

Joulukuu 2018

# SORVI

SOVATEKIN OMA LEHTI

*Yllätysvisiitti*

*Kauden vinkki*

*Mocktail*

*Joulukuun menoja*

# Sisältö

- 4.....Pääkirjoitus
- 5.....Muistoja Tourujoen Yöstä 2018
- 6.....Mocktail - elämys ilman alkoholia
- 7.....Mocktail - elämys ilman alkoholia
- 8.....Jouluajan menoja
- 9.....Jouluajan menoja
- 10.....Yllätysvisiitti - Eero
- 11.....Yllätysvisiitti - Eero
- 12.....Kuka olet Sanna Kupsa?
- 13.....Kuka olet Sanna Kupsa?
- 14.....Esittelyssä Mediayksikkö
- 15.....Esittelyssä Mediayksikkö
- 16.....Kysymysvisa
- 17.....Kauden vinkki
- 18.....Tee-Se-Itse
- 19.....Jouluristikko
- 20.....Värityskuva

Julkaisija Sovatek-säätiö  
Sorastajantie 4  
40320 Jyväskylä

Toimitus - Kari-ryhmä  
Päätöimittaja - Markku Hassinen  
Graafinen suunnittelu ja taitto - Laura Könönen

Sorvi-lehden sähköinen materiaali  
toimitetaan osoitteeseen  
sovatek.sorvi@sovatek.fi

Maaliskuun numeroon tulevan  
aineiston on oltava perillä  
oikoluettuna viimeistään 15.2.2019

Seuraava numero ilmestyy maaliskuussa 2019

*TYKY-päivän arvoituspajan  
arvonta on suoritettu.  
Arvannon voitti  
kierrätyskaupan Satu J.  
Palkintona oli jouluinen  
suklaapussi.*

# Muutoksesta

Muutamia viikkoja sitten en vielä tiennyt, että ryhdyin jatkamaan Pirttijärven Eeron pestiä järjestölähtöisen kansalaistoiminnan johtajana. Työ ja kenttä on haasteellinen, mutta samalla myös houkutteleva ja täynnä innostavia mahdollisuuksia. Ajatuksiakin vielä löytyy ja halua kehittää asioita sellaiseen suuntaan, että ihmisten demokratia ymmärrys kasvaisi. Elämme kuitenkin aika erilaisessa maailmassa kuin työurani alkupuolella. ”Elämme erikoisia aikoja”, ihmetteli eräs nimeltä mainitsematon valtakunnan kärkipoliitikko. Jos haluaa kiteyttää jollain tavalla tuota ”erikoisuuden” tuntua, niin kaikkia ihmisen elämänsä leimaa tällä hetkellä muutoksen alati kiihtyvää hyrrää. Muutoksia on isoja ja mikrotasolla jokaisen henkilökohtaiseen elämään liittyviä muutoksia. Mutta kaikki on yhtä samaa, muutosta päivästä toiseen. Wikipedia määrittelee muutoksen: ”Muutos tarkoittaa prosessia jossa jokin tulee toisenlaiseksi kuin se oli”. Kun aamupalalla lukee nettilehteä, niin toistuvat uutisaiheet ovat aseelliset kahinat, nälänhätä, pakolaisongelma ja suurvaltopolitiikan moraalittomuus. Kukaan ei pysty enää suhtautumaan tiettyjen maiden presidenttien sanomisiin kehumalla, että uskotaan mitä he sanovat. Kotimaan politiikka leimaa taktinen pukukoppipeli, jossa haetaan asemia seuraaviin eduskuntavaaleihin. Ikävintä kaikessa on se, että ns. ”uusi normaali” on tullut osaksi arkeamme. Tämän ilmiön ennusti aikanaan George Orwell romaanissaan 1984. Puhuttua ja kirjoitettua kieltä pitää tulkita monella eri tavalla, eli enää ei riitä että lukee tekstin ja uskoo sanasta sanaan mitä kirjoitetaan. Termiä käytetään myös sujuvasti pyhittämään kaikkea sellaista, joka on perinteiselle humanille ihmiskäsitykselle täysin vierasta. Valediasta puhuminen voi tarkoittaa myös sitä, että halutaan totuuden vastaisesti pyhittää sellaisia arvoja ja asenteita, jotka sotivat kaikkea inhimillisyyttä vastaan. Suomi on päässyt jälleen EU:n sisällä kärkimaiden joukkoon. Tällä kertaa tilasto on ikävä, eli olemme EU-maiden vertailuissa kaikkein rasistisin maa suhteessa afrikkalaisiin maahanmuuttajiin. Väkipolitiikka, uhkailu, solvaukset sosiaalisessa mediassa ja avoin syrjintä työmarkkinoilla ovat Suomeen muuttaneille afrikkalaisille arkipäivää. Kysyä sopii, mistä tämä valkoisen rodun ylemmydentunne kumpuaa? Suuri osa menee ainakin tietämättömyyden ja huonon yleissivistyksen piikkiin. Kysyä sopii myös, onko Suomella varaa tällaiseen maineeseen?

Suomessa on myös tällä hetkellä 100 000 vaikeista psyykkisistä ongelmista kärsivää lasta. Heistä tulee jossain vaiheessa nuoria ja myös työmarkkinoille siirtyviä aikuisia. Psykiatrinen hoito on Suomessa korkealla tasolla, mutta enää ei pääse joillakin paikkakunnilla hoitotakuun määrittämässä aikarajoissa hoitoon. Samaan aikaan myös ikääntyvän työttömän väestön ongelmat kasaantuvat. Työmarkkinat eivät avaudu ilman ammatillista koulutusta ja jos työttömyyteen sisältyy päihde- ja mielenterveysongelmia, niin kelkasta tipahtaminen on erittäin todennäköistä.

Muutos on tulossa myös Sovatekin toimintoihin. Työvalmennus joutuu miettimään uusia tapoja ja valmennuksen keinoja tavoittaakseen asiakkaat. Palveluja ostava asiakas odottaa myös valmennustoiminnasta jotain todennettavia tuloksia. Vuosi 2019 mennään vielä aika turvallista latua kahden pääsopimuksen varassa, mutta vuosi 2020 tulee olemaan sitten se mielenkiintoinen rajapyykki. Tällä hetkellä pakka on pahasti sekaisin, eli muutoksessa, koska kukaan ei tiedä tuleeko ensi keväänä joku päätös sote-palvelujen uudistamisesta ja tuleeko meille maakuntajärjestelmä ostamaan palveluja? Jos huonosti menee, niin maakunnat aloittavat vasta vuonna 2023, mutta koko siirtymäkauden ajan palveluntuottajien pitäisi pystyä pitämään palveluja yllä ja uudistumaan – muuttumaan.

Sovatek –säätio on ottanut toimintasuunnitelmassaan vahvasti kantaa asiakkaiden osallisuuden vahvistamiseen kaikissa säätion palveluissa. Työvalmennuksessa on jo olemassa Kari-ryhmä, joka ansiokkaasti tuo esiin työvalmennuksen asiakkaiden mielipiteitä ja tunteita. Tulevaisuudessa ei enää riitä vanhan työpajakentän keskeinen asiakkaan kohtaamisen keino ”oikea työ”. Tilaajakaan ei ehkä tulevaisuudessa ole enää valmis maksamaan palveluista, joissa asiakkaan kokemus ja mielipide ei ole vahvasti kuuluvissa. Myös valmennuksen sisältöihin tulee entistä enemmän sellaisia sisältöjä, jotka ovat kaukana perinteisestä pajatoiminnasta. Sellainen muutos meitä odottaa ja jos haluamme pienenä lastuna maailmallisella avomerellä menestyksekkäästi purjehtia, niin siihen on vain rohkeasti mentävä mukaan. Muistakaa että ”aina on mahdollisuus”

Markku Hassinen

## Muistoja Tourujen Yöstä 29.9.2018

Kuvat: Laura Könönen



# Mocktail

Tekijä: Kari-ryhmä

-elämys ilman alkoholia

Mocktailit eli alkoholittomat cocktailit ovat maailmanlaajuinen ilmiö, joka näkyy Suomessakin. Niitä sekoitellessa mielikuvituksen voi päästää valloilleen, mutta juomia saa myös valmiina.

Mocktailien trendi on valloittanut maailmaa jo useamman vuoden ajan. Ilmiön edelläkävijöihin lukeutuivat esimerkiksi monet Lontoon drinkkibaarit, joissa alkoholittomien cocktailien listat ovat jo itsestäänselvyys. Nyt myös muissa metropoleissa tarjotaan näyttäviä ja moniulotteisen maukkaita mocktaileja.

Trendit liikkuvat nykyisin vauhdikkaasti, joten mocktailit

näkyvät vahvasti Suomenkin ravintoloissa sekä enenevässä määrin myös kodeissa. Kuluttajat haluavat huolehtia hyvinvoinnistaan, joten ruoka on entistä terveellisempää, ja sama ilmiö näkyy alkoholittomien juomien nousuna.

<https://www.alko.fi/juoma-ruoka/makujen-maailma/juomatrendit/mocktail-on-elamys-ilman-alkoholi>

## Mustikkajuoma (6 annosta)

1 l Tonic virvoitusjuomaa  
2 dl mustikkamehutiivistettä  
2 dl pakastemustikoita  
jääpaloja  
tuoretta timjami  
sitruunaviipaleita

Mittaa tonic ja mustikkamehutiiviste kannuun. Jaa mustikat ja jääpalat drinkkilaseihin. Kaada juomasekoitus lasiin. Lisää timjamin oksat ja sitruunaviipaleet. Tarjoa heti.

## Kirpeän maltainen chedala (1 annos)

1 tlk alkoholitonta olutta  
limettilohkoja  
suolaa  
jäitä

Lohko lime ja kostuta olutlasien reunat limettilohkolla. Laita suolaa lautaselle ja kasta reunat suolaan. Purista muutaman limelohkon mehu lasiin, lisää jäitä ja täytä lasi alkoholittomalla oluella. Koristele lasinreuna limelohkolla. Sekoita ja nauti.

## Alkoholittomat drinkit

## Omena-minttujuätee

3 pss Lipton vihreää teetä, omena-minttu  
4 dl vettä  
4 dl Tonic virvoitusjuomaa  
jääpaloja  
limettä lohkoina  
tuoretta minttua  
(riipaus ruokosokeria)

Kiehauta vesi ja anna teen hautua 3 minuuttia. Jäähdytä tee. Jaa tee lasiin ja kaada joukkoon tonic. Lisää lasiin jääpaloja ja limetin lohkot. Koristele tuoreella mintulla. Lisää halutessasi ripaus ruokosokeria.

## Mansikkadaquiri

350 g jäisiä mansikoita  
2 rkl mansikkamehutiivistettä  
2 limetin mehu  
2 rkl sokeria  
limettilohkoja koristeeksi  
jääpaloja

Täytä tehosekoitin puoleen väliin jääpaloilla. Lisää mansikat, mehutiiviste, sokeri ja kahden limetin mehu. Aja sileäksi ja kaada cocktail-lasiin. Koristele limettilohkoilla ja mansikalla.

<https://www.k-ruoka.fi/reseptit/>

**Pidä mielessäsi mocktailin valmistuksessa**

- 1. Mocktail toimii tunnelman luojana siinä missä cocktailkin.**
- 2. Juomassa tulee olla vähintään yksi selkeä maku.**
- 3. Kiinnitä erityisesti huomiota maun runsauteen.**
- 4. Kaunis koristelu kruunaa juomaelämyksen.**

# Jouluaajan menoja

Tekijä: Kari-ryhmä

Kivistön työväentalon joulumyyjaiset Kivistön työväentalolla osoitteessa Vaajakoskentie 29 perjantaina klo 16-20 ja lauantaina 8.30-14.00. Myyntipaikan hinta 2 pv/ 15€. Kahvio auki. Taitoluisteluseuran Joulunäytös: Joulupukki ja Noitarumpu

Pvm: 20.12.2018  
Klo: 18.00 - 19.45  
Luokat: Lastentapahtuma  
Paikka: Lähi-Tapiola Areena  
Osoite: Rautpohjankatu 10, Jyväskylä  
Tapahtuman kotisivut:  
<https://www.jytls.fi/>

Näe kaikki Jyväskylän Taitoluisteluseuran luistelijat mm. Valtteri Virtanen ihanan joulusadun, Joulupukki ja Noitarumpu, tunnelmissa. Tervetuloa koko perheen voimin nauttimaan joulutunnelmasta jäänäytökseen! Näytöksen lisäksi herkkukahvio, arpajaiset ja paljon muuta jännää!

**Hinnat ja liput:**  
5€ aikuiset 2€ lapset

**Joulupiha**  
24.11-23.12  
**Lauantaisin klo. 10-17 ja sunnuntaisin klo. 11-16**  
**Toivolan Vanha Piha**

Joulun alla Toivolan Vanha Piha muuttuu tunnelmalliseksi Joulupihaksi. Tuolloin vanhan ajan pihamiljöössä voi aistia todellisen joulun tuntua. Joulupihan havukranssein koristelluista myyntikojuissa, makasiineissa ja Pihan omissa putiikeissa on tarjolla laadukkaita käsityötuotteita ja joulukerkuja.

Myös Keski-Suomen museon käsityöläismuseot pukeutuvat 1800-luvun lopun joulutunnelmaan. Tarjolla on lisäksi erilaista oheisohjelmaa päivittäin.

[www.vanhapiha.fi/tapahtumat/joulupiha/](http://www.vanhapiha.fi/tapahtumat/joulupiha/)

Jyväskylän Joulukatu  
Pe 14.12-La 22.12  
Kauppakatu, Jyväskylä

## Uusivuosi

Uusivuosi päättää juhlakauden ja kerää kaikki taaperoista ikäihmisiin yhteen juhlistamaan yhden vuoden päättymistä ja toisen alkamista. Uutenavuotena syödään viimeisetkin joulukonvehdit joulukuusen loisteessa ja käydään katsomassa ilotulitusta. Luo uusia, tai toista vanhoja perinteitä ottamalla osaa Jyväskylän uudenvuoden tapahtumiin!

**Lapsiperheiden uusivuosi**  
31.12 klo 18-19  
**Kirkkopuiston Paraatiaukio**

Ohjelmassa luvassa liikkumisen iloa sekä musiikkia lastenmusiikkiorkesteri Loiskikselta. Paikalla myös kaupunginjohtaja Timo Koivisto. Jyväskylän seurakunta tarjoaa mehua ja pipareita.

**Kaupungin uudenvuoden vastaanotto**  
Ma 31.12 klo. 23.30  
**Kirkkopuiston Paraatiaukio**

Ohjelmassa kaupunginjohtaja Timo Koiviston uudenvuoden puhe, Maamme-laulu yhteislauluna ja ilotulitus. Musiikista vastaa The Eastwood.

**JOULUSPECIAL**

# YLLÄTYSVISIITTI

**Kari-ryhmä tekee yllätysvisiittejä Sovatekilla ja kysyy mitä kuuluu. Samalla tulevat ihmiset hieman tutummaksi puolin ja toisin.**

*Tekijä: Kari-ryhmä*

*Olen varautunut elämässä kaikkeen. Kolareihin, hammassärkyyn jopa ydinvoimaonnettomuuteen. Noita kaikkia olen itse asiassa elämäni aikana seurannut joko omakohtaisesti tai kauempaa seurattuna. Tshernobylin vaikutuksia itseän ja moneen muuhun olen miettinyt, näyttöjä siitä miten juttu mahdollisesti terveyteeni vaikutti mtnulla ei ole. Työpaikkoja minulla on ollut harvakseltaan, en ole juurikaan vaihtanut niitä. Kahden pisimmän yhtäjaksoinen kesto on 30 vuotta, muutaman vuoden hiluja on muutama. Työttömänä en ole ollut vielä päivääkään, nykyoloissa harvinainen saavutus. Lopputilin otin kuukausi sitten, onneksi tuo seuraava paikka oli jo tiedossa. Pyydetyn tekstin tekeminen tuli hiukan yllätyksenä, onneksi olen sellaisia jonkun verran tehnyt. Tässä on yksi yritys, tarvitseeko tehdä toista?*

*Eero Pirttijärvi*



*Eero  
Pirttijärvi*

## **Mitä kuuluu?**

Olen ollut 1,5 kuukautta uudessa työssä, josta olen erittäin tyytyväinen. Elämään on tullut lisää tunteja.

## **Mitä olit tekemässä?**

Heilauttamassa kättä Pitkäsen Annelle.

## **Mitä suunnitelmia sinulla on tälle päivälle (23.11.2018)?**

Menen Keuruun jäähallille katsomaan jääkiekkopelejä ja ehkä saunaan.

## **Onko tänään tapahtunut jotain yllättävää?**

Sain komean kukkamuistamisen Päihdepalvelusäätien seminaarissa.

## **Mikä tuo iloa arkeen?**

Perhe ja ystävät.

## **Mikä on talven kohokohta?**

Joulu.

## **Mitä haluat kysyä seuraavalta yllätettävältä?**

Paljonko olet juossut viimeksi Cooperin-testissä?

## **Kenen luokse tai minne haluaisit mennä yllätysvisiitille?**

Brokenwoodin poliisiasemalle (Murhia ja kantrimusiikkia).

## **Käytitkö korkkiruuvia tämän kesän aikana?**

En.

## **Miltä tuntuu uusi työ?**

Oikein mukavalta, vähemmän yllätyksiä, vaikka niitäkin on.

## **Miten uusi työ on lähtenyt käyntiin?**

Oikein mukavasti, joka päivä oppii jotain uutta esimerkiksi uusista työalueista, kuten vammaispalveluista.

## **Oletko tottunut uuteen sähköpostiisi?**

Olen.

## **Onko meitä ikävä?**

On, paljon.

## **Mikä on ollut yllättävintä uudessa työssä?**

Se, että on tekemisissä niin monen saman ihmisen kanssa kuin 30 vuotta sitten (työtoverit).

## **Mikä on elämän tarkoitus?**

Vastata puhelimeen.

## **Iskeekö jääkiekko?**

Iskee, mutta vähemmän kuin jalkapallo.

## **Lähetä vielä terveisiä!**

Terveisiä kaikille Sovatekkiin, ihan kaikille.

# Kuka olet,

Tekijä: Annika Hannonen

# Sanna Kupsa?



## Kuka olet, mitä teet? ja miksi?

Olen Sanna Kupsa. Työskentelen kehittäjäasiakastoimijana ja työni olen aloittanut syyskuun alussa. Se, mitä teen on hyvinkin monipuolista; enimmäkseen yritän kehittää ja ylläpitää valmennusyksikön toimintoja sekä kuunnella valmentautujien ajatuksia ja ottaa vastaan kehitysideoita, mutta myös ristiriitatilanteissa olla tukena.

## Mikä työssäsi on yllättänyt positiivisesti?

Eniten on yllättänyt se, miten rohkeasti valmentautajat ovat ottaneet minut vastaan.

## Mikä on ollut haastavinta?

Haastavinta on ollut töiden organisointi, mutta pikkuhiljaa se tästä alkaa helpottaa ja rutinoitumaan.

## Mistä koostuu mielestäsi hyvä työpäivä?

Huumori on se, mitä pitää olla päivittäin. Jokainen työpäivä on minusta hyvä työpäivä, koska ikinä ei ole samanlaista työpäivää. Se tuo päivään monipuolisuuden.

## Mikä sai sinut hakemaan/miksi hait tätä työtä?

Tätä työtä hain siksi, koska mielenkiinto heräsi paikkaan kohtaan ja koska olin aktiivisesti mukana KARI-ryhmän toiminnossa. Toisaalta myös siksi, että kuntouttava työtoiminta oli osaltani päätymässä ja koin olevani valmis työelämään.

## Mikä on yllättänyt työssäsi eniten tai millä on ollut positiivisin vaikutus?

Positiivisinta on ollut se, että kuntouttavassa työtoiminnassa saavuttamani tavoitteet ovat vahvistuneet entisestään tuossa työympäristössä.

## Haluatko kertoa omasta kuntoutumispolusta lyhyesti?

Olin kuntouttavassa työtoiminnassa vuoden verran kokoonpanon yksikössä (hammastieteellinen yksikkö). Se oli jännittävää ja jopa pelottavaakin, sillä olin ollut pitkään kotona. Ympäriini oleva muuri rikkoutui. Kaikista parhaita oli se, että täällä minut otettiin vastaan ihmisenä. Ei tarvinnut esittää mitään, sain olla juuri sellainen kuin olen. Kokopäivätyön aloittaminen oli hyvinkin raskasta, koska tunnit lisääntyivät ja tuli yksi työpäivä vielä lisää. Väsymys oli taattu, mutta ihan sama tilanne oli kun aloitin kuntouttavan työtoiminnan. Mutta tieto siitä, että väsymys vähentyy ajan kuluessa, auttoi paljon.

## Miten rohkaisisit henkilöä joka haluaisi edetä työelämään tai miettii kouluttautumista?

Hyvää on jo se, että henkilöllä on tulevaisuuden varalle jo suunnitelmia. Järjestäisin tutustumisen kyseiseen työpaikkaan/kouluun, jotta henkilö saa varmuuden siitä mihin olisi ryhtymässä.

## Miten olet viihtynyt töissä?

Olen viihtynyt odotettua paremmin, ison osan siihen kyllä tekee valmennettavat henkilöt. Lisäksi täällä on sellaisia ihmisiä töissä, jotka kuuntelevat myös minun omia huoliani. Kun asioista saa puhua, se pitää työmotivaatiota yllä, eikä niitä tarvitse viedä kotiin.

## Mitä itsellesi kuuluu tasapainoiseen arkeen ja mikä tuo siihen iloa tai vastapainoa?

Tasapainoinen arki koostuu minulla päivärytmytyksestä, ystävistä, käsitöistä, oman perheen kanssa olemisesta ja tietysti meidän kissa tuo myös hulinoillaan mukavia hetkiä arkeen.

## Mitä odostat tulevalta keväältä?

Uusia haasteita ja aurinkoa.

## Miltä tuntuu perjantaina-iltapäivällä ja kuinka rentoudut ja mikä saa parhaiten palautumaan viikonloppuna?

Perjantai-iltapäivä on multihuiennus, koska alkaa viikonloppu. Omat askareet ovat tärkeintä rentoutumista viikonloppuna, aivot narikkaan töistä –periaatteella. Viikonloppuisin myös teen asioita, joita en viikolla saa aikaiseksi. Esimerkiksi joululahjojen osto, ostin ne viime viikonloppuna kaikki ja jäljellä on enää paketointi.

## Motto? Elämänohjeita? Harrastukset?

Pysähdy. Katsele ja ihmettele, mitä ympärilläsi on. Nauti pienistä hetkistä.



## Valmentautujien ajatuksia mediayksiköstä

”Rento meininki  
ja hyvä  
työporukka”

”Erilaisia töitä”

”Viihtyisää  
tekemistä”

”Kannustava,  
opastava  
ja leppoisa  
ilmapiiri”

”Uusien  
asioiden  
oppiminen”

”Jokainen  
päivä on  
erilainen”

**Esittelyssä**

# Mediayksikkö

Tekijä: Kari-ryhmä  
Kuva: Laura Könönen

Mediayksikössä on kaksi työvalmentajaa, Pekka Sivander ja Nina Korpela. Tällä hetkellä Mediassa on viisi valmentautujaa. Lisäksi media yksikössä toimii kilpikaiverrus, jossa on tällä hetkellä yksi valmentautuja.

### Mitä media tekee?

Mediayksikkö jakaantuu kahteen palveluun: mediapalveluihin ja kilpikaiverrustyöhön. Media tuottaa tulostuksia, kopiointia, esitteitä, käyntikortteja, mainoksia ja paljon muuta graafisia tuotteita. Uutena näkyvänä mediankanavana on #sometiimi, jota vetää Nina. Kilpikaiverruspalvelu työstää nimeuloja, muistolaattoja, erilaisia muovikylttejä ja paljon muuta, mitä voi kaivertaa. Työtoimintaa tehdään yhdessä kaikkien valmentautujien kesken, jotta saadaan mahdollisimman paljon tuettua yhteisöllisyyttä ja sosiaalista vuorovaikutusta. Median yhteisössä vallitsee hyvin positiivinen ilmapiiri. Valmentautajat kokevat mediayksikön leppoisena ja mielenkiintoisena. Ilmapiiri on kannustava, opastava

ja rento. Motivaatiota ylläpitävät monipuoliset työt ja mahdollisuus oppia uutta sekä soveltaa omia taitoja. Valmennettavat suosittelevat mediayksikköä muille.

### Mikä ihmeen #sometiimi?

Sometiimiin kuuluu osa valmentautujista, valmentaja Nina Korpela ja kehittäjäasiakastoiminnasta Sanna Kupsa. Sometiimin yksi tehtävä on työvalmennuksen sisäinen tiedottaminen. Tiedottaminen tapahtuu muun muassa keräämällä muiden yksiköiden valmentajilta tiedotettavia asioita. Tiedot kerätään ja julkaistaan kerran viikossa Tietovuoto-viikkotiedotteeseen. Lisäksi sometiimi päivittää Instagram-tiliä ja Facebookia. Suunnittelutyöhön osallistuu koko mediayksikkö.





# Kauden vinkki

Tekijä: Kari-ryhmä

## Siemennäkäri

1 dl auringonkukansiemeniä  
1 dl seesaminsiemeniä  
0,5 dl pellavansiemeniä  
0,5 dl kurpitsansiemeniä  
0,5 dl chiansiemeniä  
2 dl kiehuva vettä  
0,5 dl öljyä  
1 tl suolaa

Laita uuni kuumenemaan 175 asteeseen. Sekoita kuivat ainekset kulhossa. Keitä vesi ja kaada se kuumana siemenseoksen joukkoon. Lisää öljy ja sekoita. Anna seistä 10 minuuttia. Kaada seos pellille leivinpaperin päälle. Tasoita mahdollisimman ohueksi (seoksen pitäisi peittää koko pelti). Voit nostaa toisen leivinpaperin taikinan päälle ja painella näkkileivän tasaiseksi paperin suojissa. Sirottele halutessasi sormisuolaa taikinan pinnalle. Paista uunissa 50-60 minuuttia tai kunnes näkkileipä on ruskistunut ja rapea. Anna jäähtyä.

## Kauralastut

3 dl kaurahiutaleita  
2 dl fariinisokeria  
100 g voisulaa  
0,75 tl leivinjauhetta  
3 tl vaniljasokeria  
2 rkl vehnä jauhoja  
1 kananmuna

Sekoita kaikki aineet hyvin sekaisin ja annostele leivinpaperille. Jätä paljon tilaa leviämiseen. Paista 200 asteisessa uunissa noin 7 minuuttia.

# TEE-SE-ITSE

## KÄPYHYASINTTI

Teksti: Kari-ryhmä

### Mitä tarvitset?

- erikokoisia männynkäpyjä noin 30 kappaletta
- noin 25 senttimetriä pitkän ja pari senttiä paksun kepin tai suoran oksan
- kuumaliimaa
- spraymaalialla
- kukkaruukun
- sora tai oasis-sientä
- kukkaruukkuun koristekiviä tai sammalta

Kerää metsästä kävyt ja tarvittaessa sammal. Muistathan, että sammalen keräämiseen tarvitset maanomistajan luvan. Käpyjä voi kerätä maasta ilman lupaa.

Jos kävyt ovat kosteita, muista kuivata ne. Huoneenlämmössä saattaa mennä useita päiviä, määrästä riippuen. Voit myös kuivata kävyt uunissa n. 50 asteessa 2-3 tuntia. Muista tarkkailla käpyjä, etteivät ne pala!

Täytä kukkaruukku soralla tai oasis-sienellä. Jos ruukussa on reikä pohjassa, tuki reikä esimerkiksi kävyllä, jotta sora ei valu ruukusta ulos. Työnnä keppi/oksa soraan tai oasis-sieneen.

Nyt voit aloittaa käpyjen liimaamisen kuumaliimalla. Aloituksen voi tehdä ylhäältä alaspäin tai alhaalta

ylöspäin. Etene kerroksittain.

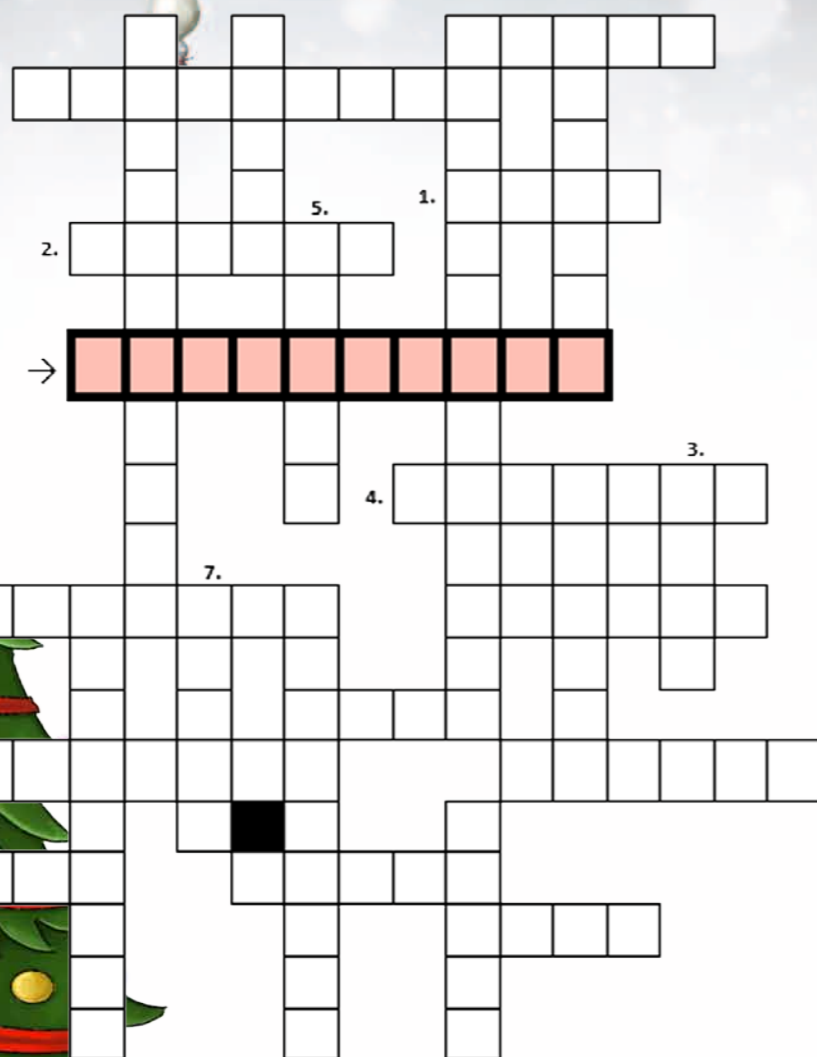
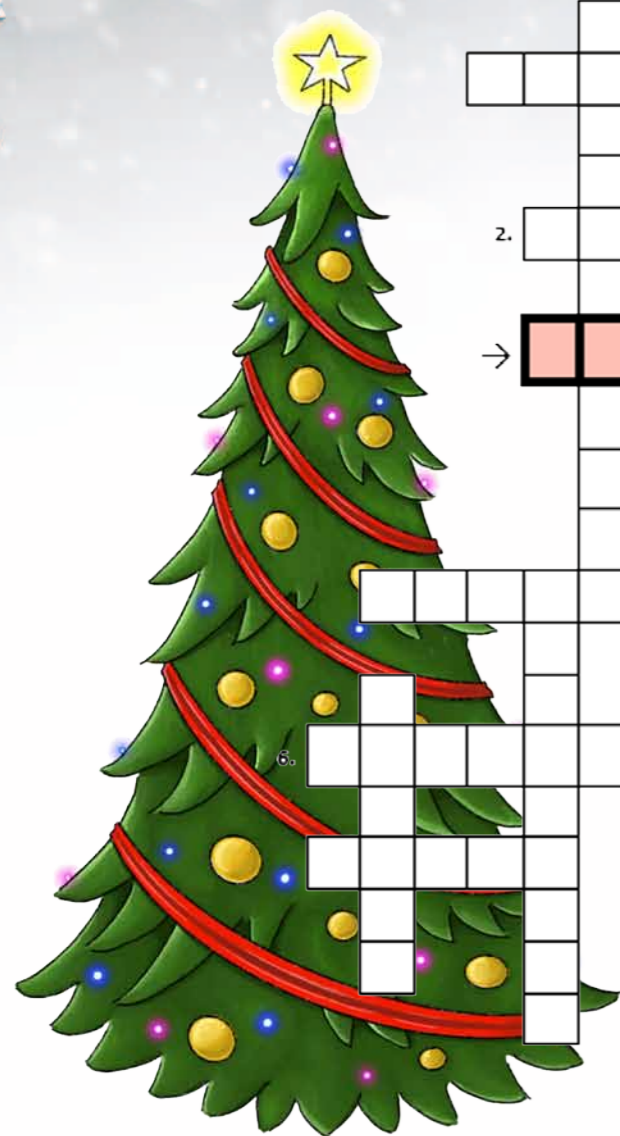
Mitä vähemmän haluat, että keppi jää näkyviin, sitä tiiviimmäksi asettele kävyt. Hyödynnä pieniä käpyjä isojen käpyjen kanssa, peittämään rakoja.

Seuraavaksi ota käpykeppi pois ruukusta ja maalaa kävyt haluamasi värisellä spraymaalilla. Anna maalin kuivua. Voit halutessasi koristella kävyt myös glitterillä.

Työnnä kuivunut käpykeppi takaisin soraan tai oasis-sieneen. Koristele kukkaruukun pinta sammalella tai vaikka koristekivillä.

Vinkki! Halutessasi voit maalata spraymaalilla myös kepin tai oksan, anna kuivua ennen kuin alat liimata käpyjä. Näin keppi tai oksa ikään kuin näyttää hyasintin varrelta.

# Jouluristikko



Tekijä: Annika Hannonen  
Kuva: Noora Valkonen

## Vaakasuoraan:

jääpuikko  
juhla  
kaneli  
tuikku  
lumiukko  
kori  
kylmä  
kuura  
hile

## Pystysuoraan:

tähtitorttu  
himmeli  
joulumusiikki  
ruoka  
tonttu  
olkipukki  
inkivääri  
sytyke  
lahja

## Vihjeet:

1. peittää maan talvisin
2. joululeivonnainen
3. lapsille ja lapsenmielisille
4. tämän alla suukko
5. julistetaan jouluna
6. joulukukka
7. juoksi yli järven

# HYVÄÄ JOULUA



Tekijä: Noora Valkonen



Rauhallista joulua  
ja  
Onnellista  
Uutta Vuotta 2019