

M2

VINKIT ASUMISEEN

Sisusta koti viihtyisäksi.
s. 16

TANGON TAIKAA

Tanssi nollaa ajatukset,
on vain tämä hetki.
s. 18



Paloasemalla

Palokuntanuorissa pääsee
oikeiden asioiden äärelle. **s. 8**



SISÄLTÖ 2/2023

NÄIN MINÄ ASUN

Lisäneliöitä omasta pihasta.

SIVU 4

AJANKOHTAISTA

Kehittyvä asukastoiminta, uusia koteja, lisätienestejä lumitöistä ja vuokran rakenne.

SIVU 6

VIIHTYISÄ VANTAA

M2-Kotien asukkaat kertovat, mikä on omalla asuinalueella parasta.

SIVU 14

VINKIT ASUMISEEN

Nauti saunomisesta.

SIVU 22

3 X VUOKRALAINEN

Kuusijärven ulkoilupäivänä tavoitettavat kertovat vuokra-asumisestaan.

SIVU 24

TALON TARINA

SIVU 27

BRIEFLY IN ENGLISH

SIVU 28

AKTIIVISET ASUKKAAT

SIVU 30



Rakennamme kestäviä ympäristöjä

Olemme sitoutuneet suojelemaan ja tukemaan luonnon monimuotoisuutta. Vuonna 2022 alkanut projekti luonnon monimuotoisuuden toteutumisesta kiinteistöjemme pihoil-la konkretisoitui julkaistun *Kestävän viherhoidon käsikirjaan*. Kirja luo kestävä viherhoidon periaatteet uudisrakennusten ja olemassa olevien kiinteistöjen vihralueiden hoitoon.

Kotivakuutus osana huoletonta asumista

Kotivakuutus turvaa kotisi ja omaisuutesi ikäviltä yllätyksiltä esimerkiksi vesivahingon, varkauden tai tulipalon sattuessa. M2-Kotien asuntoon muuttaessa kotivakuutus on pakollinen. Vakuutus tuo mielenrauhaa asumiseen.

Uudet Yhdessä-asunnot

Vantaan Martinlaakson uudiskohteessamme on ainutlaatuinen mahdollisuus yhteisasumiseen niin perheen, ystäväryhmän kuin opiskelijaporukankin kesken. Uudenlaisissa Yhdessä-asunnoissa jokaisella on käytössään tilava huone kylpyhuoneella sekä yhteistilat kuten keittiö, olohuone ja vaatehuone.

LUE LISÄÄ: M2KODIT.FI/AJANKOHTAISTA

JOKO SEURAAT M2-KOTEJA SOMESSA?

Ryhdy seuraajaksi jo tänään. Löydät meidät Facebookista, Instagramista ja X:stä. Tilaa myös uutiskirjeemme osoitteessa m2kodit.fi.



Lue M2-lehti digiversiona m2kodit.fi/m2lehti

KUVITUS ADOBE STOCK

M2-lehti toimitetaan jokaiselle M2-Kotien asukkaalle kotiin. **JULKAISIJA:** Y-Säätiö **PÄÄTOIMITTAJA:** Maiju Huhtala **TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ:** Leena Filpus / Kubo **ULKOASU:** Markus Frey ja Iina Lievonen-Thapa / Kubo **KIRJOITTAJAT & KUVAAJAT:** Saara Autere, Hanna Kangasniemi, Minna Kurjenluoma, Lotta Åberg **KANNEN KUVITUS:** Leena Kisonen **PAINO:** PunaMusta Oy **PAINOS:** 11 760, LEHTI ILMESTYY KAKSI KERTAA VUODESSA **ISSN:** 2489-3846 (painettu), 2669-8250 (verkkojulkaisu) **M2-KODIT VERKOSSA:** m2kodit.fi **M2-KOTIEN ASIAKASPALVELU:** m2.asiakaspalvelu@ysaatio.fi tai puh. 09 7742 5500 **TUTUSTU TIETOSUOJASELOSTEESSEEMME:** m2kodit.fi



Painotuotteet
4041-0619



ClimateCalc CC-000025/FI
PunaMusta Printing

PUNAMUSTA OY

Joulun odotusta

PÄIVIEN LYHENEMISEN myötä on koittanut vuoden viimein aika. Vaikka arjen kiireet pitävät meidät vauhdissa, monet odottavat innolla pian saapuvia juhlapyyhiä ja uutta vuotta. Tämä aika voi merkitä perinteitä, rauhoittumista, yhdessäoloa, tai jopa henkilökohtaisia lupauksia ja toiveita tulevalle vuodelle.

Meidänkin katseemme on jo ensi vuodessa, joka tuo muutoksia asukastoimintaan. Jatkossa vaikuttamismahdollisuus on kaikilla asukkaillamme uudenlaisten vaikuttajaryhmien kautta. On ollut hienoa huomata, kuinka te asukkaat haluatte olla mukana kehittämässä asukastoimintaa kanssamme. Yhteisöllisyys ja yhdessä tekeminen vahvistuu entisestään.

Ennen kuin astumme uuteen vuoteen, haluamme ilahduttaa teitä pienellä muistamisella. Lehden mukana saat ensimmäistä kertaa M2-Kotien joulukalenterin, joka on yllätyksiä täynnä.

Joulukalenteri on perinne, joka on säilynyt elämässäni mukana aina lapsuudesta saakka. Lapsena se oli olennainen osa joulun odotusta, ja nykyäänkin se merkitsee paljon. Kalenteri pysäyttää nauttimaan vuoden viimeisestä kuukaudesta. Samalla se laskee päiviä kohti tulevaa vuotta. Aamuisin avaan luukun ja löydän sen takaa yllätyksen, olipa se sitten suklaapala, pieni lahja tai kuva. Joka aamu odotus palkitaan.



On ollut hienoa huomata, kuinka te asukkaat haluatte olla mukana kehittämässä asukastoimintaa kanssamme.

Joulukalenterin luukkujen avaaminen antaa kaikille mahdollisuuden palata hetkeksi lapsenmielisyyden ja pienten ilojen äärelle. Se muistuttaa meitä siitä, että odottaminen voi olla yhtä merkityksellistä kuin itse päämäärä. Odotus on osa juhlaa, ja se tekee tulevasta vieläkin erityisemmän.

Toivon, että joulukalenteri tuo ripauksen iloa päiviinne ja koteihinne.

MAIJU HUHTALA

M2-LEHDEN PÄÄTOIMITTAJA

NÄIN MINÄ ASUN

ASUKAS: Aira Davidsson, 71

ASUINPAIKKA: M2-Kotien asunto
Mesenaatintieellä Helsingissä

ASUNTO: 2 h + kk, 46 m²

MUUTTANUT TALOON: joulukuussa 2013

Lisäneliöitä omasta pihasta

TEKSTI JA KUVAT: SAARA AUTERE

”OMA PIHA TUO oikeastaan kotiini yhden huoneen lisää. Terrassilla on erityisen ihana vilvoitella saunavuoron jälkeen. Syksyisin nautin istutusten suunnittelusta, ja keväisin on sitten kiva seurata, mistä nousee mitään. Pihani on ollut joka vuosi hieman erilainen, mutta siellä kukkii aina läpi kesän. Avulias seinänaapurini teki minulle yrtilaاتikon, jossa kasvaton muun muassa tomaatteja, rakuunaa ja persiljaa. Kerran kokeilin kasvattaa perunoitakin, mutta se sato jäi hyvin vaatimattomaksi.

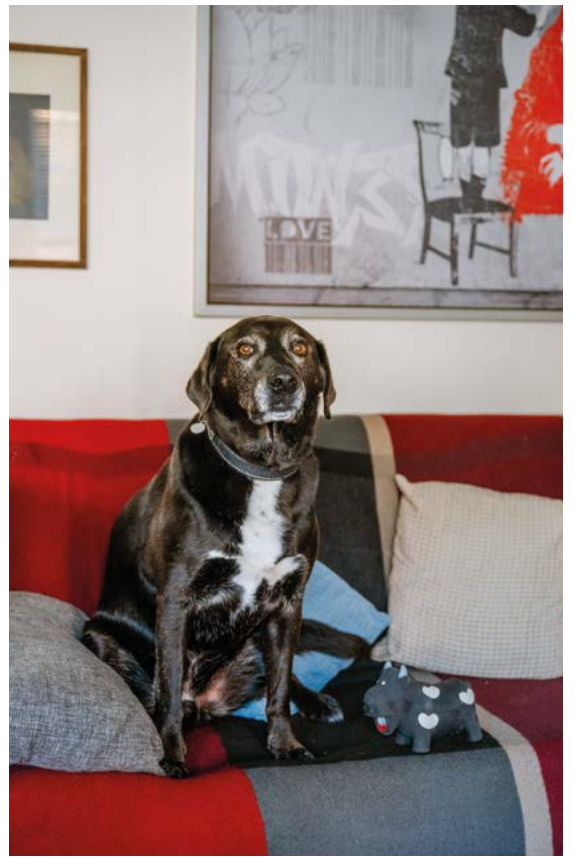
Myös yhteinen piha on mukavan suojaisa, talon lasten ja omien lastenlastenikin on turvallista leikkiä siellä. Pihallamme kasvaa marjapensaita. Minulla on nytkin viisi litraa sieltä kerättyjä viinimarjoja pakastimessa. Kriikunapuun hedelmistä olen puolestaan keittänyt hilloa.

Villiviini hehkuu syksyllä upean punaisena, ja täällä näyttää talvisinkin hienolta, kun lähes kaikilla asukkailla on kausivalot ripustettuna. Omaa pihaani koristaa talvisin myös valoporo.”





Mesenaatintielä annetaan naapuriapua puolin ja toisin. Naapurit ovat tarjoutuneet Leevi-koiran hoitajiksi. Aira puolestaan auttaa tarvittaessa naapuri koirien hoidossa.



Magneetit jääkaapin ovessa ovat muistoja ulkomailla vietetystä ajasta. Aira on asunut kahdeksan vuotta Berliinissä Saksassa, ja vuoden mittaiset pätkät myös Yhdysvalloissa ja Ranskassa.

Asukas- toiminta uudistuu

ASUKASTOIMINTAA ohjaava laki yhteishallinnosta valtion tukemissa vuokrataloissa muuttuu vuoden 2024 alussa. Lakiuudistuksen myötä kehitämme asukastoimintaa entistäkin vahvemmin yhdessä asukkaidemme kanssa. Syyskuussa toteutimme laajamittaisen kyselyn, jossa selvitimme asukkaidemme mielipiteitä nykyisestä asukastoiminnasta sekä pyysimme kehitysehdotuksia sen parantamiseksi.

1599 asukasta oli mukana jakamassa ajatuksiaan asukastoiminnan tulevaisuudesta. Asukkaat toivovat muun muassa lisää omaan asumiseen ja kotitaloon liittyvää tiedottamista sekä tarkempia tietoja tulevista korjaus- ja remonttisuunnitelmista. Vastajat olivat myös aidosti kiinnostuneita

vahvistamaan yhteisöllisyyttä.

Kyselyyn vastanneista 288 kertoi osallistuvansa mielellään M2-Kotien asukastoiminnan kehittämiseen uudenlaisen vaikuttajaryhmän kautta. Vaikuttajaryhmän avulla asukkaiden ääni tulee kuulumaan entistä voimakkaammin ja asukastoiminnasta tulee läpinäkyvämpää.

Asukastoiminnan keskeisenä tavoitteena on lisätä asukkaidemme yhteisöllisyyttä ja asumisviihtyvyyttä.



Mistä vuokra koostuu?

PERIMME asunnoistamme vuokraa vain sen verran, mitä rakentaminen, korjaaminen, ylläpito ja hallinnointi maksavat. Vuokra koostuu rahoitusvuokrasta ja hoitovuokrasta. Rahoitusvuokra muodostuu asuntojen hankinta-arvosta, eli

rakennus- ja tonttikustannuksista. Hoitovuokraan sisältyvät tulevalle kaudelle suunnitellut ylläpito- ja hoitokulut. Emme tavoittele toiminnallamme voittoa.

Lue lisää m2kodit.fi/omam2

81

prosenttia lukijakyselyyn vastanneista piti uusitun M2-lehden sisältöjä kiinnostavina.

Satoja uusia ja remontoituja asuntoja



VUONNA 2023 valmistui 389 uutta M2-Kotien asuntoa. Uudiskohteita on rakennettu Kuopioon, Tampereelle, Espooseen, Vantaalle ja Järvenpäähän. Lisäksi ympäri Suomea on toteutettu asuntojen perusparannuksia uudiskohteiden rinnalla.



Lisätienestejä lumitöillä

UURAS-työllistymisohjelman kautta asukkaamme voivat hankkia pääkaupunkiseudulla lisätienestejä tekemällä käsi-voimin lumitöitä talvikauden ajan. Lumityöntekijöitä tarvitaan pitämään talojemme oven edustat ja kulkutiet lumettomina. Myös hiekoittaminen on osa työtä.

- **MAKSAMME** työstä reilun korvauksen urakkapalkkana.
- **TYÖALUEESEEN** voi kuulua oman talon lisäksi naapuritalon piha-alueet.
- **LUMITÖITÄ** tehdään tarvittaessa aamuisin ja iltapäivisin.
- **LUMITYÖRINKIIN** otetaan mielellään useampi tekijä, jotta työtä voi tehdä halutessaan vuoroviikoin tai työtunteja voi jakaa.
- **JOKAINEN** lumityöntekijä perehdytetään työhön.

Lue lisää ysaatio.fi/uuras

MISSÄ PALAA?

Palokuntanuorissa opitaan elintärkeitä kansalaistaitoja yhdessä muiden kanssa.

TEKSTI: LEENA FILPUS KUVAT: LOTTA ÅBERG



Valmiina harjoitukseen!
Rami Paajanen (vas),
Valde Lommi, Sofia
Ojala, Venni Manninen
ja Jarkko Nykänen
tarkistavat varusteita.



Harjoituksissa opetellaan muun muassa alkusammutuksen perusteita ja välinehuoltoa.

Venni Manninen, 10, ja Valde Lommi, 9, purkavat rullalla olevaa paloletkua ammattilaisten ottein. Joka toinen letkun kerros käännetään vasemmalle, joka toinen oikealle, kunnes koko letkurulla on avattu ruusukkeeksi. Kun letku sitten kiinnitetään esimerkiksi paloauton vesipostiin ja sammutustyö alkaa, vedenpaine avaa letkun ongelmitta suoraan ja sitä on helpompi hallita.

Poikien ilmeet ovat vakavat. Nyt ollaan oikeiden asioiden äärellä, eikä missään leikissä. Tämä on unelmien täyttymys intohimoisille paloautofaneille: päästä harjoittelemaan ihan oikealla paloasemalla, oikeilla pelastajan varusteilla.

Venni ja Valde kuuluvat Hamarin Vapaapalokunnan palokuntanuoriin

Porvoossa. He harjoittelevat säännöllisesti erilaisia kansalaistaitoja, kuten hätäilmoituksen tekemistä, alkusammutusta ja ensiavun alkeita sekä käyvät leireillä ja tutustumassa muun muassa aluensa paloasemiin.

Kun ikää karttuu lisää, palokuntanuorten tehtävät ja harjoitukset monipuolistuvat. On erilaisia taitokilpailuja, savusukellus- ja viestiliikennekurssia, ryhmänjohtamisharjoituksia sekä erilaisten sammutustekniikoiden opettelua. Täysi-ikäisenä he voivat liittyä vapaapalokuntaan ja päästä suorittamaan oikeita hälytystehtäviä. Ja miksei harrastuksesta voisi tulla lopulta myös ammattia.

Intohimolla hälytysajoneuvoihin

”Venni on ollut taaperosta asti hulluna paloautoihin ja ylipäättään kaikkiin

hälytysajoneuvoihin. Sänkykin pitää olla paloauton näköinen pussilakanoinen, on ollut aiheen mukaista vaatetta ja tietenkin kaikki lelut palomiesleikkeihin. Niinpä oli selvä, että kun ikää tuli riittävästi, hän aloitti yhdessä Valden kanssa palokuntanuorissa pari vuotta sitten”, Vennin äiti **Sanna Manninen** sanoo.

Venni ja Valde ovat parhaat kaverukset ja naapurit M2-Kotien Tornipolulla, puolentoista kilometrin päässä Hamarin VPK:lta.

”Valdea jännitti sen verran, että tueksi tuli myös isosisko **Sofia**, joka innostui lopulta myös itse uudesta harrastuksesta. Vapaapalokuntaharrastus on siitä kiva, että kaikenikäisille riittää opeteltavaa. Minäkin olen ollut nuorena vapaapalokunnassa”, Valden ja Sofian äiti **Susanna Ojala** sanoo.

Kodin lähellä oleva harrastus on muutenkin äitien mieleen. Omia va-



Päivä
Paloasemalla
-tapahtuma
eri puolilla Suomea
25.11.2023.



Iso plussa on se, että vapaa-palokunta-harrastuksesta ei peritä osallistumismaksuja.

rusteita tarvitaan kesä- ja talvikumisaappaiden verran, muu on paloasemalla valmiina: verkkarit, säänkestävät takki, housut ja käsi-neet ja nimikoitu kypärä.

”Iso plussa on myös se, että vapaa-palokuntaharrastuksesta ei peritä osallistumismaksuja. Hiki tulee ajatuksesta, että pitäisi koettaa löytää rahaa kaiken maailman kausi- ja vuoromaksuihin”, Sanna sanoo.

Sannaa ja Susannaa kiehtoo sekin, että vapaapalokuntalaisena lapset ja nuoret oppivat tekemään asioita yhdessä, toisiaan auttaen. ”Ja opitaan ylläpitämään ja kehittämään sosiaalisia suhteita, pitämään huolta omasta yhteisöstä ja yhteisestä omaisuudesta.”

Sitäpaitsi palokuntanuorissa opitut taidot ovat pitkälti kansalaistaitoja. Jokaisen meistä on hyvä tietää, miten erilaisissa hätätilanteissa pitäisi toimia, osata sammuttaa vaikka keit-

tiössä roihahtanut kattila tai antaa ensiapua kadulla makaavalle.

Harrastus vie mukanaan

Suomessa on eri palokuntien alaisuudessa yli 500 nuoriso-osastoa, joihin kuuluu kymmenisentuhatta 7–17-vuotiasta lasta ja nuorta. Heidän ohjaajinaan toimii noin 2000 aikuis-ta vapaapalokuntalaista. Osa heistä on myös siviiliammattiltaan pelastus-alan ammattilaisia, kuten Hamarin VPK:n nuorten kouluttaja **Jarkko Nykänen**. Hänen vapaapalokunta-uransa on kestänyt lähes 10 vuotta.

”Toin tänne alunperin 10-vuotiaan tyttäreni ja jäin tuonne pihalle katso-maan, että hän pärjää. Sieltä minut vedettiin toimintaan mukaan, eikä tytärkään ole jättänyt harrastusta. Kuutisen vuotta sitten vaihdoin myös palkkatöihin pelastuslalle. Työsken-

Mikä ihmeen VPK?

- **VAPAAPALOKUNNAT** (VPK) eli sopimuspalokunnat toimivat pelastustoimen osana.
- **SUOMESSA** on 21 pelastuslaitoksen alaisuudessa 112 ammattipalokuntaa sekä noin 700 VPK:aa.
- **KOULUTETTUJA** vapaa-palokuntalaisia on noin 15 000. He huolehtivat noin 70 000 hälytystehtävästä vuodessa.
- **HÄLYTYS TEHTÄVIIN** osallistuvien on oltava täysi-ikäisiä.
- **VPK-TOIMINTA** perustuu vapaaehtoisuuteen, eikä toiminnasta makseta korvauksia.

Palokuntanuoret

YHTEISÖLLINEN

harrastus 7-17-vuotiaille.
Palokuntanuorissa

- **OPPII** taitoja selvitä arkielämän yllättävissä tilanteissa.
- **OPITAAN** palomiestaitojen lisäksi muun muassa ensiapua.
- **PÄÄSEE** tutustumaan oman alueen hätäkeskukseen.
- **VOI** osallistua leireille, kilpailuihin sekä suorittaa erilaisia kursseja ja taitomerkkejä.

Lisätietoja palokuntaan.fi/palokuntanuoret



Kavereita!
Harjoitusten
jälkeen Venni
Mannisen
(vas) ja Valde
Lommin
ajatukset ovat
jo uusissa
leikeissä.

telen läheisellä Kilpilahden paloasemalla”, Jarkko sanoo.

Hamarin kouluttajista **Rami Paajasen** vapaapalokuntaura on lähes 20 vuoden mittainen.

”Olen täältä läheltä kotoisin ja aloitin 10-vuotiaana nuorisoryhmässä Valden ja Vennin tapaan. Jossain vaiheessa työt veivät muualle, mutta nyt olen taas aktiivisesti mukana. Kouluttajaksi ryhdyin, sillä lapsuuden muistot ovat niin hyviä, että haluan puolestani antaa muille mahdollisuuden harrastaa. Lasten innostuksesta ja onnistumisen kokemuksista tulee hyvä mieli itsellekin”, Rami sanoo.

Vapaapalokuntalaisina Jarkko ja Rami ovat vuoden jokaisena päivänä 24/7 hälytysvalmiudessa. Jos hälytys tulee, he kiirehtivät paloasemalle, hyppäävät varusteisiin ja lähtevät suorittamaan tehtävää.

”Tämä on kuitenkin vapaaehtoista, joten työ- ja muut esteet menevät tietenkin edelle. Yleensä tulee kyllä seurattua esimerkiksi Ilmatieteenlaitoksen myrskyvaroituksia, jolloin hälytyksiä saattaa juuri tulla”, Jarkko sanoo.

Viikon kohokohta

Hamarin Vapaapalokunnan palokuntanuorissa taitojaan käy hiomassa ja oppimassa uutta noin 15 eri ikäistä lasta ja nuorta. Hälytysvalmiudessa olevia täysi-ikäisiä vapaapalokuntalaisia on noin 25.

VPK-päivä rytmittää Valden ja Vennin viikkoa. ”Pojat tietävät kyllä, minä päivänä tänne taas pääsee touhuamaan”, poikien äidit sanovat ja nauravat.

Mikä palokuntanuorissa on parasta? ”Kaverit ja harjoittelu”, pojat sanovat ujosti, eikä heistä oikein enempää saakaan irti. Ramin ja Jarkon ohjaamina tehtävät kyllä hoituvat reippaasti ja taidolla.

”Meidän tavoitteena on antaa lapsille ja nuorille myönteisiä kokemuksia ja uuden oppimisen riemua. Samalla opitaan toimimaan erilaisissa tilanteissa”, Jarkko sanoo.

Aivan jokaiselle olisi tärkeä taito uskaltaa esimerkiksi soittaa matalalla kynnyksellä hätäkeskukseen. Sen sijaan, että jää miettimään pitäisikö.

”Ainakin tämän taidon palokuntanuoret oppivat varmasti”, Rami sanoo.



VALDE JA VENNI
HAAVEILEVAT TYÖSTÄ
PALOMIEHINÄ. AINAKIN
JOSKUS.

Paloletkuja voi
yhdistää pidemmäksi
sammutusletkuksi.

Paloletkut
ovat EPDM- eli
eteenipropeenikumia
ja ne on päällystetty
palonkestävällä
kankaalla.

Hamarin
vapaapalokunnassa
on käytössä 1,5 ja 3
tuuman paksuisia,
20 metrin mittaisia
paloletkuja.

Perusasiat hallussa

"PALOLETKULLA sammuttaminen on kivaa, kun vettä tulee isolla paineella ja paloletkusta saa pitää kunnolla kiinni. Vesisuihkut ovat erilaisia riippuen suihkuputkesta. Sen jälkeen, kun olemme harjoitelleet sammuttamista, paloletku tyhjennetään ja kieritetään tiukalle rullalle.

On tärkeää, ettei paloletku mene avatessa solmuun tai kierteelle. Oikeassa sammustilanteessa, kun on kiire, letkun voi avata ja suoristaa heittämällä se eteenpäin. Lapset eivät tietenkään pääse hälytystehtäviin, kuten sammutuskeikoille. Silloin pitää olla jo aikuinen."



MIKSI ASUN MISSÄ ASUN?

Kysyimme tällä kertaa vantaalaisilta,
mikä heidän asuinalueellaan on parasta
ja mikä saa heidät viihtymään.

TEKSTI: LEENA FILPUS

KAIJA KURULA, 62,
asuu Puunhaltijankujalla

MUUTIMME Leinelään heti talon valmistuttua yli 11 vuotta sitten ja olemme viihtyneet. Talo on aktiivinen ja yhteisöllinen. Olemme rakentaneet pihalle hirsimökin, jota käytetään kerhohuoneena. Meillä on ollut jo vuosikautia bingo joka toinen viikko, on juhlia ja talkoita. Lisäksi voi lainata talon grilliä, ompelukonetta ja monenlaisia leikkivälineitä. Talomme piha onkin kerrostalopihaksi todella viihtyisä.

Kulkuyhteydet joka paikkaan ovat erinomaiset. Junalla pääsee lentokentällekin parissa minuutissa. Vantaalla on parasta rauha ja luonto. Ja toisaalta rosoisuus ja moninaisuus. Täällä on helppo hengittää. Meidänkin talo on läpileikkaus kaikenlaisista vantaalaisista, ihmisiä eri yhteiskuntaluokista ja kulttuureista. Se on minusta arvokasta ja kiinnostavaa.”

JESSE MATILAINEN, 34,
asuu Tammistonkadulla

TAMMISTOSSA on kaikki, mitä voi kuvitella tarvitsevana. Pääkaupunkiseudun parhaimmat kauppakeskukset ja palvelut ovat ihan vieressä. Lisäksi Haltialan pelit alkavat oikeastaan parvekkeen alta, pääsee metsään ja luontoon. Ei uskoisi, että tämä maalaismaisema on niin lähellä kaupunkia ja sen ydintä. Ulkoilumahdollisuudet ovat täydelliset.

Julkisilla pääsee liikkumaan joka suuntaan, vaikka minun tuleekin kuljettua aika paljon autolla työn puolesta. Kaksioni pohja on toimiva. Oma sauna on ehdoton plussa. Talo on rauhallinen ja sopivan kokoinen, on eri ikäisiä ihmisiä. Joidenkin naapureiden kanssa moikkaillaan, mutta täällä saa olla omassa rauhassa. Työpäiväni saattavat venyä aika pitkiksi, enkä ole mukana talon yhteisöllisessä toiminnassa, mutta ainakin täällä järjestetään talkoita.”

TERESA WILLEMS, 38,
asuu Ryytimaantiellä

OLEN AINA halunnut asua maalla. Töiden takia ei voi kovin kauaksi kaupungista muuttaa, joten tämä on hyvä kompromissi: luonto, pelit ja metsät ovat vieressä. Muutimme tänne kesällä pari vuotta sitten, mutta olen asunut jo parisenkymmentä vuotta Vantaalla. Hämeenkylä on ehdottomasti viihtyisin alue, jossa olen asunut.

Kotimme on mukavassa rivitalossa, jossa on paljon lapsiperheitä. Etenkin pienimmille riittää pihalla leikkikavereita. Ja aina löytyy joku silmäpari katsomaan perään, jos vaikka täytyisi pistäytyä sisällä hoitamassa asioita.

Talomme on ihanan hyvähenkinen, ihmiset ovat aktiivisia. Yhteisö on sopivan kokoinen, 11 kotia. Kaikki tuntevat toisensa, mutta kukaan ei katso kiertoon, jos vaikka jonkun kerran ei ehdi osallistua talkoisiin tai haluaa vain olla omissa oloissaan.”

M2-Kotien Vantaa

- **M2-KODEILLA** on Vantaalla asuntoja 12 eri kaupunginosassa.
- **KAIKKIAAN** asuintaloja on peräti 124.
- **VANHIMMAT** kohteet on rakennettu 1970-luvulla, kuten Hiirakkokuja Hakunilassa, joka remontoitiin täysin vuonna 2015. Uusinta uutta edustaa Laajaniitynkuja 5 Martinlaaksossa, jossa on monenlaisia yhteiskäyttötiloja kuten vuokrattava vierasvuone ja etätyöhuoneita.



1643

M2-Kotien asuntoa Vantaalla.



VANTAAN pikaratikan rakentaminen Mellunkylästä Hakunilaan ja Tikkurilan sekä Jumbon kautta lentoasemalle on suunniteltu aloitettavaksi vuoden 2024 aikana. Ratikan kyydissä sujuu niin työmatkaliikenne kuin matkat luontoon. Liikennöinti on tarkoitus käynnistää 2029.

Sisustamalla hyvinvointia

TOIVE-
JUTTU

Pienilläkin sisustusratkaisuilla voi lisätä kodin viihtyisyyttä. Aina se ei edes vaadi rahaa vaan vain kalusteiden uudelleen järjestelyä.

TEKSTI: HANNA KANGASNIEMI

Vaikuta tunnelmaan tekstiileillä

VÄRIT VAIKUTTAVAT tutkitusti hyvinvointiin. Kun seinät ovat vaaleat, tekstiilien merkitys tunnelman luojana korostuu. Esi-merkiksi murretut vihreän sävyt voimaannuttavat ja rauhoittavat, keltainen taas piristää.

Isot tekstiilipinnat, kuten matot ja verhot, pehmentävät ja vaimentavat äänimaailmaa. Tekstiililaattoja voi asetella vaika

ka koko lattian peitoksi; Tekstiilimatto kun sitoo myös huonepölyä ja on helppo asentaa itse. Myös akustiikkalevyjä on monen lähtöön. Niistä voi rakentaa sängynpäädyn, niitä voi maalata tai printauttaa kuvallisiksi piristämään seinää. Pimentävillä verhoilla voi myös vaikuttaa asunnon lämpötilaan ja samalla helpottaa nukahtamista.





Tilan tuntua sommittelemalla

LIIAN KAPEALTA tai matalalta vaikuttava huone saattaa ahdistaa. Kulmat pehmenevät, kun niihin asettelee valaisimia tai viherkasveja. Kapea tila levenee, jos kaikki kalusteet eivät ole pitkin seiniä. Miksei sohva voisi olla keskellä huonetta tai työpöytä vinosti kulmassa?

Iso matto puolestaan levenittää kapeaa tilaa, pystyraitaiset tai wave-verhonauihoilla rypytyt verhot ja ylöspäin suunnattu valo lisäävät huonekorkeuden tuntua. Isot peilit suurentavat tilaa.

Suomalaiset suosivat usein liian pieniä mattoja, joten kalusteet tuntuvat usein seilaavan huoneessa irrallisina. Riittävän kookas matto kalusteriikymän alla sitoo kokonaisuuden yhteen. Sama ajatus toimii myös esineiden kanssa: kun monta pientä esinettä koostaa ryhmäksi, syntyy hallittu kokonaisuus sattumanvaraisuuden sijaan.

nekorkeuden tuntua. Isot peilit suurentavat tilaa.



Piilota turhat tavarat

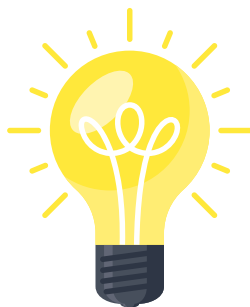
PIDÄ ESILLÄ vain se, mikä on sinulle merkityksellistä. Hyvä olo kumpuaa siitä, että asuinympäristö heijastaa omia arvoja. Kotia ei kannata sisustaa vieraita tai somea varten.

Vaikka tavarain sopiva määrä on yksilöllistä, kaikki ylimääräinen kannattaa piilottaa, jotta tilaan saadaan selkeyttä.

Tässä auttavat monikäyttöiset kalusteet: sohvapöytä tai sänky voi olla myös säilytyslaatikko. Senkki voi kätkeä sisäänsä työtason sekä säilytystilaa. Avohylly voi "taikoa" näkyvistä asettamalla niiden eteen kattokiskosta roikkuvat täyspitkät verhot.

Pienissä neliöissä isoilla selkeillä kalusteratkaisuilla saavutetaan väljyyden tunne.

Säatele energiatasoja valaistuksella



VALON MÄÄRÄ vaikuttaa viireystilaan. Siksi valaistuksen säädettävyyden on avainsana. Päivällä tarvitaan kirkasta ja valkoisempaa valoa. Iltaa kohden pienempi määrä lämpimämpää valoa rauhoittaa. Säädettävät polttimet ja valaisimet mahdollistavat valon värilämpötilan sekä voimakkuuden säätämisen. Valon sävy vaikuttaa myös asunnon tunnelmaan, liian kellertävä valo

hyvin vaaleassa sisustuskokoonaisuudessa [alle 2400K] voi lisätä nuhrisuuden tuntua ja hyvin kirkas valkoinen valo [yli 4000K] laitosmaisuuksia.

Hyödynnä myös ladattavia ja vapaasti liikuteltavia valaisimia, jotta saat valoa juuri sinne, minne haluat.

Vain tämä hetki

Argentiinalaisessa tangossa riittää kokeneellekin tanssijalle haastetta. Valmiiksi ei tule milloinkaan. Se on koko lajin suola.

TEKSTI: LEENA FILPUS

KUVAT: MINNA KURJENLUOMA





Mervi tanssii
argentiinalaista
tangoa kymmenettä
vuotta, Tuomaksen
tanssitreenit ovat
jatkuneet joitain
vuosia enemmän.

KUULEEKO YÖ, *kuuleeko taivas, tähti-
vyö...* Musiikki soi pehmeästi Amigos
Del Tango -tanssikoulun salissa Hel-
singin Pasilassa. **Mervi Lahikainen**
lämmittelee tanssiparinsa **Tuomas**
Noutereen kanssa ennen varsinaisen
oppitunnin alkua. Notkeat askelku-
viot seuraavat toisiaan ja tanssiparin
kasvoille alkaa nousta kaunis hehku.

”Argentiinalaisen tangon tanssi-
minen on hyvin intensiivistä. Siihen
keskittyy täysillä. Et muistele ikä-
viä tai murehdi tulevia. On vain tämä
hetki”, Mervi sanoo.

Kymmenettä vuotta argentiina-
laista tangoa tanssiva Mervi käy vii-
koittain kotoaan Riihimäeltä tanssi-
tunneilla Helsingissä. Välillä treenejä
on kertynyt kolmekin viikossa.

Nyt Mervi säästää voidakseen
matkustaa ulkomailla järjestettävil-
le tangofestivaaleille. Niissä pääsee
tanssimaan tangoa aamusta iltaan ja
osallistumaan erilaisille intensiivi-
kursseille.

”Seuraava festivaali on Slovenias-
sa. Tango on siitä hieno laji, että kun
osaat tanssia Suomessa, osaat kaik-
kialla maailmassa.”

Oma juttu, johon panostaa

Mervi on tanssinut teini-ikäisestä as-
ti, monia tanssilajeja, käynyt lavoilla,
kilpaillutkin. Argentiinalainen tango
kummitteli haaveena mielessä, mutta
sopivaa tanssikoulua ei löytynyt lä-
heltä kotia.

”Sitten päätin, että haaveen peräs-
sä pitää uskaltaa mennä, mieleen ka-
satuista esteistä huolimatta. Minusta
jokaisella olisi hyvä olla jokin intohi-
mo, oma juttu, johon panostaa arjen
keskellä.”

Argentiinalainen tango on tanssi-
lajien kuningas, vaativin ja haastavin.
Peruskuvioiden oppimisen jälkeen
on uskaltauduttava improvisoimaan
ja opittava sopeuttamaan omat lii-
kkeensä tanssiparin kuvioihin.

”Eikä ikinä ole valmis, aina voi op-
pia uutta.”

Tanssitreeneihin voi tulla tossuis-
sa ja verkkareissa, mutta monet naiset
hankkivat nahkapohjaiset korkoken-
gät. ”Niissä ryhti muuttuu, jalka näyt-
tää paremmalta ja tanssiminen on la-
jille ominaisempaa. Ylipäättään asuun
ja omaan olemukseen panostamalla
tanssimiseen tulee toisenlainen fiilis,
pääsee tunnelmaan.”

Mervin ja Tuomaksen tanssi-ilta on
pitkä. Oppituntien jälkeen he osallis-
tavat tanssikoululla vielä Milongaan,
argentiinalaisen tangon tansseihin.

”Milongaan voivat tulla myös ai-
van aloittelijat. Ja vaikka Tuomas on
vakituinen tanssiparini oppitunneil-
la, Milongassa pareja vaihdetaan”,
Mervi sanoo.

Kutkuttaako mielessä päästä
Milongaan Argentiinassa, tangon ko-
timaassa?

”Ehkä, mutta onneksi lähempänä-
kin löytyy hienoja festivaaleja.”



Mervi ja Tuomas
käyvät treeneissä
Nadia Tapian ja
Daniel Valenzuelan
tunneilla Abraso
Tangossa. Jokaisella
tunnilla saa henkilö-
kohtaista ohjausta
ja opastusta.



Jokaisella olisi
hyvä olla jokin
intohimoinen, oma
juttu, johon
panostaa arjen
keskellä.”

NYT SAUNOTAAN!

Saunomaan pääsee monella tavalla. Esimerkiksi lenkkisaunat ovat oiva paikka tutustua ihmisiin. Yhteinen saunaetiketti lisää viihtymistä.

TEKSTI: HANNA KANGASNIEMI KUVITUS: LEENA KISONEN



SAUNO YHDESSÄ TAI YKSIN

NOIN 220:SSA M2-Kotien kohteessa on yhteensä 340 talosaunaa. Niissä on kaikille avoimia ja yhteisiä lenkki-saunavuoroja, mutta saunoihin voi usein varata myös ikioman viikkovuoron tai yksittäisen saunavuoron.

Yhteiset saunavuorot kestävät talon koosta riippuen puolesta tunnista kolmeen tuntiin, jotta jokaisella halukkaalla

on riittävästi aikaa ja tilaa saunaa. Vuorot ovat aina erikseen miehille ja naisille. Yhteissaunominen onnistuu myös joulunpyhinä järjestettävässä perinteisessä joulusaunassa.

Viikoittaiset saunavuorot sekä yksittäiset saunavuorot ovat pääsääntöisesti tunnin mittaisia. Vuoron voi varata talosta riippuen huoltoyhtiöstä tai sähköisestä varausjärjestelmästä.

VARAA OMA SAUNAVUORO

JOPA 2810:SSÄ M2-Kotien asunnossa on ikioma huoneistosauna. Jos omaa saunaa ei ole, ja mieli tekee löylyihin, säännöllinen viikkovuoro talosaunaan on hyvä vaihtoehto. Oma viikkovuoro maksaa noin 15 euroa kuukaudessa.

Jos oma vakituinen saunavuoro kiinnostaa, mutta tuntuu, ettei joka viikko sinne ehtisi, voi

sopia yhteisen vuoron vaikka tutun naapurin kanssa. Satunnainen saunoja voi puolestaan varata saunasta kertavuoron noin 5 eurolla. Saunominen vie paljon energiaa. Varausjärjestelmän avulla varmistetaan, ettei saunoja lämmitetä turhaan. Saunat lämmitetään, kun peräkkäisiä vuoroja on varattu vähintään kolme.





LENKKISAUNASSA TUTUSTUT NAAPUREIHIN

KAIKILLE ASUKKAILLE

avoimet ja maksuttomat lenkkisaunat ovat tyypillisesti aina samaan aikaan joka viikko. Lenkkisauna lämmitetään, mikäli käyttäjiä on tarpeeksi. Nimestä huolimatta lenkkisaunaan voi mennä, vaikka hikilenkkeily ei olisikaan oma juttu. Monelle lenkkisauna on-

kin rentouttava kohokohta viikon varrella, jonne koettaa ehtiä arjen kiireistä huolimatta. Lauteilla istuessa pääsee päivittämään viikon kuulumiset ja vaikka viimeisten tv-sarjojen parhaat palat naapurien kanssa. Usein käy nimittäin niin, että samat naapurit päätyvät lauteille samaan aikaan.

LYHYT SAUNAETIKETTI

JOTTA KAIKKI nauttivat saunomisesta, jätä sauna ja pukuhuone sellaiseen kuntoon, jonka itsekkin hyväksyisit. Peseydy aina ennen saunomista ja käytä laudeliinaa tai peflettiä. Näin lauteet pysyvät puhtaina. Lauteiden mahdolliseen viilentämiseen ei kannata lotrata vettä, sillä se lyhentää lauteiden ikää ja voi edesauttaa mikrobikasvustoa. Varmista myös, etteivät

löylykiulu tai -kauha ole liian lähellä kiuasta, jotta ne eivät sula tai syty palamaan.

Saunoissa saa vihtoa, kunhan siivooa varisheet koivunlehdet roskeen. Hyvä tapa on huuhdella lopuksi pesuastiat ja kuivata lattia. Vie haisevat roskat, kuten terveysiteet tai vaipat mukanasasi saunatilasta. Tarkista vuorosi lopuksi, ettei vesihanat jää valumaan.



HUOMIOI MUUT SAUNOJAT

SAUNOJEN ohjelämpötila on 80 astetta. Lämpötilaa tai termostaattia ei saa säätää itse, vaikka mieli tekisi. Kun saunot muiden kanssa, ota myös muut lauteilla istujat huomioon ja kysy lupaa löylynheittoon. Tiesithän, että kylmä löylyveesi rapauttaa kiuaskiviä? Heittä siis kiukaalle vain lämmintä vettä, jotta kiuaskivet pysyisi-

vät pitempään hyvinä. Yhteisissä saunatiloissa ei löylyveeseen saa lisätä hajusteita, sillä seuraava saunoja saattaa olla hajusteallergikko.

Vaikka lemmikkieläimet ovat valtaosassa M2-Kotien asunto- ja enemmän kuin tervetulleita, saunatiloihin niitä ei saa tuoda. Ja sanomattakin on selvää, ettei saunatiloissa saa tupakoida.



1

Miten teillä kierrätetään?

"JÄTTEET lajitellaan aina tarkasti. Keittiössämme on toimiva kierrätyspiste, jossa kaikelle on omat astiansa – ja Katariina kyllä huomauttaa muille perheenjäsenille, jos jotain on lipsahtanut väärään paikkaan.

Meillä on myös kierrätys-huonekaluja, ostamme harvemmin mitään uutena. Kierrätyskeskuksesta ja kavereilta on löytynyt kotiimme juuri sopivia kalusteita. Esimerkiksi olohuoneen sohva on saatu tultuistamme. Siihen on ihana käpertyä katsomaan tv:tä. Sykesarja on koko perheen yhteinen suosikki. Tykkäämme, kun kotona ei ole vitivalkeaa, vaan etenkin punaisen ja puun sävyjä. Sisustustamme voisikin kutsua kotoisaksi ja lempeäksi. Kodinkoneet, kuten televisio ja pesukone, on ostettu uusina, sillä uudet laitteet vievät vähemmän energiaa."

KUKA?

KATARIINA JA JOANNA JYRKKÄRINNE,

asuvat Vantaan Saagatiellä.

"Kierrätetyt huonekalut tekevät kodistamme kotoisan."



Miten vastuullisuus näkyy?

2

"VASTUULLISUUS on pieniä tekoja, kuten roskien lajittelua ja vedenkulutuksen seuraamista. Yhteen talomme häkkivaraistoista voi viedä käyttökelpoista tavaraa sen sijaan, että heittäisi sen pois. Löysimme sieltä mukeja ja kauniin majakan muotoisen tuikkulyhdyn. Kerrostaloasumiseen liittyy myös yhteisöllinen vastuullisuus, eli toisten huomioiminen ja yhteisten sääntöjen noudattaminen. Lapsen myötä olemme tutustuneet pihalla muihin asukkaisiin, hyvä ilmapiiri naapureiden kesken on tärkeää."

KUKA?

KANERVA RUPONEN, JEANNOT JA CAMAËL AGIAR,

muuttivat kesällä Helsingin Taiteentekijäntielle. "On ollut kiva sisustaa kotia kaikessa rauhassa omannäköiseksi."



3

KUKA?

KATI SAARI-SCATTRED JA ABIE SCATTRED SEKÄ KAJ GRÖNHOLM,

asuvat naapurirapuissa Espoon Lyhtykujalla. "Kodeissamme on ihanan isot parvekkeet."



Parasta omassa pihapiirissä?

"HYVÄ SIJAINTI. Tuomarilan juna-asemalle on alle kilometri, bussipysäkki puolestaan löytyy ihan talon nurkalta. Myös kävellen ja pyörällä pääsee hyvin, eikä tarvitse kuin kulkea maki alas, ja onkin jo palveluiden äärellä Espoon keskuksessa. Plus-saa on ehdottomasti myös läheinen metsä sekä se, ettei ihan vieressä ole toista kerrostaloa. Isolla ja avaralla pihallamme on kaikkien asukkaiden iloksi kasvilavoja, joilta kelpaa käydä poimimassa kesällä mansikoita ja kirsikkatomaatteja."

FIKSU KIERRÄTTÄÄ

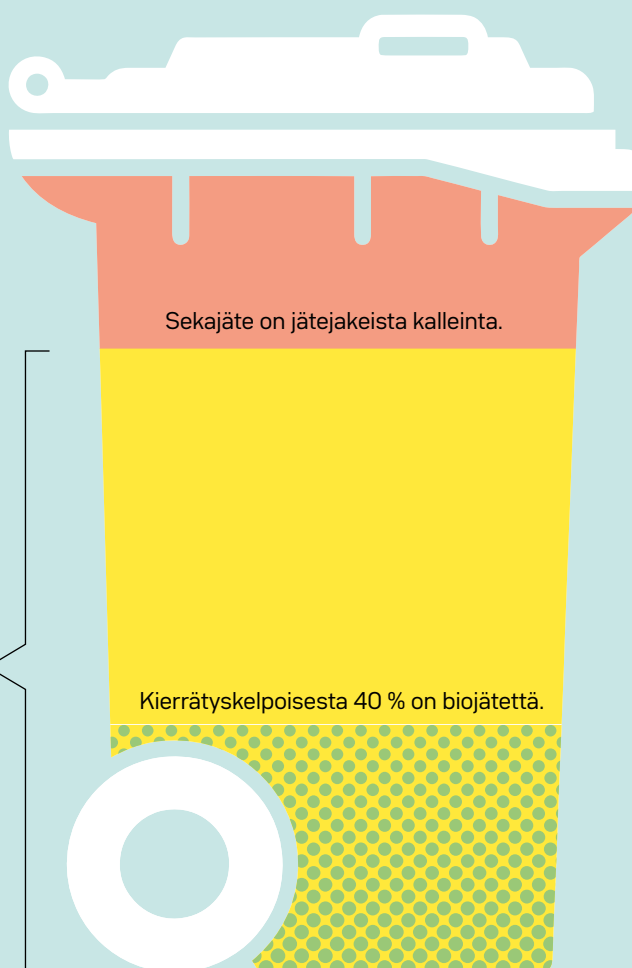


M2-Kotien sekajäteastioihin laitetaan tavaraa
3 300 000 kiloa vuodessa. Valtaosan siitä voisi kierrättää.

80%

**SEKAJÄTE-
ASTIAN
SISÄLLÖSTÄ
ON KIERRÄTYS-
KELPOISTA.**

(muovia, paperia,
lasia, kartonkia,
metallia ja biojätettä
eli ruuantähteitä)



M2-Kotien asunnoissa kierrätys ei ole välineistä kiinni

- **JATKOSSA** biojätepusseja jaetaan kaikkiin kiinteistöihin eri puolilla Suomea.
- **JO 4 000** asunnossa on monilokeroiset kierrätysastiat.
- **PUUTTUVAN** kierrätysastian voi noutaa asukasetuna paikkakunnan K-Raudasta. Lisätietoja asiakaspalvelusta.
- **TARKISTA** lajitteluohjeet jätekatoksesta.
- **VOIT** tulevaisuudessa seurata talosi jätedataa myös OmaM2-palvelussa.

M2-Kodeissa kierrätetään keskimäärin 35 % kaikesta jätteestä. Tavoitteena on, että 60 % kotitalousjätteestä olisi kierrätettyä vuonna 2030.



LAAJANIITYNKUJASA

Yhteiskäyttö-tiloista luksusta asumiseen

VANTAAN Martinlaaksoon on valmistunut viimeisten viiden vuoden aikana täydennysrakentamalla kuusi M2-Kotien taloa, joista viimeisimpänä Laajaniitynkuja 5 A – ja millainen talo se onkaan! Talossa on normaaliin 1–4 huoneen asuntojen lisäksi kaksi Yhdessä-asuntoa, joissa on yhteisen olohuoneen ja keittiön lisäksi 3–4 huonetta omalla kylpyhuoneella. Sopisi vaikka sinkkuseinioreille yhteisölliseen asumiseen!

Erityisen talosta tekevät myös sen lukuisat yhteiskäyttötilat.

Asukkaat voivat vuokrata 1–3 vuorokaudeksi vierashuonetta, jonne voi majoittaa enimmillään neljä vierasta ja hotellihuonetta edullisempaan hintaan. Jos taas haluaa järjestää isommat pirskeet, talon katolla on A-talon omien saunatilojen lisäksi

si kaikille Laajaniitynkuja 5 - talojen asukkaille vuokrattavissa oleva juhlatila keittiöineen ja terasseineen. 15. kerroksesta näkymistä voi nauttia aina Helsingin Kalasatamaan asti.

Talon alakerrassa puolestaan on mahdollisuus seurustella kahvilatyypisissä oleskelutilassa. Sinne on rakennettu valmiudet myös kahvilayrittäjälle, jonka palveluja voisivat arvostaa myös ne, jotka vuokraavat talon alakerran kahta työhuonetta. Työhuoneissa on tarvittava kalustus esimerkiksi satunnaiseen etätööhön.

Yhteistiloja löytyy myös naapuritalosta, jossa on verstaas vaikkapa puutöiden tekoon. Lisäksi korttelissa toimii päiväkotit, jonka leikkihuonetta ja pihaa asukkaiden lapset saavat käyttää silloin, kun päiväkotit on kiinni.



ADOBE STOCK

Sisäinen muutto auttaa elämänmuutoksissa

- **SISÄINEN MUUTTO** tarkoittaa M2-Kotien asunnosta toiseen muuttamista. Silloin ei joudu maksamaan kahta vuokraa yhtä aikaa. Vanha sopimus päättyy, kun uusi alkaa.
- **MUUTTOPÄIVÄ** voidaan usein sopia joustavasti. Muuttajalla voi olla hetken aikaa käytössään sekä edeltävä että seuraava asunto.
- **ASUNNONVAIHTOA** käytetään esimerkiksi jos perheeseen on tullut lisää jäseniä tai joku on muuttanut muualle, työ- tai opiskelupaikka vaihtuu tai vaikkapa tulotaso muuttuu työttömyyden vuoksi.
- **HAKEMUS** tehdään hakupalvelussa. Kun kohta "Asun jo M2-Kotien asunnossa" on rastitettu, tulo- ja verotietoja ei tarvitse uudestaan selvittää. Lisätiedoissa kerrotaan syy asunnon vaihdolle sekä toiveet tulevan asunnon koosta ja sijainnista. Hakea voi jopa asuntokohtaisesti.
- **UUTTA ASUNTOA** tarjotaan, kun toiveisiin sopiva asunto vapautuu. Hakemus on voimassa sen jättämisestä tai muokkaamisesta alkaen kolme kuukautta.

Tenant activity to be renewed

THE LAW GOVERNING tenant activity, the act on the joint management of rental buildings supported by the state, will change at the start of 2024. With the change to the law, we will be developing our tenant activities together with our tenants more than earlier. In September, we carried out an extensive survey with which we collected our tenants' opinions on current tenant activities and asked for any improvement suggestions.

1,599 tenants took part in sharing their thoughts on the future of tenant activity. Among other things, the tenants wished for more communication about matters relating to their own living and homes, as well as more detailed information about upcoming repair and renovation plans. The respondents were also genuinely

interested in strengthening a sense of community.

Of the survey respondents, 288 said that they would be happy to participate in the development of M2-Kodit tenant activity through a new kind of influencer group. With the help of the influencer group, the tenants' voices will be heard louder than ever and tenant activity will become more transparent.

The central goal of tenant activity is to increase our tenants' sense of community and comfort of living.



Want to earn a little extra?

RESIDENTS IN the Helsinki metropolitan area can earn a little extra by shovelling snow during the winter.

- You will receive piece-work pay for the task.
- In addition to your own home, the work area may include the neighbour's yard areas.
- Snow is cleared out as needed in the mornings and afternoons.
- The work group is happy to take on several people, so that the work can be done in turns or working hours can be divided.
- There is an orientation for the work. Read more at ysaatio.fi/uuras



What does the rent consist of?

RENTS consist of a charge derived from the property's acquisition value and maintenance charges.

The property's acquisition value comes from the apartments' construction and plot expenses. The maintenance charges include the maintenance and management expenses for the coming period. Read more at m2kodit.fi/omam2

It's sauna time!

WRITTEN BY HANNA KANGASNIEMI ILLUSTRATIONS BY LEENA KISONEN



Own sauna reservation

BOOK A sauna time slot by contacting the maintenance company or through the digital reservation system. You can also book a permanent slot with a neighbour if you are interested in using the sauna, but might not have the time to do so every week. The weekly reservation is about EUR 15 per month, an individual slot is about EUR 5.



Together or alone?

M2-KODIT locations offer communal sauna times which are open to everyone, but you can often also book your own weekly time or an individual reservation for the sauna. The length of a sauna time slot is usually about an hour.



Get to know neighbours

THE communal sauna is available free of charge for all tenants, usually at the same time every week. While the sauna is great after going on a run, that is by no means necessary for enjoying the experience. The communal sauna is a relaxing highlight of the week for many.



Sauna etiquette in brief

WASH YOURSELF before going into the sauna and use a bench cover. You may use a vihta (bath broom) in the sauna, as long as you clean up fallen birch leaves. Take any rubbish, such as sanitary pads and nappies, with you when you leave the sauna spaces. Leave the sauna and dressing room in a condition you yourself would find acceptable.



Take others into account

YOU CANNOT adjust the temperature or thermostat of the sauna, even if you so wish. When using the sauna with others, ask for permission before throwing water on the stove. Pets are more than welcome in most M2-Kodit homes, but not allowed in sauna spaces. Smoking is prohibited.



Toisenlaista yhteisöllisyyden vaalimista

Kotkalaiset suunnittelevat tekevänsä talkoilla oman asukaslehden, jossa asukkaiden tarinat, parhaat reseptit ja treffipalsta saattaa vaikkapa teatterikävijät yhteen.

TEKSTI: LEENA FILPUS

”AJATUS TALON omasta lehdestä syntyi kevään korvalla. Mietimme, miksi emme loisi hyvän mielen lehteä tukemaan yhteisöllistä asumistamme. Tarkoituksena on tuoda asukkaiden tarinat ja ääni kuuluviin. Vähän samaan tapaan kuin lapsena alettiin tehdä omaa lehteä ja jaettiin sitä sitten pihapiirissä. Paitsi että me olemme aikuisia ja yhä tartumme toimeen pilke silmäkulmassa”, **Tuire Harjola**, opettaja ja kirjailija kertoo taustaa lehdelle. Tuiren lisäksi lehden alullepanijoihin kuuluvat muun muassa toimittaja **Eija Anttila** ja graafikko **Minerva Martinoff**.

Tulevan lehden nimi, *Pytingin Posteljooni*, linkkaa Kotkan Gutzeitintie 3:n historiaan. Vuonna 1872 valmistunut kolmikerroksinen hirsitalo on viralliselta nimeltään Kirkkopytinki. Sen rakennutti norjalainen **Hans Gutzeit** sahansa työläisten asunnoksi.

”Taloon on päätynyt erilaisia ihmisiä kiin-

nostavine taustoineen ja harrastuksineen. Minä esimerkiksi kasvatan opaskoiria, joku toinen on innokas hevosharrastaja, Minerva puolestaan luo kaiken aikaa, viimeksi polkupyörästään taideteoksen. Tarkoitus on, että ideoidaan ja tekemään pääsevät kaikki matalalla kynnyksellä. Erityisen iloisia olemme, jos lapset innostuvat kertomaan ja kirjoittamaan arjestaan ja leikeistään”, Tuire sanoo.

Lehden ensimmäisen numeron on tarkoitus ilmestyä vuoden alussa. Mukana on niin täsmätärpit askarteluun kuin treffipalsta teatteriseuraa tai vaelluskaveria etsivälle.

”Asumme ihanassa talossa ja haluamme näyttää, että yhteisöllisyyttä voi rakentaa yhdessä tekemällä ja iloisella fiiliksellä. Aluksi lehteä on tarkoitus printata saamallamme väritulostimella ja jakaa lähinnä talon asukkaille. Mutta eihän sitä tiedä, miten tämä laajenee”, Tuire sanoo.

Anna palautetta lehdestä!

m2kodit.fi/m2lehti



Kerro mielipiteesi, anna juttuvinkki tai ilmoittaudu haastateltavaksi. Arvomme verkossa tai alla olevalla kupongilla 31.1.2024 mennessä vastanneiden kesken kaksi 50 euron arvoista K-ryhmän lahjakorttia!



KERRO MIELIPITEESI M2-KOTIEN ASUKASLEHDESTÄ

Ympyröi valitsemasi vaihtoehto



ERINOMAINEN



HYVÄ



PARANNETTAVAA



HUONO

OLIVATKO LUKEMASI JUTUT MIELESTÄSI?

- | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| ☐ viihdyttäviä | ☐ inspiroivia | ☐ tylsiä |
| ☐ kiinnostavia | ☐ tavanomaisia | ☐ yllättäviä |
| ☐ hyödyllisiä | ☐ yhdentekeviä | ☐ jotakin muuta, mitä? _____ |

Mikä oli mielestäsi lehden paras juttu?

Mistä aiheesta haluaisit lukea M2-lehdestä?

Jos haluat osallistua arvontaan, jätä yhteystietosi.

Nimi: _____

Osoite: _____

Sähköposti: _____

Puhelin: _____

Olen kiinnostunut kertomaan elämästäni tai kodistani M2-lehdessä:

☐ kyllä, haluaisin kertoa aiheesta: _____ ☐ ei

Saako sinulle lähettää M2-Kotien uutiskirjeen sähköpostitse?

☐ kyllä ☐ ei

Vastaan-
ottaja
maksaa
postimaksun

Y-Säätiö/M2-lehti
PL 322
00531 Helsinki

Tunnus: 5021280
00003 Vastauslähetys



Väritä itsellesi mielenrauhaa.

