

s8-11

Digialbum



Kuva: Paula Viitanen.

AIKAKAUSLEHTI • TIDSKRIFT • SEUDUN KEHITTÄJÄ
• REGIONENS UTVECKLARE

mega

VIIKKO 7 VECKA

2018



s6-7

TERVEYS:

Äni menetti puhekykynsä
pikaruokalan autokaistallaRekrytointiin
pitää varata
kunnolla aikaa

s16-17

**HAMMAS-
PROTEESIT** **20 v.
alalla**

**Erikoishammas-
teknikolta**

- uudet kokoproteesit
- tiivistys ja korjaus jopa odottaessa!
- hammasproteesien tarkastus ilmaiseksi!
- takuutyö

Sofa ja varaa aikasi!

VAASA 312 1233
Kauppapuistikko 20B

LAHIA 477 0744
Kauppatie 5

ALUEEN
HAMMAS

MAALAHTI 347 8080
Köpingsvägen

ALE KYLLÄ ON HALPAA! ALE JOPA -70% LÄHDE TUTUSTUMAAN!
Paikallinen, palveluksessasi yli 2000m² myymälä ja eri tuotteita 60 000 valikoimalla!

WC-paperi SERLA 24 rll/WC-papper SERLA 24rll 6,40€

Fairy käsitiskiaine 450ml/Fairy diskmedel 0,90€

Kaikki seinäpeilit jättiläiskoima tyylikkäättä peilejä -40%

Alla stilig väggspeglar

Kaikki lasten pulkat, lasten lumikolat ja lasten lapiot -30%

Alla pulkor, snöskottor och skyfflar för barn

Kaikki potkukelkat/Alla snökätkar -20%

6,40€

Paljon alennettuja hintoja/ många rabatterade priser -20% -50% ja -70%

**LAATUA, tarpeeksi järeitä!!! NYT
JÄTTIERÄ KÄYTETTYJÄ PUUNTYÖSTÖKONEITA, PUUSEPILLE
JA HARRASTELIJOILLE: Puusorveja, vannesahoja, pyörösahoja,
lehtisahoja. Pellintyöstöön : levyleikkureita!!!!!!**

**JÄTTITAVARATALO
TOLKIN KAUPPAHALLI**
Isokyrö

Tolkintie 17, 61500 Isokyrö
ma-pe 9.00-18.30 la 9.00-17.00
050-5974591
www.tolkinkauppahalli.fi

Tarjoukset voimassa 22.2.2018 saakka niin kauan, kuin tarjouserää riittää

HAY

LÖRDAGSMARKNAD MARKET LAUANTAIMARKKINAT

Bock's
MAKE GOOD!

La/lö 17.2 kl.12-15

**Japanilainen
ristikko**

1 2 3 6 8 10 14 16 18
2 3 6 8 10 14 16 18
4 4 5 8 8 5 6 8 9

s15

**Japanskt
bildkryss**



BOCK´SIN PULKKAMÄKI - BOCK´S PULKBACKE IGÅNG

Förutom djurhagarna har barnen nu hittat till nya rutchbanan för barn på Bock´s. Välkomna alla föräldrar!

4.3 inleds joggning alla söndagar från Bock´s. Professionella dragare ger råd, tips och löphjälp.

Lapset ovat nyt löytäneet Bock´sin pulkkamäen. Tervetuloa kaikki vanhemmat!

4.3 lähtee joka sunnuntai lenkkiporukka myös Bock´sista. Ammattilainen vetäjä neuvo, ohjaa ja antaa juoksussa tukea.



Hyvät kaupat keskellä Vaasaa
Bra affärer i centrum av Vasa

SINGER BERNINA
EVA brother PFAFF
Husqvarna VIKING

Myynti ja huolto
Försäljning och service

HALONEN Tammipiha-Ekgården
☎ 045 6566 659
www.halonen.com

KATSO KALA JA ELÄINVALIKOIMA NETISTÄ!
BEKANTA DIG MED FISK- OCH DJURSORT-
MENTET PÅ NÄTET!

WWW.VAASANAKVAARIOLIIKE.FI

Vaasan Akvaarioliike
HUOM!
UUSI OSOITE
Läivakatu 13
(Minimani)
OBS! NY ADDRESS
Skeppsgatan 13
(Minimani)



Lapset
Barn
-50%

Härmäläinen Kylpyläpäivä Spadag a´la Härmä

Kylpylän käyttö
ja ruokailu buffetpöydästä.

20 €/ark. 25 €/la-su

4-14 v. -50% | Alle 4 v. veloituksetta.

Tillgång till spabadet
och måltid från stående bord.

20 €/vard. 25 €/lö-sö

4-14 år -50% | Under 4 år gratis.

★ Tähtihetkiä Härmässä Stjärnstunder i Härmä

16.2. pe/fre A. Aallon rytmiorkesteri, 15 €
17.2. la/lö Mervi Kovero & Riskit Herrat, 9 €
19.2. ma/mä Juha Hautaluoma & Oja-Lipasti Band, 10 €
21.2. ke/ons Duo Jade´s Band, 0 €
23.2. pe/fre Taikakuu ja/och Reini Hietala Duo, 15 €
24.2. la/lö Olavi Hällbackan yhtye, sol. Marita Saal, 9 €
26.2. ma/mä Eino Luostarin yhtye, 10 €
28.2. ke/ons Solo Vesa Ollinmäki, 0 €
2.3. pe/fre Ippe Mansikka, 13 €
3.3. la/lö Keijo Rahnasto & Titan, 9 €
5.3. ma/mä Ässät, 10 €
7.3. ke/ons Solo Olli Orrenmaa, 0 €
9.3. pe/fre Charlies, 13 €
10.3. la/lö Heikki Puronvarsi & Oikeat Soittajat

12.3. ma/mä Savannah, 9 €
14.3. ke/ons Solo Klaus Koivula, 0 €
16.3. pe/fre Lasse Hoikka & Souvarit, 15 €
17.3. la/lö Mikko Takala & Reissarit, 9 €
19.3. ma/mä Rainer Bolltröm & Graniitti, 10 €
21.3. ke/ons Ensti Solo Band, 0 €
23.3. pe/fre Finlanders
ja/och Duo Mika Peltoniemi, 15 €
24.3. la/lö Ramona & Antti Mäki-Opas, 9 €
26.3. ma/mä Eino Luostarin yhtye, 10 €
28.3. ke/ons Duo Seija Rankinen, 0 €
29.3. to/to RockNight: YÖ, 20 €
30.3. pe/fre Eija Kantola, 9 €
31.3. la/lö Charles Plogman, 15 €

Muutokset ohjelmaan mahdollisia • Programändringar möjliga

HÄRMÄN KYLPYLÄ

HÄRMÄ SPA



Wellness-tarjoukset

Soin Pionnier-kasvohoito 85 €
Kiinteä ja juonteita silottava erikoishoito.
Hoitoaika 75 min (norm. 95 €)

Intialainen päähieronta 32 €
Hoitoaika 25 min (norm. 38 €)
Voimassa 31.3. saakka.

Wellness-erjudanden

Soin Pionnier-ansiktbehandling 85 €
Specialansiktsbehandling som återger huden dess
ungdomlighet. Behandlingstid 75 min (norm. 95 €)

Indisk huvudmassage 32 €
Behandlingstid 25 min (norm. 38 €)
Gäller till 31.3.



UUTTA!
VERKKOKAUPPA
AVATTU!

Tilaa nyt helposti kylpylälomat,
hemmoteluhoitot, tapahtumaliput ym.

NYTT!
NÄTBUTIK
HAR ÖPPNAT!

Nu kan du enkelt och smidigt beställa
spasemester, wellnessbehandlingar,
biljetter till evenemang m.m.

shop.harmankylpyla.fi

Vaasantie 22, 62375 Ylihärmä
Puh./Tfn (06) 483 1600
www.harmankylpyla.fi

LASTEN KORVA- JA NIELUTULEHDUSKIERTEN KATKAISEMINEN – TEHOKKAAT RATKAISUT PROMEDISTA

Lapsilla korva- ja nielutulehdukset ovat yleisiä vaivoja, erityisesti alle 3-vuotiailla. Korvatulehduksen kierre on kuitenkin pysäytettävissä, eikä toistuvia tulehduksia tarvitse sietää pitkään. Jos perheessänne on jo tämän talven aikana sairastettu toistuvia korvatulehduksia, on mahdollista, että putkitus katkaisee tulehduskierteen. Putkituksella saadaan välikorvaan tarvittavaa tuuletusta.

Toistuvasti tulehtuneet nielurisat aiheuttavat kovia kurkkukipuja, nielemisvaikeuksia ja lisääntynyttä kuorsautta. Suurentunut kitarisa voi vaikeuttaa hengitystä nenän kautta, mikä ilmenee kuorsauksena tai hengityskatkoksina nukkuessa.

Kuinka hoitoon?

Asiantuntevat korvalääkärimme arvioivat putkitus- tai leikkaustarpeen. Ajan voit varata jo tänään. Korvien putkitus, nielu- ja kitarisaleikkaukset tehdään päiväkirurgisena toimenpiteenä nukutuksessa.

Voit varata ajan suoraan erikoislääkärille tai pyytää lähetettä hoitavalta lääkäriltäsi. Sinulla on valinnanvapaus sopia erikoissairaanhoidosta oman hoitavan lääkärin kanssa. Promedissa sinua ja perhettäsi hoitavat huippuasiantuntijat, ilman pitkiä jonotusaikoja.

Ota yhteyttä, kerromme mielellämme lisää.



Juhani Pöntinen
korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkäri, specialisti i öron-, näs- och halssjukdomar



Osmo Niemi
korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkäri, specialisti i öron-, näs- och halssjukdomar

UPPREPADE ÖRON- OCH HALSINFEKTIONER HOS BARN – EFFEKTIVA LÖSNINGAR PÅ PROMEDI

Hos barn är öron- och halsinfektioner vanliga sjukdomar, särskilt hos barn under tre år. Upprepade öroninflammationer kan stoppas och behöver inte pågå under en lång tid. Om ni i er familj redan denna vinter har återkommande öroninfektioner är det möjligt att rörinsättning bryter ”den onda cirkeln”. Med rörinsättning åstadkommer man tillräcklig ventilation till mellanörat.

Upprepade halsinfektioner orsakar svåra halssmärter, svårighet att svälja och ökade snarkningar. Förstorade tonsiller kan försvåra andning genom näsan som ger sig uttryck i snarkningar eller andningsuppehåll när ni sover.

Behandling

Våra sakkunniga öronläkare bedömer rörinsättnings- eller operationsbehovet och ni kan boka en tid redan idag. Rörinsättning och tonsilloperationer görs dagkirurgiskt under sövning.

Ni kan boka en tid direkt till specialläkare, eller begära en remiss från er vårdande läkare. Ni har valfrihet att välja er specialistsjukvård tillsammans med vårdande läkare. Vid Promedi vårdas ni och er familj av våra sakkunniga experter, utan långa väntetider.

Vänligen kontakta oss, vi berättar gärna mera.

Promedista saat asiantuntevaa apua niin lasten kuin aikuisten korvasairauksiin.

På Promedi vårdas båda barn och vuxna av våra sakkunniga experter.

Ajanvaraus ja lisätiedot:
För mera information och tidsbokning, ring på nummer:

06 357 7700



Äni menetti puhekykynsä pikaruokalan autokaistalla

TERVEYS Lue suomalaisen Änin uskomaton selviytymistarina vakavasta aivosairaudesta.

Äni Jaatinen oli 23-vuotiaana viimeinkin kerännyt rohkeutta toteuttaa unelmansa.

Lahjakas piirtäjä oli elättänyt itsensä ravintola-alalla, mutta hän halusi seurata haaveitaan ja ryhtyä taiteilijaksi. Jaatinen keräsi rohkeutta ja lähti viemään papereita omasta luovan alan yrityksestä eteenpäin.

Sitten hän melkein kuoli.

– Olin poikaystäväni kanssa pikaruokalan autokaistalla tekemässä tilausta kun tajusin, etten yhtäkkiä saa sanaa suustani. Suu ja pää tuntuivat olevan täynnä pumpulia. Viisitoista minuuttia sen jälkeen alkoivat kivut ja hallusinaatiot, Jaatinen muistelee päivää, joka tulisi muuttamaan hänen loppuelämänsä.

Kaksikko lähti ajamaan kiireesti kohti sairaalaa, jossa Jaatisella tulitaisiin toteamaan vakava virustauti aivoissa, todennäköisesti ruusu. Tosin siihen menisi vielä viisi päivää, sillä lääkärit eivät pitäneet hänen tapaustaan kiireellisenä ja lähettivät naisen päivä toisensa jälkeen kotiin.

– Kotona kohtaukset tulivat aalloissa. Ne saattoi laukaista vaikkapa jokin haju.

Kuudentena päivänä Jaatinen oli mennyt niin huonoon kuntoon, että lääkärit totesivat tilanteen vakavaksi.

– Minulle ei oikeastaan annettu hirveästi mitään lääketieteellistä toivoa. Jos paransin, olisi äärimmäisen epätoden-

näköistä, että paransin takaisin omaksi itsekseni.

– Tuolloin olin ihan pohjalla. Mietin vaan jatkuvasti: Minulla oli elämä. Osasin piirtää ja rakastin sitä. Miksi en tehnyt mitään ennen kuin oli liian myöhäistä.

Itsesääliin vajoamisen sijaan Jaatinen kuitenkin teki päätöksen: Jos tästä selviän niin aion tehdä taidetta ja tehdä siitä merkityksellistä.

Alkoi vuoden mittainen taistelu, jossa oli pelissä henki, unelma ja oma persoona. Kaikki, mitä Äni Jaatinen oli ollut joutui vaakalaudalle.

– Olin ennen sairastumista iloinen ja räiskyvä persoona, mutta se kaikki katosi aluksi vähitellen. Lääkärit eivät sitä huomanneet, koska eivät minua tunteet. Äitini sanoi heille, että tämä ei ole se sama ihminen, me menetämme hänet.

Ihmisillä on kuitenkin uskomaton tapa selviytyä. Hiljalleen Jaatinen alkoi toipua.

– Pidän selviytymistäni rukousvastauksena ja ihmeenä. Kaikessa siinä kaaoksessa rukoilin Jeesusta sisälläni ja kuntoutuksessa uskoni on auttanut ja kannustanut minua eteenpäin.

Välitön kuolemanvaara poistui ja sen jälkeen alkoi armoton opettelu.

– Minun piti opetella uudestaan muistamaan mitä eilen tapahtui. Muistamaan miten kävellä. Miten puhua. Oma virstanpylvääni oli kun erään tutun häissä pystyin reagoimaan ihmisten puheisiin neljä tuntia, Jaatinen kertoo hymyillen.

– Silloin aloin myös piirtää. Ensimmäiset piirrokseni olivat todella surkeita,

mutta olin niistä kaikista aivan äärettömän kiitollinen.

Jaatiselle oli myös selvää, että hänen taiteensa tulee auttamaan. Toivuttuaan hän pääsi maalamaan seinämaalauksia lasten hematologiselle osastolle Tyksiin.

– Tuijotin itse harmaata seinää niin pitkään, että tajusin virikkeiden arvon.

Nyt 27-vuotias taiteilija toteutti myös haaveen, joka hänellä oli ollut toipumisestaan saakka. Jaatischen omaelämäkerrallinen sarjakuva - ja esikoistaidenäyttely oli Galleria Kajasteessa. Myös siinä oli hyväntekeväisyystarkoitus, sillä näyttelyssä julkaistu sarjakuva oli tarkoitettu viedä neurologisille osastoille ympäri maailmaa.

– Aivopotilaita ei varsinaisesti kannusteta tavoittelemaan unelmiaan. Siksi tämä on minulle tärkeää ja toivon, että viestini ja tarinani tavoittaa heidät. Toivon voivani luoda toivoa.

Jaatischen viimeinen kontrollijakso päättyi hiljattain ja nainen julistettiin täysin terveeksi. Kokemus opetti hänen mukaansa uusia arvoja.

– Minulle riittää nykyään, että pystyn luomaan, ilmaisemaan ja elän. Ne olivat innoittajia kuntoutuksessani ja niiden volyyymi kasvaa päivä päivältä edelleen.

– Aion jatkaa taiteen tekemistä myös näyttelyn jälkeen. Tavoitteeni on olla Suomen seuraava Tove Jansson. Eli varokaa vaan, täältä tullaan, Äni Jaatinen nauraa.

Teksti ja kuvat: Toni Tervo

Julkaisemme viikoittain lukijoiden kuvia digialbumissa. Voit osallistua sähköpostitse, lähettämällä kuvasi sekä nimesi osoitteeseen mega@upc.fi

Vi publicerar varena vecka våra läsares bilder i digialbumet. Du kan delta via e-post. Skicka in bilden till mega@upc.fi med namn och ort.



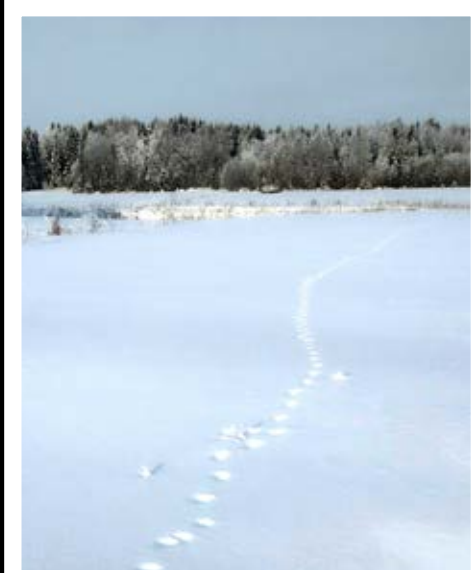
Boris Berts, Vasa. "Pilvilammi-Molnträsket. Februari 2018".



Heikki Palonen. "100 vuotta sitten odoteltiin jääkärien paluuta".



Else-Majja Ristimäki. "Kaksi varjoa Öjbergetillä".



Marianne Gråbbil-Hakkola. "Kauas on pitkä matka..."



Seema Ganoo



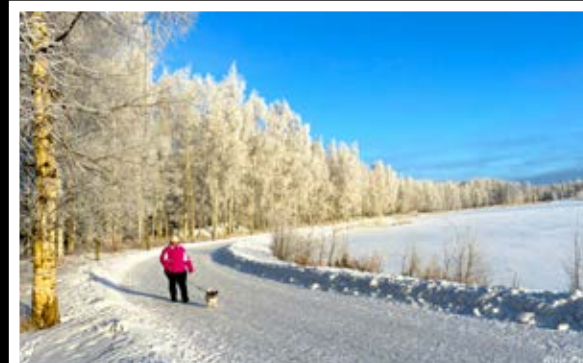
Leena Minkkinen



Esa Rönkä, Vaasa. "Pakkaspäivän askartelua".



Erkki Teppo. "Vaasassa kevättä kohti".



Risto Peitsaro, Vaasa. "Aamulenkillä.".



Camilla Lyyski, Mustasaari



Paula Viitanen. "Aamuauringin lohtimaa 4.2.18"



Christian Nylund, Vasa. "En lejonhona i nationalparken Serengeti, Tanzania, januari 2018."



Tuula Taskinen, Vaasa
"Kuorrutettuna, kiitos."



Susku Pienimäki, Laihia. "Koiristani auto ajelulla."



Sofia Kannasto



Susanne Hammarberg, Närpes.



Matti Hietala, Vaasa. "Olympiarenkaat ilmestyivät Merenkurkun aurinkoiselle hangelle, 10.2.2018".



Stina Martikainen, Mäskär, 9.2.2018.



Anne Haavisto, Kristiinankaupunki. 'Halo' -valoimiö.



Jens Nedermo, Munsmo.

1950–1960 -luvulla saatu yrityslahja voi olla nykypäivän himoittu designtuote

– Taidetta, veistoksia, design-lasia, koruja ja esimerkiksi tämä venäläinen rasia, luettelee asiantuntija **Thomas Luoma** huutokauppakamari Bukowskin arviointipäivään tuotuja esineitä ja pyörittelee käsissään kaunista kullattua rasiaa, jonka kannen maalaus kuvaa todennäköisesti Turkin sodan taisteluita.

Kotien esineistöä tuodaan huutokauppakamarin ilmaiseen arviointiin muuttojen ja kuolinpesien tyhjennysten yhteydessä. Tarjonnassa näkyy suurten ikäluokkien kotien siivoaminen.

– Paljon tarjotaan kristallimaljakoita ja astiastoja, joita on vaalittu ja katettu pöytiin ainoastaan pyhinä. Näillä ei kuitenkaan ole suurta jälleenmyyntiarvoa johtuen siitä, että ne ovat käyttöesineitä ja niistä on ylitarjontaa, Luoma sanoo.

Pienessä Suomessa ihmisille tuppaa kertymään tietynä aikakausina hyvin samantyyppistä tavaraa.

Myös seiniä koristaneet kukka- ja maisemamaalaukset eivät useinkaan mene kaupaksi vaikka tekijällä olisi nimeäkin.

– Tänä päivänä maalaus ei mene kaupaksi, jos se ei sovi sisustukseen.

Luoma neuvoo kuitenkin olemaan tarkkana ja varaamaan aikaa muutto- ja kuolinpesäsiivouksiin, jottei roskalavoille ja kirpputoreille päädy arvotavaraa. Sellainen voi olla esimerkiksi 1950 – 1960-luvulla työnantajalta lahjaksi saatu koriste-esine tai koru.

– Tuohon aikaan yritykset tilasivat liikelahjoja esimerkiksi Kultakeskuksesta, jossa työskenteli maamme

huippusuunnittelijoita kuten Tapio Wirkkala ja Bertel Gardberg. Heidän suunnittelemissa esineillä voi olla kovakin arvo.

Lahjaksi saadun design-esineen mahdollinen kaverus ei merkittävästi vähennä esineen arvoa.

Suomalaisista kodeista löytyy myös jonkin verran tsaarinaikainen esineistöä, joka on nykyisin haluttua.

Esineen kuvalla varustetun arviointipyyntöön voi tehdä myös sähköisesti tai pyytää huutokauppakamarin asiantuntijaa paikan päälle.

Teksti ja kuvat: Marjo Rämö



Vanha venäläinen rasia tuotiin arvioitavaksi Bukowskin arviointipäivään. Keisarillisen Venäjän kulta- ja korusepät olivat alan huippua ja jäljellä olevat esineet ovat arvossaan.



Espoolainen Jukka Laaksonen on varastoinut vanhaa posetiivia aikomuksenaan korjata soitin. Korjaaminen on jäänyt aikeeksi ja hän jättää soittimen huutokaupalle myyntiin. Arviota antaa Bukowskin huutokauppakamarin asiantuntija Thomas Luoma.

Nämä käyvät kaupaksi:

Kotimaiset designhuonekalut, -lasi, -keramiikka ja -korut, suunnittelijoina esimerkiksi Alvar Aalto, Ilmari Tapiovaara, Tapio Wirkkala, Bertel Gardberg. Paavo Tynellin valaisimet tekevät vuosi toisensa jälkeen hintaennätyksiä.

Suomalaisen kultakauden taide kuten Edelfelt, Simberg, Gallen-Kallela, Schjerfbeck. Näiden tekijöiden maalausten arvo tuskin on omistajalle epäselvä, mutta myös grafiikka ja luonnokset voivat olla erittäin arvokkaita.

Venäläinen, keisarillisen ajan esineistö, kuten korut ja koriste-esineet sekä erilaiset tsaarinajan militaariesineet kuten kunniamerkit ja miekat.

REKRYTOINTIIN PITÄÄ VARATA KUNNOLLA AIKAA

– Näillä vinkeillä työhaastattelu onnistuu paremmin

TYÖELÄMÄ Psykologin mukaan rekrytointiin valmistautumiseen käytetään luvattoman vähän aikaa, vaikka kyse on tärkeästä ja kauaskantoisesta päätöksestä

Nopeatempoisessa työelämässä rekrytoijat usein kokevat, että heillä ei ole riittävästi aikaa valmistautua työhaastatteluun. Siksi se yritetään hoitaa nopeasti alta pois. Seurauksena on huonosti valmisteltuja haastatteluja, liian lyhyiksi jääviä haastattelu-tilanteita ja siten tarpeetonta riskinottoa rekrytoinnissa. Näin väittää psykologi Teemu Heino.

– Ymmärrän ihmisten kiireen, mutta vastakysymykseni on, että jos ei ole aikaa käyttää muutamaa tuntia enemmän rekrytointiin, niin onko sitten paremmin aikaa hoitaa ongelmia, joita huolimattomasta menettelystä juontuvat virhevalinnat saattavat tuottaa?

Heino muistuttaa, että rekrytoitaessa ei olla etsimässä yleistä ”hyvä työntekijä”-stereotyyppiä vaan tiettyä tehtävää hoitavaa työntekijää, joka toimii tietyssä yhteisössä ja tiettyjen sidosryhmien kanssa. Siksi jokainen työhaastattelu on valmisteltava huolella.

– Valmistautumiseen kuuluu miettiä yrityksen tarpeet, joiden on heijastuttava hakuilmoituksiin, jos sellaisia käytetään. On mietittävä, millaista työntekijää tarvitaan juuri nyt ja millaista tulevaisuudessa. Haastattelurungot on myös laadittava räätälöidysti jokaista rekrytointia varten erikseen, hän sanoo.

Itse työhaastattelutilanteessa on äärimmäisen tärkeää oppia erottamaan havainto ja tulkinta.

– Havainto on se, mitä voimme aistein havaita, tulkinta taas johtopäätös siitä, miksi joku toimii niin kuin toimii. Ylipäänsä vuorovaikutuksessa on tärkeää oppia tekemään tietoisia havaintoja ja ottaa havainnot puheeksi ja yhtälailla pitäytyä tulkinnoista, Heino korostaa.

Jos haastattelijaksi esimerkiksi kokee, että haastattelu ei vaikuta motivoituneelta, on tultava tietoisiksi niistä havainnoista, joihin päätelmä perustuu.

– Onko haastateltavan puhetapa jollakin tapaa väkiväisempi, tuleeko vaikutelma istuma-asennosta, välttelevästä katseesta vai mistä?

Etenkin muutoksiin on hyödyllistä kiinnittää huomiota.

– Jos haastateltava esimerkiksi muutoin on hyvin rauhallisen oloinen, mutta muuttuu motorisesti levottomaksi tiettyyn puheenaiheeseen siirryttäessä, on tähän muutokseen tärkeää kiinnittää huomiota ja pysähtyä hieman huolellisemmin keskustelemaan muutoksen kanssa yhteen ajoittuvasta aiheesta.

On kuitenkin tärkeä muistaa, että muutoksella ei välttämättä ole mitään tekemistä puheenaiheen kanssa.

– Ehkä kyseessä on ahdistava aihe syystä tai toisesta, joka voi olla tärkeää tietoa. Tai ehkä haastateltavalla onkin vain pissahätä.

Entä määrääkö onnistuneessa rekrytoinnissa enemmän järki vai tunne?

– Toivottavasti kumpikin. Pääsääntöisesti valinta on rationaalinen, mutta koska olemme työpaikoilla kokonaisina ihmisinä, ei psykologisiakaan ominaisuuksia voi ohittaa.

Hänen mukaansa on tärkeä olla tietoinen niistä tunnereaktioista, joita haastateltava herättää. Ne voivat vaihdella paljonkin haastattelun aikana.

– Jos etukäteen joku haastateltavista vaikuttaa erityisen vahvalta tai tunnetasolla miellyttävältä, on haastattelijalla alituisesti arvioitava myös vahvemmaksi työntekijäksi ammattitaidoltaan – mikä ei tietenkään välttämättä pidä paikkaansa. Siksi oman arviointikyvyyn kontrolloimiseksi haastattelijan on tärkeä tiedostaa omia tunnereaktioitaan, hän sanoo.

*Teksti: Teija Varis
Kuvat: Johanna Erjonsalo*

VINKIKSI TYÖHAASTATELIJALLE:

Keskeinen asia on rauhallinen läsnäolo, koska ihmiset avautuvat helpoiten hyväksyvässä, rauhallisessa, läsnä olevassa ja kiinnostuneessa vuorovaikutustilanteessa.

Haastateltava on usein jännittynyt, joten haastattelijan tehtävä on omalla rauhallisella olemuksellaan rauhoittaa tilanne ja siten mahdollistaa haastateltavan avoimuus.

Jos on liian hätäinen, kiinni haastattelurungossa tai omissa ajatuksissaan, johtaa se helposti haastateltavan sulkeutumiseen. Silloin tärkeää tietoa saattaa mennä ohitse.

Lähde: psykologi Teemu Heino



Tervetuloa tutustumaan paikalliseen taiteeseen Bock'silla!

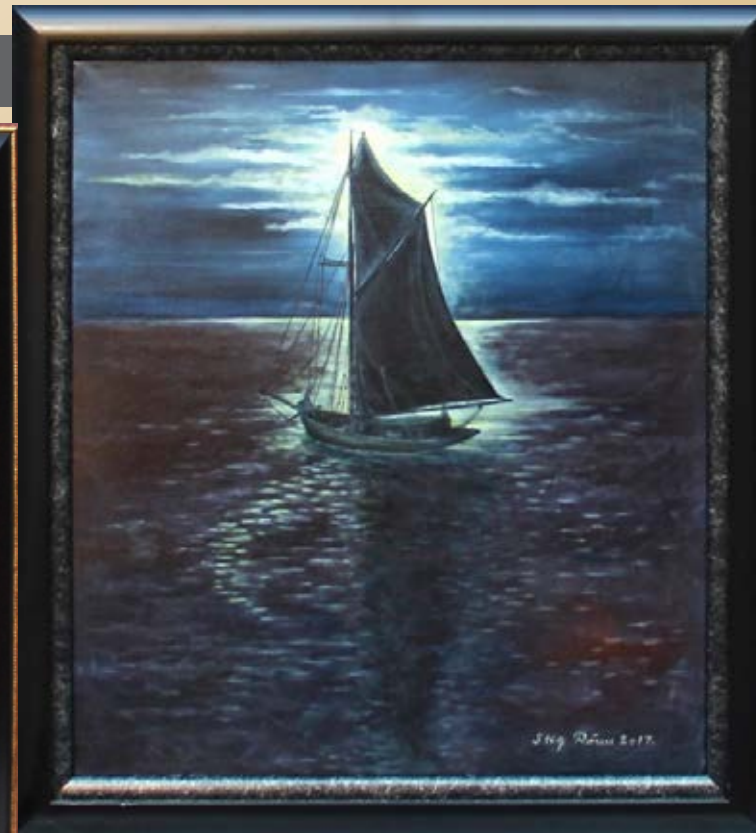
Tänä lauantaina kaikki taidenäyttelymme ovat auki klo 12-18!

Denna lördag är alla våra konstutställningar öppna mellan kl 12-18! Välkommen att bekanta dig med lokal konst på Bock's!

Juhlasali / Festsalen: Stig Rönn

Stig Rönn on paikalla la 17.2. klo 12-18!

Stig Rönn är på plats lö 17.2. kl 12-18!



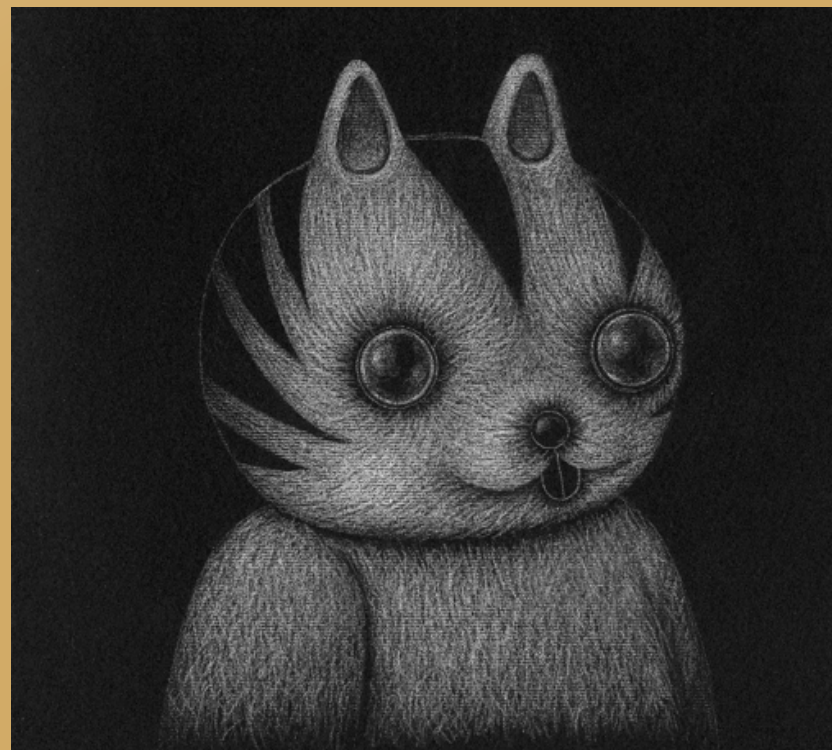
Kaikki taide on myynnissä! All konst är till försäljning!



Lato / Ladan: Annika Östman

Annika on paikalla la 17.2. klo 12-14!

Annika är på plats lö 17.2. kl 12-14!



Ravintola / Restaurangen: Camilla Englund

destination Vaasa



Näyttelyt

TIKANOJAN TAIDEKOTI SULJETTU NÄYTTELYVAIHDON AJAKSI.

SEURAAVA NÄYTTELY: MINÄ EN OLE MINÄ – TUNNETTUJA JA UNOHDETTUA MUOTOKUVIA 16.2.–27.5.2018

Näyttelyssä muotokuvataidetta pohditaan muistojen vaalimisen, vallan vahvistamisen ja identiteetin rakentamisen näkökulmista. Avoimna: tiistai–sunnuntai 10–17 Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen Hovioikeudenpuistikko 4, Vaasa

KUNTSIN MODERNIN TAITEEN MUSEO Ihmisen kuva 3.2.–22.4.2018

Näyttely nostaa esiin nykytaiteen koko kirjon esittelemällä keskeisten suomalaisten taiteilijoiden teoksia Raimo, Raini ja Rauli Heinin lahjoituskokoelmasta. Näyttelyyn ovat tuottaneet yhteistyössä Kuntsin modernin taiteen museo ja Heinin taidesäätiö.

Ilmapäivä ja NEULOVAASA -neuleta- paaminen lauantaina 17.2. klo 11–16. Ota kutimesi mukaan ja tule neulomaan yhdessä! Paikalla myös lankamyymiä mm. Lankakauppa- Tiitty, Vaasan taitokeskus, Jaanan Lankapaja, Koskø Mill. Kahvilasta voi ostaa kahvia ja pientä purtavaa.

Avoimna: tiistai–sunnuntai 11–17
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen
Sisäsatama, Vaasa

POHJANMAAN MUSEO JÄÄKÄRIT 6.10.2017–27.5.2018

Näyttely esittelee jääkäriliikkeen ja jääkäri-
den historiaa sekä vuosien 1917–1918 tapah-
tuvia Vaasan ja Pohjanmaan näkökulmasta.
Avoimna: tiistai–sunnuntai 10–17
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen.
Museokatu 3, Vaasa

VAASAN TAIDEHALLI KOHTENA SUOMI – 3 X AHO & SOLDAN 20.1.–25.2.2018

Valokuvanäyttely, joka esittelee Ahon

taiteilijasuvun Heikki Ahon, Björn Soldanin
ja Claire Ahon kuvia Suomesta 1920-luvulta
1960-luvulle.

Avoimna: tiistai–sunnuntai 11–17
Ilmainen sisäänkäynti.
Vaasan kaupungintalo, Senaatinkatu 1 D
Sisäänkäynti Raastuvankadun puolelta.

BLACK WALL GALLERY IHMISEN KUVA

SAMPSA SARPARANNAN
MAALAUKSIA 3.–25.2.2018
Korsholmanpuistikko 6, Vaasa
Taidelainaamo. Avoimna ti klo 13–17, ke-pe
klo 13–18 ja la-su 12–15 Vapaa pääsy

ATELJE TORNI MESTARIN OPISSA IV

HANS WESTERGÄRDIN OPIILAIEN NÄYTTELY
30.1.–18.2.
Avoimna ti-to 12–18 la-su 12–16. Pitkäkätu
66 Vaasa. Vapaa sisäänkäynti.

BOCK'S CORNER BREWERY Gerbyntie 18

RAVINTOLA
ART EXHIBITION BY CAMILLA ENGLUND
"LIGHT & DARKNESS AND WHAT LIES IN BETWEEN"
2.2.–28.2.2018
Opening 2.2.2018 at 19.00, Welcome!

LATO

ANNIKA ÖSTMAN PASTELLIMAALAUKSIA

3.2.–1.4.2018
Taiteilija paikan päällä lauantaina 17.2.
klo 12–14, Tervetuloa!

JUHLASALI

STIG RÖNN SURREALISTISIA MAALAUKSIA

3.2.–1.4.2018
Opastettuja kierroksia pe, la ja su.
Tervetuloa!

Utställningar

TIKANOJAS KONSTHEM STÄNGT FÖR UTSTÄLLNINGSBYTE.

FÖLJANDE UTSTÄLLNING: JAG ÄR INTE JAG – KÄNDA OCH GLÖMDA PORTRÄTT 16.2.–27.5.2018

Porträttkonsten betraktas på utställningen
med värnande om minnen, befästande av
makt och byggande av en identitet som
infallsvinkel.

Öppet: tisdag–söndag 10–17
Inträde: 9 € / 6 € / under 18 åringar gratis.
Hovrättsplanaden 4, Vaasa

KUNTSI MUSEUM FÖR MODERN KONST MÄNNISKANS BILD 3.2.–22.4.2018

Utställningen lyfter fram samtidskonstens
hela brokiga mångfald genom att presentera
centrala finländska konstnärers verk ur Raimo,
Raini och Rauli Heinos donationssamling.
Utställningen har producerats som ett samar-
bete mellan Kuntsi museum för modern konst
och Heinos konststiftelse.

GRATISDAG OCH NEULOVAASA –STICKTRÄFF PÅ
LÖRDAG 17.2. KL 11–16. Ta med dig stickorna
och kom och sticka tillsammans! På plats
finns även garnförsäljare, bl.a. Lankakauppa
Tiitty, Vaasan taitokeskus, Jaanan Lankapaja
och Koskø Mill. I kaféet kan du köpa kaffe och
något smått att äta.

Öppet: tisdag–söndag 11–17. Inträde: 9 € / 6
€ / under 18 åringar gratis. Inre hamnen, Vaasa

ÖSTERBOTTENS MUSEUM JÄGARN 6.10.2017–27.5.2018

Utställningen presenterar jägarrörelsens och
jägarnas historia samt händelserna åren 1917–
1918 ur Vasas och Österbottens perspektiv.

Öppet: tisdag–söndag 10–17. Inträde: 9 € / 6 €
/ under 18 åringar gratis. Museigatan 3, Vaasa

VASA KONSTHALL FOKUS FINLAND – 3 X AHO & SOLDAN 20.1.–25.2.2018

En fotoutställning som presenterar Ahos
konstnärsläkts, dvs. Heikki Ahos, Björn
Soldans och Claire Ahos Finlandsfotografier
från 1920-talet till 1960-talet.

Öppet: tisdag–söndag 11–17
Gratis inträde, Vasa stadshus, Senatsgatan 1 D,
Ingång från Rådhusgatans sida.

BLACK WALL GALLERY IHMISEN KUVA

SAMPSA SARPARANNAS MÅLNINGAR 3.–25.2.2018

Konstutställning
Korsholmsplanaden 6, Vaasa
Öppet ons-fre kl. 13–18 och lö-sö 12–15
Fritt inträde

ATELJE TORNI MESTARIN OPISSA IV

HANS WESTERGÄRDIN OPIILAIEN NÄYTTELY 30.1.–18.2.

Öpp. ti-to 12–18 lö-sö 12–16. Storalänggatan
66 Vaasa. Fritt inträde.

BOCK'S CORNER BREWERY Gerbyvägen 18

RESTAURANGEN CAMILLA ENGLUND "LIGHT & DARKNESS AND WHAT LIES IN BETWEEN" 2.2.–28.2.2018

LADAN ANNIKA ÖSTMAN PASTELLMÅLNINGAR 3.2.–1.4.2018

Konstnären på plats på lördag 17.2. kl 12–14,
Välkommen!

FESTSALEN STIG RÖNN SURREALISTISKA MÅLNINGAR 3.2.–1.4.2018

Guidade rundturer fre, lö och sö. Välkommen!

Kustannus / Utgivare:

UPC
media

COMMUNICATION CENTER
Toimitus / Redaktion:
Sören Lundberg Gsm 040-187 8137
mega@upc.fi
www.megamedia.fi
Avustajat / Medarbetare:
Juha Rantaia,
Hans Hästbacka,

Paino / Tryck:

UPC
print
COMMUNICATION CENTER

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjölösningar – även mobila.

Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + alv. Annonns i text 1,70 Eur/spmm + mvs.

Mediamyymä / Mediaförsäljning: mega@upc.fi

Mediakortti / Mediakort: www.megamedia.fi

Tuomo Arpiainen 040 900 4153 tuomo.arpiainen@upc.fi



Ohjeet ovat 6-8:lle annokselle



Linssisoppa

2 litraa vettä
2 valkosipulinkynttä
2 laakerinlehteä
2 tl suolaa
1 rkl oliiviöljyä
1 tl rouhittua mustapippuria
400 g punaisia linssejä
5 porkkanaa kuutioituina
1 säilykepurkki tomaattimurskaa
1 tl hunajaa
noin 15 vihreää oliivia

Huuhtele ja valuta linsit huolellisesti. Pilko kuoritut valkosipulinkyntset ja porkkanat. Keitä vesi kiehuvaaksi.

Lisää joukkoon valkosipulinkyntset,

suola, mustapippuri, laakerinlehdet, oliiviöljy, huuhdellut linsit ja porkkanakuutiot. Keitä noin 10 minuuttia sekoitellen keittoa aluksi siten,

etteivät linsit tartu kattilanpohjaan.

Lisää tomaattimurska ja hunaja. Anna muhia vielä kannen alla miedolla lämmöllä noin viisi minuuttia. Lisää oliivit.

Vinkki: Jos haluat keittoon lisäpotkua, tee lisukkeeksi sekoitus silputusta persiljasta (1 dl), punaisesta chilistä (1 kpl) ja yhden sitruunan mehusta.



Juustoisat kasvispihvit

400 g vihreitä linssejä
4 dl raastettua kukkakaalia
400 g juustoraastetta (esim. emmental)
1-2 vihreää chiliä
2 valkosipulinkynttä
2 tl juustokuminaa
1 tl mustapippuria
2 tl suolaa
2 vatkattua kananmunaa

Keitä huolellisesti huuhdeltuja linssejä noin puoli tuntia, kunnes ne ovat pehmeitä. Lämmitä uuni 200-asteeseen. Raasta kukkakaali ja juusto, sekoita ne keskenään. Huuhtele kypsät linsit kylmällä vedellä ja valuta kuiviksi. Soseuta linsit, valkosipulinkyntset ja chilit sauvasekoittimella tai vastaavalla laitteella. Vatkaa kananmunat. Sekoita kaikki aineet keskenään ja lisää

mausteet. Ota taikinasta noin neljä ruokalusikallista, pyöritä kevyesti palloksi ja paina pallo tasaiseksi pihviksi leivinpaperilla vuoratulle uuninpellille. Taikinasta tulee kaksi pellillistä, noin 9 pihviä kummallakin.

Paista pihvejä uunin keskiosassa 10 minuuttia, käännä ympäri ja paista vielä kymmenen minuuttia.

Vinkki! Juustoisat kasvispihvit sopivat erinomaisesti kasvishampurilaisen väliin. Tarvitset pihvin lisäksi vain paahdetun sämpylän, maustekurkua, tomaattisiivuja, salaatinlehtiä ja majoneesia. Huom! Jos tiedät, etteivät pihvit tule syödyiksi kolmen päivän aikana, laita osa suosiolla pakastimeen heti niiden jäähtyttyä.

Itämainen linssimuhennos

2 rkl oliiviöljyä
1 iso keltasipuli tai 2 pientä
1,5 litraa vettä
400 g punaisia linssejä
2 rkl raastettua inkivääriä tai 1 rkl kuivajauheena
2 bataattia
1 tölkki kookosmaitoa (400 ml)
2 punaista chiliä
3 tl suolaa
1 tl kurkumaa
1 tl juustokuminaa
1 ruukullinen tuoretta korianteria
2 limen mehu

Huuhtele ja valuta linsit huolellisesti. Pilko sipuli ja kuumenna oliiviöljy kattilanpohjalla. Kuullota sipulit. Lisää vesi ja anna kiehahtaa. Lisää linsit, raastettu inkivääri, pilkotut bataatit ja chili, sekä kuivamausteet (suola, juustokumina, kurkuma). Sekoita muutama minuutti ja anna seoksen kiehua noin kymmenen minuuttia.

Lisää kookosmaito ja anna kiehahtaa uudelleen. Nosta kattila liedeltä ja anna muhennoksen muhia kannen alla kymmenisen minuuttia.

Lisää lopuksi silputtu korianteri ja kahden limen mehu. Tarjoile pehmeän vaalean leivän kanssa.



Mangolassi

(4 lasillista)

3 purkillista mangopilttiä (125 g kpl)
250 g maitorahkaa
400 g maustamatonta jogurttia
pinnalle kardemummajauhetta (hunajaa)

Sekoita keskenään piltit, rahka ja jogurtti, kunnes seos vaahtoa hieman pinnalta. Maista valmista juomaa. Jos kaipaat enemmän makeutta, lisää joukkoon hunajaa ja sekoita kunnolla.

Tarjoa juoma kylmänä ja ripottele sen pinnalle hieman kardemummajauhetta.



Asiantuntija neuvo:

NÄIN SAAT SYKEMITTARISTA SUURIMMAN HYÖDYN



HYVINVOINTI Sykemittarin käyttö kannattaa aloittaa rasi- tustestillä.

Sykemittarin avulla seuraat kunnon kehitystä, löydät sopivat sykealueet, pidät kirjaa harjoituksista ja lasket kuluttamasi kalorit. Näin luvataan mainoksissa, mutta mitä mieltä sykemittarin käytöstä on Kisakallion urheiluopiston testauspäällikkö Mika Valavuori?

Ennen sykemittarin hankkimista täytyy Valavuoren mukaan määritellä, millainen liikkuja on.

– Mieti, oletko terveyslukkuja, tavoitteellinen kuntoilija vai urheilija. Jotta sykemittarista saa parhaan hyödyn irti, on tiedettävä oma sykealue eli perus-, vauhti- ja maksimikestävyysalueet. Ne kannattaa mitata rasi-
tustestissä, Valavuori sanoo.

Kyllä kunnon kehittymisen tietää siitäkin, meneekö sama lenkki samaan vai parempaan aikaan.

Aloittelijalle sykealueiden selvitys ei kuitenkaan ole aivan välttämätöntä. Perusmallisella sykemittarilla – joka usein muistuttaa rannekelloa – pääsee alkuun, kun kirjaa muutamia lähtötietoja, esimerkiksi käyttäjän iän ja painon.

Valavuoren mukaan markkinoilta löytyy mittareita joka lähtöön, jokaisen tarpeeseen ja kaikissa hintaluokissa. Ostoaikaisissa olevan kannattaa hakeutua asiantuntevan myyjän pakeille ja miettiä tarkkaan omia tarpeitaan.

– On aivan turhaa hankkia sellaista mittaria, jossa on kaikkea itselle tarpeetonta. Tai toisaalta sellaista mittaria, josta ei voi ottaa kaikkea hyötyä irti, hän lisää.

Terveyslukkuille riittää Valavuoren mielestä riittävän tarkka aktiiviranneke. Se mittaa pulssin, jota seuraamalla näkee, miten harjoitukset vaikuttavat. Laskevatko esimerkiksi leposyke tai rasi-
tustestissä muutaman viikon harjoittelun jälkeen, mikä kielisi kunnon kohenemisestä.

Aktiiviranneke ei ole yhtä tarkka kuin rintaan laitettava syke-
mittausvyö. Vyö ei kuitenkaan miellytä kaikkia liikkuja.

– Jotkut inhoavat sitä. He sanovat että se on epämukava ja painaa. Vyö saattaa myös unohtua kotiin, kun lähdetään harjoituksiin.

Maalaisjärki auttaa alkuun myös sykemittarin kanssa.

Kuntoilijan sykemittarin tulee Valavuoren mukaan olla piirun verran monipuolisempi kuin terveyslukkuun. Siinä on oltava kuntoilijan harrastamalle la-
jille tarkoitettuja mitta-
ominaisuuksia.

Urheilijat ovat sitten Valavuoren mukaan kokonaan oma rotunsa.

– Heille sykemittari ja muut mittarit ovat työvälineitä. Erittäin tarpeellisia, jotta vältetään sudenkuopat harjoittelussa.

Urheilija seuraa sykemittarin avulla lukuisia kuntoon, harjoitteluun, kehittymiseen ja palautumiseen liittyviä asioita. Mittareiden tarjoama infopaketti sisältää yksilöityä tietoa kuten esimerkiksi harjoituksen keston, palautumisa-
ajan, nopeustiedot, kuljetun korkeuseron ja treenin aikaisen lämpötilan.

Kunnon seuraamista mittarin avulla helpottaa Valavuoren mukaan se, että useissa malleissa on mukana kuntotestausmahdollisuus.

– Aina kun tehdään sama testi samaan aikaan, kaksi kolme päivää edellisestä suorituksesta ja hyvin levänneenä, voidaan uusia tuloksia vertailla vanhoihin tuloksiin.

Kenelle Valavuori sykemittaria suosittel-
telee?

– Varsinkin heille, joilla huomaan hapenotto-
kyvyn testeissä, että liikku-
minen tapahtuu vain korkeilla syke-
keillä. Se kertoo, että ei osata liikku-
rauhallisesti, vaikka peruskunto on
kaiken a ja o. Toinen kohderyhmä on
liian alhaisilla tehoilla liikkuvat, mutta
kuntoon nostamaan pyrkivät. Heille
intervallinen harjoittelu, eli sykkeiden
nosto silloin tällöin, olisi paikallaan.

Kunnon kehittymistä voidaan Valavuoren mielestä kuitenkin arvioida monilla muillakin tavoin kuin sykemittarilla.

– Kyllä kunnon kehittymisen tietää siitäkin, meneekö sama lenkki samaan vai parempaan aikaan. Mielestäni mittari on hyvä renki mutta huono isäntä. Parasta olisi kuunnella ja oppia tuntemaan oma kroppa ja tehdä silloin tällöin mittareilla välitsekka-
uksia, hän summaa.

Teksti: Teija Varis

Kuva: Arkisto/Päivi Tuovinen

BOTHNIA BEERFEST

16-17.2.2018

Program:

Friday 16.2

16.00 Taps open!

16.30 Bock's Brewery tour (fin) Free of charge

17.00 Bock's Brewery tour (swe) Free of charge

17.30-18.30 Beer tasting: 5 beers, 5 styles, 5 stories. (20€)

- sign up to simone@bockscornerbrewery.com

20.00 DJ starts playing

00.00 Taps down

The best of Bothnia!

Free entrance!

Saturday 17.2

14.00-16.00 Meet the Brewers (25€)

- A tasting of one beer from each brewery together with the brewers and the story behind the brewery. Views on how the new alcohol law has effected the breweries and the finnish culture?

- sign up to simone@bockscornerbrewery.com

- sign up to simone@bockscornerbrewery.com

16.00 Taps open!

16.30 Bock's Brewery tour (fin) Free of charge

17.00 Bock's Brewery tour (swe) Free of charge

17.30-18.30 Beer & Cheese - tasting (25€)

-sign up to simone@bockscornerbrewery.com

20.00 DJ and live music in the Pub

00.00 Taps down

Bock's shop is open on Friday from 16.00-18.00

and on Saturday from 12.00-18.00.

Beers from the participating breweries are also sold in the shop during the festival.

For more information visit
the Beerfest FB-page!

Guest star!

STALLHAGEN



Jacobstads



Kvarken
BREWERY



Alina Tomnikov haluaa tuoda "Putinin" Putoukseen

KOMEDIA Alina Tomnikov debytoi uutena Putous-tähtenä. Eniten jännittää laulaminen.

Alina Tomnikoville lauantai 20. tammikuuta 2018 oli päivä, jota hän on pitkään odottanut.

Tuolloin alkoi jälleen uusi kausi eräästä Suomen historian suosituimmista viihdeohjelmista, Putouksesta. Tomnikov liittyy tällä kertaa ensimmäistä kertaa mukaan sinisten kauluspaitojen tähtikaartiin.

– Minulle tuli sellainen olo, että tämän aika on nyt. Tiedätkö? Tavoitteeni on nyt nauttia tästä kokemuksesta ja pitää hauskaa, näyttelijä hymyilee.

– Vaikka en ole juurikaan tehnyt tällaista suoraa komediaohjelmaa, minulla on luottavainen olo. Mitä nyt yöllä välillä herää sydämen hakaamiseen ja Alepan kassalla tulee yhtäkkiä sellainen oh my god -olo, hän nauraa.

Putouksessa on viime vuosina nähty useita tunnettujen henkien imitaatioita eikä viime kausi ollut poikkeus. Katsojien mieleen jäi

erityisesti Mikko Penttilän ja Minka Kuustosen tulkinat Yhdysvaltain presidenttipari Donald ja Melania Trumpista.

Venäläistaustainen Tomnikov paljastaa, että myös hän toivoo pääsevänsä tuomaan oman versionsa eräästä maailmanpolitiikan hahmosta mukaan ohjelmaan.

– Haluaisin esittää Vladimir Putinia. Näkemykseni mukaan hän on vahanaama, joka jatkuvasti haluaisi purskahtaa nauruun, mutta ei voi. Hänellä on vahvat kulissit, mutta siellä sisällä kuplii jatkuvasti, näyttelijä analysoi.

Putouksessa vakiokamara ovat myös tulikokeet, joissa näyttelijät laitetaan suorassa lähetyksessä tekemään tiukkoja improvisaatiotehtäviä. Ne voivat sisältää lähes mitä vaan ja Tomnikov tietääkin mitä ei toivo tapahtuvan. Tavallaan.

– Rakastan improvisaatiota ja sitä odotan innolla. Laulaminen minua kuitenkin jännittää eniten, vaikka pidän siitäkin tosi paljon. Eli en toivo ja toivon pääseväni laulamaan!

Viime vuodet ovat Tomnikoville olleet työrintamalla todella hyviä.

Putouksen lisäksi hänet nähdään alkuvuonna Cheekin elämästä kertovassa Veljeni Vartija -elokuvassa, Ylellä alkavassa Donna-sarjassa sekä omassa, Venäjälle ja Itä-Eurooppaan sijoittuvassa, matkailuohjelmassaan Alina Idässä.

Viime vuonna hänellä oli myös pieni rooli uudessa Tuntemattomassa Sotilaassa sekä iso rooli Venäjällä menestyneessä Katariina Suuresta kertovassa sarjassa, joka sai miljoonayleisön.

Parhaillaan Tomnikov työskentelee kahden tv-sarjan parissa, joista hän ei saa kuitenkaan puhua. Tämän valossa naisen tahti alkaa kuulostaa melko hengästyttävältä.

– Myönnän, että välillä otan aikaa pois omista yöunistani. Minulle on kuitenkin myös tärkeä saada omaa aikaa ja rauhaa. Olen sellainen tyyppi, että mitä enemmän minulla on töitä, sitä tärkeämpää on muu elämä ja siellä oikeasti läsnä oleminen.

Teksti ja kuvat: Toni Tervo

Putous 2018

Putous palasi televisioon lauantaina 20.1.

Tällä kaudella mukana ovat Pilvi Hämäläinen, Ernest Lawson, Timo Lavikainen, Mikko Penttilä, Alina Tomnikov, Pihla Penttinen ja Kiti Kokkonen.

Joukosta Hämäläinen, Lawson, Lavikainen ja Penttilä olivat mukana myös viime kaudella.

Ohjelman juontajana toimii edelliskauden tapaan Roope Salminen.

Mukana on myös Putous Junior -osio, jossa kotisohvien omilla lapsihahmoillakin on mahdollisuus päästä osaksi ohjelmaa.



Mitä muutakaan?
HELLER BOCK
Vad annars?

Pimeän yön pelastaja!
DOPPELBOCK
Räddningen i mörkret!

Bock's gårdsbutik
To. 15-18.00 / Lö. 12-15.00

Bock's kyläkauppa
To. 15-18.00 / La. 12-15.00

THIS WEEK IN SCIENCE

<https://futurism.com>



Health & Medicine
Meet Baby Emma. She Was Frozen as an Embryo for 24 Years.

IN BRIEF

- In November 2017, a baby was successfully born from an embryo frozen for 24 years — the longest period a viable embryo has ever been stored. Baby Emma is just one example of the amazing fertility solutions science has developed in just a few short years.



Hard Science
This Year, We'll See a Black Hole for the First Time in History

IN BRIEF

- Using data collected from their network of telescopes, the Event Horizons Telescope team hopes to produce the first ever image of a black hole in 2018.



Earth & Energy
A Power Plant Joining the Grid in 2018 Burns Natural Gas with No Emissions

by Claudia Geib on December 12, 2017 🔥 6740

IN BRIEF

- In 2018, startup NET Power will open a prototype power plant in Houston, Texas, that uses super-critical CO2 to run a turbine. The system allows the plant to generate electricity without releasing greenhouse gas emissions.

