

Sallan tiedotuslehti 3-2009

www.salla.fi/kotosalla



Kesäinen hetki

Aurinko nousee levätyään hetken
Aloittaa valollaan päivän retken
Amukaste kimmeltää pinnalla lehden
Kuin timantteja maailmaan tehden

Linnutkin ääniään virittää
Pienet sirkat vienoisti sirittää
Kesäinen maailma herää
Tämä kaikki mieleksi kerää

Kukkaset nostavat pänsä hennot
Mehiläiset täyttävät hunajalla kennot
Luonto sinulle kauneutensa näyttää
Osaathan akkusi täyttää

Säilö sydämesi kesäaamun hetki tää
Sieltä se nosta, kun koittaa talvi ja jää
Kesän muistoa mielessäsi kannaa
Sen kylmässä sinua lämmittää anna

Maria

Pääkirjoitus

Ole pienistä hetkistä onnellinen, niistä vain jotka saada vain voit....

Työntäyteinen vuosi on takana ja kesälomat odottavat meitä monia. Olen kuulunut monien päivittelevän kun aika kuluu niin nopeasti, nopeammin kuin ennen. Meillä useimmilla ote elämään on koko ajan suuntautunut huomiseen, tulevaan lomaan ja jonnekin tulevaisuuteen. Tämä päivä tässä jää usein kokematta ja elämättä, elämme sitku-elämää.

Minulla oli tilaisuus toukokuussa pysähtyä hetkeksi miettimään omalla kohdallani elämäni eilisessä, tässä päivässä vai huomiossa, kenties jopa eläkkeelle pääsystä haaveillen. Olimme 16 hengen ryhmänä testaamassa Kenttälammilla miten toimii hyvinvointileiri. En ole ollut koskaan mikään luonto-ihminen, jos olen saanut valita niin aina vaaka on kallistunut hyvän kirjan lukemiseen sisätiloissa. Ulkona on ollut aina liian kylmää, tuulista, kuumaa, sääskiä jne. ja ulkoilu on ollut usein pakon sanelemaa sauvakävelyä, suorittamista. Kenttälammilla kuitenkin pakotin itseni yli mukavuusrajan ja sain huomata, että luonnossa liikkuminen ja oleminen antaa paljon parantavaa ja ehyttävää energiaa, kiitollisuutta elämää kohtaan, joka on ihmisen hyvinvoinnin keskeinen elementti. Leiri pakotti minut pysähtymään, en voinut paeta kirjojen sivuille ja tv-kanaville, oli pakko olla itsensä kanssa. Jokainen meistä vastaa hyvinvoinnistaan, onnellisuudesta suurelta osin itse. Toinen ihminen ei voi antaa tai tuoda hyvinvointia toiselle.

Onnellisuuden rakentamisessa noin puolet on synnynnäistä, geeneissä olevaa taipumusta onnellisuuteen. Noin kymmenen prosenttia tulee ulkoisista tekijöistä esim. rahasta, asuinpaikasta, ammatista. Loppuihin 40 prosenttiin ihminen voi vaikuttaa itse. Jokaisen voi tehdä onnellisuutensa eteen töitä. Onnellinen, hyvinvoiva ihminen näkee vaikeudet vaikeuksina, mutta ei anna niiden lanistaa itseään. Hän erottelee asiat niihin, joihin voi vaikuttaa ja niihin, joihin ei voi vaikuttaa. 16-vuotiaalla pojallani on ranneke, jossa lukee Asenne ratkaisee aina. On paljon asioita, joihin ei voi vaikuttaa. Tällöin on viisainta kehitellä asenne, miten niiden kanssa tulee toimeen.

Jokainen voi tehdä hyvinvointinsa eteen töitä. Luonnossa olemisen ja liikkuminen pysäyttää, on tilaisuus olla tässä ja nyt. Tämän kesän lomamatkaksi suosittelen matkaa omaan elämään, jonka voi hyvin toteuttaa vaikka omassa pihapiirissä hyvin pienin matkakustannuksin. Sille matkalle ei kannata ottaa mukaan elämän huonoja muistoja vaan ne voi jättää suosiolla matkan varrella, koska niille ei voi enää mitään. Tällä lomamatkalla pysähdellään viikon ajan päivittäin kysymään itseltä mistä olen kiitollinen, onnellinen tällä hetkellä. Tällä lomamatkalla päivitetään omaa minäkuvaa kysymällä itseltä missä olen hyvä, millaisia lahjoja ja kykyjä minulla on. Tällä lomamatkalla lähetetään tekstiviesti, kortti tai kirje ihmiselle, joka on tehnyt sinut onnelliseksi ja tällä matkalla sanotaan usein kiitos.

Vain elämää ei sen enempää on kaikki tää, koeta ymmärtää....

Ympäristöministeri Paula Lehtomäki vieraili Sallassa 8.5.2009

Paula Lehtomäki osallistui keskustan eurovaaliehdokkaiden vaalitulaisuuteen S-market Erätulussa. Tilaisuuden jälkeen hän ehti keskustella Sallan kunnan ympäristöasioista kunnan päättäjien kanssa. Kotosalla sai tilaisuuden haastella Paula Lehtomäkeä hetken ennen hänen lähtöään kohti seuraavaa vaalitulaisuutta Kemijärvellä.

Tärkeimpinä ympäristökysymyksiä nyt ja tulevaisuudessa Sallan kunnassa ympäristöministeri koki ilmastonmuutosasiat sekä elinkeinojen yhteensovittamisen ympäristövaikutusten kanssa. Tällä hetkellä etenkin Iso-Pyhätunturi ja Sokli ovat ympäristöministeriön huomion alla.

Ympäristöministeriön yhtenä tehtävänä on suojella kasvi- ja eläinlajeja jotka ovat harvinaistumassa. Luonnonsuojelun keskeisenä tehtävänä on luonnon monimuotoisuuden ylläpitäminen (www.ymparisto.fi).

Lapin tulevaisuuden Paula Lehtomäki näkee matkailussa, joka

hänen näkemyksensä mukaan lisääntyy. Tulevaisuudessa hän näki matkailijoiden liikkuvan enemmän junilla tai enenevässä määrin sähköautoilla. Jotta luonto rasittuisi vähemmän lisääntyvästä matkailusta, Paula Lehtomäki kannattaisi tulevaisuuden Lapin laajempaa rataverkostoa.

Mitä sitten voimme tehdä paremman tulevaisuuden eteen? "Jokainen voi tehdä jotakin, pieniä tekoja. Energian säästöä, jätteiden lajittelua, auton käytön vähentämistä – tämän saman voi tehdä niin kunta kuin jokainen kuntalainenkin. Myös kunnan tekemä kaavoitustyö on tärke-



ää luonnonsuojelutyötä. Kaiken kaikkiaan kestävä arki on päivän sana luonnonsuojelutyössä." sanoo Paula Lehtomäki.

Paula Lehtomäki palaa Sallaan jälleen elokuun 13. tai 14. päivä tutustumaan paremmin kuntaamme.



Sallan kunnan vuoden 2008 tilinpäätös

Kokonaistulos

Sallan kunnan kokonaistulos vuonna 2008 olivat yhteensä 36,4 miljoonaa euroa. Tilinpäätös osoittaa ylijäämää runsaat 1,2 miljoonaa euroa. Koko kuntakonsernin, sisältävät siis kunnan tytäryhtiöt, ylijäämää viime vuodelta oli 1,1 miljoonaa euroa.

Vuosikate

Kunnan tilinpäätöksen vuosikate oli 1,9 miljoonaa euroa. Asukasta kohti laskettuna se on 442 euroa/asukas. Vuosikate asukasta kohti laskettuna on yleisesti käytetty tuloerä ja kiinteistövero. Verotulot kasvoivat edellisvuoteen verrattuna 5,2 %. Suhteellinen kasvu oli suurinta yhteisöverotuotossa, kasvua 9,8 %. Valtionosuuksia toiminnan kulujen kattamiseen kunta sai 15,6 miljoonaa euroa. Valtionosuudet kasvoivat vuositasolla 15,9 %.

Vuosikate oli 281 % poistoista. Kunnan tuloerähoitus on riittävä, jos vuosikate on vähintään siitä vähennettävien poistojen suuruisen. Tuloerähoitus on ylijäämäinen, kun vuosikate ylittää poistot ja alijäämäinen, jos vuosikate jää poistoja pienemmäksi. Poistojen määrä oli tilinpäätöksessä 0,7 miljoonaa euroa.

Päivittävät palvelut

Viime vuoden toimintakate oli 23,9 miljoonaa euroa. Toimintakate on toimintatuottojen

ja – kulujen erotus, joka osoittaa veronmaksajien osuuden toiminnan kuluista. Palvelujen käyttäjien maksuosuutta kuvataan toimintatuottojen prosentiosuutena toimintakuluista. Tämä oli Sallan kunnassa viime vuonna 23,6 % (koko maassa keskimäärin 24,3 %). Toimintatuotot olivat yhteensä 7,4 miljoonaa euroa ja päivittäisten palvelujen tuottamisen toimintamenot 31,3 miljoonaa euroa.

Verotulot ja valtionosuudet

Olellaisia tuloerä Sallan kunnassa ovat valtionosuudet ja verotulot. Verotulokertymä oli viime vuonna 10,5 miljoonaa euroa. Eri verotyyppejä ovat kunnallisvero, yhteisövero ja kiinteistövero. Verotulot kasvoivat edellisvuoteen verrattuna 5,2 %. Suhteellinen kasvu oli suurinta yhteisöverotuotossa, kasvua 9,8 %. Valtionosuuksia toiminnan kulujen kattamiseen kunta sai 15,6 miljoonaa euroa. Valtionosuudet kasvoivat vuositasolla 15,9 %.

Velat

Sallan kunnan lainamäärä oli viime vuoden lopussa 8 miljoonaa euroa. Koko konsernin lainamäärä oli 17 miljoonaa euroa. Kunnan lainamäärä kasvoi vuoden aikana miljoonalla eurolla ja koko

konsernin lainamäärä kasvoi 1,5 miljoonalla eurolla. Kunnan lainakanta on 1846 euroa/asukas. Koko maassa lainakanta oli keskimäärin 1631 euroa/asukas ja Lapin maakunnassa 1972 euroa/asukas. Kuntakonsernin lainakanta on 3954 euroa/asukas. Konsernin velkaantuneisuus alittaa Lapin maakunnan keskimääräisen tason.

Kunnan lainanhoitokate oli 1,2. Lainanhoitokate kertoo kunnan tuloerähoituksen riittävyyden vieraan pääoman korkojen ja lyhennysten maksuun. Tuloerähoitus riittää lainojen hoitoon, jos tunnusluvun arvo on 1 tai suurempi.

Viime vuoden tilinpäätöksen osoittama suhteellinen velkaantuneisuus oli 37,9 %. Tunnusluku kertoo kuinka paljon kunnan käyttötuloista tarvitaan vieraan pääoman takaisinmaksuun. Mitä pienempi tunnusluku on, sitä paremmat mahdollisuudet kunnalla on selviytyä velan takaisinmaksusta tuloerähoituksella. Tunnusluku on kunnassa keskimäärin 42 %:n luokkaa. Tämän alittavat kunnat ovat velkavastuunsa osalta kohtuullisen hyvässä kunnossa.

Taloudellinen kestävyys

Kunnan omavaraisuusaste oli 34,2 %. Alle 50 prosentin omavaraisuutta on kuntataloudessa pidet-

tävä alhaisena. Kaikkien kuntien keskimääräinen omavaraisuusprosentti oli viime vuonna 66.

Henkilöstö ja suurin toimiala

Sallan kunnan palveluksessa on noin 300 vakituista työntekijää ja viranhaltijaa. Määräaikaiset, sijaiset sekä valtion työllistämisyksikön turvin työllistetyt mukaan lukien työvoiman vahvuus on noin 400 henkilöä. Työvoiman poistuma ei ollut kovin suurta, eläkkeelle siirtyi vuoden aikana viisi henkilöä.

Suurin toimiala kunnassa on sosiaali- ja terveystoimi. Sen bruttomenot olivat viime vuonna 15,9 miljoonaa euroa.

Rakentaminen

Sallan kunta investoi vuoden 2008 aikana yhteensä 3,6 miljoonalla eurolla. Suurin kohde oli vanhusten palvelukodin rakentaminen. Lopullisesti talo valmistuu vuoden 2009 kesällä. Tämän ohella suoritettiin kiinteistöjen peruskorjauksia, mm. päiväkotia ja nuorisotalo, sekä yksityisteiden peruskorjauksia ja reittirakentamista.

Asser Posio
kunnankamreeri
asser.posio@salla.fi



Kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakunta

Kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakuntaan kuuluu kokonaisuudessaan myös kirjasto- ja kulttuuri-toimi. Tässä jutussa esittelemme vapaa-aikatoimea.

Vuonna 1997 yhdistettiin liikunta- ja nuorisotoimi vapaa-aikatoimeksi. Kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakunnan tehtävänä on nuorisotyölaissa sekä liikuntalaissa säädetyillä tavoin toteuttaa kunnassa harjoitettavaa nuoriso- ja liikuntatoimintaa. Kunnanvaltuusto

valitsee lautakuntaan yhdeksän (9) jäsentä ja kullekin henkilökohtaisen varajäsenen valtuuston toimikautta vastaavaksi ajaksi. Lautakunnan kokouksissa on aina läsnä kunnanhallituksen edustaja. Hänellä ei ole äänioikeutta, mutta puheoikeus on eli hän voi kertoa mitä mieltä on eri asioista sekä mikä on kunnanhallituksen kanta asiaan. Esittelijänä lautakunnassa toimii liikunta- ja nuorisoasioissa vapaa-aikasihteeri.

Kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakunta

Elsa Selkälä puheenjohtaja, varajäsen Urpo Hautajärvi
Ahti Kantola, varajäsen Jorma Sarivaara
Tenho Eteläaho, varajäsen Kaarlo Hautajärvi
Aulis Uimari, varajäsen Mirjami Uutela
Raija Vaarala, varajäsen Pirjo Arola
Kirsi Salminen, varajäsen Helena Hänninen Hakkarainen
Anna-Maija Yrjänheikki, varajäsen Leena Niemelä
Heimo Sova varapuheenjohtaja, varajäsen Olavi Kurvinen
Leena Lehikoinen, varajäsen Leila Kultanen
Olli Saariniemi, kunnanhallituksen edustaja



Kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakunnan tehtävät TOP 8

1. Seurata kunnassa harjoitettavaa liikunta- ja nuorisotoimintaa sekä tehdä niitä koskevia aloitteita, esityksiä ja lausuntoja.
2. Järjestää liikunta- ja nuorisotoimeen kuuluvaa koulutus-, ohjaus-, tiedotus-, neuvonta- ja valistustoimintaa.
3. Päättää niiden määrärahojen jaosta, jotka kunnan talousarviossa on varattu urheiluseurojen liikuntatoiminnan tukemiseen, paikallisten nuorisoyhdistysten ja muun nuorten itsensä järjestämän nuorisotoiminnan avustamiseen sekä valvoa em. avustusten tarkoituksenmukaista käyttöä ja vaatia niistä tarvittaessa tiliselvityksiä.
4. Toimia yhteistyössä urheiluseurojen, nuorisopolitiikasta vastaavien viranomaisten, nuorisoyhdistysten, muiden nuorisokasvatuksen alalla toimivien yhteisöjen kanssa.
5. Luoda edellytyksiä liikunta- ja nuorisotoiminnalle sekä tukea niitä harjoittavia tahoja.
6. Olla yhteistyössä kunnan muiden toimielinten, yhteisöjen ja oppilaitosten kanssa.
7. Huolehtia hallinnassaan olevien liikuntapaikkojen, -välineiden ja kunnossapitokaluston, nuorisotilojen sekä alueiden taloudellisesta ja tarkoituksenmukaisesta käytöstä ja hoidosta.
8. Järjestää tarvittaessa nuorten kasvua ja kansalaisvalmiuksia edistävää toimintaa ja tarvittaessa erilaista liikuntatoimintaa.



Vapaa-aikatoimi kesällä

Keskeisimpiä kesäajan toimintoja ovat sivukylä toimintapäivät Kursun, Kellosoelan ja Hautajärven kouluilla. Joissa toimintaa järjestetään kunnan kesätyöntekijöiden voimin. Kirkonkylällä vastaavaa toimintaa järjestetään Liinaharjun liikenneleikkipuistossa, jossa pikukävi voi turvallisesti käydä tutustumassa liikennesääntöihin tai pelata erilaisia pelejä ja leikkejä ohjaajan opastuksella. Kesäisin järjestämme viikon mittaisen alkeisuiimakoulun, joka on tarkoitettu 5-7 vuotiaille. Tänä kesänä uimakoulu järjestetään (Tiin) Kylpylä Hotelli Revotussa viikolla 26.

Vaikka Liikuntakeskuksen ohjatut jumput vetäytyvät kesälomille voi kuntoaan ylläpitää maanantaisin klo 18:00 urheilukentällä ohjatussa naisten peli-illassa, jossa tutustutaan erilaisten pallopelien saloihin ja tiistaisin klo 18:00 yläkoululla erilaisten kuntoliikuntamuotojen merkeissä.

Uudistukset

Tänä kesänä toteutettavista rakentamishankkeista suurin on kaksi vuotinen ulkoilureittien rakentamishanke, jonka aikana uudistetaan jo vanhentunutta Sallatunturin koulun ulkoilu- ja kelkkareitistöä yhteensä 14,5 kilometriä. Suunnitelmassa on otettu huomioon kansalaisaloite Tampion asuinalueen yhdysladun tarpeesta

Sallatunturin koulun latuverkostoon. Tätä hanketta rahoittaa Lapin lääninhallitus tänä vuonna 40 000 €.

Urheilukentälle korjataan / uusitaan suoritepaikkoja sekä rakennetaan sisävesat. Tavoitteena on saada kenttä niin hyvään kuntoon, että siellä voi järjestää 5- kunnan yleisurheilukilpailut syyskuussa.

Yhteistyö

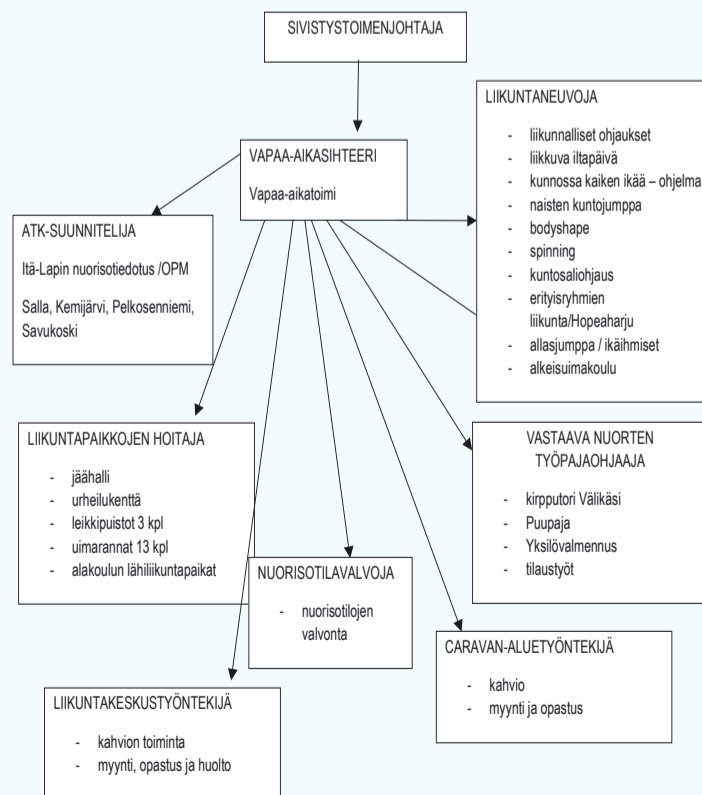
Vapaa-aikatoimen tehtäväkenttä on erittäin laaja ja edellyttää yhteistyötä kunnan eri hallintokuntien, seurojen, yhdistysten, kuntalaisten, muiden kuntien, lääninhallituksen, OPM:n ja monien muiden tahojen kanssa. Taustalla tehtävien hoidossa on aina pyrkimys tarjota tasapuolisesti kaikille kuntalaisille tasokkaita liikunta- ja nuorisopalveluja.

Kommentteja / palautetta

Tapahtumista tiedotamme joka parillinen viikko Kotikympin lehdessä kunta tiedottaa palstalla, Sallan kunnan kotisivuilla (www.salla.fi) sekä lapin nuorisotiedotussivuilla (www.lanuti.fi).

Otamme mielellämme vastaan kuntalaisten ja matkailijoiden kommentteja ja aloitteita, postia voi laittaa sähköisesti etunimi.sukunimi@salla.fi tai perinteisesti osoitteeseen: Vapaa-aikatoimi, Postipolku 3, 98900 Salla.

Toivotamme kaikille hyvää kesää



Vapaa-aikatoimen henkilöstö

Tehtävät

Petteri Salmijärvi
Vapaa-aikasihteeri

Asioiden esittelijä lautakunnassa, vapaa-aikatoimen henkilöstön esimies, tiedottaminen, tapahtumien suunnittelu, vapaa-aikatoimen alaisten projektien hallinnointi sekä kulttuuri- ja vapaa-ajan lautakunnan ja sivistystoimen johtajan määräämät tehtävät

Martti Mattila
Liikuntakeskustyöntekijä

Liikuntakeskuksen toiminnan järjestäminen, toimii hallin esimiehenä ja vastaa kiinteistön ja laitteistojen huolloista sekä turvallisuudesta

Martti Leinonen
Liikuntapaikkojen hoitaja

Vastaa liikuntapaikkojen kunnosta ja turvallisuudesta (Jäähallin urheilukenttäleikkipuistot, uimarannat 13 kpl).

Tarmo Laine
Työpajaohjaaja

Vastaa Työpaja välikäden toiminnan järjestämisestä (kirpputori Välikäsi, puupaja).

Tervo Jukka
Nuorten työpajaohjaaja
(Lääni rahoitteinen)

Ohjaa ja opastaa nuoria elämän hallinnassa

Irene Schroderus
Liikuntaneuvoja

Suunnittelee ja ohjaa liikuntatunteja (spinning, bodyshape, allasjumppa, kuntajumppa)

Hanna Vuomala
ATK-suunnittelija
(Salla, Kemijärvi, Pelkosenniemi, Savukoski)
OPM rahoitteinen

Itä-Lapin nuorisotiedotus sivustojen tekeminen ja päivittäminen

Muistin virkistämiseksi ja tasapainon takaamiseksi

Vapaa-ajantalo Sallansuussa järjestettiin muisti- ja tasapainopäivä 13.5.2009. Paikalle oli tuotu monenlaisia tasapainoiluvälineitä, ja testaajina toimivat Rovaniemen ammattikorkeakoulun toisen vuoden fysioterapiopiskelijät. Muistiasioista luennoi Annika Körkkö Lapin muistihäiriö- ja dementiayhdistyksestä.

Muisti- ja tasapainohäiriöt aiheuttavat maassamme vuosittain lukuisia onnettomuuksia. Jos tasapaino ja muisti eivät ole kunnossa, se rajoittaa omatoimista asumista. Tasapainon ollessa kunnossa lihaksiston muu harjoitus helpottuu.

Tasapaino

Sallansuun tapahtumaan osallistui useita kymmeniä tasapainon kiinnostuneita. Testirata aloitettiin kävelemällä takaperin viivaa pitkin, jonka jälkeen testattava jatkoi matkaansa tuoliteistiin, jossa tarkoitus oli nousta viisi kertaa mahdollisimman nopeasti

tuoilta istumasta. Näiden jälkeen oli vielä tiukka puristus yhden jalan seisontaa. Lopuksi riisuttiin kengät pois ja siirryttiin matolle testaamaan erilaisia tasapainoiluvälineitä. Matolla oli suuria palloja ja mitä moninaisimpia tasapainoilulautoja, joita sai vapaasti testata tarvittaessa avustettuna. Hyvän tasapainon omaava ihminen korjaa kokoajan liikettä huomattomien pienin korjausliikkein, mutta jos tasapaino ei ole kunnossa, korjausliikkeet ovat selvästi havaittavia rajumpia korjausliikkeitä. Tasapaino on kykyä ylläpitää haluttu kehon asento ja estää ei toivotut muutokset siinä. Parhaimmillaan tasapaino on nuoruus- ja keski-iässä, iäkkäämpien ihmisten tulisi harjoittaa tasapainoaan, koska heikko tasapaino ja huono vartalon hallinta lisäävät kaatumisriskiä.

Muisti

Muistiasioista puhumaan tullut Annika Körkkö muistutti, että **höperöityminen ei kuulu normaaliin vanhenemiseen**. Muistissa

kyllä tapahtuu muutoksia vanhemmiten. Normaaliin ikääntymiseen kuuluu tiedonkäsittelyn hidastuminen jolloin uusien asioiden oppiminen käy työlämmäksi ja tahaton mieleenpainaminen heikkenee. Vanhat tiedot ja taidot säilyvät silti hyvin muistissa.

Muisti voi heikentyä monista syistä, esimerkiksi väsymyksestä, kiputiloista, masennuksesta, aistipuutoksista, jännityksestä, lääkkityksestä, nautintoaineista, stressistä ja uupumuksesta.

Muistipulmien hälytysmerkit:

- itse tai omainen ilmaisee huolen henkilön lähimuistiin liittyen, vaikka sosiaalinen toimintakyky säilyy
- muistioire häiritsee arkea tai töitä
- sovitujen tapaamisten unohtelu, epätarkoituksenmukaista terveyspalvelujen käyttöä, vaikeus noudattaa hoito-ohjeita
- vaikeus löytää sanoja tai henkilö käyttää epäasianmukaisia sanoja
- päättely- ja ongelmanratkaisemiskyky heikentynyt
- käsitteellisen ajattelun heikkeneminen esim. taloudellisten asioiden hoitamisen vaikeus
- esineiden katoaminen ja niiden

käyttötavan ja - tarkoituksen ymmärtämisen vaikeus

- mielialamuutokset, ahdistuneisuus ja apaattisuus yhdessä lähimuistin heikkenemisen kanssa
- persoonallisuuden muuttuminen, sekavuus, epäluuloisuus ja pelokkuus
- aloitekyvyn heikkeneminen ja vetäytyminen voivat edeltää muistihäiriötä

Älä jää yksin, jos muistiongelmat vaivaavat mieltäsi. **Muistihäiriö voi olla parannettavissa!** Monenlaiset elintavat vaikuttavat muistin tilaan, ja hyvä terveys ja monipuolinen ruokavalio ylläpitävät hyvää muistia. Sairastumisen tuloa voi siirtää 5 vuodella omilla elintavoilla. Jo keski-iässä kannattaa alkaa pitää muististaan huolta. Muististaan voi pitää huolta hyvällä ravinnolla (esim. kalaa kerran viikossa) ja riittävällä nesteen nauttimisella. Aivojen käyttö lisää niiden terveyttä esim. musiikki, ristikot, lukeminen, laulaminen, marjojen keruu. Sallassa muistihoitajana toimii Arja Pöyliö puh. 0400-158 569.



Fysioterapiopiskelijät neuvoivat tasapainovälineiden käyttöä.



Annika Körkkö ohjasi aivojumppaa yleisölle.



Sallan hyvinvointi-henkilöhahmo

Palstalla tutustutaan Sallassa toimiviin ja työskenteleviin henkilöihin, sekä heidän toimintansa hyvinvoinnin näkökulmasta.

Kuka ja mikä olet, ja mitä työsi tai toimesi järjestössä pitävää sisällään?

Olen Jaana Lassila, kenkäkauppias/postityrittäjä, Sallan Yrittäjien hallituksen jäsen ja Sallan Metsänhoitoyhdistyksen hallituksen varapuheenjohtaja.

Miten hyvinvointi-näkökulma näkyy omassa työskentelyssäsi?

Viihdyn työssäni ja teen töitä iloisella mielellä ja positiivisella asenteella. Työpäivä kuuluu kävellen ja seisten, joten töissä tulee hyötyliikuttua mukavasti.

Millä tavoin edistät henkilökohtaista hyvinvointiasi? Entä lähipiirisi hyvinvointia?

Liikuntaa tulee harrastettua päivittäin; Luonnossa liikkumista, koirien kanssa lenkkeilyä, hiihtämistä ja pyöräilyä. Pieni puuhas-telu ja puutarhanhoito ovat myös lähellä sydäntäni. Perheen kanssa ajanvietto on myös tärkeää. Yhdessä ulkoillaan, mökkeillään, veneillään ja kalastellaan. Joskus hyvinvointi vaatii myös matkustamista esim. mieheni kanssa kahdestaan. Toisiin ympyröihin hetkeksi pääseminen piristää silloin tällöin kummasti. Työporukan kanssa käydään myös silloin tällöin yhdessä liikkumassa tai muutoin virkistytymässä.

Mitkä palvelut tukevat kuntalaisten hyvinvointia, ja mitä oleellisia palveluita puuttuu?

Sallassa on monipuolista tarjontaa. Liikuntamahdollisuuksia, harrasteryhmiä ja kerhotoimintaa löytyy runsaasti. Kirjasto on hyvä. Kulttuuritapahtumia ja muitakin tapahtumia ehkä voisi olla tarjolla hieman enemmän.

Millä keinoilla motivoisit kuntalaisia henkilökohtaiseen ja omaehtoiseen hyvinvoinnin edistämiseen?

Ihmisten tulisi pyrkiä siihen, että heillä on mielekästä teke-mistä. Liikunta ja ulkoilu ovat kaikille tärkeitä. Sosiaalisten suhteiden ylläpidolla on ihmisten

hyvinvoinnissa tärkeä merkitys. Jos sohvalle TV:n ääreen tai tietokoneelle jää, sinne helposti myös jämähtää. Jokaisen tulisi etsiä itselleen tarjonnasta ne harrastusmahdollisuudet, jotka itseään kiinnostavat ja lähteä rohkeasti kokeilemaan. Joskus uuden harrastuksen kokeileminen voi piristää kummasti.

Myös lemmikkieläimillä on mielestäni tärkeä hyvinvoinnilinen tehtävä ihmisten elämässä. Eläimillä on terapeuttinen vaikutus ja niistä on seuraa kaiken ikäisille.

Kenet haastaisit seuraavaksi hyvinvointi-henkilöksi?

Vesa Tennilän Sallan Metsänhoitoyhdistyksestä.



Kuntoile juosten!

Sallan Kansalaisopiston järjestämä kurssi Kuntoile juosten herätti suurta kiinnostusta kuntoilijoiden joukossa. Kurssille ilmoittautui 12 innokasta kuntoilijaa, joista yksitoista pääsi sitten mukaan itse toimintaan. Kansalaisopistolla on tarkoitus jatkossakin järjestää vastaavanlaisia kursseja. Myös tätä Kuntoile juosten kurssia on jo toivottu ensi kevääälle.

Kuntoile juosten kurssi kokoontuu kerran viikossa, neljä kertaa. Eli kurssi on eräänlainen ponnahduslauta aloittaa juoksu kuntoiluun. Ensimmäisellä kerralla käytiin

läpi juoksun perusteita eli tekniikkaa, vaatteista ja kengistä oli juttua, ravinnosta, lihaskuntoharjoittelusta ja vammoista keskusteltiin sekä laskettiin peruskaavalla jokaiselle omat perus- ja vauhtikestävyyssalueet. Eikä ensimmäistä yhteistä lenkkiäkään unohdettu.

Kurssin vetäjä liikuntaneuvoja Irene Schroderus tarkkaili huolellisesti, että jokainen kuntoilija pysyi lenkin aikana omalla peruskestävyyssalueella. Yleinen kommentti olikin, että "onko tosiaan mentävä näin hitaasti". Ja vastaus on KYLLÄ!

Yleensä kun aloittelee juoksemista, yleisin virhe on, että aloittaa liian kovaa eli juoksee liian kovalla vauhdilla. Ja näin juoksuinnostus voi hiipua melko pian. Harjoittele siis juoksemaan omalla peruskestävyyssalueella, sillä kuntoilijan kaita juoksulenkeistä 80-90% tulee olla peruskestävyysharjoituksia.

Oman peruskestävyyssalueen voi helposti määrittää myös ilman sykemittaria. Nyrkkisääntö on, että kun juokset, tiedät olevasi omalla peruskestävyyssalueella, kun "pystyt puhumaan puuskuttamatta" juoksun aikana.

Juoksuharrastus on helppo aloittaa ja sitä on helppo jatkaa aina elämäntavaksi asti. Juoksemaan voit lähteä missä ja milloin vain. Juoksemaan lähtö ei vie aikaa. Riittää, että puett juoksuvarusteet ylle ja lähdet ulos ovesta. Juoksu on tehokkainta liikuntaa, kun ajatellaan energiankulutusta suhteessa aikaan. Tunnin rauhallinen juoksulenkki kuluttaa tuplamäärän kaloreita tunnin kävelyyn verrattuna.

Kokeile ja ihastu juoksuun!

Rapsakka raparperipaistos

Nopea ja helppo

Valmistusaika: 30-60 min
Annoksia 8

Ainekset:
500 g raparperia
1,5 dl fariinisokeria tai ruokosokeria

Pinnalle:
100 g margariinia tai voita
2 dl 4 viljan hiutaleita tai kaurahiutaleita
1 dl sokeria
1 dl vehnäjuhoja
2 tl kanelia
kardemummaa

Leikkaa raparperin varret pieniksi paloiksi ja kaada ne voidellun uunivuon pohjalle. Ripottele päälle sokeria.

Nypi muut ainekset muruiseksi seokseksi ja ripottele se raparperipaloille. Kypsennä 200-asteisessa uunissa puolisen tuntia. Tarjoa jäätelön, kermavaahdon tai vaniljakastikkeen kanssa.

Yritysesittelyssä: Moiporo

Moiporon matkassa kokee kodikkaita elämyksiä. Yritys tarjoaa rentoja retkiä Sal-latunturin ympäristössä sekä reippaita sauvakävelylenkkejä. Reissun jälkeen on mukava istahtaa kodassa, jutella ja nauttia talon antimia.

Viime vuoden lokakuussa perustetun yrityksen toimintaidea on perin yksinkertainen. Ike ja Riitta havaitsivat, että Sallatunturin alueelta puuttuu pieni-muotoista ohjelmaa. Moiporo on suunnitellut mm. eläkeläisille ja nais-ryhmille suunnattuja yksilöllisiä kunnon ja mielenkiinnon mukaisia ohjelmia. Samoin on tarkoitus tarjota myös ulkomalaisille turisteille suomalaista sauvakävelyn opastusta Riitan monipuolista kielitaitoa hyväksikäyttäen.

Ike eli Ilkka Sipilä on lähtöjään Jyväskylästä, mutta käynyt Sallassa jo 25 vuotta. Entisenä hiihdonopettajana hänellä riittää tarinaa Sallasta ja Sallatunturista. Riitta on syntyperäinen helsinkiläinen, koulutukseltaan valtiotieteen kandi. Hän on aiemmin työskennellyt mm. Suomen Pankissa kunnes muutti 1970-luvulla ulkomaille. Hän on asunut mm. Hollannissa, Norjassa ja Saksassa. Suomeen hän muutti takaisin vuonna 1995. Sallassa Riitta on vierailut ensimmäisiä kertoja

jo 1960-luvulla. Pitkän taun jälkeen hän tuli uudestaan 1990-luvun lop-puolella ja ihastui mukavasti kehittyneeseen Sallaan.

Vuonna 2006 täyttyi molempien unelma, kun heidän omakotitalonsa valmistui tunturialueella. Talossa on myös mahdollista majoittaa 2-4 henkilöä. Talon pihapiirissä on kota, jota voi tilauksesta vuokrata esim. perheitten tai yritysten illanviettoihin. Tarjolla on sallalaisia herkkuja: poroa, lammasta, kaloja ja marjoja. Tutut ovat valinneet Iken Sallatunturin parhaaksi letunpaistajaksi. Ruokailun lomassa tarinoidaan ja yrittäjäpariskunta kutsuu mielellään mukaan paikallisia ystäviään esiintymään. Kodassa järjestetään kesällä myös ohjelmallisia iltoja, joista löytyy tietoa tunturin viikko-ohjelmista.

Ike ja Riitta toivottavat sallalaiset ja muualta tulevat asiakkaat tervetulleiksi nauttimaan mukavista hetkistä luonnossa ja kodassa. Ota yhteyttä, suunnitellaan yhdessä! Puh. 050 545 4468.



Voikukkasalaatti

1 pieni salaatti
100g vesikrassia
120g retiisejä
60g nuorten voikukkien lehtiä
4 uutta sipulia
4 rkl silputtua persiljaa
2 rkl omenaviinietikkaa
2 rkl oliiviöljyä
vastajauhettua mustapippuria
(120 g merilevää)

Revi salaatti. Silppua sipulit, vesikrassi, persilja ja hyvin pestyt voikukan lehdet. Sekoita ainekset kulhossa ja mausta pippurilla. Jos käytät merilevää, silppua se ja lisää miedolla lämmöllä kuumentettuun öljyyn. Sekoita silloin tällöin kunnes levä on ruskeaa. Ota pannu liedeltä ja lisää seokseen viinietikka. Kaada salaatin päälle ja sekoita. Huom.! Jollet käytä merilevää, sekoita kastike etikasta ja öljystä kuumentamatta.

Murresanatietous - oppitunti 4

Aiemmat ilmestyneet Kotosalla-lehdissä 2/2007, 3/2007 ja 2/2009.

aattua unohtua pitkäksi aikaa, jääää palaamatta; Nyt se aattu sinne aivan koko päiväksi.

airollinen veneen soutaja

aljo, alijo kesy luonnonvarainen eläin

ampua raanaan haavoittaa

eelläkävijä edelläkävijä

eemmas kauemmas

eltaantunut pilaantunut

eltata lämmittää

hamuta tapailla; mitä hamuat siinä (hevonen), onhan sulla siinä muutaki syömistä.

hantaaki kädensija

hanttapuli epäluotettava

hantuuki käsipyyhe, pyyheliina

hauska tuhlari esim. rahan kanssa

helketti kiro- tai voimasana

hellu heila

hellustella riitata, seurustella

helmattu helkutti, kiro- tai voimasana

hentula hontelo, heikko

hevin helposti, kunnolla; sei siitä hevini lähe, seun niin lujassa

hieroa hangata; Mulla hiero kenkä jalkaa

hinkki maitoaasia

hiuti puhkikulunut

holli sopiva paikka

hopusti kiireesti

hotti varpunen

hotusiini lamppuöljy, petroli

houkka ajattelematon; Mikä houkka sinä olet?

huhjake nuhjake

huminko joutua heitteille

huntalo lapsellinen, vastuuntunnon, ymmärtämätön; Mitäs sinä sitä huntaloa (lasta) kiusaat.

hunteearta mieltää

hupa nopeasti kulua, hauska

hyntteet vaatteet

hyyssikkä ulkokäymälä

hä mitä

hällpääri apulainen; vieläkö siinäki tarvitaan hällpääriä

hääppönen merkitykseltään vähäinen, miltei olematon

häätyy täytyy

häävi vähäpäätäinen, vaatimatton

höpläkynsi kömpelö käsistään, ei pysty pitämään käsissään

hörollään naurutuulella; jopas se ny on hörollähän.

hörestää hiljentää vauhtia

hööli antelias, runsaskätinen, kohtelias

iileillä sadepilvet kerääntyvät

illistellä irostellä

inua kärttää

iroottaa näyttää hampaita; älä iroota siinä. Painu tiehesi.

itteppäinen itseppäinen

jaara pässi

jeetari päivittelysana

jeetari sentään päivittelysana

jolistua vanheta

joron jäljillä huonoilla teillä, heitti-ön seurassa

juhannuskukka kullero

jukevoa jääää paikoilleen

jurovoa jääää paikalleen

jyllätä jyristä; mikä sen nyp pani tähän jylläämähän (ukkonen).

jystää jylmätä; alkaa jylmäkkö siinä sängyssa (lapset).

jöö järjestys

kahaveri kylmäkomero

kalsu tylsä kirves

karertua suuttua, raivostua

karjua huutaa; älä karju siinä, vaan heitä pois

kartano piha

karutsa kumi; sillä on karutsapahjaset kengäkki

kasota kasvaa; kyllä ne heinää kasos ne jokivarret

kesäyä hapaantua, lievästi pilaantua

ketunmultamaa kuiva hiesukangas

kihveli, kihveli rikkalapio

kiirata hoputtaa

kimmottelee kirmailee; annahan vähän sielä ulkona kimmottelee (hevonen).

kipakka nopea (lähtö); kyllä sillä saa kipakat lähdöt (porolla).

kipene pieni, vähän

kirvata kirotta

kiskoopi iiliä nousee sade

kohva jäähyttely; siinon niin pak-susti kahvaa ettei siitä pääse yli.

kolttonen kiusanteko

komisko ontto jää; älä aja siihen seun komiskolla. Voit puota siihen

kompiainen makeinen

kooli pesuvati

kopara (poron) jalka; huolikko sinä koparoita keittoosi?

kopasta tekaista; pianhan se näistä kopasee.

kopillaan pystyssä, ehjä; vieläkö se asentolato on siellä Alajoella on kopillaan.?

kopsa tuohitölkki; sielä kopsassa on sitä suolaa

kapsahtaa kaulaan halata

korppu tapaturma, vahinko; olipa vähällä tulla korput

korttaa närästä, rintaa korventaa

kortto paholainen, pahahenki, kiro-sana; mikä kortto seun vieny.

koso kylmä, viileä ilma; ompa ny koso ilma.

kosti viemiset, tuliaiset vastasyntyneelle; olikko sinä vieny kostia sille Maijalle (lapsiäidille).

kostua hyötyä, saada; yritti se kyllä, mutta ei se sillä mitään kostunut.

kouho vouhottaja, vähän hullu kuikelo laiha

kuikuilla katsella, tiirata

kujuilla vetelehtiä; seku häntä kujuilee – muuta ei tee.

kukko vehnäpitko

kullata etsiä keitosta parhaat palat

kupata hidastella, kuhnata, värkätä

kuppelehtia kellua pinnalla; siellähän se kuppelehtii.

kurenauha kuminauha

kursia ommella

kurva pahamaineinen nainen; on se kuulemma silläki muuan kurva

kuu ihra, rasva; ei sillä punaisella (overellä) miksikähän tule, ota kuutaki.

kuvatus pahahenki; mene pois kuvatus siitä!

kylymä pystyy palelee

kähveltää pihistää, ottaa salaa

kälämi kiero

kärkäs ärtyinen, paha suuttumaan; sen kans on niin vaikia puhuva, kun seun niin kärkäs.

kärväs kertyisä

kässehtää liikkua verkkaisesti; siinä se nyt kässehtää koko päivän, eikä juovu matkahan.

köhä yskä; saimpa siinä sellaisen köhän, ettei se lähe enää koskahan.

köppänä vähä-älyinen harmittomalla tavalla

kötöstys huono sidos; huonosti tehty työ; ei tuo kötöstys piijä.

laahinki panos; pane sinä laahinki pyssyhyn ku lähet oaanimahan.

laakin lyömä halvaantunut

laavi kirjan lehti

lakija säyseä; seun nill lakija, ettei se tee kellekkähän mitään.

lankauva tylsyä, väsyä; äh, taisipa se vähän lankauva.

laponen haravalla kasattu pienehkö heinäkas

laskisankko jätesanko, likasanko

lastata pitää huonompana, halveksia

lavastaa kertoa värittäen

liehka tulenloimu; älä mene siihen. Siinä käy kova liehka.

lientää vetäytyä (ohueen) pilveen; kun itä tuulee ja länsi lientää, niin saje siitä tulepi.

lieska tulenloimu

lipposet kesäkengät

liuvata kulkea paikasta toiseen vailla vastuuta

TAPAHTUMAKALENTERI- KESÄ 2009		
AIKA	PAIKKA	TAPAHTUMA
20.06	Morottajan Esu	Tanssit : Tanssikaraoke Hurmurit ja Mika Niskala
22.06	Poropuisto	Keskityön auringon patikkaviikko
24.06 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
26.06	Kursun kylätalo	Karaoketanssit
27.06	Morottajan Esu	Tanssit: Levottomat
01.07 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
04.07	Vallovaaran lava	Tanssit- Milestone ja Marko-Juhani Group
06.07	Salla	Musiikkileiri
08.07 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
10.07 klo 19-22	Sallan jäähalli	Musiikkileirin päätöskonsertti ja Absoluuttinen nollapiste, liput 5€
11.07	Kursun kylätalo	Karaoketanssit
13.07	Sallansuu	Sallan taideseuran näyttely
15.07	Hautajärvi	Hautajärvipäivä
15.07 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
17.07	Kotalan museokatos	Päreenveistonäytös
17.07 klo 18	Sallatunturin koulu	Näytelmäryhmä Sallansuut ensi-ilta: Paluumuuttaja, Liput 10€
18.07	Vallovaaran lava	Heinärieha: Eero Aven
18.07	Morottajan Esu	Tanssit: Eero Magga ja Jupiter
18.07	Karhujärvi	Karhujärven kyläilta
18.07	Saija	Maailmojen väliset petankkisat
19.07 klo 10	Salla	Salla-päivät toritapahtuma
19.07	Sallatunturin koulu	Näytelmäryhmä Sallansuut: Paluumuuttaja, liput 10€

22.07 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
25.07	Kursun kylätalo	Kursun koiramarkkinat
25.07 klo 10	Lähtö: Kursujärven Kurkilahdesta	Soutukilpailu
25.07	Vallovaaran lava	Tanssit: Arja Havakka
25.07	Morottajan Esu	Tanssit: Tanssiorkesteri Tuovila
29.07 klo 18-20	Kursun kylätalo	Bingoilta
01.08 klo 12	Lähtö: Tuurakosken niska	Koskenlaskukilpailu
01.08 klo 19	Kursun kylätalo	100-vuotis tanssiaiskonsertti, Tanen Karaoke ja solisteina Riitta Keinänen-Korpela ja Kari Korpela
01.08	Vallovaaran lava	Lavatanssit: Roselt
01.08	Morottajan Esu	Tanssit: Jari Kujala & Jupiter & Helena
08.08	Morottajan Esu	Tanssit: Taikayö
15.08	Morottajan Esu	Tanssit: Taskumatti

Oikeudet muutoksiin pidätetään. Päivitettyä tietoa tapahtumista www.salla.fi tai p.0400-256711 tai p. 0400-927890

Hyvää kesää!

Ylioppilaaksi aikuislinjalta



Sallan kunnassa on ollut mahdollisuus suorittaa ilta-opiskeluna lukion oppiaineita jo vuodesta 2004. Mukana on ollut vuosien saatossa kymmenkunta opiskelijaa. Tänä vuonna iltaopintoina ylioppilaaksi kirjoitti Sallan kunnan terveys- ja sosiaalityötoimiston etuuskäsittelijänä työskentelevä Tuija Kantola.

Tuijan perheeseen kuuluu aviopuoliso Jarin lisäksi kolme tyttöä. Tytöistä vanhin kirjoitti ylioppilaaksi vuonna 2008. Hän opiskelee tällä hetkellä Oulun yliopistossa suomen kieltä. Keskimäinen kirjoittaa todennäköisesti ensi vuonna ja nuorimmainen on vielä peruskoulussa. Perhe on myös kunnostanut kotiaan, johon he ovat muuttaneet vuonna 1997.

Tuijalla on työnteon ohella siis riittänyt arkista touhua, mutta aikaa on jäänyt vielä opiskeluunkin. Opinnot lukion aikuislinjalta hän aloitti vuonna 2004.

Aikuisopiskelijat voivat valita lukion kurssitarjottimelta itselleen sopivat lukuaineet, joita voi suorittaa omaan tahtiin. Kurssiin kuuluu noin kuusi kokoontumista, joiden aikataulua voi suunnitella opettajien kanssa. Joustoa löytyy, sillä kurssit voidaan käydä oppilasryhmän oman aikataulun mukaan.

Osa iltalukion oppilaista haluaa suorittaa vain tiettyjä lukuaineita esim. kieliä (englanti, ruotsi, saksa ja venäjä) eivätkä halua kirjoittaa ylioppilaaksi ollenkaan. Osa taas on suorittanut jo yo-tutkinnon, mutta haluavat päivittää tietojensa. Lukioon oppilaaksi ilmoitetaan syksyllä, pääsyvaatimuksia ei ole.

Aikuisopiskelijat opiskelevat omana ryhmänään, mutta joitakin nuorisopiskelijoita osallistuu kursseille joskus mukaan. Lisäksi

opiskelu on lähes ilmaista, sillä kurssimaksua ei ole. Ainoastaan kirjat ja muut oppivälineet on hankittava itse. Itse ylioppilaskirjoituksista peritään noin 100 euroa riippuen valittavien aineiden määrästä. Tuija käytti tyttärensä vanhoja kirjoja ja osan aineistosta hän lainasi koulun kirjastosta.

Lukion kurssien opiskeluun voi käyttää useampiakin vuosia kuin neljä. Sen sijaan kirjoitukset on suoritettava kolmen lukukauden aikana eli 1,5 vuoden sisään. Tuijan mielestä kirjoitukset eivät olleet rankat. Kysymykset olivat sellaisia, että asia piti olla sisäistettynä. Kirjoituksiin Tuija valmistautui lukemalla kaikki kurssikirjat sekä edellisten vuosien ylioppilas kokeita.

Tuijan mielestä Sallan iltalukion opetus on laadukasta ja erityisen hyvää on se kun saa parantaa yleissivistystään omalla kotipaikakunnalla.

Eikä sekään ei ole mahdotonta, että Tuija jonakin päivänä päättää jatkaa opintojaan yliopistossa.

Sallan lukiossa voit opiskella myös aikuislinjalta.

Tällöin voit

- suorittaa yo-tutkinnon,
- jatkaa kesken jääneitä opintoja tai
- opiskella erillisiä aineopintoja.

Yo-tutkinto on 44-48 kurssia.

Lähiopetustunnit painottuvat ilta-aikaan ja osan opinnoista voi suorittaa myös etä-, verkko- tai itsenäisinä opintosuorituksina.

Jokaiselle opiskelijalle laaditaan henkilökohtainen opintosuunnitelma.

www.peda.net/veraaja/salla/yalukio

Työniloa ja hyötyliikuntaa

Hirvasvaaran Erän jäsenten talkoohenki on virinnyt kiittävästi usean vuoden hiljaisemman elon jälkeen. Syksyllä raivattiin pusikoitunut Oulankajoen ranta ja kaunis jokimaisema tulee nyt esille Hirvasvaaralta Sallaan päin kuljettaessa. Keväällä huhtikuun lopulla taas talkoitiin koululla.

Vanhat kyläkoulut näyttävät edelleenkin merkittävää osaa kylän elämässä. Niin myös Hirvasvaarallakin, jossa varsinainen koulutoiminta loppui 2000 luvun alussa. Mikko Muikku osti koulun ja samalla lapsuuskotinsa käyttöönsä kunnalta ja hänen vanhempansa Eva ja Heikki Muikku asuvat edelleen kiinteistössä.

Vanha lämmitysjärjestelmä vaatii suuren määrän puuta lämmit-

tykseen, ja halkojen sahaamiseen ja pilkkomiseen kuluukin aikaa keväisin useita viikkoja.

Koulu on ollut kyläläisten käytössä lukuisien kokousten ja tilaisuuksien pitopaikkana kaikki koulutoiminnan loppumisen jälkeisetkin vuodet. Kalastuskunnat, vesiosuuskunta, metsänhoitoon liittyvät kokoukset, metsästyseuran kokoukset ja lukuisat muut tilaisuudet on saatu viettää tutuissa koulun tiloissa. Vuosittain järjestettävät hirvipeijaiset ovat koko kylän yhteinen iloinen tapahtuma ja Erän jäsenet halusikin omalta osaltaan kiittää koulun nykyistä omistajaa myönteisestä suhtautumisesta tilojen käyttöön sahaamalla kaksi rekkakuormallista koivuja polttopuuksi.



Sallaan muuttaneet Doungjai Tapio

Doungjai jota tuttavat kutsuvat Jaiksi on syntynyt Aranyaprathen kaupungissa Thaimaassa seitsemän lapsisen perheen esikoiseksi. Jai on omaa sukua Vongphunga. Aranyaprathet sijaitsee sisämaassa Thaimaan rajalla, jossa vilkkaasti liikennöity valtatie johtaa Kambodzhaan.

Thaimaan ilmasto on trooppinen ja suomalaiset lomailevat yleensä Thaimaassa sen talvikaudella (lokakuu-huhtikuu). Kesäkaudella Thaimaassa on sadekausi ja etelä-Thaimaassa ilma on liian paahtava meille suomalaisille.

Thaimaassa lomamatkalla ollut Antti-Pekka Tapio tutustui Jaihin Phuketissa vuonna 2004. Jai työskenteli tuolloin koru- ja kosmetiikkamyymälänä ja parturi-kampaajana. Thaimaassa on tavallista tehdä useampaa kuin yhtä työtä.

Pariskunta meni naimisiin vuonna 2005 Thaimaassa. Juhlissa oli 200 vierasta. Thaimaassa tapana on maksaa morsiamesta vanhemmille. Jaikin oli elänyt omillaan jo vuosia, mutta silti hänen mentyään naimisiin sulhasen oli maksettava hänestä 200 000 bahtia eli noin 2000 euroa.

Sulhanen sai vastalahjaksi tontin Aranyaprathetista jonne pariskunta aikoo rakentaa talon ja muuttaa vielä jonakin päivänä asumaan.

Vuonna 2006 pariskunta muutti Suomeen jossa järjestettiin uudet häät suomalaisittain, vieraita saapui juhliin tällä kertaa 50.

Jai on viihtynyt Sallassa hyvin. Suomen kielen opiskelu on hänestä vaikeaa. Ensimmäisen kerran hän opiskeli Suomea Rovaniemellä Rovala-opistossa ja nyt maahanmuuttajien kotouttamiskoulutuksessa Sallassa. Tulevaisuudenhaaveena hänellä on myydä thaimalaisia koruja- ja kosmetiikkaa Suomessa. Lisäksi hän suunnittelee kauniita koruja ja kukka-asetelmia joita voisi tehdä tilauksesta.

Suomen luonto on ollut yllätyksiä täynnä Jaille. Ensimmäisen kerran kun hän näki lumisateen, hän tanssi sateessa. Kesän valoisat yöt aiheuttivat hänelle ensi alkuun unettomuutta ja saunassa hän ei aluksi osannut rentoutua. Mutta nykyään Jai nukkuu kesäisin yöt hyvin ja saunominenkin alkaa tuntua mukavalta puuhalta.

Hyvä tietää Thaimaasta

Väestö	65,4 miljoonaa
Pinta-ala	514 000 km ²
Valuutta	Baht
Uskonto	Buddhalaisia 94 % muslimeja 4 % konfutselaisia, kristittyjä ja muita 2 %.
Kieli	Mm. thain eri murteet, kiinan eri murteet, malaiji, khmer.

Tiesitkö, että...

Riisi on thaimalaisen keittiön kulmakivi. Lisäksi sillä on hengellinen merkitys. Riisinjyvät sisältävät hengen ("khwan"), ja hyvän riisisadon varmistamiseksi maanviljelijät rukoilevat riisinjumalalta. Rachasap on erityinen kieli, jota käytetään ainoastaan Thaimaan kuninkaallisia puhutellessa.

Nimi Phuket juontaa juurensa malaijinkielen sanasta bukit, joka tarkoittaa kukkulaa. Saaren kumpuilevissa sisäosissa käydessä ymmärtää miksi.

Naula, muna ja koiranpentu ovat joitakin mielikuvituksellisia nimiä, joita on annettu Phang Ngan lahden kuuluisille kallioille. lähde: www.finnmatkat.fi



Iloista talkootunnelmaa halkopinojen keskellä

Salmivaara Kylä vaarojen kainalossa - helmi Sallan sydämessä

Ajatpa Kemijärveltä Sallaan tai päin vastoin, sinulta jää näkemättä Sallan kaunein kylä, jos ohitat Salmivaaran kyltin kääntymättä kylään.

Salmivaara on vaarojen ja vesistöjen kylä, jota ympäröivät Kukura, Ukero ja Souruvaara. Keskellä kylää sijaitsee kaksi järveä, Kotijärvi ja Koulujärvi. Salmijoki virtaa kylän läpi, Käsmäjoki kylän pohjoispuolella.

Kylämaisema on säilynyt siistinä ja elävännäköisenä asuttujen talojen ja viljeltyjen peltojen ansiosta.

Salmivaara on vanha kylä, jossa tiivis asutus on keskittynyt Kotijärven ympärille, kylän keskellä kohoavaan vaaraan ja näiden lähistölle. Kyläalueeseen kuuluvat myös Paikanselkä, Sokka ja Laki-jänkä. Kylässä on noin 80 asuttua taloa ja noin 170 asukasta. Mökki-käytössä on noin 30 rakennusta.

"Ei uusia mekkoja"

Salmivaara on vaarojen ja vesistöjen ansiosta ilmastoltaan suotuisaa seutua. Salmivaaraa ympäröivät vaarat ja järvet aiheuttavat sen, että sadekuurot kiertävät usein kylän. Esimerkiksi kesä 2003 oli Sallassa virallisesti sateinen, mutta Salmivaarassa oli viljelyksille liiankin kuivaa. Sade-määrät ovat kuurosateisina kesinä hyvin erilaiset Salmivaarassa ja esimerkiksi kuntakeskuksessa. Olisiko Salmivaara ollut ilmastoltaan parempi paikka kirkonkylälle? Melkein sellainen siitä tuli

sotien jälkeen, kun kunnassa pohdittiin, perustetaanko uusi kirkonkylä Märkäjärvelle, Kursuun vai Salmivaaraan.

Kirkonkylän paikasta järjestettiin äänestys. Salmivaaran emännät päättivät yksissä tuumin äänestää Märkäjärveä, koska kirkonkyläläisenä pitäisi hankkia monta uutta mekkoa ja kirkkovaatetta. Ja nuorisokin voisi joutua kylään kohoavien kahviloiden myötä huonoille teille.

Kyläpäivä 17.7.

Menneinä aikoina talkootoiminta yhdisti kyläläisiä, mutta nykyisin se on hiipunut. Kylää vaivaa yhteisten toimintojen puute.

Mistä lämpimän yhteishengen löytäisi uudelleen? Virittysikö se uudelleen pienten tapahtumien ja jokaisen asukkaan osallistumisen myötä. Väen vanhetessa olisi hyvä vahvistaa myös naapureista välittämisen henkeä.

Kyläyhdistys on järjestänyt kyläpäivät kahtena kesänä Jari Pohtilan maataloushallissa. Päivä on saanut suuren suosion, ja nykyiset ja entiset kyläläiset kokoontuvat samaan pihapiiriin tänäkin vuonna perjantaina 17.7.

Komeat maisemat Kukkurasta

Kylässä sijaitsevan jyrkän Kukura-vaaran laelle kulkee patikkapolku. Kyläläiset ovat perinteisesti kokoontuneet vaaran laelle viettämään juhannusta. Talkoilla rakennettu laavu on yleisessä käytössä, ja vaaran laelta Suomu-

tunturille saakka avautuvaa maisemaa voi ihailia näköalatornista. Reitti on merkitty puihin keltaisiin maalimerkein. Matkaa huipulle on noin 1,5 kilometriä. Polku lähtee Vanhatien päästä puhelinmaston juurelta.

Toinen suosittu paikka kylällä on uimaranta Koulujärven rannassa. Kyläyhdistys kunnosti rantaa ja teki sinne pöydän ja penkit talkoilla toukokuussa.

Kylään tutustuvan kannattaa käydä myös Salmijoen kurussa. Jykevien kalliuseinämien reunustaman kurun pohjalla virtaa louhikkoinen, puromainen Salmijoki. Kurun rinteet kasvavat komeaa vanhaa metsää. Puronvarren lehtokorpien ja kalliopahtojen kasvilisuus on monimuotoista. Salmijoen kurussa on laavu, jossa voi pysähtyä puron varrelle levähtämään.

Tulistelu paikka on myös Palomukan mutterikodassa Käsmäjoen rannalla.

Salmivaarassa on monenlaista yritystoimintaa, kuten Kari Hartikaisen Länsi-Lapin Sähkö Oy ja Tilitoimi Jurmu Ky sekä metsäkoneurakoitsija Törmänen. Jari Pohtila kasvattaa perunatilallaan lähinnä puikulaa ja myös pyöreää perunaa seudun kauppoihin ja yksityisille. PP Poroppi Ky:ssä paloitellaan ja jalostetaan poron- ja lampaanlihaa. Metsätutkimuslaitoksen toimipaikka sijaitsee kylän entisellä koululla, joten kylässä luotetaan puuhun, puikulaan ja poroon.



Hedelmäpuut menestyvät Jorma Ulkuniemen puutarhassa



Omenapuut leikataan keväällä. Kuvassa Rautatie-omenapuu.

Salmivaaralainen Jorma Ulkuniemi on osoittanut, että omenapuut voivat menestyä muuallakin kuin Kajaani-Oulu -linjan eteläpuolella. Hänellä kasvaa puutarhassaan Salmivaarassa yli sadan omenapuun lisäksi muiden muassa päärynä- ja kirsikkapuita sekä kasvihuoneessa viinirypäleitä.

Pohjoiseen sopivat, useimmiten venäläistä ja kanadalaista alkuperää olevat lajikkeet hän on löytänyt kokeilemalla.

- On haastavaa löytää lajike, joka kestää talven, tulee aikaisin ja jonka hedelmät vielä maistuvat hyvältä, Ulkuniemi sanoo.

Toki jokin puu, kuten kiiltävälehtinen Olga-päärynäpuu, on hyvä koristeenaikin, vaikka sen tuottamia hedelmiä syödessä alkaisikin vesi valua silmistä.

Menneinä aikoina Suomeen on tuotu lähinnä rannikkoseuduilla menestyviä hedelmäpuulajikkeita. Maailmassa on kuitenkin oloja kestäviä hedelmäpuita. Niitä Ulkuniemi on hankkinut usein ystävänsä Mikko Nissisen avulla.

- Lappiin sopivia omenalajikkeita ovat Dolgo, Rescue, Ersta

ja Pirja, Ulkuniemi luettelee. Joitakin Suomessa yleisiä lajikkeita, kuten Kaneliomenaa, ei kannata yrittääkään kasvattaa pohjoisessa. Ulkuniemellä on puutarhassaan noin 70 omenalajiketta.

Lajike ja kasvupaikka tärkeät

Ulkuniemen puutarhasta omenainnostonus on levinnyt muuallekin Lappiin. Bussilasteittain kiinnostuneita on käynyt tutustumassa puutarhaan, ja nyt Lapissa kasvaa suotuisilla kasvupaikoilla jo satoja omena- ja päärynäpuita.

Millä tahansa paikalla hedelmäpuut eivät pohjoisessa menesty.

- Hedelmäpuut tulee istuttaa suojaisalle paikalle etelärinteelle, vettä läpäisevälle maalle, jatkuvilta tuulilta suojaisalle paikalle. On hyvä, jos kasvit saavat suojaa rakennuksista, Ulkuniemi opastaa. Vesistöjen lähistöllä ilmasto on usein suotuisa.

Perusmaahan sekoitettu puutarhamulta riittää lannoitteeksi, vahvaa lannoitetta ei saa laittaa.

Omenapuita täytyy olla vähintään kaksi pölytyksen onnistumiseksi, ja niiden täytyy olla eri lajikkeita.

- Hyvä pölyttäjä on esimerkiksi Kultainen Kitaika, jossa on makeat keltaiset pikkumenat, Ulkuniemi kertoo.

Hänen talonsa sijainti Salmivaaran Ylävaarassa ei voisi juuri olla parempi. Puutarha on korkean vaaran kupeessa länsi-etelärinteessä, ja Kukkuravaara suojaa sitä pohjoisen tuulilta.

Puutarha kukoistaa pitkäaikaisen harrastamisen tuloksena. Onnistumiset ovat syntyneet monien kokeilujen kautta.

Ulkuniemi kiinnostui kasveista ja puutarhanhoidosta jo lapsena Isoaavalla. Sotien jälkeen perustettu asutustila kuitenkin sijaitsi niin hallaisella paikalla, että pojan istuttamat omenapuut sinnittelivät elossa vain muutamia vuosia.

Ulkuniemi toimii marketpäällikkönä S-market Erätulussa. Hän toteaa, että puutarhaharrastus on hyvää vastapainoa työlle.

Tänä vuonna Ulkuniemelle on tullut kolme uutta viinirypälelajiketta. Viinirypäleet eivät ainaakaan vielä menesty Salmivaaran rinteillä, vaan ne kasvavat viherhuoneessa, samoin kuin persikat ja lummut.

Sallatunturin koulun päättäjaisjuhla ja ylioppilasjuhlat 2009



Kotosallan lempipaikkoja Sallassa. Käy kokemassa!



1. Lassenlenkki

Hiki pintaan reitillä, joka sopii niin lapsille kuin aikuisillekin. Nimi juontuu Lasse Virenistä, joka aikanaan juoksi kyseistä lenkkiä.



2. Kukkura

Kukkura on vaara, joka sijaitsee Salmivaaran kylässä. Laelta maisemat ovat upeat.

Kuva: Terttu Pohjola



5. Naruskan pirunkirkko

Mystiikkaa ja pakanallista menoa, enemmän uskomuksia kuin tietoa liittyy UKK-reitin varrella sijaitsevaan näyttävään kiviröykkiöön. Jollei tämä ruskeaa louhikkoa oleva muodostelma ole muinainen palvospaikka, niin mikä sitten.



9. Tuntsan erämaa - murahaara

Sallan pohjoisosassa Tuntsan erämaassa on erämaakämppä, murahaara, jossa on vuosisatoja puhuttu kummittelevan. Kämpän vieraskirjaan on raapustettu varoituksia yöpyjille yön pimeimpään aikaan ilmestyvistä kummituksista.



12. Onkamo

Kylä sijaitsee kunnan itärajalla, 9 kilometriä pitkän Onkamojärven rannalla. Osa järvestä on Venäjän puolella. Järnessä on 22 saarta.

Kuva: Mikko Aho



14. Aatsingin hauta

Noin 20 kilometriä pitkä Aatsinginhauta Sallatunturin itäpuolella on hyvä esimerkki kivilajien erilaisesta kulutuskestävyydestä. Aatsinginhauta on syntynyt, kun vuosimiljoonien aikana eroosio ja jääkausien kulutus kuluttivat ja uursivat nykyisen rotkolaakson. Aatsinginhaudan kohdalla olleet kerrostuneet kivilajit eli sedimenttikivet ovat kestäneet kulutusta huomattavasti enemmän kuin ympäröivien alueiden vulkaniitit eli tulivuoritoiminnan seurauksena syntyneet kivilajit. Aatsinginhaudan pohjalla olevan Sotkajärven pinnan ja rotkoa reunustavan korkeimman vaaran, Petservaaran, välinen korkeusero on yli 250 metriä.



15. Oulankajoki-varren hiidenkirnut

Aholanvaarasta löytyvät Suomen suurimmat hiidenkirnut, joista yksi lukeutuu maailman kolmen suurimman joukkoon. Hiidenkirnuille pääsee patikoimalla 4,4 km polkua pitkin.



4. Salmijoen kuru

Salmijoen kuru on jäätikön pohjalla virranneen jäätikköjoen kuluttama kuru. Jykevien kallioseinämien reunustaman kurun pohjalla virtaa louhikkoinen, puromainen Salmijoki. Kurulle johtaa Salla–Kemijärvi -tieltä metsäautotie ja sen päästä merkitty reitti. Kuruun voi myös patikoida suoraan Sallatunturista merkittyä vaellusreittiä pitkin.

10. Vallovaaran laki ja patikkareitti

Vallovaaran laella sijaitsee Ilmarinen-kota ja näköalatorni. Kesäisin pääsee autolla soratietä pitkin. Sallan keskustasta Savukosken suuntaan n. 1 km. Vasemmalle Ahvenseläntielle. n. 10 km kuluttua oikealle lavantie. 2 km ja oikealle. 2,5 km ja vasemmalle. Ajetaan laelle n. 1 km.

11. Kotijärven maisema

Kursun kotoisa rantapaikka.



Kuva: Erkki Vuorela

13. Paloperä

Paloperän Kivelän, Uusikujan ja Kujalan rakennusryhmä on Sallan laajin yhtenäinen vanhaa talonpoikaisrakentamista edustava kokonaisuus. Rakennuksista vanhin on Kivelän 1688 rakennettu kala-aitta.

3. Marjavaaran lenkki

Marjavaaran metsätie on soratie, joka alkaa kylältä ja päättyy Tunturiin. Matkan varrella kannattaa poiketa pienille kalapaikoille, näköalatornille tai vaikka vain kuuntelemaan ukkoteerien soidin menoja.

7. Jaurutunturin palotorni ja maja

Tunturi sijaitsee Pahkakummussa. Jaurutunturi on liian jyrkkä ollakseen rakentamiskelpoinen, sen päällä on palovartijan käytössä aikoinaan olleet palotorni ja maja.

8. Upinlammen esterata

Ulkoilukohde, joka sopii koko perheelle on Sallatunturiin Poropuiston Upinlammelle rakennettu seikkailuareena. Seikkailua varten areenalla on kiipeilyteline, tasapainopuomit, liukuvaijeri, esterata ja apinasilta suon yli.



6. Isäntä Matin museo

Museo on perustettu vuonna 1948 tehtyyn Talsalan taloon, jonka ovat rakentaneet Edla ja Matti Niemelä maatalousseurojen keskusliiton typpi-piiruksien mukaan.

Museossa esitellään sallaista elämää 1950-luvulta.

Isäntä Matin jälleenrakennusmuseumo on rakennettu entiseen navettarakennukseen vuonna 2002.

Seinät on salvattu sahatuista mäntytukeista ja nurkissa on lukkoliitokset.

Sisäpuolelta seinät on veistetty kirveellä ja niitä ei ole käsitelty millään aineilla. Kuusilautalattia on käsitelty pellavaöljyllä. Entinen navetta oli rakennettu v. 1949 samalla tavalla.

Hevostallin paikalla on nykyisin keittiö ja saiteettitilat.

Heinäladossa on esillä hevosen valjaita, talossa tarvittuja työkaluja, kalastusvälineitä ja vanhoja astioita.

Porstuvassa on maidon käsittelyssä tarvittuja esineitä.

Sallapäivillä 19.7.2009 mukana



CHRISTER'S TIVOLI
www.christerstivoli.fi

AVOINNA 17.-19.7.
PE 16.00-
LA 12.00-
SU 10.00-18.00



www.paavolaine.com



Alkuperäiset
Taideteokset

Oheistuotteet:
pörrasharjat
mattoharjat
ovikyllät
avainkaapit
voivelsat
kortit
painokuvat

TAIDETUOTE LAINE

**EEMELIN EVÄÄT JA
INKERIN RINKELIT**

**100 % taikinajuuri ruisleipä
täysjyväleipä
ym. leivonnaiset**

Allergiavapaa puuvillanarumatto,
laadukkaita mattoja sopuhintaan.

YLITALON MATTOKUTOMO

Tarjolla ihmeellistä
TEHOLIIMAA
Sallapäivillä

T: Kemin Jokke

KYMPPIHEIKKI
Uusimmat Lapin levyt
mm. Souvarit Kultamaan Lauluja

www.kymppiheikki.com

Pekan Candycar
**Tuoretta suomalaista
täytelakritsaa**

Sotkamon täyssäilyke

**Suomessa uutta
riista- ja lohilevitteet**

- Tule maistelemaan -

Paljon enemmän kuin kenkäkauppa!

Kunnon kengillä kuivin jaloin!



Karhu vaelluskengät
vesitiivis kalvo
59,00 €



Kevyet ja kestävät
Sievi kevytsaappaat
alk. 59,90 €

Meiltä aidot Crocsit ja muoviset jäljitelmät
45,00 €/pari 10,00 €/pari

**Hyvät valikoimat matk-
laukkuja, käsilaukkuja,
reppuja, lompakoita...**



Meiltä myös sukkaa, päähineitä, vauvojen
ja varttuneempienkin vaatteita,
postikortteja, adresseja...

Enemmän kuin kenkäkauppa
Jaanan Kenkä
Myllytie 2, 98900 Salla
Puh. 0400 305 448
Palvelemme: ma-pe 10-18, la 10-13

MEILLÄ MYÖS
posti

**Nyt Sallapäivillä laadukasta
Colosé-kosmetiikkaa**

- koko perheelle shampoista jalkavoiteisiin
- sveitsiläisiä korkealaatuisia tuotteita
- iso9001 sertifikaatti - gmp laatutodistus
- apu iho-ongelmiin

Unit manager Henna Kavander
puh. 044 544 9843

19.7.SALLAPÄIVIEN OHJELMA

Koko perheen toriohjelma klo 10-15 kunnanviraston pihalla

Kunnanviraston valtuustosalissa
klo 10:30 alkaen

Irma Mäki: Laukka ja muisteja setevuodelta. Kesällä 1992 julistettiin Lapissa rintamamiesten ja naisten muistekujen keräyskilpailu. Määräaikaan mennessä saapui yli 400 laukun kirjoitettuja muistelmia, kaarteja ja 11 kappaletta, useita päiväkirjoja, postikortteja ja lähes 900 kirjoitettua jaista osa ilmestyi kirjona: Rintamamiestaja- ja kirjoitti Lapin sotavuosilta 1939-1945. Tästä edellä mainitusta kirjasta Irma Mäen ohjelman laulut ja kirjeet on valittu.

klo 12:00 alkaen

Ulla Aatanki esittelee vaitokirjansa Tukkipöytästä kommunismin, Lapin työväenliikkeen radikaaliohjelmaa ennen ja jälkeen 1918.

Ulla Aatanki on syntynyt Sallassa ja hän on suorittanut filosofian tutkinnon Tampereen yliopistossa. Ullan väitöskirjassittelyn jälkeen avointa keskustelua aiheesta.

Sallan kirjastossa ITÄMAISTA TANSsia MUSIikkia PANEITA
klo 13:00 alkaen

Timo Leskelä laulettua ja säestää kaneimpia kaulakokkeja.

Timo Leskelän toimittama kirje Kultaiset Kaulakokot vanhoilta ajoilta sisältää yli 300 vanhaa laulua ajoilta ennen peruskoulun 1890-luvulta aina 1960-luvun loppuun asti. Tervetuloa kuumaan kaikkien rekortantia lapsuuden lauluja m. Mä olen niin pienoinen. Telefoni Afriikassa, Mirri, Oolavin asti, Leivo, Pyhämaan rauha.

Paloasemalla TIVOLI 17.-19.7.11
klo 11:00 & 13:00

Tärkeimmät Tuo ja Tää esittävät liikunnallisen ja hauskan musiikkishow lapsille ja lastenleikkiläisille. Laulut ovat mukavia tempoavia rockibitsejä, joihin lapset saavat osallistua. Lippujen hinta on 2 €. Tervetuloa!

KUOROLAULU SENSORTANSSEJAT
TANSSENETUSTA PERINNEALUJA
TEATTERIA SALLATUNTURIN EDULLILLA KLO 18

OTA SOITTIMESI MUKAAN JA TULE SOITTAMAAN!
Tervetuloa! Aina Täppänen, kääntäjäkirje

KOSALLA

Sallan tiedotuslehti
3-2009

Toimitus:
Sallan kunta

Päätoimittaja:
Marja Myllykangas,
marja.myllykangas@salla.fi

Työryhmä:
Paula Aspholm-Heimonen,
Oili Hourula,
Kaisa Isojärvi,
Kauko Kellokumpu,
Päivi Lepoluoto,
Noora Peltoperä,
Terttu Pohtila,
Asser Posio,
Petteri Salmijärvi,
Irene Schroderus,
Suvi Seppälä,
Nina Sipilä,
Eerika Tuomas,
Hanna Vuonnala,
Maria Ämmälä

Taitto:
Koillismaan Kirjapaino Oy,
Kuusamo

Paino:
Kisapaino,
Kiuruvesi 2009

Lehti ilmestyy
Viikoilla 7 - 28 - 37 ja 49