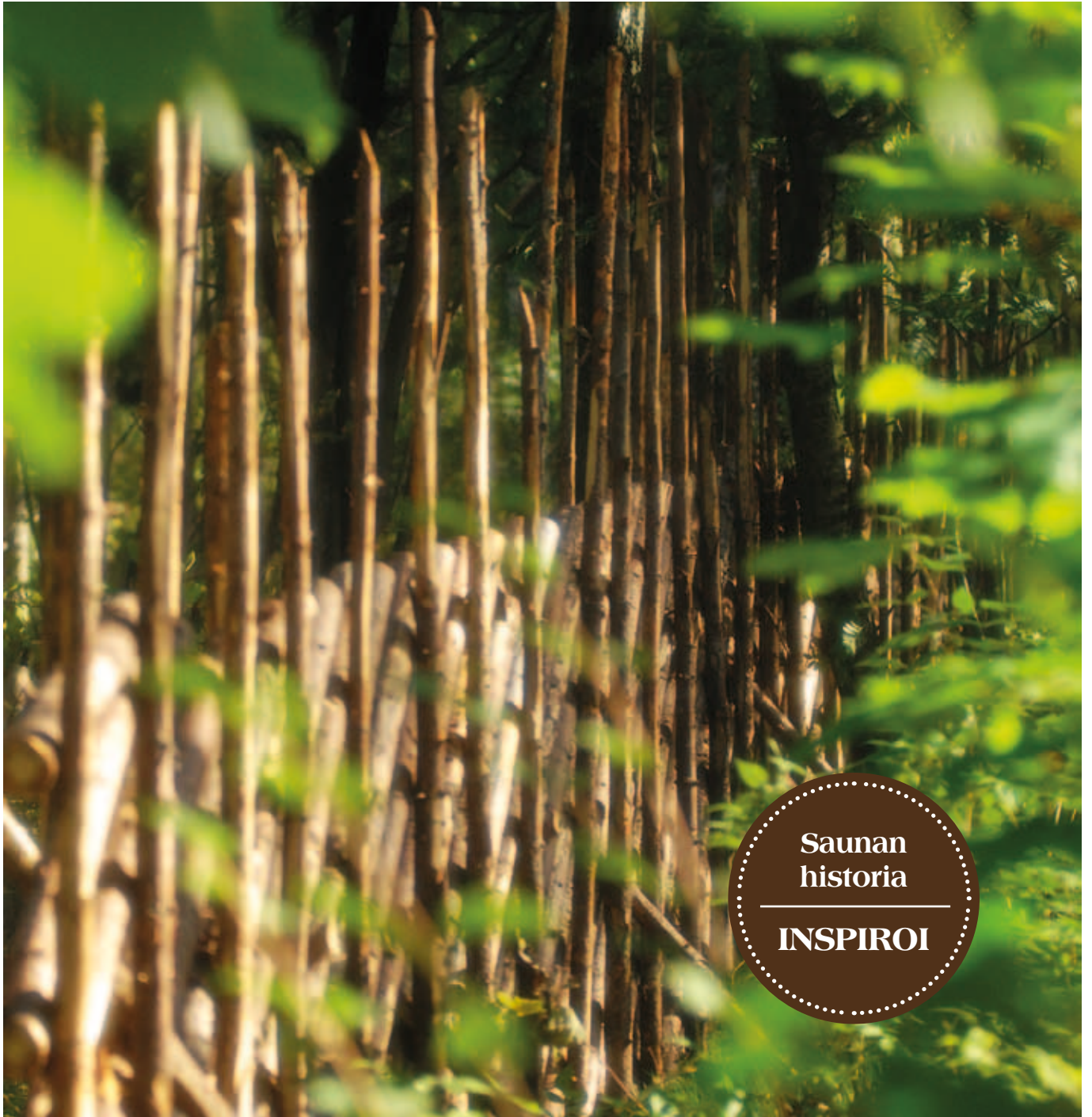


sauna

Suomen Saunaseura ry:n jäsenlehti 3/2012



Saunan
historia

INSPIROI

SAUNOMISESSAKIN
muista maltti

SÄÄNNÖLLINEN
hieronta kannattaa

Nyt voit rentoutua jo matkalla saunalle.

Uusi Audi Q5 Business nostaa matkustusmukavuuden uudelle tasolle. Lisävarusteena saatava Audi active lane assist -kaistallapysymisvahti tarkkailee tietä jatkuvasti kameran avulla. Jos järjestelmä havaitsee, että olet vahingossa luisumassa tieltä, se ottaa ohjat ja auttaa pysymään omalla kaistallasi. Tulet perille turvallisemmin ja valmiiksi rentoutuneena. Järjestelmä on osa teknologia-pakettia, joka sisältää myös akustisen ja optisen pysäköintitutkan edessä ja takana sekä adaptiivisen vakionopeussäätimen. Tutustu osoitteessa audi.fi

Et koskaan aja yksin.

Uusi Audi Q5 Business alk. 55.995 €



Uusi Audi Q5 ja Audi active lane assist -aktiivinen kaistallapysymisvahti. Saatavana Business-malleihin osana Teknologia-pakettia, alk. 2146 €.

Audi Q5 Business 2.0 TDI quattro S tronic 130 kW (177 hv): autoveroton hinta: 41.290 €, arvioitu autovero 14.705,48 €*, kokonaishinta: 55.995,48 €. Vapaa autoetu 1.015 €/kk, käyttöetu 820 €/kk. Keskikulutus 6,0 l/100 km. *CO₂-päästöt 159 g/km. Hintaan lisätään jälleenmyyjäkohtaiset toimituskulut. Kuvan auto erikoisvarustein.

- 5 Puheenjohtajan palsta
- 6 Löylytasku
- 10 Inspiroidu Saunaseuran historiasta
- 14 Saunatalon hierojat
- 16 Omaa palvia Kainuun saunasta
- 18 Kulttuurisauna paikkaa
yleisten saunojen tyhjiötä
- 20 Yhtiösaunominen on vaarallista
- 23 Saunamaailmoja Saimaan rannoilla
- 26 Paloauton uusi, kuuma elämä
- 27 Kiuaskiviä Kaliforniasta
- 28 Saksan Sauna-Bund on viemässä
saunaa voimakkaasti eteenpäin
- 30 Löylynautintojen hinta
- 32 Pekka Ritvos in memoriam
- 33 Kolumni: Saunomisen taika ja ajaton aika
- 34 Saunaisännän palsta
- 36 Lukijoilta

Sauna-lehti 66. vuosikerta | www.sauna.fi | ISSN0357-6566

Julkaisija:

Suomen Saunaseura ry
Vaskiniementie 10
00200 Helsinki
puh. 010 439 5600

Päätoimittaja

Leena-Kaisa Simola
Taskut Oy/Viestintä
sauna@taskut.fi
gsm 0500 80 10 40

Visuaalinen

suunnittelu ja taitto
Mainostoimisto Tasku Oy

Painatus

Printmoore Oy
Painos 4 400 kpl

Kannen kuva

Seppo Pukkila

Toimitusneuvosto

Ben Grass, pj
Heini Noronen-Juhola
Pekka Laaksonen
Timo Martikainen
Heikki Piuholta
Seppo Pukkila
Pekka Tommila
Raili Vihavainen

Ilmoitukset

Kristian Miettinen
gsm 0400 225 855
aurinia@kolumbus.fi

Sauna-lehti 4/2012

ilmestyy joulukuussa

- toimituksellinen aineisto
5.11. mennessä
 - ilmoitusaineistot
23.11. mennessä
- Tilaushinta 25 € / vuosikerta

Siitä puhe, mistä puute

Keskustelu yleisten saunojen katoamisesta on noussut tänä syksynä esiin monissa eri yhteyksissä. Varmasti yhden virikkeen asialle on antanut Helsinkiin valmistuva "Kulttuurisauna", josta kerrotaan myös tämän lehtemme palstoilla.

Samoin Matti Kivinen haastoi edellisessä numerossa lukijat ottamaan kantaa yleiseen saunaan? Tässä numerossa on jo yksi vastaus ja palsta on avoin keskustelun jatkamiselle.

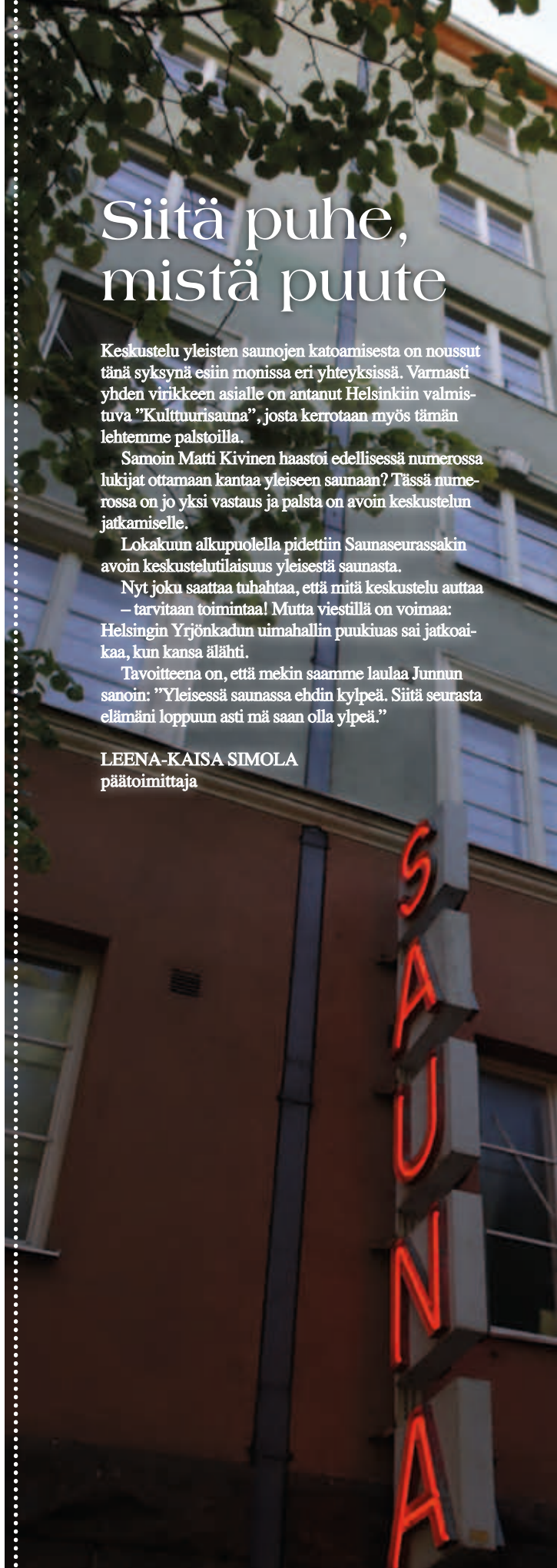
Lokakuun alkupuolella pidettiin Saunaseurassakin avoin keskustelutilaisuus yleisestä saunasta.

Nyt joku saattaa tuhahtaa, että mitä keskustelu auttaa – tarvitaan toimintaa! Mutta viestillä on voimaa: Helsingin Yrjönkadun uimahallin puukiuas sai jatkoai-
kaa, kun kansa älähti.

Tavoitteena on, että mekin saamme laulaa Junnun sanoin: "Yleisessä saunassa ehdin kylpeä. Siitä seurasta elämäni loppuun asti mä saan olla ylpeä."

LEENA-KAISA SIMOLA

päätoimittaja



ELÄMÄNPELASTAJAT.

Dräger alkolukot ja alkotesterit



Dräger Interlock XT - Se hyväksytty alkolukko.

Dräger Interlock XT on hyväksytty ja luotettava alkolukko vaativaan ammattikäyttöön. Sen avulla kuljetusyhtiö voi lisätä kuljettajiensa, matkustajiensa ja muiden tielläliikkuvien turvallisuutta sekä parantaa työilmapiiriä ja yrityskuvaansa.

Dräger Alcotest 3000 - Se luotettava alkotesteri.

Dräger Alcotest 3000 on alkotesteri hintaluokkaan, jossa ei ole ennen totuttu näkemään vastaavaa laatua ja tarkkuutta. Se on helppokäyttöinen ja luotettava ajokunnon varmistaja, täydellinen valinta matkakumppaniksi niin maalle kuin merelle.

Tee kuten yhä useammat - valitse Dräger elämänpelastajat.

www.kaha.fi

Dräger



VAIN APTEEKISTA

*Auttaa kuivaa ihoa
voimaan paremmin*

Ceralan-keramidivoide suojaa ja kosteuttaa kaikenikäisten kuivaa ja herkkää ihoa. Se sopii hyvin atoopikoille ja psoriaatikoille – Ceralan on myös oiva apu esimerkiksi pesuaineen ärsyttämälle iholle. Ihon omia rakennusaineita, keramideja, sisältävä perusvoide sopii niin vartalolle, kasvoille kuin herkille ihoalueille.

Ceralan®
KERAMIDIVOIDE
ceralan.fi
perusvoide.fi

Pakkaukset 30 g, 100 g ja 400 g. Suurin pakkaus SV-peruskorvattava reseptillä. Hajusteeton.
Lisätietoja asiantuntijalta apteekistasi, itsehoitoapteekki.fi
tai numerosta 010 426 2928 ark. klo 8–16.

**ORION
PHARMA**
Hyvinvointia rakentamassa

Vaskiniemi entistä ehompi, myös palveluiltaan



Sauna-lehden palstoilla olen pyrkinyt tuomaan esille toimintaamme liittyviä tapahtumia ja myös kertomaan mitä haasteita toimintaamme liittyy.

Keskeinen asia on mielestäni varmistaa jäsenille edelleen hyvät ja miellyttävät saunakokemukset Vaskiniemessä. Kun minut valittiin puheenjohtajaksi, sain eräältä jäseneltä palautetta hyvän saunomisen ohjeiden puuttumisesta. Ohjeet tehtiin ja niitä toivoakseni noudatetaan sekä niiden sanomaa välitetään myös uusille jäsenille.

Suurin toimenpideohjelma viime aikoina on ollut kunnostaa saunakiinteistöämme. Tilojen korjaukset ja LVI-remontti ovat nostaneet kiinteistömme arvoa. Lisäksi ne parantavat saunomista ja siihen liittyvää palvelutoimintaa.

Lähivuosina on kuitenkin edessä ikkunaremontti, julkisivukorjaus sekä luonnollisesti erilaisia kunnossapitotoimenpiteitä. Nykyisellä taloudellisella pohjalla selviämme näistäkin korjauksista tuloarvoituksella.

Kuluvan vuoden aikana olemme uudistaneet taloushallintoamme. Olen vakuuttunut, että nyt on saatu jäsenrekisterin uudistamisella ja kassahallintajärjestelmällä varmuutta taloutemme hoitoon. Uuden tilikartan ansiosta myös jäsenten on mahdollista paremmin seurata seuran varojen käyttöä.

Tahdon tässä yhteydessä vielä kiittää kunnossapitotoimikuntaamme ja sitä vetänyttä DI Juha Salomäkeä hyvästä työstä. Kiitos kuuluu myös toiminnanjohtaja Seppo Pukkilalle, joka tuntee kiinteistömme korjaustarpeet todella hyvin. Muutenkin koko palveluverkostomme, uusi lämmittäjämme Ari-Pekka Paavola, emäntä Maikki Lamberg, kaikki hierojamme sekä siivoojamme Arja Vatanen saavat minulta ja johtokunnalta kiitokset

jo tässä vaiheessa.

Yhdistyksen kevätkokouksen ns. jatkokokouksesta totean, että tilinpäätös vahvistettiin ja johtokunnalle myönnettiin vastuuvapaus vuodelta 2011. Mielestäni oli erityisen hyvä asia, että tilinpäätöksen perusteellinen käsittely selvitti, miten seuran on johdettu ja miten raha-asioitamme on hoidettu. Johtokunta ottaa tietenkin jatkossa huomioon kokouksessa tulleet evästyksiset talousasioiden hoidosta.

Valmistaudumme nyt seuran 75-vuotisjuhlaan ja saunakirjamme julkistamiseen. Toivon, että seuran jäsenet ovat aktiivisesti mukana tavalla tai toisella juhlassamme ja tuntevat ylpeyttä siitä, että olette nimenomaan

Suomen Saunaseuran jäsenenä edistämässä Suomea maailman johtavana saunamaana. Tämän juhlan tarkoituksena on myös kehittää toimintaamme siten, että seuran jäsenet ovat paitsi saunojemme käyttäjiä myös mukana saunatietouden levittäjinä. Nämä

asiat tulevat esille myös syyskokouksessa 28.11.2012, jolloin valitaan seuralle myös uusia jäseniä johtokuntaan erovuoroisten ja johtokunnasta mahdollisesti luopuvien tilalle.

Saunaseuran kantavia voimia ovat monet pitkäaikaiset seuran jäsenet. Saunaseura yhdistää eri sukupolvet saunakulttuurin piiriin. Nuoremmat oppivat vanhemmilta paljon niin sanottua hiljaista tietoa, mutta myös konkreettista oppia. Olemme kiitollisia seuran niin sanotuille seniorijäsenille. Tästä osoituksena seuran johtokunta päätti, että seniorijäsenet saavat maksuallennusta saunamaksuistaan ensi vuoden alusta lähtien. Alennus on 50 prosenttia ja sen saavat kaikki yli 68-vuotiaat seuran jäsenet, jotka ovat olleet yhtäjaksoisesti seuran jäseniä vähintään kymmenen vuotta.

Tavataan viimeistään juhlissa!

Ben Grass



Eero Aarnio laitto kiukaan leijumaan



Syyskuun Habitare-messuilla oli muutamia kiuasvalmistajia esittelemässä uutuuksiaan, mutta enemmänkin olisi mahtunut.

Ehkä eniten mielenkiintoa herätti Iki-Kiukaan Float-kiuas, olihan sen suunnitellut muotoilija Eero Aarnio. Monipuolinen muotoilija ei ollut ensimmäistä kertaa kiukaita tekemässä, sillä Aarnio muisteli muotoilleensa ensimmäisen sähkökiukaansa jo 60-luvun puolivälissä Upolle.

– Mielestäni kiukaan tulee olla keskellä lauteita ja muodoltaan pyöreä. Näin saunajat asettuvat luontevasti kiukaan ympärille piiriin keskustelemaan, Eero Aarnio totesi.

Float-kiukaan juju on sen alareunaan asennetut valot, joiden ansiosta kiuas näyttäisi leijuvan ilmassa.

Float tulee markkinoille loppuvuodesta ja hintaa tulemaan olemaan noin 1 900 euroa. Kuvan lauteet Kärävä Oy.

Pirkanmaan saunoja näytillä

Tampereella Galleria Emilissä on 5.–25.11. Aleksander Markus Lembken valokuvanäyttely/ääniteos suomalaisesta saunakulttuurista. Se on järjestetty Tampereen Saksalainen kulttuurikeskus ry:n ja Goethe Instituutin yhteistyönä. Näyttely esittelee saunoja Tampereella ja Tampereen ympäristössä.

Näyttely oli menestyksellisesti esillä vuoden vaihteessa Erfurtissa Saksassa. Risto Elomaa on lahjoittanut näyttelyn erinomaisen luettelon Saunaseuran kirjastoon.

Galleria Emil on Tampereen kaupungin kulttuuripalvelujen ylläpitämä tila taiteelle Vanhalla kirjastotalolla Keskustorilla.



Saunatalon kahvila vastaa toiveisiin

Joka päivä lohikeittoa? Siihen kyllästyy, vaikka Saunatalon kahvilanpitäjä Maikki Lamberg onkin keittänyt lohikeittoa seitsemän vuoden ajan jokaisena kahvilan aukiolopäivänä.

Joka päivä keittoa kuitenkin aika moni syö. Mutta mitä muuta saisi olla? Tähän kysymykseen haettiin vastausta kahvilan asiakastytyväisyyskyselyssä syyskuussa.

Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että valikoimaa on riittävästi. Muutaman vastaajan mielestä jopa vähän liikaakin: ”Kaikkia ei tarvita joka päivä”.

Vastaajat olivat tyytyväisiä tuotteiden laatuun ja niiden hintaan. Vain yksi vastaajista kritisoi kahvilan palveluja ja tuotteita – vaikka ei niitä käyttänytkään.

– Kysely täytti tehtävänsä, koska saimme palautetta nykyisestä valikoimasta sekä vinkkejä uusista tuotteista. Naiset haluavat valikoimaan enemmän vaihtelua kuin miehet, jotka ovat ruuan suhteen hyvinkin konservatiivisia, Maikki Lamberg toteaa.

”Pitää olla” -listalle vastaajien mielestä kuuluvat lohikeiton ohella piiraat, salaattit, makkarat, voileivät sekä gluteenittomat tuotteet.

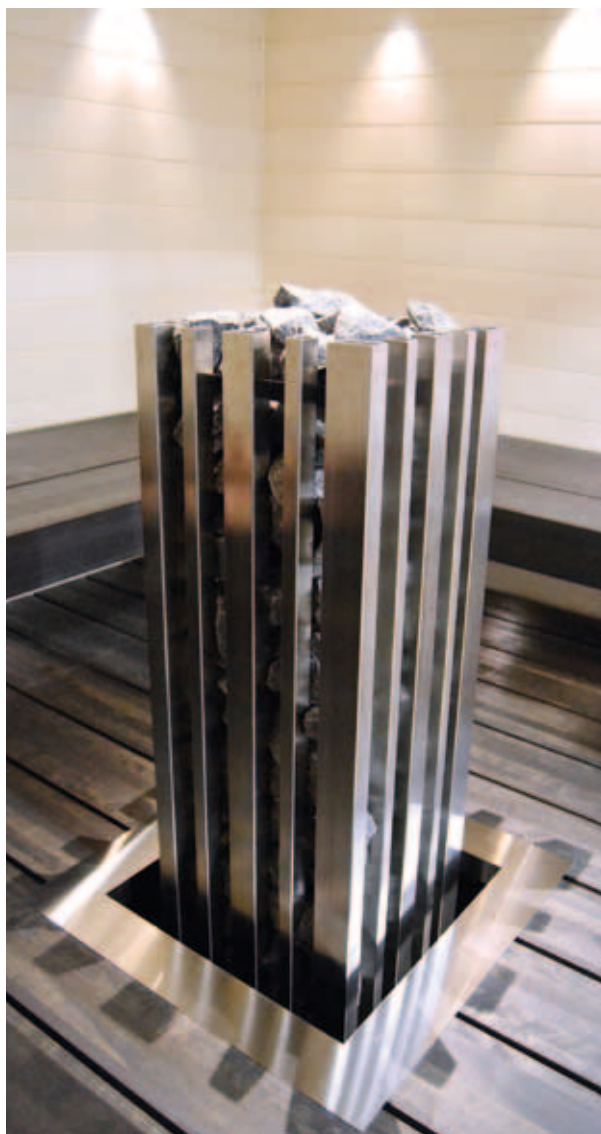
– Eniten toivottiin uusia tuotteita tarjolle pientä suolaista ja makeaa, uuniperunoita, pastaa, laatikoita, sosekeittoja sekä wokki- ja kasvisruokia. Entisajan lämpöiset voileivät halutaan myös takaisin listalle, Lamberg luettelee.

– Teemme parhaamme toiveiden toteuttamiseksi, mutta saunatalon kotikutoinen keittiö asettaa rajoituksia ruokien valmistukseen.

Maikki Lamberg muistuttaa, että kahvila voi toteuttaa myös yksilöllisiä toiveita.

– Kylmiössä on paljon raaka-aineita. Kannattaa kysyä myös sellaisia ruokia, joita ei ole vitriinissä. Esimerkiksi erilaisia salaatteja saa hyvinkin helposti.

Kyselyyn osallistui reilut 150 Saunaseuran jäsentä. Vastanneiden kesken arvottiin kaksi lahjakorttia, jotka on jo toimitettu voittajille. Kiitos kaikille vastaajille.



Monolith jatkaa Kivi-kiukaan linjoilla

Toinen Iki-Kiukaan uutuus on Monolith-sähkökiuas. Se on suunniteltu yhteistyössä dSign Vertti Kivi & CO:n kanssa kuten pari vuotta sitten lanseerattu Kivi-puukiuas. Kivi-kiukaan lasinen luukku on hakenut muotoaan kännykän näytöstä. Elävä tuli tuo saunaan elämystä ja toimii samalla valaisimena.

Vertti Kivi itse luonnehtii Monolith-kiuasta linjoiltaan hyvin arkkitehtoniseksi ja muotoilultaan moderniksi.

Kiukaasta on suunnitteilla kolme eri tehoista mallia, 6,9 kW, 9 kW ja 12 kW. Hinta on 800–1 500 euroa tehosta riippuen. Monolith tulee markkinoille loppuvuodesta. Kuvan lauteet Kärävi Oy.

Tervehdi 75-vuotiaasta Saunaseuraa

ja omia saunakavereitasi
Sauna-lehden komeassa
juhlanumerossa!



Sauna-lehden joulun alla ilmestynvä numero 4/2012 on Seuramme 75-vuotisjuhlanumero. Nyt voit lähettää Juhlanumerossa henkilökohtaisen tervehdyksesi juhlivalle Seurallemme ja omille saunakavereillesi. Valittavanasi on iso tervehdys hintaan 250,- tai pieni tervehdys hintaan 150,-

{ Isoon ilmoitukseen mahtuu
tekstiä suunnilleen tämän verran }

Valelen makoisat juhlaölölyt nelossaunan laudeparlamentille eli parhaille saunakavereilleni. Viisastun jatkuvasti seurassanne.

Tapaamiin viimeistään Joulusaunassa!
Kalle Kylpijä, uskollinen jäsen vuodesta 1990.

{ Pienen ilmoitukseen mahtuu tekstiä
tämän verran tai vähän enemmän }

Makeita Juhlaölölyjä ja kuumat
75-vuotisonnittelut Saunaseuralle!
Toivoo Sasu Saunoja

Varaa tervehdyksesi ja kirjoita tekstisi mieluiten heti, kuitenkin viimeistään 22.11.2012 mennessä, sähköpostitse aurinia@kolumbus.fi tai puhelimitse 0400 225 855.



SUOMEN SAUNASEURA
FINSKA BASTUSÄLLSKAPET
THE FINNISH SAUNA SOCIETY



Tulikivi panostaa kiuasmarkkinoihin

Tulikiven Nuoska-kiuas nappasi kesällä yhden Fennia Prize –kilpailun palkinnoista. Fennia Prize on joka toinen vuosi järjestettävä muotoilukilpailu. Se edistää innovatiivista ja vastuullista muotoilua, jolla on myös taloudellista merkitystä. Nuoska-kiuasta kiitettiin sekä muotoilusta että elektromekaanisista ratkaisuista.

Mattavalkoinen Nuoska sai Habitaressa rinnalleen mattamustan version.

Nuoska-kiukaan suunnittelussa on korostettu kylpylämäistä saunomiskokemusta ja yksityiskohtiin kuten kiuaskiviin on panostettu.

Kiukaan säätötekniikka säästää sekä energiaa että itse kiuasta.

Tulikivi esitteli Habitaressa kuusi eri kiuasmallia. Korviin kantautui, että Tulikivi aikoo nostaa omaa markkinaosuuttaan maamme kiuasmarkkinoiden kärkikastiin.

Koulutusta saunaterapiaan

Saunaterapian koulutus on koulutuskokonaisuus suomalaisen kansanperinteen alalla. Tarkoituksena on lisätä perinteistä saunan käyttöä niin itsehoitona kuin terapianakin. Koulutuksesta voi saada kokonaan uuden ammatin tai lisätä eri terapioiden yhteiskäyttöä.

Saunaterapian ytimessä ei ole vain se suomalainen sauna, vaan miten hoidamme siellä terveyttämme perinteisesti.

Saunaterapian koulutusta antavat Mervi Hongisto ja Merja Pihlajamäki. Seuraavat koulutukset ovat:

23–24.11.2012: Vesihoitojen II, Turku

11–12.1.2013: Kuppauksen II, Turku

22–23.3.2013: Hemmotteluhoidot, Turku

7–9.6.2013: Ravitsemus, erikoistuminen ja suvijuhat, Turku

Ivalo: maaliskuu ja heinäkuu 2013 ja kesäkuu 2014

Ivalon koulutus toteutetaan viikon jaksoina ja tarkemmat päiväykset löydät lähiaikoina www.saunaterapia.com sivuilta.

Hongisto ja Pihlajamäki ovat myös julkaisseet kirjan Saunan salaisuus, jota voi tilata 35 euron hintaan.

Iloa arkeen, terveyttä saunasta!

Jos asia jäi mieleesi, ota rohkeasti yhteyttä:

Mervi Hongisto 050-5885013 ja Merja Pihlajamäki 040-7298243



A close-up photograph of several bright yellow chanterelle mushrooms growing in a forest floor covered with moss and small green plants. The mushrooms have a distinct wavy, ruffled edge and a gill-like pattern on their caps. The background is a dense carpet of green moss and small, low-growing vegetation.

**Kokouksessa käsitellään sääntöjen
syyskokoukselle määräämät asiat:**

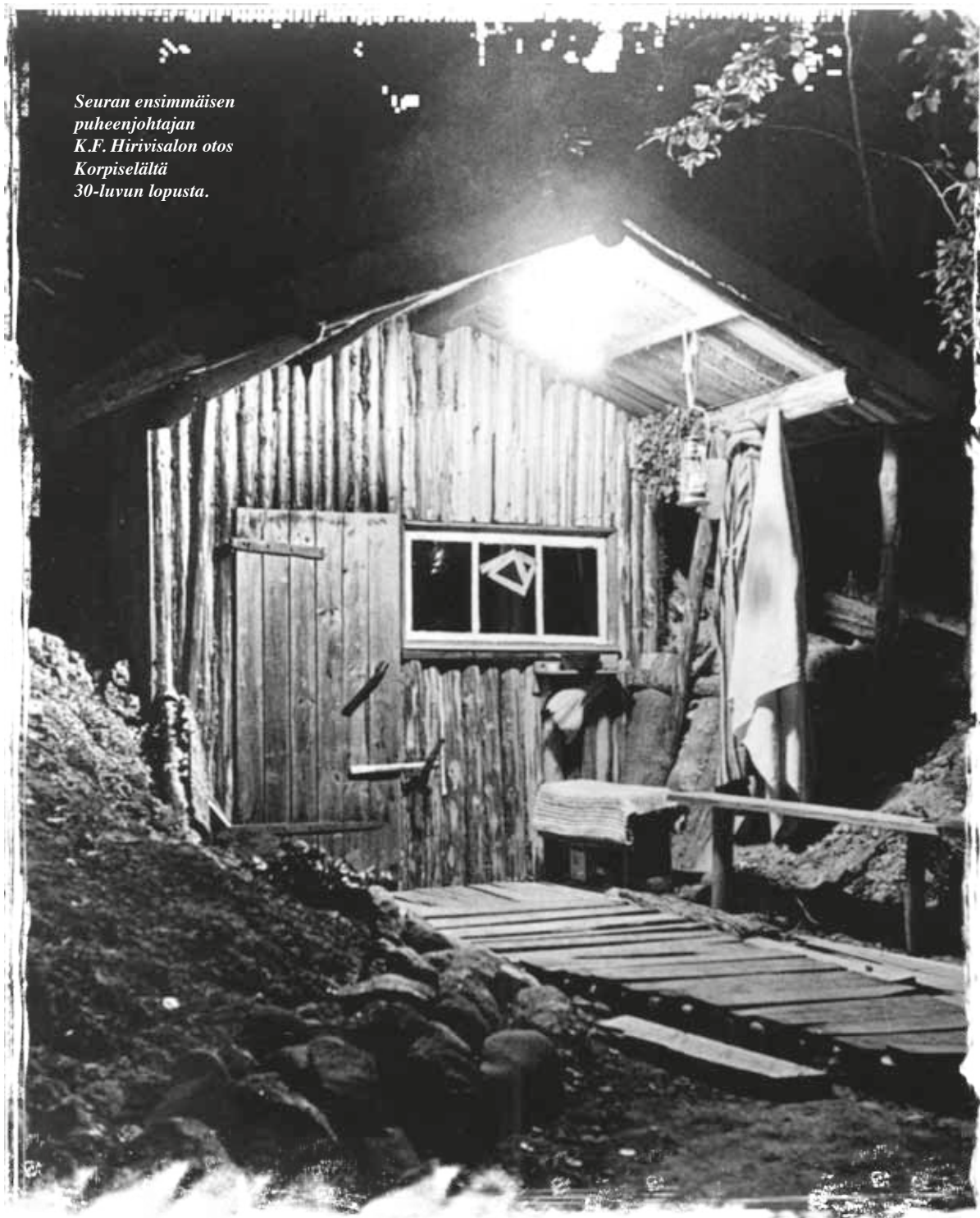
- Tervetuloa vaikuttamaan**
Suomen Saunaseura Ry



Hankasuontie 5, 00390 Helsinki
09 6150 0315, 040 5050 895
fax 615 00317

TECHNOHULL

*Seuran ensimmäisen
puheenjohtajan
K.F. Hirvisalon otos
Korpiselältä
30-luvun lopusta.*



Inspiroidu Saunaseuran historiasta

Saunaseuran 75-vuotisjuhlan suurprojekti,
Saunaseuran historia on pian valmis ja se jaetaan jokaiselle
seuran jäsenelle. Kirjoittaja Tuomo Särkikoski sanoo ”inspiroituneensa”
sauna-asiasta monesti ja perin pohjinkin. Nyt on lukijoiden vuoro.

– Urakka oli isompi kuin odotin, mutta enimmäkseen hyvässä mielessä: sauna historian aiheena on loistava, Tuomo Särkikoski sanoo kahden vuoden työrupeaman ollessa lopussa.

Markkinointinimeltään ”Kiukaan kutsu ja löylyn lumo – suomalaisen saunomisen vuosikymmeniä” -kirjan kustantaa Gummerus ja se tulee myyntiin myös kirjakauppoihin.

– En ole kirjoittanut perinteistä saunakirjaa, vaan historiallisen tutkimuksen saunan merkityksestä eri aikoina. Kirja ei ole suoraan Saunaseuran historiakaan, sillä sauna-aatteen herättely viedään siinä aina 1900-luvun alkuun ja hie-
man sitäkin pidemmälle. Yhdeksi rajapyykiksi asettuvat Tukholman olympialaiset vuonna 1912. Suomea alettiin siellä nostaa kansakuntana maailmankartalle. Itsenäistymisen jälkeen alettiin myös saunaa sovitella maailman muiden kylpymuotojen rinnalle. Kirjassa selvitetään sitä ympäristöä, mihin Saunaseura perustettiin.

– Historiateoksessa peilataan Saunaseuran toimintaa yhteiskunnan tapahtumiin ja kehitykseen kautta vuosikymmenten. Tällaista saunan sosiohistoriaa ei ole mielestäni juurikaan meillä kirjoitettu, Tuomo Särkikoski toteaa.

SEKALAISTA JA IKIVANHAA

Tuomo Särkikosken mukaan tällaista historiaa ei olisi syntynyt ilman Saunaseuran arkistoa – joka ”ei onneksi ollut liian järjestyksessä”.



Suomen Arkkitehtiiliitto SAFA:n edustuskuva R.V. Luukkosen savusaunasta vuodelta 1939. Arkkitehtien saunanäkemyksellä on aina ollut seuran toiminnassa iso osa.



Saunaseuran ensimmäinen oma sauna valmistui Humallahteen vuonna 1937 seuran täyttäessä kymmenen vuotta. Humallahden saunan pukuhuoneessa oli kotoinen tunnelma.



Saunaseuran 25-vuotisjuhlia vietettiin 1962. Juhlan lomassa miehet ehtivät katsoa televisiotaakin. Naiset ja miehet nauttivat yhdessä juhlaillassa.



– Seurassa vähän pahoiteltiin arkiston kuntoa, mutta historioitsijan kannalta luokittelematon arkisto on herkullinen – joskin työläs – lähtökohta!

Särkikoski sanoo löytäneensä esimerkiksi pahvilaatikoita, joiden kannessa luki ”sekalaista ikivanhaa aineistoa”. Niistä löytyi seuran menneisyyden kannalta arvokasta tietoa, kuten seuran ensimmäisen puheenjohtajan K. F. Hirvisalon tekstejä.

– Ehkä kukaan ei ole niitä hänen jälkeensä lukenutkaan, Särkikoski tuumii.

Samoin arkistosta löytyi paljon hyvää kuvamateriaalia.

– Kuvilla on suuri merkitys tällaisessa esteettisessä kirjassa. Kyse

ei ole kuitenkaan vain siitä, miltä kuva näyttää, vaan enemmänkin siitä, mitä se kertoo. Esimerkiksi huomasin yhdessä Museoviraston kuvassa savusaunan porstuassa sepän ahjon. Se antoi sille saunarakennukselle käyttötarkoituksen, Särkikoski kertoo.

PUHDAS, SUOMALAINEN SAUNA

– Vaikka suomalaisten saunominen on periaatteessa säilynyt hyvinkin samantyyppisenä, sitä on tarkasteltu eri aikoina erilaisista näkökulmista, Särkikoski toteaa.

– Tässä tutkimuksessa lienen ollut miltei kerettiläinen kysyessäni, onko saunaan liitetty jopa ideologi-

sia pyrkimyksiä. Vahva oletukseni esimerkiksi oli, että Saunaseuran edeltäjän, Suomalaisen Saunan Ystävät ry:n perustamiseen 75 vuotta sitten olisi vaikuttanut myös ajan aatteellinen ilmasto, heimohenki, saksalaissuuntaus ja jopa ryssäviha. Helposti tulee mieleen, että sauna piti erottaa nimenomaan venäläisestä banjasta. Olin tässä kyllä oikeasakin, sillä puolet Saunan Ystävien perustajista kuului Inkerin Liittoon ja saksalaisten saunakiinnostukselle sotavuosina pystyin osoittamaan ideologisen perusteen.

– Mutta lopulta ei löytynyt yksiselitteisiä dokumentteja siitä, että Suomalaisen Saunan Ystävät – sen seuraajista puhumattakaan – olisi kytkenyt saunaan ideologisten tavoitteiden ajamiseen. Tältäkin osin voidaan sanoa, että suomalainen sauna ja saunakulttuuri on onnistuttu pitämään puhtaina.

KIINNOSTU JA YMMÄRRÄ

Tuomo Särkikoski on energiatekniikan diplomi-insinööri ja taloussosiologi, joka on vuosien tarkastetussa väitöskirjassaan tarkastellut ydinvoiman tuloa Suomeen. Monipuolista tieteellistä otetta ja näkemystä siis riittää, mutta saunahistoriaankin hän sanoo soveltaneensa erään yhdysvaltalaisen sosiologin neuvoa: kirjoita niin, että äitisiikin ymmärtää.

– Asioilla on usein monta tulkintaa ja ne voidaan ilmaista monella tavoin. Aivan väärin ei saisi kirjoittaa mistään, jos mieltä pysyy uskottavana.

Toiseksi Särkikoski pyrkii pitämään mielessään, miten hän itse tarttuu uuteen kirjaan.

– Kirjan pitää ottaa imuunsa riippumatta siitä, mistä kohtaa sen avaa. Pyrin itse siihen, että tekstini kulkee ja herättää mielenkiinnon – ja pysyy sellaisena viimeiselle sivulle. Saunaseuran historiassa tämä tietysti on ollut aika haasteellista, sillä 75 vuoden aikana saunan lauteille on noustu ja niiltä laskeutunut erinäisiä kertoja, Särkikoski nauraa.

*Vaskiniemen
tutkimussauna
1960-luvulta.*

SIVISTETTY SAUNA

Tuomo Särkikoski sanoo saunan olevan suomalaisille itsestäänselvyys, mutta sosiaalishistoriallisessa kehyksessä siitä paljastuu uusia puolia.

– Saunan todellinen merkitys meille paljastuisi ehkä vasta silloin, jos se meiltä kiellettäisiin. Tämä ei ole aivan hypoteettinen ajatus, sillä saunaksi luokiteltavan kylvyn käyttöä on aikojen kuluessa muualla ohjailtu kovastikin, ellei peräti kielletty. Meillä ei monikaan ole lähtenyt syyttämään autuasta saunaa tautien tai siveettömyyden levittämistä.

– Toki Suomen Saunaseurakin on 75 vuotenaan varoitellut aika ajoin myös erinäisten saunakulttuurien siveettömyyksistä, mutta sen suuren lähetystehtävän voi määritellä suomalaisen saunan säilyttämiseksi ja sivistämiseksi. Kun savusaunat alkoivat rappeutua maalla ja kaupungeissa ammeet korvasivat saunan, tietty kaupunkilainen sivistyneistö halusi edistää meillä saunan käyttöä ja sen kehittämistä.

– Saunaa on ajateltu aina suomalaisuuden symbolina. Saunaseuran kohdalla asian voi nähdä toisinkin päin: nykyaikaiselle suomalaiselle saunalle luotiin oma identiteetti. Suomalaisuudesta tehtiin saunan määre, Särkikoski muotoilee.

Niin tai näin, Saunaseuran historia on pian jäsenten ja muiden aiheesta kiinnostuneiden luettavissa.

– Toivon, että Saunaseuran jäsenet löytävät kirjasta uutta tietoa seurastaan ja ehkä kaikkikin suomalaiset saunastaan. Saunomistaan tietysti voi ihan hyvin jatkaa mitään historiasta tietämättä, mutta toivottavasti niitäkin löytyy, joille löylyt maistuvat historian jälkeen vieläkin paremmilta. ○



Saunakömmänä



Saunaseura on nimensä mukaisesti saunan ja seuran antoisa yhdistelmä.



Saunatalon hierojat: Rentouttava puoli tusinaa

Saunatalolla toimii
itsellisinä yrittäjinä
kuusi hierojaa.
Kaksitoista kättä ei
voi olla väärässä:
kannattaa tulla
hierojalle mieluummin
heti kuin myöhemmin.

Jumittaako niska vai ovatko selän lihakset tiukkana? Onko muuten vaan tiukka olo, jolle kunnon rentoutus tekisi hyvää? Hieronnasta voisi olla apua.

Hieronta on taatusti hyväksi koettu keino, sillä sen sanotaan olevan yksi kaikkien aikojen vanhimmista parantamismenetelmistä. Vaistonvaraisesti painamme tai sivelemme kipeää paikkaa, kun siihen on sattunut tai muuten äkillinen kipu yllättää. Vanhimmat merkinnät hieronnasta ovat ehkä kiinalaisten Kong-Fun-kirjoissa, joiden oletetaan olevan peräisin vuodelta 2700 eKr. Hierontaa esiintyy myös kreikkalaisissa tarustoissa.

Sieltä on ajallisesti pitkä matka Vaskiniemeen, mutta hieronnan tavoite on edelleen sama: kudosten aineenvaihdunnan vilkastuttaminen ja kehon jännitystilojen laukaiseminen.

SÄÄNNÖLLISYYS KANNATTAA

Saunaseuran jäsenten ei tarvitse etsiä hyviä hierojia kaukaa, sillä heidän palvelunsa on tarjolla omalla saunatalolla.

Heitä on kaikkiaan kuusi: Seppo Hyökki, Tuomas Kaario, Heidi Laine, Tuomas Laitinen, Päivi Laurila ja Pertti Pussinen. Kaikki toimivat itsellisinä palveluntuottajina yrittäjähengen. He vuorottelevat saunatalolla tarpeen mukaan, kiireisimpinä päivinä paikalla on useampi.



”Säännöllisestä hieronnasta saa parhaan hyödyn, mutta erityisesti hierontaan kannattaa tulla toistuvien lihaskipujen vuoksi.”

He antavat yhden yhteisen neuvon: hieronnasta saa parhaan hyödyn, kun käy hieronnassa säännöllisesti.

– Lihaksisto tarvitsee huoltoa viikoittain, mutta erityisesti hierontaan kannattaa tulla silloin, kun on toistuvia lihaskipuja samalla alueella usean viikon ajan. Hierontaa kannattaa kokeilla, jos on esimerkiksi niska- tai hartiakipuja, selkäkipuja, päänsärkyä, lihaskrampeja, puutumista käsissä tai väsymistä jaloissa. Hieronta lievittää stressiä ja auttaa rentoutumaan. Hieronta yhdessä saunomisen kanssa parantaa unen laatua, Pertti Pussinen sanoo.

– Tietysti parempi olisi tulla hierojalle ennen kuin paikat alkavat kipeytyä. Jos lihakset ovat jo kipeytyneet, täytyy hierontaa jatkaa kunnes saavutetaan hyvä hoitotulos, Seppo Hyökki lisää.

Tuomas Kaario muistuttaa, että hieronta auttaa todella moneen muuhunkin vaivaan kuin vain lihaksiin.

– Hierojan erityisosaamisesta riippuen esimerkiksi nivellukkoja voi avata manipulaatiolla, Kaario sanoo.

Hän antaa myös pienen käytännön vinkin:

– Hierontapöydälle ei kannata tulla suoraan saunasta, vaan jälkihiki on hyvä jäähdyttellä pois.

ASIAKKAAT PARASTA ANTIA

Hierojat antavat täydet kiitokset Saunaseuran jäsenille asiakaskuntana.

– Parasta on, kun voi oikeasti auttaa toista ihmistä pääsemään eroon vaivoistaan, Tuomas Kaario sanoo.

– Asiakashan on tyytyväinen, kun hän saa apua hieronnastani ja tulee hierontaan uudestaan, Pertti Pussinen jatkaa.

Pussisen mukaan saunaseuralaiset ovat mukavia ja sivistyneitä asiakkaita, joiden kanssa käydyt keskustelut ovat mielenkiintoisia ja antoisia.

Vaskiniemi työpaikkana on myös erityinen.

– Merellinen miljöö jaksaa ilahduttaa vuodesta toiseen, Pertti Pussinen toteaa. ●

HELPOSTI HIEROJALLE

Ajan hierojalle voi varata kolmella eri tavalla:

- Netissä osoitteessa www.sauna.fi, vasemman laidan valikossa jäsensivuilla on painike ”Varaa hierojalle aika”. Ensimmäisellä kerralla tilaat ajanvarausjärjestelmään oman tunnuksesi, jonka saat sähköpostiisi. Nettivaraukseen annetaan sivulla selkeät ohjeet.
- Puhelimitse toimiston numerosta 010 439 5600 työpäivisin ennen klo 13 ja sen jälkeen Saunatalon kahviosta 010 439 5601
- Tiedustelemalla kahviosta vapaita aikoja saunaan tullessasi

Puolihieronta 25 minuuttia maksaa 27 euroa ja kokohieronta 50 minuuttia 44 euroa. Hieronta maksetaan kahvion kassalle samalla, kun maksat jäsenkortillesi kirjautuneet sauna- ja mahdolliset kahviomaksut. Saunaseura tilittää maksun ko. hierojalle.

Omaa palvia Kainuun saunasta

Hyvä savusauna, palvaajamestarin neuvot ja oma kokeilunhalu tuottivat mureaa ja täydellisen mehukasta palvilihaa.

On kahdenlaisia savusaunoja, palaneita ja niitä jotka eivät ole vielä palaneet, evästi isäni meitä puhelimessa juuri ennen kuin tuikkasimme savusaunan kiukaan tulille.

– Jos lämmitätte liian kuumaksi, palokaasut voivat muodostaa ongelman, samoin häikä, joka on hajutonta, hän jatkoi, – Onnea matkaan, isäni päätti puhelun. Savusaunapalvaus Kainuussa voisi alkaa; kuinka tässä kävisikään?

Ennen Kainuuseen lähtöä olimme valmistautuneet savustamalla muun muassa pallogrilleillä ja kiuassavustimilla, mistä oikeastaan saimmekin kipinän palvauksen opetteluun. Samalla voisimme tutustua suomalaiseen perimäämme, mitä sauna tietenkin puhtaimmillaan edustaa. Näiden lisäksi tärkeä linkki oli kainuulaiset sukujuuret ja sitä kautta kontakti kainuulaiseen palvaajaan.

MESTARILTA NEUVOJA

Keskustellessamme palvaajamestarin kanssa hän soi meille arvokkaita vinkkejä muun muassa lämmitys- ajoista, lämpötiloista sekä häkälöylyjen heittämisestä. Saunan lämpötila

on kuulemma kohdallaan, kun sormia kärsii pitää ovenraossa ylhäällä muutaman sekunnin. Savusaunoja palaa tuon tuostakin, hän myös kertoi, joskin usein on kuulemma alkoholilla osuutta asiaan. Pysyisimme siis selvin päin – ainakin kunnes palvaus on valmis. Ensín lyhyet yöunet ja sitten saunaa lämmittämään.

Saunan lämmitessä otimme lämpiämään erilaisia lihoja, jotka olimme laittaneet suolaliemeen

Saunan lämpötila on palvauksen kannalta kohdallaan, kun sormia kärsii pitää ovenraossa ylhäällä muutaman sekunnin.

*Valmis liha
palvaus-
sukassaan.*

**Saunominen
teki hyvää
nokisen urakan
jälkeen.**



edellisenä päivänä. Kuorittua koivua runsaasti ja siitä vain tulta pesään. Lämpöjen noustessa oli hyvää aikaa kantaa hetteeltä toivottavasti tarpeetomat sammutusvedet sekä ujuttaa lihat palvaussukkaan; sian potkan kääraisimme vain sidontanaruun.

Muutaman tunnin päästä lämpömittarin näyttäessä sadan asteen kieppeille kivunneita lukemia, ripustimme lihat kattoon. Nyt olisi häkälöylyjen aika. Kiuas anoi armoa, kun piiskasin löylyä, jotta saisimme lämmöt koholle ja lihoihin hyvän pinnan. Se on kuulemma tärkeää lihan kosteuden säilyttämiseksi. Mutta armoa anoi myös löylyttäjä, jonka täytyi paeta pikaisesti ulos, jottei nahka palaisi.

Puita lisäiltiin ja savua kehiteltiin. Lämpötilaa ihmeteltiin ja palokasujen määrää arvuuteltiin. Lihojen sisälämpö kohosi tuskaisen hitaasti ja vähitellen olimmekin tyytyväisiä aiemmin tehtyyn vilintaan noin kilon paloista. Kymmenen tunnin kuluttua sisälämmöt olivat lopulta paisteissa kohdallaan ja kääraisimme ne folioon löylyjen ajaksi.

MUREAA JA MAISTUVAA

Savustajalle tekee kyllä hyvää saunominen palvauksen perään – sen verran nokista puuhaa palvaus on.

Lauteilla mietimme, että keskustelu palvaajamestarin kanssa oli kultaakin arvokkaampi. Käytännön oppeja ei voita mikään ja kaikkien palvauksesta kiinnostuneiden kannattaa kääntää vaikka kuinka monta kiveä perinnettä tuntevan osaajan löytämiseksi. Näin palvauksen taito myös siirtyy sukupolvelta toiselle; kirjoja aiheesta kun on kovin vähän saatavilla.

Vaikka saunaolot maistuikin erityisen hyvältä, vielä parempia olivat ne palvilihat. On sitä palvia ennenkin maisteltu, mutta itse tehtynä sekin maistuu paremmalta. Tämän täydellisemmin mureutunutta ja mehukasta paistia en ole aiemmin syönyt. Enkä ehkä syökään ennen kuin palvausreissu Kainuuseen uusitaan. Jäihän se saunakin palamattomien kategoriaan. ●



Palvattavaan lihaan asennettiin lämpömittari, jonka avulla seurattiin lihan kypsymistä.

Kulttuurisauna paikkaa yleisten saunojen tyhjiötä

Nene Tsuboin ja Tuomas Toivosen rohkea yritys on tuomassa vihdoin uuden julkisen saunan Helsinkiin.

Merihaan kärjen tyhjällä, aikoinaan kahvilaksi suunnitellulla tontilla tapahtuu. Tähän tulee yleinen sauna, joka aukeaa käyttöön vielä nyt kulumassa olevan Helsingin World Design Capital -vuoden aikana. Viime maaliskuussa tarjottiin hernekeittoa ja ihmeteltiin sekä iloittiin Kulttuurisaunan lupa-asoiden yllättävän nopeasta ja joustavasta läpimenosta.

Arkkitehti Tuomas Toivonen ja suunnittelija Nene Tsuboi ovat ristiretkellä elvyttämässä käytännössä maanrakoon hävinnyttä yleisen saunan perinnettä. Tarvitaan näköjään ulkomaista apua, mutta tuleehan se sentään kylpemisen suurmaasta: Nene kun on japanilainen.

Japanilaisena Nene on sisäistänyt kylpykulttuurin jo lapsena. Hän sanoo menevänsä Japanissa kylpylään eli sentoon ja tulevansa sieltä pois puhdistautuneena ja virkistyneenä sekä ruumiillisesti että henkisesti. Yleinen sauna on Nenen mukaan mielenkiintoinen paikka kuunnella ihmisten tarinoita ja saada kontakteja jopa ilman kielitaitoa. Tosin Nenen suomenkielen taito on nykyisin hyvä.

HARVINAINEN TULOKAS

Parhaina aikoina yleisiä saunoja on ollut yli 150. Tänäpäin nuot varsinaiset saunat voi laskea yhden käden sormilla ja silti jää sormia käyttämättä. Tätä yleisten saunojen tuhoa on yritetty selvittää ja korjata tilannetta usean tahon voimin, mutta yhtään uutta saunaa Helsingissä ei ole avattu pitkään aikoihin.

Sensijaan saunojen sulkemiset olivat varsin yleisiä ja jotkut sulkemiset aiheuttivat jopa mielenilmaisuja, kuten vaikka Pietarinkadun saunan sulkeminen. Asiasta

ovat Saunaseurankin jäsenet aikanaan aktiivisesti kirjoittaneet. Arkistosta kannattaa kaivaa vaikkapa Helamaan ja Jetsosen kynien tuotteet.

Rakenteilla on siis yleinen sauna, jossa on kertalämmitteinen iso kiuas ja mahdollisimman pieni hiilijalanjälki. Sauna sopii hyvin itse pyöritettäväksi pienellä henkilökunnalla. Tarkoitus on, että Nene ja Tuomas tulevat hoitamaan saunaa ainakin alkuun itse. Lähialueilla asuu runsaasti väkeä ja tuntien Kotiharjun saunan suosion, on uskottava saunan menestykseen.

Rahoitusriskin Nene ja Tuomo ottavat itse eli oma asunto on pantattu samoin arkkitehtitoimisto. Vuokrasopimus kaupungin kanssa on tehty 30 vuodeksi. Sauna tulee olemaan avoinna ympäri vuoden ja uimaan pääsee vieressä olevaan mereen kesät talvet.

Saunan yhteydessä tulee olemaan kahvio sekä vuokrattavaa tilaa ja pieni oma toimisto.

Kiuas tulee olemaan iso ja paikalla muurattu vanhan muurarimestarin oppien mukaan, kiviä kaikkineen vajaa kaksi tonnia. Sama kiuas antaa löylyn miesten ja naisten puolelle kuten esimerkiksi Rajaportin saunassa Tampereella. Kiuas lämpiää erikoisella pellettipolttimella, jonka pitäisi pystyä hyvin pitämään saunat lämpimänä koko aukioloajan.

Hukkalämpö otetaan tarkkaan talteen ja sillä lämmitetään vesi. Katolle asennettavat aurinkopanelit tuottavat ainakin osan tarvittavasta sähköstä.

Kaikessa suunnittelussa ovat mukana alan suomalaiset huiput. Toivottavasti löylykin tulee olemaan suomalaista huippua.

Rakentaminen etenee mukavasti hieman aikataulusta jäljessä, ensi löylyt varmaan heitetään myöhemmin loppuvuodesta.

NIMI ALVAR AALLOLTA

Sauna on nimetty Kulttuurisaunaksi ei pelkästään siksi, että se valmistuu kulttuuripääkaupungin kunniaksi 2012. Arkkitehti Alvar Aalto suunnitteli Jyväskylän Harjulle 1925 kulttuurisaunaa, mutta ei saanut rakennuslupaa. Ei ollut Alvar silloin vielä tunnettu. Joka tapauksessa hän kirjoitti melko reippaan kommentin Keski-suomalainen -lehteen ja tuo artikkeli oli eräs Nene Tsuboin innoittajista.

Nene, Tuomas ja saunahanke ovat saaneet poikkeuksellisen runsasta medianäkyvyyttä eikä syyttä. Onhan hanke rohkea. Jos konsepti onnistuu suunnitellusti, siitä saattaa tulla vientituote, sillä energiatehokkuus on tulevaisuudessa saunoissakin oleellinen asia ja on mukana muun muassa uusissa EU-standardeissa. ●



Julkisivu nousee, kahvilaterassin keskelle jäävä koivu voi edelleen hyvin.

Kulttuurisaunan pienoismalli



Yltiösaunominen on vaarallista

Saunan
ylin lämpötila:

105 astetta
olkapään
korkeudella

Pikkupoikana istuin usein Kymijoen varrella olevan Stockforsin puuhiomon työläissaunassa ja tietysti ylimmällä lauteella miesten kera.

Saunassa oli viisi laudetasoa ja kullekin sopi 6–7 ihmistä. Löylyä saatiin halkaisijaltaan noin kolmemetrisestä ja noin neljä metriä korkeasta pönttökiukaasta, jossa kivien sijasta oli puuhiomon liipissä käytettyjä rautakuulia, jotka olivat melkein punaherkussa. Saunan avauduttua ylälauteella oli joka kerta löylykilpailu, jossa omatkin korvani kärventyivät, mutta sisu pakotti olemaan lauteilla vähintään yhtä kauan kuin ”vanhat äijätkin”. Sainkin kovan löylymiehen maineen jo alle kouluikäisenä.

Tuossa saunassa oli lämpötila alkuvaiheessa tuollaiset 105–110 astetta ylälauteella. Kovaksi löylyn teki se runsas kosteus, jota tuo iso kertalämmiteinen kiuas jaksoi tuottaa löylyä heitettäessä viiden litran vetoisella löylyastialla tiheään.

Monissa muissakin paikoissa kilpailtiin saunan kuumuudessa ja löylyn heitossa. Muistan myös vaikkapa Kumpulän maa-uimalan ensimmäisen sähkösaunan, jossa oli myös tuollaiset 110 astetta kuivaa lämpöä ja tarkoitus oli, että löylyä ei heitetä. Muutaman kerran poikaset keräsivät ämpärillisen vettä ja se pauskattiin kiukaalle. Usein heittäjä tukijoukkoineen juoksi ovesta karkuun. Hetken aikaa selkää ja korvia poltti ja hengitys oli todella hankalaa ja silloin tällöin sauna tyhjenikin nopeasti, kun vesihöyry alkoi polttaa liikaa. Joskus iholle jäi jopa rakon tapaisia jälkiä tuosta ”urheilusta”.

KILPAILLEN JOPA RITARIKSI

Uskon, että me kaikki olemme olleet mukana jonkinlaisissa löylykilpailuissa, ainakin miehet. Kuuluuhan saunan kuumuuden ja löylyn kestäminen suomalaisen machoiluun edelleenkin, vaikka muun muassa erilaiset saunaseurat ovat yrittäneet puhua järkeä



varsinkin Heinolan tapahtumien jälkeen.

Kilpailuja järjestetään edelleen sekä Suomessa että muun muassa etelänaapurissamme, Saksassa, Itävallassa, Venäjällä ja Ukrainassa.

Saksaan on syntynyt jopa ritarikunta Saunaritter vuonna 2008. Ritarikunnan jäsenet saavat erivärisiä voittoja judon tapaan riippuen siitä, kuinka kauan he ovat kenneet istumaan 110-asteisessa kilpailusaunassa. Musta vyöhön tarvitaan kolmen saunakerran yhteistuloksena 24 minuuttia, ruskeaan vähintään 22. Löylyä heitetään litra/30 s.

Ritareiden edustajia on näkynyt siellä täällä kilpailuissa mukana muun muassa Saimaan Saunaseuran löylykilpailuissa ja muutamalla suomalaisellakin on korkeimman luokan voitto.

Eräs kummallisimmista löylykilpailuista löytyy Eestistä, missä saunotaan, juodaan viinaa ja juostaan saunan ympäri niin kauan kuin jalat kantavat. Joka on viimeksi pystyssä on voittaja! Kaataako kilpailijan saunominen vai viina?

YLTIOŠAUNOMINEN HENGENVAAARALLISTA

Mutta onko tuollainen extreme-touhu todella vaarallista?

Muun muassa Heinolan tapaus osoittaa, että ylitiösaunominen vaikkapa tuollaisen kilpailun muodossa on vaarallista jopa hengenvaarallista - varsinkin jos kilpailuolosuhteita ei oikein tunneta eikä hallita.

Mikä on sitten ylitiökuuma sauna?

Kansainvälinen Saunaliitto on 1999 sopinut saunaa määritellessään ylimmäksi lämpötilaksi 105 celsiusastetta mitattuna lauteilla istuvan ihmisen olkapään korkeudelta.

Muun muassa Saunaseuran savusaunassa ja monessa muussakin vastaavassa lämpötilat saattavat olla alkuun runsaasti yli 130 astetta eli reippaasti yli tämän suosituksen. Kuuleepa silloin tällöin jopa 150 asteen alkulämpötiloista, tosin testaamattomilla mittareilla.

Kirjallisuudesta löytyy jopa korealainen kiviseinäinen "sauna", joka lämpenee koksen valmistuksen »

sivutuotteena. Siellä lämpötila on yli 160 astetta, tosin kävijät suojautuvat paksulla säkkikankaalla kokonaan. Kosteus täällä on käytännössä nolla.

Saunassa pitää olla lämpöä niin paljon, että hikoilu alkaa. Hikoilun alkamisessa ja runsaudessa on runsaasti eroja ihmisten kesken ja se pitäisi huomioida saunottaessa.

Hien haihtuminen aiheuttaa lämpöhäviön, joka viilentää ihoa. Haihtuminen ja samalla tämä jäähdyttämiseffekti loppuu, kun vesihöyryn osapaine ihon pinnalla on yhtä suuri kuin vesihöyryn osapaine saunailmassa.

Kun kosteus kasvaa tuon nollarajan yli, vesihöyry alkaa tiivistyä muun muassa iholle ja hengityselimiin lisäten lämmön tunteesta. Tiivistymisessä vapautuu runsaasti lämpöä.

KOSTEUS POISTAA HAPPEA

Heitettäessä lisää löylyä eli lisättäessä kosteutta saunan ilmassa tuo lämmön/kuumuuden tunne kasvaa lopulta polttavan kuumaksi ja saattaa aiheuttaa palovammoja sekä iholle että keuhkoissa ellei saunasta poistuta ajoissa.

Oheisessa kaaviossa on merkitty tuo haihtumisen nollaraja.

Kaavioon on merkitty myös mm. Saunaseuralla tehtyjen kokeiden perusteella laadittu suositus saunan olosuhteiksi.

Löylyn heitto eli kosteuden lisäys vaikuttaa myös saunailman koostumukseen, kuten muun muassa professori Niilo Teeri jo kauan sitten tutkimuksissaan totesi ja esitelmöi muun muassa Kansainvälisessä Saunakongressissa Helsingissä 1974.

Ilmassa olevan hapen määrä riippuu kosteudesta ja lämpötilasta oheisen diagrammin mukaisesti. Hapen määrä vähenee, kun lämpötila ja kosteus kasvavat.

Kuumassa ja kosteassa saunassa ollaan helposti alueella, jossa hapen määrä on vain noin puolet normaalista ja kylpijän tajunta saattaa hämärtyä.

Tätä yllämainittua efektiä täydentää vielä se, että vesihöyryn ominaispaino korkeissa lämpötiloissa on pienempi kuin ilman. Mikäli ilmanvaihto ei sekoita saunan ilmaa, voi hapen puute hengitysalueella saavuttaa vaarallisen tason.

SAUNOMISEN PITÄÄ OLLA MIELLYTTÄVÄÄ

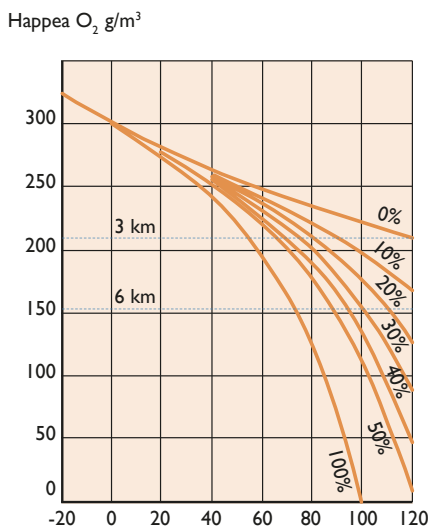
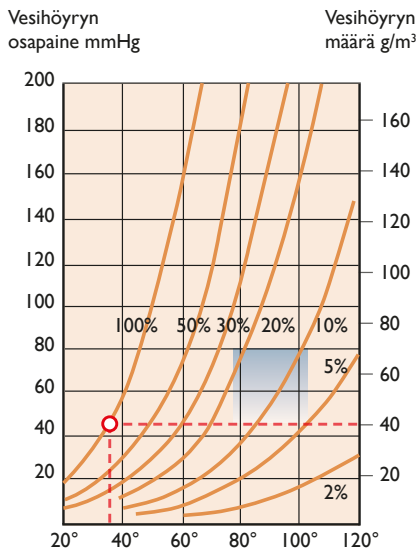
Sauna on terveyden tyssija ja sieltä pitää poistua rentoutuneena. Kullekin kylpijälle pitää löytyä sellaiset kylpyolosuhteet, että saunominen on miellyttävää koko ajan.

Tämä on pidettävä mielessä varsinkin, kun saunotamme ulkomaisia vieraita. Tärkein toteamus on, että löylyhuoneen ovi aukeaa ulospäin milloin tahansa ja poistuminen ei ole (suuri) häpeä, vaikka presidentti Kekkonen ehkä joskus vieraitansa piti lauteilla pidempään kuin saunojat itse olisivat halunneet. Mutta silloin olikin kyseessä Suomen asia!

Jos kilpailla halutaan, on huolehdittava olosuhteista niin, että ei vaaranneta kilpailijoiden terveyttä. ○

Kaaviossa on merkitty punaisella iholta haihtumisen 0-raja olettaen ihon lämpötilaksi 37 C.

Saunaseuran suositusalue suomalaisen saunan olosuhteiksi on merkitty oheiseen diagrammiin sinisellä neliöllä.



Diagrammiin on piirretty hapen määrän (g/m³) riippuvuus lämpötilasta ja suhteellisesta kosteudesta.

Saunassa 110 asteen lämpötilassa ja 20 % suhteellisen kosteuden arvolla happipitoisuus noin puolet normaalista.



Teksti Lisa Mäkelä

Kuvat Esko Mäkelä ja Suomen Asuntomessut

Saunamaailmoja Saimaan rannoilla

Menneen kesän Loma-asuntomessuilla Lappeenrannassa kuului jo vakiintuneenkin tavan mukaan jokaiseen asuntoon oma sauna. Kaikkiaan siis 16 tunnelmaltaan erilaista saunaa erilaisin laudemuotoiluin, seinäpinnoin ja kiukain.

Kymmenen hehtaarin soraharjumaisten messualueen keskivaiheille oli rakennettu kaksi erillistä saunaa, korsusauna, Salpalinjan tuntumassa kun oltiin, sekä kivisauna kotimaisista harjukivistä. Peruskorjauskohteena oli 1940-luvulla rakennettu rantasauna, ja oheiskohteena vesillä kelluva paritalo Joutsenon Helmi kaksine saunoineen.

Rannalla oli varsinainen Saunamaailma, tässä muodossaan ensimmäistä kertaa Loma-asuntomessujen historiassa. Rantaratina varrelle oli vierä vieren sijoitettu 16 eri valmistajien näytteille ja myyntiin tuomaa saunaa. Varsinaiselta messualueelta löytyi siis 37 saunaa. Maksaneita messukävijöitä oli runsaat 30 300. »

Korsusauna oli rakennettu rinteeseen aitojen 1940-luvun piirustusten mukaisesti ja peitetty maamassalla. Pidemmän käyttöön saavuttamiseksi sisustan hirsien tukena oli betoniharkkoseinät ja katto oli tehty betonista holvikaarielementeistä (Holvisaunat Oy). Sauna on lämmityskelpoinen. Se jää paikoilleen kaupungin etsimän yrittäjän vuokrattavaksi. Tämä sopii hyvin yhteen kaupungin käynnistämään Salpalinjan, viralliselta nimeltään Suomen Salpa, kunnostus- ja esittelyhankkeeseen.



Villa Graniitin saunassa oli kankaiset riippulauteet kuin rantatuolit (www.Tuntu.fi). Kiukaan suojaseinä oli kivilaattaa, jossa näkyi aitoja fossiileja. Muuallakin talo esitteli runsaasti Ylämaan Graniitti Oy:n luonnonkiven käyttötapoja lattioina, seinissä, tasoina sekä puutarhassa portaina sekä muuri-, reuna- ja käytäväkivinä.



Lappeenrannassakin ovat Teknillisen Yliopiston (LUT) teekkarit tehneet kuljetettavan, pyörillä varustetun saunan eli Kärrysäunan.



Messujen oheiskohteena oli vesillä kelluva paritalo Joutsenon Helmi kaksine saunoineen.



Kivinen mies istuu kivisen saunan kivisellä lauteella niin rentoutuneen ystävällisenä myhäillen, että saunan täytyy olla hyvä. – Niin se onkin, kun seinät ovat täydessä 2,20 metrin korkeudessaan ja katto paikoillaan, esitteli Pelkkakivi Oy:n tuotekehittäjä Jukka Hakkarainen. Ilmeikkään kivimiehen tekijä oli saman yhtiön Juha Pynnönen.

Kaarevien muotojen Olotilan läpinäkyvä polykarbonaattilevyistä tehty katto kaartuu molemmissa päädyissä seiniksi. Sivuseinät ovat vaneria, joten niistä näkee sisään ja ulos vain pyöreiden ikkunoiden kautta. Nimensä mukaisesti kyseessä on tila, jossa ihminen voi säiden häiritsemättä oleskella ja vapaasti katsella maata ja taivasta. Sisustuksen hankkii jokainen tarpeidensa ja mieltymystensä mukaan. Kuvassa näkyvät rottinkiset riipputuolit toimivat saunan lauteina. Niissä voi saavuttaa Olotilan tekijän, säveltäjä Ilmari Mäenpään kuvaaman leijumisen tunteen.





Puuharkkoisen Oiva-saunan rakennusaineet ovat olleet tavallista kevyempiä käsitellä. Ne ovat liimapuun jättepaloista (Versowood) sahattuja ja uritettuja harkkoja, jotka latoessa kuin legotaloa rakentaessa liitetään toisiinsa uriin sovitetuilla vaneri- tai muovisuikaleilla ja lopuksi maalataan mieluisan värisiksi. Tästä keksinnöstä Patentti- ja rekisterihallitus myönsi Suomen Asuntomessujen kehitysjohtaja evp Oiva Hildénille hyödyllisyysmallioikeuden.



Hinkan Saunat kruunasi seminaarin

Loma-asuntomessujen yhteydessä järjestettiin Suomen Saunaseuran ja Suomen Asuntomessujen yhteinen Saunaseminaari. Se oli pääosiltaan sama kuin edellisessä Lions Club Asikkalan kanssa Vääksyn Hotelli Tallukassa pidetty seminaari (Sauna-lehti 3/2011).

Nyt olivat luennoimassa Lasse Viinikka kahdella esitelmällä, Risto Elomaa ja Esko Mäkelä. Risto Elomaan esitelmän lyhennelmä edellisillä sivuilla.

Seminaari pidettiin messualueen vieressä sijaitsevassa Holiday Club Saimaassa. Siihen kuului Rauhasa aiemmin toimineiden kylpylän ja sairaalan rakennuksia sekä vuonna 2011 avattu kylpylähotelli, jossa sielläkin oli Saunamaailma seremonia-, savu-, suola-, mökki-, iglu- ja discosaunoineen.

Lappeenrannassa toimivalla Saimaan saunaseuralla on maanmainio savusaunansa Suur-Saimaan rannalla Joutsenon puolella. Samassa osoitteessa, kuutostietä erkanevan Rantatien nro 540:ssa toimii myös Lappeenrannan kaupungin ylläpitämiä saunoja eli Hinkan Saunat. Tähän saunamaailmaan meidät sai kotimatkalamme poikkeamaan elinkeinoyhtiö Wirma Lappeenranta Oy:n projekti johtaja Antti Tuomaala. Näimme huikaisevassa maisemassa viehättävän saunakeskittymän, joka henki hyvää mieltä ja saunarauhaa.

Luonnonkauniilla Hinkanlahden rannalla sijaitsevat mainitun ison savusaunan lisäksi saunayrittäjä Juha Turkian hoidossa olevat yleiset saunat sekä puulämmitteiset tilausaunat ja kahvitupa, kota ynnä muuta toimintaan liittyvää. Rentoutumiseen ja virkistykseen tähtäävän toiminnan Turkian Jussi on täysin sisäistänyt, sillä hän on omien sanojensa mukaan vakioasiakkaasta kohonnut nykyiseen asemaansa.

Silminnähdessä olostaan nauttivien vakioasiakkaiden joukkoon ovat tervetulleita myös satunnaiskävijät. Etukäteen olimmekin kuulleet kehuttavan yhtä paljon Hinkan saunoja kuin saunoja; lienevätkö iloisia sukua ja suvaitsevaisia kylvettyään hyvissä löylyissä.

Savusauna (saunamaksu Saimaan Saunaseuran jäseniltä, eläkeläisiltä ja opiskelijoilta 4€, muilta 6€) oli korkea ja komea, keskellä kookas kiuas ja ilmassa herkullinen savusaunan tuoksu. ●



Paloauto päältä, huolella rakennettu sauna sisältä.



Paloauton uusi kuuma elämä

Koska Suomesta ei löytynyt tyhjää bensa-asemaa, rakennettiin paloautoon sauna.

Omituinen juttu, mutta totta. Berliiniläinen taiteilija Dida Zenden missio on vallata rauhanomaisesti tyhjiä bensa-asemia, joita maailmassa riittää. Hän vetää lähiympäristön asukkaat mukaan yhteiseen toimintaan ”social sculpture” -henkeen ja bensa-asemat muuttuvat taidenäyttelyiksi, verstaiksi sekä muiksi asukkaiden yhteisiksi tiloiksi.

Dida Zende vieraili Suomessa Aalto-yliopiston kutsusta ja innostui maastamme. Hän halusi toteuttaa täälläkin bensa-asema -projektinsa.

– Mutta Etelä-Suomesta ei löytynyt yhtään sopivaa, tyhjää bensa-asemaa. Jotain Zende halusi kuitenkin Suomessa tehdä ja mekin Goethe-Instituutissa innostuimme

pohtimaan mahdollisuuksia, Mikko Fritze Goethe-Instituutista kertoo.

Niinpä Dida Zende osti Saksasta vanhan, mutta hyvin pidetyn paloauton. Ideana oli tuoda se Suomeen, kiertää kaikki suomalaiset WDC-kaupungit läpi ja kerätä ihmisiä yhteen.

– Kierroksen jälkeen pohdimme, mitä autolla nyt tehtäisiin, Mikko Fritze sanoo.

Paloautoa ei enää tarvittu alkuperäisessä tehtävässään, letkut ja muu varustus oli turhaa. Sekä Dida Zende että Mikko Fritze ovat innokkaita saunamiehiä. Niin päätettiin muuttaa auton sisätilat saunaksi. Innostuneita ja ammattitaitoisia tekijöitä saatiin heti mukaan. Pro Puu -yhdistys otti vastuulleen saunan suunnittelun ja rakentamisen.

Bauhaus lahjoitti tarvikkeet.

– Pro Puun puusepät rakensivat saunan rakkaudella ja ammattitaidolla professori Unto Siikasen johdolla. Sauna on sisältä todella upea ja siellä on myös hyvä saunoa. Paloauton lattia on täynnä pieniä vanhoja kiinnitysreikiä, joista tulee tasapainoisesti raikasta ilmaa saunaan. Yhdeksänkin ihmistä pystyy saunomaan mukavasti, Mikko Fritze kehuu.

Auto on nyt ajettu takaisin Saksaan. Matkalla saunaa tarjottiin Baltian maissa ja Puolassa.

– Siellä auto nyt kiertää mainostan suomalaista saunaa ja siinä sivussa myös Goethe-Instituuttia sekä Bauhausia. Samalla Dida Zende sai elämänsä parhaan tuliaisen Suomesta. ●

Kivien vaihto harkintaan ennen kiukaan ulosheittoa

Saunahullulle
kansalle tuotiin
eksoottinen
uutuus vuorelta.

Ympäristön hoitoon, kunnostukseen ja suojeluun erikoistuneen Fedeco Oy:n toimitusjohtaja Ohto Pöyhönen teki viime vuoden lopulla uuden aluevaltauksen: hän alkoi tuoda kiuaskiviä Suomeen kalifornialaiselta tulivuorelta.

Pöyhönen keksi varsin erikoisen, mutta samalla hyvin järkeenkäyvän idean: tuodaan saunahullulle kansalle eksoottisia kiviä amerikkalaiselta vuorelta noin parin kilometrin korkeudesta. Ja Saunaseuran tilastojen mukaanhan Suomesta löytyy jopa yli kolme miljoonaa saunaa...

PEHMEÄMPIÄ LÖYLYJÄ

Kivien taustalla on myös kuluttajaystävällisyys: vanhaa kiuasta ei tarvitse välttämättä heittää pihalle, vaan se voi toimia uudenveroisesti kivien vaihdolla. Samalla säästyy luonnonvaroja.

– Kiuaskivien vaihto on myös osa kesämökin kunnostusta. Kivet on tarkoitettu tavallisten kiuaskivien joukkoon. Ne tulee sijoittaa kiukaan kuumimpiin paikkoihin, sähkökiukaassa siis aivan vastusten lähelle, Pöyhönen neuvoo.

Jo muutama ilmaa kosteuttava kivi riittää löylyjen pehmentämiseen, kiuasta ei siis tarvitse täyttää niillä.

Pöyhönen asui perheineen taannoin Kaliforniassa ja löysi siellä yhteyden kiviin.

– Olin kuullut vuoresta ja kaipasin kipeästi parempia löylyjä omaan huonoon sähkösaunaani. Menimme kivenhakureissuille ja testasimme, mikä monista erilaisista kivistä oli paras, Pöyhönen kertoo.

AJATUS PERINNESAUNAAN

Löylykivet on kerätty käsin luonnosta. Kerääminen luonnonpuistosta on luvanvaraista ja maksullista. Rahat menevät luonnonpuistojen ylläpitoon.

Mount Shasta -kivet ovat peräisin samannimiseltä intiaanien pyhältä vuorelta Kaliforniasta.

– Vuoren vulkaanisia kiviä on kuumennettu ja käytetty aikojen alusta parannuskeinona. Niiden uskotaan luovuttavan hyvää tekeviä höyryjä ja positiivista energiaa. Tässä ajatus kantaa aina suomalaiseen perinnesaunaan, Pöyhönen sanoo.

Huokoisuutensa ansiosta kivet sitovat runsaasti löylyvettä ja luovuttavat kosteutta hitaasti. Tulivuorikivet sopivat sekä puu- että sähkölämmitteisiin saunoihin. **O**



Laavakivet lisätään nykyisten kivien joukkoon ja siten pienellä vaivalla nykyinen kiuas muuttuu aivan uudeksi. Maahantuojan mukaan etenkin pienet sähkökiukaat antavat ison puukiukaan kosteat löylyt lisäämällä kiukaan kuumaan kohtaan pari kiloa laavakiviä.

Saksalaiset saunovat yhä enemmän

Saksan Sauna-Bund on viemässä sauna-voimakkaasti eteenpäin.



Sauna-Bundin toimitusjohtajana on toiminut kohta 30 vuotta Rolf-Andreas Pieper.

ISS:n
jäsenet
tutuiksi

Saksalaiset lehdet uutisoivat laajasti Saksan Sauna-Bundin eli Sauna Liiton viimeisiä tietoja saunojen ja saunojamäärien noususta. Jotkut lehdet jopa mainostivat Saksan olevan pikkuhiljaa saunomisen maailmanmestari.

Joka tapauksessa ISS:n aktiivinen perustajajäsen Saksan Sauna-Bund on tehnyt erinomaista työtä saunarin-tamalla omassa maassaan ja laajemminkin.

Vuonna 2011 saunomassa kävi Saksan julkisissa saunoissa liki 32 miljoonaa maksavaa asiakasta. Vuonna 1997 vastaava luku oli 25 miljoonaa.

Julkisia saunoja Saksassa on yhteensä noin 10 000, joista 2 300 varsinaisia julkisia saunoja, 5 400 hotellien yhteydessä ja 3 800 kuntokeskuksissa olevia saunoja. Jokaisessa laitoksessa on ainakin yksi sauna, mutta joissain saunoja on jopa yli kymmenen. Suurimpien laitosten kokonaiskävijämäärät ovat satoja tuhansia kävijöitä vuodessa.

Yksityisiä saunoja saksalaiset arvioivat vuonna

2011 olevan 1,7 miljoonaa. Tämäkin luku on taas kasvussa. Saunoja rakennetaan ahkerasti, mikä näkyy myös saunatoimittajien mainoksien lisääntymisenä. Monet Euroopan suuret saunatoimittajat ovat nykyisin saksaa puhuvalta alueelta. Muutamat ovat päässeet toimittamaan Suomeenkin saunoja enenevässä määrin, esimerkiksi vaikkapa Vantaan Sokos -hotelli tai Vantaan lentoaseman kylpylä.

Useat suuret saksalaiset saunan toimittajat mainostavat tuotteitaan jollain suomalaisella liitteellä. Usein tämä on nuo kolme kirjainta FIN. Muutamat suomalaiset toimijat ovat liittyneet Sauna-Bundin jäseniksin.

YRITYKSET JÄSENINÄ

Sauna-Bund perustettiin 1947 ja rekisteröitiin 1949. Kotipaikka on Bielefeldissä. Jäseniä tällä hetkellä on parisen tuhatta ja pientä kasvua on koko ajan.

Saksan Sauna-Bundin jäsenet ovat saunayrityksiä eivätkä henkilöjäseniä kuten Suomessa. Sauna-Bund siis toimii jäsentensä edunvalvojana. Mukaan kuuluu melkoinen paketti koulutusta, saunalaitoksen hyväksymis- ja luokitusmenettelyjä, kustannustoimintaa jne.



Sauna-Bundin hallitus.

Pelkän koulutuksen liikevaihto on vuosittain satoja tuhansia euroja. Koulutettavia tulee myös naapurimaista, sillä sauna-alan koulutusta on tarjolla varsin vähän.

Sauna Matti GmbH on Sauna-Bundin erillinen yhtiö, joka on muun muassa kauppias ja kustantaja. Sauna Matti myy koulutuksen lisäksi saunaan liittyviä laadukkaita tuotteita lähinnä netin kautta. Sauna Matti toimii myös alan kirjallisuuden kustantajana ja osallistuu muun muassa saunan tietopankin www.sauna-literatur.de kokoamiseen. Sauna-Matin kustantamia alan perusteoksia on melkoisesti ja niitä on saatavana nettikaupasta kilpailukykyiseen hintaan.

Saksan Saunaliiton ja samalla myös Sauna-Matti GmbH:n toimitusjohtajana on toiminut kohta 30 vuotta Rolf-Andreas Pieper. Puheenjohtajana toimii professori Carsten Sonnenberg. Hallitukseen kuuluu edelleen muun muassa professori Eberhard Conradi, joka on meille suomalaisillekin hyvin tuttu sauna-asiantuntija. Ansioistaan professori Conradi sai aikoinaan jopa korkean suomalaisen kunniamerkin. Hän on myös Saunaseuran sekä Kansainvälisen Saunaliiton kunniajäsen.

Sauna-Bundin johdossa on vuosien varrella ollut ja on sauna-alan tietäjiä ja osajia. Professori Conradin lisäksi on mainittava ainakin tri Werner Fritzsche, joka tunnetaan muun muassa Sauna-Archiv- julkaisustaan. Myös Fritzsche on saanut suomalaisen korkean kunniamerkin sauna-alan saavutuksistaan.

MESSUJEN OSAKKAANA

Eräs merkittävä muoto Sauna Bundin toiminnassa on INTERBAD-messut, jotka järjestetään joka toinen vuosi Stuttgartissa. Sauna-Bund on osakkaana messuissa ja siten tärkeä järjestäjä. Lokakuussa 2012 järjestettävälle seuraaville messuille odottaa Pieper liki 600 näytteilleasettajaa ja lähemmäs 17 000 ammattilaisvierasta.

Sauna-Bund on kehittänyt saunalaitosten hyväksymismenettelyyn. Korkeimman luokituksen saanut laitos voinee pitää hieman korkeampaa hintatasoa ja siten saada katettua tuon hyväksyntäoperaation kulut. Saunalaitoksen seinään tulee luonnollisesti asiaa valaiseva plakaatti. INTERBAD-messuilla perinteisen Sauna-Bund illan yhteydessä jaetaan sadalle erinomaisesti testauksissa menestyneelle saunayrittäjälle plakaatti julkisesti.

Yhteistyö Sauna-Bundin ja Suomen Saunaseuran sekä Kansainvälisen Saunaliiton kanssa on ollut pitkään hedelmällistä. Toivotaan, että Sauna Bundin kasvu ja menestys jatkuu ja että yhteistyömme vain tiivistyy sekä suoraan että muun muassa Kansainvälisen Saunaliiton puitteissa. Sauna-Bundhan on ISS:n perustajajäsen ja kantava voima.

Sauna Bundilla on hyvä verkkosivusto, jota päivitetään tehokkaasti. Osoite on www.saunabund-ev.de, jossa kannattaa vierailla. ●

Löylynautintojen hinta

Saunanlämmittäjä voi tehdä todellisen lähi-ilmastoteon sytyttämällä ja lämmittämällä puukiuasta oikein.

MITEN SYTYTTÄÄ OIKEIN?

Asiasta voi jatkaa keskustelua Sauna-lehden lukijoiden palstalla. Lyhyet tekstit voi lähettää osoitteeseen sauna@taskut.fi. Toimitus pidättää itsellään oikeuden valikoida, lyhentää ja stilisoida tekstejä.

Sytsi-työkalu auttaa sytyttämään puut päältä, mikä Ekotop Oy:n mukaan vähentää pienhiukkasten päästöjä.



Kirjoittelen tätä artikkelia rantasaunallani huhtikuun loppupuolella. Takana on taas yksi testitilanne. Sää on kaunis; jälle ei ole enää oikeastaan asiaa. Kevään ensimmäiset kylvyt ja pulahtaminen jäiden sekaan ei ole kaukana. Nautintojen nautinto. Käyn tässä läpi tällaisten nautintojen hintaa.

Löin siis tulet puukiukaaseen. Sytytin päältä keksimälläni sytyttimellä, Sytsillä. Jokainen sytytys on minulle testitilanne. Seurannassa oli savukaasujen muuttuminen, kun tuli oli edennyt kuorettomasta puusta alapuolella oleviin koivuklapeihin. Todettu ensimmäisten minuuttien aikana selkeä muutos lähes värittömästä väri-lystä tummanharmaaseen savuun. Tämä muutos ei ole mikään ihme, kun puun kuoriosassa, tuohessa, on yli 70 prosenttia hiiltä. Ei pala puhtaasti, ei. Pienhiukkasia pukkaa tuutin täydeltä.

Hyvää tässä on se, ettei täällä ole nyt muita hengittämässä näitä hiukkasia keuhkoihinsa. Kuukauden päästä koillistuulella ne menevät kaikki suoraan naapurimökille ja muilla tuulilla oman mökin kuistille. Tontilla on korkeuseroa niin, että rantasaunan savupiippu on alempana kuin mökin kuisti.

VASTUULLISEEN LÄMMITTÄMISEEN

Lukija varmaan huomaa, ettei tässä ole kysymys globaalista lämpenemisestä tai hiilidioksidipäästöistä, vaan konkreettista lähipäästöistä, sopankeittäjinä sinä ja minä. Viimeisimmät tutkimukset (WHO,

THL) kertovat karua kieltä pienhiukkasten terveysvaikutuksista. Suomessa noin 2000 ihmistä kuolee vuodessa näihin haittoihin. Mielestäni jokaisen puulämmittäjän pitäisi siirtyä sieltä asenteiden nuotiosavuilta vastuulliseen puulämmittämiseen. Löylynautintojen hintana kun on raskaat pienhiukkaspäästöt.

Kiukaiden ja kaminoiden tekniikka on sieltä yksinkertaisimmasta päästä. Ylipäättään pienkiinteistöjen huoneitilojen tulisijat ovat tekniikkaperusteisia päästöjentuotantolaitoksia verrattuna voimalaitoskattiloihin. Siitäpä on amatöörin hyvä ponnistaa, ja tulostakin syntyy: kolmannes Suomen kaikista päästöistä. Ja löylynheittäjän harteilla painaa suhteellisesti ottaen suurin vastuu tästä.

Tekniikka ei auta, vaikka markkinamies kuinka hehkuttaisi. Vastuu päästöistä on yksin lämmittäjällä, vaikka siellä erämökillä tai 300 neliön omakotitontilla kaupungissa. Erämökillä voi aivan hyvin puntaroida puulämmityksen globaalia vaikutusta ilmaston lämpenemiseen. Sinne se hiili(pienhiukkanen) palaa lähimetsiin. Kaupungissa pitää katsoa peiliin. Synnyttämäsi päästöt, pienhiukkaset, löytävät tiensä vaikka naapurin nenään.

HELPPO ILMASTOTEKO

Asennemuutos on tärkein. Kaikki mitä teen tässä tulisijan ääressä, vaikuttaa lähiympäristön asukkaiden terveyteen. Siinä on ihan turha hakea välinpitämättömyyteen Kiinan hiilivoimalaitosten päästöistä, Venäjän metsäpaloista tai tulivuorenpurkauksista.

Äkkiä tulee mieleen, että olisi parempi kieltää koko puulämmitys. Mutta ei. Suomalaisella on ikuinen oikeus tähän riittiin, puusaunaan, vastaan, ja mitä siihen milloinkin kuuluu. Jokainen voi kuitenkin petrata vähän. Tehdä todellinen lähi-ilmastoteko, sen ikuisen oikeuden nimissä. Eikä se ole edes vaikeaa. Kirvestä vähän, sopivan pientä, kuivaa, kuoretonta puuta ensimmäiseen kekkoon. Sytytys päältä oikealla työkalulla. Malttia puiden lisäykseen ja riittävästi happea, erityisesti jäännöshiilille. Nuo hommat kun toteuttaa, niin on tehnyt jo paljon. Ja jos vielä haluaa parantaa, niin käy ostamassa uudemman tekniikan kiukaan, markkinoiden vähäpäästöisimmän. ○

Pekka Ritvos in memoriam

Ahkerä saunoja ja toimija

Kauppalehti Option luoja ja lehteä eläkkeelle siirtymiseensä asti johtanut Pekka Ritvos on jättänyt Vaskiniemen lempeät löylyt. Pekka kuoli sairaskohtaukseen matkalla Kuhmon musiikkijuhlille ystävien keskellä 25.7.2012. Hän oli syntynyt Helsingissä 18.3.1946.

Pekka oli journalisti ja herrasmies, joka huomioi aina muut henkilöt, missä liikkui ja osallistui. Olimme ystäviä yli 30 vuotta. Se alkoi työtoveruutena Kauppalehdessä 1978. Pekka oli työskennellyt toimituspäällikkönä puolisen vuotta, kun liityin hänen ja päätoimittaja Arto Tuomisen vetämään lehden kehittämistimiin toimitussihteerinä. Pekka oli keskeinen hahmo Kauppalehdessä, jonka levikki nousi 1970-luvun lopun 28 000:sta 1980-luvun puolella 80 000 päivittäiseen lehteen.

1980-luvun alussa Kauppalehden välissä ilmestyi perjantaisin Business Weekend, joka oli viisi vuotta myöhemmin syntyneen Option edeltäjä. Yhdessä kehittämämme liite löysi ajasta ne virtaukset ja teemat, jotka muodostivat Option keskeiset ajatukset.

Pekan ystävyydessä oli ainutlaatuista se, että hän oli jokaiselle omanlaisensa ystävä. Yhteistä oli samanlainen arvostus kaikkia ystäviä kohtaan. Ketään ei nostettu tai toista sysätty.

Koska Pekka oli niin monesta asiasta kiinnostunut, myös hänen ystävät olivat hyvin erilaisia.

Pekan saunainnostus ulottui myös Suomea laajemmalle. Tässä kylvetään Kemi-Tsirkkajoen rantamilla Jyskyjärven kylässä Vienankarjalassa viime vuoden keväällä.

Pekan laaja-alaisuutta kuvaa se, että hänellä oli paljon hyviä työkavereita, klubiveljiä, gastronomiharrastajia, kalastusporukoita. Tyypillistä on myös se, että moni ystävä tunsikin Pekan usean harrastuksen kautta.

Pekka oli paitsi ahkerä saunoja myös viime vuosina innokas osallistuja vetämässäni seuran tiedotustoimikunnassa. Istuimme usein toimiston kokoushuoneessa ja pohdimme seuran lehden kehittämistä, uudistimme kotisivut ja kiilloitimme seuran ulkoista kuvaa. Tämä työ jäi tosin kesken, kun johtokunnan enemmistö päätti lakkauttaa tiedotustoimikunnan tarpeettomana vuoden vaihteessa.

"Olen saunan ovenripää kiskomassa 12.55. Ensilyölyt tauon jälkeen odottavat. Tule mukaan", tekstasin Pekalle 17.7. "Katotaan jos pääsis", hän vastasi. Tapasimme mielisäunamme Nelosen lauteilla. Saunoimme, rupattelimme ja istuimme tuvassa. Kun lähdin hierojalle, Pekka pyysi kahville Munkkaan saunan jälkeen. Harmittaa kovin vieläkin, etten juuri tuolloin ehtinyt saunakahville.

Timo Martikainen

Ossi isästään

Isäni Pekka toi minut ja veljeni Saunaseuraan ensimmäisen kerran viime vuosituhannen lopulla. Hän halusi vihkiä poikansakin osalliseksi hyväksi



havaitusta saunapaikasta.

Vaskiniemestä muodostui meille tärkeä paikka, mihin kokoonnuimme lauantaisin rentoutumaan ja vaihtamaan kuulumiset. Rituaaliin kuului tietty järjestys; alkulöylyt kakkosessa, Pekan suosikkisaunaan neloseen nautiskelemaan pidempään, väliin pullakahvit tai puolukkapore ja lopuksi vitosen pankoille hetkeksi höyryämään.

Pekka arvosti suuresti Vaskiniemen henkilö-kuntaa ja kannatti seuran aatetta saunakulttuurin edistämisestä. Hän usein toivoi lisää nuoria jäseniä ja helpotusta opiskelijoiden liittymismaksuihin.

Pekka kuului sukupolveen joka kävi lapsena oman isänsä kanssa viikottain Helsingin yleisissä saunoissa. Tätä perinnettä hän halusi vaalia.

Ossi Ritvos

SUSTAINABLE

use of Earth's natural resources

As the global leader in minerals and metals processing technology, Outotec has developed over decades several breakthrough technologies. The company also offers innovative solutions for the chemical industry, industrial water treatment and the utilization of alternative energy sources.

www.outotec.com

Outotec



Saunomisen taika ja ajaton aika

Kesän mentyä myös eräs saunomisen sesonki-aika on ohi. Tässä vaiheessa aktiivisella saunatutkijalla pitäisi olla kosolti raportoitavaa; mielipiteitä ja näkemyksiä asunomessujen uusista saunoista, kesäloman viettäjiä kokemuksista nostalgisissa rantasaunoissa ja turistien saunottamisesta suomalaisuuden pariin.

Mutta tänä vuonna saunatutkijan maailmankuva on räppänästä avautuvan maiseman mittainen. Hän on pitänyt tiukkaa mediapaastoa ja on onnellisen tietämätön uutisista ja uutuuksista. Tutkijan katse on muutenkin menneisyudessa ja hänen saunautisensa on se, että mitään uutista ei ole.

Saunan syvin olemus on hyvin muuttumaton. Saunan kello käy syntymän ja kuoleman väliä. Välillä verkkaan ja välillä taas tihentymissä elämänmuutosten keskellä. Saunan aika on vastakohtien välillä olemista. Synnyttään, kuollaan, aikuistutaan, vanhetaan, tutustutaan, loitonnetaan omaan rauhaan, arjesta pyhään, kesästä talveen nousta puisten seinien suojaan ja kyyhötetään omana itsenä.

Saunautisen nostaessa päätään saunatutkijan tietoisuudessa hän haluaa yhä himmata, kotoilla, söpistellä ja heittää pari kuupallista kiukaalle ja tihrustaa maailmankuvansa räppänälliseen horisonttiin. Onko sitten-

kin kyse keisarin uusista vaatteista, jos seinät kaakeloidaan, lauteet pyöristetään, kiuas muotoillaan uudestaan? Näinhän se on perimmäisten kysymysten äärellä, muoto ei petä sisältöä. Sauna pysyy saunana vaikka se muotoiltaisiin uudestaan ja näitä innovaatioita maailmaansa lomalla söpistelevä tutkijakin innolla odottaa. Sauna voi olla retro, design, hot tai cool, oman maun mukaan. Jokainen voi saunoa omalla tyylillään aamulla, illalla viikon seitsemänä päivänä tai jonakin niistä, yksin, seurassa, rannalla tai kellarissa...

Vaikka sauna olisikin saanut uutta muotoilua ja se hyödyntäisi uutta teknologiaa, on saunominen kuitenkin fysiologisesti muuttumaton. Ehkä tämän takia sauna nostattaakin kokijassaan ainutlaatuista nostalgiaa, saunojan keho on kuin kulttuurin kello, joka sulattaa menneisyyden, nykyisyyden ja mahdollisen tulevan. En puhu omalla suullani, vaan olen lukenut muistitietoaineistoa saunasta ja sen valossa saunaelämykset ovat todella sykkähtäviä.

Saunomisen muuttumaton vakaus on lohdullista. Siellä voi pysähtyä oman kehonsa, muistinsa, tunteittensa ja aistiensa kanssa aivan kuten ikaikaaisesti esivanhemmat ovat tehneet. Kokemuksena sauna on kuin hyvä taide-teos, siinä on ajatonta taikaa, se ei vaadi, se pysäyttää. Se on.

Saunomisen
syvin

olemus on
muuttumaton

LAURA PUOMIES

Kirjoittaja on väitöskirjaa valmisteleva kulttuurintutkija, jonka erityisenä mielenkiinnon kohteina ovat sauna ja mainoksien luomat menneisyysmielikuvat. Hän on tämän vuoden kolumnisti Sauna-lehdessä.

laura.puomies@gmail.com



Saunatalon laituri valmiina talveen



Kesä meni ja melkein kaksi päivää kerkisin jopa lomailla Keski-Suomessa. Tosin men- nyt kesä ei juuri lomalaisia suosinutkaan, joten ei se niin kauheasti harmita.

Vuosikausien lobbaus tuotti hedelmää, uusi riukuaita on nyt entistä ehompana kaiken kansan nähtävillä. Kaupungin viranomaisten kanssa käytiin vuotuinen tontin katselmus ja todettiin suunnitelmi- en toteutuneen sovituilla tavalla. Vanha tarina siitä, että vanhoja kiuaskiviä ei saa laittaa rantaan muuttui siten, että meidät velvoitettiin suojelemaan rantaa aaltojen eroosiolta ja maisemoimaan rujoa jälkeä parhaamme mukaan.

Viime talven ja erityisesti kuluneen kesän tärkeä puheenaihe, laiturin kansi, ja erityi- sesti mereen johtavat portaat on nyt saanut uuden, turvallisen ilmeen. Laiturin kannelle suoritettiin kesän aikana mittava saneeraus- remontti sähköjärjestelmien osalta. Vanhat moneen kertaan harsitut ja parsitut ratkai- sut poistettiin ja koko laiturin järjestelmät johdotettiin uudelleen ajan ja turvallisuu- den vaatimusten mukaisesti. Kulkuväylälle ja portaisiin asennettiin IceStop -elementit, joita käytetään muun muassa talvimeren- kulkuun suunnitelluissa laivoissa niiden kulkuväylillä ja portaikoissa. Nyt odotel- laan talvea huomattavasti huojentuneempa- na kuin menneinä vuosina, kun järjestelmät pettivät milloin mistäkin syystä.

Uusi lämmittäjä Paavolan Ari-Pekka on saanut kesän aikana opetella kaikessa rau- hassa vaativaa tointaan ja on kuulemma

viihtynyt hyvin työssään. On tullut ruusu- ja enemmän kuin risuja ja oikeat lämmöt on opittu hallitsemaan talon ja saunojen vaatimusten mukaan.

Seuran kevätkokous ja sen anti teetti toimistossa töitä koko kesän. Piti käydä läpi kaksi edellistä toimintavuotta pääkir- jojen ja tositteiden kautta. Tuli tutuksi toi- minta ja siitä aiheutuneet kulut, loistava ti- laisuus opetella tätä hommaa perin pohjin. Nyt on oikeaa tietoa ja helpompaa tehdä tulevalle vuodelle uusi toimintasuunnitel- ma ja rakentaa sen pohjalta tulo- ja meno- arvio. Ennen aikaan tein näitä siten, että kopioin edellisen vuoden prujut, vaihdoin vuosiluvut ja sitten lisäsin vanhaan budjet- tiin sopivasti prosentteja ja a vot homma oli valmis. Sitten vaan toivottiin, että kaik- ki menisi kohdilleen.

Saunatalo alkaa olla joltiseltaankin jo hyvässä kuosissa ja suurien remonttien osalta alkaa helpottaa. Tulevalle vuodel- le budjetoidaan kahden kiukaan korjaus, ikkunoiden uusiminen meren puo- liselta osalta taloa ja saunojen sisustusten ja alakerran kaapistojen uusimista ja muuta pientä mukavaa puuhaa. Pääasia on, että saunajat viihtyvät ja saunoissa on lämmin ja mukava olla sekä yleinen turvallisuus on kohdallaan. ●

Hyvää saunasyksyä

Seppo Pukkila
Saunaisäntä

SJÖMAN
vuodesta 1952

Yes, we can do it!

Lukijoilta

Lukijoiden
oma palsta

Tällä palstalla julkaistaan Sauna-lehden lukijoiden lyhyitä kirjoituksia, kannanottoja, ehdotuksia ja kysymyksiä kirjoittajan omalla nimellä. Lähetä tekstisi sähköpostilla osoitteeseen sauna@taskut.fi. Toimitus pidättää itsellään oikeuden valikoida, lyhentää ja stilisoida tekstejä.

Reippaasti, kuten jenkkipressa kampanjassaan, lupasi ystäväni Matti "ohjata suomalaista Saunaa oikealle tielle", mikäli seuramme jäsenet antaisivat vinkkejä tuota ohjailua varten.

Matti oli poikennut kavereineen Pietarin Gavanskajan banjassa. Kokemus oli saanut ryhmän pahoittelemaan melkein täydellistä yleisten saunojen haihtumista Suomessa. Kirjoitus osui, koska olen jo vuosia haikaillut samaa ilmiötä. Sauna on paras paikka jöröjen suomalaisten kokoontua selvin päin.

Muutin 79 vuotta sitten liki yksi-vuotiaana Helsingissä osoitteeseen Kaarlenkatu 13.

Vinosti vasemmalla, vastapäisessä talossa oli "Kallen sauna" (nykyisin hävitetty). Viereisessä talossa Kaarlenkatu 15:ssä sijaitsi Arlan sauna, joka toimii vieläkin. Tästä kiitokset herra Helistölle (vihr), joka sankarillisesti jatkaa kyseistä "saunabusinessiä". Jo vuosia on Arlan kivet lämmitetty maakaasulla, mm. koska puut tiheän asutuksen keskellä synnyttivät liikaa savua.

Itse epäilen kuitenkin pääasiassa työn säästöä ja taloudellisuutta. Arlan talo valmistui vuonna 1928, jolloin yleisiä saunalaitoksia rakennettiin melkoisen tiuhaan, koska rakennusten tekijöitä ja suunnittelijoita asuinhuoneistojen mitoituksessa ja varustelussa ennen sotia rajoittivat täysin toisenlaiset reunaehdot.

Köyhähkön maan ahkerat asukkaat elivät työnsä mukaisilla palkoilla. Köyhimmillään ihmisillä oli oltava koti. Järkevä talouden hoitaminen määräsi, että yksiöiden lukumäärä suhteessa suurempiin huoneistoihin oli aivan toista luokkaa kuin nykyisin.

Alle 20 neliömetrisen yksiön varusteluottelo oli: kaasuhella, kraana, tiskipöytä, vesi-wc, kaasupoletila toimiva vedenlämmitin Junkkers, keskuslämmiteinen vesipatteri ja alkovi nukkumista varten sekä ulkoseinässä vipuventtiili, mistä pakkasella tuli paljon "happea", mutta kesällä tuskin muuta kuin ääntä. Oli onnenpotku, jos joku liikemies rakennutti lähitienoilta paikan, missä saattoi pestä muutakin kuin naamansa.

Tässä pari päällimmäistä järkisyytä, miksi yleinen sauna tuolloin oli menehtyvä liikeyritys, jolla oli vakiintunut ja pysyvä asiakaskunta.

Sotiemme jälkeen yksiöiden koko kasvoi nopeasti lähelle kolmeakymmentä neliötä. Suurin muutos varustuksessa oli minimimittainen keittokomero, lämmin käyttövesi, koneellinen ilmastointi ja ennen muuta wc:n koon kasvaminen parilla neliöllä. Nyt toalettitilaan saatiin mahtumaan ihana istuma-amme, missä saastunut ihminen saattoi rapsutella itseään saippuan, jopa shampoon kera.

Samalla alkoi yleisten saunojen hiipuminen, asiakkaat vähenivät ja kannattavuus horjui.

Hiipuminen oli hidasta, mutta varmaa. Asiakkaiden loppuminen kesti yli 20 vuotta, eihän ihminen ihan helpolla tapojaan muuta. Lopulta kuitenkin mukavuus voittaa, varsinkin, kun rakentajat keksivät uuden markkinointi-idean: oma sauna - jopa kerrostalossa!

Alkuun oman saunan rauhassa oli mukavaa. Ajan kuluessa saunan käyttö väheni. Mistäpä siellä vaimon kanssa puheltiin? Talvisodastako? Ja käyttö sen kuin väheni, kun naisten "kampauskin menee niin huonoksi." Ajan kanssa

asuntosaanasta tuli pyykinkuivaushuone.

Nykyisillä sähköenergian hinnoilla (rakennusvaiheessa kiinteistön talojohtokin tuplaantuu) suuntaus on hyvä, koska kyseisten sähkökamiinoiden yhtäkertainen käyttö rasittaa sekä verkkoa että kylpijän kukkaroa, mikä onneksi näkyy selkeästi sähkölaskussa.

Nämä sauna-asiat ymmärrän ja tiedän. Vinkiksi Matti Kiviselle kysyisin: Mistä nykyisin on suurin puute? Vastaus on yksinkertainen: juttukavereista, siis arvostamistani ystäväistä eli seurapiiristä siitä osasta, joka käy samassa saunassa kuin sinäkin. Sinullahan on jo Saunaseura, jollei se riitä ja mielesi tekee vierailla muualla käy Harjukadulla.

Toivoo
Olavi Friberg

PS. Kuten huomaat olen sitä mieltä, että mennyttä ei kannata haikailla, se ei takuulla palaa. Lauteet ovat lahonneet, vesieristeet pettäneet, asiakkaat ovat Tenhossa, kaikkihan kuluu ja loppuu. Suosittelen; jätetään lisämietteet nuorille. Lääkäritkin tietävät, että mielikuvituksen ja järkensä käyttäminen tekee hyvää sydämellemme. Opetellaan me vanhat oikea tapa hikoilla.

Nythän Helsingin Hakaniemeen on valmistumassa uusi yleinen sauna, josta voimme lukea lisää myös Sauna-lehden palstoilta.

Lauteilla

"Kun muu perhe painelee pyyhe kainalossa saunaan, ei nelijalkainen halua jäädä oven taakse vaan vilahtaa mukaan lauteille," kirjoitti Kennelliiton Koiramme -lehti äskettäin. Lemmikkieläimistä on tullut meille ihmisille perheenjäseniä, joita inhimillistetään monin tavoin. Koirien inhimillistäminen on saavuttanut nyt myös saunan. Lehden mukaan koirissa on monenlaisia saunoja: koiria, jotka menevät saunaan ensimmäisinä ja poistuvat viimeisinä - koiria, jotka menevät saunaan siksi, että muutkin sinne menevät - osa koirista ei ole kiinnostunut itse saunasta, vaan haluaa paimentaa laumansa saunasta turvallisesti pois ja neljäs ryhmä ei mene saunaan edes saunamakkaran houkuttamana.

Uskon kuitenkin, että suurin osa koirista kuuluu viimemainittuihin, ainakin oman kokemukseni mukaan. Vieraillessani lukuisissa saunoissa toimittaessani Sauna-lehteä, en juuri ole tavannut koiria enkä muitakaan lemmikkejä lauteilla.

Koiramme lehdessä pohditaan lisäksi, millainen saunominen on koiralle terveellistä, miten saunavieraat reagoivat koiraan laudekaverina ja voiko taloyhtiön saunaan viedä koiran...

Onneksi pitkäkarvainen colliemme, tuuhean kaksikerroksisen karvan omaava Tenho-koiramme välttelee liian kuumia paikkoja jo luonnostaan ja tyytyy valvomaan laumansa saunomista verannalla tai saunan edustalla. Ei tarvitse pohtia, mihin saunaan ja kenen kanssa koiramme saa tulla!

Vaskiniemen lauteille ei koiria ole tietääkseni pyrkinyt. Sen sijaan vanhaa kylpijää ilahduttaa aina silloin harvoin, kun joku saunasisko ottaa pienen saunojan mukaansa lauteille. Lapsen vilpittömyys ja ennakkoluulottomat kysymykset, ja koko olemus, tuo leppoisan perhetunnelman saunaan.

Viimeksi Vaskiniemen lauteilla oli äiti pienen tyttärensä ja vatsassaan tuloaan odotteleva uuden pikku saunojan kanssa. Äiti kokeili vanhaa konstia, jospa saunominen käynnistäisi jo lasketun ajan yli menevän tulevan saunojan synnyttämisen. Samoilla lauteilla kulki myös tarinan miesten saunassa kylpeneestä pienestä saunojasta, jota isä oli kannellut kiulussa.

Rentouttavaa sanomista - etenkin saunasiskoille, joiden saunarauhaa taannoinen saunatonnttu on luvannut kiltisti kunnioittaa!

Raili Vihavainen

*Striden vid Virta bro
den 27. oktober 1808.
Svenskernes mottagall.
b) senare skölet. Del V. PL. XLIII b.*



Sven Tuuva 3,5 %
-miedompi vaihtoehto, mausta tinkimättä.

Suomen Saunaseura Ry

SUOMEN SAUNASEURA RY

Vaskiniementie 10
00200 HELSINKI
www.sauna.fi

Toimiston puhelin: 010 439 5600
Saunojen kassan puhelin: 010 439 5601
Seuran toimisto on avoinna maanantaista
perjantaihin kello 9-16.

Toiminnanjohtaja
Seppo Pukkila
puh. 010 439 5600 klo 9-16
tj@sauna.fi

SAUNOJEN KAHVILA

Maikki Lamberg puh. 010 439 5601
jäsen saunaan auki ollessa
- Jäsen saunojen kassan ja kahvilan hoito
- Tarjoilun varaukset tilaus saunoihin
- Hieronta- ja pesijäaikojen varaukset,
suositellaan nettivarausta

SAUNOJEN LÄMMITTÄJÄ

Ari-Pekka Paavola puh. 010 439 5602

SAUNA-LEHDEN PÄÄTOIMITTAJA

Leena-Kaisa Simola
Puh 0500 80 10 40
sauna@taskut.fi

SAUNASEURA

Seuran puheenjohtaja
Ben Grass
puh. 050 375 8899
ben.grass@kolumbus.fi

Kunnossapitoryhmän pj.
Juha Salomäki
puh. 050 337 6459
juha.salomaki@vantum.fi

Tutkimus ja -kulttuuritoimikunnan pj.
Pekka Tommila
puh. 050 368 6645
pekka.helena.arkkitehtiatelje@elisanet.fi

Vaskiniemen jäsen saunojen aukioloajat loppuvuonna 2012

MIEHET

Tiistai ja perjantai klo 13-21
Keskiviikko klo 13-22
Kuukauden ensimmäinen lauantai klo
11:30-16
Muut lauantait klo 12-19

NAISET

Torstai klo 13-22
Parillisen viikon maanantai klo 13-21
Kuukauden ensimmäinen lauantai klo
16:30-20

JAETUT LAUANTAIT:

Kesä-, heinä-, elo- ja
joulukuun kaikki lauantait ovat
jaettuja eli miehet klo 11:30-16,
naiset 16:30-20.

JOULUAATON SAUNA lämpenee

naisille klo 10-13 ja
miehille 13:30-16:30

SAUNAT SULJETTUINA:

Kesätauko 22.6.-16.7. Saunat avataan
ti 17.7.
Pyhäinpäivä la 3.11. - korvaus 10.11. on
jaettu lauantai
Itsenäisyyspäivä to 6.12. - korvauksena
joulukuun lauantait jaettu.
Joulupäivä ti 25.12
Tapaninpäivä ke 26.12.
Uudenvuodenaatto ma 31.12.

UUDET JÄSENET 15.6.

Alanko Vaula konsultti
Haapkylä Johanna LT
Huth Michael
Liutenant Colonel U.S. Army
Häärä Jarmo Toim. joht.
Jacobson Minna TKL
Kuivinen Maria Kiinteistönvälittäjä
Leino Annariikka Toimittaja, FM
Lilja Terttu Toim. joht.
Lindqvist-Virkamäki Salla Lääkäri
Maury Sten-Erik Toiminnanjohtaja
Nenonen Jari Yrittäjä
Noponen Lassi OTK
Olavinen Suvi Lausuntataiteilija
Petersen Timothy AD
Pietilä Jouni Lääkäri
Poussu-Hemming Marja-Riitta
Kasv. Kand. /opettaja

Pätilä Tommi Erikoislääkäri
Riihimäki Lauri HUS ensihoito
Slobodeniouk Dimitri Kapellimestari
Tkaczick Martin
Vainio Tiina Toim. joht.

UUDET JÄSENET 14.8.

Karjala Jorma FM
Kosonen Timo Hallintojohtaja
Kuhta Kimmo Jääkiekkoilija
Kuusela Olavi Agronomi Hall. pj.
Lindqvist Inna KTM
Nupponen Anssi Trader
Rautiainen Annikki Hall. Pj.
Rautiainen Juhani Laulaja
Riihilahti Aki Toim. joht.
Salanne Simo Yrittäjä
Suonpää Jyri Toim. joht.
Tuunainen Mika Vientijohtaja

Saunaseuran johtokunta ei
hyväksy seuraan uusia jäseniä
syksyn aikana, jotta uusien jäsen-
ten ei tarvitse maksaa jäsenmak-
sua vain puolikkaasta vuodesta.
Syksyn aikana tulleet jäsenano-
mukset käsitellään johtokunnan
kokouksessa ensi vuoden alussa.



SUOMEN SAUNASEURA
FINSKA BASTUSÄLLSKAPET
THE FINNISH SAUNA SOCIETY

Muistetaan hyvät tavat



SAUNASSAKIN

Hyvät tavat ovat aina arvossaan. Saunaseuran saunoissa noudatetaan perinteisiä, kohteliaita, suomalaisia saunatapoja, joiden perustana on toisten saunarauhan kunnioittaminen. Saunaseuran johtokunta on hyväksynyt tusinan neuvon listan, jota noudattamalla kaikki viihtyvät Saunatalolla.

1. Saunaseuran saunat on tarkoitettu jäsenten käyttöön. Jäsen saa tuoda kerralla 1-2 vierastaan. Esitä tullessasi jäsenkorttisi kassalla ja kirjaa myös vieraasi. Sulje kännykkäsi.
2. Uuden jäsenen suosittelijan tai muun kokeneen jäsenen velvollisuus on opastaa tulokasta ensimmäisillä saunakerroilla.
3. Käytä aina laudeliinaa saunoissa ja ulkoterrassilla, muissa tiloissa käytä kylpypyyhettä tai -takkia.
4. Ennen löylyyn menemistä suihkuttele pois päivän pölyt ja voimakkaat hajusteet. Älä käytä hajusteita pukuhuoneissa.
5. Löylykilpailut eivät kuulu Saunaseuraan, huomaavaisuus kylläkin.
6. Saunoissa keskustellaan vain yleisistä aiheista, joihin jokainen voi osallistua.
7. Sauna 1 (Aino) on omistettu rauhaan saunomiseen. Huomioi tämä hiljaisella käytöksellä.
8. Saunat ovat eri lämpöiset niiden luonteen mukaisesti. Älä muuta niiden lämpötilaa esimerkiksi pitämällä löylyluukua pitkään auki.
9. Vihtominen on sallittua saunoissa 2 (Väinö), 3 (Louhi) ja 5 (Sampo).
10. Uituasi älä unohda laudeliinaa laiturille. Se voi aiheuttaa turhaa hämminkiä.
11. Juomat ja ruoat on nautittava Saunatalon tiloissa. Palauta käytetyt astiat keittiöön.
12. Huolehdi osaltasi tilojemme siisteydestä.



SUOMEN SAUNASEURA
FINSKA BASTUSÄLLSKAPET
THE FINNISH SAUNA SOCIETY

Saunaseura juhlii 75 vuottaan

Tule kuulemaan Kultivoidun kuumuuden salaisuus

Suomen Saunaseura täyttää
75 vuotta perjantaina 16.11.2012.
Juhlistamme seuran ansiokasta
taivalta monin tavoin.

Saunatalolla avoimet ovet klo 14–16

- seuran sidosryhmät, yhteistyökumppanit ja jäsenet toivotetaan tervetulleiksi tervehtimään seuraa ja tapaamaan ystäviä. Saunaan pääsee uimapuvussa.

Jäsenjuhla Suomalaisella Klubilla klo 19.00

- Kohotamme tervetuliaismaljan
- Kolmen ruokalajin illallinen, 2 lasia viiniä ja kahvi avec (90 euroa)
- Juhlan ohjelmassa:
 - Löylynhenki-palkinnon jako
 - Seuran juhlakirjan kirjoittaja Tuomo Särkikoski kertoo juuri ilmestyneen kirjan kolme mielenkiintoista seikkaa.
 - ”Minun saunani” -otsikolla muistelee neljä seuran jäsentä.
 - Saunalehden emerituspäätoimittaja Raili Vihavainen poimii herkkuja vuosikymmenten Sauna-lehdistä
 - Suomalaisen Klubin Mieskuoro
 - Musiikkia

Juhlakirja: ”Kiukaan kutsu ja löylyn lumo – suomalaisen saunomisen vuosikymmeniä”

Saunaseuran ja suomalaisen saunan historiasta julkaistaan VT Tuomo Särkikosken kirjoittama teos juhlan aattopäivänä. Jäsenjuhlaan osallistujat saavat kirjan juhlan yhteydessä, jonka jälkeen jäsenet voivat noutaa juhlakirjan Vaskiniemestä. Kirjan kustantaa Gummerus ja sitä myydään kirjakaupoissa.

Tervetuloa juhlimaan yhteistä seuraamme ja tapaamaan tuttuja!

90 euron illalliskortti maksetaan Saunaseuran tilille FI65 1020 3000 1080 33. Viestikenttään nimi, puhelinnumero ja sähköpostiosoite. Lunasta illalliskortti mahdollisimman pian, sillä Suomalainen Klubi täytetään maksujen saapumisjärjestyksessä. Maksu viimeistään 2.11.2012. Lisätietoja antaa vt. toiminnanjohtaja.

SUOMEN SAUNASEURAN JOHTOKUNTA



SUOMEN SAUNASEURA
FINSKA BASTUSÄLLSKAPET
THE FINNISH SAUNA SOCIETY