

- Lehdessä muun muassa:
- Jätkäsaaren hotellimaailmasta s. 8
 - Satama uudistuu s. 6
 - Erään ruoholahtelaisen ryhmän vetoomus s. 10
 - Kiitämme kaupunkia s. 12



JOS HERKKUA ETSIT,
PYSY RUOHIKSESSA.

Itämerenkatu 21, Ruoholahti. Yleiset tilat avoinna: Ark. 7-21, la 8-18, su 12-18. PARKKI joka päivä 6-22. Tarkemmat tiedot ja myymäläkohtaiset aukioloajat www.kauppakeskusruoholahti.fi

NEVER HIDE

alk. **189€**

Ray-Ban -aurinkolasit
voimakkuuksilla

FENNO
OPTIIKKA

09-6855 0800
www.fennooptikka.fi

K-raudasta alkaa
grillikauden avajaiset!

weber

Sähkögrilli
Weber® Q®1400
Musta.

239,-

K-RAUTA
RUOHOLAHTI
010 249 1000
www.k-rauta.fi/ruoholahti

HIUSFASHIONISTA!

teatree

NYT KAIKKI
teatree
-TUOTTEET
-40%

Hiusfashion

09-694 5418
www.hiusfashion.com

MAYOR'S

Ilmainen tutustumiskerta!

Ei sitoutumista
3 kk 150€

MAYOR'S
GYM

4. krs - Puh. 040 8731 578
respa@mayors.fi
Avoinna joka päivä 6-23

AVOINNA
JOKA PÄIVÄ 10-20
MYÖS PÄÄSIÄISENÄ.

SNADI
STADI

SNADISTADI.FI

NAISTEN OMA KUNTOKESKUS

POISTIMME 12 KK-N MÄÄRÄAJAT!
Treenaa nyt
alkaan **39€ /kk!**

Tarjous voimassa jäsenille 31.3. asti

MOTIVUS

09-415 33 530 • www.motivus.fi

Kevättä
pihalle ja sisälle
Bieder Ruoholahdesta

3 kpl

Ruukku-
narsissit

Yht. **9,90€**

Kevätkimppu
12,90€

www.bieder.fi
010 7787 782
Ma-pe 9-19, la 9-18,
su 12-16

Erä
Chuckit -leluja
norm. alk. 5,90€

-30%
alk. 4,13€

Feel Bling, Stitch ja
Color -pannat
norm. 12,90-59,90€

-30%
9,03-41,93€

7.4. asti.
Tarjoustuotteista ei muita alennuksia.

Musti ja Mirri

044 769 0062
www.mustijamirri.fi



ILMAINEN 1h PYSÄKÖINTI
K-PLUSKA-KORTILLA
www.facebook.com/Kauppakeskusruoholahti

Pääkirjoitus

Kevät on kovin aikaisessa. Kuuntelin juuri autossa luonto-ohjelmaa, jossa todettiin, että kovin monet luonnon ilmiöt ovat läheneet tekemään kevättä jo nyt maaliskuussa, jopa kuukautta normaalia aikaisemmin. Sehän on erittäin iloinen asia. Täytyy vain toivoa, että kevät kestää. Täksi viikonlopuksi luvattiin takatalvea (Nyt eletään viikkoa ennen lehden ilmestymistä). Täytyy sanoa, että tällainen takatalvi sopii mainiosti. Ulkona on muutama aste pakkasta, mutta aurinko paistaa täydeltä terältä. Hieno ilma!

Kuulin myös jostakin, että ilmanlaadun huonous kaupungeissa johtuu ylenmääräisestä auringonpaisteesta tänä keväänä. Ilma on kuivunut liikaa ja kaduilla oleva hiekka ja sora pääsee pölyämään. Että aina pitääkin jokaisesta hyvästä asiasta löytää oma synkkä puolen-sa.

Normaalisti maaliskuun alkupuolella on maassa lunta tai sataa. Silloin ei pöly pääse lentämään. Nyt on aurinkoista, joskaan en millään suostu sanomaan, että aurinkoa on ollut ylenmääräisesti. Ilmeisesti kuitenkin ilman pölyisyydestä kärsivät ovat tänä keväänä kärsineet auringon paisteen aiheuttamista oireistaan. Auringon valo on sittenkin hieno asia, olen pahoillani, että siitä joku joutuu kärsimään. Minulla se toimii positiivisesti.

Suuri kiitos niistä lukuisista yhteydenotoista, joita sain viime lehden pääkirjoituksesta johdun. Taisi tulla paperille kovin synkkiä mietteitä, jotka saivat monet huolestumaan aidosti hyvinvoinnistani. Täytyy nyt paljastaa, että vastoinkäymisiä ei ole ollut kotona. Mielipahan aiheuttajat liittyivät lähinnä vapaa-ajan harrastuksiin. Ottamalla etäisyyttä hapantuneisiin viilipurkkeihin voi tilanteista selvitä.

Kaikki on siis taas hyvin ja mieli on korkealla.

Haluan tässä myös omalta osaltani muistuttaa, että Suomi menee vaaleihin ennen seuraavan lehden numeron ilmestymistä. Olen perinteisesti kertonut vaalituloksista oman äänestysalueemme osalta ja niin teen nytkin. Pyydän, että kaikki suhtautuvat vakavasti näihin vaaleihin. Äänestäminen on hieno oikeus, jota kaikkialla ei ole. Vaalikaamme mahdollisuuttamme saada vaikuttaa vaaleissa seuraavan neljän vuoden asioiden hoitoon.

Tilanne on Suomessa nyt todella vaikea, ehkä vaikein sotien jälkeen. Monet perusrakenteet ovat murtuneet. Talous on kuralla ja ratkaisua ongelmaan on vaikea löytää. Vaalit ovat äärimmäisen tärkeitä. Jokainen voi käydä antamassa äänensä ja näin näyttää haluavansa osallistua oman maan asioiden hoitoon. Äänestämistä voi jopa hieman pohtia etukäteen. On olemassa vaalikoneita, joiden avulla voi kartoittaa, missä luuraavat ne ehdokkaat, jotka ovat lähinnä omia kantoja.

Tässä tilanteessa on muistettava, että vaikeudet vaativat selvittääkseen asiantuntemusta. Tutkikaa ehdokkaiden tietoja ja taitoja. Kansantaloustieteen tuntemus on tärkeää, samoin rahoitus- ja yritysmailman ymmärtäminen. Tästä allikosta ei nousta misseydellä eikä iskelmäthätydellä. Asioiden kuntoon saattaminen tulee vaatimaan todella kipeitä ratkaisuja ja asioiden kokonaisvaltaista ymmärtämistä. Kaikilla puolueilla on asiantuntijaehdokkaita. Valitaan eduskuntaa todellisia tekijöitä.

Kevät jatkukoon kauniina ja pitäköön kaikkien mielen korkealla.

Peter Stormbom

Koira-asiaa hyvin vakavasti



Dana ja Peppi allekirjoittavat myös sivun 10 vetoomuksen.

Kevät koittaa ja sen mukana keskustelu koirankakasta. Lehti lupasi jo aiemmin keväällä, ettei tänä vuonna tartu aiheeseen tikullakaan, mutta sen verran vilkasta on taas ollut yhteydenottojen määrä, että asia vaatii yleisen hyvä nimissä paneutumista.

Koira on monelle kullan arvoinen kaveri. Monelle yksinäiselle se on uskollinen seuralainen. Monelle ikäihmiselle koira on liikkeellä pitävä voima. Koiran kanssa ulkoilu on mielekästä, vaikka liikuminen muuten ei kiinnostaisi. Lapsille koira on leikkikaveri. Aikuisille se on loppumattoman hyväntuulinen seuralainen, joka jaksaa rakastaa silloinkin, kun muu maailma murjoo.

Koira on kuitenkin ja sittenkin eläin, joka ei huolehdi itsestään ihmisen lailla. Koiran hankkinut ihminen joutuu kaverin hankkiessaan sitoutumaan siitä huolehtimiseen. Koirakaveri vaatii ruokaa ja seuraa ja aktiviteetteja. Koira pitää myös ulkoiluttaa. Wc:tä käyttämään koira ei koskaan opi. Tämä tarkoittaa, että koira kakkaa ulos. Kaduille, puistoihin ja kaikkialle yleisille paikoille. Koira ei voi itse siivota jälkiänsä.

Näin, kun asian esittää, se kuulostaa suorastaan pöyristyttävän itsestään selvältä ja melkein pänavilta toteamukselta. Tietysti asia on näin. Vaan mihin itsestäänselvyys katoaa, kun koiran kanssa ulkoiltaessa kakkakasat jätetään kaduille ja puistoihin? Vaikka asiasta joka vuosi puhutaan ja

vaikka kaikki, ihan jokainen, kysyttäessä kehuu aina keräävänsä lemmikkinsä jätökset ros kiin, kasoja aina vaan on. Miksi tämä on vaikeaa?

Lehden ratkaisu on ennenkin ollut: Puututaan, kun nähdään jonkun jättävän kasan keräämättä. Jos edes silloin ymmärtäisivät hävetä.

Sivulla 10 on vetoomus asioiden paremmasta hoitamisesta.

Seuraavassa on lukijan terveinen aiheesta. Jaamme varmasti kaikki runotädin ajatukset.

Roskaruno

*Korjaamatta jäi koirankakka
ja myös roska moni muu.
Harmissaan on ukko, akka
ja mutrussa on suu.
Asennevammako syynä tähän,
kun vaivaa vaatii se vain vähän:
Siisteyteen herätä,
roskat maasta kerätä!*

Kirj: Roskatäti

Carelia
apteekki - apoteket

Tervetuloa aurinkoiseen
Carelia -apteekkiin
Töölön torin laidalla.

Palvelemme ark. klo 8.30-18.00, la 9.30-15.30

Runeberginkatu 46, 00260 Helsinki
Puh. 09 2538 5300 • www.carelia-apteekki.fi • carelia.apteekki@apteekki.net



Helsingin XII Joutsen apteekki

ajan hermolla historiallisessa ympäristössä vuodesta 1912
Lapinlahdenkatu 1, 00180 Helsinki
Puh. 694 5351, 694 5464, fax 694 5242

Kerää oma pienryhmä, varaa aika ja tulkkaa tutustumaan
farmasian historiaan ja apteekkimuseon kokoelmiin. *Tervetuloa!*

Palveleva apteekki käytössäsi ark 8.00-18.00, la 10.00-14.00.

**RUOHOLAHDEN
SANOMAT**

3/2015 28.3.2015

Ruoholahden Sanomat® on yhdistyksistä ja puolueista riippumaton sekä poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton aluejulkaisu.

Painosmäärä 23 000 kpl.

JAKELU:
Helsingin Jakelu-Expert Oy ja Suomen Posti Oyj sekä lehden oma jakeluverkosto.

PÄÄTOIMITTAJA: Peter Stormbom,
puh. 050 337 5471

TAITTO/AINEISTO: Ars Today, Helsinki/
arstoday@arstoday.fi

KUSTANTAJA: Osakeyhtiö Lintu

*Kansi: Kaunista Ruoholahtea
ilta-auringossa.
Kuva: PS*

ILMOITUSMYynti

Mediakortti-tilaukset: Peter Stormbom,
Selkämerenpolku 4 B 23,
00180 Helsinki, puh. 050 337 5471
ruoholahdensanomat@welho.com
www.ruoholahdensanomat.fi

Ilmoitushinnasto lähetetään pyydettyäessä. Artikkelien ja kuvien lainaaminen ilman lupaa on kielletty. Lehden vastuu virheellisestä ilmoituksesta rajoittuu ilmoituksesta maksettuihin hintaan.

Ruoholahden Sanomat 4/2015 ilmestyy 25.4.2015. Siihen tarkoitettun aineiston tulee olla perillä 15.4.2015.

PAINO
Pirkanmaan Lehtipaino Oy, Tampere • ISSN 1458-6371

BISTRO & MERI

Iltaisin klassista bistroruokaa,
viikonloppuisin herkullinen
brunssi.



Lounas arkisin, perjantaisin myös
aamiaisen. Kellosaarenranta 2.
www.faroravintola.fi 010 424 9830

”Ongelmatilanteisiin pitää varautua”

Näin sanoo Claudio Busi, Asianajotoimisto Ruoholahden toimitusjohtaja. Asianajajan työ nähdään usein riitojen ja tulkintakiistojen ratkaisijana silloin, kun asiat ovat menneet ristiin. Tämä on kuitenkin vain yksi asianajajan rooli. Ongelmatilanteisiin voi ja niihin on hyvä varautua etukäteen. Lainopillisilla neuvoilla voivat niin yritykset kuin yksityishenkilötkin varautua ongelmiin ennalta.

Asianajotoimisto Ruoholahti Oy on Suomen Asianajajaliiton jäsen. Suomen Asianajajaliitto valvoo jäseniään ja asianajajilla on myös jatkuva koulutautumisvelvoite ammattitaidon korkean osaamisvaateen turvaamiseksi.

Asianajotoimisto Ruoholahti aloitti HTC-Centerin Pinta-talossa 1. syyskuuta viime vuonna. Asianajotoimisto tarjoaa korkealaatuisia oikeudellisia palveluita yrityksille ja yksityisille. Valinta sijoittua Ruoholahteen ja yrityksen nimelläkin sitoutua tähän upeaan kaupunginosaan perustui mainioon sijaintiin, alueen kasvupotentiaaliin, sekä haluun alueella toimivien lukuisten yritysten tarpeiden täyttämiseen. Yrityksensä vuoksi toimisto kykenee hoitamaan toimeksiannot mutkattomasti ja kustannustehokkaasti.

Muutamia huippuluokan osaamisalueita

Yleisen liikejuridiikan osaamisen lisäksi toimisto on erityisen ylpeä poikkeuksellisen vahvasta vakuutus- ja vahingonkorvausoikeudellisesta osaamisesta. Toimiston juristeista **Jussi Laasosella**, **Aku Rantasalolla** sekä **Leena Kuhasella** on pitkä kokemus vakuutusalaista. Toimisto edustaa ja avustaa asiakkaitaan Suomessa ja myös kansainvälisesti kaikissa vakuutus oikeudellisissa asioissa.

Asianajotoimistolla on myös vahva riitojen ratkaisu osaaminen. **Claudio Busi** ja **Jussi Laasonen**, kuten kaikki toimiston asianajajat ja juristit, hoitavat oikeudenkäyntejä niin yleisissä kuin erityis- tuomioistuimissa, sekä välimiesoikeuksissa.

Toimisto-osaamisalueeseen kuuluu myös rakentamiseen, asunto- ja kiinteistöyhtiöihin sekä rakennusurakoihin ja niitä koskeviin riitoihin liittyvät toimeksiannot.

Toimisto palvelee yrityksiä sen elinkaaren kaikissa vaiheissa yrityksen perustamisesta alkaen, kuten esimerkiksi laatii Start-Up-yrityksille sopimuksia liiketoiminnan tarpeisiin sekä huolehtii myös aineettomien oikeuksien juridisesta suojaamisesta. Toimisto tarjoaa apuaan myös PK-sektorin yrityskauppoihin sekä sukupolvenvaihdostilanteisiin.

Yritystoimintaan kuuluu välttämättömänä osana riski siitä, että yhtiö voi ajautua niin merkittäviin taloudellisiin vaikeuksiin, että joudutaan harkitsemaan yrityssaneerausta tai jopa yrityksen hakeamista konkurssiin. Claudio Busin yhtenä erikoistumisalueena on maksukyvyttömyysjuridiikka. Hän toimii monien yritysten ja yritysjohtajien juridisena neuvonantajana.

Sopimus- ja yhtiöoikeus

Claudio Busi kertoo edelleen, että toimisto tarjoaa monenlaisia sopimusoikeudellisia palveluja yrityksen liiketoiminnan tueksi ja edistämiseksi. Palveluihin kuuluvat mm. sopimusoikeudelliset riskikartoitukset. Palveluihin kuuluu myös johtaja- ja osakassopimusten laadinta sekä yritysjohtoon toimintaan liittyvien riskien kartoittaminen. Toimiston juristit toimivat tarvittaessa yritysjohtoon oikeudellisenä neuvonantajana ja hallituksen oikeudellisenä sihteerinä mm. hallituksen kokouksissa ja yhtiökokouksissa.

Työnantajavastuut ja työoikeudelliset kysymykset kuuluvat kaiken kokoisten yritysten arkeen. Toimistolla on vahvaa osaamista työsuhteiden ja yrityksen elinkaaren kaikissa vaiheissa ja toimisto hoitaa rekrytointia koskevan juridisen konsultoinnin, työsuhteiden laadinnan ja niiden päättämisen prosessit. Toimisto hoitaa työsuhteita koskevat riita- ja rikosprosessit työoikeuden kysymyksiin liittyen. Työoikeudellisia toimeksiantoja toimistossa hoitavat **Otso Nykänen** sekä **Leena Kuhanen**.

Palveluja myös yksityishenkilöille

Oikeudelliset palvelut yksityisille asiakkaille kattavat mm. varallisuus ja perintöoikeuteen, työoikeuteen sekä kiinteistöihin ja asumiseen liittyvät asiat. Varallisuus- ja perintöoikeudellisia toimeksiantoja voivat olla avioliittoon, avioehto- sopimukseen, lasten elatukseen, avio- tai avoliiton päättämiseen liittyvät asiat. Perheen sisäiset oikeudelliset järjestelyt ovat osa riskienhallintaa, joka oikein toteutettuna eliminoi monet tulevaisuu-



Istumassa vasemmalta Nana Tamminen, Jussi Laasonen. Seisomassa vasemmalta Leena Kuhanen, Aku Rantasalo, Otso Nykänen, Claudio Busi, Marjukka Laasonen.

desa vaanivat ongelmat. Toimistossa hoidetaan myös jäämisoikeudellisia järjestelyjä, testamentin laadinnasta perunkirjoitukseen ja perinnönjakoon. Perintöoikeuteen liittyy lukuisia tulkintatilanteita, jotka on syytä kartoittaa etukäteen. Omaisuuden hallittu siirto seuraavalle sukupolvelle voi vaikuttaa ratkaisevasti verotukseen.

Asianajotoimisto Ruoholahti Oy:n toiminta-ajatuksia

- Toimisto on joustava ja asiantunteva
- Painopiste liikejuridiikassa.
- Toimiston yhtenä toiminta-ajatuksena on tarjota Ruoholahden ja sen ympäristön yrityksille in-house-lakipalveluita eli toimia alueen yritysten omina helposti saavutettavana juristipalveluna.

Toimisto palvelee suomen, ruotsin, englannin ja italian kielillä.

Asianajotoimisto Ruoholahti Oy

Tammasaarenkatu 3
00180 Helsinki
puh 010 219 4444
www.ruoholahtilaw.fi

Toimiston juristien yhteystiedot:

claudio.busi@ruoholahtilaw.fi
+ 358 400 508 837
jussi.laasonen@ruoholahtilaw.fi
+ 358 50 302 1382
aku.rantasalo@ruoholahtilaw.fi
+ 358 50 517 3500
leena.kuhanen@ruoholahtilaw.fi
+ 358 40 770 9111
otso.nykanen@ruoholahtilaw.fi
+358 10 219 4440
+358 50 410 0960
marja.ramm-schmidt@ruoholahtilaw.fi
+ 358 50 553 1904



Asianajotoimisto Ruoholahti sijaitsee High Tech Centerin Pinta-talossa.

JÄTKÄSAAREN APTEEKKI

Apteekkipalvelua Jätkäsaarella
jo vuodesta 2014!

Tyynenmerenkatu 3, puh. (09) 628 183 • Palvelemme ma-pe 10-18, la 10-16



MUISTATHAN, ETTÄ LÄHIPALVELUJA KÄYTTÄMÄLLÄ
TAKAAT NIIDEN SÄILYMISEN



Tervetuloa
1+1 Salille
voimaan hyvin!



Hinnat
alkaan
60 €/kk!

Tule treenaamaan pienryhmässä Personal Trainerin ohjauksella!
Voit liittyä olemassa olevaan ryhmään tai kerätä oma treeniporukka.

Välimerenkatu 4, Jätkäsaari • vesa@1plus1.fi • 040 545 7238 • www.1plus1.fi

Nuorisotalo Korallin kuulumisia



Aurinkoisia kevät- terveisiä nuorisotalolta!

Arkitiineihin on palailtu talviloman ja valintojen stoori-viikon jäljiltä. Talvilomalla olisimmekin toivoneet, että nuoria olisi käynyt toiminnassa runsaammin.

Toivottavasti loma sujui kaikilla kuitenkin leppoisasti ja mahdollisimman moni kävi tutustumassa Reaktorissa, nuorten omassa talvilomatapahtumassa Messukeskuksessa. Kuudesluokkalaisille suunnatussa valintojen stoorissa kävi tarinaa läpi viikonaikana melkein 400 lasta eteläisen alueen kouluilta. Kiitos kaikille toimijoille, jotka osallistuivat mukavan viikkon toteutukseen.

Aika saa siivet, kun on kivaa ja toimintamme on taas vilkastunut. Päivittäiset kerhot ovat jatkaneet toimintaansa ja auringon säteiden jo hiukan lämmittäessä olemmekin varhaisnuorten kanssa leikkineet ja pelailleet ulkona.

Maaliskuussa vietämme rasismien vastaista viikkoa, jonka ohjelman on suunnitellut ohjaajamme **Herve**. Safkapajalaiset taas ovat kokkailleet kahdesti. Pajassa nuoret suunnittelevat yhdessä menun ohjaajan **Kreetta Pernun** kanssa. Kreetta toimii nuorisotalolla vapaaehtoisena aikuisena. Nuorten safkapaja, it's pasta time; tekeekin maku-matkoja ympäri maailman.



Safkapajalaiset vasemmalta Feisal, Osman, Ida, Joel, Marco, takana Doha ja Erik.

Huhtikuussa tapahtuu:

- 2.4. talo auki kello 16 asti
- 3.-6.4. vietämme pääsiäislomaa
- 19.4. nuorisotalo toimii eduskuntavaalien äänestyspaikkana
- 25.4. nuta illan auki 18-22.45 iltanuorille
- 30.4. nuorisotalo on suljettuna henkilökunnan suunnittelupäivän vuoksi
- **Nuoret Huom!** Lauantaina 23.5. vietämme nuorisotalon edustalla (säävaruksella sisällä) kirpputoritapahtumaa kello 11-14, jos haluat varata itsellesi tai yhdessä kaverisi kanssa myyntipöydän ja päästä eroon vanhoista tavaroistasi niin laita viestiä ruoholahden.nuorisotalo@hel.fi tai soita numeroon 09 3107 1708. Pöydät ovat nuorille ilmaisia.
- Vapaita pöytiä voi tiedustella muutkin ruoholahden asukkaat 11.5. lähtien, pöytämaksu on 5€, tuotto menee nuorisotalon nuorten toimintaan.
- Tarvitseeko yhdistyksenne tai ryhmänne kokoustilaa tai etsitkö lapsellesi synttäreiden viettopaikkaa. Nuorisotalon vapaita aikoja ja tiloja voi tiedustella terttu.ylonen@hel.fi

Lämpimiä kevätpäiviä toivotellen
nuorisotalon henkilökunnan puolesta

Tepa

Ruoholahden Leikkipuiston kuulumisia



Keväinen tervehdys Ruoholahden leikkipuistosta!

Kevät on ihanasti edennyt mikä on näkynyt puiston pensaissa ja puissa pieninä silmuina samoin kuin liisäntyneenä auringon paisteena. Pienen ollaankin jo pääsiäisessä ja ei ole kauaa kun koittaa jo kesä. Kesällähän puisto onkin sitten auki koko kesän.

Maaliskuun aikana on puistossa muun muassa pidetty vauvoille värileikkiä, vietetty kerhoissa merirosvo- ja merenneito- teemaa sekä pidetty koululaisille kevään ensimmäinen Talent-Ruohis. Samoin on tehty erilaisia pääsiäisaskarteluja kuten rairuhoistutuksia ja koristeltu pääsiäisvitsoja.

Tulevia tapahtumia leikkipuistossa:

- Maanantaina 30.3., 13.4., 18.5. ja 25.5. vauvalaulut klo 11.00. Ei ennakkoilmoittautumista.
- Keskiviikkona 1.4. pääsiäissuunnistus klo 14.30-15.15.
- Torstaina 2.4. Isä-lapsikerho klo 17.00-19.00, pitäjänä MLL Ruoholahti.
- Perjantaina maanantaihin 3.4.-6.4. pääsiäinen, puisto on tällöin kiinni. Hyvää pääsiäistä!
- Torstaina 9.4. Isä-lapsikerho klo 17.00-19.00, pitäjänä MLL Ruoholahti.
- Perjantaina 10.4. Tuo ja vaihda -päivä klo 10.30 -11.30
- Torstaina 16.4. Isä-lapsikerho klo 17.00-19.00, pitäjänä MLL Ruoholahti.
- Perjantaina 17.4. leikkivarjotuokio klo 10.30.
- Maanantaina 20.4. vauvojen värileikki klo 10.00-11.00. Ryhmä täynnä.
- Tiistaina 21.4. Imetystukiryhmä klo 17.00-18.30, pitäjänä Imetystuki ry.
- Torstaina 23.4. Isä-lapsikerho klo 17.00-19.00, pitäjänä MLL Ruoholahti.
- Perjantaina 24.4. askartelua klo 10.30-11.30.

Iltapäivätoiminnan haku on meneillään. Yleinen haku aika on 28.1.2015- 30.4.2015. Ilmoittautumislomakkeen leikkipuiston iltapäivätoimintaan voi hakea leikkipuistosta tai Internetistä osoitteesta <http://www.hel.fi/hki/Vaka/fi/Lomakkeet>.

Osallistuminen toimintaan on maksutonta.

Välipalan kuukausimaksu on tällä hetkellä 36,10 €.

Samoin haku leikkitoiminnan kerhoihin ensi syksyksi on 30.4. asti. Leikkitoiminnan kerhot on tarkoitettu kotihoidossa oleville 2-5-vuotiaille lapsille.

Tapahtumista voi tiedustella lisää leikkipuistosta, puh. 040- 33 44 178. Olemme myös Facebookissa. Leikkipuiston ilmoitustauluilta löytyy myös tietoa alueen muista tapahtumista ja toimijoista.

Lämpimästi tervetuloa puistoon,

Puiston väki

Tervetuloa tyytyväisten asiakkaiden pankkiin

EPSI Rating 2014 -tutkimuksen mukaan Handelsbankenilla on Suomen tyytyväisimmät pankkiasiakkaat.

Ruoholahti, Itämerenkatu 9. Puh. 010 444 3770*
ruoholahti@handelsbanken.fi
*0,0835 e/puh.+0,1209 e/min.

Handelsbanken

Talonmiehet.fi

Paikallinen huoltoyhtiösi palvelee 24/7.

Toimimme ripeästi, joten ota yhteyttä.

Tee vikailmoitus: Talonmiehet.fi

Soita 050 300 9980

Meilaa..... huolto@talonmiehet.fi

Tule käymään ... Messityönkatu 10, 00180 Helsinki



**Helsingin
AKVAARIOKESKUS.com**

yli 300 lajia kalaja
yli 100 lajia kasveja
akvaariot, kalusteet,
tekniikka ja tarvikkeet

**Alan ammattilainen
akvaariosi puolesta**

**Itämerenkatu 26
Puh. 586 5861
Ark. 10-18 • La 10-15**

Ruoholahden kappelin kuulumisia

Ruoholahden Kappeli, Selkämerenkuja 1



Kappelin terveiset

Aurinkoista kevättä itse kullekin! Kevät on tullut, lumet ovat sulaneet ja jääkin jo vetäytyy pikkuhiljaa Ruoholahden kanaalissa. Moni on kai-
vanut aurinkolasit kaappien hyllyjen uumenista käyttöön ja lähteneet kaduille lenkkeilemään, kävelylle ja pyörimään. Nyt on hyvä hetki innostua ja innostaa itseä sekä muita. Tehdä spontaani siivous, kutsua kaveri kylään, tehdä perheen kanssa jotain yhdessä tai ilahduttaa naapuria hyvällä teolla.

Kohta on pääsiäinen ja paaston aikana on osa hiljentynyt miettimään, mikä on tärkeää elämässä ja hiljentymään sekä hiljentämään omaa elämän tah-
tiansa. Instagramissa on näkynyt #ekopaasto. Itse olen miettinyt omaa elintapaani ja vuoden alussa päätin osallistua Facebook-tapahtumaan vuosi ilman vaatteita ja tähän asti on mennyt hyvin ilman houkutuksia ja heräteostoksia. Nyt paaston aikana spontaanisti yhtenä arki-iltana kävin vaatteeni läpi ja karsin vähän käytetyt kaapin pohjalla olevat vaatteet pois. Vaatteet lähtevät kierrätykseen Punaisen Ristin kautta, toiselle iloksi ja hyödyksi. Mikä voisi olla sinun hyvä tekosi, jolla ilahdutat muita?

Pääsiäinen on ilon juhla. Useilla kotona kasvaa rairohoia, joissa pikkutiput tanssivat, ja syödään pääsiäismunia. On aika uusille aluille. Toisen seurakunnan isokset keksivät kuvata pääsiäistä loistavasti Kinder-munalla. Paastona odotetaan, maltetaan tuskin odottaa, kun tekisi mieli jo repiä pääsiäismunan ohut foliokuori. Folion jälkeen tulee tumma suklaa, yhtä surullinen ja synkkä kuin

pitkäperjantai. Kuitenkin tummasuklaan alta löytyy valkoinen makeampi suklaa niin kuin 2. pääsiäisaamu. Kaikkein parasta on kuitenkin sisältä löytyvä yllätys, niin kuin naiset löysivät Jeesuksen haudalta. Siellä ei ollutkaan Jeesus, vaan enkeli.

Maaliskuun lopulla alkaa loppukevääksi kappelilla uusi ryhmä yksinhuoltajille, yksinhuoltajien tapaaminen. Ryhmä kokoontuu lauantaisin klo 9-12.00 ja ensimmäisen kerta on 28.3. Yksinhuoltajien tapaamisia on aina 6.6.2015 asti ja sitten tulee kesäloma.

Sen lisäksi kouluikäisten ja lapsityön kesäma-
nokset ovat ilmestyneet. Kouluikäisille 7-14-vuotiaille on tarjonnassa päiväleirejä, telttaleirejä, partioleiri ja perheiden yhteinen huippukiva perheleiri, jonne mahtuu kaikenlaiset ja muotoiset perheet vauvasta vaariin. Lapsityö tekee mm. Maaritin johdolla retkiä Helsingin erilaisiin mielenkiintoisiin paikkoihin. Lisätietoa löytyy nettisivuiltamme, kappelilta ja työntekijöiltä.

Mistä Sinä voisit innostua tänään? Ketä haluaisit muistaa juuri nyt?

*Hyvää Pääsiäistä kaikille ja
olkoon kevät teille lämmin halaus!*

**Karoliina Etelä-aho,
nuorisotyönohjaaja**



Nordea Pankki Suomi Oy

Tervetuloa kakkukahville

Nordean palvelut Lauttasaareen 30.3.2015 alkaen saman katon alle Melkonkadulle.

Tarjoamme asiakkaillemme kakkukahvit **keskiviikkona 1.4. klo 10.00 - 16.00.** Kahvitilun lomassa on mahdollisuus tutustua myös konttorimme.

Lämpimästi tervetuloa!

Helsinki
Melkonkatu 28 C
nordea.fi

Nordea

TERVETULOJA KEVÄISILLE OSTOKSILLE JÄTKÄSAAREEN

VAIN TORSTAINEN:

TUORETTA HEDELMÄÄ!

PÄRKKA BANAANI
Costa Rica/Columbia
1 lk

0⁹⁹ kg

VAIN PERJANTAINEN:

SUORAAN GRILLISTÄ!

BROILER
raakapaino
n. 1,2 kg

4⁹⁹ kpl

VAIN LAUANTAINEN:

OMASTA KIVIUUNISTAI!

PIZZALADAS PIZZA
Kinkku, Basic,
Broiler ja
Pepperoni

5⁰⁰ kpl

KUUKAUDEN PARHAAT K-PLUSA-TARJOUKSET VOIMASSA 2.4.-3.5.2015:

Saariön KULTAKINKKU, -BROILER ja KALKKUNAVIIPALEET 150-200 g 3⁴⁵ kpl -13% Etu K-Plussa-kortilla	HK Kabanossi GRILLIMAKKARAT 400 g 2 pkt! 4⁵⁰ 2 pkt -22% Etu K-Plussa-kortilla	Forssan PERUNA, PUNAJUURI ja ITALIANSALAATTI 400 g (ei kevyet) 1⁴⁹ rs -21% Etu K-Plussa-kortilla	Vitalinea ja Activia PRO KERROS-RAHKAT 160 g 3 kpl! 3⁰⁰ 3 kpl -22% Etu K-Plussa-kortilla
Valio Polar JUUSTOT 300-350 g 2⁹⁹ kpl -38% Etu K-Plussa-kortilla	Ingman maustetut KERMAJÄÄTELÖT 1 l, ei laktoositon 2 pkt! 5⁰⁰ 2 pkt -21% Etu K-Plussa-kortilla	Taffel Mega PERUNALASTUT 236-325 g, myös Taffel Cheese Stars 160 g 2 ps! 4⁰⁰ 2 ps -21% Etu K-Plussa-kortilla	Fazer MAITOSUKLAA-LEVY 200 g 2 kpl! 3⁹⁰ 2 kpl -10% Etu K-Plussa-kortilla

Ilman K-Plussa-korttia 3,45 /kpl
Ilman K-Plussa-korttia ja yks. 2,89 /pkt
Ilman K-Plussa-korttia 1,89 /rs
Ilman K-Plussa-korttia ja yks. 1,19-1,29 /kpl
Ilman K-Plussa-korttia 4,89 /kpl
Ilman K-Plussa-korttia ja yks. 3,19 /pkt
Ilman K-Plussa-korttia ja yks. 2,55 /ps
Ilman K-Plussa-korttia ja yks. 2,19 /kpl

Hinnat voimassa 2.4.-3.5.2015, ellei toisin mainita. Ei jälleenmyyjille.

Olemme saaneet tiloihimme myös **SmartPOST** pakettipalvelun. Nyt ei muuta kuin paketteja lähettelemään!

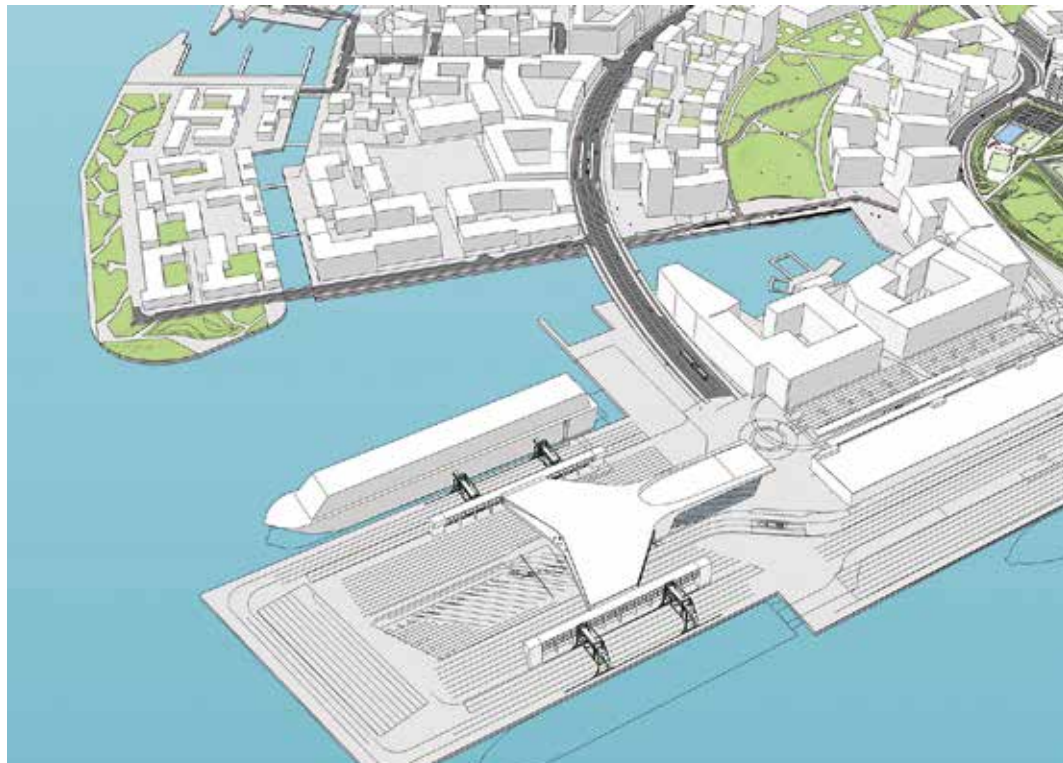
JÄTKÄSAARI
Välimerenkatu 5, 00150 Helsinki
puh. 020 734 5640
ville.hamalainen@k-market.com

KAUPPIAS HOITAA HOMMAN

PALVELEMME ARK. 7-21, LA 7-21, SU 12-21



Nykyinen terminaal, Helsingin Satama Oy.



Mallinnuskuva uudesta terminaalista, PES-Arkkitehdit Oy.

Satama keskellä kaupunkia

Helsinki-Tallinna -laivaväylä on yksi koko Euroopan vilkkaimmista meriyhteyksistä, joka yhdistää Helsingin ja Tallinnan muodostaman kaksoiskaupungin. Yksinomaan Länsisatama palvelee keskimäärin 17 000 matkustajaa ja yli 3000 ajoneuvoa vuorokaudessa. Länsiterminaal, joka lanseerattiin Helsingin ja Tallinnan väliseen liikenteeseen vuonna 1995, täyttää tänä vuonna 20 vuotta. Länsiterminaalin liikenne on kasvanut tasaisesti viime vuosikymmeninä ja jatkaa yhä kasvuaan. Toimiva liikenne kasvavassa kaupunginosassa vaatii tuekseen Länsisataman ja lähialueiden liikenneratkaisujen jatkuvaa kehittämistä.

Länsisataman vilkkaus tuo sen lähinaapurustoille – Ruoholahteen ja Jätkäsaareen – omaleimaisia ilmettä ja ”satamatunnelmaa”, jollaista monet Helsingin kaupunginosat eivät voi asukkailleen tarjota. Kolikon toisella puolella on kuitenkin vilkkaaseen toimintaan usein liittyvät haittapuoleet, kuten lähialueen liikenteen ajoittainen ruuhkautuminen. Näiden helpottamiseksi tehdään kuitenkin aktiivisesti työtä Helsingin kaupunkisuunnitteluviraston ja erityisesti HSL:n kanssa.

”Länsisataman matkustajamäärät kasvavat muita Helsingin kaupunkisatamia nopeammin. Esimerkiksi säännöllinen työmatkaliikenne ja palveluihin liittyvä jakeluliikenne suomalaisten ja virolaisten yritysten välillä yleistyy. Tämä näkyy myös Länsisatamasta ajoneuvomäärien kasvuna”, toteaa Helsingin Satama Oy:n matkustajaliikenteestä vastaava johtaja **Kari Noroviita**.

Noroviidan mukaan Tallinnan suunnan laivaliikenne on tasaisessa kasvussa. Erityisesti kasvu painottuu nopeaan Tallinnan-liikenteeseen. Tällä hetkellä Länsisataman kautta kulkee vuorokaudessa Tallinnaan yhdeksän laivavuoroa, joten käytännössä Tallinnaan voi lähteä lähes tunneittain vilkkaimpaan aikaan.

Länsisataman ja Tallinnan välistä matkustajaliikenteen 20-vuotisjuhlaa vietetään tulevana vapuna. Liikenteen alku oli vuonna 1995 varsin vaatimatonta tähän päivään verrattuna, mutta nyt puhutaan jo Helsinki-Tallinna -kaksoiskaupungista. Tämä näkyy jo nyt muun muassa virolaisten työntekijöiden kasvavana hakeutumisena Suomen työmarkkinoille. Viime vuonna matkustajamäärät Tallinnaan kasvoivat noin 1,5 prosenttia ja ajoneuvojen osalta kasvua oli hiukan enemmän.

”Tallinnan lisäksi Länsisataman kautta voi matkustaa myös Pietariin viisumivapaasti kolmesta neljään kertaan viikossa”, Noroviita muistuttaa.

Kolikon kaksi eri puolta

Vaikka vilkas matkustajaliikenne ja turismivirat tuovat Länsisataman naapurustoille paljon hy-

vää, jopa uutta liiketoimintaa ja palveluntarjontaa, Noroviita myöntää, että alueen liikennejärjestelyt kaipaavat edelleen sopeuttamista lisääntyvään käyttökapasiteettiin.

Jotkut alueen asukkaat ovat kokeneet, että raitiovaunut täyttyvät laivamatkustajista ja heidän matkalaukuistaan, jolloin istuinpaikan saaminen on vaikeaa. Tälläkin asialla on kuitenkin kaksi puolta – toisaalta on pidetty positiivisena, että on saatu ihmisiä käyttämään julkista liikennettä ja toisaalta ei.

Noroviidan mukaan Länsisataman vilkkaus tuo Jätkäsaaren asuinalueelle muun muassa hyvin tiheän raitiovaunuliikenteen. Satama-alueelle on helppo matkustajana tulla julkisilla liikennevälineillä. Helsingin kaupunki on hakenut asukkaista vapaaehtoisia raportoimaan raitioliikenteen puutteista. Tällä paneelilla pyritään liikenteen parem-

”

Tallinnan lisäksi

Länsisataman kautta voi matkustaa myös Pietariin viisumivapaasti kolmesta neljään kertaan viikossa.

paan palvelutasoon. Yleisesti on pyrkimys siihen, että ympäristöystävällisen raitiovaunuliikenteen kasvua saataisiin kaupungissa lisättyä yksityisautoilun sijaan.

Kaupunki ja HSL on ollut hereillä asian suhteen, ja toisaalta työtä edelleen tehdään aktiivisesti liikenneruuhkien helpottamiseksi. HSL:ää voi kiittää siitä, että raitiovaunuvuoroja on pystytty lisäämään muun muassa tuomalla linja 9 lisäksi 6 B raitiovaunun liikenteeseen ruuhka-aikoina.

Noroviita muistuttaa, että myös satamasta ulos johtavia liikenneyhteyksiä kehitetään kokonaisvaltaisesti osana kaupungin liikenteen kehittämis-

tä. Toukokuussa 2015 valmistuu Tyynenmerenkadulle uusi alueelta ulos johtava lisäkaista, joka tulee aikanaan sujuvoittamaan sataman ulostulo-liikennettä ja korvaamaan nykyisiä ulosajoreittejä. Myös muunlaisia järjestelyitä mietitään alueen liikennejärjestelyiden sujuvoittamiseksi – esimerkiksi valo-ohjauksia on säädetty Länsisataman läheisellä hankalalla risteysalueella ruuhkahuipujen helpottamiseksi.

Noroviidan mukaan länsimetron valmistuminen syksyllä 2016 tuo myös mahdollisuuksia liikenteen sujuvoittamiseksi. Hän huomauttaa kuitenkin, että Mechelininkadun ja Porkkalankadun välisen risteysalueen kokonaisliikenteestä sataman liikenne muodostaa vain viiden prosentin osuuden.

Ennen kaikkea Kampista lähtevä bussiliikenne tulee länsimetron valmistuttua oleellisesti vähene-mään. Tällöin on myös oletettavaa, että bussikaistoja voitaisiin käyttää myös muuhun liikenteeseen ruuhkien helpottamiseksi.

Kehitys tuo myös ympäristöetua

Työtä tehdään myös raskaan liikenteen uudelelleen järjestämiseksi Helsingissä. Satamat yhdessä laivanvarustamoiden kanssa ovat pyrkineet jakamaan liikennettä siten, että raskaan liikenteen aiheuttamat haitat keskusta-alueilla vähentyisivät. Tammikuussa saatiin avattua Vuosaaren kautta kulkeva lauttayhteys Tallinnaan, joka nimenomaan keskittyy raskaan liikenteen kuljetuksiin.

Noroviidan mukaan jo nyt kyseinen linja on saavuttanut hyvän suosion rekan kuljettajien keskuudessa.

Reitillä on hyvät mahdollisuudet lisätä suosiotaan edelleen, ja siihen myös tulevaisuudessa pyritään. Entä millaisena Noroviita näkee satamien roolin ympäristöhaittojen ennaltaehkäisyssä?

”Satamatoiminta vaikuttaa väistämättä ympäristöön. Vaikutuksia syntyy ennen kaikkea laivaliikenteestä ja siihen liittyvästä maaliikenteestä”.

Noroviidan mukaan myös tällä saralla tullaan seuraavien vuosien aikana näkemään monia parannuksia.

”Kehitys menee jatkuvasti eteenpäin muun muassa uusien laivojen osalta. Esimerkiksi Tallinkin vuonna 2017 liikenteeseen tilaama uusi laiva Helsinki – Tallinna välisellä reitillä tulee käyttämään ympäristöystävällistä LNG-polttoainetta eli nesteytettyä maakaasua”.

Vuoden vaihteessa voimaan astunut rikkidirektiivi merkitsee jo nyt sitä, että laivat kulkevat käytännössä rikkittömällä polttoaineilla. Rikkittömät polttoaineet tuovat ympäristön paikallisen kuormituksen kannalta merkittävää etua.



Länsisataman työmaa-alue.

ARTO SATULI

Nordean Gyldenintien konttori muuttaa

Gyldenintien Lauttasaarella sijaitseva Nordean konttori muuttaa 30. maaliskuuta alkaen putkiremontin alta uusiin tiloihin Heikkaan taloon, osoitteeseen Melkonkatu 28. Konttorin palvelut ja aukioloajat säilyvät muutossa ennallaan: konttori on avoinna maanantaista perjantaihin kello 10-16.30. Jatkossa myös laskunmaksu- ja ottoautomaatit sijaitsevat Melkonkadulla.

”Melkonkadulla toimii jo ennestään Nordean neuvonta- ja asiantuntijapalveluihin keskittynyt konttori. Saman katon alta saa kaikki henkilöasiakkaan pankkipalvelut kassapalveluita lukuun ottamatta. Konttoriin voi tulla keskustelemaan esimerkiksi säästämistä tai laina-asioista. Ajanvarausta ei ole pakko tehdä, mutta suosittelen sitä asiointin nopeuttamiseksi”, konttorinjohtaja **Leena Paananen** toteaa.

Ajan voi varata ennalta soittamalla Nordean asiakaspalveluun, joka palvelee ympäri vuorokauden numerossa 0200 3000.

”Suurimman osan pankkiasioista voi nykyään hoitaa puhelimitse suoraan asiakaspalvelus-

sa. Näppärimmin se käy, kun tunnustautuu puhelun aluksi omilla pankkitunnuksillaan. Asiakkaat haluavat ylipäättään hoitaa pankkiasioitaan entistä enemmän joko puhelimitse, mobiilisti tai verkon välityksellä silloin kun se heille parhaiten sopii. Myös käteistä nostetaan yhä useammin joko automaattista tai ostosten yhteydessä kaupan kassalta”, Leena Paananen kertoo.

Nordean asiakkaat voivat nostaa käteistä kortti-ostosten yhteydessä monista K-ruokakaupoista, R-kioskeista ja Tokmannin myymälöistä ympäri maata. Lauttasaarella käteistä voi nostaa K-Extra Oliivista, K-extra Herkkulautasta ja K-supermarket Lauttasaaresta.

Lähimmät TalletusOtto-automaatit ovat Ruoholahden Kauppakeskuksessa osoitteessa Salmisaa-renkatu 9, keskustassa osoitteessa Mannerheimintie 7 sekä Espoon Tapiolassa, Länsituulentie 8:ssa ja 10:ssä. Lähimmät kassa- ja päivittäispalveluita tarjoavat Nordean konttorit sijaitsevat Helsingissä Mannerheimintie 7:ssä ja rautatienrillalla Elie-linaukio 3:ssa, sekä Espoon Tapiolassa osoitteessa Länsituulentie 10.

MEILTÄ TEILLE...



Henkilöautokurssit alkavat aina maanantaisin kello 17.00.

Laskut joustavasti 4 erässä.

Courses available also in English, ask for more.

TEEKKARIEN AUTOKOULU OY
Abrahaminkatu 13, 00180 Hki-Kamppi

09 659 771
teekkarienautokoulu@welho.com



Lehden voi myös noutaa

Ruoholahden Sanomat jaetaan jakelualueellaan jokaiseen kotiin, jolla ei ole ovelaan ilmaisjakelun kieltävää tarraa. Lehdelle on oleellisen tärkeää saada kuulla, jos jokin talous jää lehteen vaille, vaikka kieltotarra ei ole. Ilmoitukset jakeluvirheistä saa mielellään ilmoittaa puhelimitse 050 337 5471, tai sähköpostilla ruoholahdensanomat@welho.com tai nettisivujen palautetoiminnan kautta sivuilla www.ruoholahdensanomat.fi.

Jos lehti jää tulematta tai, jos et halua luopua jakelukiellosta, saat sen noudettua seuraavista noutopisteistä:

Selkämerenkadun R-kioski, Selkämerenkatu 7, **Fenno Optiikka**, Kauppakeskuksen sisäkäytävä, Itämerenkatu 21, **Jätkäsaaren K-market**, Välimerenkatu 5, **Huutokonttori**, Tyynenmerenkatu 1. Sekä monista alueen ravintoloista.

- **VINTAGE 79**, kosteuttava ja elvyttävä kasvohoito talven jälkeen 67€
- **PERINTEINEN JALKAHOITO**, sis. geelilakkaus 62€
- **RIPSIEN JA KULMIEN VÄRJÄYS**, 20 €

KAUNEUSHOITOLA PEONIA
Itämerenkatu 2, 00180 Helsinki • Puh. 045 609 8377
www.peonia.fi • kauneushoitolapeoniah@hotmail.com

Käy netti-sivuillamme ja Facebookissa tutustumassa.

KAUPPAHALLIKUJA PALVELEE

SINÄ & hyvä ruoka
K-CITYMARKET RUOHOLAHDDESSA

**TERVETULO A UUNITUOREESEEN
LEIPÄKAUPPAMME**

Oma leipomomme uudistui ja avasimme uuden VAASAN LEIPÄKAUPPA -osaston K-citymarket Ruoholahteen. Meiltä löydät herkullisen valikoiman uunituoreita leipomotuotteita suomalaisen makuun, jokaiseen päivään.
Tervetuloa!

Lämpimäisesti
tervetuloa!



Itämerenkatu 21-23. Puh. 01053 82800 • MA-PE 9-21, LA 8-18, SU 12-18

Puhelun hinta 8,35 snt/puh.
+12,09 snt/min. (sis. alv 24%)



Otto



CITYMARKET
RUOHOLAHTI



PÍRKKA



Tehdään hyvää.
Yhdessä.

Jätkäsaaresta tulossa merkit

Jätkäsaaren muotoutumassa olevasta uudesta kaupunginosasta on kehittymässä myös merkittävä hotellialue. Rakentamista odottaa Jätkäsaarella peräti neljä uutta hotelliä lähivuosien aikana: Clarion Hotel Helsinki, Wood City, Art Hotel Helsinki ja Hotel Hellsten.

Näistä suurimman ja näkyvimmän, Clarion Hotel Helsingin rakentaminen on jo alkanut maaliskuun puolivälissä, ja valmista on luvassa lokakuussa 2016. Clarionin kahdesta tornista korkeampi kohoaa 16 kerroksellaan 78 metrin korkeuteen, ja se muodostuu näin Jätkäsaaren uudeksi maamerkiksi.

Ruoholahden Sanomat keräsi tälle aukeamalle tärkeimmät tiedot Jätkäsaaren neljästä mielenkiintoisesta hotellihankkeesta.



1 Clarion Hotel Helsinki, 2 Wood City, 3 Art Hotel Helsinki, 4 Hotel Hellsten.

Kansainvälinen Clarion Hotel Helsinki

Jätkäsaaren uusista hotellihankkeista suurin ja näkyvin on 16-kerroksinen tornihotelli Clarion Hotel Helsinki. Kyse on norjalaisen suursijoittajan Arthur Buchardtin 19. hotellista. Clarion kuuluu Nordic Choice Hotels -ketjuun, jolla on yhteensä 164 hotelliä muissa Pohjoismaissa ja Baltiassa, mutta nyt siis vasta ensimmäinen rakenteilla Suomessa.

Clarion Hotel Helsingin rakentaminen on jo alkanut maaliskuun puolivälissä Tyynenmerenkadun ja Välimerenkadun risteyksessä, vastapäätä tulevaa Wood Cityn hotelliä.

”Käyttöönottopäivämääräksi on määritelty 17. lokakuuta 2016”, kertoo hotellin pääsuunnittelija, arkkitehti SAFA Aki Davidsson arkkitehtitoimistosta Arkkitehdit Davidsson Tarkela Oy.

Hotellin korkeudesta oli pitkään kiivastakin kiistaa; alun perin se oli kaavailtu jopa 33-kerroksiseksi ja 113-metriseksi, mutta tämä aie kaatui aikanaan kaupunginvaltuuston äänestyksessä yhden äänen enemmistöllä. Nyt toteutuvan hotellin pitempi torni on ”vain” 16-kerroksinen ja 78 metriä korkea.

”Tämä riittää mainiosti”

”Tämänkin korkuinen rakennus toki kelpaa varsin mainiosti, semminkin kun Helsingin kaupungin aloitteesta hotellikiinteistöön on nyt tarkoitus kytkeä mukaan viereinen, 1930-luvun alussa rakennettu Lars Sonckin suunnittelema makasiinirakennus. Tästä syntyy hyvin luontevasti kongressikeskuskokonaisuus. Toiminta, joka nyt sovitetaan makasiiniin, sopii myös hyvin yhteen vanhan rakennuksen suojelutavoitteen kanssa”, Aki Davidsson luonnehtii.

Clarioniin tulee siis kaksikin torniosaa, joita yhdistää lasinen hissinivel.

”Puolikorkeasta rakennuksesta kun on kyse, saadaan tällä ratkaisulla aikaan se, että mittavat rakennusmassat kuitenkin näyttävät kevyiltä, samalla kun niissä on tiettyä nostetta, eli siitä tulee hoikan näköinen”, Davidsson katsoo.

”Julkisivu on hyvin vaalea, se koostuu pääosin komposiittialumiinilevystä. Tämä on uusi materiaali, jota ei vielä ole Suomessa paljon käytetty, muualla maailmassa sitä näkee jo hyvinkin paljon. Myös hotellihuoneiden ikkunat muodostavat vaihtuvan kuvion. Merkittävää ikkunoissa on sekin, että ne ulottuvat aivan lattiasta kattoon asti. Tämä tuo oman mielenkiintoisen lisän huoneisiin. Ikkunoiden kapeahko ja korkea muoto luo myös lisää nostetta julkisivulle, joka tästäkin näkökulmasta katsoen on varsin vertikaalinen”, Davidsson kuvailee hotellin visuaalista ilmettä.

”Hotelli kaipaa toista hotelliä”

Kilpailusta Wood Cityn hotellin kanssa kadun toisella puolella Davidsson ei ole moksiskaan.

”Minusta hotelli kuin hotelli kaipaa toista hotelliä

läheisyyteensä. Kaupunkiin muodostuu muutenkin erilaisia hotellialueita, ja onhan Jätkäsaaren tulevien hotellien lisäksi jo nyt Hotelli Seaside vastarannalla kaupungin puolella. Kaikki nämä muodostavat toiminnallisen kokonaisuuden kaupunkiin, ja antavat tiettyä leimaa myös kaupunginosalle. Ymmärrän niin, että yksikään näistä muista uusista hotelleista ei kilpaile suoranaisesti Clarionin kanssa, vaan kaikki tukevat paikallista majoitustoimintaa”, Davidsson pohtii.

Clarionin 16. kerrokseen tulee komea Sky-näköalabaari, josta näkee koko Helsingin keskustan yli. Myös katutasoon avataan tyylikäs baari, ja Sonckin makasiiniin korkeatasoinen isohko ravintola, josta näkymät aukeavat suoraan Hietalahdelle. Tältäkin osin Jätkäsaari kaupunginosana saa myös merkittävää uutta ravitsemusliiketarjontaa.

”Tähtiluokitukset ovat sinänsä vähän epämääräisiä suureita, mutta Clarion Hotel Helsinki asetunee vähintään neljän, ehkä peräti viiden tähden kategoriaan”, Davidsson määrittää.

Hotellihuoneita tulee 425 ja kaksi sviittiä sekä suuri kongressikeskus.

”Kongressikeskuksen sijoittuminen vanhaan makasiiniin aikaansaa eräänlaisen teollisen sisäympäristötunnelman, jossa suojellun makasiinin ambienssi pyritään säilyttämään hyvin alkuperäisenä. Sitä tuodaan myös hotellin aulatiloihin rakenteiden ja materiaalien kautta. Joten Clarion Hotel Helsingistä saattaa syntyä täällä meidän oloissamme hyvinkin poikkeuksellinen hotelli. Sisustuksesta tulee selkeän skandinaavinen ja suomalainen, ja siinäkin mielessä vahvasti erilainen kuin monet muut hotellit Helsingissä”, Aki Davidsson arvioi.

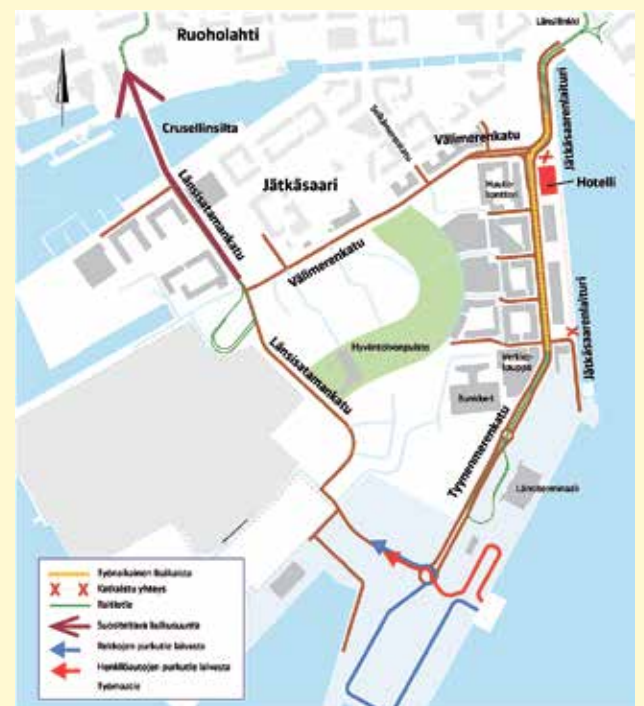
Clarion-hotellin ja Tyynenmerenkadun rakentamisen aiheuttaa liikennejärjestelyjä Jätkäsaarella

Jätkäsaaren Clarion-hotellin rakentaminen alkoi viikolla 12, hotelli valmistuu lokakuussa 2017. Hotellin rakentaminen vaikuttaa merkittävästi Länsisataman satama-alueelta tulevaan henkilöautoliikenteeseen.

Clarion-hotellin työmaa on katkaissut 16.3 alkaen Länsisatamasta tulevien ajoneuvojen tilapäisenä ulosajoreittinä toimineen Jätkäsaarenlaiturin yhteyden. Liikenne ohjataan satama-alueelta Länsisatamankadulle ja siitä edelleen Välimerenkadun ja Crusellinsillan kautta ulos Jätkäsaaresta. Raskas liikenne ohjataan Länsisatamankadun kautta Jätkäsaaresta ulos.

Länsilinkin suuntaan Tyynenmerenkadulle rakennetaan parhaillaan tilapäistä lisäkaistaa. Hotellityömaan aikainen lisäkaista on tarkoitettu saada valmiiksi huhti-toukokuun vaihteessa, jonka jälkeen Länsisatamasta purkautuva liikenne ohjataan jälleen Tyynenmerenkadulle.

Myös jalankulku ja pyöräily Jätkäsaarenlaiturilla päättyvät väliaikaisesti ja ne ohjataan Tyynenmerenkadun länsipuolen jalkakäytävälle. Hotellin valmistuttua Jätkäsaarenlaituri rakennetaan kevyen liikenteen väyläksi.



Clarion Hotel Helsinki on 16-kerroksinen ja 78 metriä korkea. Hotellin rakennustyöt alkoivat maaliskuun puolivälissä ja avajaiset on kaavailtu lokakuulle 2016.

tävä hotellialue



Wood City on kokonainen yhtenäinen kortteli, johon sijoittuu hotelli, toimistokokonaisuus, erilaisia palveluja sekä ATT:n rakennuttamat kaksi vuokra-asuntotaloa.

Omaleimainen Wood City

Wood Citystä tulee urbaani, 8-kerroksinen puukaupunkikortteli, joka nousee uuden Jätkäsaaren portiksi, heti Tyyne-merenkadun ja Välimeren- kadun kulmaan. Kortteli käsittää hotellin, toimitiloja, asuntoja ja pysäköintitalon. Yhteinen korttelipiha, kaikille avoin katutaso- n julkinen auala, kivi- jalkamyymälät ja ravintolat pitävät Wood Cityn liikkeessä 24/7.

Wood Cityn näyttävä ja omaleimainen puuarkkitehtuuri muodostaa ainutlaatuiset ja viihtyisät tilat, jotka edustavat suomalaista designia ja luonnonläheisyyttä parhaimmillaan. Raitiovaunupysäkki melkein oven edessä, läheinen metroasema, helppo saavutettavuus myös autolla ja lyhyet etäisyydet jopa kävellen kaupungin ydinkeskustasta tekevät saapumisen Wood Cityyn helpoksi.

Lisäksi Wood City -korttelin kahteen asuintaloon valmistuu yhteensä 98 ARA-rahoitteista vuokra-asuntoa. Asunnot tuottaa Helsingin kaupungin hallinnoima Helsingin Asuntotuotantotoimisto ATT. Wood City -hanketta kehittää SRV Yhtiöt Oyj yhteistyössä Stora Enso Wood Productsin kanssa.

Ainutlaatuinen yhdistelmä hotellia, toimistoa ja asuntoja

Hotelli, toimitost ja asunnot toiminnallisena yhdistelmänä on melkoisen harvinainen, ja yhdistettynä vieläpä puurakentamiseen se lienee täysin ainutlaatuinen konsepti ei vain Helsingissä vaan koko Suomessa.

”Toimistojen ja hotellin osalta synergiaa syntyy siten, että kun hotelleissa toki yleensä on palveluina ravintolaa, kuntosalia ja neuvottelutilaa, niin Wood Cityssä tulee olemaan vielä toimistojakin samassa kiinteistössä”, korostaa SRV:n hankkehityspäällikkö Heidi Kerosuo.

Ravintola tulee toimiston alle katutasoon kuten myös neuvottelutilat. Siten viereisen hotellipuolenkin asiakkaat voivat hyödyntää näitä kaikkia palveluja yhtä sujuvasti. Hotellin aulaan tulee lisäksi vuokrattavia tiloja, muun muassa kuntosali, ja nämäkin ovat myös toimistossa työskentelevien käytettävissä. Kaikki palvelut ovat tietenkin niin ikään asuntojen asukkaiden käytettävissä.

Kodikas Hotel Hellsten

Myös ruotsalaisen Hellsten Hotel Group AB:n tavoitteena on toteuttaa Jätkäsaaren hotelli- ja asuntorakentamista yhdistelevä hybridirakennus. Rakennuksen katutasoon on kaavailtu aula-tilojen lisäksi suuri ravintola. Hotellin suunnittelu on käynnissä ja sen rakentaminen alkaa vuonna 2016.

Hellsten Hotel Group on perustettu vuonna 2006 ja nykyään siihen kuuluu yhdeksän hotellia. Suomessa Hellsten Hotel Groupilla on tätä ennen kaksi hotelliyksikköä, joista toinen sijaitsee Helsingissä ja toinen Espoossa.

Taiteellinen Art Hotel Helsinki

Art Hotel Helsingistä on tulossa ainutlaatuinen, suomalaiseen nykytaiteeseen pohjaava aito taidehotelli. Sen konsepti perustuu luovuuteen, huipputaiteeseen, ekologisuuteen ja paikallisuuteen. Kahdeksankerroksisen hotellin arkkitehtuurista ja sisustussuunnittelusta vastaavat arkkitehtitoimisto Futu- design Oy ja Erling Sommerfeldt.

”Käynnissä on nyt rahoituksen hankinta muun muassa suunnatun osakeannin muodossa. On myös selvitetty mitä muita rakennuksia tontille tulee, sekä niiden aikataulut. Näiden perusteella ajoitamme oman rakentamisemme: emme halua hotellin valmistuvan keskelle ympäröivää rakennustyömaata. Nämä kaikki seikat siis vaikuttavat aikatauluihimme. Mutta tavoitetilamme on, että hotelli voisi avata ovensa vuoden 2017 lopulla”, kertoo Art Hotel Helsinki Oy:n toimitusjohtaja Sari Poijärvi.

Hän korostaa, että Art Hotell Helsinki on yksityinen, ketjujen ulkopuolinen hotelli, ja tarkoitukse- na on palkata oma, ammattitaitoinen hotellipääl- likkö, joka hankkii sitten oman henkilökuntansa.

”Konseptina Art Hotel tarkoittaa sitä, että tulevan hotellin huoneet ovat oma taideteoksensa – hotel- lin nimikkotaiteilija luo huoneestaan oman maail- mansa, hotellivieras yöpyy taideteoksessa”, Poi- järvi määrittelee hotellikonseptin.

Sofi Oksanen uusi tulokas

Kaikkiaan 17 kotimaista huipputaiteilijaa on alle- kirjoittanut hotellin kanssa aiesopimuksen nimik- kohuoneen suunnittelemisesta, uusimpana maaliskuu- n alussa mukaan tullut Finlandia-kirjailija Sofi Oksanen.

Muut nimikkotaiteilijat ovat Jan-Erik Anders- son, Lauri Astala, Liisa Hietanen, Pekka Jylhä, Martti Jämsä, Mika Kaurismäki, Jouko Kor- keasaari, Tuula Lehtinen, Rosa Liksom, Stefan Lindfors, Heikki Marila, Silja Puranen, Kim Simonsson, Jani Tolin ja Anu Tuominen sekä suunnittelutoimisto Futu- design.

”Art Hotel Helsingissä taide näkyy ja kuuluu kaikkialla, ei vain hotellihuoneissa, vaan taiteil- joiden kädenjälkeä pääsee ihastelemaan myös ho- tellin julkisissa tiloissa”, Sari Poijärvi maalaillee.

Nimikkohuoneita tulisi suunnitelmien mukaan

olemaan hotellin avaushetkellä noin 20, mutta kaikkiaan Art Hotel Helsinkiin kaavailaan noin 90 huonetta.

”Loputkin huoneet ovat toki taidehuoneita, yk- sikään hotellin huoneista ei siis ole toisensa kal- tainen, vaan jokainen on yksilöllinen, uniikki. Pitkällä tähtäimellä myös näitä muita huoneita muutetaan nimikkohuoneiksi kun uusia taiteilijoi- ta liittyy mukaan”, Poijärvi huomauttaa.

Hänen mukaansa aito taidehotelli ei ole design-, boutique- tai lifestyle-hotelli. Aidossa taidehotel- lissa taide ei ole päälle liimattuna, vaan taide ja taiteilijat ovat pääosassa.

”Sekä taide että hotelli samaa korkeata tasoa”

Art Hotel Helsingin tasoluokituksessa ei ole tar- koitus mennä varsinaisen tähtiluokituksen mu- kaan.

”Taide itsessään on hyvin arvokas asia, silloin täytyy myös kaiken sen ympärillä olevan olla yh- tä arvokasta, joten kyllä hintatasossa tullaan ole- maan yli keskihintaluokan”, Poijärvi ennakoii.

Kilpailu muiden uusien hotellien kanssa ei silti hirvittä Poijärveä laisinkaan.

”On oikein hyvä, että Jätkäsaareen tulee myös muita hotelleja. Jos me olisimme täällä yksin, oli- simme kyllä melko orpoja. Eri hotellit tukevat toi- siaan, ne tuovat alueelle ihmisiä, ne vilkastuttavat alueen ilmettä, ja kun täällä liikkuu kasvavam- massa määrin matkailijoita, se varmasti houkuttaa alueelle myös muita yrittäjiä, esimerkiksi erilai- sia pieniä käsityömyymälöitä, mikä sopisi erin- omaisen hyvin yhteen meidän hotellikonseptim- me kanssa”, Poijärvi katsoo.

Hotellin alakertaan on myös tulossa ravintola, mutta sen profiilista ei vielä ole tarkempaa ratkai- sua.

”Se tulee riippumaan varsin paljon siitä, minkälai- nen ravintoloitsija mukaan valitaan. Tuleekin ole- maan mielenkiintoista nähdä, minkälaisia kon- septeja meille tarjotaan, eli mikä tulee olemaan ravintoloitsijoiden näkemys siitä, millainen on taiderravintola, jossa siis itse ruokakin voisi inspi- roitua taiteesta”, Sari Poijärvi heittää haasteeksi.



Art Hotell Helsinki tulee olemaan Suomen ensimmäinen aito taidehotelli, jossa on nimikko- taiteilijoiden, muun muassa Stefan Lindforsin, Mika Kaurismäen ja Sofi Oksasen suunnitte- lemat ja sisustamat huoneet.

Länsisataman projektinjohtaja Outi Sääntti on tavattavissa Huutokonttorilla 31.3.2015 klo 16.30-18. Paikalle voi tulla tutustumaan Jätkäsaaren rakentamiseen ja kehittymi- seen. Osoite on Tyyne-merenkatu 1, 2. krs.

Me Ruoholahdessa asuvat koirat...

...vetoamme tällä sivulla kaksiosaisella vetoomuksellamme

1. Omistajiimme ja isäntäperheisiimme, jotta he korjaisivat pois jälkeemme jättämämme kakkakasat. Itse emme sitä osaa tehdä

2. Muihin Ruoholahdessa asuviin hyviin naapureihimme, etteivät he tuomitsisi meitä koiria, jos kotiväkemme laiskuuttaan ja tyhmyyttään jättävät asian hoitamatta. Me emme ole saaneet valita omistajiamme.



Coco



Dara



Dex, kuva Henrik Vestama



Kasper



Diego ja Manu



Essi, kuva Henrik Vestama



Hertta



Lurppa, kuva Henrik Vestama



Lorna



Lulu ja Fanni



Maca



Muru



Nuutti



Onni



Otso



Oona



Pulla



Pumba



Tassu



Tilda



Olosuhteet salilla ovat mainiot.



Hyväkuntoiset Lotta Fagerlund ja Vesa Sirén.

Ohjatusti kuntoa kohottamaan

Arvatenkin jokainen ihminen on joskus jossakin vaiheessa päättänyt alkaa kohottaa kuntoaan ja pudottaa painoaan. ”Uusi elämä” alkaa kovalla kohinalla ja intoa puhkuen. Aika pian huomataan kuitenkin, että hankitut monenlaiset apuvempaimet keräävät pölyä kaapissa ja kuntosalin jäsenkortti jää lompakkoon alimmaiseksi useammin käytettyjen korttien joukossa. Ihminen on heikko ja lupaa itselleen liian helposti ”vapaata” harjoittelusta. Elämä palaa vanhaan totuttuun uomaan. Vaan jos joku odottaa sovittuun tapaamiseen, kehtaako sitä silloin jäädä sohvalle makailemaan?

Uuden konseptin treenaamiseen tarjoaa 1 + 1 Sali. Salin perustaja **Vesa Sirén** kertoo ensin miten hän itse löysi liikunnan ilon.

”Työskentelin rakennusosalalla, hän aloittaa. Elämä oli kiireistä ja tavat olivat kehnat. Olin hyvin huonossa fyysisessä kunnossa ja merkittävän ylipainoinen. Kerran sitten loukkasin selkäni vakavasti. Lääkäreiden mukaan ainoa tie kuntoutumiseen oli säännöllisen liikunnan aloittaminen. Aloin lenkkeillä, vahvistaa lihaksiani ja tein vielä ruokaremontin. Kaikki tuo tuntui hyvältä ja innostuin. Liikunta muodostui pian intohimoksi ja päätin koulutautua personal traineriksi, PT:ksi. Hankin myös kuntosalivalmentajan ja hyvinvointivalmentajan koulutuksen. Alan vaihto hyvinvointialalle oli luonnollinen seuraus. Nyt 46-vuotiaana tunnen olevani hyvässä kunnossa. Painoa on hävinnyt yli 40 kiloa”.

1 + 1 Salilla harjoitellaan aina ohjatusti

Vesa on salilla aina paikalla ohjaamassa harjoittelua apunaan puolisonsa **Lotta Fagerlund**. Treenit tehdään pienryhmissä. Ihanneryhmän koko on 6-8 henkeä, maksimissaan saliin mahtuu kerralla 12 henkeä. Harjoitukset suunnitellaan niin, että ne vastaavat asiakkaiden fyysistä tasoa. Valvonnalla Vesa varmistaa, ettei kukaan tee itselleen hallaa väärillä liikkeillä.

Vesa kertoo, että uusi asiakas voi liittyä olemassa olevaan ryhmään, mutta kovin mielellään voi myös koota oman ryhmänsä. Työkavereiden, muuten vain kavereiden tai esimerkiksi tuttujen pariskuntien kesken voi päättää yhteisestä treenistä ja tulla salille harjoittelemaan Vesan johdolla. Toki ajan voi varata yksinkin, mutta ryhmässä kustannukset kohtuullistuvat.

Sali sijaitsee Välimerenkatu 4:ssä, Jätkäsaaren K-marketia vastapäätä. Jätkäsaarelaisille ja tietysti koko Ruoholahdelle sijainti on erinomainen. Salille on kaikille lyhyt matka. Harjoittelun jälkeen voi kipaista kotiin suihkuun, jos ei halua käyttää salin tiloja.

Harjoittelu sopii kaiken ikäisille

Lotta ja Vesa vakuuttavat, että saliharjoittelu todella on hyväksi kaikille. Nuoret käyvät salilla

kiinteyttääkseen ja kasvattaakseen lihaksia kunnonkohotuksen ohessa.

Keski-ikäisille ja keski-ikäen jo ohittaneille liikunta on yhtä tärkeää. Heikot lihakset ovat loukkaantumisriski. Hyvä lihaskunto parantaa tasapainoa ja estää kaatumisia, jotka usein aiheuttavat pitkiä toipumisaikoja. Hyvä yleiskunto edistää yleisesti terveyttä. Vesan opin mukaan yksi tehokas harjoittelukerta viikossa hidastaa lihasten rapautumista, kaksi kertaa ylläpitää ja kolme kertaa edistää lihaskuntoa. Mutta, jos vaihtoehtona on loikoilu sohvalla television ääressä, on yksikin kerta loistava aktiviteetti.

1 + 1 Salilla ei pullistella

Vesa on suunnitellut kaksi erilaista treenimuotoa. Molemmissa harjoitus kestää tunnin kerrallaan. Tavoitteena on lihaskunnan vahvistaminen ja harjoittelun aikana sykkeen kohottaminen. Vesa vakuuttaa, että viimeisimmissä tutkimuksissa on todistettu, että kovasykkeinen harjoittelu on paras tapa laihtuttaa, sillä rasvan poltto jatkuu vielä useita tunteja harjoittelun jälkeen. Näin treenistä saadaan painonhallinnalle mahdollisimman hyvä teho. On kuitenkin muistettava, että laihdutuksessa suurin vaikutus on aina sillä, mitä suuhunsa laittaa. Liikunnan osuus laihdutusprosessissa on vain 10-20 prosenttia.

Meillä ei myöskään ole suuria laitteita, joissa istutaan ja väännetään. Harjoittelussa käytettävät välineet auttavat hyödyntämään oman kehon tarjoamaa vastusta. Se on turvallista. Harjoittelu on toiminnallista ja asiakkaalle yksilöllisesti suunniteltua.

Pienryhmässä on kivaa

Se, että Vesa odottaa salilla sovittuna aikana, vaikuttaa tarmoon lähteä treeneihin. Myös mukava porukka ja yhdessä tekeminen kannustavat jatkamaan. Yksin tai kaksin valmiiseen ryhmään liittyvä saa uusia tuttavuuksia.

Mukavinta kuitenkin on varmasti koota oma pikku ryhmänsä. Kotiäidit voivat päivällä ottaa tunnin harjoitteluun, vaikka vuorottelemalla lasten vahtimisessa. Työpaikalla työnantajat usein suhtautuvat erittäin myönteisesti työkykyä ylläpitävään toimintaan ja kunnan parantamiseen. Onko parempaa keinoa purkaa työpainetta, kuin tehokas

Työkavereiden, muuten vain kavereiden tai esimerkiksi tuttujen pariskuntien kesken voi päättää yhteisestä treenistä ja tulla salille harjoittelemaan.

treeni päivän aluksi, lopuksi tai vaikka keskellä päivää. Työnantaja saattaa jopa ottaa osaa kustannuksiin.

Ikäihmisillä on usein erilaisia kremppoja Selkä vaivaa, nivelet särkevät, tasapainoasti heikkenee, käsivoimat vähenevät ja jalat liikkuvat hitaasti. Kaikkiin näihin vaivoihin liikunta on eduksi. Nuoremmat taas repäisevät tunnin treenin sovittuna aikana tavoitteena terve elämä ja kova kunto. Yhdessä on mukavaa ja joukossa motivaatio kasvaa. Kullekin suunnitellaan ohjelma henkilökohtaisen tason mukaan.

Myös perinteisiä PT-palveluja

Toki Vesa tarjoaa myös perinteistä personal trainer -palvelua. Tällä tarkoitetaan yleensä, että asiakas tulee yksin ja hänelle tehdään henkilökohtainen ohjelma.

tainen ohjelma, johon kuuluu liikunnallinen osa sekä myös ohjeet kokonaisvaltaiseen elämän remonttiin.

Tarvittaessa saa neuvoja myös ravitsemuksellisiin kysymyksiin. Tavoitteena voi olla laihdutus, kunnon kohotus, lihasvoiman parannus, kehon muotoilu tai kaikki nämä yhdessä. Palvelu on hyvin intensiivinen ja tehokas. Pienryhmän etuna on, että palvelun hinta jakautuu useammalle ja on näin kohtuullisempi kuin ”yksityispoliilalle”.

Harjoittelu kivassa ympäristössä

1 + 1 Sali on melko pieni. Siksi ryhmäkoko on rajallinen. Tila on hyvin valoisa ja korkea. Ovelasti sijoitetut peilit luovat avaruuden tunnetta. Vesa kertoo, että harjoittelun aikana paikan ilman raikautta hoitaa tehokas ilmastoilalaite. Ja harjoittelua tahdittaa tai viihdyttää 75 tuuman televisio. Olosuhteet ovat hyvät ja ohjaus on ammattilaista.

Tervetuloa kuntoilemaan toivottavat Lotta ja Vesa!

1 + 1 Sali
Välimerenkatu 4, 00220 Helsinki
puh 040 5457 238
info@1plus1.fi
www.1plus1.fi



1+1 Sali osoitteessa Välimerenkatu 4.



Staran miehet työn touhussa.



Kaiteet ovat paikoillaan.

Kiitos Helsingin kaupungille!

Viime lehdessä lehti julkaisi Poijun kulttuuriklubiksi itseään kutsuvan aktiiviryhmän huolestumisen Ruoholahden Kanavan ylittävien kävelysiltojen tilanteesta.

Siltojen kaiteet loppuivat liian aikaisin ja talvella, kun on lunta ja jäätä, oli sillan ylittäminen jopa vaarallista. Hiekoitus on toiminut, mutta hiekka tai sepeli upposi lumen ja jään sisään ja jätti melko jyrkän sillan kannen liukkaaksi.

Kulttuuriklubi oli aikansa seurannut ihmisten kaatuilemista sillalla. Varsinkin päivinä, jolloin pakkasen seuraa lämmintä jaksoa on sillan ylitys ollut monelle varsinainen haaste. Sepelin vajottua on pintaan syntynyt uusi jääpeite. Varsinkin vanhuksille liukas sillan kansi on ollut jopa erittäin vaarallinen. Ikääntyneen kaatumista seuraa usein

vakava loukkaantuminen raajojen, lonkan tai pään iskeydyttyä maahan. Paraneminen kestää kauan ja seurauksena voi olla pysyvä haitta. Nuoremmille kaatuminen ei ole yhtä vaarallista, mutta kiusallista kyllä. Ja kyllä pelkkä ranteenkin murtuminen aiheuttaa pitkän poissaolon työelämästä tai opiskelusta.

Lehti siis julkaisi klubin vetoamuksen tarkoituksena antaa lisäpontta vaatimukselle. On ilo kertoa, että kaupungin rakennusvirasto ja kaupungin rakentamispalvelut eli Stara tarttuivat toimeen kiitettävällä nopeudella. Kaiteet ilmestyivät Lauttasaaren puoleisen sillan päihin ennätysvauhtia ja ovat siinä nyt odottaneet säiden huononemista.

Lehti kiittää ja julkaisee ohessa pyynnöstä myös Poijun kulttuuriklubin kiitoskirjeen viranomaisille sellaisenaan.

PS

Rakennusvirasto ja Stara tekivät salamavauhdilla Lauttasaaren puoleisen teräsristikkosillan käsijohteet sillan molempiin päihin ja molemmille puolille. Mielestäni se ansaitsee lehdessä kiitoksen.

Tapausten kulku osittain muistinvaraisesti:

Poijun Kulttuuriklubin kirje, päiväys 14.2.2015, posti lähti 16.2.2015.

HKR:n Jukka Myyriläinen soitti minulle noin 24.2.2015. Sovimme katselmuksesta paikalla, joka pidettiin 26.2.2015. Katselmuksessa oli paikalla **Jukka Myyriläinen** / HKR, **Jouni Ravantti** / Stara, **Jussi Kautto** ja **Tuomas Kivelä** sekä hieman ohimennen **Timo Vormala**. Jouni Ravantti ja Jukka Myyriläinen alkoivat heti mittaila ja suunnitella, mitä tehdä. Kävimme jokaisen kävelysillan tyvessä katsomassa, onko syytä tehdä myös niihin parannuksia. Tulokseksi tuli, että ei tarvitse. Jos oikein muistan, niin kaksi Staran miestä pakettiautoineen ja työvälineineen kiinnittivät käsijohtimien jatkeet paikalleen 2.3.15 ja 3.3.2015. Homma oli hoidettu.

Huh mikä palvelu!

Poijun kulttuuriklubin puolesta

Jussi Kautto



Puuttuvat kaiteet huolestuttavat Saukonpaadessa.

Viime lehden kannanotto kanavan siltojen kaiteiden puuttumisesta herätti Saukonpaadenrannassa asuvien jätkäsaarelaiten ryhmän lähestymään lehteä toiveenaan saada oma lähiympäristönsä turvallisemmaksi. Ensimmäisen kaideprojektin menestyksestä riemastuneet ihmiset halusivat parannuksen kanavan reunalla olevan kävelyreunan kaiteiden puuttumiseen.

Kun kanavan reunaa katsoo Crusellin sillan suunnasta Lauttasaareen päin, voi havaita, että kanavan reunassa on kaide melkein koko matkalla. Vain venelaitureille johtavan, lukittuna pidettävä portin molemmin puolin kaide puuttuu. Puuttuvan kaiteen kohdalla on katusolalta laituritasolle tuovat portaat. Lehden saaman tiedon mukaan lapset leikkiessään portaissa ovat jatkuvasti vaarassa pu-

dota veteen. Kerrotaan yhden lemmikkikoiran jo pudonneenkin. Vedestä pelastaminen on osoittautunut vaikeaksi, sillä venelaitureille johtava portti on lukossa. Venelaitureilta pelastaja ylettyisi veteen nostamaan pudonneen, mutta kulkureitiltä matka veteen on liian pitkä.

Lehti otti kuvan ongelmakohdasta. Yksi otos onnistui niin hyvin, että se päätyi lehden kanteen. Ohessa on tilanteesta kuitenkin toinen kuva.

Nyt Saukonpaaden asukkaat pyytävät kaupungin rakennusvirastoa harkitsemaan kaiteen rakentamista koko kanavan varren matkalle. Mahdollisen katselmuksen tekoa varten Stara saa tarvittavat yhteystiedot lehden toimituksesta. Toivottavasti seuraavassa lehdessä on taas hyviä uutisia.

PS

Viime lehdessä ollut kuva-arvoitus on ratkennut



Näkymä Sitran rakennuksen saunan ikkunasta. Alalaidassa näkyy kauppakeskus.

Lukija oli lähettänyt viime lehden numeroon kuvan saunan kiukaasta ja lauteista. Tehtävänä oli tietää tai arvata, mistä Ruoholahden edustussaanasta oli kyse. Oikeitakin vastauksia tuli, joten palkintona ollut Viking Linen lahjoittama VIP-etukortti Tallinnan matkalle voitiin arpoa.

Tehtävä oli kovin vaikea, sen lehti myöntää. Saunan tunnistaminen onnistui toden näköisesti vain heiltä, jotka ovat saaneet kunnian vierailulla kyseisissä tiloissa. Arvatakin toki sai. Vastauksia tuli aika vähän, mutta kuitenkin. Ja oikeitakin vastauksia oli useampia. Lehden toi-

mituksessa suoritettiin epävirallinen arvonta ja onnetar suosi tällä kertaa **Kirsti Uotilaa**. Voittajalle on ilmoitettu ja hän saa VIP-etukorttinsa postitse. Paljon onnea Kirstille ja hyvää matkaa! Lehti kiittää Viking Linea lahjoituksesta.

Oheisessa kuvassa näkyy saunanviiruikkunoista näkyvä maisema. Ollaan siis Sitran talon 16. kerroksen saunassa Itämerentorin laidalla.

Lehti ottaa jatkossakin mielellään vastaan ehdotuksia vastaavanlaisista leikkimielisistä kilpailuista. Lähettäkääpä ehdotuksia.

PS

Jätkäsaaren Bunkkerille etsitään ostajaa

Helsingin kaupunki aloittaa toteutuskilpailun Jätkäsaaren Bunkkerista. Tavoitteena on löytää Bunkkerille ostaja, joka suunnittelee ja toteuttaa rakennukseen uimahallin ja muita liikuntatiloja. Niiden ohella Bunkkeriin voidaan rakentaa muun muassa asuntoja.

Jätkäsaarella sijaitsevan entisen sataman kappalevarasto Bunkkerin tontti on varattu kilpailua varten vuoden 2016 loppuun saakka. Osallistujia pyydetään ilmoittautumaan 15. huhtikuuta 2015 mennessä. Kilpailuehtojen mukaan kaupunki myy kiinteistön rakennusoikeuksineen kokonaisuuden toteuttajaksi valitulle taholle, joka kehittää Bunkkeria omalla kustannuksellaan. Samalla kaupunki sitoutuu vuokraamaan uimahallin ja muut rakennettavat liikuntatilat pitkäaikaisesti omaan käyttöön. Liikuntatilojen on valmistuttava kesään 2019 mennessä, jolloin alueelle valmistuu peruskoulu.

Monien mahdollisuuksien Bunkkeri

Suunnitteluratkaisusta riippuen kaupungin tarvitsemien tilojen lisäksi Bunkkeriin on mahdollista rakentaa esimerkiksi noin 400 asuntoa. Tulevan tontin koko on noin 9 000 m² ja rakennusoikeutta tontille tulee noin 36 000 k-m². Tästä hieman alle puolet varataan liikuntatiloja varten. Liikuntatilojen rakentaminen on voimassa olevan asemakaavan mukaista, mutta muiden tilojen rakentaminen edellyttää kaavamuutosta, joka on jo vireillä.

Bunkkeriin on mahdollista tehdä radikaalejakin muutoksia rakennuksen ominaispiirteet silti säilyttäen.



lyttäen. Ylimpiä kerroksia tai osia niistä voidaan purkaa ja korvata uudisrakentamisella, julkisivuja voidaan muokata tekemällä uusia ikkunoita ja maantasokerroksen kantamattomat betoniseinät saa vaihtaa lasisiksi. Rakennuksen räystäsinjaa on myös mahdollista korottaa suunnilleen samalle tasolle viereisen Verkkokauppa.comin rakennuksen kanssa.

Bunkkerin arkkitehtuurin merkittävimpiä, suunnittelussa huomioon otettavia piirteitä ovat muun muassa rakennuksen pyöristetyt kulmat, nauhaik-

kunat, betoniset katokset, alimman kerroksen julkisivun sisäänveto, välipohjien kasettirakenne, jyrkät pylvää sekä puhtaaksi valetut betonipinnat.

Kilpailulla joudutetaan liikuntatilojen valmistumista

Kilpailu toteutetaan julkisena hankintana, sillä toteutukseen kuuluu kaupunkilaisten käyttöön tulevia liikuntatiloja. Kilpailumenettelyä käytetään rajoitettua menettelyä. Hankkeen toteuttaminen yksityisin varoin jouduttaa alueelle kaivattujen lii-

kuntatilojen valmistumista, sillä niiden rakentamiseen ei ole varattu määrärahoja kaupungin omassa investointiohjelmassa.

Bunkkerin nykyisistä tiloista suurin osa on vuokrattu Verkkokauppa.comin varastotiloiksi. Rakennuksen ylimmässä kerroksessa toimii paintball-pelihuone ja lajin varustemyymälä. Kellarikerros on tällä hetkellä kaupungin omassa käytössä.

Helsingin Kiinteistövirasto

Pintaa syvemmältä



Asianajotoimisto Ruoholahti Oy
Tammasaarenkatu 3
(HTC, Pinta 2. krs)
00180 Helsinki
010 219 4444
www.ruoholahtilaw.fi

Suomen Asianajajaliiton jäsen



FORWARD TOGETHER

|| PORT OF HELSINKI ||

Kevennä oloa ainutlaatuisella Artisokkajuomalla!

Aktivoi maksan toimintaa ja kehon luonnollista puhdistusprosessia
Suojaa ja uusii maksan soluja
Loistava aperitiivi!

nahrin
Voimaa luonnosta

Artisokkajuoma, 500 ml

Tutustumishintaan 20€
huhtikuun ajan
Norm. hinta 31,00€



Annamme huhtikuussa lahjan kaikista yli 50 € ostoksista!
Tervetuloa tutustumaan! Esittelyjä ja tarjouksia joka päivä.

Palveleva myymälämme: Välimerenkatu 4, Helsinki
Puh. 040 7433 3611 / ma-pe 10-16

Verkkokauppa: www.nahrin.fi

Pysäköintiasioissa ja kerhohuoneistojen vuokrauksessa Sinua palvelee



**Ruoholahden
Pysäköinti Oy**
Puh. 09 343 50500

www.ruoholahdenpysakointi.fi

Ruoholahdessa tapahtuu



Ruoholahdentori 6
www.konservatorio.fi

Helsingin Konservatorion tapahtumia

KS = konserttisali, KMS = kamarimusiikkisali

Ke 25.3.2015 klo 19.00 Liekkien lumo. Antti Hotti, piano. Skrjabin, Bortkiewicz, Roslavets, Lourié, Liadov. Helsingin Konservatorion opettajakonserttisarja. Konserttisali, 10/5 €

To 26.3.2014 klo 18.00 Konserttojen kevät, Maaret Repo-Pohjosen oppilaat, lk. 130

Pe 27.3.2015 klo 18.00 Viulistien ilta. Tapio Tuovilan oppilaat, Kamarimusiikkisali

La 28.3.2015 klo 13.00 Pianoiset aivan. Antti Hotin ja Naoko Shibayama-Aarnion oppilaat, Kamarimusiikkisali

La 28.3.2015 klo 15.00 Pelimannit ja puhaltajat. Helsinki Concordia ja Concordian puhaltajat, kapellimestarit Jani Sívén ja Okko Kivikataja. Per Henrik Nordgren: Pelimannimuotokuvia, Aulis Sallinen: Palatsirapsodia, Jean Sibelius: Aallot-taret, op. 73, Konserttisali

Su 29.3.2015 klo 15.00 Pääsiäistunnelmia kuvataiteen äärellä, Ritva Laamasen oppilaat. Sinebrychhoffin taidemuseo, Bulevardi 40. 10/5 €, alle 18-vuotiaat ilmaiseksi. www.sinebrychhoffintaidemuseo.fi

Ma 30.3.2015 klo 19.00 Kitaristien kevätsoitto 1. Ammatillisen koulutuksen opiskelijat, Kamarimusiikkisali

Ke 1.4.2015 klo 19.00 Laulajien konsertti. Helsingin Konservatorion laulajat ja pianistit, Konserttisali

To 9.4.2015 klo 18.00 Kahvikonsertti. Oppilaat musisoivat. Konservatorion aulakahvila

Pe 10.4.2015 klo 19.00 Laulajat lavalla, Ritva Laamasen oppilaat, lk. 130

La 11.4.2015 klo 15.00 Elämänvalloitusyrityksiä. Duo Power: Eilakaija Sippo, lausunta, Laura Clewer, soitanta. Tosia, totisia & todellisia tarinoita fagotin ja puheen avulla. Kamarimusiikkisali, 10/5 €

Su 12.4.2015 klo 15.00 Musiikkia ja kuvataiteen aarteita. Harpunsoittajat, Sinebrychhoffin taidemuseo, Bulevardi 40. 10/5 €, alle 18-vuotiaat ilmaiseksi. www.sinebrychhoffintaidemuseo.fi

Ma 13.4.2015 klo 18.00 Kitaristien kevätsoitto 2. Kitaraooppilaat, Kamarimusiikkisali

Ma 13.4.2015 klo 18.00 Pianolle pikkusormi. Konservatorion pianistit, Konserttisali

Ti 14.4.2015 klo 19.00 Laulajien ilta, Hanna-Leena Haapamäen oppilaat, lk. 130

Ti 14.4.2015 klo 19.00 Konservatorion puhaltajien konsertti, johtaa Okko Kivikataja, Konserttisali

To 16.4.2015 klo 18.00 Visollo-orkesteri, elokuvamusiikkia ja klassista, Konserttisali

Pe 17.4.2015 klo 18.00 Multikonsertti. Kitaroin, harpuin, kantelein harmonikkaa ja lyömäsoittimia unohtamatta. Konserttisali

La 18.4.2015 klo 10-14 Visseli-soitinesittelytapahtuma. Tule kokeilemaan ja tutustumaan soit-timiin ja soitonopetukseen! Helsingin Konservatorion ja Metropolian avoimien ovien päiväAula, luokat, KMS, KS

Ti 21.4.2015 klo 19.00 Maa-ilma-tuli-vesi. Lily-Marlene Puusepp, harput, Tuuli Lukkarinen, kanteleet. David Watkinsin, Kaija Saariahon ja Sarah Deere-Jonesin sekä Tuuli Lukkarisen sävellykset kohtaavat duon improvisaatiotaidon luontokuvien näyttämönä. KS, 10/5 €

To 23.4.2015 klo 17.30 Huilistien kevät. Maija-Liisa Mäkeläisen oppilaat, lk. 130

To 23.4. klo 18.30 Päivi-Valjakka-Salmisen oppilaat, lk 130

To 23.4.2015 klo 19.00 Vanhaa musiikkia, nuoret muusikot. Helsingin Konservatorion opiskelijat. Laajasalon kirkko, Reposalmentie 13, 00840 Helsinki.

Musiikkiharrastus edesauttaa oppimista ja elvyttää aivoja

Viime aikoina on mediassa tuotu esiin musiikin kuuntelun ja harrastamisen hyviä vaikutuksia ihmisen aivoille. Yliopistotutkimusten perusteella on todettu, että musiikkiharrastus vaikuttaa lapsen tiedonkäsittelytaitoihin tavalla, josta on hyötyä esimerkiksi kouluoppimisessa. Soittamista harrastavien lasten aivojen kyky erotella ääniä kehittyy tarkemmaksi kuin soittoa harrastamattomien.

Lapsena aloitetusta musiikkiharrastuksesta on eniten hyötyä aivojen kannalta, mutta musiikin harrastaminen hillitsee myös aikuisen aivojen rappeutumista. Musiikin on todettu jopa kuntouttavan muistisairaita ja hidastavan Alzheimerin taudin etenemistä. Professori **Mari Tervaniemen** mukaan musiikki kehittää aivoja enemmän kuin on tiedettykään. Tervaniemi vetää Helsingin yliopiston käyttäytymistieteiden laitoksen yli kymmenen tutkijan Musiikki ja aivot -ryhmää.

Konservatorioon aivoja kehittämään

Edellä mainittujen tutkimustulosten perusteella Ruoholahdentorin laidassa sijaitsevan Helsingin Konservatorion voidaankin katsoa olevan oikea ”aivojenkehitysoppilaitos”. Konservatoriossa klassiseen musiikkiin suuntautunut opetustoiminta jatkuu vahvana, eivätkä Helsingin Konservatorion rakennuksessa toimivan toisen oppilaitoksen, Metropolia ammattikorkeakoulun viimeaikaiset uutiset supistuksista koske lainkaan konservatoriota.

Helsingin Konservatoriossa voi aloittaa musiikkiharrastuksen jo vauvana (3 kk:n ikäisenä) ja jatkaa harrastusta aikuisikään asti. Pian koittaakin jälleen aika, kun konservatorioon voi tulla tutustumaan soittimiin, soittamiseen ja musiikin yleisten aineiden opiskeluun.



Bassojen lepotauko.

Visseli-soitinesittelypäivänä lauantaina 18.4. on konservatoriossa avoimet ovet tutustumista varten. Huhtikuun aikana voikin sitten ilmoittautua musiikin perusopetuksen pääsykokeisiin, jotka ovat toukokuun loppupuolella. Vasta-alkajat, jotka eivät osaa soittaa, tekevät pienen musiikin hahmottamistestin (rytmintaputus- ja laulutehtäviä).

Muskari-ikäisille sekä soiton ryhmäopetukseen haluaville ei ole pääsykokeita, vaan heille on ilmoittautuminen toukokuussa 11.–17.5.

Konservatoriossa ei ole unohdettu aikuisiakaan, vaan Avoimessa Konservatoriossa on tarjolla ikään ja taitotasoon katsomatta erilaisia soiton- ja laulunopetuspaketteja. Tervetuloa kehittämään ja elvyttämään aivoja sekä kuuntelemalla musiikkia että oppimalla Helsingin Konservatoriossa!

Lisätietoja monipuolisesta opetustarjonnasta
www.konservatorio.fi

Ruoholahden palveluhakemisto

Tue oman alueesi yrittäjää!

Apteekit - Apteekki Ruoholahti, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 09 685 9410 - Carelia apteekki, Runeberginkatu 46 09 2358 5300 - Joutsen Apteekki, Lapinlahdenkatu 1 09 694 5351 - Jätkäsaaren apteekki, Tynnenmerenkatu 3 09 628 183 Arkkitehtitoimistot - Gullichsen Vormala Arkkitehdit, Merimiehenkatu 36 D 010 328 3900 Asianajotoimistot - Asianajotoimisto Ruoholahti Oy, Tammasaarenkatu 3, PINTA-talo, 2.krs 010 219 4444 Autokoulut - Teekkarien Autokoulu, Abrahaminkatu 13 09 659 771 Autonvuokrauspalvelut - EkoRent Oy www.ekorent.fi Elintarvikeliikkeet - Alepa Ruoholahti, Ruoholahdenkatu 23 010 766 9940 - Hietalahden Kauppahalli, Hietalahden tori - K-citymarket Ruoholahti, Itämerenkatu 21-23 01503 82800 - K-market Ruoholahti, Itämerenkatu 14 09 7268 1210 - K-market Jätkäsaari, Välimerenkatu 5, 020 734 5640 - S-market Ruoholahti, Itämerentori 2 010 766 1300 Eläinhoitolat - Lemmikkihoito HenJa, Messityönkatu 7A 0440 139 777 Eläin- ja eläintarvikeliikkeet - Helsingin Akvaariokeskus, Itämerenkatu 26 09 586 5861 Energiayhtiöt ja -neuvonta - Helsingin Energia, Kampinkuja 2 09 6171 Erikoishammasteknikot - Ossi Vallenmaa, Porkkalankatu 7A 010 323 3963 Fysioterapiapalvelut - FysioRunteli, Välimerenkatu 9 040 509 6479 Graafinen suunnittelu - Ars Today, Isoakaari 3, 00200 Helsinki 09 693 1006 Hammaslääkärit - Carisma Dent, Kellosaarenranta 1 050 67 337 - Ebeling Hammaslääkärit, Porkkalankatu 7A 010 323 3963 - Hammaslääkäriasema Ruohonjuuri, Jaalaranta 6 09 685 2400 Hammasteknikot - Ossi Vallenmaa, Porkkalankatu 7A 010 323 3963	Hyvinvointituotteet - Nahrin, Välimerenkatu 4 040 743 3611 Isännöintitoimistot - Ruoholahden tili- ja isännöintipalvelu, Messityönkatu 8 B 30 0400 421 473 Kahvilat - Alejandra, Välimerenkatu 5 040 178 2788 Katsastusasemat - Hernesaaren katsastusasema, Hernematalankatu 3 09 680 1166 Kauneushoitolat - Alejandra, Välimerenkatu 5 040 178 2801 - Kauneushoitola Peonia, Itämerenkatu 2 045 609 8377 Kauppakeskukset - Kauppakeskus Liila, Martinsillantie 10, Suomenoja www.liila.fi - Kauppakeskus Ruoholahti, Itämerenkatu 21 09 3417 0707 Kiinteistöhuolto-yhtiöt - Ruoholahden Kiinteistöhuolto Oy, Messityönkatu 10 050 300 9980 Kioskit - R-kioski, Selkämerenkatu 7 050 363 7036 Kirpputorit - Divakirppis, Heikkiläntie 5 A, Lauttasaari 044 97 31 319 Kodintekniikkaliikkeet - Verkkokauppa.com, Tynnenmerenkatu 11 0600 55 24 24 Konserttisaliit - Helsingin Konservatorio, Ruoholahdentori 6 09 586 0580 Kukkakaupat - Alejandra, Välimerenkatu 5 040 178 2791 Kulttuurikeskukset - Kiinteistö Oy Kaapelitalo, Tallberginkatu 1 09 4763 8300 Kuntosalit - Motivus, Kauppakeskus 4. krs, Itämerenkatu 21 09 4153 3530 1+1 Sali, Välimerenkatu 4 040 545 7238 Lastentarhapalvelut - Montessori yhteisö, Selkämerenkatu 10 044 295 5560 Oppilaitokset - Helsingin Konservatorio, Ruoholahdentori 6 09 586 0580 - Työväenopisto, Tallberginkatu 1 09 3108 8510 Optikkoliikkeet - Fenno Optikka, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 09 6855 0800	Pankkipalvelut - Handelsbanken, Itämerenkatu 9 010 444 3770 - Nordea Pankki Suomi Oyj, Melkonkatu 28 C 0200 3000 Parturit - kampaamot - Hiusfashion, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 09 694 5418 Pysäköintipaikat - Ruoholahden Pysäköinti Oy www.ruoholahdenpysakointi.fi 09 343 50500 Rautakaupat - K-Rauta Ruoholahti, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 010 249 1000 Ravintolat - Don Angelo, Kaapelialukio 1 09 694 0078 - Faro Channelside Bar & Restaurant, Kellosaarenranta 2 010 424 9830 - Oluthuone Amsterdam, Itämerenkuja 1 C 010 766 3570 - Poiju, Jaalaranta 5 09 685 6638 - Subway Ruoholahti, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 020 796 9781 - Yeri Nepal, Itämerenkatu 12 09 693 3010 Sairaalat ja hoitolaitokset - Docrates Syöpäsairaala, Saukonpaadenranta 2 010 773 2000 Satamapalvelut - Helsingin Satama, Olympiaranta 3 09 310 1621 Terapiapalvelut - Nina Kristiina Honkanen, Jaalaranta 10 D www.ninakhterapiavastanotto.com 040 837 4287 Terveyskaupat - Luontaistuntija Ruoholahti, Kauppakeskus, 1. krs 010 322 9495 Tilitoimistot - Ruoholahden tili- ja isännöintipalvelu, Messityönkatu 8 B 30 0400 421 473 Toimistotarvikeliikkeet - Staples Finland Oy, Porkkalankatu 13 010 681 6300 Urheilutarvikkeet - Intersport, Kauppakeskus, Itämerenkatu 21 010 271 7800
--	--	---

Ruoholahdessa tapahtuu

KAAPELI

WWW.KAAPELITEHDAS.FI

Tallberginkatu 1

Merikaapelihalli

Helsinki Ink 27.-29.3.
Kaapelin kirppis 3.-6.4.
Helsinki Beer Festival 10.-11.4.
Helsinki Retro & Vintage Design Expo 18.-19.4.
Kierrätystehdas 25.-26.4.

Puristamo

Soundscape-näyttely 12.4. asti
Luonnonkaunis 2015 -luonnonkos-
metiikkamessut 25.-26.4.

Valssaamo

Vapaa Taidekoulu & Nordic Art School:
Paths that Cross 5.4. asti
Artnetco: Connected 2015 7.-14.4.

Pannuhalli

Lasten ja nuorten arkkitehtuurikoulu Ark-
ki: fantasianäyttely ja työpajoja 25.-26.4.

Stella Polaris

Improvisoitu näytelmä 9.4. asti
Sirkus Stellandia 11.-12.4.

Tanssiteatteri Hurjaruuth

Peukalo-Liisa 11.4. asti
Ruutia! -festivaali lapsille ja nuorille 14.-18.4.

Zodiak – Uuden tanssin keskus

Hmm 1.-10.4.
Paper Piece 9.-19.4.

K&C Kekäläinen & Company

Diva Vulva 18.4.-16.5.

Suomen valokuvataiteen museo

Poliittisen valokuvan festivaali 12.4. asti
Leena Saraste 12.4. asti
Reinterpreting the Frame 26.4. asti
Heikki Kaski 17.5. asti

Hotelli- ja ravintolamuseo

Palveluksessanne! (jatkuva)
Kasariounasdisco 24.4.
KASARI! 25.10. asti

Teatterimuseo

Pääsiäisen Suuri Munametsästys 4.-5.4.
Unelmien kuteita 10.1.2016 asti

Ranskan instituutti

Elokuvailta: Belle et Sébastien 15.4.
Kursseja ja työpajoja keväällä 2015

Keramiikkakeskus Septaria

Esim. dreijaus-, tekniikka- ja teemapäiväkursseja

MUU Kaapeli

Pauliina Kaasalainen 7.4.-10.5.

Jukka Male Museo

Valokuvauksen opiskelijat ry:n jä-
sennäyttely 25.4. asti

Käytävägalleria

Tuula Alho 4.-30.4.

Stoa Mariapassio

Marja Paasio, Tropico VI 30.6. asti

Drawing Gallery D5

Piirustusluokan Grand Slam! 30.4. asti

Galleria Vaaga

Elävän mallin piirustus -kurssin näyttely 5.4. asti
Laura Kolehmainen ja Verna Meriläinen 8.-24.4.

Galleria Aapeli

Sari Nikola 7.-19.4.2015

Ranskan instituutti – pala Ranskaa Ruoholahdessa

Ranskan instituutti on osa Ranskan ulkoasiainministeriötä ja toimii Ranskan suurlähetystön alaisuudessa. Tiloissamme Kaapelitehtaalla (C-porras, 2. krs) järjestetään säännöllisesti erilaisia tapahtumia näyttelyistä kirjaesittelyihin ja viininmaistaisiin. Kirjastostamme löytyy laaja valikoima kirjoja, DVD:itä, CD-levyjä, matkailuesitteitä ja aikakauslehtiä. Tarjoamme myös Culturethèque-verkkopalvelua, joka tarjoaa pääsyn laajaan valikoimaan elektronista materiaalia. Kerran kuussa järjestämme suosittuja elokuvailtoja, joihin on vapaa pääsy. Lisätietoja tapahtumista saat sivuiltamme tai tilaamalla uutiskirjeen.

Kurssitarjonta

Ranskan instituutti on tunnustettu ja laadukas kielikurssitarjoaja. Tarjoamme yleiskielen kurseja vasta-alkajista edistyneisiin, lauantai kurseja lapsille, kokkauskurseja ja viininmaisteluiltoja, mielenkiintoisia keskustelu- ja teemakurseja, viikonlopun intensiivikurseja sekä verkko-opetusta.

Lisäksi instituutti on Suomen ainoa koekeskus, jossa voi suorittaa Ranskan opetusministeriön kansainvälisiä ja virallisia kielitutkintoja sekä käydä niihin valmistavia valmennuskursseja.

Järjestämme räätälöityä koulutusta yrityksille, yh-



teisöille ja yksityishenkilöille. Pätevät opettajamme puhuvat äidinkielenään ranskaa, ja opiskelu tapahtuu tehokkaissa pienryhmissä. Instituutin kielikursseilla opiskelee vuosittain noin 1000 oppilasta, ilmoittaudu mukaan!

Yhteydenotot ja tiedustelut: cours@france.fi

Kaapelitehtaalla kirppistellään ja kierrätetään huhtikuussa



Kierrätystehdas 2014

JUHO LAPPALAINEN

Kaapelin kirppis 3.-6.4.2015

Lokakuussa 2014 ensimmäistä kertaa järjestetty Kaapelin kirppis saa jatkoa: koko pääsiäisen kestävä maratonkirppis on avoinna yleisölle pe-ma klo 12-17. Tapahtumassa on mukana 200 kirppis-myyjän lisäksi vintage- ja ruokamyyjiä sekä bloggaajakirppis.

Lisätiedot ja vapaat myyntipaikat: www.kattilahallinkirppis.fi/kaapelin-kirppis/
[facebook.com/kaapelinkirppis](https://www.facebook.com/kaapelinkirppis)

Kierrätystehdas 25.-26.4.2015

Vuodesta 2008 lähtien järjestetty Kierrätystehdas-tapahtuma valtaa jälleen Kaapelitehtaan huhtikuun viimeisenä viikonloppuna. Suomen suurimmassa ekologiseen kulttuuriin keskittyvässä tapahtumassa on mukana yli 70 näytteliasetta-

jaa, 400 neliön ilmaistori sekä lukuisia käsityöpaikkoja. Viime vuosina tapahtuma on kerännyt reilusti yli 10 000 kierrätyksestä kiinnostunutta kävijää ja vakiinnuttanut paikkansa kaupunkilaisten parissa.

Tapahtumassa on myynnissä tuhansia tuotteita, joissa yhdistyy ekologisuus, suomalainen design, käsityötaito, kestävä kehitys ja käytännöllisyys. Työpajoissa voi mm. tehdä itselleen aurinkolaturin, tuunata t-paitoja tai laittaa fillarin kevätkuntoon. Mukana on myös paljon muuta pyöräilyyn liittyvää ohjelmaa sekä useita ruokamyyjiä.

Tapahtuma on avoinna la-su klo 10-17 ja sinne on vapaa pääsy.

Lisätiedot:
www.kierratystehdas.fi
[facebook.com/kierratystehdas](https://www.facebook.com/kierratystehdas)

JS ry

KUTSU

Jätkäsaari-seura ry järjestää yhteistyössä
Kaupunginkanslian ja HSL:n kanssa

Tiedotus- ja keskustelutilaisuuden Jätkäsaaren rakentamisesta ja liikenteestä

Huutokonttorissa ke 8.4.2015 klo 18.00. Osoite Tyynenmerenkatu 1.

Sekä heti tilaisuuden jälkeen pidettävään Jätkäsaari-seura ry:n

Kevätkokoukseen

Käsiteltävät asiat:

- Käsitellään vuoden 2014 toimintakertomus, toiminnantarkastajien lausunto ja tilinpäätös.
- Päätetään vastuuvapauden myöntämisestä vuoden 2014 tileistä tilivelvollisille.
- Muut esille tulevat asiat.

TERVETULOA

Jätkäsaari-seura ry:n hallitus

Jätkäsaaren kaupunginosan kotisivut osoitteessa: kaupunginosat.net/jatkasaari.
www.facebook.com/jatkasaariseura
jatka.seura@gmail.com

Sivujen ylläpidosta vastaa Jätkäsaari-seura ry.

Suomella on kolme tietä. Mennään

TYÖN KAUTTA

KOKOOMUS ASETTAA TYÖN ETUSIJALLE. LAITETAAN SUOMI YHDESSÄ LIIKKEELLE.

Kevennetään työn verotusta. Puretaan yrittämistä ja elämistä vaikeuttavia kieltoja, eikä enää rangaista työtöntä töihin menemisestä. Noin alkajaisiksi. Laitetaan Suomi yhdessä liikkeelle. Esittelemme Sinulle 22 rohkeaa eduskuntavaaliehdokasta, jotka eivät pelkää tehdä vaikeitakaan päätöksiä Suomen ja Helsingin hyväksi. Tervetuloa mukaan korjausliikkeeseen ja rakentamaan parempaa Suomea.



46 | JUHA HAKOLA

*Ylikomisario,
kaupunginvaltuutettu*



47 | JOEL HARKIMO

Yrittäjä, opiskelija



48 | FATBARDHE HETEMAJ

*Business manager,
kaupunginvaltuutettu*



49 | ARJA KARHUVARA

*Fysioterapiayrittäjä,
kaupunginhallituksen jäsen*



50 | EIJA-RIITTA KORHOLA

Filosofian tohtori



51 | TERHI KOULUMIES

*Kaupunginvaltuutettu,
valtiotieteiden maisteri*



52 | TIINA LARSSON

*Luokanopettaja,
toimialajohtaja*



53 | PEKKA MAJURI

*Eversti (evp),
kaupunginvaltuutettu*



54 | SEIJA MUURINEN

*Terveystieteiden tohtori,
sairaanhoitaja-diakonissa*



55 | JARMO NIEMINEN

*Luontokirjailija,
everstiluutnantti (evp)*



56 | MATTI PARPALA

*Kauppätieteiden kandidaatti,
hallituksen puheenjohtaja*



57 | JAANA PELKONEN

*Kansanedustaja,
valtiotieteiden maisteri*



58 | MARJATTA RASI

*Suurlähettiläs,
oikeustieteen kandidaatti*



59 | TAPANI RUUKANEN

*Päätoimittaja (emeritus),
teologian maisteri*



60 | WILLE RYDMAN

*Kansainvälisten asioiden
sihteeri, valtiotieteiden
maisteri*



61 | LAURA RÄTTY

*Lääkäri, sosiaali- ja
terveysministeri*



62 | PERTTI SALOLAINEN

*Kansanedustaja,
ministeri*



63 | SARI SARKOMAA

*Kansanedustaja,
terveydenhuollon maisteri*



64 | DANIEL SAZONOV

*Edunvalvonta-asiantuntija,
oikeustieteen opiskelija*



65 | NINA SUOMALAINEN

*Erityisasiantuntija,
valtiotieteiden maisteri*



66 | JUHANA VARTIAINEN

*Ylijohtaja, valtiotieteiden
tohtori*



67 | BEN ZYSKOWICZ

*Kansanedustaja,
oikeustieteen kandidaatti*

KOKOOMUS
— Tämä on korjausliike. —