että kun portista astui sisään, puhuttiin ainoastaan ruotsia. Ellei osannut, piti olla hiljaa ja kuunnella.**

Anna-Liisalle naurettiin kerran, kun hän ymmärsi ohjeen väärin ja hyppeli, vaikka piti ristiä kädet. Silloin hän vakaasti päätti oppia hyvin ruotsia! Anna-Liisan mielestä tällainen kielennoppimismenetelmä oli kuitenkin hyvä ja voisi toimia nykyäänkin.

Anna-Liisan mielipuhua leikkikoulussa oli värikkäiden helmien pujottaminen nauhaan. Myös sisällä ollut hiekkalaatikko oli suosiossa.

Kiitos Hilja Grönvallille ja Anna-Liisa Fagerströmille koulumuistojen kerronnasta!

30-vuotias Viherlaakson kampaamo ja parturi



*Näkymä tämän päivän
kampaamosta*

Kuva:Maire Kuusela

Viherlaakso on ollut aina nimensä veroinen varsinakin kesällä. Mieleeni on jäänyt maanantai kesäkuun 6. päivä 1983, joka kylpi jo aamusta auringonvalossa. Se päivä oli avajaispäivämme. Yhdessä yhtiökumppanini Leena Niemisen kanssa olimme perustaneet kommandiitti-yhtiön ja odotimme jännittyneinä, mitä tulevaisuus tuo tullessaan.

Olimme varautuneet asiakastarjoiluun kahvin ja täytkekakun kera. Ilo oli suuri, kun heti aamusta ovi alkoi käydä tiuhaan tahtiin. Sisään astui tuttuja ja tuntemattomia, entisiä asiakkaita ja uusia tuttavuuksia tutustumaan palveluihimme. Ja voi niitä tervetulotoivotuksia, joita saimme ottaa vastaan! Nyt kun niitä muistelee, ne vieläkin lämmittävät mieltäni.

Pian huomasimme, että olimme kokonaan unohtaneet hankkia käsipeilit. Siis sellaiset, joista asiakas voi katsoa valmista työtä takaa päin. Kiireessä lähdimme ostamaan niitä Leppävaaran nykyisen Sellon paikalla sijainneesta ostoskeskuksesta Maxista. Olimme olleet kaupassa vain hetken, kun tuli kuulutus: öTavaratalomme suljetaan 15 minuutin kuluttua. Koko päivä oli niin hektinen, että ajantaju oli tehnyt tepposen. Siitä lähti käyntiin uusi elämänvaihe yrittäjinä.

Kahdeksankymmenluvun alkupuolella hiustyyli oli hyvin erilaista kuin nyt. Permanentit ja hiuslenkkaukset olivat halutuimpia töitä ja myös varsinaisia kampauksia tehtiin paljon. Silloin kampaukset olivat isoja ja kiharaisia. Muoti uusiutuu puolivuosittain ja sen vuoksi on pysyttävä ajan hermolla. Onneksi pääkaupunkiseu-

dulla on tarjolla paljon hiusmuotinäytöksiä ja tekniikkakursseja. Ja vaikka kuinka päivitämme itseämme muodin saloihin, löytävät asiakkaat uusia ideoita televisiosarjoista tai vaikka TV-kuuluttajien hiusmalleista. Olemme toteuttaneet niin Dynastiassa ja Kauniissa ja rohkeissa esiintyvien roolihahmojen kuin monien kuuluisuussienkin leikkaus- ja kampaussmallit.

Ensimmäinen liiketilamme sijaitsi ostarin päädysssä, jossa nykyisin toimii Kukka-Felicità. Vuoden 1988 syksyllä siirryimme isompiin tiloihin ostoskeskuksen uuteen osaan FysioSport-tiksen naapuriin. Niissä tiloissa viihdyimme kymmenen vuotta. Seuraava liiketilamme oli entisen Raken paikalla. Nykyisissä tiloissa olemme toimineet vuodesta 2005 lähtien.

Yhtiökumppanini Leenan kanssa työskentelimme yhdessä 26 vuotta. Hänen siirtyessään eläkkeelle liike siirtyi minulle.

Tänä päivänä liikkeessäni työskentelee itseni lisäksi kaksi parturi-kampaajaa, Nana Prijt ja Anna Issakainen sekä sopimusyrittäjä Pirkko (Pico) Röntynen. On upeaa että käytetään lähipalveluja, kiitos siitä kuuluu kaikille asiakkaillemme.

Hiusten värikäsittelyt ovat ohittaneet kiharruksen ja myös miehille on omat luonnollisen näköiset värinkorostukset (harmaiden häivytykset). Muutos on tervetullutta ja me haluamme pysyä kehityksen mukana. Palvelemme edelleen naisia, miehiä, nuoria ja lapsia. Nähdään hiusmuodin merkeissä!

Tervetuloa

6. 6. 2013 klo 16.00 -19.00

liikkeen syntymäpäivä-
kakkukahville !

(Seuraa ilmoituksia!)

Viherlaakson kampaamo
ja parturi

Maire Kuusela



*Viherlaakson
kampaamo
ja parturi*

**Tervetuloa kaunistumaan
ja uudistumaan!**

Perinteisten parturi-kampaamopalvelujen lisäksi:

- Ripsien ja kulmien värjäykset
- Hiuspohjan erikoishoidot
- Mikrokameratutkimus
- Laserhoito
- Otsonihoito

Avoinnna Ma - To 8 -18 Puh 09-592550
Pe 8 -17 Gsm 0400524990
La 9 -14

Viherlaakso-päivänä 15.5. Viherlaakson kampaamossa on

VÄRIPÄIVÄ-tapahtuma klo 10- 17.

Liikkeessämme vierailee hiusväri- ja hiusmuotikouluttaja Ina Korhonen Goldwelliltä.
Yhdessäideoimme ja toteutamme uuden ilmeen hiuksillesi.

Järjestimme myös tänä keväänä lasten piirustuskilpailun. Palkinnot jaetaan toritapahtumassa 15.5.

Postiluukku kolahtaa säännöllisesti

Länsiväylän ja muun ilmaispostin jakajana Viherlaaksonrannasta Lukionahteelle on jo kahdeksan vuoden ajan ahkeroinut **Kaarlo Kosonen**, joka itsekin on asunut tällä samalla alueella 16 vuotta. Kaarlo on entinen linja-autonkuljettaja mutta nykyisin rakennusmies.

Alueen asukkaat ovat tyytyväisiä todella luotettavaan jakeluun.



Kaarlokin kehuu asiakkaita hyviksi, mutta toivoisi talvisaikaan taloyhtiöiltä parempaa hiekoitusta. Hän toivoisi myös, että rivitaloyhtiöt laittaisivat postilaatikkonsa vierekkäin, ettei tarvitse turhaan lumessa tarpoa.

Kaarlo Kososen jakelukierroksellaan tapasi Carita Pirttijärvi.

HYÖTYLIIKUNTAA JA YMPÄRISTÖNHOITOA



Kuva Klaus Nurmi

Epämiellyttävä uusi naapuri ô espanjansiruetana

Moni espoolainen varmaan tietää, että Euroopan yhdentymisen aikana on luontoomme kotiutunut vieraslajeja kuten espanjansiruetanat, ns. tappajaetanat. Nämä etelän etanat voivat selvitä Suomessakin talven yli lumen alla. Talvehtineet pienet etanat käyvät keväällä ja kesällä kasvien kimppuun ja kasvavat pian 7-14 sentin pituisiksi aikuisiksi, jotka lisääntyäkseen munivat suotuisissa oloissa satoja munia jokainen. Siellä missä tämä laji yleistyy se popsii puutarhoissa lähes kaikkien kasvien lehtiä, kukkia ja sipuleita. Siruetanoiden väri vaihtelee oranssinruskeasta mustaan. Isoin kotimainen etana, ukkoetana esiintyy yksittäin eikä ole vahingollinen. Se syö vain sieniä ja hajoavia kasvinosia. Kotimainen metsäetana taas ei lisäännä suuriksi massaesiintymiksi eikä se ole niin liikkuva laji kuin tuo vierasetana.

Viime kesä oli runsassateinen ja siitä seurasi etanakannan mahtava kasvu loppukesällä. Aikuiset menehtyivät yleensä syksyllä, mutta munat ja nuoret yksilöt talvehtivat paksun lumen alla hyvin. Ensi kesästä on siis odotettavissa taas etanakesä.

Mitä sitten tavallinen kotipuutarhuri ja luonnonystävä voisi tehdä?

Etanat eivät tietenkään leviä maasta toiseen omin neuvoin, vaan ihmisen avulla kuten muutkin vieraslajit. Munat ja nuoret yksilöt kulkeutuvat kasvien juuripaakuissa tai pakkauksissa kauppapuutarhoihin ja niistä mullan, kukkasipulien tai muun mukana kotipihoille. Tämän vuoksi olisi puutarhaostoksilla tärkeää varmistua tuotteiden alkuperästä ja saasteettomuudesta.

Etanoiden massaesiintymät saadaan aisoihin korjaamalla pihoilta lehtikasat ja avokompostit ja keräämällä aamuin illoin ja sateella päivälläkin etanat vaikkapa muovipussiin tai maitotölkkiin ja tappamalla kiehuvalle vedelle, minkä jälkeen ne voi laittaa sekajätteisiin. Etanan esiintymisalueilta ei pidä viedä kasveja tai multaa saastumattomille alueille.

Noin viisi vuotta sitten havaitsin etanoiden massaesiintymän Lähderannantien ja Lippajärven rannan välisellä kosteikkoalueella, josta otukset olivat leviämässä rivi- ja omakotitalojen pihoille. Olen yli viiden vuoden aikana hävittänyt etanoita keräämällä niitä iltaisin asfalttikäytäviltä, metsäpoluilta ja pihoilta, usein yli satakin kappaletta yhdellä iltalenkillä. (kuva) On selvää, että tällaista vapaaehtoistyötä pitäisi tehdä isommalla joukolla ja joka kesä, jotta massaesiintymät saataisiin torjuttua, koska etanaesiintymää on nähty muuallakin lähialueillamme. Toivottavasti siihen löytyy kiinnostusta jo ennen kuin etanat valtaavat omat pihanurmikot ja kasvimaat ja torjunta voi olla tosi hankalaa.

Kaunista ja kuivaa kesää odotellen

Eila Rantala

Lisätietoa: www.ymparisto.fi/vieraslajit

Kannelsalo Ky

Helsingintie 49-51, 02710 ESPOO

LVI-asennukset ja myynti

**Metallirakennusasennukset
ja Äkorjaukset**

Puh. 591 5550 , fax 591 55510



Meiltä kaikki yhden pysähdyksen taktiikalla

Neste Oil K-Market

Espoo Viherlaakso
Rajamännynahde 1
puh. 09 599626

Palvelemme

Arkisin 6-24
La-Su 8-24



Kukka-Felicita

☎ 09 595 169

www.kukka-felicita.fi
ulla@kukka-felicita.fi
Viherlaaksontori, 02710 Espoo



VIHERLAAKSON HIERONTA

RAJAMÄNNYINKUJA 3

☎ 040-7349312

**KOUL. HIEROJA/HERMORATAHOITAJA
RAUNI LUNDEN**

Pohjois-Espoon musiikkikoulu on nyt Estrada, Espoon musiikki- ja tanssikoulu!



ESPOON MUSIIKKI- JA TANSSIKOULU

Tule katsomaan esityksiämme keväällä tai ilmoittaudu oppilaaksemme lukuvuodeksi 2013-2014! **Uusien oppilaiden ilmoittautuminen on toukokuussa.**

Kysy lisää toimistostamme puh. **09 563 3320, 040 74 75 738** tai toimisto@estrada.fi.

Soitto- ja tanssitunteja 10 paikassa Espoossa!

Estrada-Espoon musiikki- ja tanssikoulu, Kavallinpelto 10, Viherlaakso, <http://www.estrada.fi>

MAISTAPA VÄLILLÄ ITÄMAISTA!

PHNOM-PENH

ma 10.30-15, ti -pe 10.30-21, la-su 12 - 21

Lounaspöytä arkisin 10.30-15. Voit myös noutaa.

Kavallinpelto 13 02710 Espoo

Viihtyisä, uudistettu sisustus.

TERVETULOA!



p. 09- 5120 208

Kauneushoitola
Sinin lähde

Tutustu palveluihimme nettisivuillamme
www.sinin-lahde.fi ja varaa aika
puhelimitse tai netin kautta!

Kauneushoitola Sinin lähde

Viherlaakson keskus,
Kuusiniementie 2
puh. 044-547 3984



KarakallionHuolto

Korkealaatuista ja huoletonna asumisviihtyvyyttä!

• Sähköhuolto- ja korjaustyöt •
• Sähköasennukset ja urakointi • Tarvikemyynti

HUHTA Sähkötekniikka

Sähkö-Huhta Oy

Helsingintie 54, 02710 Espoo

puh. 09 894 6610

www.huhta.fi

Avoinna

ma-pe 7.00-17.00

la suljettu

KAUNIAISTEN

KELLO JA KULTA OY

GRANKULLA

UR OCH GULD AB

Promenadi 1 Promenaden, 02700 Kauniainen, Grankulla

puh/fax/tel: **505 0090**

Vuosikokous ja asukasilta 20.3.

Viherlaaksolaiset ry:n vuosikokous Viherlaakson koulun auditoriossa oli tavalliseen tapaan vähäväkinen, mutta asukasiltaan kertyi joukkoa sentään hiukan yli parikymmentä henkeä. **Aaro Knuts** valittiin uutena henkilönä yhdistyksen hallituksen varajäseneksi. Toimintakertomus ja ósuunnitelma löytyvät yhdistyksen kotisivulta www.viherlaaksolaisetry.fi ja hallitustiedot myös tämän lehden sivulta 23.

Asukasillan aiheiksi oli ilmoitettu ostoskeskuksen ympäristön viihtyisyys ja turvallisuus ja Viherlaaksonrannan ajankohtaiset rakennushankkeet. Kutsuttuina asiantuntijavieraina olivat lähipoliisi, vanhempi konstaapeli **Markku Leskinen** ja aluekappalainen **Martti Rae**. Eniten keskustelunaihetta antoi Viherlaakson koulun viereinen metsikkö, joka nykyisin palvelee lähinnä päihdeongelmaisten öpuuhamaanaö, josta silloin tällöin jopa leirituli loimottaa.

Markku Leskinen päivitti yleisön huumetietoutta ja lisäksi hämmästytti tiedolla, että vaikka alkoholiongelma ostoskeskuksen kulmilla näyttää pahalta, tilanne on takavuosista Viherlaaksossa kuitenkin huomattavasti parantunut!

Martti Rae oli mukana edustamassa seurakuntaa, koska puheena oleva maapala on seurakunnan omistama, kymmeniä vuosia sitten jopa mahdolliseksi tulevaisuuden kirkkotontiksi varattu. Aika on kuitenkin ajanut näiden suunnitelmien ohi, niin että seurakunnan rakennusta tälle paikalle tuskin koskaan on tulossa. Nyt seurakunnan puolesta lupailtiin metsikön varovaista harvennusta. Pensaikon raivaaminen ja muutaman puun kaataminen voisivat olla paikallaan, jotta parempi näkyvyys joko heikentäisi leiripaikan vetovoimaa tai parantaisi ohikulkijoiden turvallisuudentunnetta.

Terttu Nurmi



Värisilmä auttaa

**VÄRISILMÄ
ESPOON VÄRI**

**MAALIT, MATOT, KAAKELIT
JA LATTIANPÄÄLLYSTEET**

**Viherlaakso
Kuusiniementie 2
02710 Espoo**

Puh. 597 007

Fax. 5863533

**Sähköposti: myynti@espoonvari.fi
www.varisilma.fi**

YÖSYÖPÖILLE

MA-LA 7-23

SU 10-23

**UUTTA VIHHERLAAKSON
MYYMÄLÄSSÄ:
VEIKKAUSPISTE!**



alepa

Ostokset
kotiin
vaivatta
 netistä:
alepa.fi



**BONUS
JOPA 5%**
lisätietoja:
hok-elanto.fi

**NAAPURI, JONKA
TUNNET NIMESTÄ**

ALEPA VIHHERLAAKSO, KUUSINIEMENTIE 1, 02710 ESPOO



Viherlaakson apteekkilaiset toivottavat hyvää kesää!

*Viherlaakson apteekki
Viherlaakson ostoskeskus,
Viherlaaksontori 5,
02710 Espoo
Puh. 09 - 8492750*

Palvelemme

*Ma - pe 8.30-19.00
La 9 - 15*

FysioSporttis

Espoo - Kauniainen - Helsinki - Vantaa

Vuonna 1971 perustettu FysioSporttis on pääkaupunkiseudun suurin ja tunnetuin yksityinen fysioterapia- ja terveysliikuntapalveluita tuottava yritys.

FysioSporttis Viherlaaksossa sinulle on tarjolla fysioterapiaa, terveysliikuntatunteja sekä hyvin varusteltu David-kuntosali. Tervetuloa, vätkömmen!

Fysioterapiaa tarpeittesi mukaan

- Tuki- ja liikuntaelämistön fysioterapia
- Neurologinen fysioterapia
- Lasten fysioterapia
- Ikäihmisten fysioterapia
- Lymfaterapia
- LPG-hoito
- Urheilufysioterapia
- Alaraaja-analyysit ja tukipohjalliset
- Kelan vaikeavammaisten kuntoutus
- Lantionpohjan toimintahäiriöiden fysioterapia
- Leikkausta edeltävä ja sen jälkeinen kuntoutus
- Lääkäripalvelut

Kuntouttavaa ryhmäliikuntaa

Myös liikuntaa ohjaavat fysioterapeutit, joten meillä kuntosi kohenee terveellisesti ja turvallisesti. Sopivan kokoisissa ryhmissämme ohjaus on yksilöllistä.

Löydä oma lempituntisi
ja ilmoittaudu
netissä osoitteessa
www.fysiosporttis.fi



FysioSporttis Viherlaakso

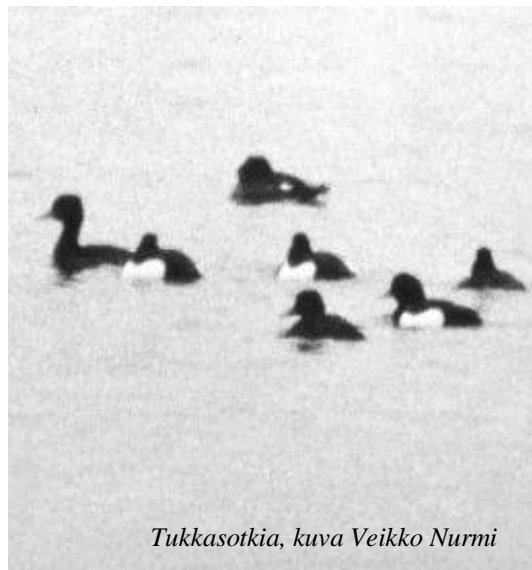
Viherlaakson tie 2, 02710 Espoo | puh: 09 540 4340 | www.fysiosporttis.fi

Linturetkelle Porkkalaan la 18.5.

Tervetuloa retkelle Porkkalanniemelle katsomaan ja kuulemaan, kun muuttolinnut palaavat taas pohjoisille pesimäseuduilleen! Kimppakyytejä varten kokoontuminen **Alepan parkkipaikalla klo 14**, paluu n. klo 17.30. Varusteet: lämmin vaatetus, omia eväitä ja mahd. kiikari. Ilmoittautua ei tarvitse, autoja löytynee tarpeeksi.

Maksuttoman retken järjestää Viherlaaksolaiset ry.. Oppaana **Jouko Kostamo** (tied. p. 040-5862136)

Merkitse kalenteriin myös Nuuksion retki la 14.9.! Opastettu kierros luontokeskus Haltiassa, ks s. 7!



Tukkasotkia, kuva Veikko Nurmi


HALLITUKSEN JÄSENET

Matti Metsäranta (pj)	matti.metsaranta@kolumbus.fi	040-7187538
Arja Toltti-Loikkanen	arja.toltti@gmail.com	0400-502822
Jouko Kostamo	jouko.kostamo@pp2.inet.fi	040-5862136
Terttu Nurmi (siht.)	terttu.nurmi@suomi24.fi	050-3505642
Veikko Uusitalo	veikko.uusitalo@kolumbus.fi	050-5113809
Carita Pirttijärvi	carita.pirttijarvi@luukku.com	040-5292966

VARAJÄSENET

Seppo Kannelsalo	Helsingintie 47	050-5915524
Mikko Nurmi (tal.hoit.)	mikkotnurmi@gmail.com	050-5941814
Aaro Knuts	aaro.knuts@gmail.com	

LIITY JÄSENEKSI! Ilmoitathan osoitteesi tai sähköpostiosoitteen, niin syystiedote löytää perille!

Saajan tilinumero Mottagarens kontonummer	NORDEA Kauniainen 180230-259	TILISIIRTO GIRERING <small>Maksu välitetään saajalle vain Suomessa Kotimaan maksujenvälityksen yleistien ehtojen mukaisesti ja vain maksajan ilmoittaman tilinumeron perusteella. Betalingen förmedlas endast till mottagare i Finland enligt Allmänna villkor för inrikes betalningsförmedling och endast till det kontonummer betalaren angivit.</small>		
Saaja Mottagare	Viherlaaksolaiset ry. Gröndalsgillet rf.	JÄSENMAKSU VUODELTA 2013		
Maksaja Betalar		Henkilöjäsenet 20 e		
		Kannatusjäsen 50-100 e (yritykset ja yhteisöt)		
		NIMI:		
		OSOITE:		
Allekirjoitus Underskrift		Vitlenro Ref.nr	20064	
Tiliä n:o Från konto nr		Eräpäivä Förf.dag		EUR

VIHERLAAKSO-PÄIVÄ ke 15.5.

KLO 14-16 TALUTUSRATSASTUSTA

PONEILLA 3-8-vuotiaille

ASUKASPUISTON KENTÄLLÄ

Kaksi ponia
Ponikoulun
tallilta



KLO 17-19 TORITAPAHTUMASSA



Viherlaakson Peurat lätyjä paistamassa!

SPR tarjoaa kahvit



Estrada -musiikki- ja tanssikoulun ja
Viherkallion koulun oppilaiden ohjelmaa

FysioSporttis

ohjaa kivat taukoliikunnat

VARAA OMA
KIRPPISPÖYTÄ-
PAIKKA (20 e)
P. 050-3505642

Musisoimassa
Akustinen Duo

Greendale

Myyntipöytiä, arpajaiset

PALOAUTO

LC Espoo Laakson Liljat



Kirjasto auki klo 20 asti

Lasten kampaamoaiheisen
piirustuskilpailun palkinnot

Järj. alueen yritykset, yhteisöt ja
Viherlaaksolaiset ry. - Gröndalsgillet rf.

KLO 19.00 VIHERLAAKSON KAPPELISSA



Kevätlaulajaiset

Nuorten ja nuorten aikuisten

Exodus-kuoro

Johtaa Anna-Liisa Haunio



VAPAA PÄÄSY
TEETARJOILU

Järj. Espoon
tuomiokirkkoseurakunta,
Viherlaaksolahden alue

SIIVOUSTALKOOT LA 4.5. klo 10-12

Jätesäkkejä jaossa ja roskapihtejä lainaksi apteekin edustalla klo 10.

Pihdit palautetaan samaan paikkaan klo 12 tai sopimuksen mukaan.

Roskasäkit solmitaan kunnolla kiinni ja viedään lähimpään kolmesta keräyspisteestä:

- 1) Ostoskeskuksen yläparkkipaikka, 2) Kavallinpellon ja Helsingintien risteys ja 3) Tuohistanhuan kentän reuna

TERVETULOA MUKAAN!

