

Kevät 2024



Lintunen

Lintuvaaran omakotiyhdistys ry:n tiedotuslehti

OKY:n
vuosikokous
ti 26.3.

Siivous-
päivä
ti 7.5.

Lintuvaara-
päivä
la 24.8.

**WE
WANT
YOU!**

*Tule mukaan
OKY:n hallitukseen!*

Asiaa Lintuvaarasta!

Lintuvaara-päivän suunnittelu alkaa • Vuoden lintuvaaralainen

Hei naapuri

Maistuisiko herkullinen
LOUNAS, ILLALLINEN tai **BRUNSSI**
idyllisessä miljöössä?

Tai kokeile jotain uutta osallistumalla
meidän suosittuihin kerran kuussa järjestettäviin
VIINI-ILTOIHIN!

Kurkkaa
meidän menu
tästä



AUKIOLOAJAT

LOUNAS

MA-PE klo 11.00-15.00

ILLALLINEN a la carte:

TO-PE klo 15.00-23.00

LA klo 16.00-23.00

BRUNSSI:

LA klo 11.00-15.30

Nähdään Leppävaarassa!



varaukset@villalilla.fi
Puh: +358 300 300314

Villa Lilla

Laturinkuja 10,
02650 Espoo



**Kivikkopuutarhan Pensas-
kertuntielle rakensi ja kanteen
kuvasi Minna Isokangas.**

Vuokrattavana omakoti- yhdistykseltä

Kaksi telttakatosta

Katokset ovat väritään sinisiä.
Mahdollista vuokrata molemmat.
Yhdistyksemme niminauha on
poistettavissa omien juhlien ajaksi.
3 x 3 m ja 3 x 4,5 m
Jäsenille 25 €/vrk,
muille 50 €/vrk

Nurmikon ilmaaja

Jäsenille 25 €/vrk,
muille 40 €/vrk

Pensasleikkuri

Jäsenille 25 €/vrk,
muille 40 €/vrk

Oksasilppuri

Jäsenille 10 €/vrk,
muille 40 €/vrk

Laitteiden varaukset, noudot ja käyttöopastus:

Vesa Mäntymäki
puh. 040 963 9570
tai lintuvaaranoky@gmail.com

Lintunen

Lintuvaaran omakotiyhdistyksen tiedotuslehti

Toimitus: Lintuvaaran omakotiyhdistys
Taitto: Adventure Advertising Oy
Painopaikka: Tikkurilan paino
Levikki: 2 700
Ilmestyy kaksi kertaa vuodessa

Lintuvaaran omakotiyhdistyksen hallituksen jäsenet

Bettina Parvikoski, puheenjohtaja
Hannele Lehtonen, varapuheenjohtaja
Maija Tahvanainen, rahastonhoitaja
Erika Granfelt
Jenni Somervalli
Janne Rätty
Markus Äijänen
Hanna Lahti
Eeva Savela

www.lintuvaara.fi

lintuvaaranoky@gmail.com

Facebook: Lintuvaaran omakotiyhdistys
lintuvaarantalkkari@gmail.com

WE WANT YOU!

Tule mukaan
OKY:n hallitukseen
toimimaan alueemme
viihtyvyyden
lisäämiseksi!
Katso lisää
s.4 >



Liity jäseneksi Lintuvaaran omakotiyhdistykseen!

SUOMEN OMAKOTILIITTO tarjoaa jäsenilleen merkittäviä hyötyjä ja alennuksia yhteistyökumppaneilta – neuvontaa laki-, rakennus-, energia-, jätevesi- sekä piha- ja puutarha-asioissa. Alennuksia monilta yhteistyökumppaneilta.

Jäsenmaksu 25 € /vuosi

Omakotiliittoon voit liittyä osoitteessa: www.omakotiliitto.fi, josta löytyy Lintuvaaran Omakotiyhdistys tai Lintuvaaran omakotiyhdistyksen sivulla Facebookissa.



Tule mukaan
OKY:n
hallitukseen!



Puheenjohtajan palsta

Bettina Parvikoski asuu perheineen Lintuvaarassa. Hän toimii omakotiyhdistyksen puheenjohtajana ja on monelle tuttu Alepan edellisenä torikauppiaina.

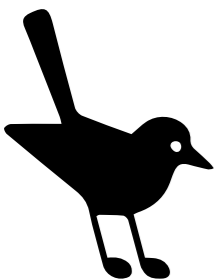
Lintuvaaran Omakotiyhdistys etsii uutta puheenjohtajaa ja uusia jäseniä hallitukseensa

KIINNOSTAAKO SINUA oman asuinalueesi elävöittäminen ja sen etujen ajaminen, tai ihan vaan yhdessä tekeminen hyvällä porukalla? :) Tule mukaan Lintuvaaran omakotiyhdistyksen toimintaan! Etsimme joukkoomme uutta puheenjohtajaa sekä lisää jäseniä hallitukseen. Mukaan pääset osallistumalla vuosikokouksemme, joka järjestetään Lintuvaaran koululla ti 26.3. klo 18 alkaen.

Kokoustamme kerran kuukaudessa, pois lukien heinäkuu ja järjestämme tapahtumia yhdessä asukasaktiivien kanssa. Tärkeimpiä tapahtumiamme ovat Lintuvaara-päivä ja Jouluvire. Näitä mainostamme kaksi kertaa vuodessa julkaisemassamme Lintunen-lehdessä sekä Facebook- ja kotisivuillamme. Lisäksi järjestämme siivoustalkoita ja vuokraamme työkaluja sekä juhlateltoja. Meillä on myös omakotitalkkari. Tekemistä on laidasta laitaan ja osallistua voi oman kiinnostuksen ja mahdollisuuksien mukaan, mutta tärkeää on kuitenkin saada aina käsipareja.

Tällä kertaa kokouksen lisäksi paikalla on paikallisia urheiluseuroja esittelemässä toimintaansa.

Tavataan vuosikokouksessa!
Bettina



Tule kokoukseen!
Urheiluseurat
esittäytyvät
ja pullaakin on!

**WE
WANT
YOU!**

Kutsu vuosikokoukseen

Lintuvaaran omakotiyhdistys ry:n vuosikokous tiistaina 26.3.2024 klo 17.30 Lintuvaaran koululla

Tarjolla Lintuvaaran koulun vanhempainyhdistyksen tekemää suolaista ja makeaa purtavaa sekä kahvia ja teetä. Kokousohjelman jälkeen paikalliset urheiluseurat esittelemässä toimintaansa ja tarjontaansa erityisesti lapsiperheille.

Tervetuloa kaikki!

OKY:n vuosikokous ti 26.3.



Ompas paljon pörräisiä!

**Siivous-
päivä
ti 7.5.**

Kutsu siivoustalkoisiin

Toivotamme kaikki lintuvaaralaiset keräämään roskaa ti 7.5. klo 17 alk. kaduiltamme ja tien reunoilta.

Jätösäkkejä ja lainattavia roskapihtejä voi noutaa klo 17 Rakennusvireen pihalta (Lintuvaarantie 55) ja Hämeenkylläntien ja Paikkalinnuntien risteyksestä. Täydet jätösäkit voi jättää Lintuvaarantien, Pikkulinnun reitin, Sotaleskentien, Invalidintien, Hämeenkylläntien ja Aseveljentienväliin, josta ne noudetaan noin kello 20. Siivoojille tarjolla syötävää ja juotavaa Rakennusvireen pihalla klo 18.30 alkaen.



Siivoojille
herkkua tarjolla!
Tule mukaan!

Toimielias ja positiivinen hallituksen puheenjohtaja

Leena Renko-Julin

1972 – 2023

Lintuvaaran Omakotiyhdistyksen entinen hallituksen jäsen sekä hallituksen puheenjohtaja Leena Renko-Julin nukkui pois 4. marraskuuta 2023.

LEENA RENKO-JULIN toimi Lintuvaaran Omakotiyhdistys ry:n puheenjohtajana vuosina 2019 – 2022. Tätä ennen Leena toimi hallituksen varajäsenenä vuoden 2016 ja varsinaisena hallituksen jäsenenä vuosina 2017 – 2018. Leena otti tehtävänsä Omakotiyhdistyksen hallituksessa vastuullisesti ja huolehti asioiden etenemisestä. Hän toimi aktiivisesti kiertämissä ja selvitti mahdollisuutta saada muovikierrätystä Lintuvaaraan. Leenan ajatuksesta aloitimme myös vuoden lintuvaaralaisen valinnat.

Leena oli aina valmis auttamaan naapureitaan. Tulipalon vuoksi pulaan joutuneen naapurinsa hän majoitti kotiinsa ja auttoi tätä asettumaan uuteen asentoon. Leena hankki sinne kalusteita ja muuta tarpeellista. Hänellä riitti huomaavaisuutta ja ymmärrystä muita kohtaan.

Leena muutti perheineen Lintuvaaraan vuonna 2002. Perheeseen kuului muuttoon aikaan kolme henkeä ja sitten Lintuvaarassa perhe kasvoi kuuteen henkilöön. Lisäksi perheessä oli kaksi koiraa, joita ulkoiluttava Leena oli tuttu näky Lintuvaarassa. Perheen kasvaessa Julinit myös remontoivat omakotitaloaan. Samaan aikaan Leena hoiti päivätyönsä Espoon Kaupungin Ympäristö- ja rakennusvalvontakeskuksessa sekä Kasvatus- ja opetustoimessa. Viimeisinä vuosinaan hän työskenteli rakennusliikkeen palveluksessa. Vapaa-aikanaan yhdistystoiminnan lisäksi Leena pyöritti omaa yritystään Kutomo-Pauketta kutoen ja ommellen lintuvaaralaisille. Tekijänä Leena oli tehopakkaus – monta vetoketjua, housunlahjetta ja hameenhelmaa on kulkenut Leenan taitavien käsien kautta ja saaneet uuden elämän.

Leena muistetaan toimeliaana ja iloisena ihmisenä. Hän oli kiinnostunut ympäristöstään ja yhteisistä asioistamme. Hän oli aito, teeskentelemätön, oma itsensä puheissa ja teoissa. Omakotiyhdistyksen hallituksessa Leena oli aikaansaava ja toimeen tarttuva. Hän oli myös suorasanainen, sanoi mitä ajatteli mutta samalla sydämellinen ja syvästi tunteva.

Leenaa haikkeudella ja lämmöllä muistaen,
Lintuvaaran Omakotiyhdistys



Ellei odottamatonta ympäristö-ongelmaa ilmaannu, voimme odottaa taimenten yleistyvän ja lisääntyvän näissä haaroissa ja niiden lähialueilla.

**Lisää tietoa:
www.taimenkartta.fi**

Monikonpuro ja taimenkanta myllerryksien pyörteissä

Syksyllä 2023 merestä Monikonpuroon kudulle nousi kolme kertaa enemmän emotaimenia kuin aiemmin. Tämä on lupaava asia. Taimenet toimivat hyvän vesiluonnon indikaattorina. Veden laatu purossa ei kuitenkaan ole vielä vakaa.

teksti ja kuvat: HENRIK KETTUNEN, VÄITÖSKIRJATUTKIJA

MITÄ KOOKKAAMPIA EMOJA on kudulla, ja mitä laajemmalle alueelle puroa, ja puhtaampiin osiin ne nousevat kudulle, sitä runsaammin kudusta syntyy poikasia. Viime kesän poikaslaskennoissa löydettiin kolmas runsaampi taimenikäluokka putkeen. Jos taimenten syksyn 2023 kutu onnistuu vastaavasti kuin aiempina syksyinä, saattaa purossa ensi kesänä olla 2-3 kertaa runsaampi ikäluokka.

Puron vedenlaatu on urbaanipuroissa korostuneesti kaikkea muuta kuin vakio. Sitä mukaa kun olemme kohentaneet taimenen potentiaalisia elinympäristöjä rakenteellisesti, ollaan selvitetty vedenlaadullisia riskiasioita. Ja niitä on monenlaisia. Usein ovat hetkittäisiä. Isompia tasaisempia haittoja on oikeastaan koko ajan vähemmän. Kunhan onnistumisia saadaan enemmän kuin ongelmia, mennään isossa kuvassa parempaan suuntaan.

Lähiaikojen haasteita ja mahdollisuuksia

Kaupunkiradan varrella Monikonpuroa odottaa vuoden 2024 aikana myllerryksiä, kun keskijuoksulla tehdään työtä uoman siirron ja muokkauksen parissa. Jo heti projekti alussa työmaaliiska rakennettiin suoraan yhden kutupesän päälle. Lisäraiteiden rakentamisessa

pyritään minimoimaan haittoja, mutta toteutuksen vaikutukset selviävät ajan kanssa.

Viime syksynä ilahduttavin hetki oli, kun merestä nousivat emotaimenet löysivät kutupaikat Jääskelänojan ja Rastaalanojan. Ensimmäistä kertaa saimme myös kuvattua taimenia kutupuhissa Leppäsilanojassa. Ellei odottamatonta ympäristöongelmaa ilmaannu, voimme odottaa taimenten yleistyvän ja lisääntyvän näissä haaroissa ja niiden lähialueilla.

Erityisen potentiaalinen ja toistaiseksi taimenista vapaa Monikonpuron sivuhaara on Kirkkalanoja. Tämä Monikonpuron suurin ja kirkasvetisin sivuhaara saa alkunsa Lintukorven alueelta. Puro kulkee Lintuvaaran halki pääosin putkessa ja muuttuu avouomaksi vasta Kehä 1:n eteläpuolella Postipuun koulun kohdalla. Selvityksemme mukaan junaradan eteläpuolella oleva suhteellisen tuore putkiosuus Oops-toimiston kohdalla on rakennettu liian jyrkäksi, estäen taimenten nousun. Jälkeenpäin asennettavilla puulamelleilla ongelmapiikit saattaa olla korjattavissa taimenille nousukelpoiseksi. Monenlaista lupaavaa saattaa olla tapahtumassa. •



Bettina ojensi kunniakirjan vuoden 2023 lintuvaaralaiseksi valitulle Halloween-polun rakentajalle Anni Pärssiselle.

Vuoden lintuvaaralainen 2023 Anni Pärssinen

VUODEN 2023 LINTUVAARALAISEKSI palkittiin joulukuussa pidetyssä Jouluvire-tapahtumassa Anni Pärssinen, joka tuli naapurustolle tutuksi Halloween-polun tekijänä. Polun suosiosta ja vuoden lintuvaaralaiseksi valituksi tulemisesta Pärssinen on ollut yllättyneet ja ilahtuneet. Noin kahdeksan vuotta Lintuvaarassa asunut Pärssinen on pitkän linjan partiolainen ja ammatiltaan palveluutoilija freelancer. Hänen perheeseensä kuuluu mies, 4 lasta sekä koira.

Idea polun tekemiselle syntyi, kun Pärssinen suunnittelei tekevänsä polun omalle mökilleen omille ja tuttavien lapsille. Tämä suunnitelma kuitenkin kariutui, mutta Lintuvaarassa koiralenkillä mieleen juolahti, että tietääköhän naapurusto, kuinka kivoja ja helppokulkuisia polkuja Lintuvaaran metsissä on. Näin idea jalostui Halloween-polun toteuttamiseksi Lintuvaaraan tuomaan iloa ihmisille keskelle synkkää maailmantilannetta ja sitä se todella toi, sillä polku oli todella suosittu ja siitä mm. kuhisi koko Lintuvaaran väki -ryhmä Facebookissa! Pärssinen saa polusta edelleen kiitosta niin tutuilta, kuin tuntemattomilta lintuvaaralaisilta.

Polku syntyi yhteistyössä perheen kanssa ja tavoite oli tehdä siitä koko perheelle sopiva sisältäen tehtävärasteja ja helposti seurattavan tarinan – Kasper-kummituksen hukunut avain. Suuren suosion myötä Pärssinen kävi lisäämässä polun loppuun vanerilevyn, joka toimi tukkimiehen kirjanpidolla kävijälaskurina. Vanerissa oli myös vinkki lahjoittaa Unicefille, mikä kumpusi idean takana olevasta huolestuksesta. Vaikka Pärssinen pohti, tulisiko koulun viereisestä lähtevä polku kestävä ”ehjänä”, sai hän yllättyä positiivisesti: ”Ihmiset ymmärsivät, että polku on kiva asia ja sen tarkoitus on olla kaikkien riemuna”. Lisäksi hän kävi säännöllisesti katsomassa polkua ja sai ilokseen huomata, että välillä väkeä oli ruuhkaksi saakka! Lopujen lopuksi kävijöitä kahdeksan päivän aikana oli yli 600. Unicefille lahjoitettua summaa Pärssinen ei tiedä, mutta ynnäili, että jos polkua olisi kuljettu 4 hengen perheissä, olisi reitin käynyt läpi 152 perhettä. Sitten jos näistä vaikka puolet olisi lahjoittanut Unicefille 10 €, olisi summa 760 €.

Anni haluaa kannustaa tutkimaan metsissä kulkevia polkuja, sillä Lintuvaarassa on upeita paikkoja!

Annin vinkki!

– Jos kävit polulla ja muistat, missä kohtaa oli Teini-kummitus, jatka siitä suoraan länteen noin 150 metriä, niin löydät kauniin näköalapaikan, joka sopii mainiosti levähdyspaikaksi lähiretkelle. •



Kasper-kummituksen kadonnutta kummituslinnan avainta kävi etsimässä satoja avuliaita.



Harrastuksena Cheerleading

KIRJOITTAJAT: MILKA, SANNI, NELLA JA EMMI

CHEERLEADING on monipuolista urheilua. Siihen sisältyy stunteja, pyramideja, akrobatiaa ja paljon muuta. Suomessa leveitä on 1-6. Cheerleadingia voi harrastaa harrastejoukkueessa tai kisajoukkueessa, jossa kilpaillaan muita joukkueita vastaan. Cheerleading on Suomessa todella menestynyt laji!

Olemme 4 tytön ryhmä. Kolme meistä harrastaa level 3 ja yksi meistä on level 1. Olemme kaikki kilpajoukkueessa. HAC tarkoittaa Helsinki Athletics Cheerleaders. Seuramme ja lajimme on menestynyt hyvin ulkomailla! Cheerleading sopii kaiken ikäisille! Stuntit tarkoittavat erilaisia nostoja.

Harrastamme cheerleadingia HAC:lla. Hallimme sijaitsee Konalassa. Mielestämme cheerissä parasta on stuntit ja tsemppaavat joukkuekaverit. •

Tule mukaan!
Lisätietoa seurasta ja harrastuksesta:
www.hac.fi



Kosmetologi- jalkoehoitajan palvelua lintuvaaralaisille

Terveiset tästä pienestä hoitolastani Lintumetsän kukkakaupan vierestä (Lintuvaarantie 46-48).

Äitiys- ja vanhempainvapaan jälkeen tarjoan nyt taas seuraavia palveluita:

- käsihoito
- jalkahoito (myös kotikäyntinä)
- terveydellinen jalkojen hoito
- kasvohoito
- vartalohoito
- geelilakkaus
- kulmien ja ripsien värjäys



Uutena palveluna tarjoan urheiluvien tai muuten jalkaongelmista kärsivien lasten/ nuorten jalkahoitoa. Teen työtäni huolellisesti ja sydämellä. On merkityksellistä edistää paikallisten ihmisten hyvinvointia.

Ajanvarauksia voi tehdä Timma-sovelluksen kautta (geiabeauty) ja puhelimitse numeroon 044-3420008.

<https://www.geiabeauty.fi/>

Lintuvaaran omakotitaloyhdistyksen jäsenille 10 % alennus

IKKUNASEPÄT

HALUTUIN

Meiltä ikkuna- ja oviremontit mittatilaustyönä luotettavasti avaimet käteen periaatteella.

Soita 045 120 8660 tai tutustu ikkunasepat.fi



**WE
WANT
YOU!**

Omakotiyhdistykseen kannattaa kuulua

Tule mukaan!



LINTUVAARAN OMAKOTIYHDISTYS ry (OKY) on ollut Suomen Omakotiliiton jäsenenä monia vuosia. Suomen Omakotiliitto on alansa ainoa valtakunnallinen pientaloasukkaiden ja vapaa-ajan asukkaiden edunvalvonta- ja palvelujärjestö, joka edistää pientalovaltaista elämäntapaa.

Lintuvaaran omakotiyhdistys pyrkii vaikuttamaan edunvalvojana oman alueensa kehittämiseen. Tiesitkö, että OKY:n jäsenyydellä on saatavilla myös erilaisia etuja. Lintuvaaran OKY:n jäsenenä – meitä on jo yli 350 jäsentä – saat rahanarvoisia etuja palveluista ja tuotteista, neuvontaa, verkkokoulutuksia sekä edunvalvontaa.

Lintuvaaran OKY:n jäsenmaksun 25 euroa vuodessa voit saada takaisin hyödyntämällä joko yhdistyksen omia tai eri yhteistyökumppaneiden etuja.

Lintuvaaran omakotiyhdistyksen omat jäsenedut

OKY julkaisee 2-3 krt vuodessa alueen Lintunen-tiedotuslehteä, joka jaetaan Lintuvaaran, Mäkkylän metsän ja osittain Painiityn alueiden kiinteistöjen postilaatikoihin jäsenyydestä riippumatta. Lehti toimii alueen yrittäjille myös tiedotus- ja markkinointimediana.

OKY:llä on vain jäseniä edullisesti palveleva omakotitalkkari. Vuodelle 2023 haemme jälleen sopivaa talkkaria. Talkkarin palkkaamiseksi meillä on apua ja tukea Suomen Omakotiliitolta.

Jäsenetuhintaan meillä on vuokrattavia laitteita:

- Telttakatokset (2 kpl): lintuvaaranoky@gmail.com
- Oksasilppuri: vesa.mantymaki@gmail.com
- Nurmikon ilmaaja/sammaleen poistaja: vesa.mantymaki@gmail.com
- Pensasleikkuri: vesa.mantymaki@gmail.com, puh. 040 963 9570.

Neuvontaa

Jäsenet saavat veloituksetta laki-, rakennus-, energia-, jätevesi sekä pihasuunnittelu- ja puutarhaneuvontaa (<https://www.omakotiliitto.fi/jasenelle/neuvonta>). Neuvontanumeron ja palveluajat löydät jäsenisivuilta tai Omakotilehdestä. Neuvonnasta ei peritä erillistä maksua, mutta jäsen joutuu kuitenkin maksamaan omat puhelunsa. Osa neuvontapalveluista on saatavilla myös Omakotiliiton sivuilla olevalla sähköisellä lomakkeella ilman kustannuksia.

Huoltokirja

Jäsenet saavat veloituksetta paperisen huoltokirjan tai voivat tehdä omalle kiinteistölleen maksuttoman sähköisen huoltokirjan omilla jäsentunnuksilla (<https://www.omakotiliitto.fi/jasenelle/huoltokirja>).

Alennusta alueemme yrityksistä

- Geia Kauneushoitola -10 %
- Taimimaa -10 % taimista, ei kesäkuukista

Etuja ja alennuksia

- DNA Koti 5G -liittymän asennuksesta alennus
- Valokuitunen – valokuitu kotiin erikoistarjouksella 490 €
- Pohjois-Karjalan sähköstä -50 % pörssisähkön kuukausimaksusta
- Alennuksia erilaisista remonttipalveluista (radonmittaus, rännit, ilmanvaihtokanavien puhdistus, viemärit, salaojat, kuntotarkastus jne.)
- Alennukset Cramon vuokralaitteista 10-65 %
- St1 – käteisalennusta polttoaineista
- RTV:n myymälöistä alennusta 10–35 % ja tarjoustuotteistakin -5 %
- Kotipuutarha-lehdestä alennusta
- Forever kuntoclubin asiakkuudesta jopa 20 % alennusta
- Kevätmessuille jäsenkortilla kaksi yhden hinnalla
- Laivaristeilyistä etuja, Viking Line ja Tallink Silja
- Sähköautojen latausasemista alennusta Nordic Plugilta
- Syntam aurinko- ja silmälasista sekä piilolinssistä -20-30%

Omakotilehti

Jäsenenä saat neljä kertaa vuodessa Omakotilehden, jossa on kiinnostavaa ja tarpeellista asiaa asumisesta, remontoimisesta ja pihanhoidosta.

Miten voin liittyä Lintuvaaran omakotiyhdistykseen?

Voit liittyä Suomen Omakotiliiton nettisivuilta (liity.omakotiliitto.fi). Yhdistykseksi tulee valita Lintuvaaran omakotiyhdistys. Suomen omakotiliitto laskuttaa vuosijäsenmaksun Lintuvaaran OKY:n puolesta (ollut 25€/vuosi). Kun jäsenrekisterissämme on sähköpostiosoitteesi, saat Lintuvaaran Okyltä yletoa asioista jotka kosketlintuvaaralaisia. •



Helpotamme apteekkiasioitasi – voit asioida meillä suoraan kotisohvallas!

Remomedi -videoapteekkipalvelu nopeuttaa apteekikäyntiäsi. Voit asioida etäpalveluissa, keskustella ja saada lääkeneuvonnan farmaseuteiltamme ja sen jälkeen maksaa ostoksesi valmiiksi. Lääkkeet noudat kätevästi ja nopeasti noutolokerikostamme, apteekin ulkopuolelta, ilman ruuhkia.



Saat Remomedi-sovelluksen sovelluskaupasta.



Avoinna

Arkisin klo 8.30–21.00

Lauantaisin klo 9–19

Sunnuntaisin ja juhlapäivinä

klo 11–18

Espoon 10. apteekki,
Leppävaarankatu 3-9,
02600 Espoo

LINTUVAARA-PÄIVÄ

Lauantaina 24.8.2024
Rakennusvireen tontilla

Monipuolista ohjelmaa ja suosittu kirppis!

Tule mukaan
Lintuvaara-
päivän
suunnitteluun!



**Suunnittelu ja
ohjelmahaku on käynnissä:**

- Ilmoittaudu suunnitteluryhmään
- Kerro toiveesi ja ehdota ohjelmaa
- Tule esiintyjäksi
- Alueen yhdistykset, yhteisöt ja yritykset mukaan!

Yhteydenotot:
lintuvaarapaiva@gmail.com

Tapahtuman järjestää Lintuvaaran omakotiyhdistys.
Tapahtuman tuoreita kuulumisia voi seurata yhdistyksen
Facebook-sivulta, osoitteessa
www.facebook.fi/lintuvaaran_omakotiyhdistys.

**Kulttuuri
Espoo**

HIUS FM
PARTURI-KAMPAAMO

Tiimimme saa vahvistusta Nanin
valmistuessa keväällä!

Nanin töistä -20% huhtikuun loppuun asti.

**Lämpimästi tervetuloa uudet ja
vanhat asiakkaat!**

Avoinna:

Ma-To 9-18 & Pe 9-17

La sopimuksen mukaan

www.hiusfm.fi

Lintuvaarantie 46-48, 02660 Espoo, p. 09 541 4334



**Omakotitalkkari
OKY:n jäsenille
1.3. – 31.12.2024**

Lintuvaaran omakotitalkkari tarjoaa apua
omakotitalojen huoltotehtäviin, pihatöihin ja
pieniin kiinteistön kunnostustöihin.

Työaika arkisin klo 9 - 15. Hinta 15 €/tunti.
Palvelun saaminen edellyttää omakotiyhdistyksen jäsenyyttä.
Jäseneksi voit liittyä heti osoitteessa:
www.omakotiliitto.fi/lintuvaara

Kotitalousvähennystä talkkarin tekemästä työstä
voit saada omavastuun 100 € ylittävältä osalta.
Neuvoa tarvittaessa saat verotoimiston veroinfosta tai netistä www.vero.fi.
Vähennystä hakiessasi tarvitset yhdistyksemme y-tunnuksen 2191215-6.

*Kysy lisää
talkkarilta!*

Omakotitalkkari

Marko Granström

Puh. 041 312 3082

lintuvaarantalkkari@gmail.com



Sisäänkäynnit apteekkiin Viaporintorilta ja kauppakeskuksen puolelta toisesta kerroksesta.



Esittelyssä

Sellon apteekki

Sellon apteekin palvelut monipuolistuvat. Uudesta hyvinvointipisteestä jatkossa rokotukset, tikkien poistot ym. pikkutoimenpiteet.

ESPOON 10. APTEEKKI (Sellon apteekki) on toiminut Etelä-Lep-pävaarassa vuodesta 1996 alkaen. Alussa apteekki toimi silloisen Maxi-marketin tiloissa nimellä Leppävaaran uusi apteekki, mutta myöhemmin nimi vakiintui Sellon apteekiksi, kun kauppakeskus rakennettiin ja apteekki muutti Sellon vuokralaiseksi.

Sellon kauppakeskuksessa apteekki on toiminut samassa paikassa, mutta laajentanut tilojaan kahteen otteeseen, kun apteekin toiminta on kasvanut. Nykyisin apteekkiin pääsee sisälle sekä Viaporintorilta ulkokautta että kauppakeskuksen sisältä 2. kerroksesta.

Jos apteekin tilat ovat laajentuneet, niin ovat myös apteekin toiminnot muuttuneet. Enää ei käsitellä paperisia reseptejä eikä naputella

etikettejä kirjoituskoneella. Sähköinen resepti, kelan reseptikeskus asiakkaan lääketietojen hakuun, lääkevarmennusjärjestelmä ja varastoautomaatti ovat kaikki apteekin käyttämiä uusia teknologioita. Suomessa kaikkien apteekkien toiminta on nykyisin täysin tietokoneiden varassa. Tämä helpottaa ja nopeuttaa toimintaa, mutta tuo myös turvaa esimerkiksi lääkeväärennöksiä ja reseptien väärentämistä vastaan.

Sellon apteekissa on otettu käyttöön uusia toimintoja ja vielä lisääkin on tulossa. Remomedi-etäyhteyspalvelu helpottaa asiakkaan tunnistamista ja nopeuttaa asiointia. Sellon apteekin verkkoapteekki on avattu ja lääkkeitä voi tilata sitä kautta vaikka noutolokerikosta haettavaksi.

Hyvinvointipiste on aloittamassa toimintaansa. Sieltä asiakas saa rokotukset ilman erillistä lääkäritytymistä. Myös korvahuuhtelut, tikkien poistot tai diagnostiset pikatestit saa hyvinvointipisteestä kätevästi ja nopeasti. Nämä uudet palvelut voivat auttaa asiakkaan arkea.

Tavataan apteekissa!

Eeva Savela
Sellon apteekin apteekkari
Lintuvaaran omakotiyhdistyksen hallituksen jäsen

Muistathan kierrättää vanhentuneet lääkkeet apteekkiin!

Lisätietoja: sellonapteekki.fi

ALOITA UUSI HARRASTUS



LePa:n Jalkapallokoulu



Toiminta-aika:
TORSTAI 2.5. - 13.6.2024 ja 15.8.-26.9.2024

Kesän jalkapallokoulu on tarkoitettu vuonna 2019 syntyneille tytöille ja pojille.

TERVETULOA MUKAAN!

Ilmoittaudu mukaan: <https://www.leppavaaranpallo.com>

Istuta kevään kukkaloisto nyt!



Kekkilän puutarhamulta 40 l.

1890
/5 sk
490
/sk

Orvokki 085



Löydät meidät nyt myös Facebookista ja netistä: www.taimimaa.fi

GRIINO



Myymäälä avoinna

Kevätkauden avaus, 1.4. alkaen:

Ma-Pe 10-18
La 10-16
Su 11-15

2.5. alkaen:

Ma-Pe 9-20
La 9-16
Su 11-16

PUUTARHAMYYMÄLÄ

Vanha Hämeenylänt. 78 Espoo p. 09-854 4733





Leikkiä, oivalluksia ja uuden oppimista tiedepäiväkoti Sirussa!

Tiedepainotteinen hirsipäiväkoti Espoon Lintuvaarassa. Päiväkodissa myös englanninkielinen ryhmä.

Lue lisää ja hae paikkaa!