



2009

Lions Club Espoo/Keskuksen julkaisu alueen yrityksille, yhteisöille ja yksityistalouksille.

N:o:16

Palveleva Leijona

Toinen "Näkemisen puolesta"-keräys päättyi vuoden 2008 lopussa LEIJONAT LAHJOITTAVAT NÄÖN LÄHES 34 MILJOONALLE IHMISELLE KEHITYSMAISSA

Kansainvälinen Lions-järjestö vuodesta 1991 alkaen järjestänyt kaksi maailmanlaajuista keräystä sokeuden ja huononäköisyyden vähentämiseksi kehitysmaissa. Kampanjoiden avulla on kerätty yli 275 miljoonaa euroa, joista suomalaisten osuus on ollut 4 miljoonaa.

Jälkimmäinen keräys, Sight First II, tuotti 160 miljoonaa euroa, josta me suomalaiset keräsimme hieman alle 2 miljoonaa. Tämän lisäksi saimme ulkoministeriöltä puolen miljoonan euron suuruisen avustuksen silmänsairaan rakentamiseksi Ratnapuraan, Sri Lankaan.

LC Espoo/Keskus oli 55 000 USD:n lahjoituksellaan Suomen paras Lions-klubi.

Joka minuutti maailmassa sokeutuu 12 ihmistä, joista yksi on lapsi. 80 prosenttia näistä tapauksista voidaan parantaa tai ennaltaehkäistä asianmukaisella hoidolla. Estettävissä olevan sokeuden hävittäminen on kansainvälisen Lions-järjestön tehtäväkseen ottama ohjelma maailmanlaajuisessa terveystyössä. Koko maailman kattavassa Lions-järjestön toisessa näönsuojelukampanjassa, SightFirst II:ssa kerättiin yli 200 miljoonaa dollaria (lähes 160 miljoonaa euroa) estettävissä olevan sokeuden hävittämiseen maailmasta.

Ensimmäinen "Näkemisen puolesta"-kampanja on pelasti 24 miljoonan ihmisen näön

Edellisen näönsuojeluprojektin tuloksena palautettiin näkö 7,1 miljoonalle kaihipotilaalle, ehkäistiin 24 miljoonan henkilön vakava näön menetys. Tämän lisäksi projektin kautta annettiin yli 80 miljoonaa hoitokertaa jokisokeutta vastaan, tehtiin 125 000 trakoomaleikkausta ja annettiin 4,6 miljoonaa Zithromax-hoitoa trakoomaan.



Lions-klubit lahjoittavat vuosittain 5000 000 kpl kierrätettyä silmälasia kehitysmaihin. Sight First -kampanjassa Suomen lionsklubit keräsivät 30 000 kpl silmälasia, jotka lahjoitettiin Sri Lankaan.

Sen lisäksi lionit ovat rakensivat tai laajensivat 213 silmänsairaalaa sekä -osastoa, uusivat 358 silmäkeskuksen kalustoa sekä kouluttivat 300 000 silmääläkärää, silmähoitajaa, muuta näönhoidon ammattilaista ja kyläterveydenhoitajaa.

Suomen lionsklubit pelastavat nyt 500 000 ihmisen näön

Maailmassa on tällä hetkellä 37 miljoonaa sokeaa ja 124 miljoonaa huonosti näkevä. Luvut kaksinkertaistuvat vuoteen 2020 mennessä, jos asiaan ei tartuttaisi vapaaehtoistyöllä.

Maailmanlaajuisen keräyskampanjan tulos pelastaa 34 miljoonan ihmisen näön. Hoito on usein yksinkertaista ja halpaa: jokisokeutta torjutaan lääkkeiden avulla, kun taas silmälasia vietään paikalle kierrätyksen kaut-

ta. Lions-klinikat Intiassa antavat terveysneuvontaa sekä suorittavat kaihileikkauksia. Keskimäärin yhden näön pelastaminen maksaa alle 5 euroa

Suomalaisten Lions-klubien keräämä summa yhdessä kehitysmaiden yhteistyövarojen avulla rakennettavan silmänsairaan kanssa mahdollistaa puolen miljoonan ihmisen näkökyvyn palautumisen tai säilymisen.

Kiitos kaikille meitä tukeneille suomalaisille.

LC Espoo/Keskus Suomen paras klubi

LC Espoo/Keskus on kaikissa Suomessa järjestetyissä kampanjoissa ollut tulokseltaan 10 parhaan joukossa. Keräsimme 55 000 dollaria, jolla pelastetaan lähes 10 000 ihmisen näkö.

Yritykset arvioivat Lions-järjestön maailman parhaaksi vapaaehtoisjärjestöksi

Talouselämä Financial Times on julkistanut raportin, jossa 446 yritystä olivat arvioineet 34 maailmanlaajuisesti vapaaehtoistyötä tekevää järjestöä.

Tässä joukossa yritykset arvioivat Lions-järjestön hyväntekeväisyysrahaston, LCIF:n parhaaksi vapaaehtoisjärjestöksi. 34 järjestöstä LCIF oli paras rahankäytön luotettavuudesta (täydet pisteet),

avustusohjelmien toteuttamisessa, sisäisessä ja ulkoisessa kommunikaatiossa, ohjelmien soveltuvuudessa ympäröivään yhteisöön sekä tukijoidensa tavoitteiden ymmärtämisessä. Vertailussa taakse jäivät muun muassa Rotary International, UNESCO sekä UNICEF.

Lions Clubs International on maailman suurin palveluklubien järjestö. Siihen kuuluu 1,3 miljoonaa jäsentä 205 maassa ja 45 300 Lions-klubissa. Lionit tekevät vuodessa 50 miljoonaa työtuntia vapaaehtoistyötä ja jakavat avustuksina jopa miljardi dollaria koko maailmassa. Suomessa on yli 950 Lions-klubia, joissa on jäseninä 26000 naista ja miestä. He auttavat kotiseutuaan, kotimaataan ja maailmaa arviolta 5 miljoonalla eurolla vuodessa. Lions-toiminnan tavoitteena on kasvattaa suvaitsevaisuuteen ja kansainväliseen yhteisymmärrykseen, yhdistää loneita ja klubeja ystävyteen ja toimintaan kotiseudun, kotimaan ja koko kansainvälisen yhteisön hyväksi.

Lions-klubien keskeisin kansainvälinen hyväntekeväisyys-hanke on kuurosokean Helen Kellerin vetoamuksesta vuodesta 1925 lähtien ollut näönsuojelu. Tuloksena on syntynyt mm. valkoinen keppi ja monia lionien ylläpitämiä opaskoirakouluja. Vuosittain jaamme 5 miljoonaa silmälasia kehitysmaihin, teemme 600 000 glaukomaseulontaa, 20 000 sarveiskalvonsiirtoa sekä jaamme lukulaitteita, pistekirjoituskoneita ja apuvälineitä tuhansille.

Harri Ala-Kulju



Pääkirjoitus

HYVÄ LUKIJA

Vuosi 2009 käynnistyi synkissä merkeissä. Edellisenä vuonna alkanut taloudellisen kasvun hidastuminen näkyi lehtien palstoilla lähes päivittäin niin suurten kuin pientenkin yritysten uutisina lomautuksista ja irtisanomisista. Näissä uutisissa käytettiin usein sellaisia sanoja kuin taloudellinen ahdinko, taantuma tai jopa lama. On helppoa nähdä nämä termit negatiivisessa merkityksessä, mutta olisiko mahdollista löytää niille myös positiivista sisältöä?

Historiasta löytyy lukuisia ajanjaksoja, joissa maamme voidaan sanoa olleen ahdingossa - taloudellisessa, yhteiskunnallisessa tai jopa sotilaallisessa. Kaikille näille ajanjaksoille on löydettävissä selkeästi yksi yhteinen piirre. Ahdinko on nimittäin ollut omiaan herättämään meissä suomalaisissa halun auttaa. Oli kyse sitten omasta tai lähimmäisen ahdingosta, niin se koskettaa meitä suomalaisia ja saa meidät niin sanotusti liikkeelle. Silloin kun meillä menee hyvin, me emme välttämättä välitä ympäröivästä maailmasta, mutta huonoina aikoina tällä tilanteella on taipumus muuttua. Ehkä yksinkertaisesti ongelmat ovat tällöin näkyvämpiä.

Lamalla on ollut taipumus nostaa myös perhe ja lapset entistä tärkeämmiksi. Kun mahdollisuutemme menestyä työelämässä ovat vähäisemmät ja kunnianhimmomme saa kolauksen, alamme keskittyä usein lähimmäisiimme ja sosiaalisiin suhteisiin. Paljon puhuttu lasten taloudellinen hemmottelu jää myös laman aikana vähemmälle; tavaroiden sijaan annetaan lapsille oikeasti enemmän aikaa. Viime laman aikana syntyvyyskin



nousi Suomessa kovaan kasvuun. Synnä oli muun muassa se, että kun työmarkkinat olivat tukossa ja naisille ei ollut töitä, niin moni päätti kasvattaa perhettään sinä aikana, kun uraa ei voinut luoda.

Lähimmäisen auttaminen, perhearvojen esiin nostaminen ja epäitsekäs toiminta ovat keskeisiä periaatteita myös Lions-toiminnassa. Lions-järjestön toiminta perustuu vapaaehtoiseen palvelutyöhön, jota tehdään nuorison, vanhusväestön, sotiemme veteraanien ja

muiden avun tarpeessa olevien parissa. Lions-järjestö ei pyri korvaamaan yhteiskunnan peruspalveluja, vaan vapaaehtoistyöllä annetaan apua kohteisiin, jotka jäävät hoitamatta julkisin varoin. Tämä apu voi olla pienille ryhmille tai yksittäisille ihmisille hyvinkin merkittävää.

Yksi Lions-toiminnan tavoitteista kannustaa palvelunhaluisia henkilöitä työhön paikkakuntansa hyväksi ilman henkilökohtaista taloudellista hyötyä. Tätä palvelutyötä toimintaan sitoutuneet lionit tekevät täydellä sydämellä niin hyvinä kuin huonoinakin aikoina. Kaikki Lions-toiminta tapahtuu ”Me palvellemme”-hengessä. Kansainvälisen presidentin teeman mukaisesti me lionit uskomme pystyvämme palvelulla ihmeisiin.

Taantuman torjunnan tärkein edellytys on uskon palauttaminen. Sitä varten meidän on käännettävä ajatuksiamme positiivisempaan suuntaan. Laman kourista on aiemminkin noustu maltilla ja lujalla yrittämisellä. Ei pidä unohtaa, että Nokiankin nousu alkoi 90-luvun lamasta. Me tarvitsemme siis uskoa hyvään huomiseen. Me lionit lupaamme omalta osaltamme olla levittämässä tätä uskoa eteenpäin. Me jatkamme toimintaamme entisessä laajuudessaan hyväksi koetuin keinoin oman asuinympäristömme ja siellä asuvien ihmisten hyväksi; puhaltakoonkin talouselämässä vaikka millaiset myrskytuulet.

Jorma Kinnunen
Klubipresidentti

Haluatko mukaan lionstoimintaan?

Etäkö mielekkäitä kokemuksia ja uutta sisältöä elämääsi? Oletko kiinnostunut toisten auttamisesta, muiden samanhenkisten ihmisten tapaamisesta ja vaikuttamisesta sekä omalla paikkakunnallasi että kaikkialla maailmassa? Haluatko käyttää arvokkaan vapaa-aikasi mielekkäästi?

Vapaaehtoisena toimiminen ei ainoastaan auta avun tarpeessa olevia ihmisiä, se antaa samalla itsellesi paljon. Lionsklubin jäsenenä pääset suunnittelemaan ja toteuttamaan paikallista ja kansainvälistä vapaaehtoistyötä, joka parantaa elinympäristöämme ja läheisten elämänlaatua. Suomen lionsklubit eri puolilla maata tarjoavat sekä miehille että naisille monia mahdollisuuksia toimia vapaaehtoistyössä. Klubin jäsenenä olet osa lionien kansainvälistä verkostoa. Lionstoiminta antaa sinulle aivan uusia näkökulmia omaan työhösi, vapaa-aikaasi ja lähimmäisiisi. Lionsklubeja toimii nykyisin yli 200 maassa ja maan-

tieteellisellä alueella. Suomessa on 950 lionsklubia, joihin kuuluu noin 26 500 jäsentä.

Lionsklubien tekemä palvelutyö on monipuolista

Lionsklubit toimivat oman paikkakuntansa hyväksi sekä osallistuvat kansainväliseen avustustyöhön. Kansainvälisellä tasolla järjestön tärkein palvelutehtävä on sokeiden ja näkövammaisten auttaminen. Suomessa työskennellään muun muassa lasten, nuorten

ja vanhusten tukemiseksi. LC Espoo/Keskus tukee toiminta-alueemme lapsia ja nuoria vuosittain nuorisovaihdon, stipendien ja Lions Quest-koulutuksen keinoin. Alueemme vammaisia ja vanhuksia avustamme mm. Kuninkaantien toimintakeskuksessa ja Kuusikodissa. Kaikki edellä mainitut ikäluokat tapaamme myös päävarainkeruuhankkeessamme, Kirkkojärven minigolf-radalla.

Lions Clubs International on maailman arvostetuin vapaaehtoisjärjestö

Vuonna 2007 Financial Timesin tekemän tutkimuksen mukaan kansainvälinen järjestöimme Lions Clubs International arvioitiin maailman arvostetuimmaksi vapaaehtoisjärjestöksi. LCIF nousi 34 maailmanlaajuisen järjestön kärkeen ohjelmien toteuttamisellaan, todistetulla vastuunalaisuudellaan, sisäisellä ja ulkoisella tiedotuksellaan, ohjelman sopeutettavuudella ym-

päroivään yhteisöön sekä yritystukijoittensa tavoitteiden ymmärryksellään.

Liittyminen lionsklubiin antaa elämääsi uutta sisältöä ja saattaa muuttaa elämäsi arvostuksia. Voit myös rikastuttaa perhe-elämääsi ottamalla perheesi mukaan toimintaan. Lionsjärjestössä sinulla on mahdollisuus auttaa heikompisaisia ja tehdä arvokasta työtä hyvien asioiden puolesta.

Lisätietoja liittymisestä ja lions-toiminnasta saat mm. internetistä (www.lions.fi) tai kääntymällä suoraan lähimmän lionsklubin puoleen. Tavataan ja jutellaan lisää vaikka Kirkkojärven minigolf-radalla!

Jorma Kinnunen,
LC Espoo/Keskus
puhelin: 050 379 2884
sähköposti:
jorma.kinnunen@mela.fi



Palveleva Leijona

Painos 11 000 kpl

Jakoalue Espoon Keskus ympäristöineen

Julkaisija

Lions Club Espoo/Keskus ry

Vastaava toimittaja

Martti Miettinen puh. 050 3068802
martti.miettinen@inspecta.fi

Taitto ja painopaikka

Painoyhtymä Oy, Porvoo

Uusittu minigolfrata Kirkkojärvellä avaa taas ovensa toukokuussa

Kirkkojärvellä on toiminut Espoon keskuksen Lionsien perustama ja ylläpitämä minigolfrata vuodesta 1993. Viime vuonna rata siirrettiin uuteen paikkaan, hieman luoteeseen vanhasta paikasta katsottuna. Vanha rata jäi uuden Kirkkojärven koulun pysäköinti-alueen alle. Koko kevät 2008 sujui uuden radan rakentamisessa. Rata rakennettiin yhteistyössä Espoon kaupungin ja Espoon seudun koulutuskuntayhtymä Omnian kanssa. Rata avattiin 12.7.2008 ja uusi hieno rata otettiin erinomaisesti vastaan.

Syksyn aikana radalla on valittavasti tehty tihutöitä. Tämä aiheuttaa klubimme jäsenille paljon turhaa ja ylimääräistä työtä. Tämän lisäksi joudumme käyttämään korjauksiin rahavaroja, jotka olemme keränneet toiminta-alueemme (pääosin Keski-Espoo) eri avustuskohteisiin. On ikävää, että ilkivallan takia mahdollisuuksiemme avustaa kanssaihmiä huononee.

Rata koostuu 18 erilaisesta radasta täyttäen viralliset kilpai-



luvaatimukset ja näin ollen se on hyvin kilpailukykyinen pääkaupunkiseudun muiden ratojen kanssa. Radalla järjestetään aina kesäkuun alussa firmaturnaus, joka tänä vuonna pidetään 9.6. Firmaturnaukseen voivat osallistua alueen yritykset nelimiehisin joukkuein. Syyslukukauden alettua monet koululuokat tulevat pelaamaan minigolfia liikuntatunneilla. Uuden radan viralliset avajaiset viime vuoden elokuussa sai erinomaisen vastaanoton.

Rata avataan suunnitelmien mukaan lauantaina 9.5.2009

- ja se on avoinna
- arkisin klo 17.00-21.00
 - viikonloppuisin klo 13.00-21.00

Pelilippujen hinnat
Aikuisen yhden pelin hinta on 4,50 euroa ja lasten lipun hinta on 2,50 euroa.

Voit myös ostaa 10-pelin sarjalipun, jolloin yhden pelin hinta tulee edullisemmaksi.

Radalla toimii myös kiosk, josta saa ostaa virvokkeita.

Radan päivystyksestä ja kunnossapidosta huolehtivat vapaaehtoisvoimin ja korvauksetta Espoon Keskuksen lionsit. Minigolfradan tuotto käytetään lyhentämättömänä LC Espoo Keskuksen avustuskohteisiin, mm.:

- nuorisovaihtoon ja nuorisoleireihin
- vanhuksiin

- vammaisiin
- stipendeihin alueen kouluihin
- Kuusikodin toverikunnalle
- apuna yksityisille henkilöille ja perheille
- Lions Quest -koulutukseen, jossa opettajia koulutetaan valistamaan lapsia ja nuorisoa tuntemaan vastuuta itsestään ja elämään ilman huumeita.

Rata sijaitsee Kuninkaantien lukion ja Kaivomestarin uimahallin takana Kaivomestarin kadun loppupäässä. Uusi Kaivomestarin kadun rakennetaan lähemmäksi uimahallia.

Toivotamme alueen asukkaat lämpimästi tervetulleiksi radalle taas toukokuussa 2009!

Lions Club/Espoo keskus



Kutsu Minigolf – Firmaturnaukseen ke 10.6.09 klo 18.00

LC Espoo/Keskus järjestää minigolfkisat uudella upealla radallaan Espoon keskustassa, Kaivomestarin kadulla.

Kerää työpaikaltasi 4-hengen joukkue ja tulkaa kisailemaan mestaruudesta.

Osallistumismaksu joukkueelta 40 e, sis. kahvin, pullan ja makkaran.

Ilmoittautuminen 3.6.2009 mennessä:
juhani.koponen@pp3.inet.fi tai
puh 0400-156 512.



Eläkkeellä tulosi pienenevät. Älä huolestu, vaan selvitä tulevan eläkkeesi taso ja tutustu erilaisiin ratkaisuihin, joilla voit kohentaa sitä.

► Varaa aika konttoriin.

Espoon Keskus: Espoontori, 2.krs, puh. 010 546 1160
Kauniainen: Tunnelitie 4, puh. 010 546 0400
Espoonlahti: Lippulaiva, puh. 010 546 1180

Sampo Pankki

Kummilapsihanke Sri Lankassa

Sri Lanka on saari, joka sijaitsee Intian itäpuolella parin sadan kilometrin päässä Intian mantereelta. Saaren pinta-ala on noin 20 % Suomen pinta-alasta, mutta asukkaita tällä pienellä alueella on n. 21 miljoonaa. Asukkaita on neliökilometrillä noin 309 henkeä, kun Suomessa vertailun vuoksi meitä on noin 16 henkeä neliökilometrillä.

Asukkaista pääosa, eli 74 % on singhaleseja ja heidän uskontonsa on buddhalaisuus. Thamileja on noin 18 % ja heidän uskontonsa on hindulaisuus. Sen lisäksi muslimia on n. 7 % ja 1% muita. Keskimääräinen palkkataso on noin sadasosa meidän ansiotasostamme, josta voimme päätellä, että ihmisten toimeentulo on vaikeaa.

1980 luvun loppupuolella muuttamat suomalaiset Lions perheet matkustivat lomamatkalle Sri Lankaan. Matkansa aikana he tutustuivat paikallisiin asukkaisiin ja näkivät miten vaikeaa oli lasten koulun käynti. Maassa on kyllä koulujärjestelmä, jossa parhaat oppilaat voivat edetä yliopistotasolle saakka, mutta ongelma on alhainen elintaso erityisesti niissä

perheissä, joista perheen isä on kuollut. Tämä oli silloin ja on yhä edelleenkin suuri ongelma, joka käytännössä näkyy siten, että yks kaks lapsi lopettaa koulun käynnin ja joutuu menemään töihin. Ongelman helpottamiseksi ryhmä suomalaisia ja srilankalaisia Lionseja päättivät, että asialle

pitää tehdä jotakin ja ratkaisuksi muodostui kummilapsiprojekti.

Projekti toimii siten, että Sri Lankassa paikalliset Lions-klubit, jotka tuntevat paikalliset olosuhteet ja asukkaat, valitsevat toiminta-alueeltaan kummilapsiksi köyhiä lapsia, jotka kuitenkin ovat

menestyneet koulussa vähintään tyydyttävästi. Kymmenen euron tuki kuukaudessa, joka on yli 30 % keskimääräisestä ansiotasosta ja orpolapsiperheiden kohdalla usein yli 50 %, varmistaa sen, että kummilapsi voi jatkaa koulunkäyntiä.

Projekti on erittäin kustannustehokas, sillä kaikki siihen liittyvä työ sekä Suomessa että Sri Lankassa tehdään Lions klubien ilmaisipalveluna niin, että kun kummi Suomessa maksaa tilille 10 euroa niin kummilapsi Sri Lankassa saa sitä vastaavan summan paikallisessa rahassa. Rahaa ei huku välikäsille. Rahaliikenne toimii niin, että kerran vuodessa kummi maksaa Suomessa kummilapsitilille 12x10 euroa eli 120 euroa ja sen lisäksi 7 euroa kuluihin, eli yhteensä 127 euroa vuodessa. Kulut käytetään pankkikulujen maksamiseen ja tarkastuskäynnin yhteydessä järjestettävän lastenjuhlan kuluihin ja lapsille jaettavien tuiaspakettien hankkimiseen.

Projekti on täysin läpinäkyvä. Hankkeen vetäjät, kaksi henkilöä Suomen Lionsliitosta, käyvät joka

vuosi Sri Lankassa valvomassa ja tarkistamassa, että hanke toteutuu sääntöjen mukaan. He tapaavat lastenjuhlassa myös jokaisen kummilapsen ja varmistavat, että koulutyö on edistynyt tyydyttävästi ja että raha on tullut perille. Myös monet suomalaiset kummit käyvät vuosittain tapaamassa kummilapsiaan. Kummilapsen lisäksi tutustutaan koko perheen elämään. Myös kirjeenvaihto on vilkasta ja sitä kautta on helppo seurata kummilapsen kehitystä.

Kummilapsiprojektiin osallistuminen ei edellytä sitä, että kummin pitäisi olla Lions-klubin jäsen. Hankkeeseen voi osallistua jokainen henkilö, joka haluaa auttaa luotettavalla tavalla Sri Lankan varattomia lapsia. Hankkeeseen ryhtyvän henkilön tai perheen tulisi mielellään sitoutua toimimaan kummina useamman vuoden, esimerkiksi 3 – 5 vuotta.

Yhteyshenkilönä klubissamme toimii Aulis Eskola, puhelin 0400 405 768 tai aulis.eskola@kotiportti.fi

**Teksti ja kuvat
Aulis Eskola**



Lastenjuhlassa kummilapset esittävät monenlaista ohjelmaa. Suosituimpia ovat erilaiset tanssit ja kuvaelmat. Kaksi tyttöä esittää historiallista kuvaelmaa pukeutuneena asianmukaisesti historiallisiin asuihin.

Sinatra
AT THE CASINO

SHOW & DINNER

SINATRA AT THE CASINO
Sami Pitkämä ja Lenni-Kalle Taipale orkestereinen
22.4.-29.5.2009

GRAND CASINO
HELSINKI

Ryhmävaraukset puh. (09) 6128 6600 tai myyntipalvelu@royalravintolat.com
Pelitilaisuudet puh. (09) 6808 0380 tai sales@gch.fi
www.gch.fi
Mikonkatu 19, Helsinki • Avoimena 12-04
Ikkäraja 18 vuotta • Henkilöllisyys todistettava

Kiinteistömaailma
KORVAI MIEHÄ SIIPINÄ

Asuntoespooli Oy LKV
Siltakatu 8, 02770 Espoo

Soita ja sovi ilmainen asuntoarvio
(09) 819 0650

**d MANNERHEIMINTIEN
HAMMASLÄÄKÄRIKESKUS**

HYMYSUIN KEVÄÄSEEN

Ajanvaraus 09-612 1122
Mannerheimintie 12 B 2. Krs. 00100 HKI
www.mhlk.fi

Lions Quest käytännössä

O hjelman avulla opettajille annetaan myös käytännön menetelmiä vaikeiden asioiden käsittelyyn oppilaiden kanssa. Käsiteltäviä teemoja ovat muun muassa itsetuntemus, vastuu lähimmäisistä ja ympäristöstä, toisten kunnioittaminen sekä omien ja toisten tunteiden huomioiminen. Varsinaisten oppilaiden lisäksi on tärkeää, että oppilaat omaksuvat koulussa sellaisia käyttäytymisen malleja, jotka tukevat tasapainoista kasvua.

Tammikuun lopulla minulla oli tilaisuusvierailulla Hösmärinpuiston koululla. Luokanopettaja Eeva

Lumiario oli käynyt Quest-kurssin viime syksynä ja hän kertoi käyttävänsä Questia ET-tunneilla muun opetuksen rinnalla. Lumiaron mukaan menetelmä on käytössä esimerkiksi silloin kun luokassa on esiintynyt kiusaamista.

Hösmärinpuiston koulun luokat on nimetty suomalaisten eläinten mukaan. Susiluokalla on kymmenen pirteää tyttöä ja poikaa: osa ensimmäisellä luokalla olevia, osa toisella. Lukemisen ja kirjoittamisen lisäksi on heillä haasteena suomen kielen oppiminen. Jotkut ovat tulleet Suomeen vasta viime keväänä.

Tutustumisleikki

Vierailullani sain todeta, että luokkaan oli äskettäin saanut kaksi uutta oppilasta. Uusien tulokkaiden kunniaksi järjestimme tutustumisleikin, jossa jokaisen oppilaan selkään liimattiin nimilappu, jossa on jonkun toisen nimi. Tehtävänä oli selvittää, kenen nimi omassa selässä on. Leikissä kysyttiin vain sellaisia kysymyksiä, joihin voi vastata ”kyllä” tai ”ei”, kuten ”olenko minä tyttö?” tai ”olenko minä tokaluokkalainen?” Näin kaikki pääsivät lopulta selville selässä olevasta nimestä.

Opettajalla oli syytä kannustaa oppilaita: ”Te olitte hyviä, ei se ole helppoa, kun teitä on niin paljon!”

Yhteistyöharjoitus

Vierailuni aikana luokassa harjoiteltiin leikin keinoin myös yhteistyötä parin kanssa. Tässä leikissä astiasta otettiin pieni muovihedelmä ja etsittiin pari, jolla on samanlainen. Tämän jälkeen oppilaat katsoivat yhdessä kuvaa ja värityivät siitä sellaiset asiat, joista molemmat pitävät.

Oppilaat selvittivät keskustellen mieltymyksiään, sitä mistä kumpikin tykkää tai ei tykkää. Paperille kirjoitetut tulokset kerrottiin lopuksi yhdessä koko luokalle. Opettaja jakeli luokalle kehuja: ”Työskentelette tosi hyvin pareina, haastattelette toisianne ja kumpikin saa osallistua – tosi hyvä!”

Sitten koittikin jo välitunnin aika ja minulle aika kiittää siitä, että sain olla mukana, ja toivottaa opettajalle menestystä arvokkaassa työssä lasten parissa!

Risto Railo
Quest-leijona
050 571 9928
risto.railo@kolumbus.fi



Tutustumisleikin tuoksinassa vas. Dilara, Driana, Alan ja Edmund

LIONS QUEST



A Program of Lions Clubs International Foundation

Lions-Quest: ”Elämisen laatua nuorille”-ohjelma on voittoa tuottamattoman amerikkalaisyhtiö Quest Internationalin mm. huumeita vastaan kehittämä nuoriin kohdistuva kasvatusohjelma.

Koulutuksen tavoitteena on opettaa varhaisnuoria hallitsemaan murrosiän tuomia ongelmia ja siten tukea kotija niiden kasvatustehtävässä.

Peruskoulun kolmesta kuu-teen -luokkalaisille tarkoitettu ohjelma on kouluhallituksen hyväksymä. Kouluissa on aina pyritty opettamaan terveitä elämäntapoja sekä itsensä ja toistensa kunnioittamista. Lions Quest -koulutus antaa opettajille välineet ja taidot nuorten terveen itsetunnon kehittämiseksi.

Klubimme on vuodesta 1992 alkaen kustantanut alueemme opettajille halukkuuden mukaan Lions Quest -kursin. Kurssitettujen opettajia on toista sataa. Palaute kurseista on ollut pelkästään myönteistä. Esimerkiksi koulukiusaamisen lopettamiseksi koulutus on antanut oivat välineet.

Keskitä - saat rahanarvoisia etuja!

Keskitä pankki- ja vakuutusasiasi OP-Pohjola-ryhmään, saat pankkiasioinnistasi OP-bonusta, jolla maksat vaikka vakuutuksiasi. Tervetuloa juttelemaan! Espoon keskuksen konttori, Kauppakeskus Entresse, Siltakatu 11. Etua elämään. OP-Pohjolasta. OP 0100 0500, op.fi.

Helsingin OP 

BETONILATTIAT

LEHTONEN
Gsm 041-484 1051

www.ekmetalli.com

Koe Lions Nuorisovaihto

Lions nuorisovaihto on 17-21-vuotiaiden nuorten kesäaikana tapahtuva muutaman viikon mittainen tutustumisen muihin maihin. Nuorisovaihto tarjoaa mahdollisuuden tutustua uuteen kulttuuriin perheoleskelun ja kansainvälisten leirien muodossa. Tämä on helppo ja edullinen mahdollisuus nuorille ja isännöiville perheille tutustua ulkomaalaisiin ja saada usein elinkäisiä ystäviä muista maista. Monelle nuorelle se on myös ensimmäinen pitempiaikainen oleskelu vierassa ympäristössä tarjoten siten merkittävän mahdollisuuden nuoren itsenäisyydessä.

Vuosittain Suomesta lähtee ja tänne saapuu noin 200 nuorta. Suomessa järjestetään tavallisesti muutama kansainvälinen leiri kesässä. Klubit hyväksyvät ja "lähettävät" nuoren vaihtoon ja järjestävät perheoleskelumahdollisuuden saapuville nuorille. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Näin myös Lions Club Espoo/Keskus käyttää kesällä minigolfradalta saamia varoja nuorten leirien ja matkojen tukemiseen.

Osallistuminen Lionsien nuorisovaihto-ohjelmaan on unohtu-



Kuvateksti: Nuorisoleiriläiset tällä kertaa tauolla vuoristossa

maton kokemus monelle nuorelle. Matkustaminen toiseen maahan, eläminen isäntäperheen kanssa ja toisen kulttuuriin tutustuminen ovat jännittäviä kokemuksia. Mahdollisia kohteita on lukuisia eri puolilla maapalloa ja eri kielialueilla.

Miten nuorisovaihtoon päästään?

Nuorisovaihtoon pääsemisek-

si otetaan yhteyttä paikalliseen Lionsklubiin viimeistään syksyllä loka- ja marraskuussa. Klubeissa asiaa hoitaa tehtävään valittu nuorisovaihtoasiamies, jonka kautta asia lähtee etenemään.

Haluatko lapsellesi ulkomaalaisen ystävän?

Suomesta ja suomalaisista kiinnostuneita ulkomaisia nuoria saapuu kesällä nuorisovaihtoon

Suomeen ja siksi meillä tarvitaan isäntäperheitä. Tänä kesänä 2009 paikallinen lionspiiri järjestää nuorisovaihtoleirin heinä-elokuussa Siikarannassa ja tavoitteena on saada viitisenkymmentä isäntäperhettä majoittamaan ulkomainen nuori 1-2 viikoksi ennen leiriä.

Meillä kaikilla on mahdollisuus ottaa vastaan ulkomailta Suomeen tulevia nuoria 1-2 viikoksi kesäai-

kana. Tämä on helppo ja edullinen tapa kannustaa omia lapsiamme kielten opiskeluun, kansainvälisyyteen ja kulttuurinvaihtoon kotiympäristössä. Isäntäperheeksi haluavan tulisi ottaa yhteyttä paikalliseen Lionsklubiin talven ja kevään aikana.

Rohkeasti mukaan

Nuorisovaihto on jokaiselle lähtijälle ja vastaanottajalle tärkeä asia. Siitä saa paljon oppia ja monenlaista hyötyä tulevaisuutta varten. Siihen on myös suhtauduttava vakavasti ja harkiten. Viikkojen oleskelu vierassa ympäristössä vaatii henkistä kypsyyttä ja sopeutumiskykyä. Näistä asioista on keskusteltava perheen kesken ennen päätöstä.

Kun päätös on syntynyt niin puhelinsoitto tai sähköpostiviesti nuorisovaihtoasiamiehelle riittää ja siitä homma lähtee etenemään, ota rohkeasti yhteyttä. Lisätietoja nuorisovaihdosta löytyy nettiosoitteesta <http://www.lions.fi/nuorisovaihto>

Nuorisovaihtoterveisin

Jukka Hagman

050-5024 603

jukka.hagman@gmail.com

Skipa Kiinteistöpalvelut Oy tuottaa laadukkaita kiinteistönhoitopalveluja Espoon keskuksen ja lähialueiden asunto- ja kiinteistöasakeyhtiöille. Toiminnassamme pyrimme pitkäjänteiseen yhteistyöhön asiakkaidemme ja heidän omistamien kiinteistöjen parhaaksi.

Tuotamme myös laadukkaita isännöintipalveluja espoolaisille ja helsinkiläisille asunto- ja kiinteistöasakeyhtiöille. Luotettava ja asiantunteva tekninen isännöinti kuuluu palveluvalikoimaamme.

SKIPA Kiinteistöpalvelut Oy on perustettu vuonna 1971.

Ota yhteyttä - me palvelemme!

Asemakuja 2
PL 93, 02771 Espoo
puh. 09-859 881
www.skipa.fi

Osallistu Lions nuorisovaihtoon - ryhdy isäntäperheeksi!

Suomen Lions-klubit lähettävät vuosittain 16 - 21 vuoden ikäisiä nuoria ympäri maailmaa tutustumaan muihin maihin ja kulttuureihin.

Vastavuoroisesti klubit ottavat vastaan samanikäisiä nuoria eri maista tärkäläisiin isäntäperheisiin ja nuorisovaihtoleireille.

Tarvitsemme isäntäperheitä kesäksi 2009

Isäntäperhejakso on 1 - 2 viikkoa 5.7. - 26.7. tai 4.8. - 16.8. välisenä aikana

Nuorelle tarjotaan oma huone ja normaalia perhe-elämää isäntäperheissä.

Timo Holttinen
timo.holtтинен@lions.fi
050 3323 604

Matka tuntemattomaan

Yllätyin iloisesti saadessani paikan Lions-nuorisovaihtoon Itävaltaan kesäksi 2008. Pian paikkani varmistumisen jälkeen vastaanotin ystävällisen sähköpostin isäntäperheeltäni sekä muille vaihtoon lähteneille järjestetyn leirin ”Vienna and around” isännältä. Olin heti alusta asti yhteydessä myös kanssani samaan perheeseen majoituneeseen israelilaiseen tyttöön Nebaliin. Kaikki vaikutti lupaavalta: edessä oli odottamani matka, ihan erilainen kuin mikään aikaisemmin kokemani.

Muistan elävästi matkani ensimmäisen päivän. Jännityksen ja odotuksen valtaamana lento sujui tavattoman nopeasti. Lentokentällä vastassa oli paljon väkeä: samaan kylään tulevat tytöt Unkarista ja Espanjasta sekä Nebal ja kaikkien isännät. Vastaanotto oli sydämellinen. Vieraan kielen puhumisen pelko haihtui siinä hetkessä. Kaikki hymyilivät ja kyselivät miten lento oli mennyt ja minkälaista on asua Suomessa.

Isäntäperheeni asui kauniissa talossa vuorenrinteellä Waidhovenin kylässä noin 150 kilometriä Wienistä länteen. Taloa asuttivat host-vahempiemme lisäksi heidän poikansa Tom ja Mike, sekä isäntä Leon vanhemmat. Meitä vastaanottamassa oli myös toisen veljen tyttöystävä Valentine. Toisin kuin Suomessa, talo oli täynnä ihmisiä useammasta ikäpolvesta.

Joka päivä paikallisen Lions-klubin jäsenet veivät meitä neljää tyttöä mitä erilaisimpiin paikkoihin kokemaan itävaltalaisista kulttuuria. Vaelsimme kesäisillä vuorilla, käväisimme hyttävässä jääluolassa, uimme vuorilta virtaavassa joessa päivittäin sekä haastoimme itsemme kipeämällä korkeisiin puihin tehdyllä köysiradalla. Matkasimme myös vuokratulla junalla halki laaksojen, maistelimme perinteisiä itävaltalaisia ruokia ja taoimme rautakorut aidon sepän pajassa.

Kaikista eniten kosketti silti ihmisten ystävällisyys ja läheisyys. Joka ilta kylämme Lions-klubilaiset perheineen kokoontuivat tunnelmallisiin ravintoloihin vaihtamaan kuulumiset ja kuuntelemaan vanhempien ihmisten elämäntarinoita.

Viikko perheessä oli uskomaaton. Niinkin lyhyen ajan jälkeen perhe tuntui kuin omalta; vanhemmat oikeilta vanhemmilta, pojat omilta veljiltä ja tyttö Israelista parhaalta ystävältä. Viikko oli nopeasti ohi ja itkuisissa merkeissä lähdimme tytön kanssa kohti varsinaista leiriä Wieniin.

Leirin alku oli jännittävä. Siir-



Iloinen pöytäseurue matkan ajalta

ryimme parissa tunnissa pienestä kyläyhteisöstä tilanteeseen, jossa me neljä tyttöä emme tunteneetkaan ketään muuta kuin toisemme. Ympäriimme pyöri nelikymmenpäinen lauma nuoria maailman joka kolkasta: Euroopasta, Etelä- ja Pohjois-Amerikasta, Aasiasta ja jopa Afrikasta. Vilkkaita keskusteluja riitti yhtä monella eri aksentilla kuin oli ihmisiäkin. Helpotukseksi englanti ei taaskaan osoittautunut ongelmaksi. Itse asiassa huomasin, että leirillä olevien kolmen suomalaisen kielitaito oli selvästi parhaimmista.

Ohjelmaa riitti kaksiviikkoisen leirin ajaksi päivän joka sekunnille. Päivisin menimme purjehtimaan, laskemaan koskea, vaeltamaan vuorille, ajelemaan carting-autoilla sekä katselemaan Wienin upeita nähtävyyksiä. Pääsimme myös vierailemaan linnoissa ja luostareissa, shoppailemaan ostosparatiiseihin sekä syömään mitä herkullisimpiin ravintoloihin. Iltaisin meille pidettiin juhlia ja tansseja, ja meitä viihdyttivät muutamana iltana myös aidot musikat.

Matka oli sanoinkuvaamattoman ihana ja maailmankatsomus-

ta avartava. Kaikista hienointa oli oppia niin paljon muista kulttuureista ja myös huomata niiden eroavaisuudet. Opettavaisinta oli ymmärtää, kuinka me kaikki neljäkymmentä nuorta ympäri maailmaa olimme silti niin samanlaisia. Olen pitänyt yhteyttä lähes kaikkiin leirillä olleisiin ja sain myös viisi erittäin läheistä ystävää.

Kielipelkoni lähti kokonaan, opin myös paljon itsestäni sekä uusien tilanteiden hallinasta. Minulla heräsi myös kiinnostus Lions-toimintaa kohtaan juuri yhteisöllisyytensä vuoksi. Ainut

huono puoli on jatkuva ikävä takaisin isäntäperheen sekä läheisten ystävieni luo Israeliin ja Italiaan. Minne tahansa päin maailmaa lähtisin, aina löytyisi joku, jota mennä tervehtimään. Kansainvälisyys on tuonut paljon uutta koettavaa elämään. Suosittelen matkaa jokaiselle avorakatseiselle nuorelle, sillä lähtisin milloin tahansa uudestaan.

Lämmin kiitos Lions-klubille. Ilman tätä tilaisuutta olisin aivan eri ihminen.

Jannika Ruotsalainen

tieto.com

TietoEnator → Tieto

tieto

Kahvitupa, jatkoa Bembölen kestikievariperinteelle

Monille meistä on Bembölen kahvituvan julkisivu hyvinkin tuttu näky. Hirsirakennus on seissyt tukevalla espoolaisella peruskallilla jo lähes kolme sataa vuotta ja jo vuosikymmenet kahvilanakin houkuttellut ohikulkijoita poikkeamaan ja nauttimaan talon antimista ainutlaatuisessa ympäristössä. Harva kuitenkin tuntee paremmin rakennuksen historiaa.

Viimeinen kantatila alkuperäisellä paikallaan Bembölessä on Bell. Päärakennuksen suuri tupa ja kamari eli nykyinen keittiö sekä eteinen on ilmeisesti rakennettu vuonna 1737. Saliosa on rakennettu myöhemmin, ehkä 1800-luvun alussa. Vaikka sisätiloissa on tehty kahvilakäytön vaatimia muutoksia, on tuvassa säilytetty komeat kattoparrut ja taitteinen sisäkatto. Perinteistä pihapiiriä täydentää vanha kaksikerroksinen luhtiaitta.

Bell oli 1600-luvun yksi Bembölen suuren kylän kymmenestä kantatilasta. Isonvihan aikana 1713-1721 Bembölen kylän taloihin majoittui vuosikausiksi venäläistä sotaväkeä. Sodan jälkeen Bell oli niin perusteellisesti poltettu, ettei siinä ollut jäljellä ”talon nurkkaakaan”. Bellin uudessa tuvassa toimi 1760-luvulla kestikievari. Paikka olikin erinomainen, sillä talon kohdalla haaraantui Kuninkaantiestä sen Helsinkiin johtava haara.

Kun vanhaa rakennusta uhkasi purku 1916, sitä ajateltiin museorakennukseksi eikä onneksi purettu. Vuosina 1917-1938 Bell toimi ajoittain muonamiehen asuntona, suutarin työpajana jopa koulunakin. Kahvilatoiminta alkoi 1939. Talvisodan aikana rakennukseen oli sijoitettu kättilöopiston synnytysosasto.

Sodan jälkeen kahvilatoiminta jatkui ja on siitä lähtien tullut tunnetuksi ja hyvin suosituksi Bembölen kahvitupana.

Rakennuksia on kunnostettu perinteitä tiukasti vaalien. Julkisivu on saanut hiljan suojakseen uuden punamultapinnan ja vanhat kattotiilet on ladottu paikoilleen kattorakenteiden korjauksen jälkeen. Espoon vanhimpiin kuuluva rakennus on entistä ehommassa kunnossa palvelemaan asiakkaitaan tarjoamalla omassa keittiössä tehtyä kotiruokaa tai vaikkapa vain päivän piristykseksi kupponeen tuoretta kahvia leivonnaisen kera.

Bembölen kahvitupa on hyvin säilynyt, Espoon vanhimpiin kuuluva maatilan päärakennus, kahvilanakin jo käsite.

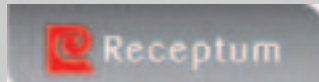


Kahvitupa löytyy osoitteesta Bellinmäki 1, 02740 Espoo ja on avoinna (kesäaika sulussa) arksin klo 7.30 – 18.00 (7.30 – 20.00),

lauantaisin klo 10.00 – 18.00 (10.00 – 18.00) ja sunnuntaisin klo 10.00 – 18.00 (10.00 – 20.00). Lisätietoja puhelimitse numerosta

09 863 2917 tai netistä www.bembolenkahvitupa.net.

Lähde: *Espoon rakennuskulttuuri ja kulttuurimaisema*



RECEPTUMILTA IT-RATKAISUT TEHOKKAASEEN LIIKETOIMINTAAN



Receptum Oy Puh (09) 8567 8800 Strömbergintie 4 E Helsinki
receptum@receptum.fi www.receptum.fi

Haittaako taloudellinen taantuma liiketoimintaanne?

JM-Data Oy tarjoaa teille mahdollisuuden tehostaa yrityksenne IT-toimintoja pitämällä laitteistonne ja ohjelmistonne tuottavassa kunnossa, tehokkaasti ja edullisesti. Näin yrityksenne pääsee hyödyntämään osaamistaan tuottavammin ja saa parempaa vastinetta käyttämälleen ajalle.

Tarjoamme käyttöönne perinteisemmät ylläpito- ja laitehankintapalvelut, sekä järjestelmienne kehityssuunnittelun. Käytettävissänne on myös erikoistunut ohjelmointipalvelumme, jota on mahdollista hyödyntää esimerkiksi yksilöityjen asiakkuuden- tai varastonhallintaohjelmistojen tuottamisessa.



JM-Data Oy • Kilonkallio 3 • 02610 Espoo
www.jmdata.fi • juha.munne@jmdata.fi • gsm +358 400 817 021

Ketukangyname
Jaana Karlsson
040 511 3033
Aukj sopimuksen mukaan

Hänensivut 4 • 02760 Espoo
Tuomarila

Lions Ladyt toimivat ilon tuojina

Espos-Keskuksen Lions Ladyt ovat monien viime vuosien aikana monin tavoin tuoneet iloa lahjoituksiltaan niin espoolaisille perheille kuin Kuninkaantien toimintakeskuksen oppilaille.

Ladyt ovat tukeneet taloudellista apua tarvitsevia perheitä muun muassa joululahjoilla ja lasten kevätkuuteilla.

Kuninkaantien toimintakeskukseen onkin hankittu karaoke-DVD, muita DVD-elokuvia sekä laitteet niiden katselua varten. Järjestimme edellisvuonna myös Jussi Raittisen esiintymään toimintakeskukseen. Pienellä avul-

lamme olemme saaneet vastaanottaa suuren ilon ja kiitollisuuden vieraillessamme Kuninkaantien asukkaiden luona.

Varoja Ladyt ovat hankkineet muun muassa pitämällä kirpputoria ja arpajaisia omassa keskuudessaan. Tuloja on hankittu myös myymällä teatterilippuja.

Elle Mäkinen



Jussi Raittinen ja ladyt Elle Mäkinen ja Marjatta Sundberg toimintakeskuksen asukkaiden kanssa.

Petrus Schroderus hurmasi yleisönsä

Lions Club Espoo-Keskuksen ladyt järjestivät kevätkonsertin Olarin kirkossa maaliskuisena lauantaina. Tenori Petrus Schroderuksen taidot huipentuivat väliajan jälkeen, jolloin kuultiin kaksi suosituinta aaria Puccinin oopperasta Tosca. Yleisö lämpeni bravo-huutoihin, joita harvemmin kuullaan kirkkosalissa.

Schroderus on säväyttänyt Toscan Cavaradossin roolissa myös ruotsalaisia. Hänet palkit-

tiin tästä roolisuorituksesta viime kesänä Opera på Skäret-festivaalilla Koppbergissä Ruotsissa.

Konsertin yksi vaikuttavimmista kappaleista oli ”Kiitos sä Luojani armollinen”. Kuulijoiden oli helppo yhtyä kappaleessa mainittuihin kiitoksiin laulun lahjoista. Ohjelmakokonaisuutta täydensivät monet tutut italialaiset suosikkisävelmät, joiden tunnelmat siirtyivät suoraan kuulijoiden sydämiin. Loppuhuipennuksena kuultiin kaikille tuttu ”O sole mio”.

Petrusta säesti oopperan pianisti Pekka Asikainen. Omassa osuudessaan hän esitti pitkäperjantain musiikkia Richard Wagnerin oopperasta Parsifal. Asikainen kertoi musiikin sopivan tähän aikaan, jolloin epävarmuus ja kärsimys koskettavat monien elämää.

Konserttiin osallistui kaikkiaan yli 200 kuulijaa.

Sirpa Havu



Olarin kirkkosali oli valoisa esiintymisympäristö

TAPIOLA

Avaa tapiola.fi, soita 01019 5100
ma-pe 8-20 tai
poikkea toimistossamme

VUOKRAAMME KAIKEN MITÄ MUUTOSSASI TARVITSET!

- Muuttolaatikat
- Kuorma-autot
- Pakettiautot
- Muutorullakot
- Varastotilaa
- Muuttopalvelut

MYÖS KOTIINKULJETUS!
Puh. (09) 700 29 900
Fax (09) 700 29 902
GSM 0405 700 900
Suomen Muuttolaatikko Oy
Sörnäisten rantatie 19

asiakaspalvelu@muuttolaatikko.fi
www.muuttolaatikko.fi

HELSINKI • ESPOO • VANTAA • PORVOO • TAMPERE

**ILOINEN
PALVELU!**



MUUTTOLAATIKKO

Sunnelmaa, maukasta ruokaa ja hyvää kahvia, lapsiystävällinen, sisällä ja ulkona, 60 vuoden perinteellä. Tervetuloa koko perhe!



**Kahvitupa
Bemböle
Kaffestuga**

Stämning, got mat och gott kaffe, barnvänlig, både ute och inne, 60 års anor. Välkommen hela familjen!

Kuninkaantien varrella Espoon Bembölessä. Invid Kungsvägen i Bemböle, Esbo. **09-863 2917** www.bembolenkahvitupa.net



KaiRa
KAITAAN RAKENNUS OY

Turvaa pääomallesi

Pääomaturvatuilla indeksilainoillamme ja rahastoillamme sijoitat osakemarkkinoille niin, että sijoituksesi on turvattu*. Tee merkintä verkkopankissa nordea.fi tai soita Asiakas-palveluun 0200 3000 (pvm/mpm) ma-pe 8-20, josta voit myös varata ajan konttoriimme.

Asemakuja 2
Espoo-Keskusta, 0200 3000
nordea.fi

Nordea 

Rahastojen hallinnoinnista vastaa Nordea Rahastoyhtiö Suomi Oy. Lisätietoja Nordea-rahastoista saat osoitteessa nordea.fi/rahasto ja indeksilainoista nordea.fi/joukkolainat. * Riippumatta siitä, kuinka markkinat kehittyvät, saat takaisin vähintään sijoittamasi pääoman eräpäivänä (indeksilaina) tai takuutasopäivänä (rahasto).

Nordea Pankki Suomi Oy



**ESPOON
KESKUSTAN
APTEEKKI**

**Kamreerintie 5, (Espoonsilta)
02770 Espoo**

**Puh 5422 1200
Ma – Pe 8.30 – 20.00
La 8.30 – 15.00**

www.espoonkeskustanapteekki.fi/

MASDOS OY



EKOLOGINEN KIINTEISTÖNPITO
Uusi tapa toimia on EKOÄLY-konsepti

Ekologinen kiinteistönpito auttaa selviytymään tulevaisuudessa. Se antaa työkalut suunnitteluun, ohjaukseen, opastukseen, seurantaan, johtamiseen ja kommunikointiin. Se auttaa tekemään tulosta!

FATMAN

Infranet Partners Finland
Kaupintie 5, 00440 Helsinki
puhelin 0207 690 500
www.fatman.fi

Kuoriudu kurasta!



**Pesuetukortilla
joka 6. pesu ve-
loituksetta!**

Kirkasta päiväsi Neste Muuralan pikapesussa!

Varmista nyt autosi kylkien kiilto Neste Muuralan pikapesussa tehokkaasti ja nopeasti, mutta hellävaraisesti. Huippuluokan pesumenetelmät säästävät autosi maalipintaa ja monipuolisiin pesuohjelmavalikoihin sisältyvät harjalliset sekä harjattomat pesut.

Meillä myös lisäpesu!

**Tervetuloa
pesulle!**

Muita pesuvaihtoehtoja:

- TI-hallissa peset tai huollat autosi kaikessa rauhassa
- Hobby Clean -polettipesussa peset autosi vaivattomasti omatoimisesti

Meillä tankkaat sekä itsesi että autosi! Asemamme monipuolisia palveluja:

- Viihtyisästä kahvilasta aina tuoretta kahvia ja herkullisia leivonnaisia
- Maistuvia ruoka-annoksia sekä hampurilaisia ja pikkulämpimiä!
- Itsepaistetut pizzat - myös mukaan!
- Myymälästä samalla käynnillä elintarvikkeet, oluet ja siiderit sekä autotarvikkeet, mm. Nesteen laadukkaat Voltera-lasinpesunesteet
- Korkealaatuista Neste-bensiiniä tai -dieseliä tankkiin!

**Pizzoja
myös mukaan!**



**Tervetuloa asioimaan
ystävällisen palvelun
Neste-asemalle!**



**Käynti meillä voi
muuttaa elämäsi!**



NESTE

Neste Muurala
Nimismiehenpelto 1, Espoo.
Puh. (09) 859 3900
Avoinna ark. 6.00-21.30, la 7-21, su 8-21