



ILOUTISETSPORT



KALERVO KUMMOLA

- Rautakanslerin arvot menivät uusiksi.



SARI ESSAYAH

-Urheiluseuran toimintaan me-
nin mukaan koululaiskilpailujen
kautta.



TEEMU SELÄNNE

-Teemu on aidosti hyvä jätkä,
luonnonlapsi ja rasavilli.



LAURA SALMINEN

-Tämä unelma muuttui kuitenkin
täysipäiväiseen urheiluun.



TÄSTÄ LEHDESTÄ POIMITTUA

Sakari Orava: Kirurgin puuko ei enää heilu, mutta haasteita riittää. Vaimonsa kanssa Sakari mielellään rohkaisee kanssaihmiä etsimään elämän tärkeintä asiaa.

Lue lisää sivu 14.

Mika Poutala: Sarjayrittäjänä tai paremminkin sarjainnostujana toimiminen on luontaista, koska hän pitää riskien ottamisesta.

Lue lisää sivu 12

Sauli Väisänen: Kun pikkuveli Leo oppi kävelemään menttiin jo yhdessä vauhdilla pallon perässä.

Lue lisää sivu 13

Aki Hintsan kirja: Päiväkirjamerkinnoissa tunnelmat aihtelevat. Toivo ja epätoivo kamppailevat elintilasta.

Lue lisää sivu 24

Tuukka Kotti: Elämän muut päämäärät on olla joka päivä parempi aviomies, isä, poika, veli ja ystävä

Lue lisää sivu 23

Laura Salminen: Urheilu on tuonut elämään myös pettymyksiä, kuten olympiapaikan menetys. Vastaavasti on huippuhetkiä ollut.

Lue lisää sivu 27

Ilo uutiset Sport lehti • Päätoimittaja Hannu Hurri • Painopaikka ja jakelu Kaakon Viestintä Oy Kouvola • Painos 50.000 kpl • Taitto ja sivunvalmistus Jukka Tuunanen/Donner&Blitz Oy, www.donnerblitz.com • Lehden vastuu mahdollisesta virheestä ilmoituksessa on korkeintaan ilmoituksen hinta • Reklamaattiot viimeistään 8 pv julkaisun jälkeen kustantajalle • Kustantaja Medifree Oy, Kouvola • Lehti julkaista sellaisenaan www.ilouutiset.fi-sivustolla sekä Kouvolan Sanomien digilehdessä.

PÄÄKIRJOITUS USKO JA URHEILU



Jokainen meistä uskoo johonkin. Uskomme huomaamattamme moniin luonnonlakeihin. On paljon asioita, joissa me teemme valintoja, mihin uskomme. Suomessa meille on annettu vapaa mahdollisuus tehdä päätöksiä. Monessa maassa on vaikeampaa.

Kukaan meistä ei pitkälle pötki ilman uskoa myönteisiin tavoitteisiin. Usko on luottamus siihen, mitä toivotaan. Urheilija tarvitsee uskoa menestyäkseen. Hyvä itseluottamus ja päämäärätietoisuus ovat välttämättömiä. Mielen tasapainoa ja kurinalaisuutta tarvitaan. Moni on tunnustanut uskonsa myös Jumalaan. Ideologioita ja uskontoja on pilvin pimein. Tässä lehdessä moni urheilussa menestystä saanut paljastaa, mikä on elämänsä suurin voitto.

Etusivu kuvaa loppukirin päätöstä. Maalinaanha katkeaa. Sitä on edeltänyt eripituisia matkoja, sprintistä maratoniin. Elämän kilpajuoksussa on paljon voittajia, liikaa myös tappion kärsineitä.

ELÄMÄN KISA

Elämässä vaatimattomastikin pärjännyt voi päästä kiinni voittoon. Mestarille ja menestyjälle voi jäädä luu käteen. Elämän vauhti eikä pituuskään ole ratkaiseva. Oma veljeni on

kuollut yhden päivän iässä, joku elää 100 vuottaaksi. Ne molemmat ovat mitättömiä aikoja ikuisuuden rinnalla.

Tänään voimme elää täysipainoista elämää vaikeuksienkin keskellä. Ilo, rauha ja lepo on tarjolla niin aktiivi- kuin penkkiurheilijalle, miehelle ja naiselle.

Meille ei ole luvattu helppoa elämää. Koetuksia ja tappioita tulee varmasti, mutta elämän voittopalkintoon voi saada kiinnityksen jo tänään. Kun tarjotaan voittoa, siihen kannattaa tarrautua mahdollisimman aikaisin. Maaliintulon jälkeen ei ole enää katumisen mahdollisuutta.

UHOA VAI USKOA

1964 Tokion olympialaisten nyrkkeilymitalisti uhosi ennen nyrkkeilykehään astumistaan kävelevänsä kotiin Japanista, ellei saa mitalia. Onneksi tuli edes pronssia ja Pertti Purhonen pääsi lentämällä kotiin. Tuollaista uhoa meillä on aika paljon. Mutta mitalisti nöyryti. Uho muuttui myöhemmin uskoksi Jeesuksen todellisuuteen. Uskoontulo mullisti hänen elämänsä ja suurisuisen miehen puheille tuli katetta. Jatkossa Purtsin välittämän ilosanoman vastaanottaminen muutti lukuisten alkoholismista ja muista riippuvuuksista kärsivien

kohtalotovereiden elämän ja ikuisuudenkin. Joukossa oli moni urheilija. Uhoamalla ei synny kestävää tulosta. Uutta luova usko sitä synnyttää. Usko ja uskonnollisuus ovat eri asioita. Terve usko tuo elämää, uskonnollisuus enimäkseen toimintarajoitteita tai rituaaleja. Toki monet uskonnon antamat terveet moraaliopit ja lähimmäisen auttaminen ovat hienoja ohjeita ihmiselle.

TULEVAISUUS JA TOIVO

Lue ennakkoluulottomasti urheilijoiden mietteitä. Ota se, mikä hyvää on. Nykymedia tulvii huonoja uutisia. Hyviä uutisia moni tekijä ja lukija halveksii. Elämän valintamme ovat henkilökohtaisia, mutta vaikutukset eivät ole yksityisasiota. ILOUUTISTEN sivuilta löytyy vaikuttavuutta lukijalle. Elämän paras on etsimisen arvoista. Se kestää tappion ja voiton hetkellä, ennen ja jälkeen maaliviivan.

Hannu Hurri
päätoimittaja, lääkäri

Yhdeksi johtavaksi elämänohjeeseen Teemu on nostanut Jeesuksen sanat Matteuksen evankeliumin Vuorisaaressa.
- Kaikki, minkä tahdotte ihmisten tekevän teille, tehkää se heille.

4

Tulevaisuudesta ei Lauraakaan tarkkaan tiedä. Siinä on ylivoimainen neuvonantaja Taivaallinen Isä, jonka ohjantaa ja johdatusta on oikeus pyytää. Näin lajinsa paras suomalaisnainen sydämehtään tekee.

27

Vaasassa kauppakorkeakoulussa opiskellessa tutustuin opiskelukaveriin, joka ohjasi henkilökohtaiseen uskoon. Asiaa kypsytellessä meni parisen vuotta.

9

-Jalkapallo on ylivoimaisesti maailman suosituin ja rakastetuin urheilulaji, joka yhdistää monia kansoja ja yksilöitä. Onhan se myös viihdettä ja leikkiä, toteaa 27-vuotias ammattilaisjalkapalloilija Sauli Väisänen.

13

URHEILU ON TÄRKEÄÄ SUOMELLE

Kuva: Laura Kotila, valtioneuvoston kanslia

Minulla on ollut kunnia työskennellä tiede- ja kulttuuriministerinä viime toukokuusta lähtien. Tehtävässä vastuulleni kuuluvat tiede- ja korkeakoulupolitiikka, kulttuuripolitiikka sekä nuoriso- ja liikuntapolitiikka.

Salkun asiat rakentavat monella tapaa hyvinvoivaa ja menestyvää Suomea, urheilu yhtenä tärkeänä osana. Miksi urheilu ja liikunta on tärkeää? Molemmilla on tärkeä merkitys niin ihmisten hyvinvoinnille kuin koko yhteiskunnalle. Koronan aikaan, kun liikuntapaikkoja jouduttiin sulkemaan ja harjoittelu siirtämään poikkeuksellisiin erikoisolosuhteisiin huomattiin, kuinka tärkeää liikunta on. Liikunta tuo henkistä ja fyysistä hyvinvointia – auttaa jaksamaan.

Kilpaurheilullakin on väliä. Urheilijat inspiroivat työllään yhä uusia sukupolvia liikkumaan ja harjoittelemaan omaa lajiaan tavoitteellisesti. Urheilukilpailujen seuraamisessa on kyse myös yhteisöllisyydestä. Kokoonnumme yhteen ja jaamme yhdessä voiton ja tappion hetkiä. MM 95 oli laman jälkeen esimerkki siitä, miten koko kansakun-

taan tarttui uudenlainen toiveikas tunne.

On kyseessä sitten mikä laji tahansa, suomalainen urheilija on huippuluokkaa. Puolivuotisen ministerikauteni aikana olen koronasta huolimatta päässyt seuraamaan paikan päällä useita eri urheilukisoja mukaan lukien Tokion olympialaiset. On ollut erityisen iloista huomata, kun kova harjoittelu tuo toivotun tuloksen ja sisukkuus palkitaan.

Koronan jälkeen huoli lasten ja nuorten jaksamisesta on suuri. Myös lasten ja nuorten liikkuminen on vähentynyt ja nyt yhteiskunnassamme onkin yhteinen haaste, kuinka saamme lapset ja nuoret harrastamaan. Yksi ratkaisu on harrastamisen Suomen malli. Eri puolilla Suomea kunnissa käynnissä oleva hanke takaa jokaiselle suomalaiselle 1.-10.-luokkaliselle lapselle ja nuorelle yhden maksuttoman harrastuksen koulupäivän yhteyteen. Valtio tukee kuntia rahallisesti harrastusten toteuttamisesta. Olennaista on, että harrastukset toteutetaan lasten ja nuorten omia toiveita kuunnellen. Ei siis niin, että aikuiset päättäisivät lasten puolesta.

Tällä hetkellä harrastamisen Suomen malli on käytössä 235 kunnassa. Olen itsekin päässyt seuraamaan mallin toteutumista ja on ollut ilo huomata, miten monipuolisia asioita lapset ja nuoret ovat olleet kiinnostuneita harrastamaan – yhtenä suosittuna lajina muun muassa parkour.

Myös harjoitus-, kilpailu- ja yleisötapahtumien järjestäminen on ollut tauolla ja useissa liikunta- ja urheilu-seuroissa on huomattu, että koronan myötä jäseniä on vähentynyt huomattavasti. Toimintaa on elvytettävä uudelleen ja liikunta tuotava jälleen osaksi suomalaisten arkea. Opetus- ja kulttuuriministeriö on osaltaan tukenut liikuntakenttää tilanteesta selviämässä. Olipa kyse harrastamisesta tai kilpailusta, urheilu ja liikunta tarjoavat sykähdettäviä ilon ja onnistumisen hetkiä. Tätä työtä on vaalittava jatkossakin. Ihminen on luotu liikkumaan.

Antti Kurvinen
Tiede- ja kulttuuriministeri
Ministerin vastuulla on myös urheiluasiat.

URHEILJOILLE, KUNTOILJOILLE, IKÄÄNTYVILLE, STRESSAANTUNEILLE

VOIMAA JA KESTÄVYYTTÄ

ARGISAN®

Arginiinitabletti 1000 mg

Urheilijoille, kuntoilijoille ja muille, jotka altistuvat fyysiselle ja henkiseksi rasitukselle.

Arginiini edistää typpioksidin tuotantoa elimistössä. Typpioksidi toimii elintoimintoja säätelevänä välittäjäaineena, jonka riittävä saanti on tärkeää sydämen ja verisuoniston hyvinvoinnille sekä lihasten energiantuotannolle.



VAHVA KARNOSIINI

CARNOMAX®

600 mg Extra Strong

Urheilijoille, kuntoilijoille ja ikääntyville. Karnosiini tukee aktiivista elämäntapaa. Vesiliukoinen karnosiini toimii monipuolisesti koko kehossa ja valmisteen sisältämä E-vitamiini suojaa elimistöä hapettumisstressiltä. Valmistetta voi käyttää jatkuvasti.



LISÄÄ TERVEITÄ TREENIPÄIVIÄ

TERNIMAX®

Luomuternimaitokapselit

Urheilijoille ja kuntoilijoille tuomaan lisää terveitä treenipäiviä sekä myös stressaantuneille, väsyneille ja ikääntyville. Ternimaidossa on useita hyvinvointia edistäviä bioaktiivisia yhdisteitä kuten luonnollisia kasvutekijöitä ja immunoglobuliineja eli vasta-aineita sekä vitamiineja ja hivenaineita.



Tuotteet on valmistettu Suomessa

Saatavana terveystuokupoista ja -osastoilta sekä Hankintatukun omasta Fennosan.fi -verkkokaupasta

Hankintatukku Oy
www.hankintatukku.fi

Tutkittua suomalaisen lääketehaan laatua



Hall of Fame

Tekijä : Hannu Hurri

Lähde: Ari Mennanderin kirja TEEMU

Kuvat: Kuvapankki, Olympiakomitea

TÄHTIPELAAJA TIETÄÄ ELÄMÄ ON KIEKKOA SUUREMPI JUTTU

Suomen kaikkien aikojen tunnetuin ja menestynein jääkiekkoilija on kiistatta Teemu Selänne. Viereisestä info-laatikosta voit lukea Teemun kiekkouran oleellisisista vaiheista. ILOUITSET kertoo huiman urheilu-uran lisäksi Teemun elämän taustoista, perheestä ja harrastuksista. Teemu ei myöskään kaihdakaan elämän perusarvojen ja turvatekijöiden huomioimista.

KODIN EVÄÄT

Kirjassa TEEMU hän lausuu kiitokset vanhemmilleen, mutsille ja fajalle. -Olen syntynyt perheeseen, jolla ei ollut mitään ylimääräistä, muttei puuttunut mitään. Lapsena ei kotona ollut limonadipulloihin varaa. Siinä auttoi vierailut äidin isän virvoitusjuomatehtaalla nykyisen Kouvolan Inkeröisissä. Liisa-äidiltäni olen saanut sosiaalisen ja uskonnollisen kasvatuksen, joilla olen pärjännyt elämässäni. Äitini on kas-

vattanut minut kunnioittamaan ihmisiä ja kohtelemaan kaikkia, niin kuin haluaisit itseäsi kohteltavan. Äidiltä olen saanut lämmön ja rakkauden. Se kumpuaa hänen aidosta uskosta Raamatun sanomaan. Isältä olen saanut kunnianhimon ja ymmärryksen, että jokainen saa sitä, mitä tilaa. Elämässä pitää olla unelmia. Isä uskoi siihen, että kova työnteko, uhraukset ja intohimo johtavat rajattomiin mahdollisuuksiin. Sain vanhemmiltani kaikki avaimet urheiluun. He tukivat kaikin tavoin unelmaani, jolle tulisin omistautumaan.

JUNIORIAIKA

Espoon kasvatti aloitti jo 3-vuotiaana kaksoisveljensä kanssa ”pelaamaan” kiekkoa. Pelaaminen oli tietysti alussa seisoskelua maila kädessä leikkihaalareissa, kura-rukkasissa ja myssy päässä. Iän myötä varusteet modernisoituivat ja kaveripiiri laajeni Espoon

Nöykkiöön muuton jälkeen. Teemu ystäväystyi jo tuolloin helposti ja oli aina joukon keskipiste. Isä uhrausi aikaansa kovasti ja mahdollisti osaltaan nuorukaisen pelaamisen kuljetuksineen. Teemun junioriura eteni ja lahjakkuus oli jokaisen nähtävissä. Peliura lähti mukavaan nousuun.

PERHE

Onnellisen kodin ylle alkoi kuitenkin kertyä myös tummia pilviä, jotka Teemua painavat vielä aikuisiässäkin. Rakkaat vanhemmat päätyivät avioeroon. Vanhin veli alkoi ajautua elämän siivuraiteille päätyen huumekoukkuun. Vuosikymmeniä myöhemmin Teemu on pyrkinyt auttamaan ajoin vankilakierteeseen joutunutta velipoikaansa erityisesti taloudellisesti. Tuskin Teemu kieltää tärkeintä onnistumistaan, kun löysi rinnalleen sopivan avun, Sirpa-vaimon. Läheisen kaverinkin mielestä Teemu olisi ollut hukassa ilman Sir-

paa. Avioliiton riidat ovat olleet vähissä. Joskus kahdella mantereella asuminen on tuntunut ongelmalliselta. 4 lasta ovat saaneet kaiken julkisuuden keskellä elää tasapainoisissa kotiloloissa, vaikka isä oli paljon poissa. Miljonäärin vaimo olisi voinut palkata vaikka kymmenen apulaista, mutta hän pyrki hoitamaan kodin ja Teemunkin asioista suurimman osan itse. Teemun mielestä lapset ovat rikastuttaneet elämää enemmän kuin mikään muu, ei edes Stanley Cupin voitto tai maailmanmestaruus.

KAVERIT

Kaveripiiri on aina ollut Teemulle tärkeä. Monet heistä ovat tietysti jääkiekkokotoutaisia. Yksi pelikaveri näkee Teemussa kahdet kasvot, toiset näyttävät muuttumattomina ulospäin. - Teemu on aidosti hyvä jätkä, luonnonlapsi ja rasavilli. Sama mies aina, vaikka hännystelijöitä-

kin on riittänyt

- Kaksoisveli tuntee miehen kavereita paremmin ja rohkenee kertoa, että ikää myöten kiekkosankari on kyllä kietoutunut oman napansa ympärille. Velipojan mielestä Sirpa-vaimo on pitänyt Teemusta liiankin hyvää huolta, ei miehen ole tarvinnut paljoakaan arkirutiineista huolehtia. Kavereiden kanssa tulee pidettyä yhteyksiä paljonkin. Milloin on oltu hienolla mammuttiveneellä Kotkan Meripäivillä, milloin golf-kentällä. Vuotuinen julkisurheilijoiden tennisturnaus on ollut tärkeä vakiotapahtuma.

KUKAAN EI OLE TÄYDELLINEN

Äidin kuolema 2018 oli Teemulle kova pala, kun he olivat kovin läheisiä. Myös Sirpa-vaimo oli erityisen paljon anoppinsa kanssa vuorovaikutuksessa. Liisa-äiti eläessään totesi, että avoimuus, optimismi, aurinkoinen olemus ja

lapsenusko olivat Teemun ominaisuuksia. Miinuksena oli, että Teemun on hyvin vaikea tehdä päätöksiä. Varoessaan kielteistä päätöstä, jää sähköpostit ja viestit mieluummin lukematta kuin sanoa ei. Hienosti menestyneen miehen takana löytyy usein päättäväinen nainen. Siitä maailmantähti on onnellinen. Avioliitto on kestänyt 25 vuotta.

Huippu-urheilijaa ei voi syntyä ilman jonkin asteista itsekkyyttä. Hyvä itseluottamus on tärkeä. Peli on kovaa. Kritiikin vastaanotto on maailmantähdellekin ollut ajoin vaikeaa. Kun on itse tähti, on joskus vaikeuksia joidenkin auktoriteeteiksi pyrkivien kanssa. Ehkäpä siksi Teemu on itse hakeutunut kaveripiiriinsä johtoasemaan, pomoksi. Teemu ei ole purkanut henkilökohtaisia murheitaan ulkopuolisille, vaimolle vain. Miehellä on uskoton kyky käsitellä negatiiviset jutut nopeasti ja kääntää elämässään uusi sivu. Katse on aina ollut eteenpäin ja ylöspäin.

Menestynyt mies on osoittanut kiitollisuuttaan monilla käytännön tavoilla. Numeroa tekemättä hän on ostanut tuhansia ottelulippua tutuille ja tuntemattomillekin. Tunnetusti Teemu on ollut kantavia voimia esimerkiksi Lasten klinikan kummit-toiminnassa ja monessa muussa hyväntekeväisyysprojektissa.

Yhdeksi johtavaksi elämänohjeeseen Teemu on nostanut Jeesuksen sanat Matteuksen evankeliumin Vuorisäärnassa.

- Kaikki, minkä tahdotte ihmisten

tekevän teille, tehkää se heille. Tämän ns. kultaisen säännön omaksuminen on haaste jokaiselle. Toinen käytännön hieno ohje kuuluu

- Antaessaan saa. Kaiken hyvän antajaa, Taivaallista isää on syytä kiittää. Se on Teemun mielestä tärkeämpää kuin pelkkä pyytäminen.

USA JA SUOMI

Selänteiden asunnot niin Kalifornian Coto de Gazassa kuin Suomen Kirkkonummen Hilassa ovat ökytasoa. Amerikassa espanjalaisyyllisen ranchin pihalta löytyy päätälon lisäksi vierastalo, uima-allasalue, tenniskenttä, 3-reikäinen golf-kenttä ja tietysti suomalainen hirsisauna. Moni suomalainen sukulainen tai tuttu on nauttinut siellä isäntien vieraanvaraisuudesta.

Teemun ja Sirpan lapsilla on aika tavalla erilainen kotiympäristö verrattuna Ilmari ja Liisa Selänteiden lasten neliöihin koti-Suomessa. Varmaan Teemun on vaikea tehdä päätös tässäkin asiassa - Onko kotimaa mansikka, muu maa mustikka? Ilman Suomen pakkasta ja jäitä ei olisi Kalifornian lämpöä ja kämppää.

VAUHTIA JA VAARAANKIN

Vauhdikkaan kiekkomiehen rakaisiin harrastuksiin on kuulunut autot ja autourheilu. Salanimi Teukka Salama on esiintynyt useita kertoja Suomen ralliteillä. Menestys ei ole ollut kiekkoluokkaa, mutta vauhti on ollut kova. Maaliin on päästy. Pisin autohyppy on nuottivirheen takia

ollut 52 metriä Jyväskylän Ouninpohjassa. Kerran MM-rallissa oli alla Marcus Grönholmin omistama toisen maailmanmestarin Carlos Sainzin menopeli.

Teemulla on elämässään ollut paljon vauhtia ja vaarallisia tilanteita. Heti ajokortin saatuaan nuorukainen ajoi huimaa ylinopeutta, jolloin tekninen vika lennätti auton neljä kertaa katon kautta ympäri ja päätyi ojaan parin metrin päähän betoniporsaasta. Kaikki neljä autossa olijaa selvisivät kuin ihmeen kaupalla hengissä ja ilman pahoja vammoja.

Yksi ralliharjoituspätkä oli käydyä kohtalokkaaksi niin Teemulle kuin päinvastaiseen suuntaan ajaneelle kiekkopomo Kalervo "Kale" Kummolalle 1999 Channel Four -rallin testipätkällä Hämeenkyrössä. Teemun kaveri, silloinen kansanedustaja, kansainvälisen jääkiekkoliiton puheenjohtaja Kale oli tullut läheistensä kanssa katsomaan Teemun ajoa. Suljetulla pätkällä tapahtui paha väärinkäsitys Teemun taholta. Rallikuski lähti hiljaa ajamaan kohti huoltoautoa. Yksikaistaisella tiellä yhden kukkulan takaa vastaantulevat autot eivät nähneet toisiaan. Siinä kohdin Teukka otti salamaspurtin testatakseen auton hyppyominaisuutta. Vauhti oli huimasti toista sataa ja yllättäen Kale Kummolan auto oli tulossa kukkulan takaa. Seurauksena oli paha nokkakolari, Teemun auto osui Kalen ison Toyotan etukulmaan. Teukka pääsi shokin partaalla katsomaan, miten muille kävi. Suureksi ihmeeksi mukana

olleet kömpivät autoista ulos. Vain Kale jouduttiin autamaan autosta, vammat eivät olleet onneksi hengenvaarallisia.

Hurjapää tiedosti hengenlähden olleen tosi lähellä. Hän totesi: olen aina rukoillut iltaisin ja nyt kiitin varjelusenkeleitä siitä, ettei kenellekään käynyt pahemmin. Kolari aiheutti Teemulle sellaisen henkisen takalukon, että hän kykeni puhumaan siitä kunnolla vasta viisi vuotta myöhemmin. Kalen kanssa asiaa käytiin syvästi läpi Atlantin yllä paluulennolla World Cup- turnauksesta 2004.

ELÄMÄ ON LÄTKKÄÄ ISOMPI JUTTU

Elämä ei ole pelkkää menestystä. Usein sillä on hintansa. Teemukaan ei liiku yhtä ketterästi kuin pelivuosina. Vammoista johtuvat polviongelmat rajoittavat raskainta liikkumista ja äkkiliikkeitä. Kurinalainen huippu-urheilu harjoituksineen ja peleineen rajoitti tietysti muuta ajankäyttöä. Perheen kanssa vietetty aika on ollut rajallinen. Megatähtenä eläminen on tuonut jatkuvan esilläolon julkisuudessa. Se on ajoin perhettäkin rassannut. Positiiviset parrasvalojen kokemukset ovat kuitenkin olleet paljon suurempia.

Joistakin takaiskuista huolimatta Teemu on elänyt menestynyttä elämää, mistä hän itse ja läheiset ovat etuoikeutetusti päässeet nauttimaan. Tietysti Suomi on saanut mainetta ja kunniaa Teemun vaikutusalueilla, erityisesti pohjois-Amerikassa. Suosion

suuruutta kuvaa, kun japanilainen kiekkofani puhutteli Teemua jumalanaan. Suomalaismies kyllä tiesi pienuutensa tässä vertauksessa.

Muutamat henkeä uhanneet vakavat tilanteet ovat panneet miehen myös kelaamaan elämän perimmäisiäkin arvoja. Pikkupojan lapsenusko Jumalan todellisuuden ja varjelukseen on aikuisiäksikin monasti palautunut mieleen. Teemu tietää, että elämä on kymmenen senttimetrin kokoista mustaa, pyöreää kumikiekkoa suurempi juttu. Hän tietää, että elämän viimeisellä viivalla ei saa mukaan yli 70 miljoona dollarin NHL-ansioita ja erilaisia sponsorisopimuksia.

Teemu myös tietää, että Jumalan ja Jeesuksen todellisuudesta ker-tonut äiti ja monet muut läheiset ovat muistaneet häntä rukouksin. Suomen ja suomalaisen jääkiekon suurlähettiläs Teemu tietää elämässään olleen varjeluksen. Kiitollisena kiekkosankari jatkaa perheensä kanssa kahdella mantereella.

LEGENDAARINEN KIEKKOILIJAJA TEEMU SELÄNNE



Teemu Selänne (s. 3.7.1970) on yksi maailman kaikkien aikojen parhaista jääkiekkoilijoista. Hän on NHL:n runkosarjan paras suomalainen maalintekijä ja pistemies. Eurooppalaisista pelaajista vain Tšekin Jaromir Jagrilla on enemmän tehopisteitä ja maaleja kuin Selänteellä.

Espoolaisten EPS:n ja EJK:n sekä helsinkiläisen Jokerien kasvatti pelasi NHL:ssa vuosina 1992-

2014 Winnipeg Jetsissä, Anaheim Duckissa, San Jose Sharksissa ja Colorado Avalanches-

sa. Hän oli voittamassa Stanley cupin voiton vuonna 2007 Anaheim Ducksin riveissä.

The Finnish Flash voitti NHL:n maalikuninkuuden 1993, 1998, 1999 sekä valittiin NHL:n Allstars kentälliseen 1993 ja 1997. Selänne rikkoi ensimmäisellä NHL-kaudellaan 1992-93 Winnipeg Jetsissä sensaatiomaisesti tulokkaiden piste- ja maaliennätyksen sekä valittiin Vuoden tulokkaaksi.

Selänne pelasi viidet MM-kisat, kuudet olympialaiset, kolme Kanada World Cupia ja

tehtaili 14 arvoturnauksessa leijonille 96 ottelussa 102 tehopistettä. Hän saavutti olympiavoiton 2006, olympiapronssin 1998 ja 2010 ja 2014. MM-hopea 1999, MM-pronssi 2009 sekä Kanada/World Cupin 2. sija 2004 ja 3. sija 1991 mahtuvat meriitteihin. Tehopisteiden valossa hän on paras olympiakisoissa pelannut jääkiekkoilija. Selänne on valittu Suomen parhaaksi jääkiekkoilijaksi yhdeksän kertaa.

Teemu Selänne asuu vaimonsa Sirpan ja 4 lapsensa kanssa kesät Kirkkonummella ja talvet Kaliforniassa.

KERÄYSLUPA: RA/2016/881



AUTA KOTIMAAN VÄHÄVARAISIA LAPSIPERHEITÄ SAAMAAN JOULU. **JOULUPATA.FI**

Uusi Tie
KRISTILLINEN VIIKKOLEHTI

Huikkea avaustarjous uusille tilaajille!

1 KK ILMAISEKSI

Tutustu ja tilaa!

Puh. 034 246 2205, uusitie@jaicom.com, uusitie.com/tilauspalvelu

www.cria.fi

Cria
FINNISH ALPACA WOOL



TAINVAS TV7



Sopii kaapeli-verkkotalouksiin



Sopii antenniverkkotalouksiin



Toimii pelkän internet-yhteyden avulla

| | |
|------------------------------------|--|
| Kaapeliverkon kanavapaikat | |
| Taivasboksi www.taivasboksi.fi | |
| Apple TV tai Chromecast | |
| Tietokone, tabletti tai älypuhelin | |
| Älylaitteelta TV-ruudulle | |

NÄKYVYYS KAAPELIVERKOSSA

| | |
|------------------|-------------------------------------|
| Elisa | Kanava 68 |
| DNA/Welho | Kanava 42 (Uusi kanavapaikka!) |
| Telia | Kanava 45 (Himlen TV7 kanava 46) |

NÄKYVYYS ANTENNITALOUKSISSA (LAAJAKAISTA-TV)

| | |
|---------------------|-------------------------------------|
| Elisa Viihde | Kanava 533 |
| Maxivision | Erillinen kanavapaketti |
| Telia TV | Kanava 45 (Himlen TV7 kanava 46) |

Tarkemmat tiedot osoitteesta www.tv7.fi



RADIO PATMOS

Kouvola 95,2 MHz

1.10 - 31.12.2021

Radio Patmos - kanavalta kuulet ajankohtaista asiaa. Mm. mielenkiintoisia haastatteluja, rohkaisua päivääsi, uutisia, Raamatun opetusta sekä hyvää hengellistä musiikkia. Tervetuloa kuulolle.

Kuuntele netissä: radio.patmos.fi

Radio Patmos toimii yksityisin lahjoitusvaroin. Emme myy ohjelma-aikaa. Tue Radio Patmosen toimintaa rakkaudenlahjallasi Patmos Lähetysseurion lahjoitustilille: Nordea FI17 1257 3000 5088 55 (lyhytviite 77020).

Rahankeräyslupa RA/2017/73 Voimassa 23.1.2017 - 31.12.2021

SWIFT

LIMITED-ERIKOISMAALLI ERIKOISHINTAAN

ETUSI 1 399 €!



Kuvan auto erikoisvarustein.

SUOMEN EDULLISIN
AUTOMAATTIVAIHTEINEN HYBRIDI
SUZUKI SWIFT LIMITED 17 591 €



SWIFT 1.2 DUALJET 2WD GL CVT-aut. HYBRID LIMITED
17 591 € (sis. toimituskulut 600 €). CO2 (WLTP) 115 g/km,
EU-yhd. kulutus 5,1 l/100 km (WLTP). Takuu 3 vuotta tai
100 000 km.

suzuki.fi

**AUTO VODE OY**

Auto Vode Oy, Laturinkatu 8, 45130 KOUVOLA
www.autovode.fi

Naistenilta Joulukonsertti

Kymen Paviljonki
Helsingintie 408
Kuusankoski

Keskiviikkona 8.12. klo 18.00

Tule kuulemaan ja virkistymään!

Helena Berg, laulu
Suvi Suokas, laulu
Eijariitta Hurri, piano.

Ilmoittautuminen viimeistään 6.12.

Puh. 040 747 7450 tai eijariitta.hurri@gmail.com

Kahvitarjoilu 8,5 e

Tervetuloa

AGLOW
INTERNATIONAL

NÄKÖNNE PALVELUKSESSA VUODESTA 1955

SILMÄ OPTIIKKA

YKSITYINEN KYMENLAAKSOLAINEN

Kuusankoski • Inkeroinen • Hamina • Karhula



On yksi pankki, jonne olet tervetullut vuodesta toiseen!

Osuuspankissa olet
arvostettu asiakas, jonka
asioita hoidetaan
sydämellä ja
ammattitaidolla.



Tervetuloa!

LÄNSI-KYMEN
Osuuspankki

Elimäki, Korja, Artjärvi, Loviisa, Lapinjärvi

Vinkkaa tutuillesi

Luettavissa digilehtenä www.ilouutiset.fi

ILOUUTISET SPORT

KÄVELLEN MAAILMANMESTARUUTEEN JA NOUSU EDUSKUNNAN PORTAITA YLÖS

- Koko lapsuuteni vietin Pohjois-Savossa, Lapinlahden pienellä sivukylällä, jossa asuin yhdessä perheeni kanssa. Mummoni hoiti rintamiesmökkiin rakennettua puhelinkeskusta, jonka takana oli useamman syrjäkylän puhelinlinjat.

-Äitini työskenteli naapurikoungissa kieltenopettajana, ja huonojen liikenneyhteyksien vuoksi pääsi luoksemme viikonlopuiksi ja lomiksi. Vanhempieni tiet olivat erkaantuneet jo aiemmin, joten tuohon aikaan subjektiivisten päivähoito-oikeuksien puuttuessa luontevinta minulle oli asua mummoni luona. Perheeseen kuului myös mummoni kehitysvammainen kasvattitytär Liisa, josta tuli minulle kuin iso-

sisko.

-Näin muistelee Sari Essayah, kävelyn maailmanmestari 1993.

KODIN EVÄÄT ELÄMÄLLE

-Mummoni tunsu työnsä kautta alueen ihmiset ja oli monella tapaa yhteisössään luotettu ihminen. Hän oli varhain leskeksi jäätyään tehnyt myös pientilallisen raskasta fyysistä työtä ja opetti, että nainen voi tarttua myös ns. miesten hommiin; vasara ja kirves pysyivät hänenkin kädessä.

Myös äitini oli omaksunut saman työteliäisyyden, ja ainahan sitä maalla tekemistä riitti - peruna- ja kasvimaan hoidosta marjastamiseen ja sienestämiseen. Äitini siirsi minuun rakkauden lukemiseen kantamalla viikonlopuiksi

kassikaupalla kirjastosta lastenkirjoja, joita luki minulle.

Nyt jo edesmenneen kasvattisareni Liisa kautta vammaisten kokemat haasteet olivat läheltä elettyä arkea. Tuhon aikaan maaseudulla saatettiin vielä vammaisia perheenjäseniä hävetä, jopa piilotella. Lapinlahden kehitysvammaisten tukiyhdistys mursi kuitenkin ennakkoluuloja, ja joka kesä tehtiin perheiden yhteisiä virkistysmatkoja aina ulkomaita myöden. On tärkeää oivaltaa, että vammaisuus ei ole virhe ihmisessä, vaan samanlainen ominaisuus kuin vaikka silmien väri.

Joskus tuntuu, että saavutuksia ja suorituksia ihannoivassa ajassamme olemme hukkaamassa

ihmiskäsityksen, jonka mukaan jokainen ihminen on ainutkertaiseksi luotu ja arvokas sellaisenaan. Tämän arjessa eletyn arvon lisäksi kotoa välittyi ahkeruus, luotettavuus, rehellisyys, heikommista huolehtiminen ja toisten auttaminen.

URHEILU KASVATTA

Urheiluseuran toimintaan menin mukaan koululaiskilpailujen kautta. Lapinlahden Vedossa kaikki harrastivat monipuolisesti eri lajeja, kesällä yleisurheilua ja talvella hiihtoa. Muutama vuosi myöhemmin kuvioihin tuli kilpikävely. Silloin ajattelin, että olisi hienoa, jos pääsisin joskus aikuisten maajoukkueeseen edustamaan Suomea.

Hyvät harrastukset ja mielekäs

tekeminen vahvistavat jokaisen lapsen ja nuoren itsetuntoa ja auttavat tekemään itsenäisiä, elämästä tukevia ratkaisuja. Siksi olen nykyäänkin halunnut olla urheilupäättäjänä mukana nuorten urheiluharrastuksen tukemisessa.

Urheilu-uran myötä opin pitkäjännitteisyyttä, kurinalaisuutta ja tavoitteellisuutta. Opin voittamista ja häviämistä, niin menestyksen kuin menetyksen vastaanottamista. Elämässäkin vähintään toinen jalka täytyy olla maassa. Ihmisellä on oltava realistisia osatavoitteita ja hänen tulee ymmärtää omat rajansa-



POLITIIKAN OPIT

-Jo kouluaikana olin aktiivisesti mukana yhteisessä vaikuttamisessa ja toimin mm. tukioppilaina ja oppilaskunnan puheenjohtajana. Kunnallisvaalien myötä paikka aukesi jo 19-vuotiaana nuoriso- ja raittiuslautakunnassa, jossa hoidettiin monia nuorten elämään konkreettisesti vaikuttavia asioita, mm. jaettiin toiminta-avustuksia ja rakennettiin nuorisotilat. Vaikuttamisesta jäi hyvä mieli, mutta huippu-urheiluvuosina politiikka sai jäädä sivuun.

- Uskoontulon myötä Kristillisdemokraatit - tuolloin vielä Kristillinen Liitto - tuntui oikealta vaihtoehdolta. Sen tulee rakentaa yhteiskuntaa kristillisille arvoille. Valitettavasti liian moni nyky-suomalainen halveksii kestäväntä arvomaailmaa. Kristillisten arvojen tulisikin välittyä sellaisina yhteiskunnallisina periaatteina, että eri elämäntilanteista tulevat voivat kunnioittaa niitä. Poliitiikan luottamustoimet ovat vuosien varrella vieneet kunnantvaltuustosta Arkadianmäelle ja Brysseliin asti. Edelleen ajatus lähimmäisyhteiskunnasta, jossa kannetaan vastuuta lähiyhteisöstä ja luomakunnasta, innoittaa minua, ja sen eteen haluan työtä tehdä.-

ELÄMÄN VOIMAN LÄHTEITÄ

- Puolisoni Roopen löysin harjoitusleiriltä Espanjasta. Ensin meitä toivat yhteen innostus urheiluun, pian yhteinen usko ja rakkaus. Häitä vietettiin 1991 Lapinlahdella. Puolisoni on ollut tärkein tukeni läpi urheilu-uran ja politiikan parissa toimiessani. Perheeseemme kuuluvat myös kaksi aikuistunutta tytärtä.

Elämässä on ollut tilanteita, joiden kautta on oppinut näkemään oleelliset asiat. Olemme kokeneet myös läheisten ihmisten menetyksiä. Omakohtaisen pahanlaatuisen sairauden voittaminen on suuri kiitosaihe. Uskon lisäksi perhe ja ystävät antavat minulle voimaa. Luonnossa liikuminen on minulle ollut tärkeää jo pienestä pitäen. Hyvät unenlahjat ovat epäilemättä vahvuuteni. Levollisuudesta ja rauhasta etsin uusia voimia arjen kiireen keskelle.-

USKOSTA ELÄMÄN PUNAINEN LANKA

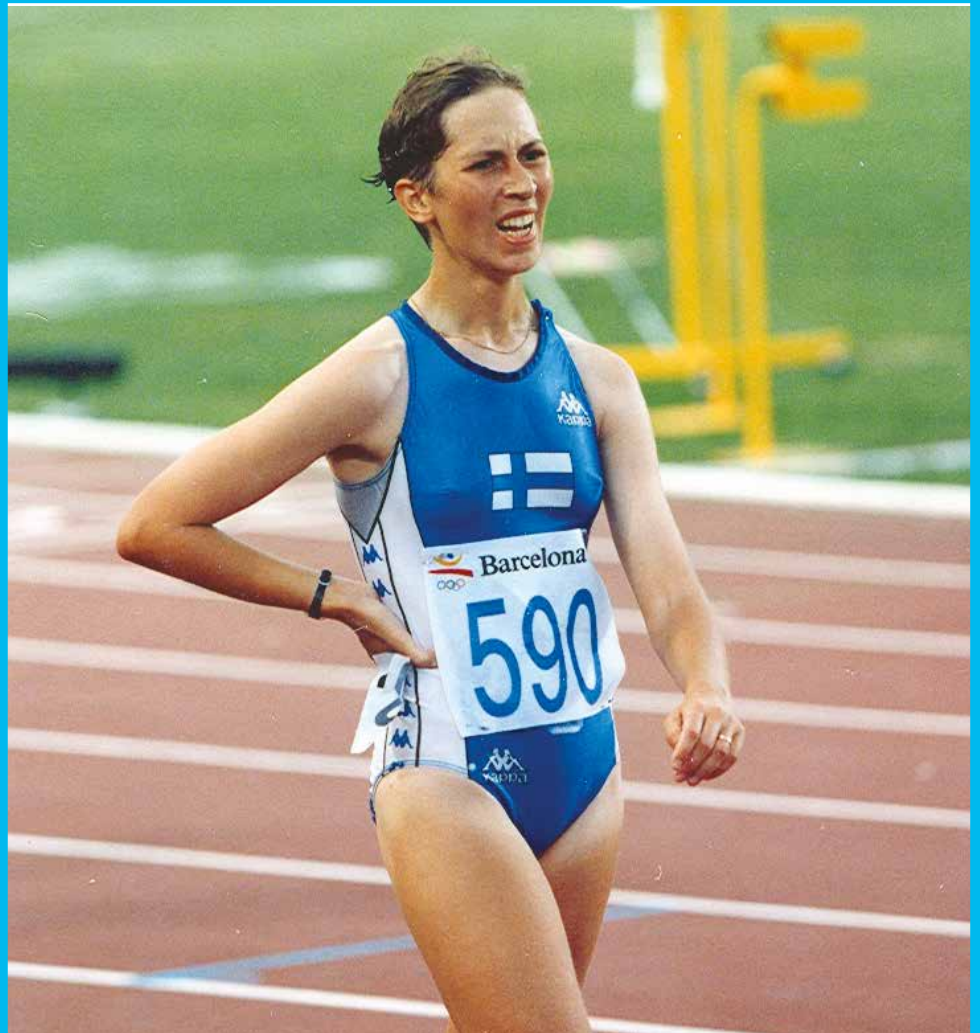
-Lapsena kävin kylän muiden lasten tavoin pyhäkoulussa ja koitakin omaksuin sen, että uskonasiat ovat elämässä kunnioitettavia juttuja. Myös rippikoulusta pidin, ja kavereiden perässä toimin isosenakin. Vähitellen lapsenusko kuitenkin muokkautui enemmänkin vain positiiviseksi asenteeksi kristinuskoa kohtaan ja armon kokemisen omakohtaisuus puuttui.

Vaasassa kauppaorkeakoulussa opiskellessa tutustuin opiskelukaveriin, joka ohjasi henkilökohtaiseen uskoon. Asiaa kypsytellessä meni parisen vuotta. Kun olin tehnyt ratkaisuni, liityin heluntiseurakuntaan. Usko muutti suhtautumistani moniin asioihin ja siitä tuli elämän tärkein asia. Kyse ei enää ollut vain jonkin hyvänä pitämisestä ja elämäntätösumuksesta, vaan koko elämän pohjasta ja pelastuksesta. Jeesuksen sovitustyön tähden me rikkinäiset ja keskeneräiset kelpaamme, koska mitta on täytetty puolestamme. Vakaumukseni on auttanut eteenpäin niin kilpaurheilussa, perhe-elämässä kuin politiikan vaikeissa ympyröissä.

-Usko on luja luottamus siihen, mitä toivotaan, ojentautuminen sen mukaan, mikä ei näy. Näin siteeraa raamattua entinen huippu-urheilija, nykyinen Suomen Olympiakomitean jäsen.

Roopen vaimo, kahden tytön äiti ja yli puoluerajojen arvostettu kansanedustaja on monen mielestä parhaita puoluejohtajia Suomessa. Brysselin kierroskin on takana.

-Sarin kaltaisia rauhallisia, asian-
tuntevia, tervehenkisiä päättäjiä suomalaisessa yhteiskunnassa saisi olla paljon enemmän. Heitä saisi olla yli puoluerajojen, pohtii varmasti moni suomalainen.



SARI ESSAYAH

Essayah edusti aktiiviurallaan Lapinlahden Vetoa. Hän sijoittui 18-vuotiaiden EM-kilpailuissa 1985 Cottbusissa 5 000 metrin kävelyssä 11:nneksi. Rooman MM-kilpailuissa 1987 hän oli 10 kilometrin kävelyssä yhdeksästoista ja Budapestin halli-EM-kilpailuissa 1988 3 000 metrillä yhdeksäs. Vuonna 1989 hän sai pronssia Duisburgin universiadien 5 kilometrillä.[3] Samana vuonna Essayahin valmentajaksi tuli Juha Väättäin.

Essayah sijoittui Splitin EM-kisoissa 1990 10 kilometrin kävelyssä viidenneksi. Sevillan sisäratojen MM-kilpailuissa 1991 hänet hylättiin 3 000 metrillä. Myöhemmin samana vuonna hän voitti kultaa Sheffieldin universiadeissa ja pronssia Tokion MM-kisoissa ajalla 43.13. 1992 Barcelonan

olympialaisissa hän oli neljäs.

Essayah oli Toronton sisäratojen MM-kilpailuissa 1993 seitsemäs 3 000 metrin kävelyssä. Saman vuoden maailmancupissa hän oli toinen ja voitti maailmanmestaruuden Stuttgartin kisoissa ajalla 42.59. Pariisin halli-EM-kilpailuissa 1994 hän oli kuudes ja voitti myöhemmin samana vuonna kultaa Helsingin EM-kisoissa ajalla 42.37. Göteborgin MM-kilpailuissa 1995 hän oli neljäs suomenennätysajalla 42.20. Atlantan olympialaisissa 1996 hän oli kuudestoista ja lopetti kävelijänuransa kauden jälkeen. Hänet valittiin Vuoden naisurheilijaksi vuosina 1993 ja 1994.

***Vakaumukseni on auttanut eteenpäin
niin kilpaurheilussa, perhe-elämässä
kuin politiikan vaikeissa ympyröissä.***

Reichmann voitelukone Intersport Kouvolassa

UUTUUS!

Intersport
Kouvolassa huollatat
jatkossa sukseksi
helposti ja nopeasti!

**SUKSIEN
PUHDISTUS,**
Reichmann Optiwax
luistovoitelu



30 /pr
€

INTERSPORT®

INTERSPORT KOUVOLA

Kauppaeskus Veturi, Tervasharjunktatu 1, 45720 Kuusankoski
Palvelemme ma-pe 10-20, la 10-18 ja su 12-18 • P. 050 4763649 • kouvola@intersport.fi

Plusa

Costella Oy

**KAIKKI KODIN REMONTIT,
MYÖS PUTKI- JA SÄHKÖTYÖT
LÄMMITYSJÄRJESTELMÄT,
ILMALÄMPÖPUMPUT**

KATSO WWW.COSTELLA.FI
& SOITA 05 366 4155



**KILTATIE 1, KUUSANKOSKI JA
RAUTA PRISMA KOUVOLA**



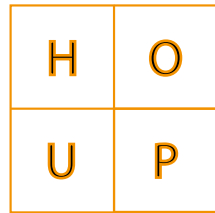
Olemme yrityksiä varten.

**Kouvola
Innovation**



KIRSIKIINTEISTÖT

Kotiseurakuntaliike
Suomessa



aina on toivoa
www.houp.fi



**KUUSAAN
AUTOTARVIKE**

ARENIATILI OY

**KULJETUSLIIKE
Mika Honkanen Oy**

**MARKKU
LAUKKANEN**



HalpaHalli

KOUVOLAN HAMMASTIIMI



**AKKUHUOLTO
M. KUITTINEN**

www.digitaalipaino.fi



VARTE

**KUUSAAN
MUOTIHUONE**

Halton

**JEP Jätehuolto
E.Parkkinen Oy**

JOULULAHJAONGELMIAKO?

MITÄPÄ JOS TILAISIT SUKUSI MIEHILLE
TOSIMIEHEN, EUROOPAN VANHIMMAN
KRISTILLISEN MIESTENLEHDEN?

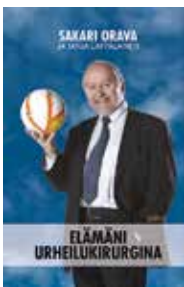
TOSIMIES ON MIESTENLEHTI, MUTTA ILMAN NIITÄ
PERINTEISIÄ TYTTÖJEN KUVIA.
ELI SITÄ VOI HUOLETTA LUKEA NAISTENKIN
LÄSNÄOLLESSÄ.

6 MIELENKIINTOISTA, VÄRIKÄSTÄ NUMEROA
VUODESSA VAIN 40 EUROAA!



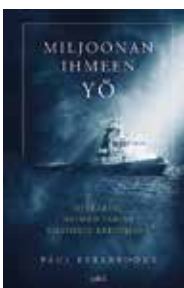
WWW.TOSIMIES-LEHTI.FI

Älä jää sivulliseksi, lue koko kirja!



Elämäni urheilukirurgina

Sakari Orava ja Tarja Lappalainen
Urheilukirurgi Sakari Oravan
ura hakee vertaistaan.
Amerikkalaiset ovat rankanneet
hänet toistuvasti maailman
parhaimmaksi urheilukirurgiksi.
Hinta 35 €



Miljoonan ihmeen yö

Paul Estabrooks
Kiellettyjen seurakuntien johtajat
välittävät länteen pyynnön saada
miljoona Raamattua. Siihen
vastaa joukko tavallisia miehiä
ja naisia.
Hinta 27 €



Sun ja mun jääkaappi

Kristiina Kunnas & Tiipi Jokinen
Kunnaksen ideasta syntynyt
kokonaisuus on tositarina
äitiydestä, naiseudesta ja
pesästä lähtevien poikasten
opastamisesta. Mihin asti
äidin eväät riittävät?
Hinta 27 €

Tilaukset: nettikirjakauppa.com

ISÄNNÖINTI



• KOUVOLAN •
Lakritsi®

Entinen huipputason pikaluistelija Mika Poutala ei halua luokitella ihmisiä, vaan pyrkii näkemään jokaisessa ihmisessä elämän suuret mahdollisuudet. Monen mielestä Mika on yksi Suomen positiivisimpia urheilijoita niin voittojen kuin tappioiden aikoina. Muutamat sentit kilparadalla ovat erottaneet hänet nousemasta olympiamitalistiksi.

Mika Poutala on nykyään osakkaana viidessä yrityksessä lopetettuaan pikaluistelun keväällä 2018. Sarjayrittäjänä tai pareminkin sarjainnostujana toimiminen on luontaista, koska hän pitää riskien ottamisesta. Poutala kiertää yrityksissä pitämässä keynote-puheita. Hän nauttii esiintymisestä ja ihmisten viihdyttämisestä.

– Muutun ihan eri ihmiseksi, kun menen lavalle. Olin jo koulussa sellainen, että heitin tyhmiä kommentteja, joille luokkakaverit nauroivat. Jos en näe keikan aikana, että joku nauraa yleisössä ihan kippurassa tai jollain tulee kyynel silmästä, niin koen, että olen epäonnistunut esiintyjänä. Ihminen muistaa parhaiten kokemuksen, ei niinkään sitä, mitä puhuin.

KUTSUMUKSENA AUTTAMINEN

Poutalan kutsumus on auttaa ihmisiä saavuttamaan tavoitteitaan ja unelmiaan. Puhekeikkojen lisäksi mies toimii sparraajana ja mentorina – Hän innostaa ja val-

mentaa asiakkaitaan pääsemään tavoitteisiinsa auttamalla heitä löytämään niitä asioita, jotka ovat kehittymisen esteenä. Usein ongelmana on, että ihminen on imenyt itseensä ympäristöstään myös itselleen haitallisia arvoja ja uskomuksia niitä koskaan kyseenalaistamatta.

– Meidän täytyy käydä läpi ajatusmallejamme, miksi ajattelemme asioista tietyllä tavalla. Vastakun ymmärrämme, mistä ajatusmallit tulevat, voimme tarvittaessa muuttaa niitä. Jos emme koskaan kyseenalaista niitä, elämme haluamattammekin niiden mukaan, vaikka ne olisivat meille vahingollisia.

– Haluan peilata ihmisiä siihen, millä tavoin Jumala näkee meidät. Jokainen ihminen on arvokas. Aina kun tapaan ihmisiä, pyrin kohtelevaan heitä heidän parhaan potentiaalinsa mukaan. Kaikilla meillä on ääretön potentiaali tehdä asioita. En halua luokitella ihmisiä sen mukaan, mitä he ovat saavuttaneet, miten paljon heillä on rahaa tai missä he ovat töissä. Pyrin kohtelevaan ihmisiä samanarvoisina riippumatta siitä, ovatko he yrityksen siivojia vai pomoja.

USKO JA HALU PÄÄSTÄ TAVOITTEISIIN ON TÄRKEÄ VOIMAVARA

Usko Jumalaan on Mika Poutalalle tärkeä asia ja voimavara. Hän lukee Raamattua ja rukoilee päivittäin. Mika on kolmannen polven uskova, joka on hen-

kilökohtaisesti vastaanottanut Jeesuksen Herrakseen ja syntiensä sovittajaksi. Usko ja kuumelinen helluntaiseurakuntaan ovat olleet Mikalle tärkeitä jo äidinmaidossa. Hän vierailee kuitenkin säännöllisesti myös muissa kristillisissä seurakunnissa ja yhteisöissä.

Mika Poutala aloitti pikaluistelun 7-vuotiaana. Hän tottui pitkän kilpailu-uransa aikana asettamaan tavoitteensa korkealle. – Se ei ole minulle kovin iso asia, saavutanko jonkin tavoitteen vai en. Päämäärä saa minut toimimaan haluamallani tavalla. Tärkeintä on, minkälainen minusta on tullut ja mitä olen oppinut matkalla kohti tavoitetta.

Poutala ei pidä jossittelemisesta. Sen sijaan hän haluaa aina oppia ja kantaa vastuun tapahtuneista asioista.

– Yksi askel pettymysten käsittelyssä on, että osaamme myöntää omat virheemme ja kantaa vastuun elämästämme. Helposi lähdemme etsimään syyllisiä muista ihmisistä. Pettymyksen yli on vaikea päästä, jos ei pysty myöntämään virheitään ja löytämään asioita, jotka olisi voinut tehdä eri tavalla.

Luottamus Jumalaan on säilynyt. Kaksi vuotta sitten ilmestyi urheilutoimittaja Petri Lahden kirjoittama elämäkerta Mika Poutala – Muutaman sadasosan tähden. Poutala hävisi pronssimitalin muutamalla sadasosasekunnilla sekä Vancouverin olympialaisissa vuonna 2010 että Pyeongchangin olympialaisissa

vuonna 2018. Ensimmäinen häviö johtui horjahduksesta. Silloin Poutala joutui työstämään pettymystään yli vuoden ajan. Toisella kerralla mies teki mielestään täydellisen luistelun. Silloin hän pääsi yli tapahtuneesta parissa päivässä.

– Vancouverin olympialaisten aikaan identiteettini oli pitkälti rakentunut siitä, miten hyvä luistelija olen. Kun tein virheen, identiteettini romahti. En yhtäkkiä ollutkaan mitään. Silloin kun ihmisen identiteetti on kestävällä pohjalla ja siihen pystyy nojaamaan vaikeuksien kohdatessa, pettymysten käsittely on paljon helpompaa. Silloin ihminen ymmärtää, että elämä jatkuu ja tapahtunut asia ei vaikuta siihen, miten arvokas ja rakastettava hän on.

Poutala alkoi etsiä identiteettiinsä aineksia siitä, mitä oli vuosikautia kuullut opettavan seurakunnassaan.

– Minulle tuli tärkeäksi rakentaa identiteettiäni sen varaan, että olen Jumalan lapsi. Sitä ei kukaan pysty muuttamaan. Jumala näkee minut tällaisena ja se on paljon tärkempää kuin miten ihmiset minut näkevät.

RAAMATTU

Poutala on saanut pettymysten hetkellä apua säännöllisestä Raamatun lukemisesta. Hän on halunnut ottaa kirjaimellisesti sen, mitä kirjassa sanotaan.

– En ole koskaan ollut katkera tai miettinyt, miksi Jumala sallii tällaista, vaan vaikeina hetkinä olen

ajatellut: ”Jumala, en ymmärrä, miksi tässä kävi näin, mutta silti luotan ja uskon, että pystyt tekemään tästäkin hyvää.” Minulta ei ole koskaan puuttunut uskoa siihen, että Jumala tietää, mitä tekee. Olen säilyttänyt sinisilmäisen uskon.

ONNELLISUUS SYNTYY KIITOLLISUUDESTA

Mika Poutala oivalsi ensimmäisin olympialaisiinsa päästyään, että onnellisuus syntyy kiitollisuudesta.

– Olympialaisiin pääseminen oli pienen pojan unelma. Olin aina ajatellut, että sitten kun pääsen sinne, kaikki huoleni kaikkoavat ja elämä on ihanaa. Kun haaveeni toteutui, minulle tulikin yhtäkkiä tyhjä fiilis. Ihmettelin, mistä on kyse, kun en unelmani saavuttuani enää tiennyt, mikä oli elämäni tarkoitus. Tajusin, että menestys ei tuo onnellisuutta, vaan kiitollisuus.

Urheilija harjoitteli kiitosaiheiden löytämistä arjestaan pitämällä vuoden ajan kiitollisuuspäiväkirjaa. Mies kirjasi sinne joka ilta kolme asiaa, joista oli kiitollinen. Pian hän alkoi löytää isompien kiitollisuudenaiheiden lisäksi monia pieniä asioita, joista saattoi olla kiitollinen. Lopulta aiheita alkoi löytyä ihan itsestään eikä niitä tarvinnut enää kirjata ylös. Suurimpia kiitosaiheita Mikalle tuottaa aviovaimo Sanni, 10- ja 7 vuotiaat urheiluhenkiset pojanviikarit sekä 1-vuotias pikkuprinssessa.

Tekijä: Hannu Hurri

Lähde: Milla Suonion haastattelu Elämä-lehden numerossa 1/2020.

**MIKA POUTALALLA ON HYVÄT EVÄÄT
ROHKAISTA SUOMALAISIA**

Tekijä: Hannu Hurri

Kuva: Cosenza Calcio arkisto

NUOREN MIEHEN UNELMA TOTEUTUU NURMIKENTILLÄ

-Jalkapallo on ylivoimaisesti maailman suosituin ja rakastetuin urheilulaji, joka yhdistää monia kansoja ja yksilöitä. Onhan se myös viihdettä ja leikkiä, toteaa 27-vuotias ammattilaisjalkapalloilija **Sauli Väisänen**.

LAPSESTA PALLON PERÄSSÄ

Sauli kasvoi 5 henkisessä perheessä. Kun pikkuveli-Leo oppi kävelemään mentiin jo yhdessä vauhdilla pallon perässä. Äiti vei vanhemman poikansa jo kolmevuotiaana futisleirille. Sisar harrasti ratsastusta. Kotona veljekset potkivat palloa sisälläkin, mikä ei varmasti ollut suuri ilo vanhemmille.

- Mutsi ja faija katsoivat telkkarista poikiaan Suomen puolustusparina EM -karsintojen päätöksessä. Tuskin enää lapsuuden olohuonepelit häiritsivät, vinnittää Sauli.

Isä **Antti Väisänen** ja äiti **Anna-Liisa Tilus** panostivat paljon lastensa harrastuksiin ja kulljettamiseen. Lapsuudesta Sauli muistaa, kuinka vanhemmat vuoronperää ajelivat ympäri pääkaupunkiseutua. Takapenkillä istuivat hikiset pojat ja hevosilta haiseva tyttö.- Varmaan oli herkullinen tuoksu ahtaassa autossa. Ja kotona pesukone joutui koville ja suihkuun oli tungosta.

URA URKENEET

Urheilijan ura alkoi jo pikkupoikana. Usean pääkaupunkiseudun seuran kautta nuorelle miehelle avautui liigadebyytti FC Hongan riveissä. Jo 19 -vuotiaana tuli kutsu ammattilaiseksi ulkomaille.

Ensimmäinen osoite oli Tukholma ja siellä maineikas seura AIK. 3 vuotta meni Ruotsissa. Sen jälkeen kutsu kävi jalkapallomaa Italian mahtisarjoihin, Serie A ja B. Viides vuosi menee saapamaassa ja nykyseura on Cosenza Calcio.

Sauli kuuluu Suomen A-maajoukkueeseen kuten myös nuorempi veljensä Leo. Maajoukkueen menestys on ollut kovin nousujohteista viime vuosina. Nuoren miehen jalkapalloura ei ole huippuaan saavuttanut. Hänellä on tahtoa ja intoa tähdätä suurempiin seuroihin Euroopassa. Tässäkin asiassa Sauli sanoo etsivänsä rukoillen Jumalan johdatusta, mikä on tunnustavan kristityn etuoikeus.

- Nyt uskon antamaa voimaa mies tarvitsee, kun harmittava jalkavamma vaati operaation. Toipuminen pitää miehen sivussa kentältä jonkin aikaa, jatkaa Sauli.

USKO ON ILOINEN ASIA

Nuoren miehen elämässä on kristillisyyttä ollut lähellä jo pienestä. Kuten tavallista ei uskon asiat kuitenkaan kasvavaa nuorukaista suuremmin puoleensa vetäneet. -Rippikouluikäisenä koin ensi kertaa Pyhän Hengen läsnäolon. Sauli-poika vastaanotti Jeesuksen todellisuuden omaan elämänsä. Hän ymmärsi, että ensin on tultava tielle ja sen jälkeen voi kulkea eteenpäin. Jeesus on, totuus ja elämä. Sauli kokee Jumalan johdattaneen häntä siunauksellisesti, kun hän löysi ihanan vaimon itselleen. Tällä hetkellä perheessä on tyttärikin. Perheistä toteaa kiittolisena - Kaiken tämän hyvän kanssa on voinut asua Italiassa ja pelata rakastamansa futista. Ei voi valittaa, toteaa Sauli.

Arkisen pelaamisen ja harjoittelun keskelläkin voi luottaa Jumalan varjelukseen.

-On oltava valmis vastaanottamaan niin surut kuin ilot ja luottaa siihen, että vaikeatkin asiat Jumala kääntää meille voitoksi. Taivaan Isä on joka elämäntilanteessa mukana. Ei futiskaan ole kaikki kaikessa. On tärkeää, että on huippukunnossa. On tärkeää muistaa, että elämä on palloa suurempi juttu, pohtii huippupelaaja Sauli.

Usko ei ole ensisijaisesti elämää rajaava asia. Päinvastoin se antaa mahdollisuuden iloita harrastuksesta ja työstäkin tavanomaista enemmän. Ei ole pakkopullaa, että kentällä panen kaikki liikoon. Helpottaa tieto siitä, ettei Taivaallinen Isä iske ruuskalla, vaikka peli menisi penkin alle. Huippu-urheilijan on joskus vaikeata toimia avoimesti kristittyinä ajassamme.

-Mutta ei minulla ole suurempia ongelmia ollut vakuumukseni suhteen, mieluummin päinvastoin. Jalkapallomaailmassa on erilaisia pelaajia, jotka joukkueessaan tahtovat puhalttaa yhteen hiileen. Menestyksen tavoittelussa on mukana pelaajia eri kulttuureista, eri uskonnoista, eri maista ja kieliryhmistä. Yhteisissä on voima jalkapalloreenallakin ja se takaa maksimituloksen. Yhdessä tekeminen on varmasti joukkuelajeissa innoittava tekijä, toteaa Sauli.

UNELMA-AMMATTIKAAN EI OLE PELKKÄ JUHLAA

Sauli Väisänen on selvästi unelma-ammattissaan, vaikkei se olekaan kevyt.

-Ammattilaisjalkapalloilijan ura on aikamoista duunia, kurinalaista harjoittelua ja pelaamista.

Ei ole paljon aikaa juhlaa, ei ainakaan voi menettää iskukykyä. Suurinta juhlaa on mahdollisuus olla yhdessä perheen kanssa.

Huippujalkapallo vaatii lahjakkuutta, mutta paljon kovaa työtä. Tavallaan on pysyttävä aina hyvänä pelaajana, kun pelipaidan päälle pukee. Fanit vaativat parasta. Loukkaantumisen riski jalkapallossa on suuri. Etenkin nivelet ovat vaarassa. 2015 jouduttiin Saulin nilkka operoimaan jänne- ja nivelsidevammaa takia.

- Loukkaantumiset ja rasitusvammat kuuluvat lajiin, niitä ei voi välttää, ei siinä sen kummempaa, toteaa huippufutari.

Mies on juuri toipumassa jalkavammaan operoinnista. Pleikkaariakin voi sohvalle nyt pelata, kun kentälle ei jalkavammaa takia pääse.

Jotta voi tuloksellisesti ja tasapainoisesti pärjätä ammattilaiskentillä on muu elämäkin oltava tasapainossa. Luja luottamus Jumalan Sanaan, rakastettava vaimo ja tytär kotona, nuoruuden into ja valoisa luonne antavat hienon pohjan elämään ja tuleville pelivuosille.

Sauli on omasta mielestään myös aika lunki tyyppi ja osaa ottaa rennosti. Nämä eväät vievät eteenpäin kovissakin paikoissa.



Tekijä: Hannu Hurri

Kuvat: Kuvapankki, Sakari Orava

HUIPPUKIRURGI TÄHTIURHEILIJOIDEN LUOTTOLÄÄKÄRI

Professori Sakari Oravaa on pidetty yhtenä maailman parhaimmista urheilkirurgeista. Hänen vastaanotolleen on hakeutunut huippu-urheilijoita ympäri maailmaa. Joinakin vuosina hän on leikannut jopa 500 urheilijaa .

Reilu 10 vuotta sitten **Sakari Oravan** pakeille lensi jalkapallon megatähti David Beckham, jonka akillesjänne oli vaurioitunut. Tapaus nostatti suuren media-kohun. Turun Mehiläisen sairaalan ympärillä pyöri toimittajia kuin herhiläisiä. Sairaala joutui palkkaamaan turvamiehiä pitääkseen innokkaimmat fanit loitolla huippujalkapalloilijasta. David Beckham toipui erittäin hyvin leikkauksesta. Euroopan hienoa peliuraansa pallotaituri jatkoi USA:n Los Angelesissa

Sakarin ura on kuljettanut häntä

monissa mielenkiintoisissa tehtävissä, kuten Suomen Urheiluliiton lääkäriin. Tässä tehtävässä hän viihtyikin peräti kolmekymmentä vuotta. Hän toimi kesäkisojen olympiajoukkueen ylilääkäriinä Soulessa v. 1988, Barcelonassa v. 1992, Atlantassa v. 1996 ja Sydneissä v. 2000.

- Jo nuorena tein maajoukkuelääkäriin reissuja Urheiluliiton kanssa. Tämä olympiakomitean lääkäriin homman tarkoitti taas kaikkien urheilijoiden ylilääkäriinä olemista. Tietysti siellä oli myös muita lääkäreitä. Vastuu jakautui useammalle, eikä tehtäviä tullut yhdelle liikaa. Olympialaistapahtumia on kiva muistella.

-Ihan hieno ja mukava homman se oli. Niistä ajoista on jäänyt paljon erilaisia mukavia muistoja mieleen. Soulin kisoista jäi erityisesti Tapio Korjuksen voittama

olympiakulta. Sen voittaminen ei ollutkaan aivan yksinkertainen juttu.

Kisoissa keihäänheittäjä Korjuksella oli ongelmia jalkansa kanssa. Vaiva oli juuri kuvattu ultraäänilaitteella. Korjus kysyi Sakarilta, mitä kuvassa oli näkynyt.

- No, enhän minä voinut masentaa Korjuksen mieltä ja sanoa, että siellä on pahanlaatuisen näköinen revähtymä. Hän oli päässyt juuri keihäänheiton loppukilpailuun. Sanoin vain, että ei siellä mitään kummempaa ole. Siitä vaan heittämään!

Kesken kisan Korjuksen jalkaan tuli kramppi. Näin Sakarille aukeni tilaisuus mennä antamaan jalalle ensiapua.

-Venyttelimme jalkaa ja laitoimme kylmää. Sanoimme, että mene vain heittämään loputkin heitot!

Tapio Korjus jätti yhden kierrok-

sen väliin. Sitten hän heitti kaksi heittoa, ja jälkimmäisellä heitollaan peittosi kisan johdossa olleen Tsekin Jan Železnýn. Olympiakulta tuli pohjalaismiehelle.

MERSU-HERÄTYKSENKAUTTA USKOOK

Oravien asuessa 70-luvulla Kokkolassa oli kaupungissa voimakasta hengellistä liikehdintää. Puhuttiin "Mersu-herätyksestä", jonka kautta tuli paljon julkisuuden henkilöitä uskoon. Tämä herätys tempaisi myös Airi ja Sakari Oravan mukaansa.

Vaimo tuli ensin uskoon vuonna 1979 ja kuukauden kuluttua tästä Sakari teki myös oman ratkaisunsa.

- Ei siinä mitään dramatiikkaa ollut. Erään tilaisuuden lopussa kysyttiin, että haluaako joku

pyytää syntinsä anteeksi. Menin salin etuosaan rukoiltavaksi. Siellä tein ratkaisuni ja jätin elämäni Jeesukselle, kuvailee Sakari.

Uskontulo merkitsi lääkärimiehelle paljon. Uskon kautta hän sai voimaa vaativaan työhönsä. Rukouksesta tuli luonnollinen osa hänen elämäänsä.

- Rukouksesta tuli sellainen tapa, että rukoilin töihin mennessä autossa, ennen leikkauksen aloittamista ja potilaiden tapaamista. Se oli aivan kuin hengittämistä. Siinä jätti koko ajan automaattisesti asioitaan Taivaan Isän huomioon, kirurgi muisteli työuran voimavaraa.

Olympiamatkoillaan Sakari Orava ei hoitanut pelkästään kilpailijoiden fyysistä puolta, vaan matkoilla avautui myös henkeviä keskusteluja.

- Kilpailijoilla on paineita, kun maailman suurin urheilutapahtu-

ma on edessä. He miettivät, että onnistuvatko vai eivät. Tämä aiheuttaa sen, että mietitään vähän syvällisemmin erilaisia asioita ja näin keskustelua on syntynyt. Lisäksi kisojen aikana on järjestetty hengellisiä tilaisuuksia.

Myös monet maailmantähdet tulivat tietämään huippulääkärin omakohtaisen uskon. Kirurgi ei pelännyt kertoa, että monasti muisti potilaita rukouksin. Itselleen hän pyysi viisautta ja taidollisuutta avun antoon. Hänelle ei jäänyt epäselväksi, että Jumala auttoi monissa käytännön tomissa.

POTILAITA LAIDASTA LAITAA

Urheilukirurgi Orava oli hyvin kysytty mies niin Suomessa kuin ulkomailla. Asiakkaita oli tavallisesta kuntoilijasta huippu-urheilijoihin. Jalkapalloseuroista mm. Liverpool, Juventus, Real Madrid ja Barcelona lähettivät jalkapalloilijoitaan Oravan hoidettavaksi. Hän kävi myös leikkaamassa ja konsultoimassa Roomassa, Madridissa ja Barcelonassa.

Huippukirurgin potilaina ovat olleet Beckhamin lisäksi mm. huippupalloilijat Didier Deschamps ja Joseph Guardiola. Juoksijalegenda Ethiopian Haile Gebreselassie, USA:n Merlene Ottey ja Namibian Frank Fredericks ja monet muut kansainväliset tähdet tulioivat autetuiksi. Luottolääkärin veitsi auttoi niin Tiina Lillakia, Tommi Evilää ja Anne-Mari Kiekkaraa (os. Sandell)) sekä lukuisia muita tunnettuja ja tuntemattomia suomalaisia.

Ortopedin maine oli kiirinyt myös joillekin valtion johtajille. Belgradiin mies lennätettiin operoimaan Serbian presidenttiä. Bahrainin prinssi ja Dubain sheikki poikkesivat Suomessa leikkauspöydällä. Vuonna 2020 viimeiset leikkaukset suorittanut ortopedi muistelee, että potilaita on ollut 53 maasta. Hän teki operaatioita 11 eri maassa kymmenissä eri sairaaloissa.

Huippuahkera mies kerkesi leikkaustoiminnan lisäksi paneutumaan tutkimustyöhön jo kandidaattiajoista lähtien. Useat sadat julkaisut poikivat niin kansainvälisiä esitelmöntimatkkoja kuin kotimaisia nuorten kollegojen ohjaamisia.

KIIREET ALKAVAT HELPOTTAMAAN

Työntäyteisinä vuosina vapaa-aikaa jäi niukalti. Työn lomassa mies kerkesi kuitenkin keräämään voimia vaativaan työhönsä

.- Hengellisissä tilaisuuksissa sai ladata akkujaan. Ei tätä työtä olisi jaksanutkaan, ellei Taivaan Isän apu olisi koko ajan mukana. Niin paljon oli jatkuvasti vaativia leikkauksia.

Kätevän kirurgin harrastuksina ovat olleet pienimuotoinen kuvanveisto, piirtäminen sekä maalaaminen. Piirtämistaidosta on ollut hyötyä myös lääketieteessä alalla. Mies teki paljon kuvituksia omiin ja työryhmänsä julkaisuihin.

Tulevia aikoja varten Sakari Orava on vaimonsa Airan hakeutunut lähemmäs kahden lapsen perheitä. Kotipaikaksi valittiin Kauniainen. Sitä edelsivät vuodet Naantalissa presidentin Kultarannan vastarannalla. Sieltä käsin ahkera kirurgi jatkoi vaativaa työtään Turussa 75 vuotiaaksi asti. Kaikki lukijat ovat varmaan samaa mieltä, että kirurgi on professorin arvonimensä ansainnut. Myös aiempaa kevyemmät eläkepäivät ahkeralle ammattimiehelle mieluusti suodaan.

Kirurgin puukko ei enää heilu, mutta haasteita riittää. Vaimonsa kanssa Sakari mielellään rohkaisee kanssaihmisää etsimään

elämän tärkeintä asiaa, suhdetta Jumalaan. Jeesuksen vastaanottaminen on tie tähän.

- Olen leikannut ja auttanut maailman huippuja. Se on ollut hienoa. Mutta hienointa on se, että saa olla armosta pelastettu Jumalan lapsi. Ei tarvitse pelätä elämää eikä kuolemaa, toteaa loopuski Sakari Orava.

Lähteet: Tarja Lappalainen: Urheilukirurgi Sakari Orava meillä ja maailmalla. Päivä Oy. 2009.

Sakari Orava ja Tarja Lappalainen Elämäni urheilukirurgina. Päivä Oy 2020



”

- No, enhän minä voinut masentaa Korjuksen mieltä ja sanoa, että siellä on pahanlaatuisen näköinen revähtymä. Hän oli päässyt juuri keihäänheiton loppukilpailuun. Sanoin vain, että ei siellä mitään kummempaa ole. Siitä vaan heittämään!



ILOUITSET SPORT
TOIVOTTA A LUKIJOILLE HYVÄ
ITSENÄISYSPÄIVÄÄ!

ILOUITSET KIITTÄÄ JUMALAA MAAMME
VARJELUKSESTA

LUKIJAKILPAILU



MIKÄ ON LEHDEN PARAS JUTTU?

JUTUN NIMI

KOMMENTIT

NIMESI

PAIKKAKUNTASI

OSOITTEESI

PUHELIN

PALKINNOT:

100 euron lahjakortti, K-Supermarket Valtari

100 euron lahjakortti, Intersport

5 Kg Maailman parasta Kouvolan lakua

Voittajille ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

PALAUTA TÄMÄ KUPONKI 17.12. MENNESSÄ

K-Supermarket Valtari, Kauppakeskus Valtari

Intersport, Kauppakeskus Veturi

Ilouutiset Sport- lehti kiittää kaikkia ilmoittajiamme.

Nyt on aika ostaa tai myydä yritys.

Asiantuntijat palveluksessasi.



SUOMEN
YRITYSMYYNTI

WWW.SUOMENYRITYSMYYNTI.FI

Illoiset jouluntoivotukset!

Helsingintie 408
45740 Kuusankoski

Puh. 0207 861 220
www.kymenpaviljonki.fi

Kouvolan Vesi

HAUTAUSTOIMISTO

Seunavaarat Ky

Kouvola: Savonkatu 41, puh. 312 2511

www.seunavaarat.fi

TARVITSETKO LUOTETTAVAA
ASIAANTUNTIJAPALVELUA?



JARI HYTTI

ASIANAJOTOIMISTO

Asianajotoimisto Tampereen keskustassa

Toisenlainen tapa toimia.

Kolme asiantuntijaa yhden hinnalla.

Ota paras apu vastaan.

SOITA: 03 273 0145

Perhe · Yritys · Riita · Rikos



S&M PARIKKA OY
KIINTEISTÖ PARIKKA LKV

Kiinteistö Parikka LKV Hallituskatu 7 A, 45100 Kouvola
puhelin 040 522 1427 www.smparikka.fi ja www.oikotie.fi



Softatalo AIDA Oy

International energy optimization AIDA INC.



SUNINEN 1918

www.suninen.fi

FH RAKENTAJAT
ON NYT FH ASUNNOT

KIINTEISTÖ-
OSAAMISEN
KOKO KETJU

Rakennuttaja | Rakentaja | Myyjä

Hallitsemme vahvalla ammattitaidolla niin
tontit, rakennuttamisen, rakentamisen,
saneerauksen kuin markkinoinnin.



FH ASUNNOT

Torikatu 4, 45100 Kouvola
Puh. 050 4664 889
www.fhasunnot.fi

RAUSSI-YHTIÖT

- Raussin Metalli Ky
- Raussin Energia Oy

www.raussinmetalli.fi

Tavallista
parempi
ruokakauppa

K Supermarket

K-Supermarket Valtari

Kouvolankatu 15 KOUVOLA



Kauppakeskus Veturi



KIITOS KAUDESTA 2021,
MENESTYSTÄ VUODELLE 2022!



§ Lakiasiaintoyimisto
Lehto & Lehto

BISTRO
Goutu

Oikokatu 3, Kouvola



Tiedätkö sinä,
millainen markkinointi
toimii yleisösi?

Me tiedämme.

Kaakon
Viestintä 

meks.fi/kaakonviestinta

Täyden palvelun lääkärikeskus

KymiTerveys

- Kun asiakaspalvelu ja paikallisuus ratkaisevat -

KymiTerveys Oy - Kymenlaaksonkatu 6, 45700 Kuusankoski
020 730 6210 - info@kymiterveys.fi - www.kymiterveys.fi

 **Nordic Gloves**
we protect hands with care

www.nordicgloves.fi



ILOUTISETSPORT

TIESITKÖ?

Ilouutiset Sport lehti on luettavissa digipalvelussamme:

www.ilouutiset.fi



RAUTAKANSLERIN ARVOT MENIVÄT UUSIKSI

**JÄÄKIEKKOVAIKUTTAJA
KALERVO KUMMOLA
SANOO LÖYTÄNEENSÄ UUDESTAAN
TAKA-ALALLE JÄÄNEEN USKON.**

Teksti:Matti Korhonen/Ilouutiset

Kuvat: Kalervo Kummola arkisto

Kalervo Kummolan kaipuu jääkiekon pariin vahvistui Australiassa, jonne hän oli muuttanut perheensä kanssa 13-vuotiaana. Kalervo piti jo pikkupoikana jääkiekosta, mutta Australiassa sitä ei ollut mahdollista harrastaa.

– Kun tulimme Australiasta takaisin, hurahdin aika pahasti jääkiekkoon.

Australian vuodet olivat kuitenkin antaneet etumatkaa kilpakumppaneille eikä Kummolan pelaajaura lähtenyt kunnolla lentoon. Sen sijaan Kummolan paikka löytyi kiekkopomona. Turussa hän perusti jääkiekkoseura Kiekko-67:n. Muutaman vuoden päästä hänet palkattiin Turun Palloseuran markkinointipäälliköksi. SM-liigan ensimmäinen toimitusjohtaja Kummolasta tuli vuonna 1975.

SUOMI-KIEKKO MAAILMAN PARHAAKSI

1970-luvulla Suomi oli jääkiekossa vielä reilusti Neuvostoliittoa, Tšekkoslovakiaa ja muita perässä. Takaraivossa oli kuitenkin ajatus nostaa Suomi-kiekko maailman parhaaksi.

– Lähdimme tekemään järjestelmällistä työtä alusta asti. Olimme vähän kuin lähetysaarnajat, kun kiersimme liigaseuroja. Siihen aikaan pelaajat olivat vielä töissä muualla. Ehdotimme, että työnantajien kanssa sovittaisiin, että pelaajat voisivat treenata iltapäivällä ja muut kuin peli-illat olisivat vapaita, Kalervo Kummola muistelee.

– Saimme sen ajatusmallin parissa vuodessa aika hyvin läpi. 1980-luvun loppupuolella jääkiekosta tuli ammatti lähes kaikille liigapelaajille.

Avainasemassa oli myös laajan jäähalliverkoston luominen. Jäähalleja oli koko Suomessa vain kourallinen, kun tänä päivänä niitä on lähes 300, enemmän kuin esimerkiksi Saksassa.

Ensimmäistä jääkiekon arvokisamitalia jouduttiin kuitenkin odottamaan aina vuoteen 1988 asti, jolloin Suomi otti Calgaryssä olympiahopeaa. Ensimmäinen maailmanmestaruus tuli vuonna 1995.

– Siinä päästiin jonkin kulttuurillisen kynnyksen yli. Opittiin voittamaan ratkaisevia pelejä, kun niitä siihen asti yleensä aina hävittiin.

MENESTYKSIÄ, MENETYKSIÄ JA LÄHELTÄ PITI -TILANTEITA

Vaikka Kalervo Kummola tunetaan ennen kaikkea jääkiekkopomona, hän on ollut lukuisissa muissa projekteissa mukana, kuten tuotantoyhtiö VipVisionissa, kunnallispolitiikassa ja kansanedustajana yhden kauden. Kertoopa Kummola tuoneensa karaokenkin Suomeen.

Menestyksen rinnalla Kummola on kokenut myös raskaita menetyksiä. Kouluajan paras kaveri kuoli 18-vuotiaana autokolarissa. Lankomies menehtyi Hodgkinin tautiin reilu kaksikymppisenä. Viisi läheisintä kaveria kuoli vähän yli viisikymppisenä.

– Kun kavereita menee jatkuvasti, siihen turtuu. Jumalalla on varmaan tarkoituksensa kaikelle, mutta ei sitä ihmisjärjellä voi ymmärtää.

Itsekin Kummola on ollut läheltä piti -tilanteissa monta kertaa. Vuonna 1999 hän ajoi nokkolarin Teemu Selänteen kanssa suljetulla soratiellä Ikaalisissa, jossa he harjoittelivat rallia. Hengenvaarallisesta tilanteesta on yhä muistona vihoitteleva kantapä.

Viimeisin läheltä piti -tilanne on parin vuoden takaa. Kummola nukahti lämpimänä kesäpäivänä rattiin ja heräsi, kun kuorma-auto oli kahdenkymmenen metrin päässä edessä. Vanhan rallikuskikin vaistoilla hän sai auton juuri ajoissa käännettyä kuormurin edestä.

”ELÄMÄ JATKUU KUOLEMAN JÄLKEEN”

Kummola myöntää kristillisen uskon auttavan kuolemaan suhtautumisessa.

– Tällä hetkellä minulla ei ole mitään ongelmaa sen asian käsittelyssä. Elän jälleennäkemisen toivossa. Toivon tapaavani vanhempani vielä joskus. Minulla on varmuus siitä, että elämä jatkuu fyysisen kuoleman jälkeen.

Kummola kasvoi uskovassa perheessä, ja hänellä oli lapsena syvä usko Jumalaan. Vuosien varrella se jäi kuitenkin taka-alalle.

– Vasta viimeisten kolmen-neljän vuoden aikana arvoni ovat menneet järjestykseen. Uskoni on vahvistunut. Iso osuus on sillä, että rupesin kuuntelemaan Radio Deitä.

TÄRKEYSJÄRJESTYS VOI MUUTTUA

– Jeesus on kuollut meidän kaikkien syntien puolesta. Jeesus on Jumalan Poika. Jos sinä tunnustat suullasi Jeesuksen Herraksi ja uskot sydämessäsi, että Jumala on hänet kuolleista herättänyt, niin sinä pelastut.

Nämä raamatun lupaukset monessa liemessä keitetty kokenut ja menestynyt vaikuttaja on vastaanottanut.

–Kalervo Kummola tietää, että jääkiekon MM-kisat saadaan taas Suomeen. Tampereen jäähallista tulee hieno areena. Jääkiekko jatkaa suosituimpana urheilulajina Suomessa. Nuo ovat rautakanslerin mielestä tärkeitä juttuja. Tänä päivänä ne eivät ole kuitenkaan ole tärkeysjärjestyksen kärjessä.

”IHMINEN HAKEE AINA SELLAISTA, MITÄ HÄNELLÄ EI OLE.”



Tasavallan presidentti Sauli Niinistö myönsi huhtikuussa 2016 Kalervo Kummolalle Suomen liikuntakulttuurin ja urheilun suuren ansioristin.

KALERVO KUMMOLA (S. 1945)

- Kansainvälisen jääkiekkoliiton hallituksen jäsen (1998–2003) ja varapuheenjohtaja (2003–2021)
- Jääkiekon SM-liigan ensimmäinen toimitusjohtaja 1975–1987, Suomen Jääkiekkoliiton hallituksen jäsen 1975–1990, varapuheenjohtaja 1990–1997, puheenjohtaja 1997–2016
- Kokoomuksen kansanedustaja 1999–2003, Tampereen kaupunginvaltuutettu 1989–2004, 2017–
- Tampere-talon toimitusjohtaja 2004–2012
- Perhe: Tuula-vaimo, kaksi lasta ja kaksi lastenlasta.
- Yhdessä toimittaja Jari Korhin kanssa kirjoitetut muistelot koottiin kirjaksi Kale – Rautakansleri (Otava 2020)

Palvelemme vuoden jokaisena päivänä!



KUUSANKOSKEN YKKÖSAPTEEKKI

Kuusaantori, Kauppakatu 3,
45700 Kuusankoski
p. 05 742 9200

ma-pe 8-19, la 9-17, su ja arkipyhät 12-17
www.kuusankoskenykkosapteekki.fi

Tervetuloa
palvelemaan
Hansa-
apteekkiin!

Palvelemme vuoden
jokaisena päivänä

Aukioloajat:
ma-pe- klo 8-19
La klo 8-18
Su ja arkipyhät klo 10-18

puh. (05)341 4300
Keskikatu 4, 45100 Kouvola



JUKKA TUUNANEN & TAPIO AALTONEN

SELVIITYS-
OPAS
MARKKINOINTIIN JA YRITTÄJYYTEEN

Kasvata
yhtäkkiä
mekkinneä
alusta



Tämä kirja on jokaisen yrittäjän hyvä lukea. Kaksi alan konkaria opastaa yritystoiminnan kehittämisessä ja markkinoinnissa.

Selviytymisopas markkinointiin ja yrittäjyyteen vain 24,90 €

Tilaukset:

www.suolajavalkeus.fi/johtajuuskirjat

Tornionmäen
Apteekki



KAUPPAKESKUS VETURIN APTEEKKI

APTEEKKI

Tervasharjuntaku 1 45720 Kuusankoski
puh: 05-8847700

Avoinna:
ma-pe- 9-21.00

sähköposti:

la 9-18.00

asiakaspalvelu@kauppakeskusveturinapteekki.fi

su klo 11-18.00



**MYLLYKOSKEN
APTEEKKI**

Avoinna:

ma-pe 9.00-19.00

la 9.00-15.00

puh. 05-365 6100

Karjalantie 3 46800 Myllykoski



**KOUVOLAN
UUSI APTEEKKI**

Kouvolankatu 22, 45100 Kouvola

p. 05 544 4760

<http://www.kouvolanuusiapteekki.fi>

TUNNEMME NÄMÄ KULMAT



**MEILTÄ ILMAINEN
MYNTIARVIO**

kouvola@spkoti.fi
050 371 3350

kausala@spkoti.fi
05 371 3367

Sp-Koti | Kouvola Kotikeskus Oy

Kauppalankatu 4, 45100 Kouvola | Merrankuja 2, 47400 Kausala



**Hyvää joulua ja
onnellista uutta vuotta!**



**RISTO PELTOLAN
LEIPOMO**
ristopeltolanleipomo.fi



SÄHKÖTOIMISTO Raimo Pehkonen Oy

SÄHKÖISIÄ IDEOITA VUODESTA 1989
www.tstopehkonen.fi

KYMEN PARKETTI

Tule McDonaldsin ja Lidlin välistä

Torvitie 3/Kallantie, Kellomäki **KOUVOLA**
Puh. 0400-806402 * Avoinna ark. klo 7-18, la klo 8-14

TIESITKÖ?

Ilouutiset Sport lehti on
luettavissa
digipalvelussamme:

www.ilouutiset.fi

Teet hyvin, kun välität
tiedon tutuillesi

KAIKKI PALAUTE
LEHDESTÄ ON
TERVETULLUT
palaute@ilouutiset.fi
www.ilouutiset.fi

Lakiasiain- toimisto

Salomo Ky

Vesivallinaukio 5 D

48600 Kotka

puh. 0400 877 574

05 266151

am
aikashop.fi

KRISTILLINEN VERKKOKAUPPA SINUA VARTEN



Sakari Oravan
elämäkerta
urasta huippu
urheilijoiden
kirurgina

Tarja Lappalainen
ELÄMÄNI URHEILUKIRURGINA
35,00 €



The Voice of
Finlandista
tuttu kasvo
kertoo Jumalan
ihmeistä
elämässään

Roberto Brandão
PIENIÄ SUURIA IHMEITÄ
15,00 €



Istahda
kahville mm.
Arja Korisevan,
Toni Wirtasen ja
Nina Åströmin
kanssa.

Laura Siltala
KUPPI KAHVIA, TILKKA TOIVOA
28,00 €



Levyllinen
uutta musiikkia
rakastetulta
gospel-
yhtyeeltä

Exit
KELLONSOITTAJA
20,00 €

aikashop.fi

Kirjat | Musiikki | Lehdet | Raamatut | Adressit ja kortit | Lahjatuotteet

KALUSTEET SUORAAN
VALMISTAJALTA

TILATUOTE.net

Keittiöt • Kylpyhuoneet • Komerot



Pitkäkuja 90, RAUSSILA
Puh. 050 556 6199

ÄSSÄN VERRAN PAREMPI



ÄSSÄ-ASUNNOT



Teksti: Hannu Hurri

Kuva: Kuvapankki

KORIPALLO ON MAAILMAN SUOSITUIMPIA URHEILULAJEJA

Koripallo on yksi maailman suosituimmista urheilulajeista. Se on erityisen harrastettua ja seurattua Yhdysvalloissa, mutta myös esimerkiksi Etelä-Euroopassa ja entisissä Neuvostoliiton valtioissa. Liettuassa koripallo on kansallisurheilulaji.

Kaikilla mantereilla laji on suosittu. Suomessa koripallo on sisäpallolajien kärjessä. Maailman tunnetuin ja kovatasoinen koripalloliiga on yhdysvaltalainen National Basketball Association (NBA). Euroopassa pelataan myös omaa ammattilaissarjaa.

KORIPALLON SYNTY

Vuonna 1891 kanadalaiselle opettajalle James Naismithille annettiin tehtäväksi keksiä uusi laji, jota oppilaat pystyisivät pelaamaan sisätiloissa. Hän toimi tuolloin NMKY:ssä (Nuorten Miesten Kristillinen Yhdistys) USA:n Massachusettsin osavaltiossa.

Naismith pyrki keksimään pelin,

jossa ei olisi taklauksia ja fyysinen kontakti pyrittiin pitämään mahdollisimman vähäisenä. Mies pistikin pelissä maalit korkealle, jolloin lajissa tulisi korostumaan voiman sijaan taito. Tämän jälkeen hän kirjoitti kolmetoistaosaisen säännösten ja peli oli valmis.

Koripallosta tuli nopeasti hyvin suosittua, ja se levisi NMKY:n verkoston kautta kaikkialle Yhdysvaltoihin. Suomeen koripallo saapui 1920-luvun lopulla.

SUOMESSA KORIPALLO ALOITETTIIN HELSINGIN NMKY:SSÄ

Seuran lempinimi on ollut Namika. Alkuaikoina toiminnassa on ollut sekä kristillinen että liikunnallinen sektori. Helsingin NMKY:n talossa sijaitsee nykyään hotelli Arthur. Ylimmässä kerroksessa on täysimittainen kaarikattoinen koripalloareena. Peli levisi Suomessa useissa kaupungeissa toimineiden NMKY-seurojen toimesta. Pääsarjatasolla namikalaiset ovat pelanneet

Helsingin lisäksi ainakin Turussa, Oulussa, Lahdessa, Kouvolassa, Lappeenrannassa. Alkuaikoina myös Työväen Urheiluliitto oli aktiivinen lajin levittämässä eri kaupunkeihin mm. Kotkaan.

Koripallo on Suomessa ollut sisäpallolajeista pitkään kärjessä. Juniorityö on pelipaikkakunnilla merkittävää.

Suomessa koripallon pääsarjan nimi on nykyään Korisliiga. Suomessa on pääsarjataso lisäksi miehille kuusi alemmaa divisioonatasoa ja naisille neljä. Suomen Koripalloliiton jäsenenä on noin 250 koripalloseuraa.

Koripalloseura HNMKY:n kasvatukselliset periaatteet sopinevat kaikille urheiluseuroille

Suomalainen yhteiskunta on viimeisten vuosikymmenten ajan muuttunut yhä passiivisemmäksi. Muutoksen seurauksena ovat erityyppiset yhteiskuntaa kohtaavat ongelmat, haasteet sekä uhkakuvat, jotka ovat lisääntyneet. Tällaisia seikkoja ovat muun muassa 1) terveyden liittyen lasten ja nuorten fyysisen toiminta-

ja suorituskyvyn rappeutuminen, josta seurauksena ovat erilaiset sairaudet tai riskit altistumiselle, 2) henkiseen jaksamiseen ja hyvinvointiin liittyen mielenterveydellisten ongelmien lisääntyminen ja syrjäytyminen niin fyysisesti aktiivisesta elämäntavasta kuin koko yhteiskunnasta. Liikuntayhteisöt ovat keskeisiä terveyden ja hyvinvoinnin edistäjiä. Liikunnan tulee tuoda ”Merkitystä elämään”. Liikuntakasvatuksen osalta tämä tarkoittaa, että toimintaa on tarjolla kaikille kiinnostuneille riippumatta iästä, sukupuolesta tai kulttuuritautasta. Esimerkillisyys ilmenee toiminnallisten sisältöjen laadun, ohjaajien ja valmentajien ammattitaidon, suvaitsevaisuuden ja monikulttuurisuuden sekä monimuotoisen toimintatarjonnan kautta.

KANSAINVÄLISYYTTÄ

Maailman arvostetuin korisliiga National Basketball Association (NBA) perustettiin Yhdysvalloissa vuonna 1946. Nopeasti pelin

suosio kasvoi ja nykyään koripallo (erityisesti myös yliopistokoripalloilu) onkin yksi neljästä suuresta yleisön seuraamasta amerikkalaisesta pallopelistä (muut ovat amerikkalainen jalkapallo, baseball ja jääkiekko).

Vuonna 1997 perustettiin niin sanottu naisten NBA, Women's National Basketball Association (WNBA). Tällä hetkellä siinä pelaa ensimmäinen suomalaisnainen.

Kansainvälinen koripalloliitto FIBA perustettiin vuonna 1932. Koripallo sisällytettiin ensimmäistä kertaa olympialaisten ohjelmaan Berliinissä vuonna 1936. Naisten koripallo lisättiin olympialaisten ohjelmaan 1976 Montrealissa.

NBA:ssa on pelannut kolme suomalaista: Hanno Möttölä, Erik Murphy ja Lauri Markkanen, joka aloitti NBA-uransa Chicago Bullsin riveissä 2017. Euroopan sarjoissa suomalaisia on lisääntyvästi. Ensimmäisenä suomalaisena naisammattilaisena USA:n Dallasissa pelaa nyt kotkalaislähtöinen Awak Kuier.

Teksti: Hannu Hurri

Kuva: Kuvapankki, Suomen Koripalloliitto

SUSIJENGIN NESTORI ETSI JA LÖYSI

Tuukka Kotti on koripallokaupunki Forssan kasvatteja. Korisperheessä isä ja kaksi siskoa ovat pelanneet myös pääsarjatasolla. Oma lapsuus pyöri vahvasti koriksen ympärillä ja se on aina ollut Tuukalle intohimo.

- Isä pelasi FoKoPossa ja sitä kautta tuli hengailtua hallilla paljon. Noin 5-6 vuotiaana aloitin koriksen ja sillä tiellä ollaan edelleen. 12-vuotiaana tulin valituksi Bidy Basketball reissulle Yhdysvaltoihin. Se reissu antoi paljon lisää motivaatiota ja aloin unelmoimaan yliopistokorisurasta ja NBA:sta. Harmitus oli suuri kun en mahtunut 16v maajoukkueeseen. Muutama vuosi myöhemmin kutsu kävi 20v maajoukkueeseen ja hyvin pian myös miesten maajoukkueeseen

KORIPALLO ON OPETTANUT PALJON

-Pitkän urani aikana saanut oppia ja kokea paljon. Koripallo on mahdollistanut hienoja asioita. On saanut nähdä, tavata ja kokea niin paljon erilaisia paikkoja, ihmisiä, kulttuureja ja toimintaympäristöjä. Sitä arvoa on vaikea mitata. Lisäksi arvostan suuresti,

kuinka paljon koripallo on kasvattanut minua ihmisenä. Olen saanut oppia mitä tiimityöskentely parhaimmillaan voi antaa ja kuinka yhdessä saavutetut päämäärät tuntuu aina paremmalta kuin yksin saavutetut.

Maajoukkueuraani ajatellen kaikki arvokisat ovat olleet upeita ja ikimuistoisia tapahtumia urallani, mutta tärkeintä itselle on ollut matka, joka on kuljettu 2000-luvulla. Kaikki yhteiset hetket, työnteko ja uhraukset, jotka aikaansivat Susijengi-ilmion, eivät karkaa mukavista muistoista.

ALKOI ELÄMÄN TARKOITUKSEN ETSINTÄ

Olet menestynyt koripallossa ja olet eniten maaotteluja pelannut suomalainen pelaaja. Kerroit, että olet menestyksen keskellä etsinyt myös elämän syvällisempää merkitystä ja syvempää tarkoitusta. Mikä johti vajaan nelikymppisen huippu-urheilijan, aviomiehen ja perheenisän etsimään elämän merkitystä? Mitä tapahtui reilu 3 vuotta sitten?

-Olen aina uskonut ,että Jumala on olemassa. Meni vaan todella pitkään , ennen kuin aloin oppia

tuntemaan häntä. Noin kuusi vuotta sitten minulle syttyi kova palo saada selville, mistä tässä elämässä on kyse. Miksi olen täällä? Minulle ei riittänyt, että täällä eletään aikamme ja sitten vaan kuolla pois. Aloin lukea paljon hengellistä kirjallisuutta. Mietiskelin asioita paljon. Kolme ja puoli vuotta sitten poimin Raamatun kirjahyllystä ja kysyin Jumalalta , onko tässä kirjassa totuutta? En edes oikeasti odottanut vastausta, mutta vastauksen sain. Puoli vuotta myöhemmin annoin elämäni Jeesukselle ja olin uskossa. Nyt tiedän, että elämälläni on tarkoitus ja että matkani ei pääty maanpäälliseen.

Mitä usko nyt merkitsee huippu-urheilijaan elämässä? Miten pelaajakaverit ovat suhtautuneet elämäsi valintoihin? Tietävätkö he vakaumuksesi?

- Usko on tuonut rauhan sisälleni. Olen paljon päämäärätietoisempi ja levollisempi. Elämäni on tasapainoisempaa ja nukun paremmin. Pelaamiseni on kehittynyt vielä näin vanhemmallakin iällä ja annan siitä kaiken kunnian Jumalalle. Ennen identiteettini oli

niin vahvasti koripallossa että se loi paineita ja stressiä. Nyt voin ottaa rennommin, oma pistesaldo ei ole ratkaisevaa. Riittää, kun parhaansa yrittää ja tekee. Kaikki ovat suhtautuneet hyvin avoimesti uskooni. Moni ei siitä kuitenkaan helposti juttele ja luulen ymmärtäväni syyn. Oman kokemukseni mukaan, keskustelu uskon asioista kolkuttelee ihmisen omaatuntoa ja se on epämukava tilanne monelle.

- Ja tietysti uskovoisilla on oma "leimansa" meidän yhteiskunnassa. Se saattaa aiheuttaa ihmisisä arkuutta näiden asioiden suhteen. Toivon, että elämälläni voisin rohkaista muita etsimään suhdetta Jeesukseen ja Jumalaa.

PERHEESSÄ ON VIPINÄÄ

- Pikkulapsiarki täyttää meillä hyvin pitkälti koriksen ulkopuolisen ajan. Meidän perheeseen kuuluu vaimo Dina ,Noa 5v, ja Bea 3v. Vapaa-aikanamme ulkoilemme paljon ja ja leikimme lasten kanssa. Omaan rentoutumiseen sopii parhaiten lukeminen, sauna ja kalastus. Yhteiset hetket Dinan kanssa ja ystävien näkeminen ovat tärkeitä asioita,joihin toivoi-

si olevan hieman enemmän aikaa.

Mikä on päämääräsi koripalloilijana ja uran jälkeen? Mikä elämässä?

-Urheilullinen tavoite on voittoa Seagullsille Suomen mestaruus. Muuten pyrin vaan nauttimaan koriksesta päivä kerrallaan. Ehkä tänä päivänä mietin asian niin, että haluan antaa tälle lajille enemmän kuin ottaa. Oma urakehitys ei ole enää merkityksellistä .Haluan antaa takaisin lajille ,jota rakastan. Nautin hetkistä ,kun voin auttaa toista koripalloilijaa kasvamaan paremmaksi pelaajaksi tai kun voin jakaa mietteitä intohimoisen korisfanin kanssa. Koriksen jälkeisestä ajasta en vielä osaa sanoa.

- Elämän muut päämäärät on olla joka päivä parempi aviomies, isä, poika, veli ja ystävä. Uskoontulon jälkeen etsin myös Jumalan johdatusta .Toivon, että opin myös pysymään Hänen tahdossaan.

Suomen koripallomaajoukkueen kantaviin voimiin kuuluva Tuukka Kotti on pelannut 226 maaottelua. Määrä on suurin Susijengissä.



Teksti: Anssi Tiittanen, Hannu Hurri

Kuvat: Kuvapankki, WSOY

FORMULATÄHTIEN LÄÄKÄRI AKI HINTSA JÄTTI PERINNÖKSI KIRJANSA

Formula 1- maailmasta tutun, arvostetun lääkäri Aki Hintsan kuolemasta on kulunut 5 vuotta. Hintsa oli useiden maailman johtavien formulakuljettajien luottolääkäri, niin fyysisen kuin henkisen avun antaja. Hän tuli suosituksi myös hyvinvointivalmentajana ja kehitti rohkaisumenetelmiä, joista ammensivat oppejaan lukuisat yritysjohtajat ja poliitikotkin eri puolilta maailmaa.

Hintsa kirjoitti "Voittamisen anatomia"-kirjan (WSOY 2015)toimittaja Oskari Saaren avustamana. Kirjasta tuli huima menestys kotimaisessa kirjallisuudessa. Tuossa kirjassa jäi leijumaan riskiäinen kysymys. Miten asian tuntija, joka kiersi maailmaa ohjaamassa asiakkaitaan elämän ytimen etsinnässä, hukkasivat oman tasapainonsa. Tai, kuinka mies, josta tuli kuuluisuuksien luottomies ja varikkojen varaisä unohti, miten olla isä omille lapsilleen. Syvemmin näitä kysymyksiä pääsee seuraamaan äskettäin ilmestyneessä Oskari Saaren

kirjoittamassa kirjassa "Aki Hintsan-Tänään olen elossa", (WSOY 2021) Teksti perustuu arvostetun lääkärin viimeisen elinvuoden päiväkirjamerkintöihin. Moni lukija tarttui ensimmäiseen kirjaan, "Voittamisen Anatomia" vasta Hintsan kuoleman jälkeen. Kirjan haikaa viehätys perustui tietoisuuteen siitä, ettei kirjan päähenkilö ollut enää keskuudessamme. Lukijan tietoisuus siitä, että kokemuksia ja viisautta kirjassa jakava menestynyt lääkäri oli kulkemassa kohti elämän lähtöporttia, loi teokselle harvinaislaatuksen ikuisuusnäkökulman. Sama ikuisuuden läsnäolo tulee vielä dramaattisemmin todelliseksi "Tänään olen elossa"-kirjassa". Kirja alkaa diagnoosilla. Epämääräiset kivut vartalossa paljastuvat pahanlaatuisiksi haimasyöväksi. Ennuste on lohduton ja lääkäriillä alkaa taistelu aikaa vastaan. Syöpädiagnoosin jälkeisessä pohdinnassa hän saa ajatuksen alkaa kirjoittaa päiväkirjaa tapahtumista tulevina päivinä ja kirjan julkaisemisesta myöhemmin. Päi-

väkirjamerkinnöissä tunnelmat ailahtelevat. Toivo ja epätoivo kamppailevat elintilasta. Epätoivon synkimmillä hetkillä usko Jumalaan on ainoita kantavia voimia miehen sisäisessä maailmassa ja hän myös tuo sen esille sielläkin, missä näistä asioista ei ole totuttu "ääneen lausumaan".

Aki Hintsan oli uskovan kodin poika. Nuorena lukiolaisena hän löysi henkilökohtaisen suhteen Jumalaan, kun sai voiman vastaanottaa Jeesuksen elämäänsä. Koulun jälkeen nuori mies pääsi opiskelemaan lääketiedettä Turun Yliopistoon. Omasta mielestä "ihmeen kaupalla" lääketieteeseen päässyt mies oli niin kiitollinen Jumalalle, että teki lupauksen lähteä lähetyslääkäriksi. Jatkossa vierähtikin useampi vuosi Etiopiassa. Siellä hän tutustui mm. suurjuoksija Haile Gebreselassieen, jonka elämä ja olemus piirsi syvän jäljen Akin ajatteluun.

Lähetyslääkärivaiheen jälkeen elämään tuli toisen tyyppisiä haasteita ammatillisesti ja hen-

kilökohtaisessa elämässä. Edellinen meni lähes putkeen, mutta omassa elämässä alkoi pikkuhiljaa kertyä takaiskuja. Kadehdittavasti menestyneen miehen elämään alkoi kertyä tappioita, voi puhua todellisesta alamäestä. Perhe hajosi, lapset etäytyivät. Rooliminä kasvoi todellista minää isommaksi. Julkisuudessa meni lujaa, miehen sisäisessä elämässä takkuili pahasti.

Kirjan yhtenä painopisteenä on uuden perheen, Linda-vaimon ja kahden pienen lapsen arkielämä. Kuolevaan isään takertuvat lapset ovat kirjan raapaisevinta kuvausta, vaikka kertojan äänenä toimiva Oskari Saari selvästi säästää lukijaa.

Yksi tärkeimpiä teemoja kirjassa on kutsumuksen pohdinta. Aki Hintsan sai kokea ylläonnollisenkin kokemuksen Jumalansa kanssa, mihin hän uskoi kuuluneen myös mission. Vaikka kohtaaminen oli miehelle kirkas ja järjestyttävä, epäusko ja pelko vyöryivät sairastavan Akin päälle väkevinä. Hänen tarinansa muistuttaa, että ihminen on aina kutsumuksensa

kanssa pohjimmitaan yksin, eikä vaikeita kysymyksiä ja tunteita pääse pakenemaan. Aina ei kutsumusta ole helppoa hahmottaa, helposti voi suuntakin vääristyä. Kirjan lukija tai äänikirjan kuuluteli joutuu peilaamaan omaa ajatteluaan ja arvojärjestystään niihin ajatuksiin ja tunnelmiin, joita Aki Hintsan kokee elämän riisumisvaiheessa. Haaste ei ole helpoimmasta päästä. Kukaan ei selviä tästä elämästä hengissä.

Aki Hintsan sairastama haimasyöpä on aggressiivinen, hankalahoitoinen sairaus. Usein diagnosoimisen jälkeen ei elin-aikaa paljoakaan anneta. Harvemmin elin-aikaa luvataan edes 16 kuukautta, mikä formulalääkärin loppupäivien määräksi muotoutui. Se mahdollisti myös viimeisen vuoden päiväkirjojen muistiin merkitsemisen. Ehkäpä julkaistu kirja on osa sitä missiota, mitä Aki Hintsan ei ole enää näkemässä.



Teksti: Hannu Hurri

KOUVOLA ON VÄRIKÄS URHEILUKAUPUNKI

Kuva: KPL arkisto



KPL taisteli viime kesänä pesiksen kullasta viimeiseen otteluun asti. Hopea on hieno saavutus. Viimeinen mestaruus on vuodelta 1976. Jokohan ensi kaudella on tuorempi numero?

Kuva: Matti O. Koskinen, koriskuvat.fi



KOUVOTTARET on noussut viime vuosina maamme naiskoripalloilun mitalikastiin. Lajin suosio on kivasti kasvamassa.

Kouvolaa on moitittu harmaaksi kaupungiksi, mikä on kovin outoa. Urheilusektorilla ainakin kaupunkimme on menestynyt esimerkillisesti ja väriä on riittänyt. Välillä on ollut laskukausia, mutta montuista on noustu. Olkoon tämä rohkaisuna ja esimerkkinä myös kotikaupunkimme muille toimille. Hankalan taloustilanteen kurimuksessa on urheilupaikkojen rakentaminen kovasti hankaloitunut. Uuden uimahallin sijainnista on jo riittävästi kisailtu. Palloilun monitoimihalli on välttämätön tulevana vuosina. On tarkkaan harkittava, ettei säästetä väärässä paikassa.

Kouvolalla on maineikas historia monessa lajissa, niin joukkue kuin yksilölajeissakin. Uutta historiaa tehdään näinäkin päivinä. Neljän joukkuelajin sijoitukset ovat tämän kokoisessa kaupungissa huippuluokkaa. Valitettavasti koronavirus on torpedoinut paljon urheiluväen läsnäoloa katsojissa. Kaikki seurat ovat kuitenkin pystyssä ja edustustasolla tulokset ovat erinomaisia. Laaja-alaista junioritoimintaa ei voi unohtaa. Vaikka talkootyö on nykypäivänä laimentunut entisajoista, on silti moni vanhempi uhraamassa aikaansa jälkikasvun hyväksi. Esimerkillinen squashin seniori-

Kuva: Ella Taponen



KOOKOO johtaa liigaa hämmästyttäen kotimaista jääkiekkoväkeä mahtavilla suorituksillaan. Hienosti mennyt edelliskausi tyssäntyi koronan takia sarjan keskeyttämiseen. Nyt KOOKOO porskuttelee liigan kärjessä

Kuva: Matti O. Koskinen, koriskuvat.fi



KOUVOT on sarjan nuorimmalla joukkueella yllättänyt kaikki etukäteisarviot ja on tuonut Jatke-Areenan parketille uutta voitokasta säpinää ja peli-iloa.

talkootyö on kantanut edustusjoukkueen SM-kultaan asti.

Joukkuelajien lisäksi on nuorten yksilölajien edustajia noussut maan huipputasolle. Juniori-ikäisiä golffareita, keilaajia ja muidenkin lajien nousevia kykyjä on maamme huipulla.

Monen lajin juniorityö on kiitettävää. Tulevaisuudessakin Kouvola näkyy myönteisesti Suomen urheilukartalla. Kansainvälistäkin menestystä varmaan tulee.

Menestyksestä riippumatta ei pidä vähätellä tavallisen kuntoilijan aktiviteetteja. Kotikaupunkimme haaste on mahdollistaa

niin edustusurheilijoiden olosuhteet kuin riviharrastajien mahdollisuudet liikkua. Upeat uudet ulkoilureitit ovat hyviä kannusteita. Tämän kirjoitushetkellä on kotimaisten sarjojen taulukot ko-meaa luettavaa kouvolaalaisittain. Olkoon tulevinakin aikoina sarjataulukot tämän päivän luokkaa.

SARJAKÄRKI 18.11.2021



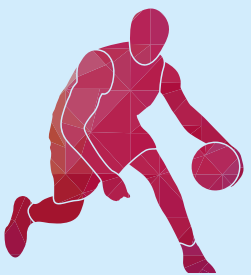
SM-LIIGA

1. Kookoo
2. Kärpät
3. Ilves



KORISLIIGA

1. Kauhajoki
2. Kouvot
3. Seagulls



NAISTEN KORISLIIGA

1. PeKA
2. ViVe

3. Kouvottaret

SUPERPESIS 2021
KPL HOPEAA

Jarmo Kunttonen

HT-tilintarkastaja
0500 657 362
jarmo.kunttonen@tilintarkastuskunttonen.fi

Angela

Ravintola Angela
Salpausselänkatu 23
45100 Kouvola
Puh. +358 (0) 5 3535 020



KIITOS PELAAJILLE JA KUMPPANEILLE
KAUDESTA 2021, TAVATAAN TAAS 2022



KAUPPALANKATU 3
2.KERROS

45100 KOUVOLA
PUH: 040 357 2333



www.verhosalonki.fi



Korkeatatoista liikkeenjohdon
konsultointia lähes 20 vuoden
kokemuksella.

Santakuopankuja 12, 04300 Tuusula
puh.+358 40 528 3000
Email:saku.pitkanen@newzera.fi

- kansainvälistyminen
- strategiat ja visiot
- myynnin kehittäminen

valohuone.fi

VALAISIMIEN ERIKOISLIIKE KOUVOLAN KESKUSTASSA

Parasta palvelua lähellä sinua

Poikkea toimistolle, soita tai varaa aika.
Kouvolassa sinua palvelee vakuutusedustaja
Mikko Laakkonen
045 204 4905, mikko.laakkonen@turva.fi



Keskinäinen Vakuutusyhtiö Turva • turva.fi • 01019 5110



Ravintola
Kokous- ja juhlapalvelut

Kokousta logistisesti erinomaisessa
paikassa, Lahdessa Wanhalla
Walimolla, Vesijärvenkatu 25.

- Kokoukset / tilavaraukset / tapahtumat.
- Kokous- ja juhlatilat 050 433 1487
 - Ravintola Walimon Casseli 050 433 1487



www.amiko.fi

Kouvolan KIINTEISTÖTIIMI

kiinteistotiimi.fi

CIMSON



www.kylmala.fi

Teksti: Hannu Hurri

Kuva: Laura Salmisen arkisto

5-OTTELU ON TÄRKEÄÄ, MUTTEI KOKO ELÄMÄ

Laura Salminen miekkailee, ratsastaa, ampuu, juoksee ja ui amatikseen. Hänen urheilulajinsa on naiselle harvinainen nykyaikainen 5-ottelu, mikä pitää sisälleen kaikki alussa mainitut lajit.

Erittäin vaativan urheilumuodon valintaan on vaikuttanut isä-Veikon kannustus. Hän saavutti Münchenissä 1972 olympiapronssia 5-ottelun kolmimiehisjoukkueen jäsenenä. Sen jälkeen ei suomalaiset ole lajissa mitalitasolle yltäneet.

Laura Salminen on 34-vuotias huippu-urheilija, joka oli epäonninen Tokion olympiakisojen karsintakilpailussa Unkarissa. Tuol-

loin kilpailijalle arvottu hevonen kieltäytyi esteellä ja kaatui Siihen valui olympiaedustus. Tämä oli kova takaisku sinnikkäälle urheilijalle.

Laura kertoo lapsena haaveileensa hammaslääkärin ammattista, kun kädentaidot oli tarkalla työllä hyvät. Tämä unelma muuttui kuitenkin täysipäiväiseen urheiluun. Jo lapsena oli aloitettu uinti ja juoksu. Yläkouluiässä lajivalikoima lisääntyi 5-ottelun vaatimuksiin. Nuoresta pitäen tytön valmentajana on toiminut isä, jolla lajituntemus on vankkaa. Ainoastaan ratsastuksessa on valmennuksesta vastannut Kurt Lindeman, MM-hopeamitalisti ja olympiaedustaja aikoinaan.

HUIPPU-URHEILU ON KOKOPÄIVÄISTÄ TYÖTÄ

Ammattimainen huipulle pyrkiminen on kurinalaista toimintaa. Arki rytmittyy treeneistä, levosta ja ravinnosta. Harjoituspäivä sisältää yleensä aamun juoksutreenin. Uintiharjoitus Mäkelänrinteen hallissa seuraa. Illalla kuvioissa on vielä miekkailua, ammuntaa tai lihaskuntoharjoittelua. Terveet elämäntavat ja kunnon yöni ovat tärkeitä. Somessa ei aikaa kulu. Tiistai-illat kuluvat seurakunnan rukouksilla. Lauantai-iltapäivisin on yleensä kavereiden tapaamiset. Sunnuntait on pyhitetty levolle ja seurakunnalliseen osallistumiseen sekä usein kavereiden kanssa ateriointiin.

Laura toteaa, että lajin monipuolisuus on parasta. Toisistaan poikkeavia lajeja on mielekästä harjoitella ja kilpailut ovat kovin haastavia. Monen mielestä tämä on yksi maailman vaativimmista kilpaurheilulajeista.

HENKILÖKOHTAINEN USKO KANTAA

Nuoren naisen elämää on lapsuudesta lähtien kantanut jo 9-vuotiaana seurakunnan lastenleirillä tehty tietoinen ratkaisu. Usko Jeesukseen on kantanut häntä myötä- ja vastamäissä. Henkilökohtainen usko on pysynyt vahvana ja Laura on avoimesti kertonut siitä eri tilanteissa.

Itse seurasin taannoin Arto Nybergin haastatteluohjelmaa, missä yllättäen kuulin huippu-urheilijan kertovan koko TV-katsojakunnalle Jeesuksen rakkaudesta ja syntiemme sovituksesta. Tuskin koskaan on YLEn kanavalla niin kirkasta evankeliumin iloa ja rauhaa tuottavaa haastattelua nähty. Toimittajakin oli selvästi hämmästynyt, hiljaiseksi veti kokeneenkin TV-miehen. On tärkeää, että katsojille välittyy tervettä, todeksi elettyä raamatun ilosanomaa. Nimensä mukaisesti se ei ole elämää kieltävää tiukkapiipoisuutta. Oikeimmillaan se antaa vapauden elää täysillä. Tietysti Jumalan ohjeistukseen kuuluu myös rajoituksia, mutta ne ovat ihmisen parhaaksi.

EVÄITÄ ELÄMÄÄN

Urheilu on tuonut elämään myös pettymyksiä, kuten olympiapaikan menetys. Vastaavasti on huippuhetkiä ollut.

- Olen saanut myös kiittää maailmaa urheilun puitteissa- Laura kertoo.

- On upeata omata ilo ja rauha sydämessä tiukkoinakin aikoina. Omistaessaan ne voi kohdata eteen tulevat haasteet elämässä ja urheilussa levollisesti. 5-ottelu on urheilua, missä oma isä voi valmentaa. Elämä on moniottelua, missä henkilökohtainen usko Jumalaan on suurin voimavara.

Tulevaisuudesta ei Laurakaan tarkkaan tiedä. Hän tahtoo luottaa Jumalan johdatukseen ja ohjaukseen. Oman osuuden lajinsa paras suomalaisnainen pyrkii tekemään mahdollisimman hyvin. Huippu-urheilu on antanut siihen hyvät eväät.

Miekka sopii naisenkin käteen, ainakin 5-ottelun mielenkiintoisessa lajissa.



MERCEDES-EQ

MAAILMA TARVITSEE ESIKUVIA.
MYÖS SÄHKÖISESSÄ MUODOSSA.



Ajat muuttuvat, mutta yksi asia pysyy – Mercedes kulkee kehityksen kärjessä. Täyssähköinen, vauhdilla kasvava Mercedes-EQ-mallisto on vastaus paitsi tämän päivän, myös tulevaisuuden tarpeisiin. Valittavanasi on esimerkiksi kompakti katumaasturi EQA etu- tai nelivetoinena, ylellinen ja nelivetoinen EQC ja jopa kahdeksan hengen tila-auto EQV. Malliston lippulaiva on Mercedesen täysin uutta täyssähköautojen perusrakennetta edustava EQS, joka tarjoaa enimmillään huikean 740 km toimintamatkan. Lisäksi myyntiin on tulossa katumaasturi EQB, joka tarjoaa tilat jopa seitsemälle, sekä uusi sedanmalli EQE, joka on nyt ennakkovarattavissa.

Lue lisää [mercedes-benz.fi/mercedes-eq](https://www.mercedes-benz.fi/mercedes-eq)



Alakyläntie 1
45130 Kouvola

PAIKALLISTA PERHEYYTTÄ
JO YLI 116 VUOTTA.



AUTO-SUNI
LIIKUTTAVA KUMPPANI



DESIGN
FROM
FINLAND

TEHTY SUOMESSA
MADE IN FINLAND

Terassi täynnä mahdollisuuksia

Miltä kuulostaisi, jos voisit nauttia terassistasi säällä kuin säällä? Voit ihailia maisemia tai kattaa kahvipöydän la-
situsten suojaan riippumatta siitä, sataako taivaalta vettä
tai lunta.

Soita ja varaa maksuton
suunnittelukäynti

020 7403 200

Puh. hinta 8,28 snt + 7 snt/min (lankapuh)
tai + 17 snt/min (matkapuh)

Parempia koteja
www.lumon.fi

LUMON

APTEEKISTA.

Osta kuusi keräilytuotetta ja saat tuotelahjan heti mukaan!



supla



RUUTU+

27.9.2021–2.1.2022
**ORIONIN
KERÄILY-
KAMPANJA**
APTEEKEISSA

Keräilytuote on Orionin normaalihinnaltaan vähintään
9 euron hintainen itsehoitotuote (kampanja ei koske lääkkeitä,
sv-korvattavina ostettavia perusvoiteita ja eläintuotteita).

**ORION
PHARMA**

Hyvinvointia rakentamassa



Orion on
suomalainen
avainlippuyritys.

[itsehoitoapteekki.fi](https://www.itsehoitoapteekki.fi)

Lisätietoja puh. 010 439 8250 ark. klo 8–22.