



PYÖRÖ- JA
HÖYLÄHIRSI-
MÖKIT JA
-TALOT
VALMISTAA

OLLI ESKOLA
0400 355 326

olli1.eskola@gmail.com

Schwarzkopf
PROFESSIONAL

PARTURI-
KAMPAAMO

MARIE

Anne Piipari
Keskustie 52,
19600 Hartola
040 7601 351



040 511 2506
Keskustie 59, Hartola

Metsäurakointi

RAUNO
HUOPONEN

KOITTI

0400 211 558

ANSIONIEMEN SÄHKÖ

• SÄHKÖASENNUKSET • TURVAJÄRJESTELMÄT
• SÄHKÖSUUNNITTELU • ILMALÄMPÖPUMPUT

Joutsen: Jousitie 35, Juha Metsänen / 050 4300 116
Hartola: Toimisto, Risulantie 4, (03) 875 530

www.ansioniemensahko.fi

Harjula
Tilintarkastus

Tilintarkastus Harjula Ky, HT Anne-Mari Harjula
Savontie 3, 18100 Heinola, www.tilintarkastusharjula.com
puh. 040 527 5982, anne-mari.harjula@harjula-ky.inet.fi

HARTOLAN RAKENNUS- JA LVI-PALVELUT

Ossi Tonteri Simo Tonteri
0400 345 592 044 351 6288

Lohiniementie 40 hartolanrak.lvi@gmail.com 19600 HARTOLA

* Kaikki rakennusalan työt * LVI-työt
* Muuraus- ja laatoitustyöt
* Pesuhuone- ja saunaremontit
* Märkätila-asennukset (VTT sertifikaatti)

Raitin Kahvila Oy
TAUKOTUPA

• Tuvalla leivotut makeat ja suolaiset leivonnaiset
• Lounas, à la carte ja burger-ateriat
(03) 716 6306
www.taukotupa.com

Liikuntaneuvojan terveiset



AAPO MARTIKAINEN
liikuntaneuvoja

Aapo Martikainen, olen aloittanut Hartolan ja Orimattilan liikuntaneuvojana tammikuussa 2021. Olen 25-vuotias ja asun Lahdessa. Alun perin kotoisin Kuopiosta. Koulutukseltani olen liikunnanohjaaja (Bachelor of sports

coaching and management) ja valmistuin Haaga-Helian ammattikorkeakoulusta Vierumäeltä 2020 joulukuussa. Olen pelannut erilaisia pallopelejä koko elämäni ajan kuten jääkiekkoa, jalkapalloa ja salibandya. Valmennustausta jääkiekosta minulla on seitsemän vuoden ajalta. Omia harrastuksiani on salilla käynti, lenkkeily, kalastus ja eri muotoiset mailapelit.

Työnkuvani kunnassa on olla kunnan liikuntaneuvoja. Hartolan terveyskeskuksella olevalla vastaanotolla pyrin auttamaan ihmisiä terveellisempien elämäntapavalintojen kanssa ja keskustelun kautta miettiä, miten haluttuja valintoja voimme saada heidän arkeensa. Liikuntaneuvonta on maksutonta kunnan tarjoamaa palvelua. Vedän myös erilaisia liikuntaryhmiä Hartolan kuntalaisille, korona-aikana on pyörinyt useampi pienryhmä ulkoliikunnassa. Sen lisäksi työkuvaani kuuluu erilaiset liikunta tapahtumat ja avustaminen kunnan liikuntapalveluiden kehittämisessä monipuolisesti.

Hartolan Voima on perinteikäs urheilun ja liikunnan yleisseura, jonka työ nuorten ja lasten liikuttajana on tärkeää. Nuorten ja lasten liikuttamiseen tarvitaan aina vapaaehtoisia, joiden avulla toimintaa voidaan pyörittää. Odotan innolla mahdollisia yhteistyöhankkeita ja -tapahtumia.

Liikuntaneuvontaan liittyvissä asioissa ole rohkeasti yhteydessä!

P. 040 552 4261 • aapo.martikainen@phlu.fi

Käymme yhdessä ain

JEREMIAS SANKARI
kirkkoherra

Kuva: Sysmän Sanomat Oy /Lähilehti

"Jumala katsoi kaikkea tekemäänsä ja kaikki oli hyvää." Minun päässäni tähän liittyy kaikki elämä, myös urheilu ja liikunta.

Tänä aikana kaikki ei ole hyvää ympärillämme. Tärkeä osa ihmiselämän hyvyydestä, mahdollisuus vapaasti tavata toisia ihmisiä, on poissa.

Siksi nyt voisi keskittyä siihen mikä on mahdollista. Siihen hyvään mitä meillä on. Tänä talvena on voinut todeta virren sanoin "maa hohtaa lumivaipassansa, on Luoja itse luonut hangen, jään". Tälle hangelle on ihminen luonut hiihtoladut.

Tälle luojan luomalle hangelle ihmisen luomalle hiihtoladulle on kulkuni monesti suunnannut. Aina on la-
duilla näkynyt muitakin hiihtäjiä. Erinomaista yhteisöllisyyttä, että kunnan ylläpitämä latu kulkee golf-kentällä, ja vielä paikallinen yrittäjä on perustanut mehuaseman.

Mutta tätä samaa yhteisöllisyyttä olen kokenut vuoden mittaan aikaisemminkin. Sitä oli viime kesänä pesäpallokentällä silloinkin, kun en osunut palloon. Sitä oli yleisurheilukentällä, vaikka kaikki ei onnistunut ihan suunnitelmien mukaan.

Parhaimmillaan liikunta ja urheilu on yhdessä olemista

ja yhdessä tekemistä. Vähän sellaista kuin Jeesuksen sanat Johanneksen evankeliumissa, "jotta he olisivat yhtä". Sellaisia kokemuksia meillä ei ole koskaan liikaa. Parhaimmillaan liikkuminen on juuri tätä yhtenä olemista.

Olkaamme kiitollisia Jumalan luomasta hyvästä ja käykäämme yhdessä ain.



Tilattuna keskiviikkoisin
LÄHILEHTI

SYSMÄN JA HARTOLAN PITÄJÄLEHTI
(03) 8777 60 • ilmoitukset@lahilehti.com



www.lahilehti.com

Fysio
Forteus

fysioterapia ja osteopatia

Kirkkotie 4, 19600 HARTOLA
040 7186 145

SYSMÄNTIE 38
19700 SYSMÄ

044 974 9921

PARTURI- JA
KAMPAAMOPALVELUT,
MEIKKAUKSET

Füüfis

HIUSSTUDIO
TIIA SAARINEN

Kuljetus
Pesoset Oy

050 556 5925
kuljetus.pesoset@outlook.com

PITOPALVELUA

Tarjoamme ateriat- ja majoituspalveluita idyllisessä

Kukkonotkossa, jossa voit järjestää

JUHLAT, KOKOUKSET, LEIRIKOULUT,

yms. tapahtumat.



www.cateringholtta.fi
JP / 040 532 7014