

# PYHÄJOEN KUUULUMISET

Keskiviikkona 26.3.2008 - viikko 13

## Vieska Sinfonietta on nuorten orkesteri

NOORA TORNBORG

Ylivieskan Akustiikkasali täyttyy nuorista soittajista; Vieska Sinfonietan harjoitukset ovat alkamassa. Soittajat istuutuvat tutuille paikoilleen; viritys aloitetaan. Lopulta kapellimestari astuu paikallensa, ja harjoitukset alkavat.

Vieska Sinfonietta -orkesteri on koottu Ylivieskan Seudun Musiikkiopiston pidemmälle edistyneistä oppilaista. Orkesteri koostuu jousi-, puhallin- ja lyömäsoittajista. Monissa teoksissa myös flyygeli on mukana. Johtohahmoina toimivat viulunsoiton opettaja **Emil Dikanarov** ja klarinetinsoiton opettaja **Gabor Fodor**, joka on myös orkesterin kapellimestari.

Lukukaudessa harjoituksia on 4-6 kertaa, ja ne kestävät koko päivän. Harjoitusjakso huipentuu konserttiin. Esimerkiksi joulukuun konsertissa oli tietenkin ohjelmistossa paljon joulumusiikkia. Lisäksi orkesteri säesti laulusolisteja muutamissa joululauluissa.

Viime keväänä ohjelmistossa oli muun muassa **Saint Saensin** Eläinten karnevaali. Tätä teosta orkesteri soitti Ylivieskan lisäksi myös Kalajoen ja Pyhäjoen kouluilla. Teos sopi hyvin koululaisille esitettäväksi.

### Soittajia myös Pyhäjoelta

Soittajia orkesterissa on Alavieskasta, Kalajoelta, Pyhäjoelta, Sievistä, Reisjärveltä ja Ylivieskasta. Pyhäjokisia soittajia Ylivieskassa käy viisi: kolme viulistia, alttoviulisti ja sellisti.

Alttoviulisti **Kalle Tornberg** on soittanut orkesterissa vuoden verran ja on tykännyt yhdessä soittamisesta. "Yhdessä soittaminen on mukavaa, koska lopputulos on aina niin mahtipontinen", kuvailee Kalle: "Orkesterisoittamisessa saadaan helposti aikaan monenlaisia sävyjä."

Harjoituksetkaan eivät tunnu pitkiltä, kun saa soittaa yhdessä muiden kanssa. Yhdessä soittamisessa oppii myös kuuntelemaan toisten soittoa ja sovittamaan oman soittonsa siihen. "Orkesterissa soittaessa ei tarvitse jännittää niin paljon kuin yksin soittaessa", Kalle kertoo.

Tänä vuonna Ylivieskan Seudun Musiikkiopisto täyttää 40 vuotta, ja Vieska Sinfonietta valmistautuu omalta osaltaan juhlallisuuksiin. Luvassa on ainakin työntäyteinen kevät ja toivottavasti upeasti soiva lopputulos.



Opiskelijat lukivat teologian tohtori Juhani Rekolan kirjasta Ruusumaanantaista pääsiäisaamuun esseen Hiljaisen viikon keskiviikosta. Kuvassa Heli Luoto (vas.) ja Eeva-Kaisa Loukusa. Kuvataiteen opiskelijat olivat luoneet kirkkoon pääsiäistäidetta. Aino-Riikka Keskitalon ja Netta Pirkolan taideteos näkyy kuvassa; sama teos oli viime viikolla Kuulumisten kannessa.



Yläasteen ja lukion yhteistä pääsiäiskirkkoa vietettiin hiljaisen viikon keskiviikkona. Ylivieskan seudun musiikkiopiston opiskelijat antoivat ison panoksen. Mira Halusen ja Katja Korpelan, huilu; Petri Lukkarisen, kitara kappale oli Devienne: Melodia d-mollissa.



Pauliina Raivio soitti kitaralla kappaleen anonymos (Jane Pickering's notebook): Packinton's Pound.

## Helaakosken sisaruksilta levy

MARJO LUOKKANEN

Vuosikymmeniä yhdessä laulaneet pyhäjokiset Helaakosken sisarukset ovat nyt levyttäneet. **Tuulikki Mattila, Marjatta Karkulahti, Laura Salmela** ja **Maija-Liisa Haapakos-**

**ki** ovat tehneet cd-levyn Muistojen puu. Levy sisältää kahdeksan laulua: Syntymäpäivä äidin, Taikayö, Sini-nen hetki, Rakasta, kärsi ja unhoita, Pyyntikki-valssi, Odotin pitkän illan,

Muistojen maa ja Vinetan kellot. Levyjä on tehty kaikkiaan 1000 kpl ja ne maksavat 10 euroa. Levyjä voi ostaa mm. Pyhäjoen kirjastosta ja laulavilta sisaruksilta itseltään.



## PYHÄJOEN KUNTA

### PYHÄJOKINEN TYÖNANTAJA!

#### Kesätyöpaikkatuki vuodelle 2008 haettavana.

Pyhäjoella toteutetaan tänä kesänä ylikunnallinen vuosina 90 - 92 syntyneiden nuorten kesätyöllistäminen.

Kunnallisen tukijärjestelmän tarkoituksena on saada aikaan lisää kesätyöpaikkoja siirtämällä työllistämisen painopistettä kuntien työpaikoista yksityiselle sektorille.

Pyhäjoen kunta maksaa määrärahojen puitteissa tukea työnantajalle, joka tarjoaa kesätyöpaikan vuosina 90 - 92 syntyneelle nuorelle ja sitoutuu työllistäessä täyttämään kunnan kesätyöpaikkatukipäätöksessä asettamat ehdot. Ehdot ovat yhteneväiset kaikissa toimintaan osallistuvissa kunnissa.

- Tuen suuruus on 85,00 €/viikko/nuori
- Tuen voi saada 2 tai 3 viikon työsuhteeseen
- Tuki myönnetään hakemisyjärjestyksessä
- Tukea voi hakea 30.04.2008 saakka

Työntekijät haetaan Pyhäjoen työvoimatoimiston kautta kesätyön yhteishakujärjestelmässä mukana olevista nuorista.

Työvoimatoimistossa nuorten kesätyöpaikka-asioita hoitaa Ulla Saarenpää, puh. 010 60 44710. Virastotalolla tukiasioita hoitaa Vuokko Haapakoski puh. 4390 233 jolta saa myös lomakkeita tuen hakua varten. Lomakkeet tulostettavissa myös internetsivulta osoitteesta: [www.mol.fi/raahe](http://www.mol.fi/raahe)

Tervetuloa työllistämistalkoisiin!

#### KOULULAISTEN JA OPISKELIJOIDEN KESÄTYÖPAIKKOJEN HAKU VUONNA 2008

Vuosina 90 - 92 syntyneet nuoret hakevat keskitetysti työvoimatoimiston kautta yhteishakulomaketta käyttäen. Hakemus on palautettava henkilökohtaisesti Pyhäjoen työvoimatoimistoon 30.04.2008 mennessä.

Vuosina 84 - 89 syntyneet opiskelijat: Pyhäjoen kunta valitsee kesätyöntekijät leikkikentille ja muihin kunnan kesätoihin Pyhäjoen työvoimatoimistoon ilmoittautuneista kesätyönhakijoista.



Kuntatie 1, Postilokero 6, 86101 Pyhäjoki  
Puhelin: (08) 439 01, Faksi: (08) 439 0266  
[www.pyhajoki.fi](http://www.pyhajoki.fi)



Sunnuntaina klo 12-17  
noutopöydästä:

Porsaan ulkofilettä  
sienikastikkeella,  
uuniperuna ja kasvikset,  
salaattipöytä 10e

Paljon toivottu karaokeviikonloppu!

PE ja LA karaokeliput 3e

- Pizzaa  
- Grilli  
- À la carte

Ravintola Dado  
Vanhatie 44  
86100 Pyhäjoki

044 - 3500 540

Käy kurkkaamassa tulevaa ohjelmistoa  
[www.dado.ws](http://www.dado.ws)

## Onnikarhu Monitoimitalolla

Marionettiteatteri Mundo on brasilialaisen nukketaitelijan Marco Pinton sooloteatteri Turussa. Onnikarhu on isäkarhu, joka vie lapsensa maailmanympärimatkalle sadun voimin... Isäkarhu kertoo erilaisuudesta, sukulaista Kiinassa (pandakarhu), Grönlannissa (jääkarhu) ja Etelä-Amerikassa (silmlänsäkarhu). Nukkenäytelmä ONNIKARHU nähdään Pyhäjoen Monitoimitalolla keskiviikkona 2.4. klo 10.00. Kesto 30 min. Esitykseen on vapaa pääsy. Tervetuloa!



## Valtakunnallinen 4H-leiri Poiju

Vesihenkinen 4H-leiri Poiju järjestetään 24.-27.6.2008 Rauhalahden leirintäalueella, Kuopiossa. Poiju on vuoden päätapahtuma kaikille 12 vuotta täyttäneille ja sitä vanhemmille 4H-nuorille. Leirillä juhlimme myös 80-vuotiaasta 4H-järjestöä, joten Kuopioon odotetaan tuolloin suurta joukkoa 4H-nuoria ja toimihenkilöitä. Leirin järjestäjinä ovat Pohjois-Savon 4H-piiri ja pohjois-savolaiset 4H-yhdistykset.

Jokaisen oma luovuus, hoksaavuus, tiedot ja taidot ovat koetuksella niin leirillä kuin Hoksopoli Perhepelipuis-tossa. Leiriohjelmassa veteen liittyvä ja yhdessä tekeminen ovat tärkeitä elementtejä. Leirillä pääset muun muassa soutamaan, uimaan, harjoittelemaan sirkuslajeja, leipomaan ka-

lakukkoa, tanssimaan rantadiskossa ja seilaamaan Kallavesi-risteilyllä.

Poiju-leirille ilmoittautuminen parhailaan.

Leiriläiset, K-12, ilmoittautuvat omaan paikalliseen 4H-yhdistykseen 31.3.2008 mennessä. Osallistumislomakkeita (ilmoittautuminen) ja lisätietoa saa sekä Poiju-leirin nettisivuilta: [www.4h.fi/poiju](http://www.4h.fi/poiju) että paikallisesta 4H-yhdistyksestä.

Tervetuloa Poijulle!

Lisätietoa: Poiju-leiritoimisto, Heli Nuutinen, [heli.nuutinen.ps-4h\(at\)mpmol.fi](mailto:heli.nuutinen.ps-4h(at)mpmol.fi), p. (017) 261 4302 ja 044 361 9415, [www.4h.fi/poiju](http://www.4h.fi/poiju)

# Health from Herbs? Antioxidant Studies on Selected Lamiaceae Herbs in vitro and in Humans - Väitöskirjan tiivistelmä



Proviisori Anna Nurmi (omaa sukua Peltoketo) pääsi ylioppilaaksi Pyhäjoen lukiosta vuonna 1992. Hän väittelee ensi lauantaina kello 12 Helsingin yliopiston farmasian tiedekunnassa aiheesta "Health from Herbs? Antioxidant Studies on Selected Lamiaceae Herbs in vitro and in Humans". Väitöstilaisuus järjestetään osoitteessa Viikin Infokeskus, Sali 2, Viikinkaari 11

Epidemiologisten eli väestöpohjaisten tutkimusten perusteella runsaasti kasviksia ja hedelmiä sisältävä ruokavalio vähentää riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin. Yksi vahvimista suojavaikutusta selittävästä teorioista pohjautuu ruokavalion hapettumista estävien eli antioksidatiivisten komponenttien, kuten

C- ja E-vitamiinin, karotenoidien ja fenolisten yhdisteiden, toimintaan ihmiselimestössä. Tässä työssä tutkittiin Lamiaceae-heimon maustekasveja: salviaa (*Salvia officinalis* L.), timjama (*Thymus vulgaris* L.), rosmariinia (*Rosmarinus officinalis* L.) ja kahta oreganolajiketta (*Origanum vulgare* L. ja *Origanum onites* L.), jotka sisältävät runsaasti antioksidatiivisia fenolisia yhdisteitä.

Työssä tutkittiin erilaisten uutto-menettelmien käyttöä fenolisten antioksidanttien uuttamiseen salviasta. Uutteiden fenoliprofiili selvitettiin nestekromatografisesti ja niiden antioksidanttitehoa 1,1-difenyyli-2-pikryylihydryksyyliiradikaalin (DPPH•) sieppaajina tutkittiin. Paineistettu kuumavesiuutto osoittautui menetelmästä tehokkaimmaksi. Osatöissä käytettävien uutteiden valmistamiseen valittiin vesitislus, jolla valmistettujen uutteiden maku- ja hajuominaisuudet olivat käyttötarkoitukseen soveltuvat ja joka oli helposti siirrettävissä suurempaan tuotantomittakaavaan. Salvia, rosmariinin, timjamin ja oreganon (*O. vulgare*) vesiuutteiden kokonaisfenolipitoisuus määritettiin, ja niiden antioksidanttitoimintaa koeputkimalleissa (in vitro) tutkittiin

radikaalinsieppauskykyä, rauta-ionien pelkistämiskykyä ja low density lipoprotein (LDL) -kolesterolin hapettumisenestokykyä mittaavilla menetelmillä. Kaikki uutteet toimivat antioksidantteina käytetyissä koeputkimalleissa, mutta aktiivisuusjärjestys vaihteli menetelmittäin.

Oreganon (*O. onites*) fenolisten happojen imeytymistä ja metaboliaa ihmiselimestössä arvioitiin tutkimalla uutteen nauttimisen jälkeen virtsaan erittyviä fenolisia metaboliitteja nestekromatografisesti.

Metaboliittien määrä lisääntyi merkittävästi osoittaen, että ainakin osa uutteen fenolista komponenteista imeytyi elimistöön.

Yhdisteprofiilin perusteella uutteen fenoliset hapot metaboloituivat tehokkaasti. Saman uutteen fenolisten komponenttien ja niiden metaboliittien antioksidanttitehoa tutkittiin DPPH•- ja LDL-malleissa.

Uutteen fenolilla yhdisteillä sekä niiden metaboliiteilla havaittiin antioksidanttiaktiivisuutta; metaboliittien aktiivisuudet olivat lähtöaineitaan alhaisempia. Kaksois-sokkoutetussa, lumekontrolloidussa kliinisessä kokeessa tutkittiin, onko oreganouutteella (*O. vulgare*) vaikutuksia elimistön antioksidanttikapa-

siteettiin tai rasvojen hapettumista kuvastaviin mittareihin terveillä miehillä. Lyhyt- tai pitkäaikaisia vaikutuksia ei havaittu.

Tutkitut yrtit sisälsivät voimakkaita vesiliukoisia antioksidantteja, joista suurin osa oli fenolisia happoja. Ainakin osa oreganon fenolisista yhdisteistä imeytyi ihmiselimestöön ja metaboloitui tehokkaasti. Siitä huolimatta 45 koehenkilöllä tehdysä kliinisessä kokeessa ei havaittu antioksidanttivaikutuksia yleisesti käytetyillä, luotettavina pidetyillä mittareilla. Tulokset viittaavat siihen, että yrttien fenolisten yhdisteiden mahdolliset terveyshyödyt eivät välittyisi suoran antioksidanttivaikutuksen kautta. Runsaasti fenolisia yhdisteitä sisältävän, kasvis- ja hedelmäpainotteisen ruokavalion epidemiologisesti havaittu yhteys alentuneeseen sydän- ja verisuonisairauksien riskiin sekä fenolisten yhdisteiden lukuisat bioaktiiviset mekanismit koeputkimalleissa viittaavat kuitenkin siihen, että terveyshyötyjä voisi välittyä jonkin muun mekanismin kautta.

## Väitös: Anna Nurmi:

### Farmasia

**Esittäjä:** Anna Nurmi  
**Paikka:** Viikin Infokeskus, Sali 2, Viikinkaari 11  
**Kampus:** Viikki  
**Aika:** 29.3.2008 klo 12.00

**Kuvaus:** Proviisori Anna Nurmi väittelee 29.3.2008 kello 12 Helsingin yliopiston farmasian tiedekunnassa aiheesta "Health from Herbs? Antioxidant Studies on Selected Lamiaceae Herbs in vitro and in Humans". Väitöstilaisuus järjestetään osoitteessa Viikin Infokeskus, Sali 2, Viikinkaari 11.

Vastaväittäjänä on dosentti Marina Heinonen, Helsingin yliopisto, ja kustoksena on professori Raimo Hiltunen.

Väitöskirja julkaistaan sarjassa Dissertationes bioscientiarum molecularium Universitatis Helsingensis in Viikki.

Väitöskirja on myös elektroninen julkaisu ja luettavissa E-thesis -palvelussa.

# Onnellisuusbakteerin puraisemaa

## Yppäriläinen paikallisbasilli vaarana levitä myös laajemmin!

TERESA TUUTTILA

Raahen opiston kuvataidekerholaiset pohtivat eräissä teemallisissa opetusjaksoissa onnellisuuden olemusta. Mitä oikeastaan on olla iloinen ja onnellinen? Mitkä asiat vaikuttavat onnellisuuden syntyyn? Totuus tulee yleensä lapsen suusta, ottaamme siis kaikki seuraavista asioista oppia.

Lapsilta kysyttäessä, mikä heidät tekee onnelliseksi, sain haaviini seuraavanlaisia vastauksia:

”Minut tekee onnelliseksi karkki.”

Haa. Alku vaikuttaa hyvin lupaavalta, ei ainakaan mitään suurta ja kallista. Karkin syöjä on tietysti muututtava hampaiden pesusta, niin tekevät kaikki harmaat ja ilottomat ja ennen kaikkea vastuuntuntoiset aikuiset. Mutta se on se vapaus ja vastuu asia tärkeä; karkista ja herkuista saa nauttia, kunhan muistaa sen pikkuasian. Siis hyvä – jatkaamme.

”Minut tekee onnelliseksi juttuseura. Ja jos ei ole juttuseuraa, juttelen itseseni.”

Tämähän on loistavaa! Me isot ihmiset osaamme valitella asiasta kuin asiasta, milloin ei ole kaveria, milloin se kuuntelija ei ymmärrä, tai sitten on jotenkin muuten epäkelo. Ison maailmassa, ainakin telkkarin mukaan, ovat ihmiset otaneet uudeksi ”ystäväkseen” terapeutin. Tämä toimii ilmeisesti sen tosiystävän korvikkeena, jonka kanssa keskustella ja pohtia asioita. Jokaisessa saippuasarjassakin roolihenkilöillä on omat terapeutit – niiden puuttuminen johtaa jo välittömään epäilyyn sarjan uskottavuudesta. Mutta tässä tuli vastaus, lapsen suusta kaikessa yksinkertaisuudessaan. Jos ei ole kaveria tai ystävää tai edes sitä terapeuttia, aina voi jutella itselleen. Ja on edullista! Iloisuus saattaa kylänraitillakin levitä, kun kertoilee päivän tapahtumia itselleen. Ja jotakin kiinnostaa ihan varmasti niin paljon, ettei pysty uteliaisuuttaan peittelemään ja lyöttäytyy seuraan mukaan! Kaksi kärpästä yhdellä iskulla!”

”Minut tekee onnelliseksi eläimet, hevoset ja ponit”.

No totta. Eläinten kanssa puuhastelu on rattoisaa ajankulua ja parhaimmillaan tapauksissa kuntokin kasvaa. Sitä paitsi, niille karvakorvillekin on hyvä jakaa päivän kuulumisia. Se, miten Turren tai Pollen kommenttia tulkitsee, onkin eri juttu. Ehkä se siinä on ilo piilekin. Eläimet tuntuvat pääsääntöisesti ilostuvan tapaamisesta. Siskon koirakin aina, vaikka edellisestä tapaamiskerrasta olisi kulunut vain tunti (tai vartti), vaatii uusintasuuteloita. Kyllä siinä onnellisuusbakteerit levivät puolin jos toisin!

”Minut tekee onnelliseksi maalaukset”.

Ai, että on mukavaa kuultavaa. Vaikka epäilenkin lauseen muodostumista vain hemmotellakseen opettajan korvaa, piilee siinä totuuden jyvän. Mikä tahansa itsensä ilmaisu, tapahtuipa se sitten leikkien, laulaen tai piirtäen rentouttaa mieltä ja tukee positiivisesti kasvua. Piirtäessä tai maalatessa peilaamme näkemäämme maailmaa itseme kautta. Näin opimme ympäristötämme, mutta ennen kaikkea myös itsestämme. Puhumattakaan värien psykologisesta vaikutuksesta; talven pimeimpään aikaan voisimme maalata ja tehdä upeita sävyjä. Olisi aivokopalla muutakin työstettävää kuin se ulkosalla vellova pimeä loskamoska.

”Minut tekee onnelliseksi lenkkeily ja urheilu”.

Siis hyvä lapset! Nyt opettaja tati on hyvin iloinen! Naisten lehdet ovat pullollaan artikkeleita, jotka pyrkivät parantamaan ihmisten mieltä nimenomaan liikunnan avulla. Näitä artikkeleita ovat kommentoimassa mitä oppineimmat tohtorit ja kaikki tuntuvat tietävän, että liikunta on tosi hyvä juttu. Kuitenkin jo sivua kääntäessään voi todeta, että Suomi on siinäkin mielessä kehityksen kärkimaa, että liikalihavuus on meilläkin jo ongelma. Eli annetaan onnellisuusbakteerille mahdollisuus ja lähdetään ylös, ulos ja lenkille. Yhdistetään siihen lenkkikaveri

– joko perinteinen kaksijalkainen, tai karvakorva – oman mieltymyksen mukaan, löpötellään samalla tai vaikka lauletaan, jos siltä tuntuu. Jos syke uhkaa laskea, niin pistää vaikka metsätiellä valssi. Jos ei naurata, niin jo on kumma!

Ennen kaikkea lapset keksivät heti vitsejä ja aforismeja; nämä levittävät akuuttiin hätään onnellisuuden ja ilon tunteita.

”Mikä viilettää järvestä tuhatta ja sataa?”

Hai, jolla on turbomootori!”

”Mies meni elinkauppaan. Siellä hän katseli eläimiä. Mikään ei kuitenkaan tuntunut kiinnostavalta, kunnes hän näki tv:tä katselevan jääkarhun. ”Minä otan tuon”, mies sanoi elinkauppiaille. ”Selvä”, hän vastasi ”mutta älä kosketa sitä olkapäähän”. Jääkarhu oli miehellä 5 vuotta. Mies mietti jatkuvasti, mitä tapahtuisi, jos hän kosketaisi jääkarhua olkapäähän. Eräänä päivänä hän ei enää voinut vastustaa kiusausta ja kosketti karhun olkapäätä. Alkoi hurja takaa-ajo. Lopulta jääkarhu ajoi miehen nurkkaan.

Ja sanoi: ”Hipaa.”

”Voit tarkistaa oletko pessimisti vai optimisti helposti vesilasitellillä. Ota puolikas vesilasi, mikäli se näyttää puolittaydeltä, olet optimisti. Mikäli lasi on puolityhjä, olet pessimisti.”

”Ilon tunne tulee, kun menee isin kanssa uimaan.”

”Pikku – Kalle meni kouluun. Opettaja kysyi: ”Miksi sinulla on tikapuut mukana?” Pikku – Kalle vastasi: ”Haluan päästä yläasteelle.”

”Mies määrättiin teloitettavaksi. Poliisi antoi miehelle vielä yhden toivomuksen. Mies toivoi, että saisi laulaa ”Miljoona varista istui aidalla.”

”Mitä ukkonen on? enkelit keilaavat”

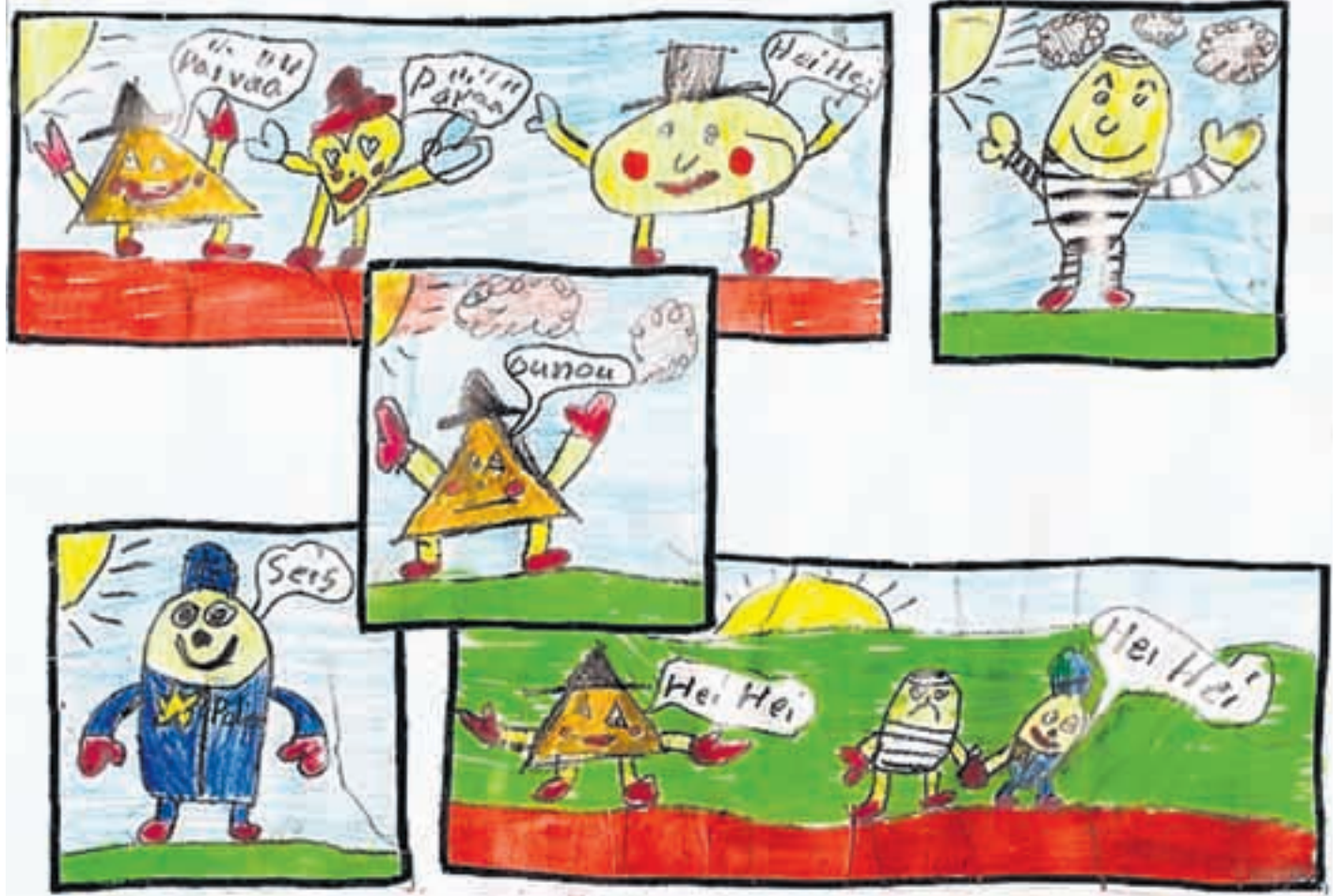


Tohina pienessä luokkatilassa on melkoinen! Emmi Kestilä sekä Mira Haikola yhteistyössä

Julia Impola maalaamassa Jarkko Impolan kanssa omaa onnellisuusbakteeria.



Bakteeri uusissa sävyissään!



# Koulujenväliset hiihtokilpailut 17.3.

## T 1-2 lk

1. Emilia Malinen KK	6.03
2. Sonja Seppä KK	6.15
3. Anna-Sofia Sarpola PK	6.22
4. Vilma Kunnasmäki KK	6.30
5. Pinja Simonen KK	7.07
6. Inka Pisilä YPP	7.17
7. Henna Möttönen PK	7.19
8. Julia Oravisjärvi PK	7.38
9. Oona Muurinen PL	7.55
10. Hanna-Sofia Luoto KK	8.08
11. Sanni Pehkonen YPP	8.30
12. Tytti Karsikko PL	8.31
13. Tiia Keskinen KK	9.15
14. Sofia Nuorala PK	11.46
15. Sofiina Pekkarinen KK	13.59
16. Meri Kittilä PL	26.45

## P 1-2 lk

1. Vesa Kittilä PL	4.23
2. Santeri Puhakka KK	4.38
3. Lassi Krank KK	4.49
4. Kasper Kallio PL	4.50
5. Tomi Helaakoski KK	4.52
6. Hannes Halunen PK	5.09
7. Tapani Suni YPP	5.47
8. Joel Impola YPP	6.01
9. Roni Ohvo KK	6.08
10. Denis Langinen KK	6.25

11. Teijo Impola YPP	6.43
12. Aleksi Keskitalo KK	6.48
13. Lassi Peltola KK	7.27
14. Jesse Haikola YPP	7.28
15. Janne Westerlund KK	8.24
16. Nikita Langinen KK	8.34
17. Mikko Louhimaa PK	9.04
18. Jonni Skinnari KK	9.30
19. Kalle Martin KK	9.43
20. Lauri Eno PK	10.56

## T 3-4 lk

1. Venla Kunnasmäki KK	4.16
2. Miia Impola YPP	4.24
3. Annika Heikkilä KK	4.38
4. Venla Jylhä KK	4.45
5. Annu Kestilä KK	4.48
6. Roosa Kopisto KK	5.08
7. Maija Kaivosoja YPP	5.32
8. Raija Piilola KK	5.46
9. Sanna Halunen PK	5.59
10. Jasmin Suni KK	6.08
11. Josefiina Nuorala KK	6.09
12. Anniina Impola YPP	6.31
13. Jenni Haapakoski KK	6.54
14. Helen Keskinen PL	7.24
15. Jonna Luoto KK	8.16
16. Pinja Myllylä PL	9.07

## P 3-4 lk

1. Mikko Mustonen KK	3.31
2. Sami Luoto KK	4.06
3. Aleksi Impola YPP	4.10
4. Miika Mustonen KK	4.16
5. Jyri Tiikkaja KK	4.19
6. Jeremias Malinen KK	4.26
7. Arttu Lindelä	
Aki Helaakoski KK	4.28
9. Antti Mattila PL	
Tuomas Kaurala KK	4.36
11. Kevin Westerlund KK	4.39
12. Timo Suni YPP	4.40
13. Tommi Brusin PK	4.48
14. Tommi Kylmälä KK	4.59
15. Matias Nuorala KK	5.00
16. Oskari Rantala KK	5.11
17. Samuel Impola YPP	5.15
18. Viljami Haapakoski PK	5.17
19. Valtteri Airio KK	5.29
20. Tomi Keskitalo KK	5.39
21. Elias Hirvikoski KK	5.47
22. Joonas Airaksinen PK	5.48
23. Kalle Keskitalo YPP	5.57
24. Teuvo Simonen KK	6.30
25. Teemu Keskitalo KK	6.32
26. Samuel Nuorala KK	6.55
27. Jesse Keskitalo PL	7.51

## Bakteeribrotsearit...



## T 5-6 lk

1. Julia Korpela KK	8.23
2. Terhi Piilola KK	10.28
3. Anni Mattila PL	11.32
4. Kati Impola YPP	11.43
5. Annika Impola YPP	12.05
6. Julia Impola YPP	12.48
7. Reetta Kangas PL	13.01
8. Viivi Harjuhahto YPP	14.57
9. Iida Impola YPP	16.22

## P 5-6 lk

1. Janne Keskitalo KK	9.53	6. Kimmo Ahonen PL	11.24
2. Olavi Haapakoski PK	10.20	7. Tommi Huiskonen PK	11.53
3. Sami Brusin PK	10.34	8. Ismo Impola YPP	13.11
4. Tanel Keskinen PL	10.45	9. Eemeli Keskitalo YPP	15.03
5. Eemeli Anttila PK	10.58	10. Jarkko Impola YPP	16.06



Tässä komeilevat uunituoret Bakteerit! Älkää varoko tartuntaa!



Kahta samanlaista onnellisuusbakteeria ei ole olemassakaan! Laura Luoma keskittyy omaansa.

## Emomusiikki helpottaa ahdistusta



Nyt yhdeksäsluokkalainen Kaisla von Bruun-Riegels tutustui emomusiikkiin kahdeksannella luokalla.

KUVA: HENRIKKA SALMINEN

AMINA SARPOLA

Kun nuorten punk- ja rockmusiikin fanitus on hiipunut, alkaa pikkuhiljaa tulla suosittumaksi emomusiikki. Emo (eli emomusiikki) on emotionaalista eli tunteellista punk/rock musiikkia.

Nyt yhdeksäsluokkalainen **Kaisla von Bruun-Riegels** tutustui emomusiikkiin kahdeksannella luokalla. Emomusiikista hän kuuli eräältä ystävältään. Vielä vähän aikaan sitten "emo" oli täysin tuntematon käsite monille nuorille. Nyt termi on kui-

tenkin muutamien bändien avulla levinnyt Suomeenkin.

### Emouden häilyvä raja

"On hyvin vaikeaa määritellä, mikä bändi lasketaan emoksi ja mitä ei; tämä aiheuttaa paljon kiistoja emojen eli emomusiikkia kuuntelevien nuorten välillä", Kaisla naurahtaa.

"Yleensä emoksi laskettavista bändeistä kuuntelen muun muassa My Chemical Romancea, Panic! At The Discoa, Fall Out Boyta, Billy Talentia ja 30 seconds to marsia."

Uusia bändejä Kaisla "löytää"

esimerkiksi Radio Rockia kuuntelemalla: "Jos kuulen jonkin hyvän kappaleen, alan tutkia bändiä tarkemmin. Myös netissä surffailamalla tutustuu helposti uusiin ja tuntemattomampiin bändeihin."

Emomusiikin suosioon tuleminen aiheuttaa Kaislalle monenlaisia tunteita: "Toisaalta on kivaa, kun löytää helposti levyjä ja julisteita. Kuitenkin on todella ärsyttävää, kun omasta tyylistä tulee massaa."

Emon muotiin tulon myötä, tulee myös paljon faneja, jotka esittävät pitävänsä musiikista vain, koska se

on muotia. Tällaiset niin sanotut wannabe-emo-tytöt ärsyttävät Kaislaa paljon: "Vihaan wannabe-emoja, koska on emomusiikkia halventavaa tykätä siitä vain sen takia, että se on muotia."

### Emomusiikin monet lieveilmiöt

"Emomusan mukana tulee tietty pukeutumistyyli: pillejä, ruutuja, raitoja, converseja, vansseja, snake bites -lävistyksiä, tummia värejä ja muuta mukavaa", kertoo Kaisla: "Myös ikäviä lieveilmiöitä kuitenkin



on. Monet emot viiltelevät ja ovat hyvin masentuneita - tämä ei kuitenkaan johdu emomusiikista, joka pikemminkin helpottaa oloa."

Viiltelyyn ja muuhun Kaisla suhtautuu tyynesti: "Se on vain joidenkin tapa helpottaa pahaa oloa. Monille nuorille viiltely voi ehkä olla avunhuuto; pitäisi siinä läheistenkin tajuta, ettei kaikki ole hyvin."

### Emomusiikin vaikutus tunteisiin

Emomusiikki vaikuttaa nimensä mukaan paljon tunteisiin. "Se saa

tuntemaan hieman tyhjää oloa, mutta on samalla todella vapauttavaa. Myös ahdistukseen ja masennukseen se auttaa valtavasti", valaisee Kaisla: "Emomusiikin myötä olen alkanut ajatella enemmän maailman menoa, elämää, kuolemaa."

On helpottavaa kappaleiden lyriikoissa saada kuulla asiat niin kuin ne ovat. Kaislalle emomusiikki on todella tärkeää, muun muassa juuri lyriikoiden takia, mutta hän on saanut myös paljon uusia tuttavuuksia ja kavereita sen myötä.

# Pyhäjoen palveluhakemisto

Kuulumiset julkaisee vähintään kerran kuukaudessa sivuillaan palveluhakemiston.

Ilmoittaja: Tässä on sinulle uusi, edullinen tapa tarjota palveluitasi.

## Ota yhteyttä!

<p>KAIPAANKO KOTISI REMONTTIA? KAIKKI REMONTIT LUOTETTAVASTI AMMATTITÄIDOLLA: <a href="http://www.rakennusimpola.com">www.rakennusimpola.com</a> Esa Impola 044-5001292</p> 	<p><b>PARTURI-KAMPAAMO</b> Pyhäjoen <b>TINTUKKA</b> Runnintie 6 044-5663127</p> 	<p>KOSMETOLOGISET HOIDOT SEKÄ JALKAHOIDOT JA VYÖHYKETERAPEUTTINEN JALKOJENHIERONTA</p>  <p><i>Kauneus- ja Jalkahoitola Pirjo Kangas</i> Vanhatie 44 86100 Pyhäjoki P. 050 4919321</p> 
<p><b>Parturi-kampaamo Eija Flink</b> Sortintie 29, Parhalahti Puh: 050-5527005</p>  <p>Palvelemme maanantaisin ilman ajanvarausta. TI-LA sopimuksen mukaan Tervetuloa!</p> 	<p><b>LVI-ASENNUKSET / TARVIKKEET</b> <b>- PELLETTILÄMMITYSLAITTEISTOT</b> - uudisrakennukset - saneerauskohteet</p> <p><b>ÖLJYPOLTINHUOLTO T.PYHÄLÄ</b> Pyhäjoki p. 0400-431 426, 08-433 941</p>	<p>Optikko Pyhäjoki <b>Optikko- ja Silmälääkäripalvelut</b> Avoinna: Perjantaisin 10-17 Varaa aikasi puh. <b>040 83 69 728</b> Optikko Vesa Rödlin</p>
<p>RTV-huolto <b>Tmi Kari Kivimäki</b> 0400 181785</p>  <p>Antenniasennukset ja antennitarvikkeet</p>	<p> <b>PYHÄJOEN APTEEKKI</b> ma-pe 9-17, la 9-13 puh. (08) 434 0500</p> <p><b>MERIJÄRVEN SIVUAPTEEKKI</b> ma-pe 9-16.30, la suljettu puh. (08) 477 220</p> <p><i>Liikunta on parasta lääkettä!</i></p>	<p> <b>SÄHKÖPALVELU</b> Anttila Oy</p> <p>Sähköasennukset - Sähkösuunnitelmat Antenniasennukset</p> <p>Puh. (08) 433 087 0400 586 441</p> <p>Vierretjärventie 7 86170 YPPÄRI</p>
<p> Käulätetty <b>HIEROJA</b> • <b>Hikka-Liisa HÄNNINEN</b> Kallioakula 6 86100 PYHÄJOKI Puh. (08) 433 754 040 584 9134</p>	<p><b>JUMPPA- JUSSIN FYSIOTERAPIA</b> FT: Vesa Mikkonen Satu Mikkonen</p>  <p>puh 433 921, Kuntatie 4, 86100 Pyhäjoki</p>	<p>Pyhäjokisuun Lähivakuutusyhdistys Vanhatie 48 L 12, puhelin 433 285</p>  <p>Palvelemme ma-to 9.30-16.30 pe 9.00-16.00 <a href="http://www.lahivakuutus.fi">www.lahivakuutus.fi</a></p>
<p> <b>Parturi-kampaamo Johannan Hiustarvot</b></p> <p>Avoinna ma - pe 10.00 - 17.30 la 8.00 - 13.00 Puh. 433 750</p>	<p>Parturi-Kampaamo <b>Tanja</b> Yrjänän kiinteistö, p. 433280 Avoinna: TI - LA klo 10.00 alkaen</p>	<p><b>LVI as. Timo Haikola</b></p> <p>• suunnitelmat • asennukset • tarvikkeet • huollot</p> <p><i>Luotettavasti ja vahvalla ammattitaidolla!</i> Puh: 044 0 385064</p>





**MARKET**

**TARJOUKSET VOIMASSA TO-LA**

**PIRKKKA**

**K PLUSSA**



**TERVETULOA AAMIAISELLE**

**PERJANTAINA 28.3. TARJOAMME KAIKILLE ASIAKKAILLEMME ILMAISEN AAMIAISEN KLO 9 - 11.**

**PIRKKKA RUUSUT TAI TULPPAANIT**  
10 kpl

**2<sup>99</sup>**  
kimppu

**HK TUORE PORSAAN ULKOFILÉE**

**5<sup>99</sup>**  
kg

**HK KABANOSSI GRILLIMAKKARA**  
500 g

**ETUSI 0<sup>98</sup>** **5<sup>00</sup>**  
2 pkt

**SUOMALAINEN PERUNA**  
5 kg

**1<sup>99</sup>**  
säkki

**PRESIDENTTI KAHVI**  
500 g

**ETUSI 1<sup>50</sup>** **5<sup>00</sup>**  
2 pkt

**VIENNETTA JÄÄTELÖKAKUT**  
550 ml

**ETUSI 1<sup>48</sup>** **2<sup>50</sup>**  
2 pkt

**PIRKKKA APPELSIINIT**

**ETUSI 0<sup>49</sup>** **1<sup>69</sup>**  
pss

**HK NAUDAN PAISTIJAUHELIHA**  
400 g

**ETUSI 1<sup>00</sup>** **2<sup>79</sup>**  
pkt

**OLVI III-OLUT**  
24 X 0,33 L tölkki

**1<sup>899</sup>**  
24-pack  
sis. pantit 3,60

**NOVITA 7-VELJESTÄ LANGAT**

**2<sup>99</sup>**  
kpl

**VAIN TORSTAINA 27.3.**

**VAIN PERJANTAI 28.3.**

**VAIN LAUANTAINA 29.3.**

**FAZER RUISPUIKULAT**  
9 kpl / pss

**0<sup>99</sup>**  
pss  
2 / talous

**ERÄ TUORE MAIVA**

**3<sup>99</sup>**  
kg

**PIRKKKA JÄÄTELÖTUUTIT**  
6 kpl / pkt

**0<sup>99</sup>**  
pkt  
2 pkt / talous

**ATRIA UUNILENKKI**  
500 g

**0<sup>59</sup>**  
pkt  
1 pkt / talous

**8 PRK! VALIO JOGURTIT**  
200 g

**2<sup>00</sup>**  
8 prk  
1 erä / talous

**ATRIA HIILLOSMAKKARA**  
400 g

**0<sup>99</sup>**  
pkt  
2 pkt / talous

Palvelemme:  
ma-pe 8-21, la 8-18, su 12-21



**MARKET**

**EVÄSKONTTI**

Vanhatie 44, 86100 Pyhäjoki  
(08) 433 186, toni.perala@k-market.com

**KAUPPIAS HOITAA HOMMAN**

[www.k-market.com](http://www.k-market.com)