



MISTÄ TAION MAUKASTA
ARKIRUOKAA? s. 10



YKSI RESEPTI,
MONTA VERSIOTA s. 14

mega

VIKKO 37 VECKA

2015



TORIKAUPPAKIN ELÄÄ TALOUDEN SUHDANTEIDEN MUKAAN

**6 MILJOONAA ELÄINTÄ KUOLEE
JOKA VUOSI SUOMEN TEILLÄ**

**ULTRASONIC
ANIMAL
ALERT**
THE ULTIMATE IN
HIGHWAY SAFETY AND
ANIMAL PROTECTION

**ULTRASON
AVERTISSEUR
ANIMAUX**
LES DERNIERES MESURES
DANS LA SECURITE SUR
LES AUTOROUTES ET LA
PROTECTION DES ANIMAUX



**MUISTA METSÄN ELÄIMIÄ,
TURVAAT EHKÄ ENEMMÄN!
ASENNA hobi AJONEUVOOSI!**
20 € www.hobi.se.com tai +358 44 5241 872

TORIKAUPPAKIN ELÄÄ TALouden SUHDANTEIDEN MUKAAN

Juha Rantala

Kauppatorit ovat kautta historian toimineet kaupunkien ja asutuskeskusten kaupankäynnin keskuksina. Vaasa ei tee poikkeusta. Vaasa on ollut läänin pääkaupunkina ja rannikon keskuksena torikaupan suhteen aina erityisasemassa, ja on sitä osittain vieläkin. Tänne on tultu tekemään kauppaa pitkienkin matkojen takaa. Torikaupalla on Vaasassa pitkät perinteet.

Vaasan Torikauppiat ry:n puheenjohtaja Jari Sundellin mukaan torikaupalla ja markkinoilla oli ennen paljon suurempi merkitys kuin tänä päivänä.

- Torikauppa elää tänään talouden suhdanteiden mukaan niin kuin kauppa yleensäkin. Torikauppaa on ollut kautta historian ja eikä se ikinä tule loppumaan, mutta myös se on ajan saatossa muuttanut muotoaan. Tämä tarkoittaa sitä, että myös torikauppaa voidaan kehittää ja elävöittää.

Vaasassa perinteisen päivittäistorikaupan lisäksi on järjestetty markkinoita joka vuodelle. Lisäksi myös muut tapahtumat elävöittävät torielämää.

- Järjestämme helmikuussa Pakkasmarkkinat, vappuna Vappumarkkinat, kesällä on vuorossa Merenkurkun Suurmarkkinat, syksyllä perinteiset Syysmarkkinat ja myös joulun alla Joulumarkkinat. Joka tapahtumalla on oma erityisleistänsä jo vuodenaikojenkin mukaan, huomauttaa Sundell.

Perinteistä, paikallista ja aina vähän uuttakin

Torikauppiaiden järjestämät markkinatapahtumat ovat varsinkin lähituottajille erinomainen foorumi tuoda esille maakunnan omia ruokaherkkuja, kädentaitoa ja muuta alkutuotantoa. Perinteisemmän tarjonnan lisäksi uutta ovat viime vuosina olleet eri etnisten keittiöiden herkut aina afrikkalaisesta, intialaisesta ja kiinalaisesta ruokatarjonnasta lähtien.

- Ja mitä kalan ja lihan myyntiin torilla tulee, niin vaikka muuta väitettäänkin saa noita tuotteita myydä, kunhan vain kalusto on kunnossa, varsinkin kylmälaitteet, painottaa Sundell, joka torikauppiaiden puheenjohtajuuden lisäksi toimii yrittäjänä ja myös torikauppiaina.

Tätä päivää on myös toritapahtumien ja markkinoiden kansainvälistyminen. Suomalaisten lisäksi myyjä tulee rajanaapureiden lisäksi muualtakin EU-alueelta, ja välillä jopa kauempaakin.

- Vappumarkkinat ovat perinteisesti vilkkaimmat, mutta myös muut tapahtumat vetävät kiitetävästi kauppiaita ja markkinavieraita. Viimeisillä syysmarkkinoilla kävi reippaat 10 000 kävijää, kauppiaita oli satakunta ja myyntiruutujakin oli varattu lähes toistasataa. Tulokseen voi siis olla varsin tyytyväinen, laskee Sundell.

HAMMASPROTEESIT

Erikoishammasteknikolta

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

Soita ja varaa aikasi! **20 v. alalla**

ALUEEN HAMMAS

VAASA 312 1233 LAIHIA 477 0744 MAALAHTI 347 8080
Kauppapuistikko 20B Kauppatie 5 Köpingsvägen

EROS.FI

KOIRA
turkinhoito, trimmaus, kylpy, jne
Neuvontaa koira-asioissa.
Ajanvaraus 041-4988311
Kauppapuistikko 29, Vaasa

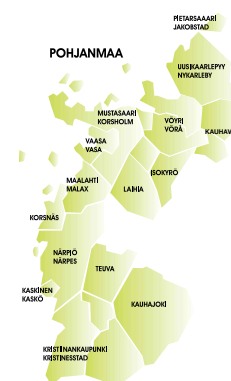
**En extra bil som
pryder gården?**

**SKROTBILAR
AVHÄMTAS
AVGIFTSFRITT**

**JAKOBSTADS
BILSKROT AB**
Spitusvägen 11,
tfn 0500-669 671

Hyviä syystarjouksia!
Tervetuloa Tolkin Kauppahalliin!
Ulkotuli / Marschall
Polar 10 tuntia 1,90€
Lasinpesuneste / Spolarväska
5 litraa -20C 2,20€
Fleecehuopa / Fleecefilt
125 x 160cm, kauniita värejä 5€
Riistakamera / Viltkamera
Prego 12Mpx 148€
SUPER-Tarjous! Kartanon multa/Erbjudande! Mulla
50 litraa 8 säkkiä yhteensä 20€
Tolkintie 17 61500 Isokyrö
ma-pe 9.00-18.30 la 9.00-17.00 050-5974591
www.tolkinkauppahalli.fi
**JÄTTITAVARATALO
TOLKIN KAUPPAHALLI**
Isokyrö
Tarjoukset voimassa 18.9.2015 saakka niin
kauan, kuin tarjouserää riittää
TERVETULOA tutustumaan mahtavaan jätti-kylä-
kauppaan, tuhansien tuotteiden ostosparatiisiin...

NU ÄNNU STARKARE! NYT ENTISTÄ VAHVEMPI!



Uusin kokeilu Vaasan Torikauppiaille on kesä- ja heinäkuun vaihteessa nyt kolmannen kerran järjestetty Merenkurkun Suurmarkkinat.

- Tämä kesätapahtuma oli nyt ensimmäistä kertaa kolmipäiväisenä. Palaute oli kaksijakoista syystä, että kesä on toritapahtumien ja markkinoiden kulta-aikaa, eikä päällekkäistapahtumilta voitu millään välttyä. Jatkuuko tapahtuma ensi suvena sitten kaksi- vai kolmipäiväisenä, niin sitä pitää miettiä. Tilanteen tekee meille erikoisen haasteelliseksi se, että kauppiaille juuri tuo kolmas päivä oli se kaikkien paras päivä, toteaa Sundell.

Yhteistyöllä eteenpäin

Torikauppa koki valtavan murroksen Sundellin mukaan varsinkin vuosituhanen vaihteessa. Isojen kauppaketjujen tulo, laivaliikenteen väheneminen Merenkurkussa ja ennen kaikkea tax free-myyntin lopettaminen näivettivät torikauppaakin Vaasassa raskaalla kädellä.

- Parhaimpina vuosina Merenkurkun yli matkasi lähes miljoona matkustajaa. Turistit olivat kaupalle parasta asiakaskuntaa, joten on helppo ymmärtää, minkälainen vaikutus sillä oli myös torikaupalle, sanoo Vaasan Torikauppiaiden puheenjohtajana pian lähes kymmenen vuotta toiminut Sundell.

Erääksi torikaupan ongelmaksi hän näkee myös kauppiaskunnan ikääntymisen.

- Torikauppa on epävarma ja rankka ammatti. Se ei välttämättä juurikaan nuorta polvea houkuta. Tänä päivänä on huomattavasti vähemmän kauppiaita lukumääräisesti kuin kymmenen vuotta sitten. Itse aloitin torikaupiaana 80-luvulla, ja kuvaavaa tilanteelle oli se, että jos et ollut tarpeeksi aikaisin aamulla torilla varaamassa ruutuasi, niin saatoit kokonaan jäädä ilman paikkaa. Tänä ei tavallisena toripäivänä tällaiseen enää törmää. Aivan sysimustana ei Sundell Vaasan torikauppiaiden tilannetta kuitenkaan näe.

- Vaasassa tilanne on useisiin muihin perinteisiin toripaikkakuntiin verrattuna kuitenkin suhteellisen tyydyttävä. Vaasasta löytyy melko ostovoimaista väkeä ja se on monen kauppiaan puntarissa kauppapaikkoja mietittäessä ratkaiseva tekijä. Toiseksi Vaasan kohdalla turismi ja varsinkin kotimaan matkailu ovat elpymässä, ja sillä on aina suora vaikutuksensa torikauppaan. Ja kolmanneksi toivomme lisääntyvää yhteistyötä Vaasan liikekeskuksien kanssa.

Ensimmäiset historialliset merkinnät Vaasan seudulta tori- ja kauppapaikkana on kirjattu jo 1300-luvulta. Eikä tuo kauppakulttuurin muoto täältä minnekään katoa, korkeintaan se vain muuttaa muotoaan.



Bock's Oktoberfest

26.9.2015

Olemme luoneet Oktoberfestille **erän ainutlaatuista olutta**.
Oktoberfest-oluella on ensi-ilta 25.9 ja sitä on myynnissä niin kauan kuin riittää.

Vi har skapat **ett parti unikt öl** för Oktoberfesten.
Oktoberfest-ölen har premiär 25.9 och är till försäljning så länge som det räcker.



Don't search FIND! The mobile codes of the weeks. A cellphone equipped with a camera and an Internet-connection is required.

COOL



How To Start A
Camp Fire With A
Harley Davidson



020379

LIFEHACKS



16 Tools Every Lifehacker
Needs In Their Arsenal



020381

ANIMALS



Husky Puppy
Can't Contain His
Excitement Over
New Baby Pool



020385

FRISKVÅRD FÖR PENSIONÄRER

28.9 I BOTNIAHALLEN

Många förståsigpåare talar allt oftare om hur viktig friskvård är för oss pensionärer men vad betyder uttrycket "Friskvård" egentligen. Många av oss tror kanske att det är endast motion, men jag vill hävda att det är mycket mera och kanske inte ens den viktigaste delen av friskvården.

Om vi som äldre blir ensamma och lämnar att sitta hemma utan regelbunden kontakt med närstående, kamrater och samhället i stort, då försämras vår tillvaro både fysiskt men också mentalt och åldrandet fortskrider snabbare än om vi på olika sätt håller oss alerta genom det vi kallar "friskvård".

Alla pensionärer och andra daglediga som vill veta mera om vad friskvård är och vad samhället och tredje sektorn har att erbjuda skall komma till Botniahallen i Smedsby 28.9 för då berättar arrangörerna om allt som kan och bör ingå i begreppet friskvård.

Vad erbjuder Årets "Friskvårdsdag

I år har arrangörerna satsat på lite kortare öppenhållning än tidigare, nu börjar dagen kl.12.00 och fortsätter till 17.00. Årets föreläsningar handlar om osteoporos och benskörhet med läkare Anne-May Wallin som föreläser på svenska, kondition med Johan Slotte på både svenska och finska och Anki Edfelt om sockerberoende på svenska.



Kommunens service för äldre presenteras genom att personal från hemservicen, närståendevården, hemsjukvården samt demens- och diabetesvården är på plats och berättar om verksamheten.

Givetvis finns också äldre- och handikaprådet med och Seniorpunkten, kollektivtrafiken och Vuxeninstitutet presenterar sitt arbete.

Tredje sektorn är med och har huvudansvaret för hela dagen, givetvis i samarbete med kommunen och Botniahallen. Flera tiotal föreningar finns på plats med Folkhälsan i Korsholm och SPF:s pensionärsföreningar i Kvevlax och Korsholm samt SPF Österbotten som dragare.

Utöver alla som medverkar finns också musik, danshörna, seniordans och företagare som presenterar sina produkter för äldre. Busstrafik ordnas från Vasa och byarna i Korsholm.

Alla pensionärer och daglediga från hela Österbotten kan delta

Friskvårdsdagen är till för alla intresserade från hela Österbotten oberoende av boningsort eller språk. Det är bara att komma till Botniahallen där inträdet är fritt och ta del av all information som ges. Botniahallens café är öppet och en del företagare säljer produkter anpassade för äldre och handikappade. Du är väl en av de ca 2000 deltagarna som brukar möta upp till friskvårdsdagen.

Friskvård det samma som aktivitet

Om vi lyssnar på olika experter, säger alla samma sak om hur vi skall leva friskare längre. Det gäller för oss att motioner i lämplig mängd och på lämpligt sätt beroende på vår förmåga. Delta i olika sammankomster, fester och kurser, läsa böcker samt lära oss IT. Vi skall också unna oss hälsosam mat, tillrätt på ett bra sätt av goda råvaror, oberoende om vi gör den själv eller får den serverad av andra tillredare.

Det sämsta vi kan göra är att lämna oss sittande framför tv hela dagarna, äta skräpmat och inte vara en del av det stora pensionärskollektiv som till stor del utgörs av våra pensionärsorganisationer. Därför träffas vi i Botniahallen 28.9.

Henrik Svarfvar

digialbum

Julkaisemme viikoittain lukijoiden kuvia digialbumissa. Voit osallistua sähköpostitse, lähettämällä kuvasi sekä nimesi osoitteeseen mega@upc.fi tai Megan kotisivujen kautta, megamedia.fi -> digialbumi -> osallistu.

Valokuvakamppailu

Teema: Lapset ja eläimet – **deadline 27.9.2015.**

Voittaja julkaistaan viikolla 40.

Osallistu lähettämällä 10 kuvan kokonaisuus sähköpostitse mega@upc.fi. Liitä mukaan yhteystietosi, sekä maininta siitä että osallistut valokuvakamppailuun. Tuomaristo valitsee voittajan, palkintona julkaisemme kaikki kuvat sekä maksamme 100 euroa puhtaana käteen!

Vi publicerar varenda vecka våra läsares bilder i digialbumet. Du kan delta via e-post. Skicka in bilden till mega@upc.fi med namn eller via vår hemsida megamedia.fi -> digialbum- > delta.

Fotokamp

Tema: Barn och djur – **deadline 27.9.2015**

Vinnaren publiceras vecka 40.

Delta genom att skicka in 10 bilder via e-post, mega@upc.fi. Bifoga dina kontaktuppgifter och nämn också att du deltar i fotokampen. Juryn utser en vinnare. Som pris publicerar vi alla bilder och ger vinnaren 100€ i rena pengar.



Niklas Falk, Sundom



Sandra Edström, Jakobstad



Helena Kotikangas, Oravainen



Mathilda Börg



Sandra Edström, Jakobstad



Eija Syrén, Vaasa



Juhani Piilikangas, Vaasa



Matti Hietala, Vaasa



Christian Nylund, Vasa



Hanna Perälä, Singsby



TIIBET-AIHEINEN VALOKUVANÄYTTELY VAASAN KAUPUNGINKIRJASTOSSA

Kulttuurintutkija Johanna Jylhän ja kuvataiteilija Johanna Paalasan värikylläinen valokuvanäyttely Tiibetin kulttuurista, luonnosta ja ihmisistä on esillä Vaasan kaupunginkirjastossa 1.9.2015-29.9.2015. Näyttelyn teemana on Tiibetin perinteisen kulttuurin läsnäolo ja merkitys tiibetiläisille modernisaation keskellä. Tiibetin kiehtova kulttuuri, jylhät vuorimaisemat sekä omaan uskontoperinteeseensä hartaudella suhtautuvat ihmiset tekivät Jylhään ja Paalaseen voimakkaan vaikutuksen heidän matkustaessaan Tiibetissä syksyllä 2014. Valokuvillaan Jylhä ja Paalanen tuovat esiin tiibetiläisen maiseman ja osin katoavan kulttuurin ainutlaatuisuutta.

Tiibet on kiehtonut länsimaalaisia matkaajia pitkään ja käsitys ”mystisestä Tiibetistä” henkisyyden tyyssijana elää nykyäänkin vahvana. Tiibetiläisten ja tiibetiläisen kulttuurin asema Kiinan kontrollin alla on kuitenkin tukala. Tiibet kiinalaistuu yhä voimakkaammin. Myös länsimaistuminen näkyy vahvasti suuremmissa kaupungeissa. Tiibetin kulttuuri onkin monin tavoin uhattuna ja jäämässä muutosten jalkoihin. Kuitenkin myös perinteisen kulttuurin muodot ovat Tiibetissä elävästi läsnä, ainakin toistaiseksi. Erityisesti tämä näkyy uskonnon alueella. Tukahduttamisesta huolimatta tiibetinbuddhalaisuus on edelleen keskeisellä sijalla tiibetiläisten elämässä. Kuvissa esiintyvät uskonnolliset tavat, tiibetinbuddhalaiset seinämaalaukset, jumalpatsoat ja symbolit sekä esimerkiksi

tuulussa heiluvat rukousliput ovat olennainen ja näkyvä osa tiibetiläistä perinteistä kulttuuria. Miehityksen seurauksena tiibetiläisten keskuudessa on vahvistunut pyrkimys suojella omaa kulttuuriperintöä, joka usein nähdään myös Tiibetin autonomiaa koskevien tavoitteiden symbolina.

Johanna Paalanen on Vaasasta kotoisin oleva, nykyisin Helsingissä asuva kuvataiteilija. Hän on osallistunut useisiin näyttelyihin pääkaupunkiseudulla. Toisinaan hän on käsitellyt mm. matkustamiseen liittyviä teemoja erilaisten kierrätysmateriaalien kautta. Myös valokuvaus on ollut tärkeä ilmaisukeino työskentelyssä. Johanna Jylhä on turkulainen kulttuurintutkija. Hän kokee valokuvan yhdeksi tärkeimmistä ilmaisukanavistaan ja on harrastanut sitä lapsesta saakka. Jylhän Intiaan liittyviä valokuvia on ollut esillä yhteisnäyttelyssä Johanna Paalasan kanssa Helsingissä sekä yksityisnäyttelyissä Petäjävedellä ja Porissa. Jylhä ja Paalanen ovat matkustaneet yhdessä eri puolilla Aasiaa ja heitä yhdistää kiinnostus Aasian maihin, kulttuureihin ja uskontoihin sekä aasialaisten kulttuurien muutokseen.

destination Vaasa

Näyttelyt

POHJANMAAN MUSEO JA TERRANOVA - Merenkurkun luontokeskus
Vampyyrin varjostamat – lepakoiden salainen maailma
25.6 – 4.10.2015
Museokatu 3, 65100 Vaasa, puh. (06) 325 3800
Auki ti-to 11-18, pe-su 11-16
Opastus sunnuntaisin klo 12
Sisäänkäynti 7€ / 5€. Alle 18v ilmainen sisäänkäynti

VALOKUVAGALLERIA IBIS
Female Diversity
Caius Andreas Bruun
7.8-20.9

VAASAN TAIDEHALLI
Kaupungintalo, Senaatink. 1
puh. (06) 325 3770
auki ti-to 12-18, pe-su 12-16
Ilmainen sisäänkäynti

BLACK WALL GALLERY
Aapo Karjalainen Maalauksia tilassa
28.08.2015-20.09.2015
Kasarmi 13, Korsholmanpuistikko 6, Vaasa
Avoimma ke-pe 13-18 la-su 12-15
Vapaa pääsy
www.vaasantaiteilijaseura.fi

TAIDEKÄYTTÄVÄ TEEMA
Johanna Jylhä & Johanna Paalasen valokuvanäyttely, Dharma wheels, golden deers: matkamuistoja Tiibetistä. 1.-29.9.2015
Pääkirjasto, 2. krs.
Kirjastonkatu 13, 65100 Vaasa

KUNTSIN MODERNIN TAITEEN MUSEO
Out of the box
12.6 – 27.9.2015
Sisäsatama PL3 65100 Vaasa
p. (0)6 325 3920 Avoimma: tiistai – sunnuntai 11-17.
Pääsymaksut 5 € / 3 €, alle 18 v. ilmainen Erikoisnäyttely: 7 € / 5 € / alle 18 v. ilmainen Yhteislippu 9 € / 6 €
Perjantaisin ei ilmaista sisäänkäyntiä

VAASAN TYÖVÄENMUSEO
Ihmisiä työssä 24.3 - >
Vapaudentie 27 Avoimma ma klo 13 - 18, ti - pe 12.30 - 17.
Pääsymaksu 4/2 €

GALLERIA WASABORG
26.8. - 23.9.
Fanny Kälid: Om du inte fanns
Vaasanpuistikko 14 Avoimma: ma - pe 10 - 18, la 10 - 15

MIKOLAN AKVARELLISALI
Arto Penttinen "H2O maalauksia, veistoksia, installaatioita."
22.8-27.9.2015
Raastuvankatu 21, sisäpiha, Vaasa Puh. 050 438 1391
Avoimma pe – su 12 – 16
info@nandormikola.fi
Sisäänkäynti 3€/2€
Alle 18-vuotiaat ilmaiseksi

ATELJE TORN
Akvakoloristien näyttely
26.8-13.9.2015
Pitkäkatu 66
Avoimma: ti-to 12-18
la-su 12-16

TIKANOJAN TAIDEKOTI
KA-ZE –ajatuksia –tankar om –Japan
26.8.–27.9.2015
Hovioikeudenpuistikko 4
65100 Vaasa p. (06) 325 3916
Avoimma: tiistai –sunnuntai 16-18. Ilmainen Sisäänkäynti

SÖDERFJÄRDENIN METEORIIHI
Marenintie 294
SUNDOM, Vaasa
• Näyttely avoinna yleisölle: 3.6-30.9 ke 18-20 ja su 14-20
• Tilauksesta ryhmille: toukokuu-lokakuu, joka päivä - Vaasan matkatoimiston kautta, puh. (06) 325 1145 tai online: www.meteoriihi.fi

GALLERIA ULRICO
Lars Höglund, AJAN JÄLJET - TIDENS SPÅR maalauksia
1.9. - 13.9.2015
Kirkkopuistikko 20
65100 Vaasa
Avoimma: ti - pe 13 -17, la - su 12 - 15



Foto: Johan Hagström

Utställningar

ÖSTERBOTTENS MUSEUM OCH TERRANOVA - KVARKENS NATURCENTRUM
I skuggan av vampyrerna – fladdermössens hemliga värld
25.6 – 4.10.2015
Museigatan 3, 65100 Vaasa tel (06) 325 3800.
Öppet ti - to 11-18, fre-sö 11-16
Inträde 7/5 €

FOTOGALLERI IBIS
Female Diversity
Caius Andreas Bruun
7.8-20.9

VASA KONSTHALL
Stadshuset, Senatsgatan. 1
tel (06) 325 3770.
Öppet ti - to 12 – 18, fre- sö 12 – 16
Gratis inträde

TIKANOJAS KONSTHEM
KA-ZE –ajatuksia –tankar om –Japan
26.8.–27.9.2015
Hovrättsplanaden 4
Tel (06) 325 3916 Öppet: tisdag - söndag 16-18. Gratis inträde.

BLACK WALL GALLERY
Aapo Karjalainen Målningar i utrymmet
28.08.2015-20.09.2015
Kasern 13
Korsholmsplanaden 6, Vaasa Öppet ons – fre 13 – 18, lö- sö 12 – 15
www.vaasantaiteilijaseura.fi

ATELJÉ TORN
Akvakoloristernas utställning
26.8-13.9.2015
Storalånggatan 66
Öppet: ti-to 12-18
lö-sö 12-16

KORSHOLM KULTURHUS
Öppet må - to kl. 10 - 20, fre kl. 10 - 16 • Skolvägen 1

KONSTGALLERI TEMA
Johanna Jylhä & Johanna Paalanen fotografiutställning, Dharma wheels, golden deers: Reseminnen från Tibet, 1.-29.9.2015
Vasa stadsbibliotek, 2 vån
Biblioteksgatan 13, 65100 Vaasa

GALLERIA WASABORG
26.8. - 23.9.
Fanny Kälid: Om du inte fanns
Vasaesplanaden 14
Öppet: må - fre 10 - 18, lö 10 - 15

KUNTSI MUSEUM FÖR MODERN KONST
Out of the box
12.6 – 27.9.2015
Inre hamnen PL3, 65100 Vasa tel (06) 325 3920
Öppet: tisdag - söndag 11-17.
Inträde: 5 € / 3 €, under 18 åringar gratis
Specialutställning: 7 € / 5 € / under 18 åringar gratis
Kombinationsbiljett: 9 € / 6 €

METEORIA SÖDERFJÄRDEN
Marenvägen 294
SUNDOM, Vaasa
• Utställningen öppen för allmänheten: 3.6-30.9 on 18-20 och sö 14-20
• På beställning för grupper: maj-oktober, alla dagar - via Turistbyrån i Vasa, tfn (06) 325 1145 eller online: www.meteoriihi.fi

MIKOLAS AKVARELLSAL
Arto Penttinen "H2O-målningar, skulpturer, installationer."
22.8-27.9.2015
Rådhusgatan 21, innergården, Vasa Tel. 050 438 1391
Öppet fre – sö 12 - 16
info@nandormikola.fi
Inträde 3€ / 2€
Under 18 år gratis inträde.

GALLERIA ULRICO
Lars Höglund, AJAN JÄLJET - TIDENS SPÅR
målningar 1.9. - 13.9.2015
Kyrkoessplanaden 20
65100 Vasa
Öppet: ti - fre 13 - 17, lö-sö 12 - 15

mega
- SEUDUN KEHITTÄJÄ
- REGIONENS UTVECKLARE

Toimisto / Kontor:
Gerbyntie / Gerbyvägen 18,
65230 Vaasa / Vasa

www.megamedia.fi
www.upc.fi

Kustannus / Utgivare:

UPC
media
COMMUNICATION CENTER

Toimitus / Redaktion:
mega@upc.fi
www.megamedia.fi

Avustajat / Medarbetare:
Juha Rantala,
Hans Hästbacka,
Ika Österblad

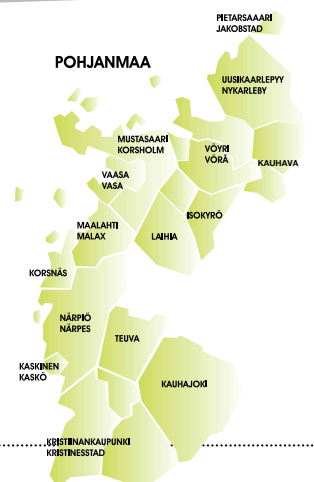
Paino / Tryck:

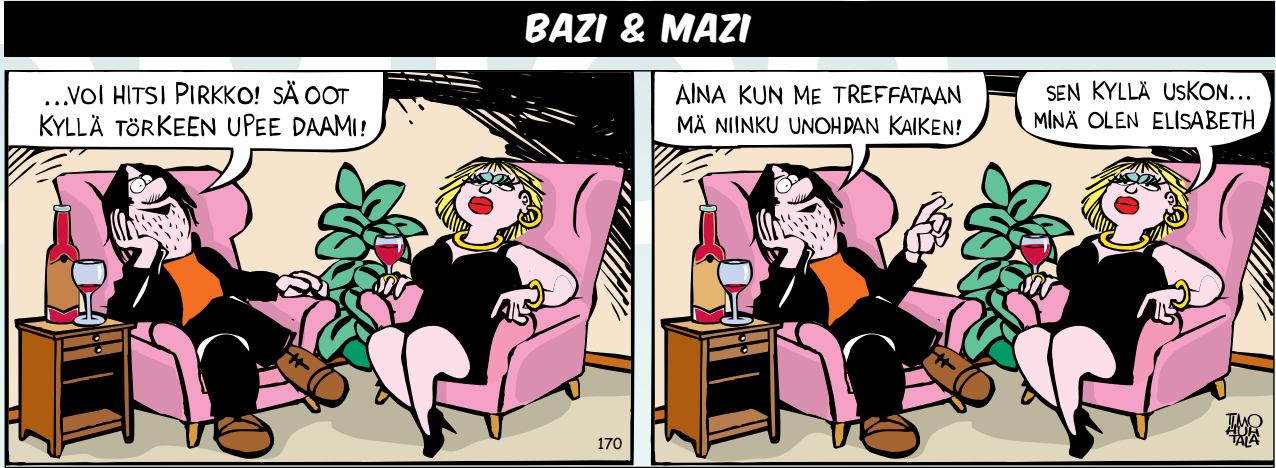
UPC
print
COMMUNICATION CENTER

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjölöningar – även mobila.
Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + alv. Annon i text 1,70 Eur/spmm + mvs.

Mediamyynti / Mediaförsäljning: mega@upc.fi
Mediakortti / Mediakort: www.megamedia.fi
Tuomo Arpiainen 040 900 4153 tuomo.arpiainen@upc.fi
Claus Gunnar 040 187 8137 claus.gunnar@upc.fi

PAINOS 75 000 – KAIKKI KOTITALOUDET • POSTIJAKELU • UPPLAGA 75 000 – ALLA HUSHÄLL • POSTUTDELNING





SUDOKU

#1

9		6		5				
2	5				3			
1					4	5		
3	9		4			2		1
5								9
8		1			2		6	3
		8	1					5
			6			1	8	
				2		6		7

9	8	6	2	5	7	1	3	4
2	5	4	8	1	3	9	7	6
1	7	3	9	6	4	5	8	2
3	9	7	4	8	6	2	5	1
5	6	2	7	3	1	8	4	9
8	4	1	5	9	2	7	6	3
6	3	8	1	7	9	4	2	5
7	2	9	6	4	5	3	1	8
4	1	5	3	2	8	6	9	7

#2

	2			1	5	4		
		8			7	1		6
6		4						9
			9		4		7	
				8		2		
	4			3		8		
4						5		3
8		3	7			2		
		2	3	5			4	

8	1	9	6	5	3	2	4	7
6	4	7	1	2	8	5	3	9
2	5	3	4	7	9	6	8	1
1	7	6	3	9	4	8	2	5
4	3	8	5	1	2	7	9	6
9	2	5	7	8	6	3	1	4
3	6	1	8	4	5	9	7	2
7	8	2	9	6	1	4	5	3
5	9	4	2	3	7	1	6	8

#3

8		9	6		3		4	7
6				2	8	5		
					9	6		
								5
4	3			1			9	6
9								
		1	8					
		2	9	6				3
5	9		2		7	1		8

8	1	9	6	5	3	2	4	7
6	4	7	1	2	8	5	3	9
2	5	3	4	7	9	6	8	1
1	7	6	3	9	4	8	2	5
4	3	8	5	1	2	7	9	6
9	2	5	7	8	6	3	1	4
3	6	1	8	4	5	9	7	2
7	8	2	9	6	1	4	5	3
5	9	4	2	3	7	1	6	8



MISTÄ TAION MAUKASTA ARKIRUOKAA?

Teksti ja kuva: Heli Koivuniemi

Kolmen lapsen, työssäkäyvä äiti kysyy kauppiaalta uusia reseptejä.

Kello lähestyy viittä. Ruokakauppa täyttyy kiireisistä, kotiinsa palaavista vanhemmista. Pesue odottaa kotona helpotusta nälkäänsä. Moni tuskailee mitä tänään syötäisiin -pulman kanssa.

Kolmen lapsen äiti, Salla Heinänen on ratkaisut asian toisin. Hän valmistaa sunnuntaina ja keskiviikkona perheelleen viikon ateriat.

– En pakasta ruokia, vaan syömme muutaman päivän samaa ruokaa.

Vaikka kaupan tuotteet ja osastot ovat tuttuja, Heinänen kaipasi uusia vinkkejä arjen ruuanlaittoon.

– Jokainen toivoo vau-elämystä kiireiseen arkeensa. Palvelun arvostus on kasvussa, olipa

kyse ruuasta tai terveydenhuollosta perheenäiti uskoo.

”Lasten mielestä äiti tekee ruokaa, mutta isä tekee hyvää ruokaa.”

Tyypillisiä ruokia, joita Heinänen kertoo valmistavansa ovat spagetti ja jauheliha, makaronilaatikko ja janssoninkiusaus.

Heinänen arvostaa perusraaka-aineita niiden maun ja edullisuuden takia.

Hän pyrkikin valmistamaan ruokansa itse, mutta ei kaihda valmisruokiakaan.

– Jos ruoka ei syystä tai toisesta ole töistä tullessa valmista, on turvauduttava esimerkiksi maksa- tai lihaperunasoselaattikoon tai pakastekeittoihin, hän huomauttaa.

Viikonloppuisin Heinänen luovuttaa kauhanvarren miehelleen.

– Silloin mies kokkaa ja minä käyn kaupassa. Lasten mielestä äiti tekee ruokaa, mutta isä tekee hyvää ruokaa, nainen vitsailee.

K-kauppias Jussi Vaittinen kuuntelee mielellään asiakkaittensa tarpeita.

Hän kysäisee Heinäselä, tekeekö tämä keittoja.

– Kyllä. Jauheliha-keiton valmistuksen tuoreista, valmiiksi kuorituista keittovihanneksista. Pilkon vihannekset ja heitän perunat ja jauhelihat joukkoon. Keitto valmistuu 15–20 minuutissa, Heinänen sanoo.

– Minulla on hyvä vinkki siskonmakkarakeiton tekoon. Ruskista siskonmakkarat oliiviöljyssä pannulla, ja laita ne vasta sitten keittoon, aikoinaan kokiksi valmistunut Vaittinen vihjaa. Perinteistä spagettikastikettakin kannattaa Vaittisen mukaan hiukan varioida.

– Lisää joukkoon välillä esimerkiksi tuoretta



paprikaa. Heinänen sanoo käyttävänsä myös lasipurkeissa myytäviä kastikepohjia. Niihin hän lisää tomaattimurskaa ja keitettyjä vihanneksia. – Kastikkeen suurustaminen on helppoa. Lisää vain ohjeen mukaan Maizenaa joukkoon, kauppias täydentää. Hänestä nuoremmat kotikokit taitavat hifistelyn, mutta perusruuan tekoon he kaipaavat ohjeita.

Marinoituina myytävistä kanafileistä Vaittinen neuvoo pyyhkimään marinadin pois ennen paistamista. Vaittinen suosittelee sekoittamaan salaattilaatuja keskenään: jää-, tammenlehti- ja friséesalaattia tai rucolaa. – Joukkoon pilkotut omenat tai päärynät tuovat makeutta salaattiin.

Kauppias Jussi Vaittisen helppo uunilohi lohifilettä

1 sipuli-perunapussi
1 kermapurkki
pippuria ja suolaa

Laita peruna-sipulipussi uunivuokaan. Rouhi päälle pippuria ja suolaa. Lisää perunoiden joukkoon kerma. Laita lohifile perunoiden päälle nahkapuoli ylöspäin. Kypsennä uunissa 170 asteessa noin 35 minuuttia. Kun lohien nahka irtoaa helposti, kala on kypsää.

Kauppiaan vinkki:

Ruokakauppojen henkilökunnalta saat reseptit ja vinkit, miten eri raaka-aineita voi käyttää ja yhdistellä.

Possun ruhon osat ja edullinen hinta myyvät

Suomessa myydään K-kauppias Jussi Vaittisen mukaan muihin maihin verrattuna enemmän eineksiä kuin pakasteita.

– Pakasteruuat ovat muualla suositumpia. Olemme hiljalleen siirtymässä pakasteruokiin, mutta muutos vie aikaa. Luomutuotteiden suosio hiipui alkuinnostuksen jälkeen, mutta on jälleen kasvussa.

– Luomuilu ei kuitenkaan ole enää pelkkää hifistelyä. Nyt valmistetaan jo luomumakkaroita ja muita arkisia tuotteita. Osa luomutuotteista tulee edelleen ulkomailta.

Marinoimatonta lihaa myydään yhä enemmän, ja lihat maustetaan itse.

Kun sisäfileet ovat tarjouksessa, niitä myydään kaupassa Vaittisen mukaan satoja kiloja päivässä. Silti fileiden suosio ei yllä possun kulutukseen.

Suosioon vaikuttaa toisaalta possun hinta, mutta myös kiinnostus ruhon eri osien hyödyntämiseen.

– Talouskyljykset ovat nousseet meidän perheessä uudelleen suosikeiksi, perheenäiti Salla Heinänen nyökyttelee.

Vaittinen toteaa, että possupäivillä ruhon osia kysytään yhä enemmän.

– Osso bucco on esimerkiksi yksi myydyimmistä lihoistamme juuri nyt.

Poronlihaa vierastetaan osittain sen maun ja toisaalta korkeamman hinnan takia.

– Mieheni tilaa Lapista kokonaisen poron pilkottuna.

Haemme paketin Matkahuollosta, Heinänen tunnustaa.

– Me onnistuimme saamaan poron paistikäristystä suoraan Lapista, Vaittinen sanoo.

Salla Heinänen

- Teollisuustaitteen Liitto Ornamon toiminnanjohtaja
- Ruokailuhetki muodostuu kokonaisuudesta, muun muassa mausta ja esteettisyydestä.
- Hyvä, laadukas ruoka, tarjoilu ja kattaus vaikuttavat kokonaisuuteen.
- Ruokailu on myös sosiaalinen tapahtuma, ja hyvä ergonomia parantaa ruokailuelämystä.
- Heinäsen mukaan suomalainen muotoilu on erittäin arvostettua maailmalla.
- Hän sanoo, että kotimaisen lasi- ja keramiikkataiteen lisäksi monen tunnetun kansainvälisen urheilumerkin takaa löytyy suomalainen muotoilija.

NIKSEJÄ ARJEN HALLINTAAN





- Jos sinulla on pakastin, tee pari kertaa viikossa tuplamäärä arkiruokaa – näin saat vaihtelevia aterioita pakkaseen kiireen varalle.
- Opettele muutama perusresepti, jota on helppo varioida raaka-aineiden kera. Näin kiireessäkin voi tehdä varmasti maistuvaa ruokaa.
- Jos arjen pääraaka-aineesi on jauheliha, katso hyvät ja helpot reseptit Hanna Gullichenin uudesta 400g –nimisestä, jauhelihan kokkaukseen keskittyvästä kirjasta.
- Hyviä lapsiperheeseen soveltuvia ruokia löydät muun muassa Hellapoliisi- ja Peggyn Pieni Punainen Keittiö -blogeista.
- Käytä ruuantähteet hyödyksi ja loihdi niistä herkkuja, vaikka Kaisa Sillanpään Tähteistä tähdiksi -keittokirjan ohjeiden mukaan.
- Nopeuta aamupalaa leikkaamalla valmiiksi hedelmät jääkaappiin aamusmoothieta varten tai tee tuorepuuro jo illalla valmiiksi koko perheen aamiaiseksi. Lataa myös kahvikone valmiiksi.
- Raasta jokaiseen ruokaa miedon makuista kesäkurpitsaa mukaan, lapset eivät sitä niin huomaa ja saat ruokaan lisää täyttävyyttä terveellisesti kasviksilla.
- Muokkaa ateriaritmi oman perheenne menoihin sopivaksi. Aina ei tarvitse syödä viideltä, vaan perhe voi kokoontua eurooppalaiseen tapaan päivälliselle vasta harrastusten jälkeen. Tarjoa viideltä välipala, tee rauhassa ruoka ja nauti perheen kanssa yhdessäolosta. Näin itse iltapalaa ei tarvitse ollenkaan.
- Vuorotelkaa samanikäisten lasten vanhempien kanssa arki-iltana ruuanlaitossa – yhtenä iltana kutsutte heidät kylään, toisena menette sinne syömään. Kaikilla on seuraa ja ruuanlaitto helpottuu yhtenä iltana viikossa.
- Opetä käsienpesu-rutiini lapsille jo ihana pienestä pitäen, niin infektiosairauksien sairastamisriski pienenee.
- Älä jää jumittamaan television ääreen iltaisin. Nukkuminen on aina tärkeämpää kuin mikä tahansa ohjelma, joka tv:stä tulee.
- Osallista lapset kotitöihin, vaikka kiristäen tai viikkorahan avulla, ja tehkää kotitöistä selkeä rutiini: aamulla astianpesukone päälle – iltapäivällä koulusta tullessa tyhjennys. Roskat roskeen kaverille menoa. Näin illalla töistä tullessa on jo hieman siistimpää.
- Tee listoja tehtävistä ja muistettavista asioista sellaiseen tilaan, missä muutkin ovat, jolloin kaikki muistettavat asiat eivät aina riipu vain sinusta. Ohjeista perhettä itsekin katsomaan ja kirjoittamaan muistettavat asiat samaan paikkaan.

Vinkit kokosi Anikó Lehtinen

YKSI RESEPTI, MONTA VERSIOTA

Kokosimme kolme nopeaa ohjetta, joilla teet arjesta helpompaa.

Helppo kaalipasta

*1/2 kaali raastettuna
öljyä paistamiseen
riipaus kuminaa
keitettyä pastaa
suolaa ja pippuria
Tarjoiluun:
parmesanraastetta*

Raasta kaali. Suolaa raaste ja anna seistä noin 15 minuuttia. Keitä sillä aikaa pasta.

Kun pasta on valmis ja raaste vetäytynyt, lämmitä öljy ja kumina kattilassa. Ole tarkkana – lisää kaali ennen kuin öljy on tulikuuma.

Hauduta kaaliraaste pehmeäksi. Mausta runsaalla pippurilla.

Laita pasta kaaliraasteen joukkoon ja kuullota sekoittaen samalla. Tarjoa heti parmesanraasteen kanssa.

Vinkki: Voit korvata kaalin myös raastetulla kesäkurpitsalla tai kasvisraasteella. Loraus kermaa sopii myös annokseen.

Helppo pataruoka

*1 sipuli
öljyä
2 rkl makeaa paprikajauhetta
6–8 perunaa tai
300 g keitettyä pastaa
noin 1 vettä
suolaa ja pippuria
1 rkl tomaattipyrettä
kuivayrttejä
lisäksi: jauhelihaa/kalakuutioita/papuja/kasviksia/siskonmakkaraa/juureksia/katkarapuja*

Kuori ja viipaloi perunat tai keitä pasta al denteksi.

Pilko sipuli ja kuullota se padassa öljyssä. Lisää paprikajauhe ja kuullota hieman

Lisää perunat/pasta ja anna hetken paahtua. Lisää sitten tomaattipyre, suola, pippuri ja valitsemasi kuivamausteet.

Hauduta ja lisää joukkoon jauhelihaa, kalakuutioita, papuja, kasviksia, siskonmakkaraa tai vaikka katkarapuja.

Muffinssit

*2 dl sokeria
100 g sulatettua voita
tai 1 dl öljyä
2 kananmunaa
3 1/2 dl jauhoja
2 tl leivinjauhetta
2 tl vaniljasokeria
1 dl omena/appelsiini
tai muuta mehua
1 dl kermaa/maitoa/jogurttia*

Laita uuni kuumenemaan 200 asteeseen.

Vatkaa sokeri ja voi, lisää kananmunat joukkoon vatkatun. Sekoita kuivat aineet keskenään. Lisää taikinaan puolet jauhoseoksesta ja sekoita. Lisää kerma ja sekoita. Lisää loput jauhot ja mehu.

Kaada taikina vuokiin ja paista 200 asteessa noin 20 minuuttia.

Vinkki: Taikinaan voi lisätä esimerkiksi hedelmäpaloja, suklaata, kakunmuruja, pähkinöitä, banaania tai omenasosetta.



NÄIN VALMISTAT SISÄFILEPIHVIT AKSELI HERLEVIN VINKEILLÄ

► Valitse laadukasta kotimaista pihvilihaa. Hyvän lihan voit pilata, mutta huonosta lihasta et saa hyvää tekemälläkään.

Ota pihvit hyvissä ajoin huoneenlämpöön. Jos laitat kylmän pihvin pannulle, pannu jäähtyy ja saat lopputuloksena keitettyä lihaa.

Mausta pihvi suolalla ja pippurilla ennen paistamista. Ennen paistamista suolattu liha menettää enemmän nestettä kypsennettäessä kuin paistamisen jälkeen suolattu liha, mutta maistuu paremmalta.

Ruskista pihvit aina kuumalla pannulla. Itse suosin paistamista voissa, jonka seassa on timjaminoksia ja kämmenellä pöytää vasten murskattu valkosipulinkynsi.

Paistaminen kuumalla pannulla aiheuttaa lihan pinnalla kemiallisen reaktion, jonka seurauksena syntyy runsaasti makuaineita ja kaunis paistopinta. (Maillard reaktio) Pihvin koosta ja paksuudesta riippuen voit joko loppukypsentää ison pihvin uunissa tai paistaa pienemmän pihvin

suoraan pannulla. Jos kypsennät pihviä tai kokonaista fileetä uunissa, suosi matalaa uunin lämpötilaa eli 90–110 astetta ja käytä digitaalista lämpömittaria.

Naudan sisäfile on medium, kun sen sisälämpötila on 47–50 astetta ja siitä ylöspäin medium + jne.

Vetäytyminen on yhtä tärkeä osa pihvin valmistusta kuin paistaminen. Nyrkisääntönä on, että pihvi saa vetäytyä tuplat uunissa pidetystä ajasta eli noin 10–15 minuuttia folion alla riittänee. Näin pihvin nesteet pääsevät tasaantumaan lihan solu-koissa, eikä liha valuta nesteitä ulos heti

leikkaamisen jälkeen.

Anna lihan vetäytyä lämpimässä paikassa, jotta se ei pääse jäähtymään.

“Kuuma Pannu antaa pihville kauniin pinnan.”

Ilmoituksen jättö

SOITTAMALLA

Soita 0600 - 41 33 97 (pvm). Toimi ohjeiden mukaan. Ilmoituksen hinta 10€

TEKSTIVIESTILLÄ

Kirjoita Rivi10 (väli) MEGA (väli) ilmoitustekstisi. Mainitse viestissä myytkö/ ostatko/ vaihdatko/ vuokraatko/ lahjoitatko, tuote, lyhyt kuvaus ja hinta. Max. 160 merkkiä

Esimerkki

Rivi10 MEGA Myydään Skoda Octavia Combi TDI -08 Hp. 15000e

Lähetä viesti numeroon **173197**. Ilmoituksen hinta 10€. Ilmoitukseen tulee automaattisesti numero mistä ilmoituksen lähetät. Mikäli haluat toisen numeron, lisää se ilmoitustekstin loppuun. HUOM! Ilmoitusta ei voi jättää tekstiviestillä GoMobile-liittymästä.

INTERNETISSÄ

mega.mainostaja.com

Toimi ohjeiden mukaan ja jätä ilmoitus. Ilmoituksen hinta 10€

Kuva- ja/tai kehysilmoitus

mega.mainostaja.com

Voit halutessasi liittää ilmoituksesi kuvan. Maksutapa verkkopankit sekä luottokortti.

Julkaiseminen

Lehti ilmestyy viikottain. Seuraavaan lehteen ilmoitus on jätettävä edeltävänä sunnuntaina klo 12 mennessä. Ilmoitukset julkaistaan Mega-lehdessä sekä kaikkien palvelussa mukana olevien lehtien ja TV-kanavien internet-palvelussa. Ilmoituksesi näkyy koko Suomessa!

SEKALAISTA

Ota uusi suunta elämääsi! Luotettava auttaja/ennustaja, myös unet. Ti-su klo 10-24, 1,99e/min. Ei seksiliinjä. Sari, p. 070084444.

Den finlandssvenska Kontakten

♥ Nainen etsii sinua

Täällä on 30v nuorinainen. Etsin rehellistä, turvallista, rakastavaa miesseuraa tositark. vanhemmasta miehestä, n. 60-70v. (1155460)

Olen blondi ja haen rentoa seuraa vapaasta miehestä tosimielellä, ikäsi 45-55v. (1155195)

Kvinnä, 50+, söker man, 50-60 år, för en varm och långvarig relation. Kanske du och jag kan hitta något bra tillsammans, djupt, ärligt och äkta? (1154521) T



Omtänksam och envig, ung kvinna, 20+, från 06-omr. söker i första hand vänskap, men ev. också en kärlek. Du skall vara max 30 år, ej blyg och med båda fötterna på jorden. (1153147) T

Mies, 60+, joka tanssit usein, mökkeilet, matkustelet ja kumppani hakusessa. (1151079)

Olen 50+ nainen, etsin miestä, 50-60v, tanssi-, lenkki- ym. kaveriksi Sjn alueilta. Ei seksiä. (1150972)

Sinä 45-57v, rehti, vapaa ja normaallikroppainen mies, Kla + ymp. Olen 55+, vapaa, rehti nainen ja etsin tositark. kumppania. Vastaile, katsotaan kohtaako kemia. (1150975)

Keski-ikäinen, vapaa, liikunnallinen nainen hakee samanlaisista miestä Sjl-ta tositark. ystäväksi. (1146706)

Tääl -40/XXL nainen, mukava ja kokenut, enää 1 lapsi alaikäinen. Etsin reilua, mukavaa ja luotettavaa miestä. Vastaa ja kokeilemaan aidosti. Ei häiriköt, ei seikkailijat. (1146018)

Söt, snäll, omtänksam, 47-årig tjej söker en snygg singelkille som också söker kärleken. Drömkillen, finns du? (1145591) T

Två stjärnor lyser och tindrar tillsammans på vårhimlen. Den ena är du och den andra är jag. 60-årig kvinna från 06-omr. söker sin tvillingstjärna. (1144822) T

Sinä 50-58v, fiks, rehellinen ja vapaa mies. Täällä 50+, vapaa ja rehellinen nainen tositark. kaipalee sua. 06-pohjoinen. (1141949)

Kvinnä, 40+, humoristisk och lekfull söker jämnårig man med ordnat liv utan barn från norra 06-omr. som vill leva hälsosamt, röra på sig och är en stor djurvän. Hör av dig. (1141196) T

Uskon, että minua varten on vielä rakkauttaita! Oletko valmis rakastumaan uudestaan? Jos niin, ota yhteyttä naiseen rohkeasti, 50+, raitis ja luotettava mies. (1140779)

Nainen, 52v, kaipaa sinua lähelle. Yliää. Ota yhteyttä. (1141102)

♥ Mies etsii sinua

Olen 48v mies. Etsin naisseuraa marjastamaan ym. kivaa. (1155814)

Olen tavoitanti ok, 47v mies. Etsin tositark. vapaata naista 06-alueelta. (1155323)

Mies, 34v, uskovaainen, etsii uskovaista naista. Olen huumorintaj., 06-alueelta. (1154462)

Mies, 40v, etsii mukavaa, solakkaa naista, 18-40v. Vaasa + lähialueet. (1148285)

Sinä rempseä, pehmeä, muodokas, povekas, vapaa, 40-55v nainen Vaasasta/06-alueelta. Sinua etsii vapaa, 50v mies. (1147105)

Ungdomlig, 49-årig kille söker tjej, 35-55 år, som är single, inga barn. Hoppas finna dej än i sommar, bor i Nykarleby. (1146056)

Mies hakee naista. 40-50v. (1145651)

Vapaa, savuton, liikunnallinen mies, 63v, etsii naista ystäväksi ja yhteisiin hetkiin. (1144947)

Kille, 24 år ung, söker en trevlig tjej, 21-26 år, från 06-omr. (1156365) T

Vakituista etsin nuorekas, raitis ja vapaa, 50+/185/89, tummahiuksinen, ok-näk. eräjannu. Kiva, muodokas ja povekas nainen, txt. Leijona. (1155999)

Olen kiva, puhelias, hellä, herkkä, lapseton, 42v mies, en kapakoi enkä tupakoi. Etsin kivaa naista tositark. (1155962)

Ok mies etsii. Nainen lapsineen, vastaa raittiille miehelle. Pohjanmaa. (1155903)

Jag är en 39-årig man som vill träffa dig snälla kvinna, 33-40 år. Gillar att cykla, lite dans, är nykter och rökfri. Jag finns i 06-omr. Kanske vi två? (1155700) T

Olisitko tääl? Sinä ihana, hellä ja kiltti nainen. Sun kinaloa kaipaann. T. Hallinallemies, 55v, 06-alueelta. (1155622)

Man, 23 år, från 06-omr., söker snäll och rökfri tjej, 18-26 år, att dela livet med. (1154958) T

Glad, trogen, omtänksam man, 30+, som ännu inte hittat kärleken och tröttnat på ensamheten söker 20-38-årig kvinna för fast förhållande. Barn i framtiden inget hinder. Intr. villaliv, resa m.m. (1154928) T

Olen 60+/180/85, vapaa, terve, hellä ja luotettava mies 06-alueelta. Etsin naista vakisuhteeseen. Sinä vapaa nainen, kirjoita minulle. (1154719)



Trevlig man, i 40 års åldern, saknar en trevlig och fin kvinna, gärna äldre, för umgänge. Är social, ser bra ut och lever ett sunt liv. Kanske du finns i 06-omr.? (1154657) T

Siisti, 44v mies etsii naista, joka haluis lapsia ja perustaa perheen. (1154282)

Man söker stor men kort försummad kvinna för äktenskap. Du är följösam, klädd som 50-tal. (1153764) T

Snäll, omtänksam singelkille, 40+, söker kärleken. Start plus om du vill resa med mig, tillbringa tiden på villan eller åka ut på dans. (1153347) T

Jag är en ungdomlig 48-åring som söker en kvinna att byta ord med. Intr. ut och gå, cykla, laga något gott att äta, mysa och ha det bra. (1153152) T

Kille söker en tjej, 35-40 år, barn inget hinder. Bor på landet norr om Vasa. (1152917) T

Olen 65v mies, etsin luotettavaa, mukavaa, huumorintaj. naista tosissoaan, jos sellainen vielä on olemassa. (1152868)

Ledig man söker en helt vanlig kvinna, över 50 år, för en gemensam framtid i 06-omr. (1152538) T

Kiva, nelikymppinen, kaikin puolin ok mies etsii itsestään luotapitävää, +50v naista mukavaan yhdessäoloon. (1152520)

Pietarsaari ymp. Kiva, vapaa, rohkea nainen, tule vapaan, mukavan, 58v miehen seuraksi maalle, luonto-/tanssi- ym. kivaan puuhasteluun. Vastaa rohkeasti. (1152283)

Kaveri, tumma, +50/180/85, itsestään huolta pitävä, etsii Sjkita n. 40-50v naista. Plussaa hyvällä tavalla hyvän näk. (1152109)

Siisti, terve ja luotettava, 44v mies etsii seuraa sopusuht. 50-60v naisesta K-Pohjanmaalta + 06-alueelta. (1151953)

Kunnollinen, raitis ja luotettava mies etsii 30-50v naista. (1151781)

Man, 34 år, söker kvinna för fast förhållande. Jag är snäll, pålitlig samt rök- och spritfri, och har som intr. bl.a. resor, språk och teknik. Jag bor i 06-omr. (1151752) T

Eläkeläispoikamies, 57v, etsii tositark. 56-60v eläkeläisnaisesta elämänkumppania. (1151322)

Är en man, 30 år, som söker en kvinna, 35+, från Vasa-trakten. (1150907) T

Sinä vanhempi nainen, mukava, 100kg keijukainen. Laitapa mukava viesti kivalle miehelle. Kiitos. Sjk. (1150753)

Kiva, 44v mies etsii 45-65v naista Klata. (1150703)

Nuorempi mies etsii vanhemman, pehmeäpyöreän naisen seuraa, joka kaipaa hellyyttä, läheisyyttä ja suudelmia. Tunnistithan läheisyyden kaipuun. (1150488)

Man, 45+, söker en bra kvinna, 38+, i 06-omr. (1150348) T

Finns det någon kvinna i Österbotten som verkligen saknar sin man? Kanske kan det vara jag. Söker en kvinna, 40-50 år. Gillar allt möjligt men mest livet på villan. Tänk att vakna vid sjon bara vi två. Hör av dig. (1150212) T

Man, 30 år, från södra 06-omr. söker kvinna. Jag är lantbrukare, lite rund om magen och har ett gott hjärta. (1149975) T

Isoa, muodokasta XXL-tytöstä kaipalee kesän rientoihin ja pidemmäksikin aikaa mies, 50+-. (1149721)

Man, 50+, på Vasas södra kant söker dig slanka, kramgoda kvinna, med båda fötterna på jorden. Du är rök- och spritfri som jag. Intr. sjöliv, naturen, resa och du. (1149301) T

Etsin seuraa naisesta, ikä 70-80v. (1149194)

Medelålders, livsnjutande singelman söker söt, rundnätt dam i 06-omr. (1148907) T

Etsitty on, vaan ei p. Sinä fiks nainen, edellyttät mieheltä enemmän kuin tavallinen junti. Terve, raitis, naista arvostava, ok seniori etsii sinua. Ei piiaksi, vaan ystäväksi. (1148565)

Nainen, nätti, pienehkö, n. 50v. Sinua kaipa puutarha, talo, auto ja kiva huumorimies, 178cm, kuntoilenkin, omavaraainen. Vastaa heti. Koko Suomi. (1147717)

Täs vapaa, rehellinen, 55v, E-Pohjanmaan mies kaipaa vierelleen naista, huumorintaj., johon voi luottaa pimeimpinäkin aikoina, elämän myrskytuulissa. (1146491)

Vapaa, 52v, liikunnallinen mies etsii sinua reipas ja avoin, n. 40-50v nainen, miel. Klata tai läh. Myös vapaa, vaikka lenkkikaveriksi kevään kauniisiin iltoihin. (1145724)

Snäll, energisk, 28-årig kille som ser helt ok ut söker en tjej, 22-30 år, som gillar vilaliv och att vara ute i naturen. Hör av dig så berättar jag mera om mig. (1145578) T

Olen 42v, pitkä, huumorintaj., nuorekas mies 06-alueelta. Sinä mukava nainen, jos et tykkää olla yksin, niin ota yhteyttä. Pitkä, kuuma kesä. (1145406)

Här finns en 30-årig man som söker kvinnligt sällskap från Vasa-trakten att njuta av livet med. (1144681) T

Sinkkuja läheltä

Nainen

Mies

35 - 55

HAE

mega. seuraajokaiselle.fi

Tässä 68v, vapaa, yksinasuva mies etsii hellää ja luotettavaa naisseuraa 06-alueelta. (1144089)

Haen seuraa samanhenk., -60v naisesta kalalle/metsälle, mahd. pidemmäksikin aikaa. Mies, 56v. (1143824)

Man, 49 år, söker en dam för ett fast förhållande. Bor i norra 06-omr. När två ensamma finner varandra. Kanske då vinden vänder. (1143043)

Olen 52v mies 06-alueelta, vapaa, mukava, huumorintaj., rehti, toiset huomioon otava, en polta, ihan tavallinen, kunnollinen. Sinä nainen, samoja äijä, savuton, pehmeä. Miel. 06-alue + ymp. (1142915)

Sinä 40-55v, pirttä, reipas, aktiivinen nainen. Vastaa luotettavalle, asialliselle, ok, 40+ miehelle. Luodaan aikuisen kumppanuus. (1142207)

Tääl 06-alueelta 55v mies etsii sinua, maall viihtyvää naista, elämänkumppaniksi keväisiin päiviin pristykseksi. Olen raitis ja hyvän huumorin omaava mies. (1141550)

Pohjanmaan nainen, 18-45v. Kiva mies viestiä odottaa. Raitis, ok. (1141010)

Hitta den rätta



Ensam och jättesnäll, 26-årig kille från 06-omr. söker prinsessa som jag kan skydda från ondska. Förhoppningsvis finner vi varandra och evig kärlek. (1140652) T

Täs kiitti, rehellinen, vapaa, naista arvostava mies. Etsin tositark. sinua vapaa, kiitti, rehellinen, 53-56v nainen Pohjanmaalta. (1140564)

19-årig kille som studerar i Vasa söker trevlig tjej. Intr. gym, sport, umgås med kompisar, resa, bilar. (1140441) T

Etsin n. 70v naista matkaseuraksi ja mökkikaveriksi. Itse olen 70v mies. Parkano ja Jalasjärvi + lähialueet. (1140063)

Långtradarchaufför, 29 år, söker vän av det kvinnliga könet för umgänge, 20-50 år. (1138066) T

Har du precis som jag hamnat i ekorhjulet? Den gråa vardagen har kommit emot? Varför inte tända gnistan igen, krävöst och enkelt? 50-årig kille, med fördelaktig look, söker liksinad kvinna för krävöst, energigivande relation. (1137980) T

Yksinäinen, 45/XXL mies hakee 30-50/XXL naisesta ystävää tai vaikkapa rakkauttakin. Olen fiks, luotettava, huumorintaj. Ota rohkeasti yhteyttä. (1137932)

Man, 26 år, med båda fötterna på jorden, vill ha någon att dela vardagen med. Kanske det är du. (1137825) T

Olen sympaattinen, vapaa, raitis, ok-näk. mies. Etsin sinua kiva, 53-63/L-XXL nainen. Itse olen 47v. (1136880)

Sinä yksin asuva nainen, kaipaako asutosti, mökkisi, autosi tai sinä osaavaa miestä? Monitait., 60v mies tarjolla. (1136815)

Här finns en jordnära, glad, romantisk, snäll, trogen man, 43 år, som längtar efter kärleken. Du kvinna, 30-50v, som inte är rädd att få skit under naglarna och gillar villaliv och hemmakvällar, hör av dig. (1134687) T

Syntikkasoiittajamies etsii 25-45v naista, joka osaa laulaa tai soittaa kitaraa. Olen 48v, vapaa mies 06-alueelta, kiiltä, talous ok. Sinä nätti, ota yhteys tositark. (1134481)

Olen 60+ mies Lounais-Suomesta, terve, viirili ja rakastava. Etsin vastaavaa naista omaksi kullaksi. (1134436)

Olen 47v mies ja etsin luotettavaa seuraa miehestä Kurikka-Kauhajoki-alueelta. (1154833)

Olen 57v ukkomiies. Etsin kaveria, jota voit tavata silloin tällöin. Ei väliä minkä ikäinen oot, kun oot luotettava. (1155854)

Olen 56v bi, hakusessa olis top-mies. Olen tosi nuorekas, hoikka, pitkä mies. (1155122)

Vaasasta isoa, top gay-miestä etsii +40v btm. BBC also. Saa mitä ottaa. Vakiseuraa haen. (1153438)

Etsii yli 65v, luotettavaa btm-miestä, vaikka pidemmäksikin aikaa. Olen 40v mies. Myös muilta alueilta. (1152871)

Nuorimies etsii 06-alueelta kyvykkään, vanhemman seniorimiehen seuraa. Tekstaa ja ehdota jotain. (1151362)

♥ Parit etsivät

Olemme 62/64v, M/XXL-kok., nuorekas pari. Mökillä otamme aurinkoa aina nukuna ja Yyterin nakurannallakin käymme. Etsimme mukavaa paria seuraksi. (1154226)

Etsitään paria. Olemme nainen, 45v ja mies, 50v. (1152989)

Salapari maatalosta, mies 48v, nainen 21/XXXL, etsii navetta- ja traktorityöt osaavaa, yli 50v, tukevaa maalaismies tai mukaan vakituisesti. (1151790)

1 Ilmoitukseen vastaaminen

Soita 0700 - 51 30 87, näppäile **9** ja ilmoitusnumero. Kuulet ilmoituksen - halutessasi voit yhdistää puhelun ja voitte jutella heti - tai jättää viestin niin ilmoittaja voi soittaa sinulle.

Tekstaa Kirjoita MEGA (väli) ILMOITUSNUMERO (väli) viestisi. Lähetä numeroon **173193**. Numeros pysyy salaisena.

2 Ilmoituksen jättäminen

Soita 0600 - 41 33 97 (paikallispuhelu) ja jätä ilmoitus. Sinulle voidaan soittaa, lähettää tekstiviestejä tai jättää viesti vastaajaan.

Tekstaa Kirjoita MEGA (väli) ILMO (väli) ilmoitustekstisi. Mainitse tekstissä sukupuolesi, millaista seuraa etsit ja miltä suuntanumero-alueelta. Lähetä numeroon **173193**.

Numerosi pysyy salaisena. Pidätämme oikeuden muokata, lyhentää tai olla julkaisematta ilmoitustasi. Prostituution ja vastaavien seksuaalipalveluiden markkinoinen on rangaistava teko (rikoslaki 9§), tällaisia ilmoituksia ei julkaista.

3 Oma ilmoitus: vastaukset

Soita 0700 - 51 30 87, näppäile **8**. Kuulet saamasi viestit (myös tekstiviestit) ja voit soittaa kaikille vastaajille **Tekstaa** Saamasi viestin alussa on vastaajanro esim. V2. Kirjoita: **V2 (väli) vastaustekstisi.** Lähetä viesti numeroon **173193**.

4 Oma ilmoitus: sulkeminen

Soita 0600 - 41 33 87 (paikallispuhelu), näppäile **2** ja ilmoitusnro ja salakoodi. **Tekstaa Kirjoita SULJE (väli) ILMNRO (väli) TUNNUSLUKUSI.** Lähetä nroon **173193** (1,20e/viesti).

Neuvonta

Joka päivä klo 10-18 0400-808 654. e-mail: neuvonta@movika.fi Tekstiviestit EIVÄT toimi GoMobile-liittymästä. Puhelut nroon 0700-513 087 & 0700-51 51 02 1,21e /min +pvm, tekstiviestit nroon 173193 1,20e/kpl.

Support

Ring 0400-607818 varje dag 9-21 E-post fi.support@movika.fi