



2015

Lions Club Espoo/Keskuksen julkaisu alueen yrityksille, yhteisöille ja yksityistalouksille.

Nº:22

Palveleva Leijona

Perhelistit Kirkkojärvellä

Lions Club Espoo/Keskus järjestää keväisin perhelistit, joissa pidetään hauskaa koko perheen voimin.

Espon keskuksen ensimmäiset perhelistit järjestettiin Kaivomestarinkoulun ja sen vieressä sijaitsevan minigolfradan alueella huhtikuussa 2014. Vastaavia perhelistejä järjestetään myös muiden Lions-klubien toimesta eri puolilla Suomea. Espoossa pisimmän perinteen omaavat LC Espoo/Olarin järjestämät Olarin Lystit, jotka ovat ehtineet jo yli 20 vuoden ikään.

Espoon keskuksen viimekeväisten perhelistien teimana oli uusi lastensairaala ja teeman mukaisesti leijonat lahjoittivat tilaisuuden koko tuoton lyhentämättömänä uudelle lastensairaalaralle. Tänä vuonna tilaisuuden tuotto on tarkoitettu ohjata Espoon keskuksen alueen nuorten hyväksi erilaisiin avustuskohteisiin mm. koulujen sekä harrastus- ja urheiluseurojen kautta. Osallistumalla perhelisteihin vaikutat tänä vuonna alueemme nuorten hyvinvointiin.

Viime vuonna perhelistien ohjelmassa oli mm. akrobaattiesitys tarhaikäisille lapsille, minigolfia edullisilla perhelipuilla, ongintaa, pomppulinna sekä agility- ja ultimate frisbee-esityksiä. Suloinen minipossu Iiris kävi myös innokkaasti tutkimassa pelaajia sekä kerjäämässä rapsutuksia. Alueella pääsi tutustumaan myös museoautoon ja palokuntakin ehti paikalle esittelemään kalustoaan. Pelaamisen ja muun lystinpidon lomassa nautittiin buffetista kahvit ja pullat, maisteltiin kenties kevään ensimmäiset grillimakkarat tai herkuteltiin partiolaisten paistamalla vohveleilla. Samoja herkkuja – sekä ruoka- että ohjelmapuolella – ja vieläpä enemmän on luvassa myös tänä vuonna!

”Tarkoituksemme on tehdä perhelisteistä joka keväinen perinne” totesi klubin viime kauden presidentti Tauno Jouh-
timäki. ”Tällaista tilaisuutta on mukava järjestää yhteisvoimin ja toivomme saavamme jatkossa yhä enemmän lähiseudun yrityksiä ja yhteisöjä mukaan tähän tapahtumaan”.

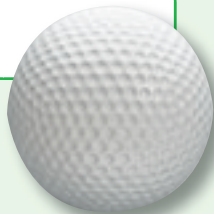
Tänä vuonna perhelistit järjestetään sunnuntaina 17.5. klo 10–14. Toivotamme kaikki tervetulleiksi!

Kirkkojärven minigolfradalla tapahtuu 2015!

- ✧ Rata avataan lauantaina 9.5.2015
- ✧ Äidit pelaavat ilmaiseksi äitienpäivänä 10.5.2015
- ✧ Perhelistit 17.5.2015
- ✧ Firmaturnausta elokuussa

Rata on avoinna 9.5. – 6.9.2015

arkisin klo 15 – 21
la ja su klo 13 – 21



ILMOITUS

KOKO PERHEEN LYSTIT SUNNUNTAINA 17. TOUKOKUUTA KLO 10 – 14

PIHA-ALUEET
poniratsastusta
hevosrattaila ajelua "vauvasta vaariin"
minipossu
pomppulinna
vanhat autot
agility -näytös
palokunta
poliisi
minigolfin peluuta / peliin tutustumista
Lystien paras pelitulos palkitaan!

Grillimakkaraa
ja hodareita!

Partiolaiset paistavat lettuja
(Suvelan samoojat)

SISÄTILAT (KIRKKOJÄRVEN KOULU)
Kahvila (kahvia, teetä, mehua ja tuoretta pullaa)
Kasvomaalausta
nuorisoharrasteryhmien esiintymisiä
Tanssiesitys (Habanera)
Martat

Tervetuloa

PERHELYSTIT Espoon keskuksessa, Kaivomestarin kadun päässä
Tapahtumapaikkoina: Kirkkojärven koulu, minigolfrata ja pallokenttä
Järjestäjä: Lions Club Espoo / Keskus

Muutokset mahdollisia

Pääkirjoitus

Hyvä Espoon keskuksen asukas

Lions Club Espoo/Keskus on osa kansainvälistä järjestöä ja toiminnut Espoon keskuksen alueella jo 37 vuotta. Jäsenet, joita klubissa on tällä kertaa 36, osallistuvat klubin toimintaan ympäri vuoden joko aktiviteeteissa tai palvelutoiminnassa. Lions-toiminnan perinteeseen kuuluu myös puolisoiden ja perheenjäsenten merkittävä osallistuminen toimintaan. Näin tapahtuu myös klubissamme. Puolisoilla, joita kutsumme ladyiksi, on omaa toimintaa mm. varainkeräyksessä ja avustustyössä.

Lions-järjestö toimii yli 200 maassa ja järjestössä on yli miljoona jäsentä. Eri kansainvälisten tutkimusten mukaan Lions-järjestö on erittäin kustannustehokas ja luotettava avustusjärjestö. Tämä perustuu koko järjestön kuten myös klubimme osalta läheiseen yhteisöllisyyteen ja pyydettyyn työskentelyyn avuntarvitsijoiden hyväksi. Kerätyt varat menevät lyhentämättöminä avustuksiin. Omat kulut, kuten kokoukset, matkat yms. maksetaan jäsenten toimesta itse.

Espoon keskuksen alueella toimiva klubimme voi onnistua työssään vain yhteistyön avulla alueensa asukkaiden, yritysten ja eri sidosryhmien kanssa. Klubimme järjestää puitteet erilaisille toiminnoille ja tilaisuuksille, joihin se kutsuu kaikkia alueensa asukkaita ja toimijoita osallistumaan. Toiminnan historiaan mahtuu mm. joulukuusien myyntiä, lastenjuhlaa Suvelan koululla ja avustustoimintaa eri kohteissa. Tämän päivän toiminnan merkittävään työsarkaan on keskustassa oleva minigolfrata. Ratapäivystykset sekä huolto- ja kunnossapito vaativat jokaisen klubilaisen työpanoksen toukokuusta elokuun loppuun. Erilaiset palveluaktiviteetit vammaisille ja sotaveteraaneille ovat osa toimintaa, kuten tämä Palveleva Leijona -lehti ja kevään Lions-lystit. Lions-järjestöllä on merkittävä rooli myös kouluttajana. Esimerkkinä vanhemmille ja kouluille suunnattu ”Vastuu on minun” -ohjelma antaa neuvoja ja ohjeita nuorten tietoko-

neen ja internetin käytössä koko maan tasolla. Alueemme kouluille jaetaan keväisin runsaasti stipendejä, joilla pyritään kannustamaan nuoria opiskelun tiellä. Tänä vuonna olemme ottaneet ensiaskeleen nuorten tutustuttamisessa työelämään palkkaamalla nuoria minigolfradalle Espoon kaupungin kesäsetelien avulla huolehtimaan golfradan asiakaspalvelusta.

Kansainvälisen Lions-järjestön tunnuslause on ”Me Palvelemme”. Klubi suorittaa tuota tehtävää jäsentensä toimesta. Yhteiskunnassamme on kautta aikojen ollut avun ja tuen tarvitsijoita ja tulee olemaan myös tulevaisuudessa. Kutsumme sinut mukaan LC Espoo/Keskus -klubiin ja osallistumaan paikkakunnallamme työhön, jolla voimme antaa tukea ja apua sitä tarvitseville. Tarkempia tietoja löydät kotisivuiltamme.



Pentti Kopiloff

Tue nuorta itsenäisyyteen

– Punainen Sulka 2016 – 2017 -keräys lähestyy

Punainen Sulka -keräys on Suomen Lions-liiton tunnetuin varainkeräyskampanja. Suomessa Punainen Sulka -keräyksiä on järjestetty vuodesta 1972 alkaen. Kampanjoiden aikana on kerätty 21 miljoonaa euroa ja sillä summalla on tuettu mm. näkövammaisia, sotaveteraaneja, vanhuksia ja vammaisia. Edellisen, vuonna 2006 järjestetyn keräyksen tuotto oli 3,8 miljoonaa euroa. Tämä tuki kohdennettiin lasten auttamiseen.

Seuraava Punainen Sulka -keräys käynnistyy 1.7.2016. Sen kohteena ovat nuoret, joiden hyväksi kampanjoidaan teemalla ”Tue nuorta itsenäisyyteen”. Keräyksen bruttotavoite on 5 miljoonaa euroa, joka jaetaan tukea tarvitseville nuorille seuraavien keräyskumppaneiden kautta heidän kohteisiinsa:

- Tukikummit-säätiön työ nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi
- Suomen Lasten ja Nuorten Säätiön Myrsky- ja Zest-hankkeet
- Ehyt ry:n päiväleiritoiminta
- Partiolaisten kansalaiskasvatustoiminta
- Aseman Lapset ry:n Walkers-kahvila- ja bussitoiminta
- Näkövammaisten Keskusliiton nuorten opintotoiminta
- Yeesi ry:n voimavaralähtöisten harrastusmahdollisuuksien tukeminen
- Lions-liiton Vastuu on Meidän ja Turvassa tiellä -hankkeet
- Lions Quest -kasvatusohjelman koordinoima yhteistyöprojekti em. tahojen kanssa elämänhallintataitokasvatuksen kehittämiseksi
- Lisäksi keräys- ja myyntityössä mukana olevat klubit saavat osuuden keräystuotosta, joka jaetaan nuorten parissa toimiville paikallisille tahoille.

Punainen Sulka -työryhmä on saanut merkittäviä tukijoita kampanjoinnin tueksi. Mukana ovat mm. Anne Berner, Janne Kataja ja Kaisa Liski. Mato on



koukussa myös muutaman muun tunnetun kasvion houkuttelemiseksi yhteiseen työhön nuorten hyväksi.

Punainen Sulka on yksi lionstoimijoiden tapa tehdä hyvää tukea tarvitsevien auttamiseksi. Suomalaisen Lions-toiminnan slogan ”Lions – Monta tapaa tehdä hyvää” kuvaa toiminnan monipuolisuutta ja monimuotoisuutta, joka perustuu paikallisyhteisön tarpeisiin. Auttamisen tarpeet eivät ole samanlaiset Espoossa tai Enontekiöllä.

Hyvän tekemistä halutaan erityisesti juhlistaa Hyvän Päivänä 8.10. Tämä päivä ja po. viikko ovat kansainvälisessä Lions-toiminnassa omistettu palvelulle. Puhutaan kansainvälisestä palvelupäivästä. Meillä Suomessa on lionien hyvän palvelutyön näkyvyyttä haluttu nostaa uudelle tasolle ja rekisteröidä päivän nimeksi Hyvän Päivä, jota vietetään ensimmäistä kertaa syksyllä 2015. Eri puolilla maata toimivia lionsklubeja innostetaan tekemään itsestään ’numero’ ja esittelemään työtään ja toimintaansa Hyvän Päivänä. Toivottavasti espoolaiset lionsklubit ottavat Hyvän Päivän pysyväksi osaksi toimintasuunnitelmaansa ja tulevat näkyvästi esille omalla palvelutyöllään.

Maarit Kuikka
Pääsihteeri
Suomen Lions-liitto ry



Palveleva Leijona

Painos 21 000 kpl

Jakoalue Espoon keskus ympäristöineen, Latokaski, Nöykkiö, Kauklahti, Kauniainen ja Kauniaisten reuna-alue

Julkaisija

Lions Club Espoo/Keskus ry

Vastaava toimittaja

Jorma Kinnunen puh. 050 379 2884
jorma.kinnunen@mela.fi

Taitto ja painopaikka

Painoyhtymä Oy, Porvoo



Tukea Sri Lankan näkövammaisille



Silmäklinikka

Suomen Lions-liitto ry on jo vuosikaudet tehnyt avustustyötä Sri Lankassa. Sri Lanka on osoittautunut monella tavalla sopivaksi kohdemaaksi. Ensimmäkin maa on pinta-alaltaan pieni, vain noin Oulun läänin kokoinen, mutta asukkaita on reilusti yli 20 miljoonaa. Tämä mahdollistaa avun kohdistamisen tehokkaasti ja luotettavasti niihin kohteisiin, joihin se on tarkoitettu.

Sri Lanka on saarivaltio, joka sijaitsee Intian kaakkoispuolella ja vielä keskiajalla Intiasta oli maayhteys Sri Lankaan kapeaa maakanasta pitkin. Merivirrat ja myrskyt kuitenkin kuluttivat kannasta ja tällä hetkellä maayhteyttä ei enää ole, mutta vieläkin kartasta näkee selvästi, missä kannas on ollut. Kivilaatu on aika haurasta ja se ei ole kestänyt myrskyjen kulutusta.

Sri Lankan asutus on luonnollisesti tullut Intiasta ja alkuvaiheessa maahan muuttajat olivat Intian pohjoisosista tulleita singaleeseja, jotka muodostavat tänäkin päivänä saaren asukkaiden pääosan.

Siirtomaakausi alkoi vuonna 1505, kun Portugali valloitti maan. Vuonna 1658 Alankomaat valloittivat saaren ja tärkein kauppatavara oli kaneli. Englanti tuli valtaan vuonna 1802 ja kauppatavaroiksi tuli sokeri ja tee. Myös kahvia viljeltiin, mutta tuntematon kasvisairaus tuhosi kahvipensaat. Niinpä 1800 luvun lopulla englantilaiset alkoivat laajentaa teen viljelyä maan keskiosassa olevaan vuoristoon, jossa on jopa kahteen kilometriin ulottuvia vuoria. Olosuhteet ovat vuoristossa suotuisat korkealaatuisen teen viljelyyn. Hankkeen toteuttamiseksi sinne tarvittiin paljon lisää työntekijöitä. Tämän tarpeen tyydyttämiseksi alettiin muuttaa etelä-Intiasta tamileja työvoimaksi teeviljelyksille. Tamilit olivat ja ovat edelleen tunnettuja siitä, että he ovat ahkeria työntekijöitä. Niinpä Sri Lankan keski- ja pohjoisalueille muodostui eri kieltä, tamilia puhuva väestö,

joka asuu siellä edelleenkin.

Sri Lanka itsenäistyi Englannin siirtomaa vallasta toisen maailmansodan jälkeen v. 1948 ja teen viljely on siellä edelleenkin tärkeä elinkeino.

Maassa on kaksi virallista kieltä, maan etelä- ja länsiosassa sinhali, noin 70 % väestöstä ja maan pohjois- ja koillisosassa tamili n 30 %. Kaikissa kouluissa opetetaan myös englannin kieltä.

Kummilapset

Suomen Lions-liitto on jo lähes 30 vuoden ajan harjoittanut kummilapsitoimintaa Sri Lankaan yhteistyössä Sri Lankan Lions-liiton kanssa. Kummilapsia on ollut tähän mennessä yli 2 000. Noin 800 heistä on suomalaisten kummien tuella läpäisseet koulunsa ja saaneet ammatin. Tällä hetkellä kummilapsia on noin 1 200.

Kummien rooli

Elintaso Sri Lankassa on hyvin alhainen ja se johtaa usein siihen, että lapset joutuvat keskeyttämään koulun- käyntinsä ja menemään työhön. Muutaman kymmenen euron summalla kuukaudessa voidaan kuitenkin varmistaa lasten koulunkäynti. Monet suomalaiset kummit tukevat kummilastaan ammatitutkintoon saakka.

Suurin osa tukijoista on suomalaisia lions-klubeja ja paljon on myös yksittäisiä klubien jäseniä sekä myös klubien ulkopuolisia henkilökohtaisia kummeja. Monet kummeista matkustavat Sri Lankaan tapaamaan kummilapsia lähes joka vuosi.

Yleensä tammi-helmikuussa Sri Lankalaiset Lions klubit järjestävät lastenjuhlia ja niihin kutsutaan myös suomalaiset kummit. Tällä tavoin kummien ja kummilasten välille on kehittynyt hyvin välittömät suhteet ja kummit ja kummilapset ovat oppineet tuntemaan toisensa.

sairastavaa asukasta. Tämä sairaus samentaa silmän linssin ensin reunoilta ja levittäytyy y sitten yli koko linssin ja ihminen sokeutuu. Näön voi saada takaisin hyvin pienellä leikkauksella.

Suomen Lions-liitto on suorittanut Sri Lankassa 2 kehitysyhteistyöhanketta yhdessä Suomen ulkoministeriön kanssa. Ensimmäisellä hankkeella vuosina 2009-12 rakennettiin noin 1700 m²:n suuruinen silmäsairala, hankittiin laitteet ja palkattiin henkilökunta. Sairaala sijaitsee noin 100 km pääkaupungista, Colombosta itään.

Toinen hanke, joka liittyy myös sairaalaan, toteutettiin vuosina 2012-14. Sillä autettiin sairaalan käynnistymistä siten, että maksettiin ensimmäisenä vuonna 75% budjetoiduista kuluista, toisena 50% ja kolmantena 25%.

Sairaala järjestää seulontaleirejä, joiden avulla pyritään löytämään köyhiä, sokeita tai sokeutuvia ihmisiä. Näillä köyhillä ei yleensä ole tietoa, miten hakeutua yleiselle silmälääkärille tai sitten heillä ei ole siihen varaa. Leirit järjestetään paikallisten Lions klubien toimesta temppeleissä, kouluissa ja vastaa-

vissa paikoissa, jonne myös näkövammaisella on lyhyt matka tulla. Väestön asunnoista huomattava osa ei ole ajotien varrella.

Sairaalassa on ollut potilaskäyntejä kolmen vuoden aikana yhteensä noin 40 000. Hieman yli 100:lle seulontaleirille on tullut 20 900 henkilöä. Heidän joukostaan on löytynyt noin 2 400 kaihipotilasta ja he ovat saaneet sairaalaan ilmaisen kyydin sairaalan bussilla sekä ilmaisen leikkauksen ja hoidon.

Todennäköisesti nämä 2 400 potilasta olisivat sokeutuneet ja jääneet ilman apua, jos tätä sairaalaa ei olisi. Julkinen terveydenhuolto veloittaa harmaakaihileikkauksen yhteydessä aina mm. leikkauslinssin hinnan. Vaikka linssin hinta on vain muutama euro, niin köyhällä potilaalla ei ole siihen varaa.

Leikkauksen odottaa tällä hetkellä noin 1 600 potilasta ja se on vuoden jono. Näönsuojelu on myös yksi Lions järjestön tärkeimmistä kansainvälisistä suojelukohteista.

Erkki Laine ja Aulis Eskola, Sairaالاتoimikunnan jäseniä



Klinikkabussi tuo potilaita silmäklinikalle.

VUOKRAAMME KAIKEN MITÄ MUUTOSSASI TARVITSET!

- Muuttolaatikat
- Kuorma-autot
- Pakettiautot
- Muuttorullakot
- Varastotilaa
- Muuttopalvelut

MYÖS KOTIINKULJETUS!
Puh. (09) 700 29 900
Fax (09) 700 29 902
GSM 0405 700 900

Suomen Muuttolaatikko Oy
Hämeentie 155, Helsinki

asiakaspalvelu@muuttolaatikko.fi
www.muuttolaatikko.fi

HELSINKI • ESPOO • VANTAA • PORVOO

**ILOINEN
PALVELU!**



MUUTTOLAATIKKO

Palveleva Leijona -lehden tämän vuoden teemana on suunnistus

LC Espoo/Keskus järjestää Lions ja Rotary -klubien SM-suunnistukset Espoossa 28.8.2015.

Tässä lehdessä on teemana suunnistus joka näkökulmasta.

Kilpailusta löytyy blogi (<http://lionsrotarysmsuunnistus2015.blogspot.fi>), jossa mm. kilpailukutsu.

Asiasta löytyy lisäinfoa myös em. järjestöjen valtakunnallisilta sivuilta. Tekstit: Pauli Anttila ja internet (SSL = Suomen suunnistusliitto)

Kuvat: Pauli Anttila, Juha Miettinen, Markku Vauhkonen, Henrik Palmen ja SSL



Kartta ja sen valmistaminen



Kuvassa Espoon keskuksen vanha kartta ja Essun tekemä uudehko sprinttikartta. Asemarakennuksesta ja kirkosta on helppo ankkuroida kartat toisiinsa.

Suunnistajan suorituspaikka eli maasto on aina valmiina ja sen rakentaminen ei maksa mitään. Maastosta tehty kartta, joita valmistetaan Suomessa vuosittain noin 500, vaatii puolestaan aikaa ja vaivaa.

Kartta on kehittynyt vuosien saatossa paljon. Nykyiset kartat muistut-

tavat ilmakuvaa ja pyrkivät täydellisesti kuvaamaan sen minkä suunnistaja havainnoi maastossa ympärillään. Kompassia joutuu käyttämään oikeastaan vain kartan suuntaamiseen maaston kanssa oikeaan suuntaan, jolloin kartanluku on helpompaa.

Kartan valmistusvaiheet

Ilmakuvaus ja pohja-aineistot Usein kartoitettavalta alueelta on olemassa käyttökelpoisia aiemmin otettuja ilmakuvia. Kaupunkien sprinttikartoissa voidaan käyttää kunnan teknisen toimiston poh-

jakuvia. Muita pohjia ovat maanmittauslaitoksen ladattavat pull-out kartat tai stereopohjat.

Maastokartoitus

Kartoittaja piirtää kaikki kuviot uudestaan aineistopohjan päälle. Millään pohjalla tai ohjelmalla muodostettu kartta ei ole valmis suunnistuskäyttöön vaikka toisinaan ne voivat näyttää siltä. Kartoittajan on tarkistettava kaikki pohja-aineistossa näkyvät kohteet ja tarvittaessa muokattava tai poistettava niitä. Sprinttikartoitusta tehdään paljon ei-ammattilaisten toimesta mutta maastokartoissa käytetään ammattilaisia. Maastokartoitus on kartan laadun kannalta ratkaisevin ja myös aikaa vievin vaihe. Kartoitukseen tarvittava aika vaihtelee huomattavasti eri maastotyypeissä. Keskimääräinen aikamenekki Suomen maastoissa on 40-50 h/km2, mutta paikoin on syytä varautua huomattavasti suurempaan ajankäyttöön. Ajankäyttö voi helposti vaihdella hyvälläkin kartoittajalla tasaisesti kangasmaastosta (20 h/km2) toiseen äärilaitaan jyrkkään mäen rinteeseen (lähes 100 h/km2).

Piirustus ja tulostus

Hyvin usein ammattikartoittaja on myös piirtäjä, joka piirtää tietokoneella OCAD-ohjelmalla maastossa tehdyn työn tiedostoksi. Piirtämiseen kuluu aikaa noin 10-15 h/km2. Pohjana kaikelle ovat viralliset värit ja symbolit. Arvokisakartat tehdään painettuina, muut ”tossukartat” voivat olla tulosteita. Pyörä-, hiihto- ja tarkkuussuunnistuksen kartat ovat pääsääntöisesti tulosteita.

Yhteenveto

Keskikokoisen suunnistuskartan maastopinta-ala on 5-7 neliökilometriä. Aikaa yhden kartan valmistamiseen menee runsas vuosi kevään ilmakuvauksesta seuraavan vuoden kesän painatukseen. Suuren arvokilpailun karttaa tehdään useampi vuosi. Uudella kartalla järjestetään usein 1-3 isoa kilpailua, useita pienempiä kilpailuja sekä lukuisia kuntosuunnistustapahtumia ja harjoituksia. Käyttömäärään nähden suunnistuskartta on urheilu- ja liikuntapaikana edullinen. Valmiin kartan hinta ammattikartoittajalla tehtynä on noin 5 000-9 000 euroa.

Lions Rauhanjulistekilpailu

Suomen lionsklubit kutsuvat vuosittain maamme ala-asteen kouluista 11-13-vuotiaita koululaisia mukaan kansainväliseen rauhanjulistekilpailuun. Vastaavasti lionsklubit eri puolilla maailmaa sponsoroivat joka vuosi rauhanjulistekilpailuja paikallisissa kouluissa ja nuorisoryhmissä. Tällä kilpailulla halutaan kannustaa nuoria ympäri maailmaa ilmaisemaan näkemyksiään rauhasta. Samalla edesautetaan nuoria ymmärtämään rauhan merkitys ja edistetään heidän kuvataideharrastusta. Miljoonat lapset lähes sadasta maasta ovat osallistuneet kilpailuun jo yli 25 vuoden ajan. Kilpailun voittaja kutsutaan henkilökohtaisesti vastaanottamaan palkintonsa vuosittain YK:n päämajassa vietettävässä Lions-päivän juhlassa.

Meillä rauhanjulistekilpailu toteutetaan valtakunnallisena piirustuskilpailuna, johon voivat osallistua kaikki Suomen koulujen ala-asteet ja niiden 11-13 -vuotiaat oppilaat. Kustakin koulusta valitaan yksi työ Suomen loppukilpailuun ja niistä puolestaan paras jatkaa maailmalle kansainvälisen raadin arvioitavaksi.

Kauden 2014-2015 kilpailun teemana oli ”Rauhaa, rakkautta ja yhteisymmärrystä”.

Klubimme LC Espoo/Keskus alueelta osallistui kilpailuun kaksi koulua ja hienoja kilpailutoita syntyi kymmenittäin. Osallistuneista kouluista valittiin jatkokilpailuun niiden oman suosituksen mukai-

sesti oheiset kaksi työtä, joiden tekijät ovat Casper Aario Kirstin koulusta ja Sosina Tadesse Kirkkojärven koulusta.

Kevät rientää ja monissa kouluissa valmistaudutaan kohta suunnittelemaan uutta lukukautta. Niinpä onkin hyvä aika harkita osallistumista myös ensi kauden rauhanjulistekilpailuun, joka tarjoaa varmasti ylimääräistä motivaatiota oppilaiden kuvataideharrastuksiin.

Kauden 2015-16 rauhanjulistekilpailun teemaksi tulee ”Jaetaan rauhaa”.

Julisteet arvioidaan niiden omaperäisyyden, taiteellisuuden ja teeman ilmaisun kannalta. Julisteet käyvät läpi useita arviointitasoja: paikallinen, piirittasoinen, kansallinen ja lopuksi kansainvälinen. Kansainvälisellä tasolla tuomarit taide-, rauhan-, nuoriso- ja koulutusyhteisöistä sekä tiedotusvälineistä valitsevat yhden pääpalkinnon voittajan ja lisäksi 23 kunniamaininnan saavaa työtä.

LC Espoo/Keskus sponsoroi mielellään alueella toimivien koulujen osallistumisen rauhanjulistekilpailuun. Koulu voi ilmoittautua mukaan sähköpostilla klubin osoitteeseen espo.keskus@lions.fi vaikkapa heti, mutta viimeistään 1.10.2015. Kilpailuun osallistuvien töiden tulee olla valmiina edelleen lähetettäväksi 15.marraskuuta 2015.

Lisää aiheesta www.lcif.org/FI (hakusana 'rauhanjulistekilpailu').

Raimo Luomaranta



Sosina Tadesse, Kirkkojärven koulu



Casper Aario, Kirstin koulu

**TOIMIVAT
KONEET METSÄN
JA PUUTARHAN
HOITOON.**



Tuotteet luovutetaan toimintakunnossa + Käyttöopastus.
MYINTI - HUOLTO - VARAOSAT
KONEPALVELU
ESPOO Falläker 3, 09 512 4125
LOHJA Levysepäntie 4, 019 312 500
Avoimna ark. 8-17, la 10-14
www.konepalvelu.com



Sunnelmaa, maukasta ruokaa ja hyvää kahvia, lapsiystävällinen, sisällä ja ulkona, 60 vuoden perinteellä. Tervetuloa koko perhe!



**Kahvitupa
Bemböle
Kaffestuga**



Stämning, god mat och gott kaffe, barnvänlig, både ute och inne, 60 års anor. Välkommen hela familjen!

Kuninkaantien varrella Espoon Bembölessä. Invid Kungsvägen i Bemböle, Esbo. **09-863 2917** www.bembolenkahvitupa.net



Habanera ry – aktiivista tanssiliikuntaa Espoossa

Habanera on tällä hetkellä ainoa Espoossa toimiva tanssiurheiluseura. Ikää seuralle on karttunut jo 21 vuotta. Toiminta on keskittynyt paritanssin opettamiseen aikuisille harrastajille. Jäsenmäärä on noin 85 henkilöä, joista 11 paria kilpailee. Seuran toiminnan pääpaino ei kuitenkaan ole kilpailemisessa vaan hyvän tanssitaidon kehittämisessä. Osa jäsenistä tanssii vain hovin vuoksi, osa kuntoilee ja muutamat ovat hurahtaneet lajiin korviaan myöten. Tanssi aiheuttaa riippuvuutta ja se on elinikäinen ilo!

Tanssiharrastuksesta kiinnostuneet löytävät Espoon keskuksesta ja lähiympäristöstä viikoittaista toimintaa ainakin Mikkelin, Lagstadin ja Tuomarilan kouluilta sekä Entressen kirjaston Jukeboista.

Syksyllä 2015 tarkoitukse-

namme on kokeilla jotain uutta ja perustaa lapsille/nuorille sopiva ryhmä, joka keskittyy kilpatanssin opetukseen.

Suuren yleisön keskuudessa tuntuu olevan jyrkkä raja kilpatanssin ja seuratanansin välillä. Se raja ei ole todellinen. Tanssien lajivalikoimassa on kyllä eroja. Kyse on enemmänkin siitä kuinka paljon liikutaan. Seuratananssin pitää aina pysyä mukavuusrajan paremmalla puolella. Kilpatanssi taas on urheilusuoritus, jossa mennään niin paljon kuin päästään. Mikään ei estä, etteikö seuratananssia voisi tanssia oikeilla askelkuvioilla ja oikealla tekniikalla. Pitää vain nähdä se vaiva, että opettelee ne. Seuratananssikaan ei tarkoita sitä, että liikehdytään aina samalla tavalla riippumatta siitä mitä lajia orkesteri soittaa.

Peruskurssillamme opetetaan eri tanssien oikeat perusaskeleet

ja rytmiikka sekä opastetaan viennä ja parin seuranta. Opetettavat tanssilajit ovat vakiotansseista hidas valssi, tango, slow fox ja quick step, latinalaistansseista cha cha, rumba, samba ja jive.

Jatkokurssilaiset oppivat mainittuista tansseista enemmän erilaisia koreografioita ja saavat valmiuden vaikka Suomen Tanssiurheiluliiton sääntöjen mukaisen F-katselmuksen suorittamiseen, joka on edellytyksenä kilpauran aloittamiselle. Edistyneimmille kilpapa-reille tulevat ohjelmaan mukaan em. tanssien lisäksi wienervalssi ja paso doble eli opetellaan ja harjoitellaan kymmentä kilpatanssia.

Tarkempia tietoja opetus- ja harjoitusajoista sekä -paikoista saat kotisivuiltamme www.habanera.fi

Pauli Ahman/ Reijo Karikivi



Eija ja Reijo Karikivi



Aila ja Simo Varjus

Jaana ja Yrjö Leinonen

Nenäpäivä

Mikä Nenäpäivä on?

Nenäpäivä kerää varoja maailman köyhimmissä oloissa elävien lasten hyväksi ja yllyttää suomalaisia hauskaan varainkeräykseen. Nenäpäivä järjestetään kerran vuodessa loka-marraskuun aikana. Neljän viikon kampanja huipentuu Yle TV2:n Nenäpäivä-show'hun, jossa mukana on Suomen nimekkäimpiä tähtiä. Nenäpäivää 2014 vietettiin 7.11. Kampanja käynnistyi jo 9.10.

Mihin Nenäpäivän keräystuotto käytetään?

Nenäpäivä 2014 keräsi yli 3 miljoonaa euroa. Keräystuotto käytetään lasten auttamiseen Afrikassa, Etelä-Aasiassa sekä Väli- ja Etelä-Amerikassa. Suomalaisen avulla tuhannet lapset pääsevät kouluun, saavat suojaa hiv-tartunnalta tai nukkuvat yönsä turvassa malariaverkon alla. Tuo-

tolla vahvistetaan myös perheiden, yhteisöjen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä.

Kuka Nenäpäivän järjestää?

Nenäpäivän järjestää Nenäpäiväsäätiö. Sen ovat vuonna 2004 perustaneet Suomen Punainen Risti, Kirkon Ulkomaanapu ja Suomen UNICEF. Säätiön toiminnassa ovat mukana myös Pelastakaa Lap-

set, Plan Suomi Säätiö, Suomen Lähetysseura, Fida International, Solidaarisuus ja SASK. Yleisradio tukee Nenäpäivää ohjelmatoiminnallaan.

Mistä Nenäpäivä on tullut?

Isossa-Britanniassa Red Nose Day on näkynyt katukuvassa jo 25 vuotta, ensimmäistä paikallista Nenäpäivää vietettiin jo vuonna 1988.



LC Espoo/Keskuksen Nenäpäiväkerääjät olivat kauppakeskus Entressen käytävillä keräyslippaiden kanssa. Kahden päivän keräystulos oli hieman yli 1000 euroa, noin 8 kiloa kolikoita. Kiitos kaikille lahjoittajille, tavataan taas marraskuussa.

Lions-liitto oli jälleen yksi vuoden 2014 Nenäpäiväkumppani

Tänäkään vuonna ei kannattanut säikähtää, jos kadulla vastaan käveli punanäinen leijona! Nenäpäivän yhtenä pääyhteistyökumppanina oli Lions-liitto. Sen kautta Suomen kaikki Lions-klubit olivat mukana Nenäpäivä-keräyksessä, jo neljättä vuotta peräkkäin. Leijonien keräyslippaat olivat liikenteessä heti 9.10. alkaen ympäri Suomea! Leijonien keräystulos oli 140.000 euroa. Juuri sinä olit auttamassa sen toteutumista. Taskun pohjalta löytyvät kolikot kannatti kilauttaa Lions-klubin kerääjien Nenäpäivälippaaseen! Kiitos siitä!



Oma koti – yksi elämäsi suurimpia hankintoja!

Meiltä Nordeasta saat asuntolainan omien tarpeittesi mukaan. Olipa kyseessä oma koti, loma- tai sijoitusasunto, me autamme sinua tekemään unelmistasi totta. Soita ja varaa aika minulle numerosta 0200 3000 (pvm/mpm) ma–su 24h/vrk.

Soila Sarkola, konttorinjohtaja, soila.sarkola@nordea.fi

Teemme sen mahdolliseksi

Espoo-Keskusta
Kauppakeskus Espoontori
3.krs
www.nordea.fi

Nordea

Neljä suunnistusmuotoa: perinteinen jalkasuunnistus



Ensimmäinen kilpailu käytiin Kauniaisissa ja Espoossa 4. marraskuuta 1923. Kilpailussa käytettiin venäläistä topografikarttaa (kuva ohessa), joka oli laadittu

mittakaavaan 1:42 000. Musta-valkoiselle kartalle oli lisätty käsin piirtämällä lähtöpiste, kymmenen rastipistettä ja maali. Suunnistusrata oli pituudeltaan seitsemän

kilometriä ja kilpailuun osallistui kymmenen miestä. Suunnistus kasvatti suosio- taan 1920-luvulla mm. suojelus- kunnissa, mutta kesti yli kymme- nen vuotta ennen kuin tämä uusi urheilumuoto löysi paikkansa valtakunnallisesta kattojärjestöstä. Vuonna 1935 Suomen Urheilu- liitto otti suunnistuksen ohjel- maansa.

Suunnistuksessa kuljetaan oma- toimisesti radalle merkittyjen ja maastokohtiin sijoitettujen rastien kautta. Apuvälineenä käytetään karttaa ja kompassia. Rastilta ras- tille edetään havainnoimalla karttaa ja maastoa tehdyn reitinvalinta- suunnitelman mukaisesti. Reitin- valinnan ja vauhdin ratkaisee fyy- sisten ominaisuuksien lisäksi taito sekä maasto.

Suunnistuksessa luonto yhdistyy liikuntaan sekä suunnistustehtävien tuomiin haasteisiin ja ongelman-



ratkaisuihin. Suunnistus on taitolaji, jossa fyysiset omi- naisuudet yksin eivät

ratkaise. Suunnistustehtävän rat- kaiseminen vaatii myös ajatustyötä ja keskittymistä. Suunnistus kehit- tää paitsi fyysistä kuntoa myös kes- kittymis- ja päättelykykyä. Pehmeä maastopohja on mukava ja tur- vallinen alusta liikkua. Suunnistus sopii kaikille ikään tai sukupuoleen katsomatta. Kilpailuja järjestetään Suomessa vuosittain lähes 200 ja niissä sarjoja on alle 10-vuotiaista aina yli 90-vuotiaisiin asti.

Lasten ja nuorten suunnistus- koulut alkavat yleensä keväisin. Useimmilla paikkakunnilla toi- minta on kuitenkin ympärivuo- tista, joten mukaan pääsee muul- loinkin. Kysy lisää paikkakuntasi seurasta!

Jukola kesän kruununa ja maa-

ilman suurimpana viestitapahtu- mana järjestetään tänä vuonna 13.-14.6. Paimiossa. Tähän men- nessä ilmoittautuneiden määrän perusteella tulossa on todellinen Jukola-jytty. Järjestäjien tavoite vähintään 17 000 osanottajasta näyttää mahdollisen sijaan erittäin todennäköiseltä. Myös joukkuei- den kotimaiden kirjo on varsin kattava. Tällä hetkellä joukkueita on 17 maasta. Louna-Jukolaan pääsee ilmoittautumaan vielä pit- källe alkukesään. Tule siis mukaan tekemään historiaa ja ilmoita jouk- kueesi edellisten jatkoksi!

Neljä suunnistusmuotoa: Euroopassa suosittu pyöräsuunnistus



Espoolaiset Alvar Palmen ja Lauri Heinaro ottivat H16 viestikultaa 2014 Koskenkorvalla.



Espoolainen Tarja Vesanto otti naisten viestin EM-kultaa 2009 Tanskassa.

Ensimmäiset SM-kisat järjes- tettiin 1990 -luvun alussa ja ensimmäiset MM-kisat 2002. Merkittävässä roolissa alussa oli espoo- lainen Jussi Mäkilä, joka voitti MM 2002 pitkältä matkalta kultaa ja viestissä pronssia. Vuosina 2004, 2005 ja 2006 hän voitti MM-vies- tikultaa.

Pyöräsuunnistuksessa edetään pyörällä rastilta toiselle karttaan merkittyjä teitä tai polkuja pitkin. Polut eli urat on merkitty erilaisiksi ajettavuuden mukaan. Rastit sijoitetaan urille.

Pyöräsuunnistajilla on kilpai- luissa kypäräpakko. Kartta kiinnite- tään ohjaustangossa olevaan kartta- telineeseen. Tehtävänä on reitinva- lintojen tekeminen uraverkostossa,

Kiertäen hyvää reittiä vai lyhyesti huonompaa? Kilpailijan keskino- peus on n. 20 km/h ja huippuno- peudet hyväkulkuisilla urilla ja ala- mäissä jopa 40-60 km/h.

Pyöräsuunnistajan on oltava no- pea päätöksen tekijä sekä taitava ja vahva pyörän kanssa. Lisäksi kovassa vauhdissa tarvitaan myös uskallusta sekä erittäin hyvää ajo- tekniikkaa.

Pyöräsuunnistuksen kilpailumat- kat ovat sprintti, keskimatka, pitkä matka ja viesti. Kilpailumatkat ovat pisimmillään useita kymmeniä ki- lometrejä. Miesten pääsarja saattaa olla lähes 50km.

KaiRa
KAITAA RAKENNUS OY

**ESPOON
ALLAS
TEKNIikka**

MYYMME, SUUNNITTELEMME, ASENNAMME, HUOLLAMME

**LAITTEISTOT UIMA- JA POREALTAISIIN,
SUIHKULÄHTEISIIN JA VESIAIHEISIIN**

AMMATTITÄIDÖLLÄ JA 35 VUODEN KOKEMUKSELLA

**HANNU DAHLGREN
0400-998190**

**HENRI DAHLGREN
0400-998195**

**MARIANNA KOPILOFF
040-5255096**

KILONKALLIO 5A, 02610 ESPOO

Neljä suunnistusmuotoa: vähälumisuudesta kärsivä hiihtosuunnistus



Hiihtosuunnistus on suksilla suoritettava suunnistusmuoto, jossa eteneminen tapahtuu maastoon avattuina ja karttaan merkittyjä erilevyisiä ja -tasoisia hiihtouria pitkin. Rastit on sijoitettu urien varteen. Valinta on sama kuin pyöräsuunnistuksessa: isoa baanaa pidemmältä vai pikkubaanaa lyhyemmin.

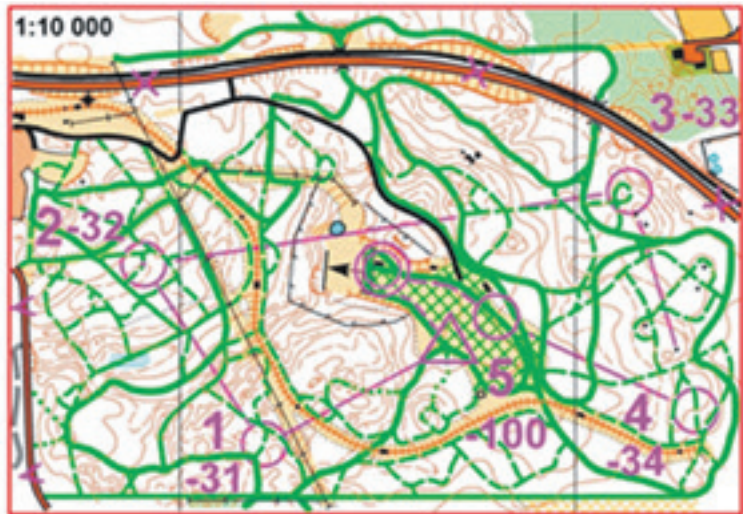
Tehtävänä on kiertää radan rastit nopeilla reitinvalinnoilla ja sujuvalla kartan lukemisella. Usein hiihtovauhtia, joka pääsarjassa saattaa riittää sileän vastukseksi kilpahiihtäjille. Hiihtotyyli on vapaa eikä pienemmällä kapeilla urilla ole perinteisen hiihtotavan latua.

Kartanluvun helpottamiseksi hiihtosuunnistajat käyttävät rintaan

kiinnitettävää karttatelinettä, jossa karttaa voidaan pyörittää samansuuntaisesti maaston kanssa.

Huipputasolla vahvan fysiikan lisäksi tarvitaan nopeaa päätöksen- tekoa sekä ketteryyttä ja taituruutta suksilla, sillä käännökset ja suunnanvaihdot ovat nopeita ja urat kapeita. Suksilla eteneminen metsän kapeilla urilla on aivan oma lajinsa, joka onnistuu vain hiihtosuunnistajalta.

Suomessa järjestetään vuosittain 30-50 kansallista hiihtosuunnistuskilpailua. Nykyään pääosa kilpailuista järjestetään hiihtokeskuksissa. Lajin ensimmäiset MM-kisat oli Suomessa vuonna 1976.



Hiihtosuunnistuskarttaa hallitsee uraverkosto. Hyvällä näkömuistilla menestyy.

Suunnistuksessa on tosiaan sarjoja kaiken ikäisille. Perinteisesti miehet ovat kisailleet lähes satavuotiainkin, mutta yhä enemmän löytyy myös kilpailevia "täysi-ikäisiä" naisia. Espoon Suunnan kolmikko: Ritva Mikkonen, Eeva Tanska ja Leena Paatero voitti Kouvolassa hiihtosuunnistusviestin. Joukkueen yhteisikä oli 210 vuotta.



Neljä suunnistusmuotoa: tarkkuussuunnistus sopii liikuntarajoitteisillekin



Tarkkuussuunnistus on laji, jota kaikki ikään, sukupuoleen tai liikuntakykyyn katsomatta, voivat harrastaa ja jossa kaikki voivat kilpailla samassa sarjassa. Tarkkuussuunnistuksessa (eng. Trail Orienteering, TRAIL-O) ei mitata fyysistä suoritusta vaan laji perustuu päättelytehtäviin.

Tarkkuussuunnistuksen tehtävapistet eli rastit sijoitetaan hyväpohjaisten kulku-urien (polkujen, teiden jne.) varrelle, joten myös liikuntarajoitteiset voivat tasapuo-

lisesti osallistua. Laji soveltuukin yhtä lailla erityisryhmille kuin normaalista suunnistuksesta kiinnostuneille. Tarkkuussuunnistus on myös oiva harjoitusmuoto esimerkiksi kartanlukua vasta harjoitteleville lapsille.

Tarkkuussuunnistusrataa ei merkitä maastoon vaan jokaisen on osattava suunnistaa seuraavalle rastille kulku-uria pitkin. Kulku-uran varrelta löytyvät jokaiselle rastille ns. katselutolpat, joilla kilpailija ratkoo tehtäviä. Tehtävapistillä kil-

pailijan pitää päätellä, mikä 2-5 rastilipusta vastaa karttaan merkittyä ja määritteillä tarkennettua rastia. Eliittitasolla kilpailtaessa voidaan käyttää myös ns. nollarastia, jolloin yksikään tarjotuista rastilipuista ei ole oikeassa paikassa. Rataan kuuluu myös aikarasteja, joissa nopeus ratkaisee.

Tarkkuussuunnistusta on kahta eri mallia: perinteinen rataa kiertävä kisa ja pelkistä aikarasteista koostuva tempo. Tarkkuussuunnistusradan pituus on noin 1-3 kilometriä ja kilpailijoille on määrätty maksimiaika, jonka aikana rata tulee kiertää. Tämä aika on usein 1-3 tuntia. Tehtävänä on löytää oikeat ratkaisut/rastiliput useamman rastilipun ryppästä. Kilpailija voi päätellä ratkaisunsa havainnoimalla ja vertaamalla karttaa ja maastoa, tulkitsemalla rastinmääritteitä sekä käyttämällä kompassia.

Kilpailija saa liikkua vapaasti sel- laisissa paikoissa, johon pyörätuolilakin pääsee eli käytännössä poluilla ja teillä. Jokaisesta oikeasta vastauksesta kilpailija saa yhden pisteen. Tällaiseen Pre-O rataa kuuluu lisäksi aikarastit, joilla kilpailija saa käteensä valmiiksi suunnatun kart- tapalan sekä määritteen. Rastirypäs paljastetaan ja kilpailija yrittää ratkaista annetut tehtävät mahdollisimman nopeasti. Tasatilanteessa sijoitukset ratkaisee aikarasteihin käytetty yhteisaika.



MM-joukkuekilpailussa mukana on para-sarjalainen ja kaksi ei-liikuntarajoitteista



Espoolainen Marko Määttä oli parhaana suomalaisena MM-Italiassa 2014 viides

Tarkkuussuunnistus onkin saanut alkunsa vammaissuunnistuk- sena Ruotsissa 1970-luvun alussa. Suomeen laji tuli 1990-luvun puo- livälissä. Suomessa kaikki urheilijat osallistuvat samaan sarjaan. Tark- kuussuunnistuksen ensimmäiset MM-kisat käytiin syyskuussa 2004 Ruotsissa. Tarkkuussuunnistuk- sessa kilpaillaan MM-tasolla kah- dessa muodossa, minkä lisäksi MM-mitalit jaetaan myös joukkue- kilpailussa. MM-tasolla kilpaillaan kahdessa sarjassa, jotka ovat avoin sarja ja paralympiasarja. Viimeksi

mainittuun osallistuvien pitää osoittaa paralympia-kelpoisuutensa lääkärintodistuksella.

Tavallisen liikkujan kuntorastit

Kartanlukutehtävissä edetessä maisema vaihtuu ja kilometrejä kertyy vaihtelevassa metsämaastossa mukavasti.

Kuntosuunnistajan ohjeet

Noudata järjestäjän opasteita. Py-säköi siten, että autosi ei häiritse muuta liikennettä. Muista, että olemme jonkun toisen omistamalla maalla vieraina. Kuntorastit ovat virallisia tapahtumia eikä niitä voi järjestää jokamiehen oikeuksin.

Valitse rata kuntosi ja taitotasosi mukaan. Selvitä ratojen pituudet ja vaativuustasot ensin ja tee valintasi arvioituasi oman kuntosi ja taitojesi riittävyys. Jos olet epävarma kysy neuvoa järjestäjiltä, sillä he tuntevat maaston ja ratojen vaativuuden. Lenkkareilla pärjää alussa, varsinkin kuivalla ilmalla. Enemmän harrastavana hyvät jalkineet ovat tärkeitä.

Ilmoittaudu lähdössä ja maalissa. Mikäli maalipöytäkirja ei täsmää lähtöpöytäkirjan kanssa, järjestäjä on velvollinen selvittämään puuttuvat osallistujat ja tarvittaessa ottamaan yhteyttä poliisiviranomaiseen etsintöjen käynnistämiseksi.

Huomioi ympäristö. Jokamiehen oikeuksien ja erityisesti velvollisuuksien tunteminen ja noudattaminen ovat jokaisen suunnistajan perustaitoja. Jokainen osallistuja on myös velvollinen auttamaan maastossa loukkaantunutta tai eksynnyttä.



Kaudella 2013 tehtiin 400 000 suoritusta. Tapahtumia järjestettiin 3700 ja järjestelyihin osallistui 260 seuraa. Aikuisten suunnistuskouluja tai Jukola-kouluja järjesti yli 50 seuraa. Näihin osallistui yli 1500 henkilöä.

Muutamia poimintoja Espoon ilta-/kuntorasteista:

Liikunta ja kulttuurisetelit käyvät yleisesti iltarasteilla. Maksut: aikuiset 6€.

Espoorastit tiistaisin klo 17-19

Radat: A = 7 km vaativa, B = 5 km vaativa, C = 4 km helppo, D = 2 km erittäin helppo. Lapsille tai täysin aloittelijoille tarkoitettut RR = rastireitti, TR = tukireitti ilmoitetaan erikseen.

Länsirastit torstaisin klo 16.30-18.30

Radat: 7 km, 5 km ja 3 km sekä 2-2,5 km helppo. Varmista tiedot internetistä. Suunnistusliiton kuntorastikalenterissa paljon lisää!

LCIF on lionsklubien kansainvälinen hyväntekeväisyssäätiö

LCIF suuntaa vuosittain noin 30 miljoonaa euroa avustusprojekteihin ympäri maailmaa.



Arvostettu Financial Times -lehti valitsi yhdessä alan kansainvälisten asiantuntijoiden kanssa LCIF:n maailman parhaaksi vapaaehtoisjärjestöksi vuonna 2007.

100 prosenttia lahjoituksista menee perille

Lahjoitukset 1,35 miljoonalta lionilta 210 maassa tuottavat enemmistön LCIF:n tuloista. Niiden ansiosta säätiö on maailman johtaja humanitaarisessa palvelussa. Lioneille on kunnia-asia, että 100 prosenttia jokaisesta lahjoituksesta menee suoraan apua tarvitseville. Katastrofiavun tehokas perille saaminen perustuu laajaan kansainväliseen verkostoon, jossa paikalliset ja vapaaehtoiset lionsklubit organisoivat avustustyön kussakin kohhteessa.

Säätiön hyväntekeväisyyskohteet ovat

- Näkökyvyn suojele
- Terveystiedon edistäminen
- Nuorison auttaminen
- Häätäavun antaminen



HOTELLI KUNINKAANTIE

Herkuttele & juhli Espoossa



Hotelli Kuninkaantie tarjoaa maistuvaa lounasta arkisin klo 10.30-13. Voit valita kolmesta kodikkaasta vaihtoehdosta.

Iltaisin tarjoamme mutkattomia bistroherkkuja. Kokeile vaikka kiitettävä Kanansiipiä Kunkun kastikkeessa tai herkuttele pizzalla. Keittiö on avoinna ma-to klo 18-21.30.



Meillä voit järjestää myös isot tai pienet perhejuhlat rauhallisessa ja mukavassa miljöössä. Valoisa Hovisali on kuin tehty juhliä varten. Voit varata vaikka polttareita varten myös saunan, uima-allasosaston ja takkahuoneen omaan käyttöösi.

Hotelli Kuninkaantie, Lakelankatu 1, 02770, Espoo | Puh. 010 5408340
www.sodexo.com/kuninkaantie

Kauniaisten Kello ja Kulta Oy Grankulla Ur och Guld Ab

Kauppakeskus Grani Köpcentrum,
puh./tel./fax. 505 0090

Rakennus
Kare Uusitalo Oy
Rakennus-, muutos- ja korjaustyöt
0400 434 373
kare.uusitalo@kolumbus.fi
www.kareuusitalo.fi

Uudenmaan LUKKO



- Lukitukset ja turvajärjestelmät
- Asennus ja huoltopalvelu

Iso Kylätie 29 Puh. (09) 274 7300
04130 Sipoo Fax (09) 2586 5670

info@uudenmaanlukko.fi - www.uudenmaanlukko.fi

Päivystys 24 h 0400 602 566

Oletko kiinnostunut uudesta harrastuksesta?

Tule mukaan toimintaamme

Liittyminen Lions-klubiin antaa elämäsi uutta sisältöä. Me leijonat tiedämme, että Lions-toimintaan antamamme aika auttaa meitä kehittymään myös ihmisinä. Palvelemisen kautta syntyy yhdessä tekemistä ja yhteisöllisyyttä, jolloin teemme palveluksen myös toisillemme. Annamme mahdollisuuden kuulua johonkin, olla ryhmän jäsen, mikä on jokaiselle ihmiselle tärkeää.

Lions-toiminta tarjoaa vapaaajalle hienon vaihtoehdon ja sen

kautta hankit uusia ystäviä ja koet uusia elämyksiä. Ja saamasi hyvä palaute antaa hyvän mielen. Se antaa taas uutta intoa olla mukana toiminnassa.

Me palvelemme kotiseutuamme

Lions Club Espoo/Keskuksen tärkein kohde on oma lähialue ja asuinympäristö. Kohteina ovat mm. koulut ja päiväkodit, vanhainkodit ja palvelutalot, vammaiset ja näkövammaiset sekä lasten liikun-

taharrastukset. Osallistumme myös kansallisiin ja kansainvälisiin katastrofikeräyksiin. Lions-järjestö ei korvaa yhteiskunnan peruspalveluja vaan vapaaehtoistyöllä annetaan apua kohteisiin, jotka jäisivät hoitamatta julkisin varoin.

Järjestämme alueemme opettajille koulutusta Lions-Quest -ohjelman merkeissä. Se on turvallisuutta ja terveyttä edistävä toiminnallinen ohjelma. Vastuu on meidän -palveluaktiviteetti, joka on klubimme alulle panema Quest-ohjelman osa, on tarkoitettu peruskoulujen kolmasluokkalaisille ja heidän van-

hemmilleen. Palveluaktiviteetissa opastetaan internetin turvallisessa ja vastuullisessa käytössä.

Kiinnostaako jäsenyys?

Jos toimintamme kiinnostaa, ota meihin yhteys. Mikäli haluat lisätietoja toimintaamme tai jäsenyyteen liittyvissä asioissa, klubin jäsenoimikunnan puheenjohtaja Matti Mäkinen, puhelinnumero 040 7160686, vastaa mielellään kysymyksiisi. Meille voit viestittää

myös sähköpostitse osoitteeseen matti.makinen@lions.fi tai espoo.keskus@lions.fi.

Olet tervetullut tapaamaan meitä myös klubin järjestämässä Lions Lystit -tapahtumassa sunnuntaina 17.5.2015 klo 10-14 esittelystaudille, jossa esittelemme toimintaamme. Paikkana on klubimme minigolfrata Kaivomestarinniitty 8, Espoo. Lisää tietoa myös www.lc-espookeskus.fi.



Leijonien palveluaktiviteetit - Nuorison hyväksi !

Nuoriso kohtaa tänä päivänä hyvin paljon erilaisia haasteita. Me leijonat (lionit) olemme tietoisesti valinneet palvelutoimintamme ”keihäänkärjeksi” tällä hetkellä juuri nuorison, unohtamatta vanhuksia ja muita avun tarpeessa olevia. Pyydän myös Teitä, Palveleva Leijona -lehtemme lukijoita pysähtymään hetkeksi ja miettimään, toiminko minä itse tällä hetkellä siten, että huomioin omissa päivittäisissä askareissani lähiympäristön, lähimmäisteni ja erityisesti nuorison hyvinvoinnin. Tiedän, että kevään aikana oma klubimme, LC Espoo/Keskus, pääsee vielä toteuttamaan monta nuorisoon kohdistuvaa palveluaktiviteettia, joista ehkä yksi vaikuttavimpia on VASTUUN MEIDÄN -opasvihkojen jakaminen alueellamme oleville viidelletoista (15) alakoululle ja niiden noin 400:lle 3. luokkalaiselle ja heidän perheilleen. Kampanja kohdistuu nuorten turvalliseen netin käyttöön ja asia on ajankohtainen vuoden jokaisena päivänä ja iltana.

Tärkeimmät nuorisoon kohdistuvat kansalliset ja kansainväliset LIONS-palveluaktiviteettimme Suomessa ovat tällä hetkellä:

- Vastuu on meidän -aktiviteetti/kampanja (60 000 3. luokkalaista ja perhettä/kausi)
- Lions Quest, elämisen taitoja -ohjelma (500-800 opettajaa ja kasvattajaa/kausi)
- Kummilapsi-toiminta (yli 1 000 nuorta Sri Lankassa)
- Skeba -bändiskaba (600-800 nuorta/6 kisapaikkakuntaa)
- Kansainvälinen nuorisovaihto (300-400 nuorta/kausi)
- Leo -klubit (yli 200 nuorta/noin 20 Leo klubia)

Lisäksi klubeilla on paljon omia, paikallisia, nuorisoon kohdistuvia yksittäisiä aktiviteetteja. Meidän omalla klubilla, LC Espoo/keskuksella, näitä ovat mm. alueen koulujen luokkien tukeminen esim. leirikoulujen kustannusten osittainen kattaminen, ansiotuneille opiskelijoille stipendien

jakaminen keväisin koulujen lukukausien päättyessä, erityisapua tarvitsevien nuorten tukeminen monin eri tavoin sekä alueemme urheilu- ja eri harrastusseurojen tukeminen. Unohtamatta tietenkään klubimme pääaktiviteettia, minigolfrataa Espoon Kirkkojärvellä !

Haluan tässä yhteydessä nostaa myös esille paikallisten lionsklubien merkityksen yhteisten, erityisesti nuorisoon kohdistuvien aktiviteettiemme toteuttamisessa ja alueellisessa varmistamisessa. Olemme osa kansainvälistä, arvostettua palvelujärjestöä ja kaikki toimintamme perustuu paikallisten Lions klubien tuottamaan vapaaehtoiseen palveluun, joita me lionit itse kutsumme myös aktiviteeteiksi. Ilman tätä paikallista toimintaa ei olisi Lions-palvelutoimintaa. On hienoa, että meillä suomalaisilla lioneilla ja lionsklubeilla on mahdollisuus auttaa ja tukea monin eri tavoin omien, klubin toiminta-alueen ihmisiä ja yhteisöjä. Tämän lisäksi useat pai-

kalliset klubit ovat voineet osallistua myös kansainvälisiin aktiviteetteihin eri muodoin, josta esimerkiksi mm. käytettyjen silmälasien kierrätys-/keräysaktiviteetti, jossa me paikallisesti keräämme omalta alueelta käytöstä poistettuja silmälasia ja toimitamme ne keskitetysti silmälasia tarvitseville maille. Ilman tätä paikallisten lionsklubien keräystoimintaa/aktiviteettia emme olisi mukana ko. aktiviteetissa. Hyvin usein meidän paikalliset aktiviteetit ovatkin osa kansainvälistä palvelutoimintaa – huomaamattamme. Hyvä niin!

Mikäli nuorisotoimintat herättävät kysymyksiä, joista haluaisit jutella lisää ja vaikka osallistua toimintaamme itsekin, niin ota yhteyttä johonkin meistä. Meidät

löydät esimerkiksi minigolfradaltamme kesäiltoina radan päivystyspuhissa.

Toivotan mukavaa kesää kaikille Palveleva Leijona -lehtemme lukijoille ja lehden tukijoille (lehti on yksi varainkeruutoimintamme) yhden tämän hetken palveluaktiviteettimme sloganin muodossa – Vastuu on meidän!

”Lapset opettavat meille monia asioita, mm. kärsivällisyytemme rajat.” (Franklin P. Jones)

Jukka Isotalo,
Suomen Lions-liiton
Nuorisotoimintajohtaja 2014-2017,
LC Espoo/keskuksen
nuorisotoimikunnan pj.



GRANI LIONS

Kevätsiivous, myyntikelpoiset esineet kunniaan

Grani Lionsin noin 30 veljeä sekä osittain myös heidän perheenjäsenensä nauttivat todella paljon klubin vuosittaisesta aktiviteetista. Mikään muu aktiviteetti ei luo samanlaista yhteenkuuluvuutta kuin nk. ”Perinteinen kirpputori” keväällä. Työesteitä ja matkoja yritetään todella välttää kun kirpputoritapahtumasta on kysymys. Sunnuntaina 19. huhtikuuta 2015 klo 12.00 Kasavuoren koulussa jo 40. kerran.

Kun keväturinko kauniisti, mutta pölyn kannalta armottomasti paistaa, tulee monelle mieleen, että esineitä voisi olla vähemminkin. Ylimääräisen myyntikelpoisen tavaran voi silloin laittaa kiertoon Lionsin kautta. Tämä kun on tiedossa, niin suuri yleisö voi tukea mm. paikallisia yhdistyksiä ja nuorisotoimintaa sekä antaa Grani Lionsille mahdollisuuksia myöntää koulustipendejä. Kirpputoria on koko perheelle kivaa kiertää jos vaikka jokin tarpeellinen, puoliantiikkinen tai muutoin mielenkiintoinen tavara löytyisi. Kahvilassa saattaa lisäksi tavata mukavia tuttuja.

Tukea nuorisotoiminnalle ja tavaraa kävijöille

Kalusteita, kirjoja, kotielektroniikkaa, vaatteita, leluja, taidetta, urhei-

luvälineitä ja nk ”kirppuja” eli posliinia ja lasia sekä koriste-esineitä ja pienille tytöille mielenkiintoisia koruja, pojille autoja. Suurin ruuhka on yleensä ovien avautuessa klo 12 ”kirppujen” ja kirjojen ympärillä. Paikalle tullaan ajoissa, jotta oven ulkopuolella ehtisi nauttia vohvelista taikka grillimakkarasta, jotka yhdessä muodostavat mielenkiintoisen ja houkuttelevan (?) tuoksun. Tavaralle yhteistä on edullinen hintataso. Arabian posliinikaan, niin pitkälle kuin sitä riittää, ei ole antiikkimarkkinahintaista. Yleisölle yhteistä on se, että yhä useampi hakee kohtuullista laatua olevaa mutta hinnaltaan edullista vanhaa tavaraa, esim. kalusteita taikka vaatteita.

Myyntitulot, joihin lasketaan myös tilaisuuden ohjelmalehtisen ilmoitustulot, annetaan tukena

edelleen hakemusten perusteella mm. musiikkiopistolle ja muille yhdistyksille. Lisäksi järjestetään kansainvälistä oppilasvaihtoa ja jaetaan koulustipendejä. Tuemme mm. kotimaisten kielten opiskelua kielistipendeillä. Paikallisissa ruotsinkielisissä kouluissa jaamme nämä stipendit oppilaille, jotka hyvällä asenteella opiskelevat suomen kieltä ja suomenkielisissä kouluissa oppilaille, joiden asenne vastaavasti ruotsinkielen opiskelua kohtaan on myönteinen. Kuten tiedämme noin puolet koulujen oppilaista asuvat Espoossa ja Kauniainen on kaksikielinen kunta kuten Kauniaisten Lionsit. Toinen tärkeä kohderyhmä klubin yli 50 vuotta kestäneen toiminnan aikana on ollut sotainvalidit Kaunialassa.

Kirpputoritapahtumaa koordinoi

tänä vuonna klubin varapresidentti, Kjell Nyberg (kutsumme häntä tässä tehtävässään ”kirppukeisariksi”). Vuoden presidenttinä toimii Eero Hakala. Hän ja klubin 30 vel-

jeä kiittävät sekä kirpputoriesitteen ilmoittajia ja tavaran lahjoittajia että suurta yleisöä.

19.3.2015 Lasse Bergström, Grani Lions, tiedotusvastaava



Tavaraa riittää Kasavuoren koulussa. Massor att fynda för publiken.

Vårstädning, med värde åt gamla saker

Bröderna i Grani Lions samt i många fall deras familjemedlemmar njuter i stora drag av klubbens årliga huvudaktivitet. Få aktiviteter har lika stor betydelse för sambörigheten som den traditionella loppmarknaden. Man undviker verkligen både resor och arbetsförhinder då loppmarknaden skall förverkligas. I år öppnas dörrarna för fjortonde gången till Kasavuoren koulu söndagen 19 april kl. 12.

Då vårsolen ler och dammet obarmhärtigt avslöjar att man kunde ha färre prylar, är det dags att minnas Grani Lions loppmarknad. Saker som blivit obehövligen men som trots allt kunde säljas på loppmarknaden kan doneras. På detta sätt kan man stöda lokala föreningar och ungdomen samt verksamheten bland krigsinvaliderna på Kauniala.

Viktigt är att komma och fynda. Användbara saker hittar snabbt en ny ägare, ofta till ett mycket skäligt pris. Det är roligt att besöka Lions lopptorg, ensam eller med hela familjen, och även om man inte hittar något egentligt fynd att köpa, kan man i gott sällskap ta en kopp kaffe med tilltugg i caféet. Redan utanför dörren konkurrerar doften av grillkorv med doften av goda väfflor. Varor finns. Möbler, böcker, hemelektronik, kläder, leksaker, konstföremål, sportartiklar och de sk. lopporna, dvs. porslin och glas, prydnadsföremål och

smycken för småflickor, småbilar för pojkar osv. Bröderna i Lions insamlar varor under hela året efter föregående loppmarknad och ordnar dem i ”avdelningar” för att underlätta fyndandet.

Årets koordinator heter Kjell Nyberg, klubbens vicepresident, som i loppmarknadssammanhang kallas för ”loppgeneral / kirppukeisari”. Eero Hakala, årets president, bakom väffeljärnet. Eero och 30 övriga glada bröder tackar alla varudonatorer och annonsörer sam t den stora publiken.

19.3.2015, Lasse Bergström, Grani Lions, informationsansvarig



Suunnitteletko asunnonvaihtoa?

PYYDÄ MEILTÄ RAHOITUSTARJOUS!

Teemme juuri sinulle sopivan lainatarjouksen elämäntilanteesi ja toiveittesi pohjalta.

Meiltä saat saman katon alta kaikki tarvitsemasi pankki-, vakuutus- ja kiinteistönvälityspalvelut.

Tervetuloa Aktiaan!

Tervetuloa konttoriimme tai varaa aika, puh. 0800 0 2470. www.aktia.fi

Aktia Pankki Oyj
Espoon keskus
Kamreerintie 5 • 02770 Espoo

Aktia

Näkee jokaisessa asiakaassaan ihmisen.



Planerar du bostadsbyte?

VI ORDNAR FINANSIERING, BE OM EN OFFERT!

Vi syr ihop en lösning som passar just dina behov och din livssituation.

Hos oss får du allt du behöver på ett och samma ställe; banktjänster, förmögenhetsförvaltning, försäkringar och fastighetsförmedling.

Välkommen till Aktia!

Titta in på vårt kontor eller boka tid på 0800 0 2470. www.aktia.fi

Aktia Bank Abp
Esbo Centrum
Kamrersvägen 5 • 02770 Esbo

Aktia

Ser en människa i varje kund.

Minigolfrata on palvellut asukkaita yli 20 vuotta

Minigolfrata Kirkkojärvellä avaa taas ovensa 9.5.2015

Kirkkojärvellä on toiminut Espoon keskuksen lionsien perustama ja ylläpitämä minigolfrata vuodesta 1993. Rata sijaitsee tutulla paikalla Kirkkojärven koulun, Kuninkaantien lukion ja Kaivomestarin uimahallin naapurissa. Virallinen osoite on Kaivomestarinntie 8.

Rata on perinteisesti avattu äitienpäiväviikonloppuna ja niin tehdään myös tänä vuonna. Virallinen avajaispäivä on lauantaina 9.5.2015. Äitienpäivänä äidit saavat pelata ilmaiseksi ja palkinnoksi annetaan ruusu.

Radan aukioloaika on voitu pidentää ja avamme arkisin radan jo klo 15.00. Tämän on mahdollistanut paikkakunnan nuorten palkkaaminen Espoon kaupungin kesäseteleillä. Arkisin nuoret päivystävät radalla ja viikonloppuna ja pyhäpäivisin tutut lionsveljet.

Rata koostuu 18 erilaisesta pelivälystä täyttäen viralliset kilpailuvaatimukset ja näin ollen se on hyvin kilpailukykyinen pääkaupunkiseudun muiden ratojen kanssa. Radan päivystyksestä ja kunnossapidosta vastaavat vapaaehtoisvoimin ja korvauksetta Espoon Keskusten lionsit. Minigolfradan tuotto käytetään lyhentämättömänä LC Espoo/Keskusten avustuskohteisiin, mm.:

- nuorisovaihto ja nuorisoleirit
- vanhuksien
- vammaisten
- stipendit alueen kouluihin
- avustukset yksityisille henkilöille ja perheille
- Lions Quest -koulutukseen, jossa opettajia koulutetaan valistamaan lapsia ja nuorisoa tuntemaan vastuuta itsestään ja elämään ilman huumeita.

Minigolf on mukava kesäinen ajanviete alueen asukkaiden, sekä lasten, nuorten että varttuneiden keskuudessa. Kynnys tulla pelaamaan on matala ja tämän huo-



maa myös radalla. Monet lapset ja nuoret odottavat jo malttamattomina portin takana ennen radan avaamista. Pelaajia kesäkaudella on noin 2 500.

Rata on avoinna

- arkisin klo 15.00 - 21.00
- viikonloppuisin klo 13.00 - 21.00
- Rata on auki elokuun loppuun asti.

Pelilippujen hinnat

Aikuisen yhden pelin hinta on 5,00 euroa ja lasten lipun hinta on 3,00 euroa. Voit myös ostaa 10-pelin sarjalipun, jolloin yhden pelin hinta tulee edullisemmaksi. Radalla toimii myös kiosk, josta saa ostaa virvokkeita.

Myös tänä kesänä radalla on erilaisia tapahtumia, kuten perinteinen firmaturnaus. Perhelystejä vietetään 17.5. radalla. Näistä löytyy

tarkempaa tietoa muualla lehdessä.

Otamme mielellämme vastaan koululuokkia ja työporukoita pelaamaan ja nauttimaan pienestä kisailusta. Voit siis järjestää koululuokaksi liikuntatunnin tai työpaikkasi virkistyspäivän minigolf-teemalla. Sopimuksesta voimme olla auki normaalin aukioloajan ulkopuolella.

Käy tutustumassa klubin kotisivuihin osoitteessa www.lc-espoo-keskus.fi. Sivustolla on tietoa radasta ja aukioloajoista.

Suunnitelmissa ollut Frisbeegolf-radan rakentaminen minigolfradan läheisyyteen odottaa Espoon kaupungilta tarvittavia lupia.

Minigolf on mukava peli – tule mukaan pelaamaan! Toivotamme alueen asukkaat lämpimästi tervetulleiksi radalle taas toukokuussa 2015!

**Lions Club/Espoo keskus
Ratatoimikunta
Ilpo Lintula**

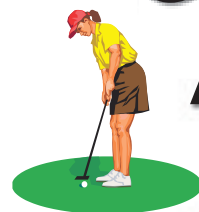
Pelisäännöt

Pelimaksu oikeuttaa yhteen pelikierrokseen per henkilö. Pelivälineet on tarkoitettu ainoastaan radoilla pelaamiseen. Vältä radalla kävelyä, älä astu tai seiso valkoisella reunalla.

- Aloita pelaaminen radalta 1 (mikäli on ruuhkaa radoilla, voit aloittaa muualtakin)
- Pidä mailasta kiinni kaksin käsin ja lyö palloa mailan lapaosalla.
- Yhtä rataa kohden saat käyttää kuusi lyöntiä. Jos pallo ei mene reikään kuudella lyönnillä, merkataan tulokseksi seitsemän.
- Kun pallo ylittää radalla olevan punaisen rajalinjan, saat jatkaa peliä pallon pysähtymispaikasta, muussa tapauksessa palaat aloituspisteeseen.
- Joillakin radoilla olevien esteiden oheen on merkattu keltaisella ns. siirtolinjat, joille saakka saat siirtää palloa radan suuntaisesti pois päin esteestä.
- Lyöntiä varten voit astua radalle.
- Jokaisen radan vieressä on lyhyt selostetaulu, jossa on radan nimi ja faktaa radan luonteesta.
- Kun tulet radalle 18 ja saat pallon reikään, olet kiertänyt radan.
- Palauta maila ja kirjoituslupa ratatoimistoon.



Golfpäivä Äideille



**Äidit
Pelaa ilmaiseksi!**

Palkitsemme Äidit ruusulla
minigolfkierroksen päätteeksi



Minigolf-rata on avoinna 9.5.2015 alkaen:

-arkisin klo 15.00 – 21.00
-la ja su klo 13.00 -21.00

Peliliput: -aikuiset 5,00€ / lapset (alle 13v.) 3,00€
Kioskista: -virvokkeita, jäätelöä, makeisia

Espoon keskuksen Kirkkojärveltä löydät Lions Club Espoo/Keskusten ylläpitämän 18-reikäisen minigolfradan, Kaivomestarin kadun päästä, Kuninkaantien uimahallin takaa.

Lisätietoja: www.lc-espookeskus.fi / puh. 0400-851 466

Etu Äideille voimassa Äitienpäivänä 10.5.2015

Uusi pesukone Neste Oil Muuralassa! Puhtaampi auto nyt meillä!

Pesuetukortilla
joka 6. pesu
veloituksetta!



Olemme uusineet pesuhallimme!
Nopea ja nykyaikainen Tammer-
matic Ultralux -koneemme antaa
autollesi nyt entistä upeamman
kiillon!

- ... Parasta kiiltoa autosi maali- ja muovipinnoille
- ... Perinteistä kuumavahausta parempi suoja estää lian pinttymisen - pidät autosi helpommin puhtaana
- ... Vastaa käsintehtyä pikavahausta

**Tuo autosi pesulle joko pikapesuumme
tai omatoimiseen pesuun myös
uusittuun TI-halliimme!**

Neste Voltera -lasinpesunesteet
Ja näet kirkaammin eteenpäin!

Uusi huippuluokan
tuulilasinpesuneste
Neste Voltera Pro.
Neste Nano Technology.



Muodostaa
tuulilasin
pintaan vettä
ja likaa hylkivän
suojakalvon.



Meiltä myös muut
Neste Voltera -lasin-
pesunesteet:
- vahva ja tehokas Strong
- sitruunanraikas Citrus
- käyttövalmis Ready

Vietä meillä virkistävä kahvihetki!

Meiltä saat aina tuoretta kahvia sekä herkulliset kahvileivät kyytipojaksi. Lisäksi maistuvia ruoka-annoksia, hampurilaisia sekä itsepaistettuja runsastäytteisiä pizzoja - myös mukaan!

**Tee helppoja ostoksia myymälässämme ja
tankkaa samalla käynnillä autoosi laadukasta
Neste-bensiiniä tai Neste Pro Dieselä!**

Asemallamme myös:

- ... TI-halli auton omatoimiseen huoltoon ja pesuun
- ... Majava-peräkärryjen vuokraus ja myynti
- ... Ongelmajätteen keräyspiste



Neste Oil Muurala
Nimismiehenpelto 1, Espoo. Puh. (09) 859 3900
Avoinna ark. 6.00-21.30, la 7-21, su 8-21



Käynti meillä voi
muuttaa elämäsi.

