

KaunisGrani

No Nr 2/9.2.-1.3.2010

Kauniaisten paikallislehti

Lokaltidningen för Grankulla

KUVA-ARKISTO/BILDARKIV/MARCUS SANDELL

Treeniohjelmassa lisää voimaa ja nopeutta.
Marcus Sandell härtränar för Whistler Creek.



■ Talviolympialaisia kohti: GrIFK Alpinen **Marcus Sandell** treenaa täysillä Itävallan Saalbachissa Whistler Creekiä muistuttavassa mäessä. 14.2. Sandell matkaa Vancouveriin totuttelemaan aikaeroon ja paikallisiin olosuhteisiin.

LUE LISÄÄ SIVULLA 7

■ Hela Grankulla håller tummarna för GrIFK Alpines och Finlands representant i Vinter-OS, **Marcus Sandell**. Den 14 februari reser 22-åringen till Vancouver.

LÄS MERA PÅ SID 7

Vuoden yrittäjät ylistävät kauniaislaisten terveellistä elämäntapaa

SIVU 9

”Oj, vad skönt” utbrast Eeva Petersen efter Irma Eklunds nackbehandling

SID 9



NINA WINQUIST

NINA WINQUIST

Sampo Pankki

Tuumasta toimeen.



Kauniaisiin Sampo Pankille oma konttori ja uusi johtaja

SIVU 11

Petteri Aula vill att Sampo blir tredje störst i Grankulla

SID 11

Lumitöihin tarvitaan kaikkia

Kaupungin kaikki mahdolliset resurssit on valjastettu lumitöihin. Rakas, kamala lumi teettää kuitenkin sen verran töitä, että kaikkien talkooapua tarvittaisiin vaikkapa huonokuntoisen naapurin auttamiseen. Myös Grani Lähiapu peräänkuuluttaa lisää auttajia lumitöihin.

SIVU 2

Gammaldags, hederlig grannhjälp

Staden efterlyser talkoanda, tålmod och god vilja i allas vår kamp med snön. Nu gäller det att kavla upp ärmarna och exempelvis hjälpa ålderstigna och svagare grannar med snöskottning. Dessutom anställer Grani Närhjälp raska gossar och flickor för en liten peng.

SID 2

Massarokotukset alkavat maaliskuussa

Kauniainen massarokottaa terveet aikuiset sikainfluenssaa vastaan maaliskuun ensimmäisenä viikonloppuna.

SIVU 4

Massvaccinering mot svininfluensa i början av mars

Grankulla massvaccinerar alla friska invånare mot svininfluensa det första veckoslutet i mars.

SID 4

Gösta Österholm in memoriam

Kauniaisten yrittäjälämän Grand Old Man, kultaseppä Gösta Österholm, kuoli kotonaan 25.1. Hänen merkityksensä Kauniaisissa oli suuri; hän oli Kauniaisten Yrittäjien ja Kauniainen – Grankulla Rotary clubin perustajajäsen.

SIVU 14

En eldsjäl är borta

Grankullaföretagarnas Grand Old Man, guldsmeden Gösta Österholm, är borta. Gösta dog hemma den 25 januari. Han var i tiden med om att grunda såväl Grankulla Företagare som Kaunianen – Grankulla Rotary club.

SID 14



Tiesitkö mitä tapahtui 100 vuotta sitten?
Visste du vad som hände för 100 år sedan?

Vastaus Svar

Kauniainen sai sähköä!

Kesällä 1910 lähti Kauniaisten oma sähkölaitos käyntiin ja asukkaille jaettiin pari tuntia päivässä valoa. Laitos sijaitsi nykyisen rakennuskonttorimme paikalla Oppilaskodintienellä.

Grankulla fick elektricitet!

Sommaren 1910 sattes Grankullas eget elverk i gång och invånarna fick ljus några timmar om dagen. Verket låg på samma plats som vårt nuvarande byggnadskontor, vid Elevhemsvägen.

CLARA PALMGREN

Grankullagymnasiets utbud och anda lockar

Jenny Their, 09B-elev i Gymnasiet Grankulla samskola sedan i höstas, är glad över sitt gymnasieval.

– Jag hade också kollat in Lärkan och Mattliden, men fastnade för det breda språkutbudet här, särskilt spanskan var viktig för mig, säger 16-åringen som valde den GGs internationella linje och funderar på att bli "businesskvinnor" som vuxen.

– Lärarna är bra och kompisarna kivoga, och som extra bonus får jag sova längre om morgnarna än om jag hade fastnat för ett annat gymnasium. Men det var förstås inte det avgörande, hastar sig Jenny Their att tillägga.

Redaktionen har hört att den så kallade *Helsingforssvackan* är över och allt fler av både Hagelstams och de övriga närhögstadieskolorna nior – typ Jenny som gick i Lagstad – söker sig till GGs. Vad har hänt, rektor **Niklas Wahlström**?

– Vi har sedan 2007 fyra färdiga paket att erbjuda elever, som inte är bindande men som gör det lättare



att kombinera gymnasiekurser: språk- och internationella kontakter, idrott och hälsa, naturvetenskaper samt ekonomi- och samhälle.

– Den andra faktorn är att vårt kursutbud helt en-

kelt är mycket brett och intressant. 60 skolvisa kurser är inte fy skam! Dessutom har vi lärarika utlandsresor som lockar (i höstas lokaldemokrati-resan till Italien och i januari u-landsgeografifärden till Kenya). Och så samarbetar vi förstås med Kauniaisten lukio och har en gemensam positionsläsordning t.ex. just i spanskaundervisningen. Slutligen visar trivselenkäterna att såväl lärare som elever mår bra hos oss.

Den gemensamma elevansökningstiden är 1-19.3.2010. Ansökningarna ska vara Utbildningsstyrelsen tillhanda senast 19.3.2010 kl. 16.15. Vill du veta mer om GGs? Kolla då in nätsidorna www.edu.grankulla.fi/gymnasiet eller gå direkt till högsta hönsen och ring modigt upp rektorn Wahlström på 050 377 0317.

NINA WINQUIST

Kiinnostako Kauniaisten lukio?

Lue Kauniaisten lukioista edellisessä lehdessä (KG 1/2010), jossa haastatelimme entistä rehtoria Tapani Ala-Reinikkaa. Unelmakoulusta oli aukeaman juttu toukokuussa (KG 7/2009). Lehdet löytyvät nettiversioina osoitteesta www.kauniainen.fi/kaunisgrani.

Toisen asteen koulutukseen ammatillisiin oppilaitoksiin ja lukioihin haetaan yhteishaussa. Kevään 2010 hakuaika on 1.-19.3. Hakemusten on oltava perillä Opetushallituksessa viimeistään 19.3.2010 klo 16.15. Kauniaisten lukion nettisivut ovat www.kauniaistenlukio.fi. Sieltä löydät tietoa toiminnasta ja hakumenettelyistä.

Kaunis Grani löytyy nyt myös netistä:
www.kauniainen.fi/kaunisgrani

Lions - kirpputori Lions - loppmarknad

**Uusi kirpputorivuosi on alkanut.
Det nya loppmarknadsåret har börjat.**

Noudamme myyntikelpoisen materiaalin kotoanne.
Vi avhämtar försäljningsbart material.

Yhteystiedot/Kontaktuppgifter
Clas Bergring 0500 461 438

**Auta Lionseja auttamaan!
Hjälp Lions att hjälpa!**

LC Grankulla - Kauniainen

HAMMASLÄÄKÄRI - TANDLÄKARE

ELINA BÄCKMAN

ESPOON KESKUKSEN HAMMASLÄÄKÄRIT

Espoonkatu 11 A 2 Esbogatan, 02770 Espoo/Esbo
Puh./tel. 805 6422



KAUNIAISTEN SEURAKUNTAHYTYMÄ
GRANKULLA KYRKLIGA SAMFÄLLIGHET

KAUNIAISTEN KIRKKO

MESSU

PYHÄISIN KLO 10

GRANKULLA KYRKA

HÖGMÄSSA

HELGDAGAR KL. 12

Perinteiset laskiaistulet Gallträskillä

Sunnuntaina 14. helmikuuta klo 12

Nyt ulkoilemaan Gallträskin jälle koko perheen voimin.
Pulkkamäkeen, hiihtämään, kävelemään, napakelkkailemaan.
Lapsilla myös mahdollisuus kaivaa lumikäytäviä.
HIPPO mukana hauskuuttamassa

Tule nauttimaan talvisesta luonnosta!

Eväät mukaan, esimerkiksi makkaraa, jota voit grillata nuotiolla.
Järjestäjät tarjoavat muurinpohjalettuja ja pannukahvia.
Säästäthän ympäristöä ottamalla mukaan omat ruokailuvälineesi
lettuja ja kahvia varten.

Tervetuloa!

Kauniaisten ympäristöyhdistys, Grani Latu ja Helsingin OP Pankki



Traditionellt fastlagsjippo på Gallträsk

Söndagen den 14 februari kl 12

Välkomna till en friluftsdag på Gallträsk, med skidor,
till fots eller med pulka i backen.
Ta en tur med miljöföreningens slängkälke.
Snötunnelgrävning för barnen.
HIPPO deltar i underhållningen.

Kom med hela familjen, och njut av en vinterdag i naturen!
Tag med egen matsäck, t.ex. korv, som du kan grilla på elden.
Arrangörerna bjuder på nystekta plättar och kaffe som
kokats över elden.

Spara på miljön genom att ta med egna matkär
för plättarna och kaffet.

Välkomna!

Grankulla miljöförening, Grani Latu och Helsingfors OP Bank



HAUTAUSPALVELU KIELONKUKKA

Espoonlahden toimisto
Yläkaupinkuja 2
(Soukka)
Avoinna ma-pe 9.00-16.30

Leppävaaran toimisto
Konstaapelinkatu 3
(Gallerian lähellä)
ma-pe 9.00-16.30
lauantait suljettu

Muina aikoina sopimuksesta
Maksuton ohjevihko ja
kustannusarvio
Arkuista ja uurnista
Veteraanit - 15%
Suomen yrittäjät - 10%
Internetin kautta tilaajille
(sähköposti) - 10%

Puhelinvaihe
(09) 2709 3500
Päivystys **0500-512 942**
kielonkukka@kolumbus.fi
www.kielonkukka.fi

**BEGRAVNINGSTJÄNST
KONVALJEN**
MYMMME MYÖS HAUTAKIVIÄ

SEURAAVA KAUNIS
GRANI ILMESTYY
2.3.2010



Kauneushoitola &
kosmetiikan erikoisliike
Tervetuloa ostoksille,
merkit maahantuojalta:

dermaviduals®
PHYRIS
Dr.R.F. Eckstein®
Kosmetik ARTDECO

Kavallintie 24, p. 5053380
Avoinna arkisin klo 9 - 18
www.ailaairo.fi

agenda

Tapahtuu Kauniaisissa
Det händer i Grankulla

KEVÄÄN KONSERTTISARJAN Uudessa Paviljongissa avaa Suomalainen barokkiorkesteri – Finnish Baroque Orchestra su 28.2. klo 18. Viulisti Antti Tikkanen suunnittelema kamariorkesteri -ohjelma pohjaa Reichan, Mozartin sekä Berwaldin musiikkiin. Liput 12 €/8 €, www.piletti.fi tai tuntia ennen ovelta. Järj. Kauniaisten kulttuuritoimisto.

VÄRENS KONSERTSERIE i Nya Paviljongen öppnas av Suomalainen barokkiorkesteri – Finnish Baroque Orchestra sö 28.2 kl. 18. Det av violinisten Antti Tikkanen planerade kammarorkesterprogrammet baserar sig på Reichas, Mozarts och Berwalds musik. Biljetter 12 €/8 € www.piletti.fi eller vid dörren en timme före konserten. Arr. Grankulla kulturbyrå.

10.2. Keskiviikko Onsdag

TAIZEMÄSSA kl. 19 i Grankulla kyrka, Carola Tonberg-Skogström, Reidar Tollander. En musikensemble med verkar.

14.2. Sunnuntai Söndag

LASKIAISTULET Gallträskillä klo 12. Kts. ilmoitus.
FASTLAGSJIPPO på Gallträsk kl. 12. Se skild annons.
YSTÄVÄNPÄIVÄKONSERTTI klo 19 Kauniaisten kirkossa, "Häll mitt hjärta", Håkan Streng ja Ami Aspelund, Leo Holmgren, piano. Kolehti Yhteisvastuukeräyksen hyväksi.
KONSERT PÅ VÄNDAGEN kl. 19 i Grankulla kyrka. "Häll mitt hjärta" med Håkan Streng och Ami Aspelund. Leo Holmgren, piano. Fritt inträde. Kollekt till förmån för Gemensamt Ansvar.

17.2. Keskiviikko Onsdag

KUOROKOULU klo 18.30 Sebastoksessa, Kauniaistentie 11. Tied. kanttori Anna Marte, p. 050 3557 398.
TUHKAMESSU Ke 17.2. klo 20 Sebastoksen kappelissa, Kauniaistentie 11, Mauri Vihko ja Anna Marte.

23.2. Tiistai Tisdag

ESITELMÄ. Prikaatikenraali Markku Nikkilä: "Kriisinhallintaoperaatio". Kauniaisten Kaupungintalo klo 19. Tilaisuus on avoin yleisölle.

28.2. Sunnuntai Söndag

YHTEISVASTUULOUNAS klo 11.15 messun jälkeen Kauniaisten kirkon yläsalissa. Kauniaisten Martat ovat mukana toteuttamassa lounasta Yhteisvastuukeräyksen hyväksi. Aik. 10 €, lapset 5 €.

elämänkaari livsbågen

KAUNIAISTEN
SUOMALAINEN SEURAKUNTA

Kastetut Ida Svenja Saarela
Ida Maria Margagreta Palojoki
Salla Aurora Nieminen
Ronja Inkeri Savolainen
Miko Uolevi Asplund

Kuolleet Pauli Olavi Karli 77 v.
Vieno Astrid Annikki Kotikoski 95 v.
Leila Ulla Margit Jäppinen 64 v.

GRANKULLA SVENSKA FÖRSAMLING

Döpta Miranda Louise Paqvalén
Vigda Vera Fransilia Sepponen och Johan Magnus Reidar Tollander
Döda Gösta Wilhelm Österholm 80 år

uutiset nyheter

● **Susanna Tommila Kauniaisten uusi kulttuuri- ja vapaa-aikapäällikkö.** – Kaikki osa-alueet, lii-kunta-, kulttuuri- ja nuori-sotoimi kiinnostavat mi-nua paljon, kertoo Tommila tavoitteistaan uudes-toimessa. Henkilökohtaisesti hän sa-noo haluavansa olla mu-kana kehittämässä laa-dukkaita ja monipuolisia kulttuuri ja vapaa-aikapal-veluita etenkin Kauniaisten kaupungin asukkaille, mutta myös osana pää-kaupunkiseutua.

– Uuden toimialan yhte-näistäminen on mukava haaste ja uskon että voim-me vielä vahvistaa yhteisiä toimintatapoja ja tavoitteita kaikkien hyödyksi, Tommila miettii.

Hän sanoo työssään "toimivansa kaupungin vision ja strategisten tavoitteiden mukaisesti". Tommila on koulutukseltaan filosofian maisteri ja hän on kas-vanut Espoossa. Edelliset kolme vuotta hän on työskennellyt 1809-merkkivuosi-hankkeen koordinaattorina Hanasaaren ruotsalais-suomalaisessa kulttuurikeskuksessa. Sitä ennen Susanna Tommila toimi 10 vuotta Vantaan kaupungin kulttuuripalveluissa.

● **Massarokotukset sikainfluenssaa vastaan alkavat maaliskuussa.** Kaikkia kauniaislaisia on tarkoitus rokottaa sikainfluenssaa vastaan Kasavuoren koulukeskuksessa maaliskuun ensimmäisenä viikonloppuna neljän henkilön minuuttivauhdilla.

– Jotta asiointi sujuisi mahdollisimman joustavasti, toivomme ihmisten pukeutuvan siten, että vasen olkavarsi on helposti paljastettavissa. Ja Kela-kortti on syytä ottaa mukaan, neuvoo johtava lääkäri **Patrik Währn**.

Päälysvaatteet kannattaa riisua valmiiksi aulassa ilmoittaututtuaan, jonka jälkeen voi odottaa vuoroaan monitoimisalissa. Rokote annetaan vasempaan olkavarteeseen.

– Rokottamisen jälkeen on hyvä jäädä paikan päälle odottamaan noin 15 minuutiksi mahdollisen allergisen reaktion takia, ohjeistaa Währn.

Jos ajankohta ei sovi niin rokotteen voi maaliskuun loppuun saada terveysasemalla tiistaisin kello 10–11 välisenä aikana. Helsinki, Espoo ja Vantaa aloittivat terveiden aikuisten sikainfluenssarokotukset jo aiemmin. Kauniaisten on Währnin mukaan sen verran pieni kaupunki, että kaikkien kannalta on helppoa, jos suurin osa väestöstä saa rokotteen kerralla massarokotuksena.

Johtava lääkäri kertoo, että ennen hiihtolomaviikkoa Kauniaisiin olisi saatu varmuudella alle 3 000 rokotetta. Määrä ei ehkä olisi riittänyt kaikille, jonka kuuluu sen saada.

– Rokottamattomia on vielä peräti 5 500 asukasta, joista odotamme enintään 4 000 saapuvaksi.

Mahdollisimman moni ehtii myös näin saada asiasta tietoa ja varautua olemaan paikalla.

– Meillä oli varaa odottaa nimenomaan sen takia, ettei Suomessa ole epidemiaa eikä rokotuksilla näin ollen ole kiirettä.

● **Toiminta-avustuksia vuodelle 2010 voi hakea kaupungilta.** Tänäpäivänä käynnistyy kaupungin avustusten ja apurahojen hakuaika. Paikalliset yhdistykset, toimintaryhmät ja yksittäiset hakijat voivat saada avustusta toimintansa tukemiseen. Avustusta voi hakea liikunta-, sivistys-, nuoriso- tai sosiaali- ja terveystoimintaa varten. Lisää tietoa löytyy sivulta 12.

● **Yrittäjyyttä opitaan maaliskuusta lähtien TE-keskuksissa.** Espoon työ- ja elinkeinotoimisto järjestää yhdessä Espoon Seudun Uusyrityskeskusten kanssa Yrittäjyyden iltapäivä -infotilaisuuksien sarjan tänä keväänä. Infotilaisuuksissa yrittäjyyttä harkitsevat tai jo yrittäjyyden alkutaipaleella olevat voivat kootusti saada asiantuntijatietoa pienyrittäjän verotuksesta, markkinoinnin koukeroista, vakuutusasioista ja Uusyrityskeskusten sekä TE-toimiston palveluista. Seuraavat yrittäjyytiltapäivät ovat 3.3., 14.4., 5.5. ja 2.6. Lisää tietoa löytyy verkosta: www.espoonuusyrityskeskus.fi

Seuraa viimeisimpiä uutisia Kauniaisista ja hanki lisää tietoa: www.kauniainen.fi

JOHANNES WIEHN



● **Susanna Tommila är ny chef för kultur- och idrottsväsendet i Grankulla.**

Tommila säger sig vara mycket intresserad av både kultur och idrott. Hon vill vara med om att utveckla kvalitativa och mångsidiga tjänster inom båda sektorer framförallt för grankullaborna, men även verka som en del av hela huvudstadsregionen. – Att förenhetliga den nya enheten är en angenäm utmaning och jag tror att vi kan förstärka våra gemensamma handlingsmönster och målsättningar så att alla

vinner på det, funderar Tommila.

Till utbildningen är Susanna Tommila filosofie magister. Hon är hemma i Esbo och har de föregående tre åren verkat som koordinator för märkesåret 1809 på det svenskfinska kulturcentret Hanaholmen. Före det verkade hon i tio år inom kulturväsendet i Vanda.

● **Massvaccineringar mot svininfluensan i mars.** Alla ovaccinerade grankullabor ska på en gång få sitt vaccin i skolcentret Kasavuoren koulukeskus det första veckoslutet i mars. Vaccineringsstakten planeras bli fyra personer i minuten.

– Så att allt förlöper smidigt ger vi rådet att bära en klädsel som gör att den vänstra överarmen lätt går att blotta. Så är det också viktigt att ta med sig FPA-kortet, påpekar ledande läkare **Patrik Währn**.

Det är bra att ta av sig ytterkläder redan i aulan, där man anmäler sig. Efter det kan man vänta på sin tur i en särskild sal. Alla får alltså sprutan i vänstra överarmen. – Efter vaccineringen är det skäl att vänta sisådär 15 minuter för att försäkra sig om att en allergisk reaktion inte infinner sig, betonar Währn. Ifall man inte har möjlighet att ta vaccinet under massvaccineringen kan man under mars månad även vaccineras på hälsocentralen på tisdagar mellan kl. 10 och 11.

Helsingfors, Esbo och Vanda har inlett vaccineringen mot svininfluensan av friska vuxna redan för en tid sedan, men enligt Währn är Grankulla så litet att det helt enkelt lönar sig att vaccinera så många som möjligt på en gång. Orsaken till att staden valde att vänta till det första veckoslutet efter sportlovet är att man befarade att man inte hade fått tillräckligt med vaccin för att säkert klara av alla som önskar bli vaccinerade.

– 5 500 invånare är fortfarande ovaccinerade och tidigare hade vi bara med all säkerhet fått något under 3 000 vaccindoser.

Währn säger att Grankulla hade möjlighet att vänta då ingen epidemi är på gång i Finland och saken därför inte förutsatte resurskrävande "nödlösningar".

● **Stadens verksamhetsunderstöd för år 2010 kan sökas.** Idag tisdag kör ansökningsstiden för de understöd staden ger i gång. Lokala föreningar, grupper och enskilda personer kan få understöd för att utöva sin verksamhet. Understöd kan sökas för idrotts-, bildnings-, ungdoms-, eller social- och hälsovårdsverksamhet. Läs mer på sid. 13.

● **TE-centralen ordnar infomöten för företagare.**

Esbo Arbets- och näringsbyrå ordnar tillsammans med Esbonejdens Nyföretagarcentral från och med början av mars fyra informationsmöten om företagareverksamhet. På mötena har den som planerar att bli eller som redan är företagare tillfälle att samla och erhålla skicklig information om småföretagarens beskattning, marknadsföringsknoppar, försäkringar samt om vilka tjänster Nyföretagar- och Te-centralen kan erbjuda. Följande träffar hålls 3.3., 14.4., 5.5. ja 2.6. Närmare information på t.ex. www.espoonuusyrityskeskus.fi.

Följ med senaste nytt om Grankulla och skaffa mer info på www.grankulla.fi

KINOSTEN KESKELLÄ

Pihoillamme paksu lumi näyttää untuvalta paikka paikoin lähimmäinen pilkottaa. Tunnistus on vaivalloista lumipeitteen alta mitäköhän kevätsula paljastaa?



vinkkisarja tipsserie

Ympäristötoimen vinkkisarja jatkuu. Suunnitteletko talvisiivousta tai remonttia? (osa 2)

Ympäristötoimi haluaa muistuttaa, että jos tavaroita tai materiaaleja ei enää voida kierrättää, voi HSY:n (ent. YTV) Sortti-asetille viedä m.m puujätteitä, elektroniikkaromua, ongelmajätteitä ja sekajätteitä henkilöautolla, peräkärjällä, pakettiautolla tai muulla kevyellä kuljetusvälineellä. Lähimmät Sortti-asetat sijaitsevat Konalassa (Betonitie 3) ja Ämmässuolla (Ämmänsuotie 8)

Planerar du en vinterstädning eller renovering? (del 2)
Miljöenheten vill påminna invånarna om att ifall saker eller material inte kan återvinnas kan man föra bl.a. träavfall, elektronskrot, problemavfall samt blandavfall till HRM:s (f.d. SAD) Sortti-stationer med personbil, släpvagn, paketbil eller något annat lätt transportmedel. De närmaste Sortti-stationerna är belägna i Kånala (Betongvägen 3) och vid Kärringmossen (Kärringmossevägen 8).

Lisää tietoa:/Mera information: www.hsy.fi/jatehuolto



Ping och pong

Ska du inte spela själv?" undrade tränaren. Jag satt på läktaren i idrottshallen i Brunakärr i Helsingfors och följde med mellanpojkens bordtennisträningar. Att också jag skulle börja med bordtennis ingick inte i planerna. Snarast var jag med som chaufför. Efter att ha hittat en lämplig hobby för tolvåringen som höll på att lämna handbollen ville jag se till att han faktiskt kom till och från de nya träningarna. Det går buss från Grankulla till Brunakärr, men att hitta rätt buss hem i mörkret är inte så enkelt.

Det har gått några år och jag började faktiskt spela pingis. Jag har också varit med om att grunda Grani Pingis rf och vår tränare är den samma som i Brunakärr, nämligen tysklandsfödde Alexander Dyroff. Och man behöver inte längre ta sig till Brunakärr utan spelomöjligheter finns på närmare håll, i nya Grankulla Idrottspark i Ymmersta.

Någon direkt nybörjare i pingis är jag inte, utan jag tävlade ganska flitigt under skolåren på 1970-talet. Ett FM-brons i juniorernas lagspel var den största meriten, längre än så räckte talangen och träningsivern inte. Nu är den största utmaningen att ge fullgott sparringsmotstånd till min egen pojke.

En stor förändring har ägt rum sedan jag spelade aktivt: reglerna har ändrats så att bollen har blivit större. Bollduellerna blir lite längre eftersom spelet är lite långsammare. Det är inte bara serve och smash som gäller längre. För mig passar det bra, eftersom jag inte (längre) är så snabb i vändningarna.

Under min barndom var pingisen en jätteviktig hobby för mig. När jag var åtta år flyttade min familj från Helsingfors till Jakobstad. Att anpassa sig till den nya miljön var allt annat än enkelt, men det gick till slut med pingisens hjälp.

Bordtennis kan vara ett bra alternativ för det barn eller tonåring som tycker att handboll eller ishockey är alltför fysiskt krävande. Men framför allt är det oerhört roligt att spela pingis. Därför är jag glad över att Grani Pingis kan erbjuda nya generationer möjligheten att prova på bordtennis – den snabbaste av alla racketsporter.

Välkommen med och spela!

RICHARD BRANDER

Kolumnit kirjoitetaan vuoronperään suomeksi ja ruotsiksi. Ensi lehdessä palstatila on suomenkielisellä sanataiturilla.

Kolumnerna skrivs turvis på finska och svenska. I nästa nummer kverulerar en sfinskspråkig skribent.

suosittelemme vi rekommenderar

Kirjailija Claes Andersson avaa Vallmogårdin kirjallisuustilojen kevään. Viimeisimmässä *Jokainen sydämeni löynti* -teoksessaan, Andersson muistelee lapsuuttaan, vuosiaan alkoholistien ja mielenterveyspotilaiden parissa, aikaansa kansanedustajana ja ministerinä. Hän kuvailee intohimoaan jatsiin, kirjallisuuteen ja jalkapalloon.

Andersson kirjoittaa rakkaudesta, kuolemasta, unista, omasta peliriippuvuudestaan ja sukupolvensa yrityksestä parantaa maailmaa. Muistelmissa on tilaa hyvälle ystävälle, sukulaisille, kollegoille ja elämäkumppaneille. Ajatus seuraa impressioita ja miellelyhtymiä; Andersson leikkii muistin laikkupaikoilla ja unohtaa kaikkein ikävimmät asiat.

"... elettyäni elämän jossa minulla on ollut ilo ja onni olla mukana niin monessa, rakkaudessa ja ystävyydessä, intohimoissa ja haluissa ja tulevaisuuden uskossa, taisteluissa ja vastarinnassa, jossa olen kohdannut niin paljon todellisuutta, niin monia ihania ja huikaita ihmisiä ja kohtaloita, monia maita, kieliä, kulttuureita, elinpiirejä ja ystävyyksiä, voisinko olla muuta kuin iloinen ja kiitollinen?"

Författaren Claes Andersson inleder vårens författarkvällar på Vallmogård. I sitt sista verk *Varje slag mitt hjärta slår* gör Andersson en djupdykning i den privata sfären. Med kännspek humor och självironi minns Andersson sin barndom, arbetet med mentalvårdspatienter och tid som riksdagsledamot och minister. Han beskriver sin passion för jazz, litteratur och fotboll.

Andersson skriver om kärlek, död, drömmar, spelberoende och sin generations världsförbättrarsträvanden. Memoarerna ger utrymme för vänner, släktingar, kolleger och livspartner. Andersson har splittrat kronologin och ger plats för

To 11.2. klo 19. Kirjallisuusiilta: Claes Andersson, Vallmogård. Vapaa pääsy. Järj. Kauniaisten kulttuuritoimisto ja Kauniaisten kirjasto.

To 11.2. kl. 19. Författarafton: Claes Andersson, Vallmogård. Fritt inträde. Arr. Grankulla kulturbyrå och Grankulla bibliotek.



Suomenruotsalainen kirjailija, psykiatri ja jazzmuusikko Claes Andersson Suomenruotsalainen kirjailija, psykiatri ja jazzmuusikko Claes Andersson (s.1937) jätti eduskunnan 2008 ja on sittemmin keskittynyt uudelleen taiteensa tekemiseen.

Den finlandssvenska författaren, psykiatern och jazzmusikern Claes Andersson (f. 1937) lämnade riksdagen år 2008 och har efter det koncentrerat sig på att skapa konst.

fria associationer. Genast i inledningen kommer författaren med en bekännelse som sätter tonen för memoarerna:

"Det jag kommer ihåg kan faktiskt ha hänt, eller jag kan inbilla mig att det hänt. Men jag minns också mycket sådant som i själva verket aldrig hände. Jag är en minnets mytoman, mer eller mindre avsiktligt. När jag upprepat en historia tillräckligt många gånger för mig själv förvandlas den till sanning."

lukijakuva läsarbild



Lukijakuvan on lähettänyt Annika Mannström. Hän kertoo, että viime lehdessä kertomastamme ilkeivallasta rinneestä ei ole enää merkkejä.

Läsarbildens har tagits av Annika Mannström. Hon kan även glädjande rapportera att det ofog som förekommit i backen och som KG skrev om i senaste nummer nu verkar ha upphört.

Anton Janhonen 7, Jakob Eklund 10, Victor Mesterton 11 ja Anton Eklund 12 viihtyvät Granin pujottelurinteessä "aina kuin on vain mahdollista". He suhahtelevat mäkeä alas suksilla tai lumilaudalla. Hyppyreiden rakentaminen ja hyppääminen on poikien mielestä hausointa, tai metsän läpi laskettelu.

Hurra för snön och vintern! Fyrklövern Anton Janhonen 7, Jakob Eklund 10, Victor Mesterton 11 och Anton Eklund 12 har säsongkort till Granis slalombacke. De är så ofta som möjligt i backen på antingen skidor eller snowboard. Att bygga "hyppyrin" och hoppa är det roligaste, eller att åka i skogen.

vinkkaa lehdelle

Lähetä paras kuvasi tai vihjeestä siitä, mitä haluaisit paikallislehdestäsi lukea. Tiesitkö, että jutut taitoluistelijoista ja Marcus Sandellista tehtiin lukijavihjeiden perusteella?

tipsa tidningen

Skicka in din bästa bild eller ditt tips på vad du vill läsa om i din egen lokaltidning. Visste du artiklarna om konstskridsko och Marcus Sandell gjordes efter att läsarna kontaktat redaktionen?

RinneKoti-Säätiö

RinneKoti-Säätiö hakee Espoon Sepänkylään maaliskuussa 2010 avattavaan RK-Asunnot Peuramäen ryhmäkotiin vakinaiseen työsuhteeseen

HOITAJIA

RK-Asunnot tunnetaan laadukkaana ja kehityksessä mukana olevana avohuollon asumispalvelujen tuottajana. Ryhmäkoti tulee tarjoamaan asumista ja ohjausta kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille.

Edellytämme:

- sosiaali- tai terveydenhuoltoalan koulutusta tai soveltuvaa muuta alan ammatillista tutkintoa
- yhteistyökykyä ja hyviä vuorovaikutustaitoja

Arvostamme:

- kokemusta kehitysvammaisten ohjauksesta ja hoidosta
- asiakaslähtöistä kuntouttavaa työtettä
- kehittämishalukkuutta

Tarjoamme:

- moniammatillisen työyhteisön
- hyvän perehdytyksen
- monipuolisia työtehtäviä
- mahdollisuuden kehittää omaa osaamistasi

Palkkauksessa noudatamme yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimusta. Pyydämme valitulta rikosrekisterilain 6.2§:n mukaisen rikosrekisteriotteen esitettäväksi.

Ota yhteyttä, kerromme mielellämme lisää:

ryhmäkodin esimies **Satu Outinen**, puh. 050 340 6586
palvelupäällikkö **Jaana Laaksonen**, puh. 040 536 4659

Täytä hakemus ja lisää liitteeksi ansioluettelosi viimeistään 19.2.2010 osoitteessa <http://rekry.rinneKoti.fi>

RinneKoti-Säätiö tuottaa yli 80 vuoden kokemuksella laadukkaita sosiaali- ja terveydenhuollon sekä opetustoimen palveluja pääosin kehitysvammaisille henkilöille. RinneKodin hoito-, asumis- ja asiantuntijapalvelut sekä työ- ja päivätoiminnot ovat merkittäviä sekä Uudellamaalla että valtakunnallisesti. Säätiössä työskentelee lähes 800 alan ammattilaista ja palvelujen piirissä on yli 1 200 asiakasta. RinneKodin arvot lähimmäisyys, asiantuntijuus ja hyvä elämä ovat läsnä kaikessa toiminnassa. Tavoitteena on, että RinneKoti-Säätiö on savuton työpaikka vuonna 2011. www.rinneKoti.fi

TUKEA ELÄMÄÄN

www.aktia.fi



TVÅ PROCENTS RÄNTA OCKSÅ PÅ DIN DEPOSITION

Depositionstid 12 mån. Ett avgiftsfritt uttag efter 3 mån. Minimi-deposition 10 000 €. Mera information på Aktia Banks kontor.

Aktia Grankulla
Promenadplatsen 1
puh. 010 247 6010*

*från fast linje 0,08 €/samtal + 0,06 €/min.,
från mobiltelefon 0,08 €/samtal + 0,17 €/min.

Aktia

Ser en människa i varje kund.

Huoneistokeskus



Eija Elo
LKV, YKV, MKT
0207 80 3426
0500 703 556



Maija Halme
0207 80 3407
0500 408 655



Marja-Leena
Kastikainen
0207 80 3447
0500 481 574



Harri
Korpilaakso
0207 80 3246
050 5111 972



Tarja Martevuo
LKV
0207 80 3406
0500 600 799



Eija Matinmikko
0207 80 3274
050 3819 197



Pirjo Palin
LKV
0207 80 3452
0500 619 253



Jarkko Partanen
LKV
0207 80 3451
0500 409 631



Ursula Rainio
LKV, Julkinen
kaupanvahvistaja
0207 80 3489
0500 414 414



Kaisu Rajaniemi
LKV
0207 80 3264
040 7724 502



Arja Ränkipohja
0207 80 3453
050 3819 196



Tomi
Saastamoinen
LKV
0207 80 3471
050 5111 621



Maaria Salmi
LKV
0207 80 3276
050 5688 415



Anne Sundqvist
LKV
0207 80 3421
0500 451 236



Margaretha Vaija
LKV, ekonomi
0207 80 3416
0500 408 606



Marjukka Wakkola
LKV
0207 80 3492
0500 600 798



Jaakko Autio
Myyntipäällikkö
LKV
0207 80 3445
050 3101 777



Leena Kari
Myyntipäällikkö
LKV, ekonomi
0207 80 3425
0500 829 705



Auli Seppälä
Myyntipäällikkö
LKV
0207 80 3403
0500 607 101



Anne Seppänen
Myyntijohtaja
LKV
0207 80 3562
0400 672 542



Jutta Heikkilä
Myyntiasistentti
MKT, LKV
0207 80 3464
040 7724 352



Leila Palin
Myyntisihteeri
0207 80 3417
040 7104 025



Pirkko Teppana
Myyntisihteeri
LKV
0207 80 3443
040 710 4027

Soita tai tervetuloa käymään toimistoillamme - Vi betjänar också på svenska.

Puh. 0207 80 3430

Kauppakeskus Grani, Nordea, Promenadi 1, 2. krs, 02700 Kauniainen

Puh. 0207 80 3400

Koronakatu 2, 02210 Espoo

Puh. 0207 80 3440

Kauppakeskus Sello, Leppävaarankatu 3-9 01F-192, 02600 Espoo

Puh. 0207 80 3270

Kauppakeskus Iso Omena, Nordea, Piispanilta II T 61, 02230 Espoo

Puh. 0207 80 3400

Tapiola, Nordea, Länsituulentie 10, 02100 Espoo

Vähimmäispalkkio 2.000 € + alv. 22 % = 2.440 €. Välityspalkkio 4,88 % (4 % + alv. 22 %) velattomasta hinnasta.
Puheluhinnat 0207-alkuisiin numeroihin lankapuhelimesta 8,21 snt/min + 6,9 snt/min (alv 22 %). Matkapuhelimesta 8,21 snt/min + 14,9 snt/min (alv 22 %).

www.huoneistokeskus.fi

Saat
Finnair Plus
-pisteitä
välityspalkkiosta.

FINNAIR

Plus

Kanssamme onnistut

Nyt jos koskaan kannattaa käyttää ammattilaista asunnonvaihdoissa turvaamaan elämäsi tärkein kauppa ja varmistamaan onnistunut lopputulos. Saat meiltä välittäjäsi lisäksi lukuisan joukon asuntokaupan ammattilaisia myymään asuntoasi. Kun teemme joukolla tiivistä yhteistyötä löytääksemme kodillesi sopivan ostajan syntyy onnistunut asuntokauppa nopeasti ja oikeaan hintaan.

Ammattilaisen kanssa onnistut vaivattomasti.

Marcus Sandell treenaa täysillä olympialaisiin

GrIFK:n alppihiihtäjä, 22-vuotias Marcus Sandell edustaa Suomea talviolympialaisissa 12.-28.2.

Miten valmistaudut olympialaisiin?

Tämän viikon treenaan Saalbachissa Itävallassa, jossa on mäki, joka muistuttaa Whistleriä. Siinä on jyrkkä alku ja tasaisempi loppu.

Lauantaina 14. helmikuuta lähdän Vancouveriin viimeiseksi viikoksi totuttelemaan olosuhteisiin, aikeroon ja tietyksi lumeen.

Whistler on meren lähellä, ja ainakaan pari vuotta sitten siellä laskiessani mäki ei ollut jäädytetty. Kosteus tekee lumen kovemmaksi ja aggressiivisemmaksi kuin

esimerkiksi Saalbachissa.

Mitkä ovat suurimmat haasteesi?

Ehkä saada itseni kuntoon. En tunne olevani sata prosenttisesti kunnossa, ja minun on työskenneltävä kovasti nämä pari viimeistä viikkoa.

Vielä nyt treeni on helpompaa. Minun on kehitettävä lisää voimaa ja kestävyttä. Mutta kisojen lähestyessä homma käy erilaiseksi. Pitää herkistellä enemmän, keskittyä nopeuteen ja kimmoisuuteen, jotta lihakset olisivat herkässä kunnossa.

Yritän saada myös pari lisäkiloa ennen kisoja. Nyt painan 80,5, mutta ennen onnettomuutta Pitztalissa painoin noin 83 kiloa.



Tarvitsen myös lisää voimaa jalkoihin ja selkään. Laskiessani huomaan miten helpposti olen takakenossa kään-

nöksissä, mikä vaatii paljon jalkavoimia.

Suurimman eron huomaan kuitenkin punttisallilla. Ennen onnettomuutta jalkakyykyssä nousi 180-190 kiloa, nyt vain 160-170 kiloa.

Mitä odotat Whistlerin mäestä?

Minulla on sieltä hyviä muistoja vuodelta 2008. Olin silloin ensimmäistä kertaa kymmenen parhaan joukossa maailmacupissa.

Mutta paikka on vaativa ja mäki vaikea. Se alkaa siis jyrkästi, kääntyy tiukasti muutaman kerran muuttuakseen loppua kohden tasaisemmaksi. Käännöksissä täytyy ottaa vauhtia, mutta siinä olen onneksi hyvä.

Oikeastaan jyrkän osuu-

den jälkeen laskua ei ole vaikeaa muuttaa, koska paino on hieman edessä. Liikkeet ovat kuitenkin samat.

Ted Ligety, Benjamin Raich, Didier Cuche, Carlo Janka... Ketkä ovat parhimmimmat kilpailijasi?

Vaikea kysymys. Siellä on monia hyviä laskijoita. Kjetil Jansrudin kanssa meillä on aina leikkimielistä kaksintaistelua. Lyömme usein vetoa ennen kisoja. Hänet minä nyt ainakin aion voittaa.

Vaikuttavatko olympialaiset loppukauteesi?

Kisat eivät vaikuta muihin suunnitelmiini. Jatkan harjoittelua keväällä, mutta en siis "skabaa".

Välittömästi olympialaisen jälkeen jään Whistleriin

vielä viikoksi muun joukkueen kanssa, ja sitten lennän kotiin. Ehdin vähän leikkiä kisaturistiakin, kannustaa muita ja pitää hauskaa.

Muuten: kaikkien kauniislaisjunioreiden kannattaa myös muistaa pitää hauskaa. On tärkeää nauttia siitä mitä tekee. Siitä joudun itseänikin muistuttamaan aina silloin tällöin.

Kiitos ajastasi. Ja peukut pystyy Marcuselle, kauniislaislet!

NINA WINQUIST

KÄÄNNÖS RUOTSISTA:
MARKO UUSITALO

Lue Marcus Sandellin blogia:
www.marcussandell.com

Sandell hårdtränar för OS

Marcus Sandell, 22-årig grankullabördig alpinist, representerar Finland i de olympiska vinterspelen i Whistler Creek den 12-28.2.

Hur förbereder du dig inför OS?

Den här veckan tränar jag i Saalbach i Österrike, där det finns en backe som påminner om den i Whistler - den börjar brant och slutar flackt.

På lördag, den 14 februari, åker jag till Vancouver för att den sista veckan före OS vänja mig vid förhållandena där, tidsskillnaden och förstås snön.

Whistler ligger ju nära havet och åtminstone för två år sedan när jag åkte där senast hade de inte isat. Fukten gör snön hårdare och aggressivare än exempelvis i Saalbach.

Varför är din största utmaning?

Kanske att få mig själv i

skick. Jag känner mig inte 100 procent rent fysiskt och måste jobba hårt de här sista två veckorna.

Just nu är det ännu lätt, det gäller att få mer styrka och uthållighet. Men det blir annorlunda när vi närmar oss tävlingen, då blir det mera finlir med fokus på på snabbhet och spänst så att musklerna ska vara i "snabbt" skick.

Jag försöker också bli några kilo tyngre före tävlingen - just nu väger jag 80,5 medan jag före septemberolyckan i Pitztal vägde ca 83.

Och sedan behöver jag mer styrka i benen och ryggen; när jag skidar märker jag att jag lätt blir baktung i svängar som kräver mycket benstyrka.

Den största skillnaden märker jag ändå i konditionssalen - före olyckan orkade jag träna med 180-190 kilos tyngder i

benpress, nu får jag upp bara 160-170 kilo.

Hur blir det att skida i Whistler?

Jag har bra minnen från Whistler 2008. Det var ju första gången någonsin jag placerade mig bland de tio bästa i en Världscupstävling (red.anm: nionde 23.2).

Men stället är tufft och backen svår. Man måste ta med sig farten ur svängarna, men det brukar jag som tur vara bra på.

Vem är dina värsta konkurrenter?

Svår fråga. Där är många som åker bra. Jag brukar ha en extra, liten vänskaplig duell med Kjetil Jansrud. Vi har blivit goda kompisar och brukar slå vad oss emellan inför en tävling. Honom ska jag åtminstone vinna!

Tack för att du tog dig tid. Hela Grankulla hejar på dig!

Läs Marcus Sandells blogg på www.marcussandell.com

TACK – KIITOS!

Tack för gratulationer, gåvor och understöd av GrIFK Alpine's juniorverksamhet!
Kiitos onnittelusta, lahjoista ja GrIFK Alpine'n juniorityön tukemisesta!

Sture Skogström, 70
Senior Citizen, with Licence to Ski

KIRISTÄÄKÖ PAKKANEN IHOLLASI?!

Talven kylmyys ja kuiva ilma tuntuu myös kasvoilla. Tiesitkö, että ihon kosteus-pitoisuus pystytään nykyään jopa mittaamaan?

Helmikuun ajan saat ihoanalyysin ja kosteus-mittauksen veloituksetta!

KAUNEUSHUONE
AMELIE

Kirkkotie 15
Tornitalo, Kauniainen
p. 040-196 9007



www.kauppakeskusgrani.fi

Köpcentrum Grani

Lähellä sinua • Nära dig

Yli **30** asiantuntijaa saman katon alla!
Mer än **30** specialister under samma tak!

Aktia • Alko • Björndals • FysioSporttis • Grani LKV • Grani-Med • Hairstore Grani • Helsingin OP • Huoneistokeskus • Kajanto • Kauniaisten Kello ja Kulta • Kauniaisten Kukkaliike • Kehysgalleria • Kela • Kiinteistömaailma • Kotipizza • Kuva-tapio • Lanterna • Liikennekoulu Grani • Makuuni • Mandarina • moms • Move • Nordea • Pannacotta • Parturi-Kampamo Taina • Posti • Rautakirja • SampoPankki • Silmäsema • SOL Pesulapalvelu • SpecSavers • Tiimari • Valintatalo

Överraska någon på Alla hjärtans dag!
14.2. • Yllätä Ystävänpäivänä!

HairStore Grani

Hiuspalvelut koko perheelle
Kauppakeskus Grani, 2. kerros
hsgrani.fi -sivuilta nettiajanvaraus 24h
avoinna ark. klo 9-20, la 9-15
p. (09) 420 8281 tai (09) 8569 8281

ONNELLISET TUNNIT

HairStore Granissa tällä kupongilla
2 palvelua 1 hinnalla
(edullisempi veloituksetta)
voimassa arkisin klo 10-14
15.2.2010 saakka.

Kauniaisten taitoluistelijoilla vauhti päällä

NINA WINQUIST

Uusi valmentaja, uusi balettiopettaja, uusi aikuisten alkeiskurssi, koko perheen taikashow Granhultsskolanissa...

On maanantai-ilta-päivä Kauniaisten jäähallilla. Luistinten terät sihahtelevat, piiruetit kieppuvat vinhasti, korkeat hyppyt ja pehmeät laskut seuraavat toinen toistaan, kun 14 kouluikäistä taitoluistelijaa tekevät taikojaan jäällä.

Yksi jääprinsessoista on 17-vuotias **Laura Mattila**, joka aloitti taitoluistelun 7-vuotiaana. Myös Lauran 12-vuotias sisar **Hanna** on harrastanut lajia 4-vuotiaasta lähtien.

Mikä lajissa viehättää, Laura?

– Kyllä se on itse luistelu. Ei se glamouri. On vaikeata kuvata sitä hienoa tunnetta, kun onnistuu uuden, vaikean hypyn alastulossa. Nyt minulla on hionnan alla kaksoisakseli, kolmoistulppi ja kolmoissalchow.

"Jäätä", eli harjoittelua jäällä Lauralla on kahdeksan kertaa viikossa, kerran viikossa balettitunti ja molempien lisäksi vielä "kuivaharjoittelua", kuten juoksua, lihaskuntoharkkoja ja hypelyä ilman luistimia.

Tuki on tärkeää

Laura sanoo saaneensa paljon taustatukea pitkäaikai-

selta valmentajaltaan **Tanja Pyöriäiseltä**.

– Valmentajien apu on korvaamaton. He ovat myös tärkeitä tekijöitä siinä, että meillä on seurassa niin hyvä henki.

Myös se, että Lauran vanhemmat ovat olleet valmiita kускаamaan Lauraa, Hannaa ja jääkiekkoa pelaavaa Jaakko-veljeä harrastuksiin, on ollut osa tekijänä siinä, ettei Lauralle ole edes ikinä tullut mieleen lopettaa taitoluistelua. Perheeseen kuuluu vielä jalkapalloa (GrIFK '98) ja sählyä harrastava pikkusisko Elina.

Aloittaa voi vielä aikuisenakin

Uutena KaTan jäävalmentajana **Tanja Pyöriäisen** rinnalla toimii vuodenvaihteesta lähtien kokenut **Jelena Shandley**, joka on saanut oppinsa Pietarissa ja Moskovan urheiluakatemiassa.

Jelena listaa taitoluistelun monia eri ominaisuuksia: laji kehittää koordinaatiota, tasapainoa, liikkuvuutta, kestävyyttä, lihaskuntoa, taiteellisuutta, esteettisyyttä, itseilmaisua...

– Taitoluistelun voi aloittaa missä iässä tahansa, Jelena sanoo.



Uusi KaTan valmentaja **Jelena Shandley** ohjeistaa **Laura** ja **Hanna Mattilaa**.

Den nya skridskotränaren **Jelena Shandley** visar **Laura** och **Hanna Mattila** rätt bensträckning.

Jää on mahtava elementti

Kauniaisten Taitoluistelijoiden viikoittaisia balettitunteja uimahallilla on syksystä lähtien vetänyt Kansallisbaletissa yli 20 vuotta solistina tanssinut **Jaana Puupponen**.

– Onneksi tulii! Jää on aivan mahtava elementti, joka on vienyt minut mennessään, hehkuttaa **Puupponen**.

– Yksinluistelijoilla on tärkeää, että taustajoukot ovat kunnossa. He tarvitsevat tukea ja rakentavaa kritiikkiä sopivassa suhteessa.

Kaiken pitää olla sopuisuudessa.

Mutta palataanpa vielä lopuksi hetkeksi **Laura Mattilaan**. Miten monta luistinparia olet käynyt läpi? – Apua, vaikea kysymys! Yli 10? Vaiko enemmän?

NINA WINQUIST

KaTan luistelukoulu

- tarkoitettu 4–10-vuotiaille tytöille ja pojille
- mukaan voi tulla hyvin kesken kaudenkin
- hinnat: 1 krt/vko 140 euroa ja 2 krt/vko 230 euroa per kausi
- kaksi kertaa voi kokeilla ilmaiseksi
- lisätietoja ja ilmoittautumiset www.katary.seura.info/luistelukoulu/

KaTan uusi aikuisten alkeisryhmä

- viiden kerran kurssi valmentaja **Jelena Shandley**n opastuksella
- sopii sekä naisille että miehille
- aikaisempia taitoja ei tarvita; riittää kun pysyt pystyssä
- harjoitukset 15.2., 1.3., 8.3., 15.3. ja 22.3. sekä bonus-päivä 22.2. klo 17.20–18.00
- kurssin hinta 50 euroa
- luistelijoilla oltava oma, luistelun kattava tapaturmavakuutus
- lisätietoja ja ilmoittautumiset www.katary.seura.info/aikuisluistelu/

Jokeri Pokeri Box

KaTa järjestää Jokeri Pokeri Box -esityksen Granhultsskolanissa, Oppilasko-dintie 23, 15.3. klo 18.30. 10 euron hintaisia lippuja voi ostaa Kauniaisten Maakuunista.

Konståkarna i Grankulla har mycket på gång

En ny skridskotränare sedan årsskiftet, en ny balettlärare för konståkarnas "torrträning" sedan i höstas, en nybörjargrupp för vuxna som drar igång nästa vecka och – som ett spännande bonusprogram för hela familjen – en fundraiser trollerishow i Granhultsskolan 15.3 kl. 18.30. Det är mycket på gång just nu hos Grankulla konståkningsklubb!

Barn mellan 4 och 10 år hinner ännu med i vårens skridskoskola och erbjuds två provträningar gratis. För de gossar och flickor som sedan önskar fortsätta kostar det 140 att skrinna en gång och 230 två gånger i veckan under resten av säsongen.

Grankulla konståkningsgrupp startar en nybörjarkurs

för vuxna den 15 februari, som dras av den nya tränaren **Jelena Shandley**. Shandley började vid grankullaföreningen vid årsskiftet och har som mål att lära såväl män som kvinnor utan tidigare kunskap i skridskoåkning elementära färdigheter.

– Det räcker om du hålls på benen med skridskorna på, resten tar vi hand om, uppmanar hon. Gruppen träffas inalles sex gånger; 15.2 samt 1, 8, 15 och 22.3 kl. 17.20–18. De som kan komma den 22.2. är också välkomna. Kursen kostar 50 euro och med bör man ha skridskor samt vara försedd med en olycksfallsförsäkring.

För mer information och anmälningar, se www.katary.seur.info

Liikunnan pitäisi olla kuin hampaiden pesu

PAULA JÄNTTI



Uuden sulkapallokoulun junioreita / badmintonjuniorer: **Aaro Junkkari, Laura Heino, Lucas Johnson, Jenny Jäntti, Aleksi Ihalainen, Jenna Lähdemaa, Jessica Jäntti, Robin Jäntti, Stella Pettersson & valmentaja / tränaren Ilkka Nyqvist**

että ruumiille lääkettä moneen vaivaan ja sen pitäisi kuulua yhtä olennaisena osana meidän jokaisen elämään kuin esim. hampaiden pesu, toteaa **Jäntti**.

Eikä aina pidä puristaa hampaat irvessä, vaan on pyrittävä löytämään itselle sopiva laji, joka tuottaa hyvän fiiliksen.

Erityisen huolissaan **Jäntti** on siitä, että lapset liikkuvat nykyään entistä laiskemmin. Arkiliikunta ja ulkoilu ovat selvästi vähentyneet.

– En myöskään pidä siitä trendistä, että nuoret joutuvat liian nopeasti valitsemaan vain yhden lajin, johon on satsattava ns. tosisaan. Tiedän kokemukselta, että kilpaurheilu ei ole helppoa eikä se sovi kaikille. Myös niille, joille urheilussa kilpaileminen ei tunnu mielekkäältä, pitää olla tarjolla vaihtoehtoja liikkuu ja kokeilla uusia lajeja iästä riippumatta.

Jäntti on perustanut Kauniaisten uuteen palloiluhalliin sulkapallokoulun.

Tutkimukset osoittavat, että huono kunto on terveydelle vaarallisempaa kuin esim. tupakointi, toteaa entinen huippu-urheilija **Pontus**

Jäntti, joka nykyään ohjaa ihmisiä terveellisten elämäntapojen pariin kunto- ja ravinto-ohjaajan työsään.

Liikunta on sekä mielelle

Gör motion till en livsstil

Dälig kondition är en större riskfaktor för hälsan än t.ex tobaksrökning visar forskning, konstaterar konditions- och kostrådgivaren **Pontus Jäntti**. Jäntti är före detta toppidrottare som idag jobbar med att hjälpa folk leva hälsosammare. I höstas grun-

dade han en badmintonskola i den nya racketsporthallen i Ymmersta nära Grankulla.

– Både kropp och själ mår bra av motion. Det borde ingå i allas dagliga program, precis som att borsta tänderna, säger **Jäntti**.

Man behöver inte motio-

nera med blod smak i munnen utan alla borde hitta sin egen gren som känns bra.

Speciellt orolig är **Pontus** för att barn rör på sig för lite nuförtiden. Vardagsmotion och utelekar har klart minskat.

– Jag tycker heller inte om trenden att barn för ti-

digt tvingas koncentrera sig på en gren. Av egen erfarenhet vet jag att tävlingsidrott inte är lätt och definitivt inte passar alla. Också för dem som inte tycker om att tävla måste det finnas alternativ och möjlighet att prova olika gren oavsett av ålder.

**Kauniainen on Vuoden terve kunta
Grankulla är Årets friska kommun**

Taukojumppa ja koululiikunta kunniaan

NINA WINQUIST

– Tänä päivänä tietokone on ihmisen vihollinen numero yksi. Se ikään kuin imee ihmisen sisäänsä: aika, paikka ja oma keho unohtuvat helposti, pohtivat pitkän linjan fysioterapeutit **Lisa Mannström** ja **Irma Eklund**.

Vanha kunnan taukojumppa työpaikoilla olisi heidän mielestään hyvä palauttaa kunniaan ja koululiikuntaa voisi lisätä. Vuoden 2009 Kauniaisten yrittäjiksi nimetty kaksikko tietää mistä puhuu, ovathan he toimineet alalla yli 40 vuotta.

Jäytävä päänsärky, hartiaseudun sietämättömät kivut ja jäykkyys ajoivat neljä vuotta sitten kauniaislaisen kotiäidin **Eeva Petersenin** lähete kädessä Irma Eklundin hoidettavaksi.

Eklundin mukaan Petersen ei ole yksin vaivojensa kanssa. Hän kuuluu *Kauniaisten Fysikaalisen Hoitolaitoksen* suurimpaan asiakasryhmään: niska- ja hartia-vaivoista kärsiviin.

Petersen sanoo yksinkertaisesti olevansa ”jännittäjätyyppiä”.

– Käyn täällä säännöllisesti. Olen kyllä vähän jäänyt koukkuun Irman ammattitaitosiin käsiin ja sanonkin hänelle usein hoi-

don jälkeen, että voisin tulla vaikka heti huomenna uudestaan, Petersen naurahtaa.

Jokainen asiakas on yksilö

Fysioterapian lisäksi Petersen hoitaa itseään talvisin päivittäin hiihtämällä ja käymällä kuntosalilla pari kertaa viikossa. Kesällä hiihtäminen vaihtuu saunakävelyyn ja uintiin.

– Eevan kanssa aloitimme hyvin varovaisesti syvä- lämmöllä pari kolme kertaa viikossa. Pikkuhiljaa lisättiin rentouttavaa hierontaa, venyttäviä liikkeitä ja muutaman kuukauden jälkeen harvennettiin hoitokertoja. Tilalle annoin päivittäin ko-

tona tehtäviä liikkeitä. Nyt teen Eevalle enää ylläpitäviä hoitoja tarpeen mukaan.

– Jokainen asiakas on yksilö, jota tulee kunnioittaa ja seurata tarkkaan. Hoito muuttuu ajan myötä, sanoo Eklund.

Kuntoilu, tahdonvoima ja tuki

Professori **Veikko Palva** kuuluu toiseen suureen Eklundin ja Mannströmin asiakasryhmään: sotainvalideihin ja sotaveteraaneihin. He saavat liikeratoja, verenkiertoa ja lihaskuntoa ylläpitävää kokonaisvaltaista hoitoa.

Palva haavoittui Karjalan kannaksella kesän 1944 suurhyökkäyksessä. Tarkka-ampujan fosforiluoti räjähti olkaluun varressa, kylkiluut katkesivat ja sirpaleet levisivät keuhkoihin. Oikean käden hermot menivät poikki; parinkaan leikkauksen jälkeen käden koukistajat eivät toimineet vaikkakin ojentajahermit saatiin kuntoon. Verenkierto häiriintyi pysyvästi.

Haavoittumisen myötä Palva luokiteltiin 55 prosentin invalidiksi ja entisen urheilijan elämäntyyli meni uusiksi. Palva opiskeli sairaalasta käsin puoli vuotta, muutti invalidikotiin Bulevardille, valmistui 1949 diplomi-insinööriksi, työskenteli ensin Ruotsissa Asealla, sitten Vaasassa Strömbergin tehtaalla ja nimettiin lopuksi VTT:n sähkötekniikan professoriksi.

85-vuotias Palva on käynyt Mannströmin hoidoissa yli 20 vuotta, ja hän on oiva esimerkki fysioterapeuttien suosikkipotilaasta: omatoiminen, järjestelmällinen, lujan tahdonvoiman omaava ja omasta kunnostaan huo-



Irma Eklund hoitaa Eeva Petersenin niska- ja hartioita. ”Vaikeita asiakkaita ei meillä ole. Jokaisen halua saada hoitoa.”

Irma Eklund sköter Eeva Petersens nacke och axlar: ”Det finns inga besvärliga kunder. Varje mänska vill ju ha vård”, säger Eklund.

lehtiva asiakas.

Mannströmin tasapainoa ja lihasvoimaa edistävän käsittelyn johdosta professori

Veikko Palvan työura on jatkunut eläkkeelle jäämisen jälkeenkin.

Vihreä Master Golf -villa-

paita kielii professorin mieliharrastuksesta.

NINA WINQUIST

PITKÄN LINJAN FYSIOTERAPEUTIT PALKITTIIN

Kauniaisten Vuoden Yrittäjiksi valittiin marraskuussa pitkän linjan fysioterapeutit **Lisa Mannström** ja **Irma Eklund** Kauniaisten Fysikaalisesta hoitolaitoksesta. Mannström perusti hoitolaitoksen 7.11.1967 kotinsa yhteyteen. Aluksi hän toimi yksin, mutta jo vuoden kuluttua mukaan tuli myös **Emma Skand**, joka myöhemmin vaihtoi alaa ja perusti Lafkanin. Irma Eklund tuli mukaan 1972. Nykyisin yrityksessä toimii myös Lisan tytär **Johanna Mannström**, joka valmistui

fysioterapeutiksi vuonna 2002. Hän suoritti yhtenä ensimmäisistä alan *Masters Degree* -tutkinnon vuonna 2008. Ote palkitsemisperusteista: ”Hyvä ja ystävällinen palvelu on ollut avaintekijä pitkiä asiakassuhteita luotaessa. Parhaimmillaan ne ovat kestäneet vuosikymmeniä. Yritys on kooltaan pieni, perinteinen ja tyyppillinen kauniaislainen palvelualan yritys. Molemmat yrittäjät on myös palkittu Suomen Yrittäjät Ry:n *Timanttisella ansioristillä* vuonna 2004.”

”

Kauniaisissa on hyvä toimia. Täällä kuntoilu on elämäntapa.

Grankulla Fysikaliska Institut är Årets Företagare

NINA WINQUIST

Varför inte ta den gamla, goda pausgymnastiken till heders på arbetsplatserna och öka på skolgymnastiken? föreslår Årets grankullaföretagare 2009, fysioterapeuterna **Irma Eklund** och **Lisa Mannström**. I övrigt anser duon att datamaskinen har fört mycket ont med sig för mänskrokroppen; när man arbetar vid datorn glömmar man lätt bort såväl tid, rum som den egna kroppen.

Mannström grundade *Grankulla Fysikaliska Institut* redan 7.11.1967 och både hon och Irma Eklund berömmar Grankulla som arbetsmiljö: ”Här är det lätt att jobba, att sköta sig och att motionera är en livsstil”.

Till att börja med verkade Mannström ensam, men redan efter ett år fick hon sällskap av **Emma Skand** som emellertid senare bytte bransch och startade Lafkan.

Irma Eklund började jobba tillsammans med Mannström 1972, och nuförtiden verkar även Lisas dotter **Johanna Mannström** i företaget. Mannström blev färdig fysioterapeut 2002 och avlade som en av de första i branschen en *Masters Degree*-examen 2008.

Ett utdrag ur prismotiveringen: ”En bra och vänlig service har varit avgörande i de långa kundrelationerna som har varat t.o.m. årtionden. Verksamheten representerar



ett traditionellt och typiskt servicebranschens småföretag i Grankulla. Både Eklund och Mannström har även belönats med *Företagarna i Finlands Diamantkors* 2004.”

Lisa Mannström och 85-årig professor Veikko Palva granskar kalendern för att passa in nästa vård. ”Den yngsta kund vi har är 12 år och den äldsta 90. Vi får mycket av kunderna, särskilt de äldre har så mycken livsvisdom att ge”, säger Mannström.

Lisa Mannström ja Veikko Palva sopivat seuraavasta hoitokerrasta. ”Asiakkaistamme nuorin on 12-vuotias ja vanhin 90. Myös me saamme heiltä paljon, esimerkiksi iäkäämmät kertovat elämäntarinoita.”

Kun myyt, niin myy meillä.

Mikä on asuntosi arvo? Mitähän uskaltaisi pyytää? Välittäjiemme antamat hinta-arviot ovat toteutuneet viimeisen kahden vuoden aikana tilastojen mukaan 98 prosenttisesti. Kutsu meidät maksuttomalle Kotikäynnille niin kuulet asuntosi tämän hetken arvon.

Olemme tehneet Kauniaisissa jo viisi vuotta onnistuneita kauppvoja.

Sen kunniaksi tarjoamme kakkukahvit ke-pe **10.-12.2. klo 10-16**. Tule ja osallistu arvontaan. Vastanneiden kesken arvomme yhteensä 10 yhden yrtin kasvatusruukku. Lisäksi 50 ensimmäistä kävijää saa kotinvietäväksi Koti ja keittiö -lehden. Paikalla myös Sampo Pankin edustaja, jolta voit pyytää lainatarjouksen.

Erikoisesittelyssä **NCC** Kauniaisten muuttovalmiit ja ennakkomarkkinoinnissa olevat uudiskohteet. Tervetuloa kylään!

Kiinteistömaailma | Pecasa Oy LKV
Kauppakeskus Grani, 1. krs, Tunnelitie 4, Kauniainen • puh. (09) 2311 0300
kauniainen@kiinteistomaailma.fi • www.kiinteistomaailma.fi



Kiinteistömaailma

Välityspalkkioesimerkki: Varma 1200 € + 4 % velattomasta kauppahinnasta + asiakirjakulut 190€ (sis.alv.)



Kauniaisten Sampo Pankki
toivottaa riehakasta laskiaista!

Kauniaisten konttori
Tunnelitie 4, puh. 010 546 0400

Sampo Pankki

Kauniaisten Sampo Pankilla uusi konttori ja uusi johtaja

Tavoite on lisätä markkinaosuutta sekä henkilö- että yritysasiakkaissa ja olla paras paikallinen kumppani pankkiasioissa, kertoo Kauniaisten Sampo pankin uuden konttorin uusi pankinjohtaja **Petteri Aula** tavoitteistaan vuonna 2010.

Alkaneena vuotena Aula toivoo tuovan sa palvelupisteestä konttoriksi kasvaneen Sampo Pankin palvelut kauniaislaisten tietoisuuteen. Hän uskoo vakaasti tarjoavansa alueen parasta pankkipalvelua vielä tänä vuonna. Tämän hän aikoo saavuttaa nostamalla palvelun tasoa ja nopeutta sekä lisäämällä joustavuutta. Tällä hetkellä Sampo Pankin aukioloajat ovat kassapalveluissa klo 10–16.30 ja neuvontapalvelut ajanvarauksella klo 8–20. Rahoituspalvelut ovat asiakkaiden käytettävissä kellon ympäri viikon jokaisena päivänä.

Aulan pitkän tähtäimen tavoitteena on luotsata Kauniaisten konttori vähintään samalle tasolle kuin Sampo Pankki on valtakunnallisella tasolla, eli Kau-

niaisten kolmanneksi suurimmaksi pankiksi Nordean ja Osuuspankin jälkeen.

– Mutta ei haittaa vaikka nousisimme kakkoseksikin, Aula toteaa luottavaisin mielin.

– Meillä on pankkipalveluissa tukenamme koko Danske Bankin verkosto, esimerkiksi rahansiirto on ilmaista maasta toiseen. Tämä voi olla hyödyksi kauniaislaisille asiakkaillemme, jos lapset ovat vaikkapa Englannissa opiskelemissa.

Yrityspuolella Sampo Pankin maksupalveluverkosto ulottuu Venäjälle, Baltian maihin, Pohjoismaihin, Saksaan ja Luxembourgiin. Hyöty on selvä esimerkiksi maasta muuttajalle.

Petteri Aulalla on yli 20 vuoden kokemus palveluiden ja tuotteiden myynnistä ja asiakaspalvelusta.



NINA WINQUIST

Petteri Aula ei usko Sampo Pankin viime vuoden tappioiden hidastavan tahtia Kauniaisissa vaan lainaa toimitusjohtajaansa Ilkka Hallavao: "Pahin on ohi, eteenpäin mennään".

Petteri Aula läter inte Sampo Banks förluster från i fjol avskräcka sig, utan citerar VD:n Ilkka Hallavo som i fredags sade att det värsta är över: "Det går framåt".

Myös pankkialan tausta on vankka. Aula on työskennellyt 10 vuotta Sampo Pankissa, josta 8 vuotta Leppävaaran konttorin johtajana.

Aulan aikana Leppävaaran konttori kasvoi huomasti. Kun Aula aloitti Leppävaarassa, konttori työllisti

hänen lisäksi neljä henkilöä. Aulan jättäessä konttorin viime joulukuussa työntekijöitä oli peräti 19. Kasvun Aula selittää osittain luontaisilla tekijöillä, kuten alueen "hurjalla" kasvulla 2000-luvun alussa ja mahtavalla työporukalla.

– Mutta tärkeä muutos

oli myös uudet palveluikkamme. Olimme asiakkaiden käytettävissä klo 9-20 ja tämä palveluikkamme osoittautui valtiemme verrattuna alueen muihin pankkeihin.

Työt ovat Aulan osalta alkaneet Kauniaisissa vauhdikkaasti. Hän on tutustu-

nut alueeseen, asiakkaisiin ja paikalliseen yrittäjien järjestöön.

Petteri Aula on kotoisin Rovaniemeltä, ja hän asuu Veikkolassa Minna-vaimonsa ja 2-vuotiaan Krista-tyttärensä kanssa.

– Krista on ruotsinkielisessä päivähoitossa. Pidän ruotsinkielistä tulevaisuuden investointina ja tärkeänä yleisivistyksen kannalta.

Vapaa-aikana Aulan sydäntä lähellä on moottori- ja hiihtäminen, ja hän onkin jättänyt kannatusjäsenhakeuksensa MC Graniin. Talvisin hiihto ja laskettelu Ylläksen maisemissa irrottavat arjesta ja tuovat rauhaa. Perheellä on ollut mökki Iso-Ylläksellä jo 13 vuotta.

Mitä eroa on muuten Sammolla ja Sampo Pankilla?

Muutama vuosi sitten Sampo Oyj myi Sampo Pankin Danske Bankille. Sampo Pankista tuli siten toisen "entisen" suomalaisen pankin vaihtoehto Pohjoismaissa ja Baltiassa.

NINA WINQUIST

Sampo Bank har öppnat kontor, fått ny direktör i Grankulla

Vårt mål är att öka marknadsandelen bland såväl bland privat- som företagskunder och vara den bästa lokala partner i bankvärdnaden, berättar **Petteri Aula**, nyutnämnd bankdirektör för det kontor Sampo Bank öppnade i Grankulla vid årsskiftet. Tidigare klassificerade Sampo Bank filialen i Grankulla som "serviceställe".

Aulas första strävan är att öka medvetenheten bland grankullaborna om att Sampo Bank överhuvudtaget verkar i staden. Ännu i år

tror han att han kommer att kunna erbjuda den bästa bankservice i nejden genom att höja servicenivån och öka flexibiliteten. För närvarande är Sampo Banks öppethållningstider för kassaärenden kl. 10–16.30 och för kundrådgivning kl. 8–20, med tidsbeställning. Finanscheferna står till kundernas förfogande dygnet runt alla dagar i veckan.

På sikt hoppas Aula kunna lotsa grankullakontoret till åtminstone samma position i Grankulla som Sampo Bank har riksomfattande,

d.v.s. tredje i Finland efter Nordea och Andelsbanken.

– Men det skadar inte om vi kommer in på andra plats, säger Aula smått skämtsamt. Som flankstöd i bankservicen har vi hela Danske Banks nätverk som gör att t.ex. penningförsändelser från ett land till ett annat går göra gratis. Det här kan vara till nytta för en familj, vars barn studerar i, låt oss säga, England.

Petteri Aula har över 20 års erfarenhet av att sälja tjänster och varor samt kundservice. Bakgrunden

inom bankbranschen är gedigen. Aula har i tio år jobbat för Sampo Bank, de senaste tio åren var han direktör för bankens Albergakontor.

Under Aulas tid växte kontoret rejält. När han började i Alberga fanns det förutom honom fyra anställda. När han slutade hade kontoret vuxit till sig och räknade 19 anställda. Tillväxten förklarar Aula dels med naturliga faktorer som att området hade en otrolig tillväxttakt i början på 2000-talet och att arbetslaget var fint.

– Men en viktig förändring som infördes under min tid var just den utökade servicetiden. Vi stod till tjänst mellan kl. 9 och 20 och vår tjänstvillighet visade sig vara ett trumfkort i förhållande till områdets övriga banker.

Petteri Aula är hemma i Rovaniemi, han bor i Veikkola med hustrun Minna och parets två-åriga dotter Krista. Till hans fritidsintressen hör motorcyklar och skidning.

– Krista går i svenskspråkig dagvård. Jag anser att

det att hon lär sig svenska är en investering för framtiden och även viktigt för allmänbildningen, säger det nyaste tillskottet i bankvärlden i Grankulla.

I Finland har Sampo Bank för närvarande över 1,1 miljoner privatkunder och ca 100 000 företags- och organisationskunder. Antalet kontor har ökat gradvis under de senaste åren och är för närvarande 121 stycken. Förutom på traditionella bankprodukter, såsom bostadsutlåning, har Sampo Bank även specialiserat sig på sparande och placering.

Kauniaislaiset eivät käyttäneet uusia tietotekniikan kotitalousvähennyksiä

Vuoden 2009 alussa kotitalousvähennyksen soveltamisalue laajeni siten, että nyt mukaan kuuluvat myös tietotekniikan neuvonta- ja asennuspalvelut. Tätä eivät kauniaislaiset tunnu vielä tietävän, kertoo *Kauniaisten Yrittäjien* puheenjohtaja ja Kauniaisista käsin toimivan *Computer Team Finlandin* toimitusjohtaja **Heikki Hämäläinen**.

Hämäläinen on yllätynyt siitä, että nimenomaan kauniaislaiset, jotka osavat hyödyntää kotitalousvähennystä remontteihin ja hoivapalveluihin, eivät ole huomanneet tätä osaluuetta.

– Monet ihmettelevät, miten saada tietokone toimimaan. Apua on saatavissa ja sitä paitsi se on vähennykelpoista, toteaa Hämäläinen.

Kotitalousvähennystä saa tietotekniikan neuvonta- ja asennuspalveluista myös tänä vuonna. Vähennykseen oikeuttavia ovat esimerkiksi tietokoneen tai sen ohjelmistojen asentaminen ja korjaaminen sekä tietoliikenneyhteyksien käyttöönottoaminen ja asentaminen. Tietoturvapalveluiden, hankittujen ohjelmien ja hankittujen päivitysten asentaminen sekä kodissa tapahtuva kodin tieto- ja viestintälaitteiden ja -yhteyksien opastus-

työ kuuluvat niin ikään vähennyksen piiriin. Digilaitteen tai antennin asentaminen ja korjaaminen ovat myös mukana.

Kotitalousvähennyksen enimmäismäärä vuonna 2010 on 3 000 euroa vuodessa. Summa voi koostua pelkästään kotitalous-, remontti- tai tietotekniikatoimista tai näistä kaikista. Vähennykseen liittyy 100 euron omavastuuosuus.

Katso lisää esimerkiksi:
www.veronmaksajat.fi/omatveroasiat/
kotitalousvahennys

NINA WINQUIST

Grankullaborna utnyttjade inte dataservisens hushållsavdrag

Många verkar inte ännu veta att hushållsavdraget i fjol utvidgades så att det även omfattar rådgivnings- och installationstjänster inom databranschen, säger **Heikki Hämäläinen**. Han är ordförande för *Grankulla företags- och VD för grankullaföretaget Computer Team Finland*.

Bland annat följande tjänster berättigar till avdrag: installation och reparation av dator eller datoranslutningsmaskin, ibruktagande och installation av datatrafikförbindelse, installation av säkerhetstjänst, program och uppdatering samt dataråd-

givning i hemmet. Även di- apparater och satellit-TV omfattas av hushållsavdragets utvidgning.



NINA WINQUIST

Heikki Hämäläinen

– Det finns massor av människor som sitter hemma och funderar på hur man ska fixa till sin dator. Det finns faktiskt hjälp att få och nu är den då dessutom avdragbar, upplyser Hämäläinen.

Maximibeloppet för hushållsavdraget är 2009 år 3 000 euro per år. Summan kan bestå av hushålls-, reparations eller datatjänster – eller en kombination av dessa. Självrisikandelen för avdraget är 100 euro.

Vill du veta mera? Läs då t.ex. – tyvärr enbart på finska –
www.veronmaksajat.fi/omatveroasiat/
kotitalousvahennys

KAUPUNKI TIEDOTTAA

Villa Breda

ELÄKELÄISTEN ATERIAPALVELU MA-PE 11.00–13.30
Ruokalippuja myydään infossa arkisin klo 11–12.30
Kauniaisissa asuvat eläkeläiset 5,80 €, muualla asuvat
eläkeläiset 6,80 €. Eläkeläisten muut vieraat 9,16 €.

VILLA BREDAN RUOKALISTA AJALLA 9.2.–2.3.2010

ti 09.02. Lempeä broilerikeitto; hunnutetut omenat, kastike
ke 10.02. Sitruunainen uuniseiti; suklaakiisseli
to 11.02. Välimeren jauhelihakastike; marinoidut päärynät, kastike
pe 12.02. Riistakiusaus; kevyt metsämarjavahto
ma 15.02. Burgundinpata porsaasta; omena-porkkanakeitto
ti 16.02. Hernekeitto; laskiaispulla, kuuma maito
ke 17.02. Silakkalaatikko; raparperi-mansikkakiisseli
to 18.02. Kaalikääryleet; ohrakaskiisseli, marjasose
pe 19.02. Härän rintapaisti; rapsahtava puolukkaherkku
Ruokalista internetissä www.kauniainen.fi/bredalounaat
Voit myös noutaa ruokalistan Villa Bredan infon tiskiltä.

AJANKOHTAISET OHJELMAT

– Perjantaina 12.2. klo 11.30–13 Ystävänpäivän tanssit – Duo Marino&Sunrise-orchestra esiintyy palvelukeskuksen ruokasalissa. Tervetuloa kuuntelemaan ja tanssimaan!
– Perjantaina 26.2. klo 11 Rolf Stenbäck ohjaa istumatanssia vanhainkodin yläkerran olohuoneessa. Tule mukaan!
Voit saada henkilökohtaista ATK- tai kännykän käyttöohjausta. Ohjaus on maksutonta. Kysy tarkemmin Sailalta askartelusta.

VIIKKO-OHJELMA

– Maanantai: Seniorijumppa 11–12 ja senioristretching 12–13, molemmat ryhmät täynnä. Käsitöitä ja askartelua maanantaisin ja perjantaisin klo 10–14 askartelussa. Käytössäsi on ompelukoneita, saumuri ja kangaspuita, mallilehtiä ja -kirjoja. Saat töihisi ohjausta kotiteollisuusopettaja Saira Helokallioltta. Nypläysryhmä kokoontuu maanantaisin klo 12–15 askartelussa. Ohjaaja Anneli Hongisto. Tervetuloa taitajat ja vasta-alkajat! Voit aluksi lainata välineitä. Ladies bridge 14–18.
– Tiistai: Klubi Breda – miesten oma ryhmä 10.30–13.30. Päivätoimintaa ja ruokailu. Granin Lähiapu ry: puh. 040-518 9281 (ark. klo 9–13). Samtalscafé 10.30–12.00 på svenska joka toinen viikko, jatkuu 19.1.2010.
– Keskiviikko: Joka toinen keskiviikko klo 10.30–12 (parilliset viikot): Lupa unelmiin -taideprojekti. Ohjaajana kuvataiteilija Anna-Leena Vilhunen. Lisätietoja Sailalta.
– Torstai: Käsitöitä torstaisin klo 10–12 askartelussa. Tule mukaan tekemään käsilläsi uutta tai korjaamaan vanhaa. Tai muuten vain seurustelemaan. Kahvitarjoilu. Bridgekerho 13.55–18.00.
– Perjantai: Käsitöitä sekä askartelua 10–14. Naisten klubi 10.30–13.30. Päivätoimintaa ja ruokailu. Granin Lähiapu ry: puh. 040-518 9281 (ark. klo 9–13).
Lisätietoa viikko-ohjelmasta saat Saira Helokallioltta.

Kuulutuksia

KAUPUNGIN MYÖNTÄMÄT AVUSTUKSET V. 2010

Kauniaisten kaupunki myöntää vuosittain avustuksia ja apurahoja paikallisten yhdistysten, toimintaryhmien ja yksittäisten hakijoiden toiminnan tukemiseen. Avustusta voi hakea liikunta-, sivistys-, nuoriso- tai sosiaali- ja terveystoimintaa varten.

Liikunta-avustukset

Urheiluseurat

– **Yleisavustusta** haetaan lomakkeella, jota saa liikuntatoimistosta, kaupungin kotisivuilta, sekä kaupungintalon neuvonnasta. Hakemukseen liitetään selvitys vuoden 2009 avustusten käytöstä tili- ja toimintakertomuksineen sekä kuluva vuoden talousarvio ja toimintasuunnitelma, jäsenluettelo, kauniaislaisten osuus jäsenmäärästä, sukupuolten välinen jakauma (miesten/naisten osuus seuran/ yhdistyksen jäsenmäärästä) sekä selvitys toimenpiteistä joilla yhdistys sitoutuu päihteettömään toimintaan.
– **Kohdeavustusta** myönnetään Kauniaisiiin rekisteröidyille liikuntayhdistyksille yllättäviin tarpeisiin mm. suurempien tapahtumien järjestämiseen, merkittävien kilpailujen järjestelykustannuksiin ja harrastuspohjaisten liikuntaryhmien käynnistämiseen. Erityisistä syistä kohdeavustuksia voidaan myöntää myös muihin hyvin perusteltuihin tarpeisiin. Avustusrahojen niukkuuden vuoksi kohdeavustuksiin sovelletaan erityisen tiukkaa linjaa.
Valmennusapurahat
Henkilökohtaisten lajien urheilijoiden valmennusapuraha-

hakemukset haetaan vapaamuotoisella hakemuksella, josta tulee ilmetä saavutukset vuonna 2009, kuluva vuoden harjoitus- ja kilpailuohjelmat, anottavan apurahan suuruus sekä sen käyttötarkoitus.
Lisätietoja antaa liikunnanohjaaja Helena Pirvola-Nykanen puh. 050-5556 252 (helena.pirvola-nykanen@kauniainen.fi)

Sivistystoimen avustukset

– **Apuraha** voivat hakea Kauniaisissa vakinaisesti asuvat kirjailijat, eri taitealojen taiteilijat tai taiteenopiskelijat. Lautakunnalla on myös oikeus myöntää taideapuraha kokonaisuudessaan yhdelle henkilölle tai henkilölle, joka ei ole hakenut taideapuraha. Hakemuksesta tulee käydä ilmi hakijan nimi, osoite, toimiala ja kuinka kauan hän on asunut Kauniaisissa.
– **Avustuksia** voivat hakea Kauniaisissa toimivat järjestöt sivistyksellisiin tarkoituksiin. Hakemuksessa tulee ilmoittaa kuinka suuri osa järjestön jäsenistä on kauniaislaisia sekä selvittää järjestön kulttuuritoiminta paikkakunnalla ja avustuksen käyttötarkoitus. Hakemukseen tulee siinä mainittujen liitteiden lisäksi liittää selvitys viime vuonna mahdollisesti myönnetyn avustuksen käyttämisestä. Lautakunnalla on oikeus jakaa määräraha joko yhtenä avustuksena, useampien avustuksen saajien kesken tai myöntää avustus yhdistykselle, joka ei ole hakenut avustusta.
Lisätietoja antaa kulttuurituottaja Jouni Kärki, puh. 09-5056 205 (jouni.karki@kauniainen.fi)

Nuoriso-avustukset

Vuosivavustus

Varsinaiset nuorisoyhdistykset voivat hakea vuosivavustusta. Hakemukseen liitetään selvitys vuoden 2009 avustusten käytöstä tili- ja toimintakertomuksineen sekä kuluva vuoden talousarvio ja toimin-tasuunnitelma.

Kohdeavustus

Varsinaiset nuorisoyhdistykset ja nuorten vapaat toimintaryhmät (esim. bändit, muut esiintyvät ryhmät) voivat hakea kohdeavustusta erilliseen, varsinaisen perustoiminnan ulkopuoliseen tarpeeseen (esim. projektit, kalustohankinnat). Hakemukseen tulee liittää suunnitelma avustusten käytöstä.

Toimintarahat

Toimintaraha on pienimuotoiseen nuorten omaehtoiseen toimintaan myönnettävä avustus, jossa on tukihenkilönä Kauniaisten kaupungin nuorisotyöntekijä. Toimintaraha on haettavana niin kauan kuin määrärahaa riittää ja sen myöntää kulttuuri- ja vapaa-aikapäällikkö. Lisätietoja ja apua antaa nuoriso-ohjaaja Kermit Haapalainen puh. 050-5671 864 (kermit.haapalainen@kauniainen.fi).

Sosiaali- ja terveystoimi

Sosiaali- ja terveysalan vapaaehtoistyötä tekevät järjestöt ja yhteisöt voivat hakea toiminta-avustusta kaupungin toimintaa täydentävää ja tavoitteiden toteutumista tukevaa toimintaa varten. Avustettavan toiminnan tulee kohdistua Kauniaisten kaupungin asukkaisiin. Hakemukseen liitetään selvitys vuoden 2009 avustusten käytöstä tilinpäätöstietoineen ja toimintakertomuksineen sekä kuluva vuoden talousarvio ja toimintasuunnitelma. Lisätietoja antaa sosiaali- ja terveystoimen hallintoassistentti Camilla Vuoristo puh. 09-5056 258 (camilla.vuoristo@kauniainen.fi).

Hakemuslomakkeita saa kaupungintalon neuvonnasta,

Kauniaistentie 10 tai kaupungin kotisivulta, www.kauniainen.fi > lomake.
Hakemukset liitteineen osoitetaan ao. toiminnalle ja toimitetaan os. Kauniaisten kaupunki, kirjaamo, Kauniaistentie 10, 02700 Kauniainen viimeistään:
– sosiaali- ja terveystoimen avustukset 5.3.2010 klo 15.45
– sivistystoimen avustukset 10.3.2010 klo 15.45
– nuorisotoimen avustukset 1.4.2010 klo 15.45
– liikuntatoimen avustukset 31.3.2010 klo 15.45.
Kauniainen 9.2.2010 Kaupunginkanslia

KATUSUUNNITELMAN MUUTOSEHDOTUS NÄHTÄVILLÄ

Kauniaisten kaupungin yhdyskuntalautakunta on kokouksessaan 19.1.2010 päättänyt asettaa Akatemiantien katusuunnitelman muutosehdotuksen välillä Asematie – Pikku Akatemian päiväkotia (Akatemiantie 11-13) maankäyttö- ja rakennusasetuksen 43 §:n mukaisesti julkisesti nähtäville. Suunnitelmaehdotus on nähtävänä 8.–22.2.2010 välisenä aikana kaupungin kotisivuilla sekä kaupungintalon ilmoitustaululla (Kauniaistentie 10) virka-aikana klo 8.00–15.45. Mahdolliset muistutukset ehdotusta vastaan tulee osoittaa

yhdyskuntalautakunnalle kirjallisina viimeistään 22.2.2010 kello 15.45.

Lisätiedot: Kuntatekniikka, puh. 5056 232
Kauniaisissa 1.2.2010 Yhdyskuntalautakunta

Terveystoimi

RINTAMAVETERAANIEEN KUNTOUUTUS V. 2010

Rintamaveteraanien kuntoutus tapahtuu rintamaveteraanien kuntoutuksesta annetun lain nojalla. Kuntoutukseen valittavan rintamaveteraanin tulee olla Suomessa asuva vuosien 1939–1945 sotiin osallistunut rintamasotilastunnuksen, rintamapalvelutunnuksen tai rintamatunnuksen omaava rintamaveteraani ja joka ei ole oikeutettu saamaan kuntoutusta muun lain perusteella (esim. sotilasvammalaki).
Valtiokonttori myöntää vuosittain määrärahan kaupungille käytettäväksi sen antamien ohjeiden mukaan avo- tai laitospäätösten sijaan sille tarkoitukseen hyväksytyissä kotimaisissa hoitolaitoksissa. Rintamaveteraanin aviopuoliso voi osallistua laitospäätösten sijaan kotimaassa. Aviopuolison osallistuminen ei lyhennä rintamaveteraanin laitospäätösten sijaan sille tarkoitukseen hyväksytyissä kotimaisissa hoitolaitoksissa. Samanaikaisen kuntoutusjakson pituuden, tarpeen ja tarkoituksenmukaisuuden arvioi kuntoutuspäätöksen tekijä. Aviopuolisolla ei ole oikeutta avo- eikä päiväkuntoutukseen.
Lisäksi kaupunki on varannut oman määrärahan täydentämään valtion määrärahaa. Kaupungin määräraha voidaan käyttää myös ulkomailla kuntouttamiseen mahdollisuuksien mukaan. Kauniaislainen rintamaveteraani voi saada vuosittain avo-, päivä- tai laitospäätösten sijaan sille määrärahojen ja yksilöllisen tarveharkinnan mukaan. Lisätietoja antaa terveysasemalla toistaiseksi toimistonhoitaja puh. 5056 374.

FYSIOTERAPIAN OHJATUT RYHMÄT KEVÄELLÄ 2010

Terveyskeskuksen fysioterapiassa järjestetään ohjattuja ryhmiä. Ryhmiin hakeudutaan joko lääkärin läheteellä ohjauskäynnin tai hoitosarjan jatkeena tai ilman lähetettä, kuitenkin puhelin keskustelun perusteella. Ryhmät ovat maksuttomia.
1. NISKA-OLKAPÄÄ -RYHMÄ ma klo 9–10, suunnattu henkilöille, joilla on niska-olkapäivävojoja
2. NEUROLOGINEN HARJOITUSRYHMÄ ma klo 13–14, suunnattu henkilöille, joilla on neurologinen sairaus
3. LANTIONPOHJAN JA KESKIVARTALON HARJOITUSRYHMÄ ti klo 8.15–9.15, suunnattu henkilöille, joilla on lantionpohjan toimintahäiriöitä esim. virtsankarkailua
4. ALARAAJARYHMÄ ti klo 10–11, suunnattu henkilöille, joilla on esim. polvi- tai lonkkavaivoja
5. TASAPAINORYHMÄ ke klo 10–11, suunnattu henkilöille, joilla on heikentynyt tasapaino
6. NISKA-SELKÄ -RYHMÄ to klo 9–10, suunnattu henkilöille, joilla on niska-selkävaivoja
Kaikki ryhmät alkavat helmikuussa viikolla 5 (alaraajaryhmä viikolla 7). Näiden ryhmien lisäksi fysioterapiassa järjestetään ryhmiä odottaville ja synnyttäneille äideille. Lisätietoja näistäkin alla olevasta numerosta.
Tiedustelut arkisin klo 12–13 puh. 09-5056 381.

Koulujen ruokalista

ajalla 15.02.2010–05.03.2010

ma 15.02. Härkälästähyöstö / Soija-vihanneswokki
ti 16.02. Hernekeitto / Purjo-perunasosekeitto
ke 17.02. Broilerpyörykät / Kasvispyörykät
to 18.02. Purjo-seitivuoka / Puutarhurin kasvisvuoka
pe 19.02. Tortilla
ma 01.03. Tomaattinen makkarakastike / Juustoinen kasviskastike
ti 02.03. Mantelikala / Punajuuri-sinihomejuustokiusaus
ke 03.03. Lihakeitto / Maissi-kookoskeitto
to 04.03. Kalkkunaa talon tapaan / Juurespihvi, tartarkastike
pe 05.03. Ohrsaurimopuuro / Bortchkeitto
www.kauniainen.fi/koululounas

Vastaava toimittaja:

Markus Jahnsson
puh. 09-505 6248
markus.jahnsson@kauniainen.fi
www.kauniainen.fi



Villa Breda

MÅLTIDSSERVICE FÖR PENSIONÄRER MÅ-FRE
11.00–13.30

Lunchbiljetter säljs i info vardagar kl. 11.00–12.30.

Pensionärer boende i Grankulla 5,80 €, övriga pensionärer 6,80 €. Pensionärernas gäster 9,16 €.

VILLA BREDAS MATSEDEL 9.2.–2.3.2010

ti 09.02. Mild broilersoppa; inbakade äppel, säsk
ke 10.02. Ugnstek med citron; chokoladkräm
to 11.02. Köttfärsås á la Medelhavet; marinerade päron, säsk
pe 12.02. Viltköttstrestelse; lätt skogsbärssmoothie
må 15.02. Burgundisk grisryta; äppel-morotssoppa
ti 16.02. Årtsoppa; fastlagsbulle, het mjölk
ons 17.02. Strömmingslåda; rabarber-jordgubbskräm
to 18.02. Kåldolmar; vitkräm, bärpuré
fre 19.02. Stek på oxbringa; knaprig lingondelikatess
Matsedeln på internet; www.grankulla.fi/bredalunch
Du kan även hämta matlistan från Villa Bredas infodisk.

AKTUELLA PROGRAM

Fredagen den 12.2. kl. 11.30–13 firar vi Alla hjärtans dag med duo Marino&Sunrise-orchestra i servicecentrets matsal. Välkommen att dansa och njuta av musiken!

Fredagen den 26.2. kl. 11 leder Rolf Stenbäck sittdans i åldringshemmets övre vardagsrum. Välkommen! Individuell instruktion i användandet av ADB och mobiltelefon. Fråga Saila.

Veckoprogram

- Måndag: Seniorjumpa 11–12 och seniorstretching 12–13 båda grupperna är fullbokade. Handarbete och pyssel måndagar och fredagar kl. 10–14 i sysselsättningen. Du har symaskiner, överlockmaskin och vävstolar, modelltidningar och -böcker till ditt förfogande. Du får handledning till dina arbeten av hemslöjds lärare Saila Helokallio. Knyppingsgruppen samlas måndagar kl. 12–15 i sysselsättningen. Ledare Anneli Hongisto. Välkomna alla, såväl experter som nybörjare. Du får låna redskap i början. Ladies bridge 14–18.
 - Tisdag: Klubb Breda – männens egen grupp kl. 10.30–13.30. Dagverksamhet och måltid. Grani Närhjälprf: tfn 040-518 9281 (vardagar 9–13). Samtalscafé i Bredas kammare 10.30–12.00 varannan vecka. Fortsätter den 19.1.2010.
 - Onsdag: (varannan vecka) kl. 10.30–12: Lupa unelmiin -konstprojekt, ledare bildkonstnär Anna-Leena Vilhunen. Mera information av Saila.
 - Torsdag: Handarbetscafé torsdagar kl. 10–12 i sysselsättningen. Kom med och skapa nytt eller laga gammalt. Eller att bara sällskapas. Kaffeservering. Bridgeklubb 13.55–18.00..
 - Fredag: Handarbete och pyssel 10–14. Kvinnornas klubb 10.30–13.30. Dagverksamhet och måltid. Grani Närhjälprf: tfn 040-518 9281 (vardagar 9–13).
- Tilläggsinformation ger Saila Helokallio.

Kungörelser

UNDERSTÖD SOM STADEN BEVILJAR ÅR 2010

Grankulla stad beviljar årligen understöd och stipendier för att stöda lokala föreningar, verksamhetsgrupper och enskilda utövare i deras verksamhet. Understöd kan sökas för idrotts-, bildnings-, ungdoms-, eller social- och hälsovårdsverksamhet.

Idrottsverksamhet

Idrottsföreningar

- **Verksamhetsunderstöd** söks på en blankett som fås från idrottsbyrån, stadens webbplats eller stadshusets information. Till ansökan bifogas en utredning av hur anslaget använts år 2009 jämte verksamhets- och räkenskapsberättelse samt budget och verksamhetsplan för innevarande år, föreningens medlem-sförteckning, andelen grankullabor, könsfördelningen bland medlemmarna samt en redogörelse för de åtgärder föreningen förbinder sig till gällande alkohol- och drogfrihet i sin verksamhet.
- **Projektunderstöd** beviljas i Grankulla registrerade idrottsföreningar för enskilda projekt, bl.a. för arrangerande av större evenemang eller som bidrag för kostnader för arrangerande av betydande tävlingar och för ingångsättande av hobbyinriktade motionsgrupper. Av särskilda skäl kan projektunderstöd beviljas även för andra väl motiverade behov. P.g.a. det knappa anslaget behandlas projektunderstödsansökningarna speciellt noggrant.

Träningsstipendier för idrottare

– Träningsstipendier för idrottare i individuella grenar söks med en fritt formulerad ansökan av vilken framgår meriterna år 2009, tränings- och tävlingsprogrammet för innevarande år, det belopp som söks samt hur stipendiet kommer att användas.

Tilläggsupplysningar ges av idrottsinstruktör Helena Pirvola-Nykänen tfn 050-555 6252
(helena.pirvola-nykanen@grankulla.fi)

Bildningsverksamhet

- **Stipendier** kan sökas av i Grankulla fast bosatta författare, konstnärer inom olika konstgrenar eller konststuderande. Bildningsnämnden har rätt att ge stipendiet i sin helhet till en person eller till en person som inte sökt stipendiet. Av ansökan bör framgå sökandes namn, adress, verksamhetsområde samt hur länge sökanden bott i Grankulla.
 - **Understöd** kan sökas av organisationer i Grankulla för kulturella ändamål. Av ansökningen bör framgå hur många av organisationens medlemmar som är bosatta i Grankulla, organisationens kulturverksamhet på orten och hur understödet ska användas. Till ansökningarna bör förutom de nämnda uppgifterna fogas en utredning av hur det föregående årets eventuella understöd använts. Nämnden har rätt att dela ut anslaget som ett understöd, mellan flera understödstagare eller bevilja understöd till en förening som inte ansökt om understöd.
- Tilläggsuppgifter ges av kulturproducent Jouni Kärki, tfn 5056 205 (jouni.karki@grankulla.fi)

Ungdomsverksamhet

Årsunderstöd

Egentliga ungdomsföreningar kan ansöka om årsunderstöd. Till ansökan bifogas en utredning av hur 2009 års understöd använts jämte en verksamhets- och räkenskapsberättelse samt budget och verksamhetsplan för innevarande år.

Projektunderstöd

Egentliga ungdomsföreningar och fria ungdomsgrupper (t.ex. orkestrar, andra uppträdande grupper) kan ansöka om projektunderstöd för separata projekt eller materialanskaffningar m.m. som inte hör till den egentliga verksamheten. Till ansökan bifogas en plan över hur understödet ska användas.

Verksamhetspeng

Verksamhetspeng beviljas för verksamhet som unga ordnar i mindre skala och för vilken Grankulla stads ungdomsarbete är stödperson. Verksamhetspengen kan sökas så länge det reserverade anslaget räcker. Pengen beviljas av kultur- och fritidschefen. Närmare upplysningar och råd ges av ungdomsledare Kermit Haapalainen, tfn 050-5671864
(kermit.haapalainen@grankulla.fi).

Social- och hälsovårdsverksamhet

Frivilligorganisationer och samfund inom social- och hälsovården kan ansöka om verksamhetsunderstöd för verksamhet som kompletterar stadens egen verksamhet. Den understödda verksamheten ska vara ämnad för invånarna i Grankulla. Till ansökan bifogas bokslut och verksamhets- och revisionsberättelse från år 2008 samt budget och verksamhetsplan för innevarande år. Närmare upplysningar ges av social- och hälsovårdens förvaltningsassistent Camilla Vuoristo tfn 09-5056 258
(camilla.vuoristo@grankulla.fi).

Ansökningsblanketter

fås från stadshusets informationsdisk, Grankullavägen 10 eller kan skrivas ut på stadens webbplats, www.grankulla.fi > blanketter. Ansökningarna med bilagor riktas till nämnda verksamheter under adress, Grankulla stad, registraturen, Grankullavägen 10, 02700 Grankulla senast:
– social- och hälsovårdsunderstöd 5.3.2010 klo 15.45
– bildningsunderstöd 10.3.2010 kl. 15.45
– ungdomsunderstöd 1.4.2010 kl. 15.45
– idrottsunderstöd 31.3.2010 klo 15.45.
Grankulla 9.2.2010 Stadskansliet

FRAMLAGD ÄNDRING AV GATUPLAN

Samhällstekniska nämnden i Grankulla beslutade vid sitt sammanträde 19.1.2010 att offentligt framlägga förslaget till ändring av gatuplan för Akademivägen mellan Stationsvägen - Daghemmet Lilla Akademin (Akademivägen 11-13) enligt 43 § i mark-användnings- och byggförordningen. Förslaget är framlagt på stadens webbplats och informationstavlan i stadshuset (Grankullavägen 10) 8.–22.2.2010 under tjänstetid 8.00–15.45.

Eventuella anmärkningar mot förslaget ska skriftligen tillställas samhällstekniska nämnden senast 22.2.2010 kl. 15.45.

Närmare upplysningar: kommuntekniken, tfn 09-5056 232
Grankulla 1.2.2010 Samhällstekniska nämnden

Hälsovården

FRONTVETERANREHABILITERING ÅR 2010

Frontveteranerna rehabiliteras enligt lagen om rehabilitering av frontveteraner. Veteranen som beviljas rehabilitering bör vara bosatt i Finland och deltagit i 1939–1945 års krig. Personen skall ha tilldelats frontmannas-, fronttjänst- eller fronttecken och inte vara berättigad till rehabilitering enligt någon annan lag (t.ex. lagen om skada ådragen i militärtjänst). Statskontoret beviljar årligen staden ett anslag som enligt Statskontorets direktiv kan användas i öppen vård eller vid inhemska vårdinstitutioner som godkänts för ändamålet. En maka eller make till frontveteran kan delta i rehabiliteringen på institution samtidigt med veteranen på samma inhemska vårdinrättning. Makas deltagande förkortar inte längden på veteranens rehabiliteringsperiod. Hälsocentralens ledande läkare bedömer rehabiliteringsperiodens längd samt behovet och ändamålsenligheten av en gemensam rehabilitering. En maka eller make är inte berättigad till öppen rehabilitering eller dagrehabilitering. Dessutom har staden reserverat egna anslag för att komplettera statens anslag. Stadens medel kan även användas för rehabilitering utomlands i mån av möjlighet. En frontveteran i Grankulla kan årligen få rehabilitering i öppen vård eller på institution inom ramen för anslag och enligt individuell prövning. Tilläggsuppgifter fås på hälsostationen tillsvidare av byråföreståndaren, tfn 5056 374.

HANDLEDDA GRUPPER PÅ FYSIOTERAPIN VÅREN 2010

Stadens fysioterapi ordnar handledda grupper på hälsocentralen. Till grupperna söker klienten sig med läkarremiss som fortsättning på rådgivning eller behandlingsserie samt även utan remiss som dock kräver telefonkonversation med fysioterapin. Deltagandet i grupperna är avgiftsfritt.
1. NACK- OCH AXELGRUPP. Måndagar kl. 9–10 för personer som har besvär med nacke och axlar.
2. NEUROTRÄNINGSGRUPP. Måndagar kl. 13–14. Gruppen är avsedd för personer med neurologiska problem.
3. BÄCKENBOTTEN- OCH MELLANGÄRDESGRUPP. Tisdagar kl. 8.15–9.15 för personer som har besvär med t.ex. inkontinens.
4. KNÄ- OCH HÖFTLEDSGRUPP. Tisdagar kl. 10–11 för personer med t.ex. knä- och höftledsbesvär.
5. BALANSGRUPP. Torsdagar klockan 10–11 Gruppen är avsedd för personer med försämrad balans.
6. NACK- OCH RYGG GRUPP. Torsdagar kl. 9–10 för personer med nack- och ryggbesvär.
Grupperna inleds i februari, vecka 5 (knä- och höftledsgruppen vecka 7). Förutom dessa grupper håller fysioterapin grupper för mödrar och blivande mödrar. Närmare upplysningar om dessa på numret nedan. Närmare upplysningar vardagar kl. 12–13 tfn 09-5056 381.

Skolornas matsedel

15.02.2010–05.03.2010

må 15.02. Oxfköttstragun / Soja-grönsakswok
ti 16.02. Årtsoppa / Purjolök-potatispurésoppa
ons 17.02. Broilerbullar / Grönsaksbullar
to 18.02. Purjolök-sejform / Trädgårdsmästarens grönsaksform
fre 19.02. Tortillas
må 01.03. Korvsås med tomater / Grönsakssås med ost
ti 02.03. Mandelfisk / Rödbets-blåmögelostfrestelse
ons 03.03. Köttsoffa / Majs-cocossoppa
to 04.03. Husets kalkon / Rotfruktbiif, tartarsås
fre 05.03. Konrgrynsgröt / Bortchsoppa
www.grankulla.fi/skolmat

Ansvarig redaktör:

Markus Jahnnson
tel. 09-505 6248
markus.jahnnson@kauniainen.fi
www.grankulla.fi



GRANI
FYSIOSPORTTIS
keeps in motion

**FYSIOTERAPIAN JA TERVEYSLIIKUNNAN ASIAANTUNTIJA
SPECIALISTEN INOM FYSIOTERAPI OCH HÄLSOMOTION**

Kauniaistentie 7 Grankullavägen
Kauppakeskus Grani Köpcentrum
KAUNIAINEN 02700 GRANKULLA
Puh./Tel. 09-54043460

TERVETULO! **VÄLKOMMEN!**

**Kauniaisten Fysikaalinen Hoitolaitos
Grankulla Fysikaliska Institut**

Tunnelitie 6
Tunnelvägen 6

Hoitoja lähetteellä tai ilman
Behandling även utan remiss

Myös hierontaa
Även massage

puh. 505 2641 tel.

Irma Eklund & Lisa Mannström



Lääkärikeskus Läkarcentral

Yleis- ja erikoislääkäripalvelut Allmänläkare och specialister

Kauniaistentie 7 Grankullavägen 7

(09) 4131 7400 / 044 031 7400 / www.granimed.fi

GRANI-KIINTEISTÖNVÄLITYS [A] LKV

20 v. Juhlavuotemme tarjous

**NYT VÄLITYSPALKKIOMME 2,4 %
sis. alv. Helmikuun loppuun mennessä
tehdyissä uusissa toimeksiannoissa.**

Myynnissämme Kauniaisissa mm. tontit:

* Stenbergintie 976 m², ro. 350 kem. H. 438 t€
Lähellä kouluja.

* Turuntienportti Kaupungin suurin upea
tontti 2.505 m². H. 397 t€.

Kaksiot: 45,5 m² Vh. 189t€ / 53 m² Vh. 159 t€ /
53 m² Hissi Vh. 199 t€

OK-talo 200 m² T. 600 m² H. 563 t€

Peruskorjattava OK-talo 200 m² T. n 1000 m²
H. 438 t€

**VILLA LIPPAJÄRVEN RANNALLA 260 m²
ja rak.oik. toiselle talolle 250 m². Rantatontti
1938 m². H. 1,2 milj.€**

Kysy muista Kauniaisten tonteista.

**Asiakkaamme haluaa ostaa suuren OK-
talon Kauniaisista. Soita!**

GRANI-KIINTEISTÖNVÄLITYS [A] LKV
Tunnelitie 6, 02700 Kauniainen
Tunnelvägen 6, 02700 Grankulla
Puh. / Tel. 09-505 5045
granilkv@kolumbus.fi

Abin Ateljee

Ompelija

45 vuotta ammattitaidolla

Uudet asut ja korjaustyöt, myös miestenvaatteiden korjaukset

040 568 2794

NYT MYNNISSÄ:
HELSINGISSÄ Meilahdessa hyvä 2 h, k, kph 55m². Vhp 259.000 €.
ESPOOSSA Olarissa peruskuntonen, vuokrattu 2 h, k, kph,
parveke, 54 m². Vhp 135.000 €.

TARJOTAAN VUOKRALLE:
WESTENDISSÄ vapaa toimistohuoneisto 140 m². Vuokra 2000€/kk (alv 0).
Takuu 2 kk.

NÖYKKIÖSSÄ työs. as. hieno, tyylikäs OK-talo n. 300 m². Vuokra 2950 €/kk.
Takuu 2 kk.

HELSINKI Hietalahti upea 3-4 h, k, s, kph, terrassiparveke n. 124 m²
työsuuhdeasunnoksi. Upeat, avarat näymät merelle. 2950 €/kk.
Vapautuu tammikuun lopussa 2010. Taloyhtiö vuokraa autopaikkoja. Takuu 2 kk.

**NYT KYSYNTÄÄ RIVI- JA PARITALOILLE SEKÄ
3-4 HUONEEN KERROSTALOASUNNOILLE.**
JOS OLET AIKEISSA MYYDÄ, SOITA JA KYSY ARVIOTA.
ILMAINEN ARVIO MYyntiÄ VARTEN.
HOIDAMME MYÖS VUOKRAUKSET JA KIRJALLISET ARVIOT.
Tiedustelut Sirkku Tanskanen p. 5054217, 050 599 7168
Seppo Tanskanen, p. 050 562 2205
Yrityksellämme käytössä juristipalvelut, myös asiakkaille,
sekä vuosikymmenten kokemus välitys- ja rahoitusasioissa

ST Asunto ja Rahoitus Oy LKV
Vanha Turuntie 17
www.stasuntojarahoitus.fi, e-mail: sirkku@stasuntojarahoitus.fi

Verhoomo Grani Oy
Huonekaluverhoilua
Satu Peltonen
Viiherlaaksonranta 14, 02710 Espoo
gsm: 0400 - 537835
www.verhoomograni.fi

**LAKIASIAINTOIMISTO
varatuomari Klaus Kavanne Ky**
Kohtuulliseen hintaan mm. yksityishenkilöiden
perintöasiat, perunkirjoitukset, ja yritysten
sopimusasiat sekä oikeudenkäynnit.
Puh. 041 5459601, myös iltaisin

JURIDISK BYRÅ
vicehäradshövding Klaus Kavanne Kb
Till ett förmånligt arvode bl.a. privatpersoners
arvsärenden, bouppteckningar och
företags avtalsärenden samt rättegångar.
Tfn 041545 9601, även om kvällen

**Kaunis Grani löytyy nyt myös netistä:
Läs Kaunis Grani även på nätet:
www.kauniainen.fi/kaunisgrani**

Hammaslääkärit • Tandläkare
JAARTE & JUNGELL

RONI JAARTE
Hammaslääkäri/tandläkare

PETER JUNGELL
Lääkäri, hammaslääkäri, suukirurgi
Läkare, tandläkare, oralkirurg

MAIJA NYKOPP
Hammaslääkäri/tandläkare

PÄIVI MASALIN
Erikoishammaslääkäri, iensairaudet
Spec.tandläkare, parodontologi

Puhelin/telefon
512 9110
www.jaartejungell.fi

Kirkkotie 15, 02700 Kauniainen
Kyrkovägen 15, 02700 Grankulla

Silmälääkärin ajanvaraus
KAUNIAINEN Promenadi I // p. 505 0720
ESPOO Entresse // Siltakatku I // p. 0207 122 240

**Silmäasemien vapaat
lääkäriajat myös internetissä!**
www.silmaasema.fi

SILMÄASEMA
Elämä on näkemisen arvoinen

UUTUUKUDET

**KAIKKI HUIPPUTYYLIT
ALKAVAT OIKEASTA
MUOTOILUN PERUSTASTA**

KMS Californian uutuudet, huippusuorituskykyiset, kevyet ja monipuoliset muotoilun pohjustukseen tarkoitetut tuotteet yksin tai toisen tuotteen kanssa lisäävät, korostavat ja suojaavat... kaikkea mitä tarvitset haluamaasi tyyliin.

- **hairstay** Style Boost
- **addvolume** Body Build Detangler
- **colorvitality** Shine and Shield

Tutustumisetu:
Kahden KMS California -tuotteen ostajalle vapaaalintainen uutuustuote kaupan päälle!

kms californi
express yourself

HairStore

Grani

Kauppakeskus Grani
2. kerros
Avoinna ark. klo 9-20
la klo 9-15
Puh. (09) 420 8281
(09) 8569 8281

24h
Nettijaanvaraus
hsgrani.fi

**Hiuspalvelut koko perheelle
Ajanvaraus netissä 24h
hsgrani.fi**

EIRIKUVA
**Viralliset
PASSIKUVAT
heti**

FILMIKUVAT
135 / APS
Digikuvat
Jopa odottaessa
muistikortilta, CD:ltä, muistikortilta

kuvatapio
Kauniaistentie 7 505 0019
www.kuvatapio.com

**KAUNIS
GRANI
ILMESTYY
15 kertaa
vuonna 2010**

Seuraava lehti
postilaatikossasi
2.3.

Ultraääni ihonpuhdistus
69€
sis. Ultra- ja mekaanisen puhdistuksen,
mikrohieronnan ja naamion

Jalkahoito lakkauksella
50€
sis. kylvetyksen, kynsien ja kynsinauhojen
hoidon, kovettumien poiston, kuorinnan
ja hieronnan
(tarjoukset voimassa helmikuun loppuun)

Vietämme kauneushoitolassa
Ystävänpäivää 13.2. klo 9-17
päivän kuluessa norm. hintaisista
lahjakorteista -10%
tuotteista -15%
**lisäksi kestovärit ripsiin &
kulmiin + muotoilu**
ystäväpäivähintaan **25€**
Sydämellisesti Tervetuloa!

**KAUNEUSHOITOLA
MANDARINA**
Kauniaistentie 7, Kauniainen
Kauppakeskus Grani
p. 09-505 1371
Ma-pe 9-17, 17-20 ajanvarauksella.
La sopimuksen mukaan.
Tervetuloa.
www.mandarina.fi