

ESPOO ESBO

2
2018

VIHREÄMMÄN
YMPÄRISTÖN PUOLESTA

KYMMENIEN JÄRVIEN
KAUPUNKI

FUTURO - OMAN
AIKANSÄ UFO

READ THIS IN ENGLISH:
YUMPU.COM/ESPOOLEHTI

ELÄMÄ HALTUUN

Max Grönholm
pani elämänsä
remonttiin. Nyt
yrittäjällä on aikaa
myös perheelle.

SIVUT 8-11

KULTTUURIA JA KAVEREITA

Arja Nikkinen ja **Kirsti Kettunen** tapaavat toisiaan kulttuuririennossa. Yhdessä on koettu baletit *Giselle* ja *Don Quijote*, ja 2.5. käytiin katsomassa *Les Nuits - yölliset tunnit*.

Kirsti toimii Arjan kulttuurikaverina. Espoon kaupungin järjestämä kulttuurikaveri tulee mukaan kulttuuritapahtumaan vastaa-

vaan tapaan kuin kaupunki tarjoaa erityistä tukea tarvitseville liikunta- ja uintiyhdistäviä.

- Vaihdamme Kirstin kanssa väliajoilla esityksistä mielipiteitä. Ja Kirsti hakee takit tungoksesta, kun itse liikun kynnärsauvojen avulla, Arja kertoo.

Espoossa toimii vuosittain kymmenisen vapaaehtoista noin 300 asiakkaan kulttuuri-

kaverina. Kaupungin kulttuuriyksikön erityisasiantuntija **Helena Sarjakoski** etsii asiakkaille sopivan kulttuurikaverin ja varaa liput. Kulttuurikaverin lippu on maksuton.

- Kulttuurikaverin kanssa pääsee Espoon kaupungin kulttuurilaitoksiin ja Kansallisoopperan pääharjoituksiin, Sarjakoski kertoo.

- Palvelun kautta on muodostunut pidempiäkin yhteistyösuhteita. Niitä voisi kutsua jo ystävävydeksi.

PIRITTA PORTHAN

Kulttuurikaverukset EMMässä. Kirsti Kettunen on toiminut kulttuurikaverina jo viisi vuotta. Arja Nikkisen kanssa hän osallistuu kesäkuussa myös Urkuyö ja Aaria -festivaaleille. - Kulttuuri on ihana asia, Kirsti sanoo.



**KYSY
KULTTUURIKAVERIA:**

puh. 050 381 4033
(ma-pe klo 10-15) tai
sähköpostilla:

kulttuurikaveri@espoo.fi

Lue lisää: [www.espoo.fi/
kulttuurikaveri](http://www.espoo.fi/kulttuurikaveri)



Hyvinvoiva Espoo -ohjelman keskiössä on ihmisen oma rooli hyvinvointinsa edistäjänä.

TÄSSÄ NUMEROSSA:

- 2 **MUN ESPOO** > Kulttuuria ja kavereita
- 4 **PÄÄKIRJOITUS** > Jukka Mäkelä
- 5 **POIMINNAT** > Jaa muistosi
- 7 **PALVELUKSESSA** > Viherympäristön puolesta
- 8 **TEEMA** > Oman elämän kuskina
- 12 **AKTIIVINEN ESPOO** > Kesän menovinkit
- 15 **OIVALLUS** > 20 vuotta kiinalaisten kanssa kimpassa
- 16 **HELMI** > Rantaraitti kutsuu
- 18 **PALVELU** > Turvallisesti rannalle
- 20 **VI I ESBO** > Mår kulturen på svenska bra
- 22 **VAPAALLA** > Espoo-ristikko
- 23 **ESPOOLAINEN** > Futuron juurilla



RANTARAITTI
TARJOAA
PUITTEET
TÄYDELLISEEN
KESÄPÄIVÄÄN.



”

Kuka voi parhaiten vaikuttaa juuri minun elintapoihini ja ihmissuhteisiini? Minä itse, tietenkin.



7



14



23

Liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia

ESPOOLAISET VALTUUTETUT keskustelivat tällä viikolla yhdessä seudun kollegojen kanssa maakunta- ja soteuudistuksesta. Espoon luottamuselimityksessä uudistusta on käsitelty vuosien mittaan moneen kertaan valmistelun eri vaiheissa. Lausuntojen pääviesti on ollut selkeä: haluamme turvata espoolaisten hyvät palvelut ja Espoon elinvoimaisuuden myös jatkossa.

Espoon ensimmäinen arvo on asukas- ja asiakaslähtöisyys. Me ommistamme hyvin niissä hankkeissa, joihin saamme espoolaiset mukaan. Ehkä tästä tulisi ottaa oppia myös maakunta- ja soteuudistuksessa.

Eduskunnassa on vahva usko vanhakantaisiin hallinnollisiin sote- ja kuntauudistuksiin, vaikka digitalisoituva maailma on jo kääntänyt katseensa asukas- ja asiakasrajapintaan sekä verkostomaisiin toimintatapoihin. Suomalaiset kaupungit ovat kasvun ja innovaatioiden keskittymiä ja maan hyvinvoinnin rakentajia. Tätä tulee vahvistaa, ei heikentää.

Espoo-lehdessä on nyt paljon juttua hyvinvoinnista ja siitä, miten jokainen voi omilla valinnoillaan sitä kehittää. Kesä on mainiota aikaa huolehtia itsestä ja lähimmäistään. Itse arvioin niin, että tunti liikuntaa päivässä edistää meidän hyvinvointia paremmin kuin mikään maakunta- ja soteuudistus. Espoo liikkuu – Rantaraitilla, Nuuksiossa, kentillä ja lähiluonnossa.

Hyvää kesää espoolaiset!

Jukka Mäkelä, kaupunginjohtaja



Motion - en källa för hälsa och välbefinnande

LEDAMÖTERNA i Esbofullmäktige diskuterade den här veckan landskaps- och vårdreformen tillsammans med kollegerna i regionen. Stadens förtroendeorgan har behandlat reformen många gånger under årens lopp under de olika skedena av beredningen. Budskapet i utlåtandena har varit tydligt: vi vill trygga goda tjänster för Esboborna och Esbos livskraft även i fortsättningen.

Stadens främsta värdering är att Esbo är invånar- och kundorienterat. Vi lyckas med det som vi får med Esboborna i. Kanske man borde ta lärdom av det här också i landskaps- och vårdreformen.

Riksdagen har en stark tro på ålderdomliga administrativa vård- och kommunreformer trots att världen digitaliserar och har vänt blicken mot invånar- och kundgränssnittet och verksamhetsmodeller som bygger på nätverk. De finländska städerna är centrum för tillväxt och innovationer och byggare av landets välfärd. Det här är något som ska stärkas, inte försvagas.

Esbotidningen har nu flera artiklar om välbefinnande och hur var och en kan må bättre med hjälp av egna val. Sommaren är en utmärkt tid att ta hand om sig själv och sina närmaste. Jag uppskattar själv att en timme fysisk aktivitet per dag ökar vårt välbefinnande mer än någon landskaps- och vårdreform. Esbo rör på sig – På Strandpromenaden, i Noux, på idrottsplanerna och i närmiljön.

Jag önskar alla Esbobor en trevlig sommar!

Jukka Mäkelä, stadsdirektör



Facebook
Espoo – Esbo

Päivityksiä eri puolilta kaupunkia ja kaupungin eri toimijoiden omia Facebook-sivuja.



Tämä videohaaste muuttaa maailmaa. Osallistu ja tee #munteko video. Valitse suosikiksi ja tee oma. munteko.fi/videoit #smartclean



Twitter
@EspooEsbo

Elää ajassa, päivitty nopeasti. Tiedotusta, vastauksia ja keskustelua.



@DigiEspoo "Sillä oli oikeasti merkitystä, mitä me sanoimme", hämmästyivät @MariaMuurin tokaluokkalaiset #KYKY-tyo #MakewithEspoo



Instagram
espoonkaupunki

Hienoja hetkiä, tapahtumia ja maisemia espoolaisin silmin.



Kestävän kehityksen työme taustalla ovat globaalit tavoitteet. #kestäväespool #Agenda2030 #Espoo #kestäväkehitys #SDG

ESPOON ASUKASLEHTI Julkinen tiedote, jaetaan kaikkiin koteihin **LUKIJAPALAUTE JA JUTTUVINKIT** espoollehti@omnipress.fi
JULKAI SIJA Espoon kaupunki / Esbo stad, PL 12 / PB 12, 02070 Espoon kaupunki / Esbo stad, (09) 81 621, espoo.fi, etunimi.sukunimi@espool.fi **PÄÄTOIMITTAJA** viestintäjohtaja Satu Tyry-Salo **TOIMITUS** Omnipress Oy, espoollehti@omnipress.fi
TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ Kimmo Kallonen **ULKOASU** Hannu Kavasto/Hank **PAINOPAikka** Punamusta **JAKELU** SSM
JAKELUPALAUTE jakelupalautte@omnipress.fi **KANSI** Timo Porthan **ISSN** 1798-8438 Seuraava numero ilmestyy 18.8.2018





4 600

ESPOO KASVAA KESKIMÄÄRIN 4 600 ASUKKAALLA VUODESSA. VUODEN 2017 LOPUSSA ESPOOSSA OLI 279 284 ASUKASTA. ESPOON VÄESTÖMÄÄRÄ 1.1.2027 ON ENNUSTEEN MUKAAN 320 900.

LÄHDE: EETVARTTI 1/2018

KOTIHOIDON VALINNANVAPAAUS TESTISSÄ

ETELÄ-TAPIOLASSA, Tapiolan keskuksessa, Niittykummussa, Westendissä ja Haukilahdenrannassa asuvat kotihoidon asiakkaiden pääsevät kokeilemaan valinnanvapautta. Toukokuun 2018 ja syyskuun 2019 välillä he voivat valita, haluavatko he jatkaa kaupungin kotihoidon asiakaina vai ottavatko he samat kotihoidon palvelut mieluummin yksityiseltä yritykseltä tai järjestöltä. Valinta ei vaikuta kotihoidon maksuihin.

KOTIHOIDON ASIAKASMAKSUT OVAT SAMAT PALVELUN-TARJOAJAN VALINNASTA RIIPPUMATTA.

Seniorineuvonta Nestori auttaa asiakkaita valintojen tekemisessä. Kokeilussa kerätään tietoa siitä, millaisia valintoja kotihoidon asiakkaat tekevät ja miten palvelujen tuottajat toimivat.

Espoon kaupungin kotihoito kehittyi. Uusi kotihoidon yksikkö huolehtii siitä, että ikäihmiset kotiutuvat sairaalasta turvallisesti ja että sairaalassa alkanut kuntoutus jatkuu kotona. Kotihoidon asiakkaaksi pääsee vii-

veettä, ja jos kotona ei pärjää, hoiva-asumiseen pääsee 30 vuorokaudessa. Espoossa lähihoitajan kotikäynti kestää keskimäärin 24 minuuttia ja sairaanhoitajan käynti 25 minuuttia, mikä oli syksyllä 2017 tehdyn kuntavertailun kärkikastia.

Vaihtuvien sijaisten käyttöä pyritään vähentämään.

Tulan Vaino otti kaupunkipyörän käyttöön jo viime kesänä.



LEPPÄVAARAN PALVELUT VAHVISTUVAT ENTISESTÄÄN

PERKKAALLE, Leppävaaran kupeeseen, on suunnitteilla hotelli, uusi liike- ja liikuntakeskus, toimistoja sekä asuntoja. Hatsinanpuistoksi nimetyn alueen toiminnot tulevat täydentämään Leppävaaran nykyisiä kaupallisia palveluita ja tarjoamaan lähipalveluita Perkkaan ja Vermonniityn asukkaille. Kokonaisuudessaan rakennusoikeutta on noin 100 000 kerrosneliömetriä.

Hatsinanpuisto sijaitsee erinomaisten kulkuyhteyksien varrella Perkkaantien, rautatien, Kehä I:n ja Perkkaanpuronkujan rajaamalla alueella. Matkaa Leppävaaran asemalle on vain 300 metriä, ja Raide-Jokerin valmistuttua yhteydet paranevat entisestään.

- Hatsinanpuistosta tavoitellaan kaupunkikuvallisesti vahvaa arkkitehtonista kokonaisuutta kuitenkin siten, että rakennukset ovat ilmeeltään erilaisia toiminnoista riippuen. Keskustakortteliin ja korkeampien toimistorakennusten ja asuinrakennusten väliin rakennetaan matalampi liikekeskus, jonka ylimmät kerrokset on varattu liikuntatilaksi. Hotelli nousee Perkkaantien varteen maamerkiksi. Vermon asuinalueen lähelle puolestaan on suunniteltu koteja kolmellesadalle asukkaalle, kertoo Leppävaaran aluearkkitehti **Tiina Piironen**.



HAVAINNEKUVA: ARTTO PALO ROSSI TIKKA

Kaupunkipyöräpalvelu laajenee jo tänä kesänä

KAUPUNKIPYÖRÄILYKAUSI ON startannut Espoossa. Samalla kaupunkipyöräpalvelu laajenee 35 pyöräasemalla ja 350 kaupunkipyörällä kesällä. Laajennuksen myötä Espooseen tulee kaikkiaan 105 kaupunkipyöräasemaa. Laajennuksen asemat sijoittuvat enimmäkseen Leppävaaran alueelle, ja ne saadaan käyttöön hieman myöhemmin, viimeistään heinäkuussa. Espoon muut 70 kaupunkipyöräasemaa sijoittuvat metroradan varrelle.

Laajennusosan käyttöönottoa valmisteltiin alun perin aikaisintaan pyöräilykaudeksi 2019. Espoon tekninen lautakunta päätyi kuitenkin aikastamaan laajentamista.

- Asemaverkoston laajentaminen Leppävaaraan on kaupunkilaisten toive. Kaupunkilaisille avatussa karttakyselyssä Leppävaara erottui selvästi alueena, jossa pyörille on paljon kysyntää, kertoo liikenteenhallintapäällikkö **Johanna Nyberg**.

Helsingin ja Espoon kaupunkipyöräpalvelu toimii yhtenä kokonaisuutena. Pyörillä voi halutessaan ajaa kaupunkien välillä, ja pyörän voi palauttaa kumman tahansa kaupungin kaupunkipyöräasemalle.

➤ *Katso kaupunkipyöräasemia kartalla, etsi lähin asema ja löydä vapaa pyörä käyttöösi osoitteesta kaupunkipyorat.hsl.fi/stations*



ILMOITA TAPAHTUMASI MUKAAN ESPOO-PÄIVÄÄN

ESPOO-PÄIVÄ ON Espoon suurin vuosittainen kaupunkitapahtuma, jota juhlitaan joka vuosi elokuun lopulla. Espoo-päivään on tervetullutta mukaan kaikki maksuton ja kaikille avoin ohjelma, joka järjestetään Espoo-päivänä 24.-25.8.2018. Espoo-päivän ohjelmaksi sopivat elämykselliset tapahtumat, jotka eivät ole uskonnollisia, poliittisia tai kaupallisia.

Ilmoita tapahtumasi mukaan 1.6.2018 mennessä osoitteessa espoopäivä.fi, jolloin se pääsee sekä Espoo-päivän esitteeseen että nettisivuille. Kesäkuun 2. päivästä eteenpäin ilmoitetut tapahtumat pääsevät mukaan nettisivujen ohjelmaan.

JAA MUISTOSI

MIKÄ PAIKKA tai rakennus Espoossa on sinulle erityisen tärkeä tai merkittävä? "Kaikkien aikojen Espoo" -kysely kerää niin asukkaiden, rittäjien, Espoossa työskentelevien kuin muuten vain Espoo-fanien kulttuuriympäristön muistoja touko-syyskuussa.

Kyselyssä käytetään maptionnaire-ohjelmaa, jonka avulla karttaan voi merkitä itselleen merkittävän paikan ja jakaa samalla muiston muiden nähtäväksi. Muiston voi tallentaa kirjoitettuna ja valokuvana. Lisäksi karttaan voi itse lisätä rakennuksia, uusia tai vanhoja, myös sellaisia joita ei ole enää olemassa. Kyselyn tarkoituksena on saada ihmisiltä tietoa, jota voidaan hyödyntää Espoon kulttuuriympäristöohjelmassa.

"Kaikkien aikojen Espoo" -kysely on avoinna 9.9.2018 asti. Kerro itsellesi merkittävistä kulttuuriympäristön muistoista ja tarkastele muiden vastaajien tallentamia muistoja osoitteessa:

app.maptionnaire.com/fi/4167

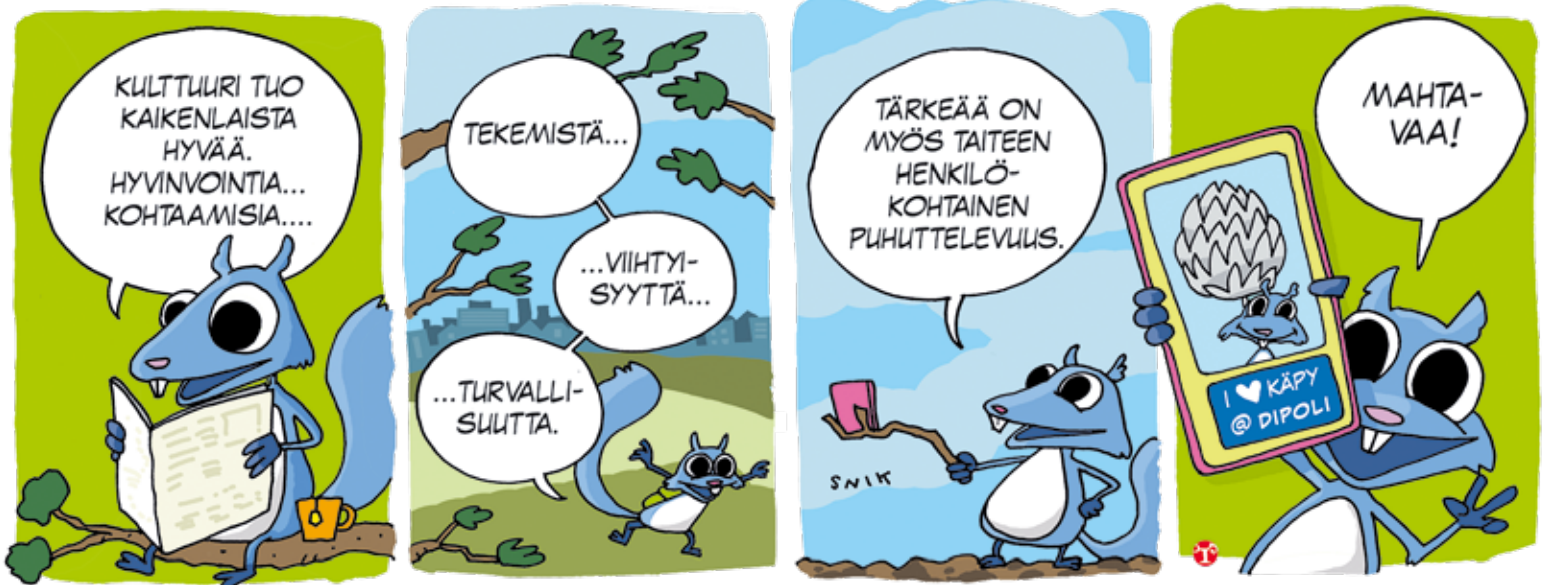


Millaista ilmaa hengität?

PÄÄKAUPUNKISEUDULLE ON kehitetty uusi reaaliaikainen kartta, joka kertoo ilmanlaadun siellä, missä olet. Kartta ennustaa myös, miten ilmanlaatu muuttuu seuraavan 12 tunnin aikana. Osoitteesta hsy.fi/ilmanlaatukartta voi tarkistaa, miltei ilmanlaatu näyttää lähituntien aikana ja hyödyntää ennustetta esimerkiksi reittiä valittaessa.

Ilmanlaatukartassa visualisoidaan ilma-

tieteen laitoksen kehittämän mallin tuloksia ja mittauksia, ja se ottaa huomioon muun muassa sään, maastonmuodot, liikennemäärät, ilmansaasteiden kaukokulkeuman ja puunpoltton päästöarvot. Ilmanlaatukarttaa kehitetään edelleen, koska erityisesti katupölykausi on haastavaa mallintamiselle. Kartan kehittämiseksi asukkailta toivotaan käyttäjäkokemuksia.



ESPOON KAUPUNKI | KULTTUURIESPOO.FI | CUPORE
ESPOOCULT

Espeen kulttuuripalveluita ja kaupungin kulttuuriprofiilia tutkitaan kaksivuotisessa hankkeessa, jonka toteuttaa Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cupore.

lisätietoa: cupore.fi/tutkimus ja espo.fi/espoocult

JULKINEN TAIDETEOS:
SIJAINTI:
KARTALLA:
TEKIJÄT:
PALJASTUSVUOSI:

KÄPY
DIPOLIN EDUSTA, OTAKAARI 24, OTANIEMI
60.1849°N, 24.8321°E
REIJO PERKKO JA HEIKKI KOIVIKKO
1968

VIHREÄÄ VIRKISTYSTÄ

Vihertuotantopäällikkö Anne Mannermaa vastaa Espoon kaupungin viherkunnossapidosta. Hän linjaa niitä toimia, joilla kaupunkilaisille tuotetaan vihreää virkistystä niin rakennetussa ympäristössä kuin luonnonmukaisillakin alueilla.

TEKSTI Minna Saano KUVA Timo Porthan

'Meidän tehtävämme viherkunnossapidossa on tuottaa kaupunkilaisille tasapuolisesti hyvää vihreää. Kesäkukat, nurmikot, leikkipuistot, metsät, niityt, puistot – kaikkia näitä hoidamme ja osin tuotamme, jotta kaupunkilaiset voivat ulkoilla, retkeillä, käydä puistojumpassa ja nauttia luonnosta ja virkistysalueista.

Minun työni on hallinnoida viherkunnossapitoa. Toimin yhteistyössä muun muassa kaavoituksen ja vihersuunnittelun kanssa, mietin uusia toimintatapoja ja visioin sitä, mihin pitkäjänteisellä työllämme tähdätään, miltä alueet näyttävät 20 tai 50 vuoden päästä. Toiveeni on, että voisimme asukkaiden kanssa yhdessä luoda sellaista ympäristöä, jossa he viihtyvät. Oma alan on intohimoni ja työpaikkani aivan ihana; täällä kannustetaan oppimaan ja pitämään ammattitaitoa yllä.

Kevät ja kesä ovat meillä kiireistä aikaa. Lumien sulettua siivotaan hiekat ja roskat pois, metsätyöt saatetaan päätökseen ja valitaan kesätyöntekijät. Nyt toukokuussa ajankohtaista on leikata pensaita, lannoittaa, kunnostaa leikkipaikkoja ja valmistella tulevaa kesää. Ennen juhannusta, kun hallaöistä ei enää ole vaaraa, istutetaan kesäkukat.

Jos minun pitäisi valita, minne Espoossa menisin kesäiselle piknikille, valitsisin varmaankin 1700-luvun tyyliin entisöidyn Vanhan Albergan puutarhan. Siellä kukkaketjen keskellä miettsin paikan historiaa ja kuvittelisin, miten entisaikoina naiset ovat helmat kahisten kulkeneet pitkin polkuja ja puiston käytäviä puutarhurien hoitaessa kasveja varjojen siimeksessä.

Vihertuotantopäällikkö Anne Mannermaan työ tapahtuu paljolti tietokoneen ja pöydän ääressä, mutta hän nauttii kasvihuoneella ja viheralueilla vierailuista.

VIHERKUNNOSSA-
PIDOSSA ON
TYÖNTEKIJÖITÄ

85

KESÄKUKKIA

10 000

KESÄTYÖN-
TEKIJÖITÄ
(16 - 23 V.)

80

NARSISSEJA

4 500

LASTEN
LEIKKI-
PUISTOJA

190

PUISTONPENKKEJÄ

3 344

ARKI ON
ASENNE-
KYSYMYS.

(SENIORIN VASTAUS
ILON AIHEISTA
HYVINVOINTI-
KYSELYSSÄ)





Suomalaiset ovat tutkitusti maailman onnellisin kansakunta. Ja Espoossa asuu Suomen tervein väestö, ainakin kun vertaillaan isoja kaupunkeja.

– Varsinkin kansainvälisesti vertaillen lähtökohta on tosi korkealla tasolla.

Espoon perusturvajohtaja **Juha Metso** puhuu mielellään terveydestä, hyvinvoinnista ja onnellisuudesta asioina, jotka ovat mahdollisia arjen harmaudessaakin.

– Hyvinvointi ei ole jotakin ihmeellistä, vaan ihan tavallista arkea. Tärkeintä on, että opimme katsomaan arjen maisemaa uusin silmin.

Jo pitkään on tiedetty, että terveys, hyvinvointi ja onnellisuus liittyvät elintapoihin; tupakointiin, ravintoon, liikuntaan, päihteiden käyttöön ja ylipäättään asioihin, joista on paljon tietoa helposti saatavilla. Mutta uusi tutkimustieto kertoo, että vielä elintapojakin tärkeämpiä ovat läheiset ihmissuhteet, kiintymys ja rakkaus.

– Kuka voi parhaiten vaikuttaa juuri minun elintapoihini ja ihmisuhteisiini? Minä itse, tietenkin. Hyvinvointi lähtee siitä, että on omassa elämässään kuskin paikalla. Ja siksi perinteisen terveyskasvatuksen ja -valistuksen rinnalle tarvitaan uudenlaista asennetta, Metso sanoo.

VIISI KEINOJA ELÄÄ PAREMMIN JA PIDEMPÄÄN. Espoo haluaa olla Euroopan kestävin kaupunki taloudellisesti, ekologisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti. >

Oletko kuskin paikalla elämässäsi? Hyvinvoivassa Espoossa jokaisella on tähän mahdollisuus. Hyvinvoiva Espoo -ohjelmassa painopisteenä on mielen hyvinvointi.

OMAN ELÄMÄN KUSKINA

Teksti **Juha Peltonen**
Kuvitus **Susanna Tuononen**
Kuvat **Timo Porthan**

tehtävä jatkossakin, vaikka sosiaali- ja terveyspalvelut siirtyisivätkin sote-uudistuksen myötä maakunnan vastuulle, Puusniekka muistuttaa.

HYVINVOINTIA EDISTETÄÄN YHTEISTYÖSSÄ. Espoolaisten hyvinvointia ja sen edistymistä seurataan vuosittain. Lasten ja nuorten sekä ikääntyvän väestön hyvinvointisuunnitelmia on tehty Espoossa jo aiemmin, ja nyt on tehty myös ensimmäinen työikäisten hyvinvointisuunnitelma.

– Suunnitelmat auttavat johtamaan hyvinvoinnin eteen tehtävää työtä ja kytkemään sen paremmin kaupungin talouden ja toiminnan suunnitteluun, Puusniekka sanoo.

Kaupungin verkkosivuille luodaan kuntalaisten omatoimisen terveyden edistämisen kokonaisuus, jossa ovat esimerkiksi tupakasta vierotuksen nettisovellukset ja ravitsemusohjauksen digimahdollisuudet. Tärkeää on nivoo myös yhteistyökumppanit, kuten järjestöt, tiiviimmin mukaan.

– Järjestöille kertyy paljon sellaista tietoa, josta kaupunki hyötyisi. Haluamme hyödyntää tätä tietoa paremmin ja jakaa kokemuksia siitä, millaiset asiat parhaiten auttavat espoolaisia voimaan paremmin.



Yrittäjä tarvitsee aikaa myös itselleen

MAXIN KALALLA on mennyt kovaa avaamisesta alkaen. **Max Grönholm** pyörittämä kalakauppa työllistää nykyisin kolme henkilöä, mutta ensimmäiset neljä kuukautta hän pyöritti kaupaa yksin.

– Siinä en itse kerennyt syömään.

Ensimmäisen työntekijän palkkaaminen havahtutti omaan hyvinvointiin.

– Koin, että jotain on tapahtunut. Burn out ei ollut ihan täydellinen, koska osasin vielä tulkita kroppaa.

Edessä oli elämäntaparemontti. Lapsiperheen arkea elävän yrittäjän hyvin-

voinnissa oma jaksaminen on keskiössä.

– Nyt taas jaksaa. Ei ole enää työhön nukahtamisen fiilistä, ja energiajuoman kulutus on vähentynyt selvästi, Max kertoo.

Tänä keväänä hän on aloittanut kivenlahtelaisen kuntosalin kanssa Kesäksi kuntoon -kurssin.

– Jo lyhyellä elämäntaparemontilla olen huomannut, etten enää jää kotona 3-vuotiaan jalkoihin.

MAXIN MUKAAN hyvinvoinnissa on rooli myös kaupungilla.

– Leikkipaikkoja on ja päivähoido toimii, mutta viimeistään lasten tullessa kouluikään ruokavalio nousee tärkeäksi. Kouluruoka pilaa monen ruokatottumukset loppuelämäksi, einesskulttuuri alkaa sieltä. Pientä murrosta on kuitenkin jo nähtävissä, jopa särkijalosteita on otettu koulujen ruokalistalle. Voi olla, että pienet alkavat pian opettaa vanhempiaan, Itämeren tilasta alkaen, Max ajattelee.

Hän on itsekin käynyt kouluilla puhumassa kalan syömisestä ja Itämeren suojelusta.

– Siihen vaan kaupungilta lisää löylyä. Myös kalakaupan tiskillä terveellinen syöminen puhuttaa. Osa asiakkaista painottaa ruokavaliossaan kalaa punaisen

lihan kustannuksella eettisistä syistä, mutta myös oman hyvinvointinsa takia.

– Moni heittää vitseinä, että kalan ja kasvien syönnistä pitäisi saada Kela-korvaus. Oikeastikin rahaa voisi käyttää valtion tasolla eri tavalla kuin nyt. Olemme niin lääkeorientoitunutta kansaa, ettei mitään haluta tehdä ennen kuin on pilleri valmiina, vaikka pitäisi miettiä sairauksien ehkäisyä ennen kuin ne menevät liian pitkälle. Omalla ruokavaliolla, elintavoilla ja liikunnalla voi vaikuttaa.

OLARISSA SYNTYNYT Max vietti nuoruutensa Saunalahdessa ja muutti Kauklahteen 2010. Viime syksynä hänet äänestettiin vuoden kauklahtelaiseksi.

– Se on tältä kylältä iso kunnianosoitus. Harvassa paikassa on samanlaista yhteisöllisyyttä.

Joulukuussa kalakauppias valittiin myös Espoon positiivisimmaksi henkilöksi.



Nyt taas jaksaa. Ei ole enää työhön nukahtamisen fiilistä.



Yrittäjän ja perheenisän jaksamisessa keskeistä on oman elämän hallinta. Max Grönholmia elämäntaparemontti auttaa jaksamaan molemmissa rooleissa.

> ISKELMÄKESÄ SAAPUU ESPOOSEEN

ISKELMÄKESÄ JÄRJESTETÄÄN tänä vuonna ensimmäistä kertaa Espoossa. Tapiolan Kulttuurikiolla pidettävän festivaalin tähtinä nähdään kattava joukko Suomen iskelmätaivaan ykkösartisteja: mukana ovat muun muassa Pohjanmaan pelimanni **Lauri Tähhä**, viime vuonna Vain Elämää -ohjelmassa hurmannut **Laura Voutilainen**, jo toista vuotta peräkkäin Iskelmä Gaalassa vuoden viihdyttäjänä palkittu **Juha Tapio** sekä festivaalilavoille palaava **Anna Eriksson**.

- Hienoa olla mukana elävöittämissä Espoon kesää. Kulttuurilla on aina ollut vahva jalansija Tapiolassa ja uskon, että tämä on vasta alkua kulttuurikeskuksen toiminnan laajenemisessa myös sen seinien ulkopuolelle, toteaa kulttuurikeskuksen tuotantopäällikkö **Mika Nikula**.

IskelmäKesä-festivaalikiertue kiertää koko kesän Suomen kaupunkeja, ja se on kerännyt suuren suosion kaikilla tapahtumapaikkakunnilla.

> IskelmäKesä-festivaali Tapiolassa pe-la 27.-28.7. Konsertit alkavat molempina päivinä klo 17. Ikäraja 18 vuotta. Liput Ticketmaster, yksi päivä 39,90 e, kaksi päivää 69,90 e.

> AVOIMET OVET MEIJERILLÄ

TERVETULOA TUTUSTUMAAN ennakkoon Lasten Kulttuurikeskus Pikku-Auroran syksyllä avattavaan Meijeri-rakennukseen. Pop-up -kahvilasta saa herkkuja käteismaksulla. Kahvilan järjestää Aikuisten kehitysvammaisten työtoiminta ja Kuninkaantien toimintakeskus. Tapahtuma kuuluu Yhdessä tehty -tapahtumiin, jotka ovat kaupunkilaisten ideoimia ja toteuttamia.

> Ma 21.5. klo 10-12.30, Lasten kulttuurikeskus Pikku-Aurora, Taidetalo. Vapaa pääsy.

ESPOO PÄIVÄSTÄ PÄIVÄÄN

Poimi tästä kesäkauden parhaat menovinkit ja kiinnostavimmat tapahtumat talteen.

LISÄÄ TAPAHTUMIA:

espo.fi > Espoon Kaupunki > Ajankohtaista > Espoon tapahtumat



Saaristomuseo Pentala aukeaa

ESPOO SAA uuden upean museon, kun Saaristomuseo Pentala aukeaa kesäkuussa. Museo sijaitsee Pentalan saarella ja esittelee moniaistisesti saaristolais- ja kalastajaelämää. Kävijöitä varten on kunnostettu Arvid ja Gurli Nyholmin tilan kalastaja- ja huvilarakennukset, ja opastuksilla kuullaan saaristolaisten elämästä meren äärellä.

Kesän aikana järjestetään vanhan ajan tunnelmaan vieviä työnäytöksiä esimerkiksi matonkudonnasta, kalannahan parkinnasta ja nahkatöistä. Lapsiperheitä houkuttavat saaristolaishenkiset työpajat ja omatoiminen seikkailukierros. Museokäynnin yhteydessä voi tutustua myös saaren luontopolkuun, hiekkarantaan ja maatiaislampaisiin. Museoalueelle ja tapahtumiin on vapaa pääsy, vain nostalgiseen Gurlin taloon on erillinen pääsymaksu. Vierailijoita palvelevat museoalueen Cafe Lillstugan ja purjehdusseuran paviljongin saaristoravintola Paven. Itsenäisesti saareen tutustuvien käytössä on mobiiliopas.

Museo on avoinna päivittäin 16.6.-2.9. klo 10-17 (kiinni juhannusaattona ja -päivänä). Museoreittivene kulkee ti-su reittiä Suomenoja-Suinonsalmi-Pentala-Soukka, lähdöt sekä Suomenojalta että Soukasta. Maanantaisin pääsy omalla veneellä.

> Gurlin talon pääsyliput 7 e/5 e (alennusryhmät), alle 18 v. ilmaiseksi. Lisätietoa www.espoonkaupunginmuseo.fi > Saaristomuseo Pentala tai Facebook: Saaristomuseo Pentala.



> SAANKO LUVAN?

KAUPUNKITANSSIT OVAT maksuttomia paritanssituokioita, joihin voi tulla mukaan ilman ennakkotaitoja, ennakkoilmoittautumista tai paria. Opetuksesta vastaavat koulutetut tanssinopettajat ja järjestäjänä on Tanssiteatteri Tsuumi.

> Kaupunkitanssit tiistaisin klo 19-19.45 Espoon kulttuurikeskuksen ulkoilmanäyttämö Amfilla, Tapiolan Keskusaltaan äärellä: 29.5. fusku / 5.6. valssi / 12.6. samba / 19.6. tango / 7.8. humppa / 14.8. jenkka / 21.8. foksi / 28.8. cha cha

> LOHIKÄÄRMEEN KYDDISSÄ

SYDÄN EKSYKSISSÄ -esitys kertoo Anniina-tytön ja lohikäärmeen runollisesta lentomatkasta. Anniinan puutarhaan ilmestyy lohikäärme, joka onnistuu houkuttelemaan pikkutytön lentomatalle. Matka päättyy kohtalokkaasti, kun sydän, pää ja jalat lähtevät omille teilleen. Rosaliikin tuntuu hylänneen ystävänsä. Vasta kun elämä tuntuu kääntyneen pääläelleen, Rosalii onnistuu yhdessä Anniinan kanssa löytämään yhteisen sävelen niin, että sydän, pää ja jalat suostuvat tekemään taas yhteistyötä. Produktiossa korostuu poikkitaitteellisuus – klovneria, nukketeatteri, musiikki, runokieli ja fyysinen ilmaisu.

> Sydän eksyksissä 24.5. klo 9.00 ja 10.15., Lasten kulttuurikeskus Pikku-Aurora. 3-6-vuotiaille, kesto 30 min. Liput 4 e, ennakkovaraus pikku-aurora@espo.fi / 09-8168 3364.



> KÄVELY VIE TAITEEN KESKELLE

ARKISET REITIT töihin ja muihin menoihin saavat uutta näkökulmaa, kun OBJEKTI-ulkoilmanäyttely valtaa Espoon keskuksen. Korkeatasoinen näyttely esittelee nykykuvanveistoa, installaatioita ja ympäristöaidetta. Yllättävät rinnastukset, kokeilevat materiaalit ja muodot lähiömaisemassa herättävät positiivisia tunteita. OBJEKTIn on tuottanut Espoo Kunst- halle eli taiteilijat **Andy Best** ja **Merja Puustinen**. Ulkoilmanäyttely avautuu 14.6. ja jatkuu syyskuun alkuun asti.



> OLIIVIPUU LOUHISALISSA

TOUKOKUUSSA ESPOON kulttuurikeskuksessa nähdään kuu- kauden elokuvana espanjalais- saksalainen Oliivipuu. Elokuva on lämminhenkinen kertomus sair- raasta espanjalaisesta isoisästä, joka toivoo, että suvulle rakas iki- vanha oliivipuu saataisiin takai- sin ulkomailta. Lapsenlapsi Alma ryhtyy toteuttamaan toivetta, ja tästä seuraa värikäs matka.

> Ti 22.5. klo 19 Espoon kulttuurikeskus, Louhisali. Tapahtuma kuuluu Kaikukortin piiriin. K7. Liput 7,50 e + toimitusmaksu, Lippupiste.



Käy ilmoittamassa oma tapahtumasi rantakesa.fi/ ilmoita-rantakesa- tapahtuma

JUSSI HELLSTEN

> VIIHDYTÄÄN YHDESSÄ VEDEN ÄÄRELLÄ

RANTAKESÄ KUTSUU tapahtumatekijät rannoille. Rantakesässä kuka tahansa saa järjestää yleisötapahtu- man yllättävässä paikassa Espoon ja Helsingin rannoilla - tapahtumaetikettiä noudattaen.

> Lisätietoja espoo.fi/kaupukitapahtumat

> VALOISSA ILLOISSA SOI

URKUYÖ JA AARIA -festivaali tarjoaa jälleen korkeatasoisia musiikkielämyksiä kesän myöhäisilloissa. Yli 30 vuoden ajan järjestetty tapahtuma on yksi Suo- men pisimpiä kesätapahtumia: musiikin ystäviä hemmotellaan kesäkuun alusta elokuun loppuun. Ohjelmisto on laaja kattaen niin laulu-, urku-, kamari- kuin orkesterimusiikin.

> Liput Lippu.fi Lisätietoja: urkuyofestival.fi

> MUISTI TURVAA ARKEA

TERVETULOA UUDENMAAN Muistiluot- sin muistikahvilaan kuulemaan ja kes- kustelemaan muistiasioista. Paikalla on Uudenmaan Muistiluotsin muistiohjaa- ja. Kahvilan aiheena on turvallinen arki. Vapaa pääsy.

> 24.5. klo 11.30-13.00 Leppävaaran elä ja asu -seniorikeskuksessa, Säterin- katu 3. Lisätiedot: 0400 364 453, toimisto@espoonmuisti.fi

> TÄHTI-ELIAS VALTAA LAVAN

SUOMEN LUPAAVIMPIIN laulaja-laulun- tekijöihin lukeutuva **Elias Kaskinen** jul- kaisi yhteineen esikoislevynsä vuonna 2015. Vankan fanijoukon tarttuvilla pop- kappaleilla ja kiivaalla lavaenergiallaan kerännyt Elias sai suuren suosion osal- listuessaan Tähdet, tähdet -ohjelmaan ja voitti kilpailun joulukuussa 2017.

> Elias Kaskinen & Päivän Sankarit pe 25.5. klo 19 Sellosalissa. Kesto 1 h, ei väliaikaa. Liput alkaen 16 e + toimitusmaksu, Lippupiste.

> MUSIIKKI KOHTAA URHEILUN

SAIMAA JULKAISI talvella uusimman levynsä Urheilu-Suomi, joka vie kuuli- jansa suomalaisen urheilun historialli- siin hetkiin eri musiikkityylejä yhdistel- len. Nyt Sellosalin konsertissa kuullaan koko levy. Miltä kuulostavat **Jari Lit- masesta** inspiraationsa saanut kappale Kuningas, **Matti Nykäsen** elämäniittoa kertaava Mäkikotka tai **Seppo Rädyn** letkautuksista poikunut Saksa on pas-

ka maa? Sävelmaailma sekoittaa 1960-, 1970- ja 1990-lukujen sävyjä sekä folkia, jazzia ja progea.

Saimaan nokkamiehenä on toiminut Tehosekoitin-yhtyeen tuottaja-säveltä- jänä tunnetuksi tullut **Matti Mikkola**. Yhtye niitti mainetta vuonna 2014 yhteistyössä **Pepe Willbergin** kanssa julkaistulla Pepe & Saimaa -albumilla.

> Saimaa to 24.5. klo 19 Sellosalissa Kesto 2 h 30 min, sis. väliajan Liput alkaen 19,50 e + toimitusmaksu, Lippupiste.



> KUOROSTA KAJAHTAA

SELLOSALIN KONSERTISSA Murtosoin- tu-kuoro juhlii 15. toimintavuottaan Kevään huumaa -teemalla joukolla suomalaista ja saksalaista musiikkia ja Tapiolan Kamarikuoro kerää musiikkia mm. **Madetojalta**, **Kuulalta** ja **Poulen- ciltä** Ihmisen henki -teeman alle. Kon- serti on osa VocalEspoon Kuorojen kevät -konserttisarjaa.

> Murtosointu & Tapiolan kamarikuoro ti 29.5. klo 19 Sellosalissa. Kesto 2 h, väliaika. Liput alkaen 14/10 e + toimitusmaksu, Lippupiste.

> TREENAA MIELENTAITOJA

MITEN MIELESI voi juuri nyt? Mielentai- dot vaikuttavat ratkaisevasti elämän- laatuamme. Ne auttavat meitä raken- tamaan hyvää elämää ja hyviä ihmis- suhteita. Mielentaitojen treenaaminen auttaa voimaan paremmin ja huomaa- maan, miten onnen tärkeimmät ainek- set löytyvät usein tavallisesta arjesta. Tule kuuntelemaan psykoterapeutti, tietokirjailija **Maaret Kallion** Voi hyvin -yleisöluentoa.

> Mielen valtava voima -luento ke 23.5.2018 klo 17-19 Sellosalissa. Vapaa pääsy.

> KONTTIKAUPALLA KULTTUURIA

KULTTUURIKONTTI ALOITTA kesäkierroksensa Espoossa nyt toista kertaa. Kulttuuri ja taide pyritään tuomaan ihmis- ten keskelle, jotta kenellä tahansa olisi matala kynnyks elä- myksiin. Ohjelmassa on muun muassa muotoiluun, arkkitehtuuriin ja esittävään taiteeseen liittyviä työpajoja. Kaikki tapahtumat ovat ilmaisia ja kaikille avoimia. Kulttuurikontti sulostuttaa kaupunkilaisten suvea kesä-, heinä- ja elokuun ajan ja se kiertää Espoon keskuksen, Matinkylän ja Kauk- lahden alueilla.



JUSSI HELLSTEN

Kulttuurikontti aloitti toimintansa kesällä 2017 ja keräsi hyvin väkeä kulttuuri- tapahtumien ja työpajojen pariin.



Virpi Palmén ohjaa espoolaisia suunnistuksen saloihin.

MIELI JA KEHO VIRKISTYVÄT METSÄSSÄ

Aikuiset ovat löytäneet suunnistuksen ilon ja hyödyt. Keväinen luonto houkuttelee liikkumaan ja rentoutumaan kauniissa metsissämme.

SUUNNISTUKSEN SUOSIO näyttää olevan nousussa pääkaupunkiseudulla.

- Lajin parhaita puolia on maisemien ja maastojen vaihtuminen eri treeni- ja kisakerroilla. Ei tarvitse katsella samoja kaakeleita ja kiertää samaa pururataa. Pehmeällä alustalla juoksu kehittää monipuolisesti kestävyyttä ja ketteryyttä. Se on jaloille lempeämpi vaihtoehto kuin asfaltilla lenkkeily. Samalla saa mitä parhaita aivojumppaa, Espoon Suunnan suunnistusohjaaja ja fysioterapeutti **Virpi Palmén** listaa lajin etuja.

Vauhdin voi määrätä itse. Halutessaan voi kävellä ja nautiskella lintujen laulusta tai haastaa itsensä

äärirajoille ja juosta hikipisaroiden valuessa pitkin kehoa.

ALKUUN PÄASEE esimerkiksi käymällä lajin peruskurssin. Espoon Suunta järjestää perhekursseja sekä aikuisten kolmen ker-

VOI NAUTISKELLA LINTUJEN LAULUSTA TAI HAASTAA ITSENSÄ ÄÄRI-RAJOILLE.

ran kurssseja, joilla opitaan alkeet karttamerkeistä kompassin käyttöön.

Lenkkareilla pärjää helpoilla reiteillä, mutta vähänkään vaativampiin maastoihin Palmén suosittelee nastalennkkareiden ostoa, sillä juurakot ja puunrungot voivat olla

liikkaita. Tämän lisäksi perusvarustukseen kuuluvat kartta ja kompassi.

KURSSIN JÄLKEEN voi alkaa suunnistaa kuntoilu- tai kisailumielessä.

Matalan kynnyksen paikallisia tapahtumia, Kuntorasteja, järjestetään Espoossa useampia viikoittain. Reitit vaihtelevat helpoista parin kilometrin mittaisista haastavampiin, lähes kymmenen kilometrin reitteihin. Kisaan voi osallistua yksin, ystävien tai vaikka koko perheen kanssa.

Jos haluaa harjoitella omassa rauhassa, kiintorastien etsiminen on hyvä vaihtoehto. Kiintorastikartat löytyvät Espoon kaupungin liikuntatoimen sivuilta. Jos taas kaipaa vaihtelua paperikartalle, ratkaisu on MOBO: se on mobiilisovellus, jossa kännykälle avautuu kartta, jonka mukaan voi suunnistaa rasteille.

SARI ALHAVA

KATSO LISÄÄ LIIKUNTATARJONTAA ESPOO.FI/LIIKUNTA

> LÄHILIIKUNTA-PAIKAT TUTUKSI -KIERTUE

LIKUNNANOHJAAJAN OPASTUKSELLA helppoa jumppaa ja paikan liikuntamahdollisuuksiin tutustuminen. Sisältää alkulämmittelyä, lihaskuntoharjoittelua, liikkuvuus- ja tasapainoharjoittelua sekä venyttelyä. Maksuton, ei ilmoittautumista. Säävaraus.

Espoonlahti

- > 22.5. klo 10.30-12, ma 18.6. klo 17-18, to 28.6. klo 18.30-19.30 Espoonlahden urheilupuisto, Kuntokontti (Espoonlahdentie 2-4)
- > ti 5.6. klo 14-15, ke 20.6. klo 17.30-19 Kivenlahden ranta, ulkokuntosali (Merivaikama 11)
- > ti 26.6. klo 11-12.30 Espoonlahden urheilupuisto (Espoonlahdentie 2-4, tapaaminen Kuntokontilla)
- > ke 27.6. klo 17.30-18.30 Saunalahden koulu (Brinkinmäentie 1, tapaaminen koulun pääovella)

Espoon keskus ja Pohjois-Espoo

- > ma 18.6. klo 10-12 ja 8.8. klo 10-11.30 Hiirisuon asukaspuisto (Pohjoisentie 1)
- > ti 19.6. klo 19-20 Vanttilan koulu (Nissintie 2, tapaaminen koulun pääovella)
- > ti 26.6. klo 17-18 Kirstin koulu (Kirstintie 11, tapaaminen koulun pääovella)

Leppävaara

- > ti 26.6. klo 13-14, ma 6.8. klo 17-18 Leppävaaran urheilupuisto, Kuntokontti (Veräjätalonkatu 17)
- > ke 23.5. klo 18-19, ma 4.6. klo 17.30-19, ke 27.6. klo 10-11 Laaksolahden urheilupuisto (Lähdepurontie 1, tapaaminen ulkokuntosalilla)
- > ma 25.6. klo 16.45-17.45 Säterinniityn lähiliikunta-alue (Säterinpuistontie 5, tapaaminen ulkokuntosalilaitteiden vieressä)
- > to 28.6. klo 10-11 Leppävaaran urheilupuisto ulkokuntosali (Veräjätalonkatu 17)

Matinkylä ja Olari

- > ti 29.5. klo 14-15.30, jatkuu läpi kesän 7.8. asti, rantaraitti tutuksi, kaikille sopiva yhteiskävely, pituus n. 3 km. Lähtö ja paluupaikka: Matinkylän uimarannan (Matinlahdenranta 1) Cafe Merenneidon edustalta
- > ti 7.8. klo 17-18 Päivänkehrän koulu (Päivänkehräntie 2, tapaaminen koulun pääovella)

Tapiola

- > pe 25.5. klo 9.30-11, ti 26.6. klo 17.30-19 Tapiolan urheilupuisto, Kuntokontti (Urheilupuistontie 2)
- > to 31.5. klo 14-15.30, jatkuu läpi kesän 2.8. asti, rantaraitti tutuksi, kaikille sopiva yhteiskävely, pituus n. 3 km. Lähtöpaikka Otsolahden venesatama (Sateenkaari 9)
- > ti klo 3.7. klo 17.30-19 Westendin portaat (Westendin linnake)
- > ti 7.8. klo 17-18 Otaniemen urheilupuisto, ulkokuntosali (Otaranta)

ILMOITA TAPAHTUMA!
ESPOO.FI/ESPOOSHANGHAI20
OSALLISTU JUHLAVUOTEN SOMESSA!
#ESPOOSHANGHAI20

Espoo-Shanghai -ystävyyys 20 vuotta

Espoo solmi ystävyyskaupunkisuhteen 20 vuotta sitten maailman suurimman kaupungin Shanghain kanssa. Kaikki kaupunkilaiset kutsutaan nyt mukaan viettämään juhlavuotta. Tiesitkö, että Espoo on Suomen kiinalaisin kaupunki – kolmasosa Suomen kiinalaisista eli noin 3 000 henkilöä asuu täällä?

TEKSTI Veera Saloheimo

1 Suomalaisilla on valtavat liiketoimintamahdollisuudet Shanghaissa. Kiinalaisia kiinnostavat Suomessa ennen kaikkea yrittäjyys, innovaatiot ja puhdas teknologia. Viranomaisten rooli yhteistyön alussa on merkittävä – kaupungin roolina on toimia ovenavaajana suomalaisille toimijoille Shanghaissa ja tutustuttaa shanghaiilaiset toimijat espoolaisiin kumppaneihin.

2 Merkkipaaluja matkan varrella ovat olleet muun muassa start up -tapahtuma Slushin synty Shanghaihin ja Aalto-yliopiston tiivis yhteistyö shanghaiilaisen Tongjin yliopiston kanssa. Viime vuonna Espoo oli kutsuvieraskaupunki Kiinan merkittävimmillä teknologiamessuilla. Suomessa asuvien kiinalaisten osaajien ja Kiinan markkinoille tähtäävien yritysten kohtaamista Espoon kaupunki edistää Sino-Talent Finland ry:n kanssa.

3 Kiinalaiset haluavat ottaa mallia myös suomalaisesta koulutusjärjestelmästä, joka poikkeaa paljon heidän omastaan. Muun muassa oppimisen ilon lisääminen kiinnostaa heitä. Espoossa yhteistyö näkyy esimerkiksi siinä, että kaikki espoolaiset lukiot ovat saaneet sisarkoulut Shanghaista.

JÄRJESTÄ TAPAHTUMA ITSE

KAIKKI ESPOOLAISET kutsutaan mukaan järjestämään tapahtumia juhlavuoden kunniaksi. Tehdään Kiina ja kiinalaisuus näkyviksi! Tapahtuma voi olla järjestetty rajatullekin osallistujajoukolle. Kaupungilta voi hakea rahallista avustusta tapahtuman järjestämiseen.



ORDNA SJÄLV EVENEMANG

FÖRHOPPNINGEN ÄR att alla Esbobor ordnar olika evenemang jubileumsåret till ära. Låt oss göra Kiina och det kinesiska kända! Evenemang kan även riktas till en viss begränsad deltagargrupp. Det går att ansöka om understöd av staden för att arrangera evenemang.

Espoon ystävyyskaupunki Shanghai on asukasluvultaan maailman suurin kaupunki.

ANMÄL ETT EVENEMANG!
ESPOO.FI/ESPOOSHANGHAI20
DELTA I JUBILEET I
SOCIALA MEDIER!
#ESPOOSHANGHAI20

Esbo och Shanghai vänorter i 20 år

Esbo inledde en vänortsförbindelse med världens största stad Shanghai för 20 år sedan, och inbjuder nu alla Esbobor att fira jubileet. Visste du att Esbo är den mest kinesiska staden i Finland? Här bor en tredjedel, det vill säga 3 000 av landets alla kineser.

TEXT Veera Saloheimo

1 Finländare har enorma affärsmöjligheter i Shanghai. För kineser är det framförallt företagsamhet, innovationer och cleantech som intresserar i Finland. I början av samarbetet spelar myndigheterna en stor roll. Staden har i uppgift att dels öppna dörrar för finländska aktörer i Shanghai, dels sammanföra aktörerna i Shanghai med partnerna i Esbo.

2 Under årens lopp har viktiga milstolpar bland annat varit att få igång startup-evenemanget Slush i Shanghai liksom Aalto-universitetets täta samarbete med Tongji-universitetet i Shanghai. I fjol var staden Esbo inbjuden som gäst på Kinas största teknologimässa. Esbo stad och Sino-Talent Finland ry samarbetar för att föra samman i Finland bosatta kinesiska experter och sådana finländska företag som vill etablera sig på den kinesiska marknaden.

3 Kineserna vill även ta modell av det finländska utbildningssystemet som i hög grad skiljer sig från det kinesiska, och de är bland annat intresserade av vårt lustfyllda lärande. I Esbo märks samarbetet till exempel genom att alla Esbogymnasier har syskonskolor i Shanghai.

RETKI RANTARAITILLE

MEREEN LIPUU kajakkeja ja sup-lautoja. Laiturilla istutaan ongella, auringonpalvojat pulahtavat uimaan. Veneiden kansilla puuhastellaan, ja kävelyttä on mukava poiketa kahvikupposelle. Espoon Rantaraitti tarjoaa täydellisen kesäpäivän.

Kevyen liikenteen osuuksia löytyy Rantaraitilta yli 40 kilometriä, ja tänä vuonna myös portaat Villa Kolikarin kohdalla vaihtuvat rantareittiin. Kesän uutuuksiin kuuluvat lisäksi saaristoveneyhteys Pentalaan sekä kaupunkipyörät, joilla voi polkea vaikkapa Gallen-Kallelan Museoon.

Rantaraitilta löytyy lähes sata muun muassa Espoon rannikkoelämästä ja kulttuurihistoriasta kertovaa kohdetta, joita voi etsiä älypuhelimelle ladattavan

Citynomadi-sovelluksen avulla. Ikäihmiset pääsevät 68+ Sporttikortilla ilmaiseksi saaristoveneisiin, ja esimerkiksi ohjattu merivesijuoksu ja ranta-asahi ovat kaikille avoimia.

- Kesäkuussa purjehdustapahtuma Espoo-Suursaari Race kerää erityisesti Haukilahden rannoille katsojia, Rantaraitti-isäntä **Lennart Pettersson** kertoo.

- Rantaraitilla on hyvä pöhinä päällä.

PIRITTA PORTHAN

Lataa Citynomadi-sovellus:

app.citynomadi.com

Seuraa Rantaraitin tapahtumia:

- > visitespoo.fi
- > Facebookista "Espoon Rantaraitti".

Rantaraitin maisemat vaihtelevat urbaanista kaupunkimiljööstä karuun rantakallioon ja idylliseen maalaismaisemaan.



TA EN TRIPP TILL STRANDPROMENADEN

KAJAKER och paddelbräddor glider ut på havet. Några sitter på bryggan och metar, medan soldyrkarna tar ett dopp. Båtfolket pysslar med flytetygen, samtidigt som flanörerna på land sticker sig in på ett café. Strandpromenaden i Esbo erbjuder allt som gör en perfekt sommardag.

Strandpromenadens gång- och cykelvägar uppgår till mer än 40 kilometer. I år blir dessutom strandområdet framför Villa Koli en del av Strandpromenaden. Andra nyheter för i sommar är skärgårdsbåtarnas förbindelse till Pentala liksom stadscyklarna för att till exempel cykla till Gallen-Kallelamuseet.

Längs Strandpromenaden finns närapå hundra destinationer som bland annat berättar om Esbos kustliv och kulturhistoria. Ladda ned applikationen Nomadi för

att leta reda på dem. Seniorer med Sportkortet 68+ åker gratis med skärgårdsbåtarna, och till exempel ledd vattenlöpning i havet liksom asahi på stranden är öppna för alla.

- I juni samlas åskådare framförallt längs stränderna i Gäddvik för att följa med segeltävlingen Espoo-Suursaari Race, säger Strandpromenadens projektchef Lennart Pettersson. - Det är verkligen liv och rörelse längs Strandpromenaden. **PIRITTA PORTHAN**

Ladda ned applikationen Nomadi:
app.citynomadi.com

Följ med vad som händer längs Strandpromenaden:

- > visitespoo.fi
- > facebook.com/EspoonRantaraitti



KYMMENIEN RANTOJEN KAUPUNKI

Espoossa on 58 kilometriä rantaviivaa ja 95 järveä. Kaupungin ylläpitämiä meriuimarantoja on 11 ja järviuimarantoja 10.

Kaupungin ylläpitämistä 21 uimarannasta seitsemän on valvottuja, eli koululaisten kesäloma-aikaan rannoilla on koulutettu valvoja aamu kahdeksasta iltakahdeksaan. Valvojat hallitsevat ensiaputaidot, hengenpelastuksen ja tietenkin erinomaisen uintitaidon. Turvallisuuden valvonnan lisäksi he siivoavat rantoja.

Myös valvomattomilla rannoilla käydään siivoamassa päivittäin, mutta siellä ei ole jatkuvaa valvontaa.



KUVAT LEHTIKUVA

KOIRAT PÄÄSEVÄT UIMAAN LAAJALAHDEN RANNALLA SEKÄ TOPPELUNDIN JA HAUKILAHDEN VÄLISSÄ OLEVALLA MERKITYLLÄ UIMA-PAIKALLA.

Oittaaan uimaranta on lapsiperheiden suosiossa.



MERIUIMARANNAT



Haukilahti/Mellsten

- > valvottu uimaranta
- > suihkut, pukukopit
- > beachvolleykenttä
- > kioskipalvelut ja kesäterassi

Kallvik (Kauklahti)

- > pukukopit

Karhusaari

- > pukukopit

Kivenlahti

- > valvottu uimaranta
- > suihkut, pukukopit
- > beachvolleykenttä
- > kioskipalvelut ja kesäterassi

Klobben (Soukka)

- > valvottu uimaranta
- > suihkut, pukukopit
- > kioskipalvelut ja kesäterassi

Laajalahti

- > koirien uittopaikka

Matinkylä

- > valvottu uimaranta
- > suihkut, pukukopit
- > beachvolleykenttä
- > kioskipalvelut ja kesäterassi

Suinonsalmi (Hanikka)

- > valvottu uimaranta
- > pukukopit
- > kioskipalvelut

Suvisaaristo Svinö

- > pukukopit
- > beachvolleykenttä

Toppelund

- > pukukopit, suihku
- > kioskipalvelut ja kesäterassi
- > koirien uimapaikka

Tyrskyvuori (Laurinlahti)

- > pukukoppi

Westend

- > pukukopit, suihkut

Kattilajärvi

Siikajärvi

Sorvalampi

Myllyjärvi

Odilampi

Ruispelto

Oittaa

Laaksolahti

Lippajärvi

Westend

Otsolahti

Karhusaari

Kallvik

Kivenlahti

Laurinlahti

Haukilahti

Toppelund

Matinkylä

Soukka

Suinonsalmi

RANTAVIIKKO

Rantaviikolla tehdään Espoon uimarannat tutuiksi pelailun, palloilun, leikkimisen ja muun kivan toiminnan merkeissä. Ei ilmoittautumista, maksuton. Haukilahdessa Rantaviikko-tapahtuman yhteydessä klo 12-14 on myös seniorien oma tapahtuma Seniorit liikkeelle.

Oittaa > ma 30.7. ohjelmaa klo 10-15

Haukilahti > ti 31.7. ohjelmaa klo 12-17

Kivenlahti > ke 1.8. ohjelmaa klo 10-15

Matinkylä > to 2.8. ohjelmaa klo 14-19

Klobbenin uimarannalla pääsee polski-maan suojassa muulta hälinältä.

Westendin uimaranta remontoitiin kesäksi 2017.



JÄRVIUIMARANNAT

Kattilajärvi

> pukukopit

Laaksolahti

> valvottu uimaranta

Lippajärvi

> pukukopit

Myllyjärvi, eteläinen

> pukukopit

Myllyjärvi, pohjoinen

> pukukopit

Odilampi

> pukukopit

Oittaa

> valvottu uimaranta

> esteetön uimalaituri

> suihkut, pukukopit

> beachvolleykenttä

ulkoilukeskuksessa

> kahvila-ravintola ja sauna.

> uimavesiluokitus:

Erinomainen

Ruispelto (Pitkäjärvi)

> pukukopit

Siikajärvi

> pukukopit

Sorvalampi

> pukukopit

LÄMPÖTILAT JA LEVÄTILANNE: WWW.ULKOLIIKUNTA.FI

Yleisten rantojen lämpötila päivitetään joka päivä ja se päivitetään uimarantakarttaan osoitteeseen www.ulkoliikunta.fi.

Uimarantojen levätilannetta seurataan säännöllisesti uimakaudella 15.6.-31.8. Terveystarkastaja ottaa uimavesinäytteitä kahden viikon välein. Testitulokset voivat kestää viikonkin, mutta selvästi havaittavasta levävainnosta ilmoitetaan heti uimarantakartassa ja testitulosten saavuttua uimarannan ilmoitustaululla.

Ulkoliikuntapalvelun uusittu palvelu tulee käyttöön viimeistään valvontakauden alettua.



I ESBO MÅR KULTUREN PÅ SVENSKA BRA

Esbo stad jobbar aktivt för att kunna erbjuda sina svenskspråkiga invånare högklassig kultur på svenska. Staden satsar på hög kvalitet och ett brett utbud av kulturevenemang. Till vårens mest besökta tillställningar hörde En kulturdag kring ån som lockade kring 1 000 besökare, de flesta av dem barn.

Kulturproducent **Eva Monthén** berättar att staden satsar på ett mångsidigt utbud.

– Vår målgrupp är kulturkonsumenter i alla åldrar, allt mellan 0 och 100 år. Konstformerna varierar från musiktillställningar till film, författarbesök, verkstäder, allsång och vernissage. Det känns som att kulturen är väldigt uppskattad här i Esbo och det finns en efterfrågan på ännu fler evenemang, berättar Monthén.

Monthén har jobbat med kultur i Esbo i över 20 års tid. Under årens lopp har nätverken blivit betydligt viktigare. Hon är glad över att nätverksarbetet har blivit en naturlig del av jobbet.

– Nuförtiden är det självklart att samarbeta över gränserna. Staden samarbetar mycket med till exempel tredje sektorn. Det finns mindre

pengar än tidigare men istället bidrar alla med sina styrkor, det är fint att vi kan slå ihop våra krafter.

Att det finns kulturevenemang också på svenska betyder väldigt mycket för invånarna i Esbo. Men ännu viktigare än språket är kvaliteten.

– Det är ytterst viktigt att få uppleva program på sitt eget modersmål. Samtidigt tycker jag att det gäller att skapa program som lockar besökare också över språkgränserna. Det ska inte enbart vara språket som är det avgörande utan också kvaliteten. Högklassig kultur lockar, helt enkelt, anser Monthén.

ESBO STAD ORDNAR ÅRLIGEN CIRKA 160 KULTUREVENEMANG PÅ SVENSKA. En viktig målgrupp är barnen. Till barnpublikens ständiga favoriter hör Mumin, Arne Alligator och Sås och Kopp. Eva Monthéns erfarenhet

”DET ÄR YTTERST VIKTIGT ATT FÅ UPPLEVA PROGRAM PÅ SITT EGET MODERSMÅL.”



är att barnen utgör den allra ärligaste publiken.

– Barnpubliken är den mest kritiska men också den mest givande. Barnen säger vad de tycker och tänker, ofta också mitt i föreställningen. Det är fint om barn får vänja sig vid kultur redan i tidig ålder. Då de växer upp med kultur, kommer de sannolikt att konsumera kultur också i vuxen ålder, funderar Monthén.

Till vårens absoluta höjdpunkter hörde En kulturdag kring ån som Esbo stad och Esbobygdens ungdomsförbund ordnade i maj. En kulturdag kring ån riktar sig till barn i dagisålder och årskurs 1–2, samt föräldrar som är hemma med sina barn.

I år planerades evenemanget delvis utgående från barnens egna önskemål. Programmet bestod av bland annat en önskekonsert med stjärnor som Mumin, Arne Alligator



"VI HADE ETT RIKTIGT LYXPROBLEM. ENDAST 20 MINUTER EFTER ATT BOKNINGEN FÖR KONSERTERNA ÖPPNADES VAR DE FULLBOKADE OCH VI HADE KRING 1000 ANMÄLDA."



och Robin Hund på scenen. Och visst fungerade dragplåstren även den här gången.

– Vi hade ett riktigt lyxproblem. Endast 20 minuter efter att bokningen för konserterna öppnades var de fullbokade och vi hade kring 1000 anmälda, berättar Monthén.

TEMAT FÖR EN KULTURDAG VID ÅN VAR I ÅR RÄTTVIS HANDEL OCH HÅLLBAR UTVECKLING. Till exempel ordnades inträdet i samarbete med organisationen Hope.

– Inträdet till evenemanget var fritt men som inträdesbiljett fungerade ett använt plagg eller en leksak som barnen kunde hämta med sig hemifrån. Vi fick mycket positiv feedback från deltagarna. Det här gav många föräldrar en konkret möjlighet att diskutera återvinning och hållbar utveckling med sina barn, konstaterar Monthén.

Förutom att njuta av musik fick besökarna också delta i verkstäder. I en av verkstäderna fick barnen designa och måla en egen badanka. Resultatet blev ca 1500 badankor som barnen hade målat och dekorerat. Som avslutning ställdes ankorna ut vid åstrandén.

– Meningen är att ankorna ska vara utställda vid ån möjligast långt in på sommaren. Men visst är vi medvetna om att det kan försvinna en och annan anka, skrattar Monthén.

Vårsåsongen för kulturevenemang avslutas med allsång i juni. Sedan blir det sommarpaus i juli innan hösten kickas igång med Esbodagen och Forneldarnas natt. Då bjuder Esbo stad på program ute på stranden med bland annat verkstäder och musik.

TEXT JENNI VON FRENCKELL
FOTO ESBO STAD/EVA MONTHÉN

JAG SKICKAR GODA GÄRNINGAR VIDARE.

Gör en tjänst, kom ihåg att tacka. Ge tid åt frivilligarbete. Se lyckan inom dig och i din omgivning.

JAG ÄR EN DEL AV EN GEMENSKAP.
Håll kontakt med människorna omkring dig. Satsa tid på mänskliga relationer.

FEM SÄTT

ATT LEVA BÄTTRE OCH LÄNGRE

JAG LÄR MIG NÅGOT NYTT, JAG UTMANAR MIG SJÄLV.
Studera, pröva på något nytt och utmana dig själv.

JAG NJUTER AV MOTION.
Motionera på ett sätt som känns rätt för dig.

JAG ÄR NÄRVARANDE.
Var nyfiken och lev i stunden. Var medveten om din omgivning och dina känslor.

UNDERSÖKNINGAR VISAR att finländarna är världens lyckligaste folk. Enligt statistik från FPA och Institutet för hälsa och välfärd THL är Esbo landets friskaste stora stad. Esbos omsorgsdirektör Juha Metso pratar gärna om att hälsa, välbefinnande och lycka kan uppnås även i den grå vardagen.

– Välmåga är inte något märkvärdigt utan handlar i hög grad om att se på vardagen med nya ögon.

Forskning visar att det viktigaste med tanke på individens hälsa, välbefinnande och lycka är nära människorelationer, sociala kontakter och kärlek. Även livsstilen har betydelse. Det finns mycket och lättillgänglig information om hur tobak, rusmedel, kost och motion påverkar hälsan.

– Faktum är att de som lyckas med att sitta i förarsätet i sina

egna liv är de som mår bra.

För dem som tar förarplatsen i sina egna liv finns fem faktorer när det gäller att leva bättre och längre, och de beskrivs i grafiken här invid.

– Forskning visar att när de här faktorerna är en del av vardagen kan livslängden förlängas med sju och ett halvt år.

– Tyngdpunkten ligger inte på korrigerande åtgärder utan vi försöker hjälpa människor att själva ta itu med att förbättra sin hälsa, säger programchef Riikka Puusniekka.

Det är viktigt att även olika samarbetspartner, såsom organisationer, i högre grad blir engagerade i att främja välmågan.

– Organisationer samlar på sig mycket sådan information som staden skulle ha nytta av.

SAMARBETE MED SHANGHAI I 20 ÅR

ESBO ÄR Finlands mest kinesiska stad. Det är inte så underligt med tanke på att staden redan i 20 år har varit vänort med världens största stad Shanghai. Utöver att värna om goda vänskapsförbindelser har det skett utbyte av god praxis. Bland annat har evenemanget Slush förts till Shanghai. Även den finländska utbildningen vid gymnasier och universitet har väckt intresse.

FUTURO - ETT UFO AV SIN TID

PLASTHUSET FUTURO från år 1968 är formgivet av Esbobon Matti Suuronen, ursprungligen till en skidstuga, men pryder WeeGee-husets bakgård sedan år 2012. En mångsidig verksamhet med utställningar och evenemang har skapats kring Futurohuset som i år fyller 50 år.

TESTAA TIETOSI | KYMMENIEN JÄRVIEN ESPOO

1. Kuinka monta järveä Espoossa on?
2. Mikä nimi yhdistää kolmea, muodoltaan kapeaa järveä Espoossa?
3. Espoon eteläisen järvi sijaitsee saarella. Mistä saaresta on kyse?
4. Minkä järven rannalla sijaitsee Oittaaan ulkoilualue?
5. Mikä on Matalajärven keskisyvyys?
6. Miksi Kirkkojärvi tulvii Valtatie 1:lle?
7. Milloin vietettiin Espoon järvet tutuiksi -teemavuotta?



GLIMSIN
4H-KOTIELÄINPIHAN
LAITUMELLA VOI
VIERAILLA 6.6.-30.8.
KESKIVIIKKOISIN
JA TORSTAISIN KLO
15.30-16.30.

1. 95. 2. Pitkäjärvi (Vanhankylän Pitkäjärvi, Nuuskion Pitkäjärvi ja Veliskolan Pitkäjärvi). 3. Pentalan saaresta. 4. Bodominjärven. 5. 1,19 metriä. 6. Valtatie 1 on rakennettu 1950-luvulla kuivatetun Kirkkojärven päälle eikä tietä aikoinaan kunnolla paalutettu. 7. 2016.

OIKEIN
VASTANNEIDEN
KESKEN ARVOTAAN
KIVOJA
PALKINTOJA.

ESPOO-RISTIKKO

Kirjaa oransseihin ruutuihin syntyvät kirjaimet alla oleviin ruutuihin ja meilaa kirjaimista syntynyt vastaus (14-kirjaiminen sana) 11.6. mennessä osoitteeseen espoollehti@omnipress.fi. Laita mukaan nimesi ja osoitteesi.

PÄÄ- LYSTÄÄ		VETISIÄ PERUSIDEA		REPO LAUSAHDUS LASKELMA KANNAKSELLA		TERRORI- JÄRJESTÖ		EUR. JOKI SARJAKUVAHAHMO		GYÖ- NAICIA			
PYYNTI						→				↘			
JAARA ALMILA ASPELUND				ARJA KIRO- SANA TAURO RANS- KASSA		HUURU		SI- NIKKA		13			
		6						MOORE OEPTETTI					
						5		CHOM- SKY					
MUS- LIMI NA- PATA		KAUP- KAUPPA		SPORT MANTERE		TV- HAHMO		JÄRN- STROM YLA-					
HURJASTELUA		9		TUURIA OMAAVA SHARON YRJÖ		LOPEZ G.H.		KAS- VEJA		VAINU			
		VALTIO RANGKAN CAARI				KÄNNY- KOITA GJERMUND		LUKU KENKA		10			
SUU- SAI- RAUS OTTI- MET		L		LOMMI- LASSA		SAA- PAS		LAAKIT VSKOA		MAA- AINES			
		AUTO-		→		JUOMIA		4		11			
		8		HELLAAKOSKI REIMAN		JUUSTO 11/12		1		SUVUT YHTIÖ			
ALATI MÄDÄN HAJUT		2		SIE- KAILU		3		PANULA PENTIK		HULLU AN- DER- SON			
		AAT- RAT						7		AGEMA			
						14		BRO- SYYRI					
										-RAHA			
										12			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

FUTURO

OMAN AIKANSA UFO

Espoon yhdeksi maamerkiksi nousut Futuro-talo viettää tänä vuonna 50-vuotisjuhlavuotta. Moni Futuron aikaan ja syntyyn vaikuttanut tekijä on ajankohtainen tänäkin päivänä.

KIRKKAANKELTAINEN UFO kurkistaa Näyttelykeskus WeeGeen takapihalle aukeavista ikkunoista. Futuro 001 on jälleen avannut ovensa yleisölle.

Espoolaisarkkitehti Matti Suuronen (1933–2013) suunnitteli Futuron tilaustyönä. Sen lähtökohdaksi oli toimia helposti ja nopeasti vaikeakulkuihin maastoon pystytettävänä hiihtomajana. Futuro syntyi kolmen vuoden suunnittelun tuloksena, ja sen tehtyä läpimurtonsa Lontoossa syksyllä 1968 tuotteelle povattiin kansainvälistä menestystä. Toisin kävi. Vuoden 1973 öljykriisin jälkeen muovirakenteinen Futuro osoitautui tuotantokustannuksiltaan liian kalliiksi levitäkseen massatuotteeksi. Tiettävästi Futuroja on maailmassa jäljellä 65 kappaletta.

NYT 50-VUOTISJUHLAVUONNAAN Futuro herättää monenlaisia ajatuksia, joita tarkastellaan WeeGeessä erilaisissa näyttelyissä ja tilaisuuksissa pitkin kesää ja syksyä.

– Futuro edusti Suomessa täysin uutta ajattelua ja on kansainvälisesikin merkittävimpiä 1960-luvun avaruusaikojen arkkitehtuurin ilmentymiä, taidehistorioitsija **Marko Home** sanoo.

Ajankohtaisen Futurosta tekee myös sen materiaali.

– Muovi, joka nykyään nähdään lähinnä ympäristöongelmana, koettiin 1960-luvulla tulevaisuuden materiaalina. Uskottiin, että sarjavalmistettavat, kestävät, helposti kuljettavat ja pystytettävät muovitalot olisivat tulevaisuuden asumismuoto, Home kertoo.

EMMAN NÄYTTELY Futuromania esittelee 1950- ja 1960-luvun arkkitehtien ja muotoilijoiden visioita tulevaisuuden asumisesta.

– Futuro valmistui aikaan, jolloin tulevaisuuden näkymät olivat toiveikkaita ja teknologian uskottiin mullistavan ihmisen elämäntavat, EMMAn amanuenssi **Laura Kokkonen** pohtii.

Vaikka 1960-luvun kehitysoptimismi on kääntynyt ympäristöhuoleksi, Futuron kaltaiset modernismin ajan suunnitelmat haastavat pohtimaan, millainen olisi tämän päivän utopia tulevaisuuden asumisesta.

– Vaikeakulkuihin maastoon sijoitettava, maan – tai vaikka veden – päällä liikuteltava rakennus saa esimerkiksi pakolaiskriisin näkökulmasta aivan uuden merkityksen, Kokkonen herättelee ajatuksia.

TIINA PARIKKA

Opiskelija Hedi Lindholm Futuron ovelta kesällä 1968.



FUTURO 50 VUOTTA -TAPAHTUMAT ESPOOSSA

- WeeGeen Futuro-talo avoinna yleisölle 16.9. asti
- Futuron maailma 50 vuotta -näyttely aulan Studio Suurosessa on avoinna 31.12.2018 asti
- EMMAssa avautuu Futuromania - Designing Future Living -näyttely 6.6.
- Juhlavuoden pääteos, **Mika Taanilan** suunnittelema ääni-installaatio Muovisydän on koettavissa Futurossa 17.8.-16.9. Näin syntyi Muovisydän: Mika Taanilan haastattelu
- WeeGeen Designpäivässä 15.9. Futuro, designteemat ja arkkitehtuuri tarjoavat runsaan ohjelmasisällön
- Historioitsija ja kuraattori **Marko Home** luennoi Futuron maailma 50 vuotta -teemalla 15.9.

Flippää kyytiin



JUHANNUS-
AATTONA
AJETAAN
NORMAALIN
AIKATAULUN
MUKAAN.

SAARISTOVENEEN AIKATAULU

Tiistai-sunnuntai 9.6.-12.8.,
Lauantai-sunnuntai 18.-19.8., 25.-26.8. ja 1.-2.9.

Reittikohtaiset aikataulut:

espoo.fi > [Kulttuuri ja liikunta](#) > [Ulkoilu](#) > [Saaristoliikenne](#)

Saaristoliikenteen hinnat

- aikuiset 6 €, meno-paluu 12 €
- alle 18-vuotiaat, eläkeläiset ja erityisryhmät 3 €, meno-paluu 6 €
- alle 7-vuotiaat lapset ilmaiseksi maksavan saattajan kanssa
- Suomenojalta, Nokkalasta ja Haukilahdesta Vasikkasaareen hinta on meno-paluu matkalta lapsilta 3 € ja aikuisilta 6 €.
- 68+ Sporttikortilla ilmaiseksi saaristoystävän kanssa

Huom!

- Maksuvälineenä käy vain käteinen.
- Matkustajamäärät ja sääolosuhteet voivat vaikuttaa aikatauluun.
- Saaristomuseo Pentalaan pääsee vasta 16.6. alkaen.

SKÄRGÅRDSBÅTENS TIDTABELL

Tisdag-söndag 9.6-12.8
Lördag-söndag 18-19.8, 25-26.8 och 1-2.9

Tidtabeller och rutter:

esbo.fi > [Kultur och idrott](#) > [Friluftsliv](#) > [Skärgårdstrafiken](#)

Skärgårdstrafikens priser

- vuxna 6 €, tur-retur 12 €
- barn under 18 år, pensionärer och specialgrupper 3 €, tur-retur 6 €
- barn under 7 år gratis tillsammans med en betalande följeslagare
- priset på en tur- och returresa från Finno, Nokkala och Gäddvik till Kalvholmen är för barn 3 € och vuxna 6 €
- gratis med Sportkortet 68+.

Obs!

- Endast kontant betalning.
- Tidtabellen kan påverkas av passagerarmängder och väderförhållanden.
- Turerna till Pentala skärgårdsmuseum inleds först den 16 juni.

SKÄRGÅRDS-
BÅTARNA FÖLJER
NORMAL TIDTABELL
PÅ MIDSOMMAR-
AFTON.

