

Sauna

Suomen Saunaseura ry:n jäsenlehti 3/2026 | 80. vuosikerta 1946–2026

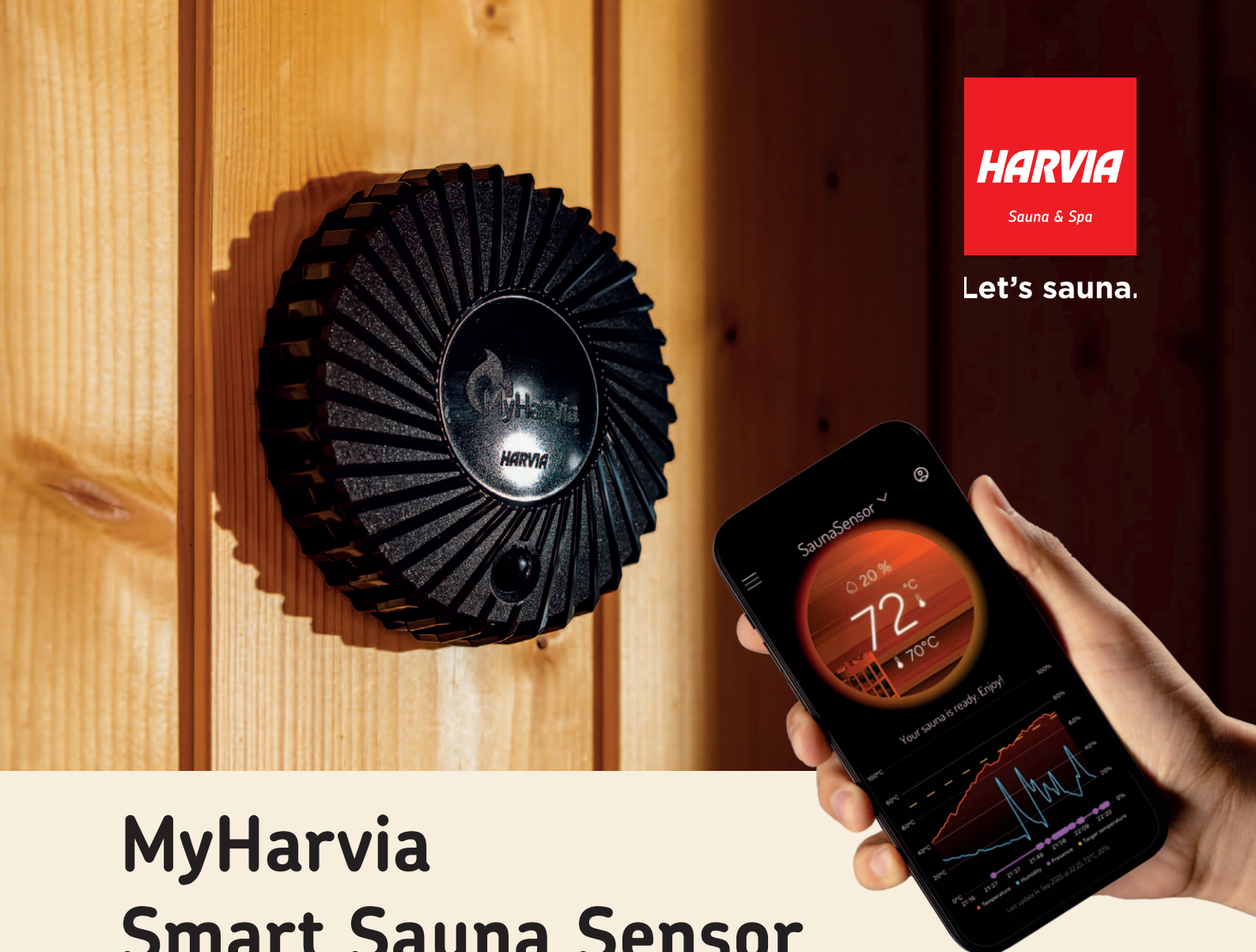
Saunan
tulevaisuus



Setelillä saunaan
-kansalaisaloite alkoi **23**

Jonossa
Saunaseuran
jäseneksi **34**

Z-sukupolven
arjessa saunalla
on monia rooleja **40**

**HARVIA**

Sauna & Spa

Let's sauna.

MyHarvia Smart Sauna Sensor

– muuttaa kaikki saunat älysaunoiksi

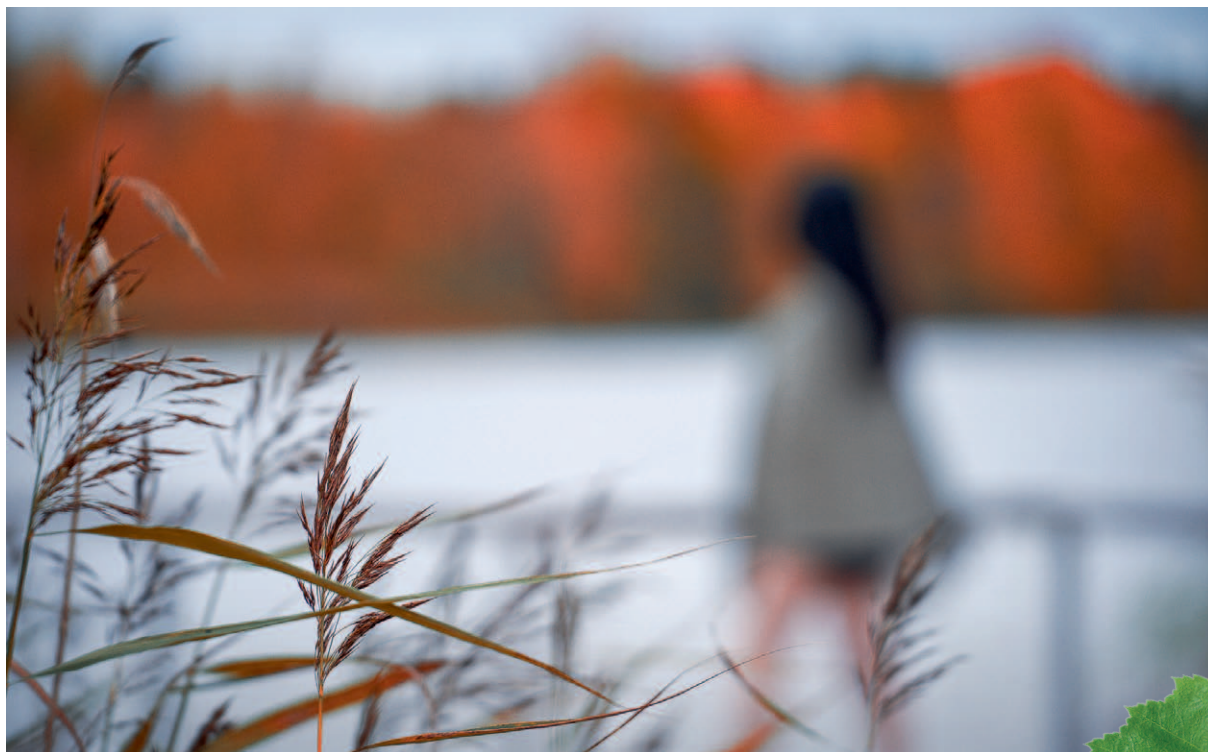
MyHarvia Smart Sauna Sensor on älykäs saunasensori, joka muuntaa jokaisen saunan älysaunaksi – myös puu-
lämmitteisen.

Asenna langaton sensori WiFi-yhteydellä varustettuun saunatilaan ja yhdistä se ilmaiseen MyHarvia 2 -sovellukseen, jolloin näet heti reaaliaikaista tietoa saunasi tilasta. Sovelluksen kautta voit seurata lämpötilaa, ilmankosteutta ja käyttöä missä ja milloin tahansa. Sovellus myös arvioi, milloin sauna on valmis, ja ilmoittaa sinulle oikean hetken mennä löylihin.

Sensori toimii erinomaisesti myös puukiukaiden kanssa. Näet helposti, milloin on aika lisätä puita, jotta lämpö pysyy tasaisena ja lölyt miellyttävinä. Ajan mittaan sensori kerää hyödyllistä dataa siitä, miten saunasi lämpenee ja käyttäytyy eri olosuhteissa. Näiden tietojen avulla voit optimoida energiankäyttöä, helpottaa saunan huoltoa ja nähdä esimerkiksi, milloin kiuaskivet kannattaa vaihtaa.

MyHarvia Smart Sauna Sensor tekee saunomisesta älykkäämpää, helpompaa ja nautinnollisempaa.

www.harvia.fi



Hyvää syksyä Sauna-lehden lukijat!

Saunan
tulevaisuus

sauna

"Saunomisesta tulee hyvä olo jälkeinpäin.
Tulee puhdas olo fyysisesti, mutta
tapahtuu siinä muutakin – päässäkin
on vähän selkeämpi, puhtaampi ja
rauhallisempi olo."

– Kusti Kauppinen **40**



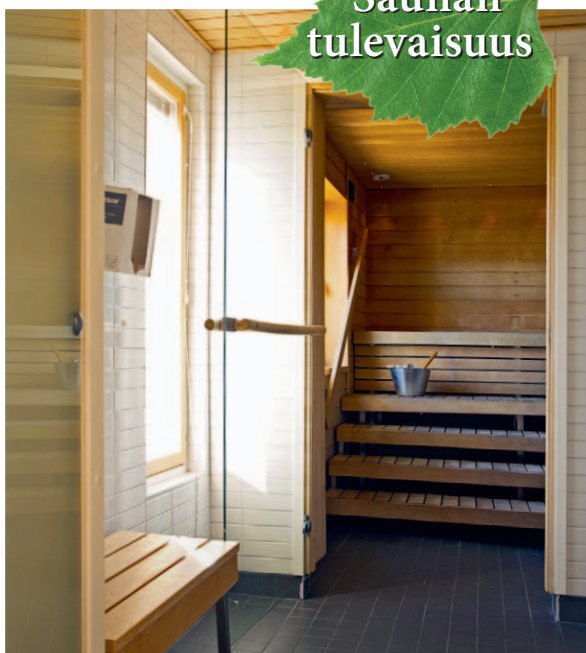
Päätoimittajalta	7
Syyskokouskutsu	8
Uutiset	11
Tuoteutiset	14
 Toiminnanjohtajalta	19
Saunaseuran kuulumisia	20
Setelillä saunaan -kampanja starttasi	23
Saunaseura haluaa saunomisen henkilöstöetujen piiriin.	
Saunasiskot seikkailevat – taas!	26
Taidesaunaretki Mänttään ja pyöräretki Balttiassa.	
Saunatalon viideskin julkisivu on nyt kunnossa	30
Lukijalta	33
Jonossa jäseneksi	34

Sauna keskellä kylää	36
Palautumista, aikaa ystävien kanssa, läsnäoloa	40
Z-sukupolven arjessa saunalla on monta erilaista roolia.	
Sauna-lehti testaa	44
Juhannussauna ennen ja nyt.	
Sauna-lehti vieraili Villa Upiniemessä	48
Yhteistyössä: KuumaLähde	52
Saunasta elämyskeitaiksi.	
Yhteistyössä: KIUASSUOLA™	54
Suomalainen KIUASSUOLA™ yhdistää saunakulttuurin ja luonnonmateriaalit.	



Rakennuttajatoimisto Corro Oy

Saunan tulevaisuus



Ossi Tuovinen

36 Tervetuloa saunaan yhteisölliseen kerrostaloon!

30 Kesällä Saunatalolla tehtiin tarpeellisia remonteja.

In search of Irish Sauna culture	56
Researcher Conor Shaw goes in search of Ireland's forgotten sweathouses.	
Saunan jälkeen	59
Herkullinen juustokranssi järvikalatahnalla.	
Enonkoski sai saunavaakunan	60
Tietokirjat rituaaleista ja saunalauluista	62
Kirja-arvostelut Laura Foon ja Sanna Pellicionnin saunakirjoista.	
Kymmenen kysymystä	64
Ristikko	65
Saunavuorolla Satu Rämö	66
Kirjailija Satu Rämö pitää omaksi yllätyksekseen islantilaisesta gusa-saunomisesta.	
Yhteystiedot	67



Björgvin Hilmarsson

66 Kirjailija Satu Rämö on hurahtanut islantilaiseen gusa-saunomiseen.

Kuumalähde

Millaiset löylyt tänään?

Valitse pehmeät höyrylöylyt, perinteiset suomalaiset löylyt tai vaikka teemasauna, jossa tunnelman viimeistelee koivun tuoksu.

EOS-kiuastekniikan avulla voit valita samaan saunaan erilaisia löylyjä sen mukaan, millaisista löylyistä haluat nauttia juuri tänään.



Kuumalähde-saunastudiossamme pääset kokeilemaan erilaisia löylyjä sekä useita ulkoporealtaita ja kylmälaitteita omassa rauhassa.

Kuumalähde - myymälä ja saunastudio

Petikontie 20, 01720 Vantaa

020 771 0800

Avoinna

ma-pe 10-18

la 10-15

kuumalahde.fi

APTEEKISTA.

ORION
PHARMA

Perusvoiteet
Orion Pharma



Sinun ihollesi

Aqualan, Carbalan ja Probicare ovat
Orion Oyj:n rekisteröityjä tavaramerkkejä.



Orion on
suomalainen
avainlippuyritys.

itsehoitoapteekki.fi

9/2026

Jos sauna ei ole liikuntaa eikä se ole kulttuuria, niin mitä se on?

Osallistuin syyskuussa Saunaseuran Setelillä saunaan -kansalaisaloitekampanjan lanseeraustilaisuuteen. Siellä kolme saunayrittäjää keskusteli saunayrittäjän arjesta, ja kaksi heidän mainitsemaansa asiaa jäi mieleeni.

Ensinnäkin: heiltä kysytään viikoittain, joskus jopa päivittäin, voiko saunomisen maksaa Epassilla tai muulla liikunta- ja kulttuuriedulla. Ja kun he vastaavat, että tällä hetkellä ei, sitä ihmetellään kovin.

Toiseksi: liikunta- ja kulttuurietuja jää Suomessa käyttämättä vuosittain useiden kymmenien miljoonien eurojen edestä.

Tästä muodostuu mielenkiintoinen ristiriita. On ihmisiä, jotka haluaisivat käyttää työnantajansa tarjoamaa etua saunomiseen ja sen lisäksi on heitä, jotka eivät keksi mitään käyttöä liikunta- ja kulttuurieduilleen. En voi olla pohtimatta, voisiko saunomisen lisääminen henkilöstöetujen kohteeksi tuoda lisää vaihtoehtoja henkilöstöetuja nauttiville ja näin myös lisää asiakkaita yleisille saunoille.

Saunominen ei kuulu nykyisen liikunta- ja kulttuuriedun piiriin, sillä Verohallinnon määritelmän mukaisesti saunomista ei katsota liikunnaksi, mutta ei myöskään kulttuuriksi.

Setelillä saunaan -kansalaisaloite nostaakin esiin kiinnostavan kysymyksen siitä, mihin lokeroon sauna oikeastaan kuuluu.

Sauna on toki paikka, jossa peseydytään, mutta harvalle se on vain sitä. Saunaan mennään rentoutumaan ja rauhoittumaan. Monille sauna on myös tärkeä osa omaa hyvinvointia. Yleisissä saunoissa tavataan tuttuja ja tuntemattomia, vaihdetaan kuulumisia ja vietetään aikaa yhdessä. Saunan ympärille rakentuu tapahtumia, siitä tehdään lauluja ja sitä varten keksitään tuotteita.

Kulttuuria sauna siis ainakin kiistatta on. Mikä voisi olla suomalaisempaa kulttuuria kuin saunominen? Saunominen on osa arkea ja juhlaa, perhe-elämää, vapaa-aikaa, mökkikulttuuria, matkailua sekä suomalaista identiteettiä ja kulttuuriperintöä. Suomalainen saunakulttuuri hyväksyttiin myös vuonna 2020 Unescon ihmiskunnan aineettoman kulttuuriperinnön edustavaan luetteloon.

Kaiken tämän vuoksi saunan asemaa liikunta- ja kulttuurietujen ulkopuolella on pakko pysähtyä ihmettelemään. Rajanveto etuihin hyväksyttyjen ja hyväksymättömien välillä kertoo ehkä jotain siitä, kuinka määrittelemme liikunnan, kulttuurin ja hyvinvoinnin, mutta myös siitä, vastaavatko nuo määritelmät todellisia arkisia tapoja.

Onko mahdollista, että sauna on meille (ja henkilöstöetujen piiriin kuulumisesta päättävälle) niin itsestään selvä, että sen merkitystä ei huomata, ennen kuin joku pakottaa huomaamaan sen? Sitä Suomen Saunaseuran kansalaisaloite pyrkii tekemään.

Joten hoidetaan yhdessä saunominen osaksi liikunta- ja kulttuurietuja. Allekirjoita sinäkin kansalaisaloite osoitteessa www.setelilla-saunaan.fi.

*Karoliina Saarnikko
Päätoimittaja*



sauna

Julkaisija Suomen Saunaseura ry
Vaskiniementie 10, 00200 Helsinki
www.sauna.fi

Toiminnanjohtaja Janne Koskenniemi
janne.koskenniemi@sauna.fi
puh. 050 371 8178, soittoaikat ti-to klo 10–13

Päätoimittaja Karoliina Saarnikko,
Saarnikko PR & Communications,
lehti@sauna.fi

Toimitusneuvosto Johannes Lahtela (pj),
Jouni Ahonen, Jarmo Lehtola, Hannu
Saintula, Leena-Kaisa Simola, Lasse Viinikka,
Topi Vesteri, Hanna Pakarinen, Karoliina
Saarnikko, Pekka Niemi ja Kristian Miettinen.

Sauna-lehti – Suomen Saunaseura ry:n jäsenlehti 3/2026
80. vuosikerta | ISSN 0357-6566

Taitto Pekka Niemi, Rhinoceros Oy
Kannen kuva Laura Vanzo, Visit Tampere

Painatus Grano Oy, Helsinki 2026
Painos 4 500 kpl

Ilmoitukset Kristian Miettinen,
aurinia@kolumbus.fi, 0400 255 855

Lehden 3/2026 avustajat Joonas Berghäll,
Merja Salonen di Giorgio, Tarja Haapanen, Anne
Harju, Panu Hörkö, Riitta Korhonen, Janne
Koskenniemi, Tuomas Kujansuu, Jarmo Lehtola,
Raine Laurikainen, Päivi Mäkinen, Ulla Ora, Sari
Peltonen, Hannu Saintula, Conor Shaw, Sanaris,
Leena-Kaisa Simola, Tuulikki Terho, Ossi Tuovinen,
Topi Vesteri sekä Sauna-lehden toimitusneuvosto.

Sauna-lehti 4/2026 ilmestyy 4.12.
Ilmoitusvaraukset 19.11. ja aineistot
26.11. mennessä.

Toimituksellinen
aineisto luovutetaan
Saunaseuran käyttöön[®]
kaikin oikeuksin.

Saunaseura ei vastaa tilaamatta
lähetetystä aineistoista.

Osoitteenmuutokset
www.sauna.fi/jasensivut

Sauna-lehti verkossa:
www.sauna.fi/sauna-lehti





Jonna Pennanen

Suomen Saunaseura ry:n SYYSKOKOUS 2.11.2026 klo 17.00

Kongressikeskus Dipoli, Lumituuli-sali, Otakaari 24, Espoo

Kaikki Saunaseuran jäsenet ovat tervetulleita kokoukseen!

Muistathan ilmoittautua etukäteen sähköisellä lomakkeella.
Linkki lomakkeeseen toimitetaan uutiskirjeen mukana.

- Klo 16.30 kahvitarjoilu ja ilmoittautuminen
- Klo 17.00 Saunaseuran syyskokous

Syyskokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

- 1) vahvistetaan liittymismaksu ja seuraavan toimintavuoden jäsenmaksujen sekä muiden 4 §:ssä mainittujen maksujen suuruus.
- 2) valitaan johtokunnan puheenjohtaja ehdottomalla äänten enemmistöllä kaksivuotiskaudeksi. Puheenjohtajan toimikausi alkaa seuraavan kalenterivuoden alusta.
- 3) päätetään hallituksen jäsenten lukumäärä (8–10), valitaan jäsenet johtokuntaan erovuoroisten tilalle. Jäsenten toimikausi alkaa seuraavan kalenterivuoden alusta.
- 4) valitaan tilintarkastaja ja varatilintarkastaja tai tilintarkastaja ja toiminnantarkastaja ja heille varahenkilöt. Tarkastajien toimikausi alkaa seuraavan kalenterivuoden alusta. Tilintarkastajan ja varatilintarkastajan tulee olla tilintarkastuslaissa tarkoitettu KHT-yhteisö tai HTM-yhteisö taiikka KHT-tilintarkastaja tai HTM-tilintarkastaja.

Mikäli tilintarkastajaksi valitaan KHT- tai HTM-yhteisö, ei valita varatilintarkastajaa.

- 5) esitetään ja päätetään seuraavan toimintavuoden toimintasuunnitelma.
- 6) esitetään ja päätetään seuraavan toimintavuoden tulo- ja menoarviosta sekä
- 7) käsitellään ja päätetään muut johtokunnan esittämät asiat ja/tai Seuran vähintään kymmenen yksittäisen jäsenen yhdessä, vähintään 21 päivää ennen kokousta tekemät esitykset käsiteltäväksi asiaksi syyskokouksessa johtokunnalle, joista syyskokoukselle on esitettävä johtokunnan lausunto ja päätösehdotus.

Ilmoittauduthan tarjoilujen vuoksi uutiskirjeessä tulevan ilmoittautumislomakkeen kautta.

Kokousmateriaalit ovat nähtävissä seuran verkkosivuilla ennen kokousta. Tietoa materiaaleista toimitetaan uutiskirjeessä.

Kokouksesta pyritään järjestämään seurantastriiimi.

Linkki striimiin toimitetaan uutiskirjeessä.

Tarkempaa tietoa kokouksen seuraamisesta annetaan myöhemmin seuran verkkosivuilla ja uutiskirjeessä.



NARVI

A close-up photograph of a woman's face, looking slightly upwards and to the right. She has dark hair and is wearing a dark top. The image is heavily textured with numerous small, out-of-focus water droplets, giving it a dreamy, ethereal quality. The background is dark, with some blurred lights visible through the rain.

MAXIMUM
RELAXATION

NARVI



Narvi Flow - koe hallinnan tunne

Täydelliset lölyt ovat monen asian summa.
Narvi Flow -ohjain tarjoaa entistäkin tarkempaa hallintaa
kiukaaseen ja saunakokemukseesi, jotta jokainen
lölykerta voi olla sinulle täydellinen hetki.

NARVI.FI

Saunojen uimapukukielto murtumassa? – Pirkanmaalla aloitettiin kokeilu

Viiden Pirkanmaan kunnan uimahallissa tehtiin elokuun alussa iso muutos saunat-poihin: Tampereella, Nokiällä, Ylöjärvellä, Lem-päälässä ja Valkeakoskella saa nyt saunaa myös uima-asussa. Kyse on kokeilusta, jonka tavoit-teena on madaltaa kynnystä käyttä uimahal-lipalveluja. Erityisesti osa nuorista on kokenut alastomana saunomisen vaikeaksi.

Uimapukukieltoa on vuosikymmeniä perus-teltu hygienialla ja sillä, että allasveden klooria kulkeutuisi uima-asussa saunaan ja höyrystysi kuumuudessa haitallisiksi kaasuiksi. Nyt van-hoja perusteluja arvioidaan uudelleen. Kloo-ria käytetään uimahalliveden puhdistuksessa aiempaa vähemmän ja sen rinnalla on muita puhdistusmenetelmiä.

Mallia Pirkanmaan kokeiluun on haettu Lohjan Neidonkeitaasta, jossa uimapuvussa on saanut saunaa jo vuoden ajan. Siellä muu-toksen ei ole havaittu heikentäneen uimave-den laatua. Kaikki uimahallit eivät kuitenkaan ole muuttamassa käytäntöään: esimerkiksi



Adobe Stock

Kangasalla uimapukukielto pidettiin toistaiseksi voimassa hygieniasyihin vedoten.

Yksi sääntö säilyy ennallaan myös Pirkan-maalla: ennen altaaseen menoa on peseydy-tävä huolellisesti ilman uimapukua. Kokeilun aikana seurataan muun muassa uimaveden

laatua, asiakaspalautetta ja asiakasmääriä. Jat-koa arvioidaan keväällä 2027.

Mitä mieltä sinä olet? Pitäisikö uima-asun käyttö sallia uimahallien saunoissa?

Lähde: Yle

Ikaalisten Saunafestivaaleilla kilpailtiin vihtojen, löylyjen ja savusaunojen paremmuudesta



Ikaalisten saunafestivaalit

Ikaalisissa järjestettiin 17.–18. heinäkuuta jo 29. saunafestivaalit. Viikonlo-pun aikana ratkottiin tuttuun tapaan useita saunomiseen liittyviä mes-taruuksia ja palkittiin vuoden saunatekijöitä.

Vihdansidonnain Suomen mestaruuden voitti ikaalilainen **Esko Tapi-ainen** 146 pisteellä. Toiseksi sijoittui **Santtu Luoma** Ylivieskasta ja kolman-neksi **Joni Nikander** Tampereelta.

Vuoden 2026 saunamestareiksi nimettiin **Petri Guiland** Pyhtäältä ja **Ari Yrjölä** Asikkalasta.

Savusaunakilpailun yrityssarjan voitti Lehmonkärki Resortin **Ari Yrjölä** Asikkalasta 530 pisteellä. Yksityissavusaunojen sarjan ykkönen oli **Jarmo Nieminen** Sastamalasta 521 pisteellä. Toiseksi sijoittui 479 pisteellä Vesi-lahdella sijaitseva Iso-Seipään savusauna, jonka takana ovat **Pekka Hoik-kanen** ja **Jenni Karhu**.

Löylyn tarkkuusheiton aikuisten sarjan voitti **Sanna Lallukka** ja nuor-ten sarjan **Veeti Vesterinen**.

Lähde: Löylynlöyjät ry

Löylyllä on väliä – kosteus voimistaa saunan vaikutuksia kehoon

Saunan lämpötila ei yksin ratkaise sitä, miten voimakkaasti keho reagoi saunomiseen. Jyväskylän yliopiston ja Huippu-urheilun instituutti KIHUn tutkimuksessa havaittiin, että myös saunan ilmankosteudella on merkittävä vaikutus: mitä kosteampi sauna on, sitä enemmän syke ja kehon lämpötila nousevat.

Tutkimukseen osallistui 50 vapaaehtoista, jotka saunoivat erilaisissa tarkasti mitatuissa saunaolosuhteissa. Kosteuden vaikutus perustuu siihen, että kosteassa ilmassa hiki ei haihdu iholta yhtä tehokkaasti, jolloin kehon jäähtyminen hidastuu.

Tutkija Iida Laatikainen-Raussin mukaan tulokset osoittavat, että samankaltaisia välittömiä vaikutuksia voidaan saada aikaan myös matalamassa lämpötilassa, jos ilmankosteus on korkeampi. Laatikainen-Raussin mukaan saunominen nostaa sykettä ja kehon ydinlämpötilaa ja sillä on sydän- ja verenkiertoelimestöön osin samankaltaisia vaikutuksia kuin reippaalla kävelyllä, vaikka lihakset pysyvät saunassa passiivisina.

Tutkimuksessa ei selvitetty saunomisen pitkäaikaisia terveysvaikutuksia. Jatkossa tutkijat haluavat selvittää tarkemmin muun muassa sitä, millaiset saunaolosuhteet ovat ihmiselle miellyttävimmät ja miten erilaiset olosuhteet vaikuttavat kehoon ja terveyteen.



Skannaa ja lue lisää.



Juha Juuruspövi

Missä vihta luuraa?

Kuvan vihta on piilotettu tämän lehden sivuille. Kerro, missä vihta luuraa, ja lähetä vastauksesi osoitteeseen lehti@sauna.fi. Vastanneiden kesken arvomme saunakirjapaketin. Voittaja arvotaan 31.10.

Viime lehteen piilotettu vihta luurasi sivulla 58 ylemmän kuvan oikeassa yläkulmassa. Oikeita vastauksia tuli useita ja onni suosi tällä kertaa **Adaliina Lehtosta**, joka luki lehteä Lapissa, Puusau-nalla. Kiitos kaikille osallistuneille!



Olemme ottaneet QR-koodit käyttöön

Löydät joidenkin uutisten ja artikke-lin yhteydestä QR-koodin, joka ohjaa lukemaan lisää aiheesta.

Vie älypuhelimien kamera QR-koodin päälle ja paina kuvaan ilmaantuvaa linkkiä. Jos koodin lukeminen ei onnistu, sulje kamera ja kokeile uudestaan.



AdobeStock

Sauna-lehti on nyt myös somessa!

Tule seuraamaan Sauna-lehteä sosiaaliseen mediaan.

Löydät meidät



@saunalehti



@sauna_lehti

Jos näkyvyys Sauna-lehden sosiaalisen median kanavissa kiinnostaa, ole yhteydessä päätoimittajaan: lehti@sauna.fi



Kaunissaaren Puusauna palkittiin Wallpaper Design Awardsissa

Arkkitehti **Jaakko Torvisen** suunnittelema Puusauna on voittanut brittiläisen Wallpaper-lehden Wallpaper Design Awards 2026 -palkinnon Life-Enhancer of the Year -kategoriassa.

Kaunissaarella sijaitseva sauna yhdistää perinteisen hirsirakentamisen moderniin arkkitehtuuriin. Rakennuksessa kokonaisa, vain vähän käsiteltyjä puunrunkoja on käytetty kantavina rakenteina. Palkintoraati kiitti erityisesti saunan luonnonläheisyyttä, materiaalien kekseliästä käyttöä ja kokonaisuutta, jossa sauna nähdään paitsi peseytymisen ja löylyjen paikkana myös rauhoittumisen, luonnon kokemisen ja arkkitehtuurin kohtamispaikkana. Saunakokonaisuuteen kuuluu myös minimalistinen teehuone, josta avautuvat näkymät merelle.

Wallpaperin Life-Enhancer of the Year -kategoriassa palkitaan muotoilua, jonka katsotaan lisäävän hyvinvointia ja rikastavan arkea.

Lähde: Aalto-yliopisto



Tebian Design

Lappeenrannan rantasauna jäi ilman yrittäjää

Lappeenrannan Kaupunginlahdelle suunnitellun uuden saunan toteutus on pysähtynyt ainakin toistaiseksi. Kaupunki ei ole löytänyt hankkeelle kiinnostunutta yrittäjää, minkä vuoksi sauna ei ole tällä hetkellä aktiivisessa suunnittelussa.

Vielä keväällä kaupunki arvioi, että Kaupunginlahdella voisi päästä saunomaan parhaimmillaan jo talvella 2026–2027. Kaupunginarkkitehti **Maarit Pimiän** mukaan suunnitteluun voidaan kuitenkin palata, jos sopiva yrittäjä löytyy.

Rantasauna on ollut osa Lappeenrannan laajaa Meijän rannat -kehittämissuunnitelmaa, jolla uudistetaan kaupungin keskustan ranta-alueita. Sauna on herättänyt keskustelua myös kaupunkilaisten keskuudessa.

Lähde: Yle



Havainnekuva WSP Finland Oy

Lappeenrannan kaupunginlahti voisi tulevaisuudessa näyttää tältä.

Oikaisu: Saunaravintola Kiulun omistus

Sauna-lehden numerossa 2/2026 julkaistussa jutussa annettiin virheellisesti ymmärtää, että Saunaravintola Kiulu olisi vaihtanut omistajaa Ähtärin leirintäalueen kaupan yhteydessä.

Saunaravintola Kiulun omistaa Ravintola Kiulu Oy, jonka omistaja on **Joni Hakoniemi**. Ravintolalla ei ole yhteyttä Ähtärin leirintäalueen omistukseen tai LF Kiinteistöihin.

Sauna-lehti pahoittelee virhettä.

Tarkennus diplomaatteja käsitelleeseen juttuun

Sauna-lehden numerossa 2/2026 sivuilla 28–29 julkaistussa jutussa oli ristiriitaista tietoa vierailulle osallistuneiden diplomaattien edustamien maiden määrästä. Jutun eri kohdissa maiden lukumääräksi ilmoitettiin 8, 13 ja 14.

Saunomassa olleiden maiden oikea lukumäärä on 13 maata: Armenia, Itävalta, Tanska, Suomi, Ranska, Unkari, Japani, Hollanti, Norja, Malesia, Meksiko, Romania ja Yhdysvallat.

Sauna-lehti pahoittelee epäselvyyttä ja kiittää lukija **Leo Kiviniemeä** tarkkaavaisuudesta.

Oikaisu: Topi Vesterin juhannussaunamuisto

Sauna-lehden numerossa 2/2026 julkaistuu **Topi Vesterin** juhannussaunamuistoon päätyi kaksi virhettä. Vesterin mainitsemassa saunassa oli kertalämmitteinen pönttökiuas, ei kertakäyttöinen kiuas. Lisäksi Vesterin äidin Eevan nimi Savon murteella lausuttuna on Leva, ei Leva. Vesterin muiston mukaan juuri Leva oli hänen ensimmäinen sanansa, jonka hän lausui juhannussaunan lauteilla vuonna 1957.

Sauna-lehti pahoittelee virheitä.

RÄNDÖM Sauna Fresh

– palautusjuoma, joka yhdistää hyvinvoinnin,
kulttuurin ja hyväntekeväisyyden

RÄNDÖM Sauna Fresh on uusi suomalainen konsepti, joka yhdistää saunajuoman, kulttuurin ja nuorisotyön.

RÄNDÖM Sauna Fresh on alkoholiton palautusjuoma saunan jälkeen nautittavaksi ja se sisältää kuusenkerkkää, seljankukkaa ja elektrolyyttejä. Lisäksi Sauna Fresh sisältää magnesiumia sekä Zensera™-sitruunamelissauutetta. Juoma on alkoholiton, kofeiiniton ja vegaaninen eikä se sisällä keinotekoisia makeutusaineita. Maku on valmistajan mukaan raikas ja tasapainoinen.

Jokainen juomatölkki on myös portti suomalaiseen kulttuuriin. Kun skannaa tölkin QR-koodin, avautuu portti suomalaiseen kulttuuriin. Galleriassa on 108 teosta, tarinaa ja muuta sisältöä suomalaisen taiteen, muotoilun, musiikin, elokuvan, innovaatioiden ja kulttuurihistorian eri alueilta. Koskaan ei tiedä, mitä koodin takaa paljastuu – siksi brändin nimikin on RÄNDÖM.

Kaiken lisäksi jokaisesta myydyistä Sauna Fresh -tölkistä lahjoitetaan 10 senttiä valtakunnallisen Nuori Kulttuuri -toiminnan tukemiseen. Näin jokainen tölkki auttaa luomaan nuorille mahdollisuuksia tehdä, kokea ja löytää kulttuuria.

Sauna Fresh -juomaa voi tilata verkkokaupasta
www.randomoriginals.com

Sauna-lehden lukijat saavat 20 % alennuksen tilauksista
koodilla SAUNASEURA.



Emendon tuotteilla tunnelmaa saunaan ympäri vuoden

Vuonna 1986 perustetun suomalaisen Emendon valikoimaan kuuluu laajasti sauna- ja hyvinvointituotteita löyly- ja saunatuksuista tekstiileihin ja muihin saunatarvikkeisiin. Perusvalikoiman rinnalle tuodaan uusia tuotteita kaksi kertaa vuodessa, kesä- ja joulusesonkiin.

Kausiuutuuksissa tuksuilla on erityinen rooli. Niiden avulla saunaan voidaan tuoda vuodenaikaan sopivaa tunnelmaa, jota täydentävät tekstiilit ja muut saunatarvikkeet. Emondon kaikki sauna- ja löylytuksut valmistetaan Suomessa.

Tämän vuoden joulu-uutuuksiin kuuluvat Revontuli-löylytuksu sekä Hohde & Kajastus-saunatuksut. Revontuli on lämpimän mausteinen sitrustuksu, jossa yhdistyvät raikkaat sitrushedelmät ja jouluiset mausteet. Hohde & Kajastus-pakkauksessa puolestaan kohtaavat raikas eukalyptus ja pehmeän lämmittävät mausteet.

Myös kesällä 2026 valikoimaan tulleet tummanharmaat vohvelikan-kaiset saunatekstiilit sopivat hyvin syksyn ja talven saunahetkiin. Tekstiilit on valmistettu 60-prosenttisesti bambusta ja 40-prosenttisesti kierrätetystä puuvillasta. Ajattoman tummanharmaaseen sarjaan kuuluvat pefletti, laudeliina ja saunatyyny.

Valikoimassa on lisäksi valmiiksi koottuja pakkauksia, joihin on yhdistetty tuotteita saunomiseen ja itsensä hemmotteluun. Ne ovat myös oiva lahjaidea!

Emendo kehittää tuotteitaan luonnonmukaisuus ja vastuullisuus huomioiden ja lisää jatkuvasti uusiutuvien ja kierrätettyjen materiaalien osuutta tuotteissaan ja pakkauksissaan.

Lisätietoja: www.emendo.fi



Saunatekstiili, joka kudotaan juuri teidän näköiseksi

Jokipiin Pellavan tarina alkoi vuonna 1920 Jalasjoen rannalta, jonne **Asser Laurila** perusti sahan. Villan ja pellavan kehruuseen siirryttiin seuraavina vuosikymmeninä, pellavakankaiden kudonta alkoi 1950-luvulla ja valmiiden tuotteiden ompelu 1960-luvulla. Nykyään Jokipiin kylässä toimiva perheyritys valmistaa pellavatekstiilejä jo kolmannessa ja neljännessä sukupolvessa.

Yli sadassa vuodessa tuotanto on kehittynyt, mutta tekstiilit syntyvät edelleen omalla tehtaalla Etelä-Pohjanmaalla – langasta valmiiksi tuotteeksi. Erityisen tärkeäksi osaksi toimintaa ovat nousseet yrityksille ja yhteisöille valmistettavat liike- ja henkilöstölahjat.

Valtaosa Jokipiin Pellavan valmistamista saunatekstiileistä annetaankin lahjaksi joulun aikaan. Pellavainen saunatuote on käytännöllinen ja pitkäikäinen tapa muistaa henkilöstöä, asiakkaita tai



yhteistyökumppaneita. Samalla se välittää suomalaisuuteen, saunakulttuuriin ja kestävään käyttöön liittyviä arvoja.

Yrityslahjan ei kuitenkaan tarvitse olla valmis vakiotuote, johon vain lisätään logo, sillä tekstiilit voidaan suunnitella ja kutoa asiakkaan oman visuaalisen ilmeen mukaisesti. Lähtökohtana voi olla logo, graafinen elementti, väri tai kokonaan yritykselle suunniteltu kuosi. Koska kuvio kudotaan osaksi kangasta, se kestää käyttöä ja pesua haalistumatta tai kulumatta pois.

Tuotantoa on kehitetty niin, että myös pienet räätälöidyt erät ovat mahdollisia. Näin oman brändin mukainen pellavatekstiili sopii suurten yritysten lisäksi myös pienemmille organisaatioille ja yhteisöille.

Omalla kuosilla voidaan toteuttaa esimerkiksi laudeliinoja, peflettejä, saunatyynyjä ja pyyhkeitä. Valikoimaan kuuluvat lisäksi kylpytakit ja muut saunaan ja kylpyyn sopivat tekstiilit. Lopputuloksena on lahja, joka ei jää kaapin perälle, vaan kulkee mukana saunaan, mökille ja arjen käyttöön vielä pitkään.

Lisätietoja www.jokipiinpellava.fi

Uusi opas kokoaa suomalaisen saunan huollon yksiin kansiin

Sauna-asiantuntija ja kirjailija **Lassi A. Liikkasen** uusi englanninkielinen kirja *The Guide to Finnish Sauna Maintenance* ilmestyi syyskuussa. Käytännönläheinen opas neuvoo, miten sauna pidetään puhtaana, turvallisena, toimivana ja hyvässä kunnossa mahdollisimman pitkään.

104-sivuiseen kirjaan on koottu yli 50 saunan huoltoon liittyvää toimenpidettä. Mukana ovat niin tavallinen puhtaanaapito kuin lauteiden, kiukaan ja kiuaskivien huolto sekä monet muut kodin ja yleisten saunojen ylläpitoon liittyvät tehtävät. Kirjassa on yli sata aiemmin julkaisematonta valokuvaa ja kuvitusta sekä seitsemän suomalaista yleistä saunaa esittelevää tapausta. Kirjassa on kuvia myös Suomen Saunaseuran Saunatalosta.

Liikkanen on laatinut teoksensa tutkimustiedon, haastattelujen ja oman käytännön kokemuksensa pohjalta. Oppaan tavoitteena on auttaa sekä yksityisen saunan omistajaa että yleisen tai kaupallisen saunan ylläpidosta vastaavaa tunnistamaan tärkeimmät huoltotoimet ja tekemään ne oikeaan aikaan.

The Guide to Finnish Sauna Maintenance on Liikkasen kolmas saunaa käsittelevä tietokirja. Aiemmin häneltä ovat ilmestyneet *The Secrets of Finnish Sauna Design* sekä *Finnish Sauna: Steam, Wood, Stone and How to Build Your Own*. Saunologia.fi-sivuston perustajana tunnettu Liikkanen työskentelee myös saunasuunnittelun ja -teknologian parissa Suomessa ja kansainvälisesti.

Kirja on saatavana sekä pehmeä- että kovakantisena ja sitä myydään kansainvälisesti Amazonin ja IngramSparkin kautta.

Lisätietoja: www.saunologia.fi



Sauna/ingin seerumisuihke kosteuttaa ihoa saunan jälkeen

Suomalainen Sauna/ing kehittää luonnonkosmetiikkaa ja muita tuotteita suomalaisen saunomisen rituaaleihin. Sauna Serum Mist on kasvoille tarkoitettu seerumisuihke, joka on kehitetty erityisesti saunan jälkeiseen ihonhoitoon. Kosteuttavan ja ihoa hoitavan suihkeen ainesosiin kuuluu muun muassa suomalaisen Origin by Oceanin leväpohjainen OCEANBOOST™-raaka-aine eli fucoidan. Tuote on FI-Natura-sertifioitua luonnonkosmetiikkaa ja vegaaninen. Sauna/ingin tuotteet valmistetaan Suomessa. Valikoimaan kuuluu ihonhoitotuotteiden lisäksi saunatuoksujia sekä uusi Sauna Clean & Care -sarja saunan puhdistukseen ja hoitoon.

Lisätietoja: www.sauna-ing.com



RUHTINAALLISEN HYVÄÄ

Setelillä saunaan -kampanjan voima on ihmisissä

Käynnistimme syyskuun alussa Suomen Saunaseuran historian mittakaavassa varsin poikkeuksellisen hankkeen. Setelillä saunaan -kampanjan ja kansalaisaloitteen tavoitteena on saada saunominen ja saunapalvelut työnantajien tarjoamien liikunta- ja kulttuurietujen piiriin.

Kampanjaa on valmisteltu pitkään, mutta syyskuussa työ tuli näkyväksi myös suurelle yleisölle. Kansalaisaloite julkaistiin, kampanjasivut avattiin ja Setelillä saunaan alkoi näkyä sosiaalisessa mediassa.

Samaan aikaan teemme myös vaikuttamistyötä muulla tavalla. Eduskunnan käsittelyssä on parhaillaan HE 113/2026 vp tuloverolain muuttamisesta. Esityksessä ehdotetaan työnantajan tarjoaman verovapaan liikunta- ja kulttuuriedun enimmäismäärän nostamista 400 eurosta 540 euroon sekä edun käyttöalan laajentamista uusiin kohteisiin, kuten kalastukseen ja metsästykseen.

Olemme olleet yhteyksissä kansanedustajiin, jotta jo tässä yhteydessä verovapaa liikunta- ja kulttuurietu laajennetaan koskemaan saunomista. Palaute on ollut positiivista kautta linjan.

Työtä tehdään siis monella rintamalla. Kansalaisaloite on silti ehdottomasti vaikuttamistyömme näkyvin osuus.

Mitä sitten yksittäinen jäsen voi tehdä? Ensimmäinen ja helpoin asia on tietenkin allekirjoittaa aloite itse. Sen jälkeen vielä tärkeämpää on kertoa siitä muille. Lähetä linkki ystävälle. Kerro aloitteesta työpaikan kahvipöydässä. Jaa kampanjan julkaisu sosiaalisessa mediassa. Kerro siitä omassa saunaporukassasi, talviuintipaikallasi tai mökkinaapurille.

Jos kuulut johonkin yhdistykseen tai muuhun yhteisöön, voit kysyä, voisiko kampanjasta tiedottaa myös siellä. Jos tunnet yleisen saunan tai talviuintipaikan yrittäjän tai ylläpitäjän, vinkkaa kampanjasta myös hänelle.

Saunaseura voi käynnistää kampanjan, tuottaa materiaalit, tavata päättäjiä ja pitää asiaa esillä julkisuudessa, mutta lopulta tämän kampanjan voima syntyy kuitenkin ihmisistä.

Saunakulttuuriakaan ei ylläpidetä vain Vaskiniemessä. Se elää saunoissa, lauteilla, avannoilla, mökeillä ja ihmisten välisissä kohtaamisissa.

Tehdään yhdessä töitä sen eteen, että saunan asema näkyisi myös suomalaisessa yhteiskunnassa.

*Janne Koskenniemi
Toiminnanjohtaja*



Reetta Virtanen

SAUNASEURAN KUULUMISIA

Syyskauden aukioloajat päätetty

Syyskaudella Saunatalo on auki seuraavasti:

- 4.10. sunnuntai, perhesaunapäivä
- 31.10. pyhäinpäivä, Saunatalo avoinna normaalisti
- 22.11. sunnuntai, perhesaunapäivä
- 6.12. Suomen itsenäisyyspäivä, Saunatalo kiinni
- 24.12. jouluaatto, jaettu saunapäivä: naiset saunovat klo 10–13 ja miehet saunovat klo 13.30–17.
- 25.12. joulupäivä, Saunatalo kiinni
- 26.12. tapaninpäivä, Saunatalo kiinni
- 31.12. uudenvuodenaatto, jaettu saunapäivä: naiset saunovat klo 10–13 ja miehet saunovat klo 13.30–17.
- 1.1. uudenvuodenpäivä, Saunatalo kiinni
- 2.1. lauantai, Saunatalo kiinni

Reetta Virtanen



Saunamaksujen hinnaston uudistaminen jatkuu – aiemmin ilmoitetut korotukset eivät tulleet voimaan 1.9.



Reetta Virtanen

Suomen Saunaseuran johtokunta on päättänyt tarkastella saunamaksujen hinnastoa aiemmin suunniteltua laajemmin. Tämän vuoksi aiemmin ilmoitetut kertamaksujen korotukset eivät tulleet voimaan 1. syyskuuta.

Aiemman päätöksen mukaan aikuisten saunamaksu olisi noussut 12 eurosta 14 euroon sekä nuoris- ja seniorijäsenten maksu kuudesta eurosta seitsemään euroon.

Hinnaston uudistamisessa halutaan huomioida erilaiset jäsenryhmät ja heidän tarpeensa. Samalla tavoitteena on säilyttää seuran palveluiden korkea laatu ja turvata toiminnan taloudelliset edellytykset myös tulevaisuudessa.

Johtokunta valmistelee hinnastouudistuksen huolellisesti ja tiedottaa uudesta hinnastosta kuluvan vuoden aikana. Nykyiset saunamaksut säilyvät siihen saakka ennallaan.

Tule syyskokoukseen – siellä jäsenen ääni kuuluu

Suomen Saunaseuran syyskokous on yksi vuoden tärkeimmistä mahdollisuuksista jäsenille vaikuttaa seuran toimintaan ja tulevaisuuteen. Kokoukseen ovat tervetulleita kaikki Saunaseuran jäsenet.

Syyskokouksessa tehdään päätöksiä, jotka vaikuttavat suoraan seuran seuraavaan toimintavuoteen. Kokouksessa muun muassa:

- päätetään seuraavan vuoden jäsenmaksuista ja muista maksuista

- käsitellään ja hyväksytään seuraavan vuoden toimintasuunnitelma
- käsitellään johtokunnan ja jäsenten sääntöjen mukaisesti tekemät esitykset.

Osallistumalla syyskokoukseen saat ajan-kohtaisen kuvan Saunaseuran toiminnasta ja tulevaisuuden suunnitelmista. Samalla voit käyttää ääntäsi yhteisissä päätöksissä ja uusien johtokunnan jäsenten valinnassa.

Mitä useampi jäsen osallistuu, sitä laajemmin jäsenistön näkemykset ovat mukana seuran tulevaisuutta koskevilla ratkaisuisilla. Tule siis mukaan kuulemaan, keskustelemaan ja vaikuttamaan!

Suomen Saunaseuran vuoden 2026 syyskokous järjestetään 2. marraskuuta. Tarkemat tiedot kokouspaikasta, aikataulusta ja ilmoittautumisesta toimitetaan jäsenille uutiskirjeessä.

Johtokuntahaku herätti laajaa kiinnostusta



Reetta Virtanen

Suomen Saunaseuran johtokuntahaku herätti paljon kiinnostusta. Kevätkouksen valitsema nimitysvaliokunta vastaanotti määräaikaan mennessä toistakymmentä hakemusta.

– On hienoa nähdä, että Saunaseuran kehittäminen ja yhteisen saunakulttuurimme edistäminen kiinnostavat jäseniämme. Hakemusten määrä ja hakijoiden laatu, moninaisuus sekä motivoituneisuus toimia seuran hyväksi olivat kaikkien aikojen ennätystasoa. Tämä antaa nimitysvaliokunnalle hyvän pohjan jatkaa valintaprosessia, kertoo nimitysvaliokunnan puheenjohtaja **Antti Säiläkivi**.

Nimitysvaliokunta on käynyt hakemukset läpi ja niiden perusteella kutsunut hakijoita haastatteluihin. Haastattelujen jälkeen valiokunta tekee syyskoukselle virallisen ehdotuksensa sekä johtokunnan jäsenten lukumääräksi, että johtokuntaan erovuoroisten jäsenten tilalle valittavista henkilöistä. Saunaseuran sääntöjen mukaan johtokuntaan kuuluu puheenjohtajan lisäksi kahdeksasta kymmeneen jäsentä. Tänä vuonna nykyisestä johtokunnasta on erovuorossa neljä jäsentä.

IN MEMORIAM

Henrik ”Henkka” Työpönen

Henrik ”Henkka” Työpönen menehtyi äkillisesti lomamatkalla 31.8.2026. Hän oli kuollessaan 51-vuotias.

Henkka oli pitkän linjan rahoitusalan ammattilainen ja työskenteli Wärtsilän palveluksessa. Hänen polkunsaa Saunaseuran jäseneksi oli perinteinen: ensin Saunatalolle kaverin vieraana, välitön ihastuminen saunoihin ja sen jälkeen jäsenyyden hakeminen.

Jäsenyyttä ehti kertyä 22 vuotta. Näihin vuosiin mahtui muun muassa Henkan 40-vuotissyntymäpäivien viettäminen Saunatalolla. Vuonna 2025 Henkka valittiin miesten puolelta Vuoden saunojaksi. Tunnustus merkitsi hänelle todella paljon, ja hän oli siitä aidosti ylpeä.

Vuoden saunoja -tunnustuksen yhteydessä Henkkaa kiitettiin hänen positiivisuudestaan ja ystävällisyydestään. Erityismaininnan sai hänen tapansa ottaa muut ihmiset huomioon. Henkka oli rakentava ja toisia kunnioittava. Hän arvosti suuresti saunaveljien kanssa käytyä keskustelua ja saunalla vietettyjä hetkiä. Hänen omien sanojensa mukaan ”niissä on mukana elämäniloa, viisautta ja myös aitoa välittämistä”.

Henkan lempilausahdus olikin: *Jokainen saunapäivä on hyvä päivä.*



Reetta Virtanen

MUISTOKIRJOITUS

Saunaveli Henkka

Tutustuin Henkkaan noin kaksi ja puoli vuotta sitten, kun minut valittiin Saunaseuran jäseneksi. Joku johtokunnan jäsen taisi myöhemmin kutsua meitä jopa ”majakaksi ja perävaunuksi”.

Jäsenyyttäni edeltänyt vuosi oli ollut yksi elämäni vaikeimmista. Ajattelin silloin, että jos minut valitaan Saunaseuraan, minä jaksan. Ja sinä vuonna minut valittiin.

Ensimmäisen viikon palloilin keltanokkana Saunatalolla. En oikein tiennyt, minne mennä, enkä tuntenut yhtään ketään.

Sitten ensimmäisellä viikollani Saunaseuran takapihalla minua vastaan käveli alaston mies. Hän ojensi kätensä ja sanoi:

”Minä olen Henkka. Näyttää siltä, että olet uusi täällä. Oletko muuten kokeillut mobiilisaunaa? Se on tuossa kulman takana.”

Siihen hetkeen elämässäni tarvitsin vain jonkun ihmisen, joka ojentaisi minulle auttavan käden.

Sen käden mukana tuli ihminen, ystävä ja saunaveli.

Saunoimme Henkan kanssa seuraavat kaksi ja puoli vuotta noin neljä kertaa viikossa. Saunaseuran remontin aikana löysimme lisäksi Poliisien kesäkodin saunan sunnuntaivuoron. Parhaimmillaan saunoimme kuukausien ajan yhdessä viitenä päivänä viikossa.

Lopulta vietimme yhdessä myös vappuja ja uusia vuosia Poliisien saunalla silloin, kun Saunaseura oli kiinni. Viime ja tänä vuonna aloimme tehdä yhdessä retkiä saunafestivaaleille ja muihin saunoihin ympäri Suomea.

Vielä kuolemaansa edeltäneellä viikolla Henkka valmisti meille seuraavaa saunaretkeä.

Henrik oli poikkeuksellinen saunaveli.

Yksi minulle rakkaimmista muistoista liittyy saunalle saapumiseen. Minä työskentelin Kalasatamassa ja Henkka Ruoholahdessa. Emme käytännössä koskaan sopineet kellonaikaa, jolloin tulisimme Saunaseuralle. Joskus tulimme kuudelta, joskus vasta puoli kahdeksalta illalla.

Silti lukuisia, jopa satoja kertoja, saavuimme parkkipaikalle täsmälleen samaan aikaan. Välillä Henkka oli juuri pysäköimässä, kun minä ajoin paikalle. Toisinaan hän oli juuri nousemassa autostaan.

Nauroimme yhdessä sille, että meidän välillämme täytyi olla jokin ihmeellinen yhteys.

Minua hymyilytti myös pieni tapa, joka syntyi vuosien aikana sekä ennen Saunaseuran remonttia että sen jälkeen. Kun tulin saunalle, katsoin ensimmäisenä lattialla tai hyllyssä olevia kenkiä. Tunnistin Henkan kengät jo kaukaa ja tiesin heti, onko hän ehtinyt paikalle ennen minua.

Saunailtojen lopussa tilanne oli usein päinvastainen. Talosta olivat muut jo lähteneet, ja kenkähyllyssä oli jäljellä enää kahdet kengät: Henkan ja minun. Otin siitä monta kertaa puhelimellani kuvan ja näytin sen Henkalle. Vitsailimme aina samalla tavalla: ”Jonkunhan tämä saunatalokin pitää sulkea.”

Ne kuvat merkitsevät minulle nyt enemmän kuin olisin koskaan voinut kuvitella. Kahdesta viimeisestä kenkäparista toista ei enää nähdä saunatalon lattialla tai hyllyssä. Jäljelle jäävät muistot kaikista niistä illoista, jolloin lähdimme viimeisinä yhdessä kotiin.

Minulle Henkasta jäivät erityisesti mieleen hänen hymynsä ja heleä naurunsa. Vielä vahvemmin mieleen jää kuitenkin hänen tapansa huomioida muut ihmiset ja välittää heistä.

Me saatoimme itse pitää kovistakin löylyistä ja heittää paljon vettä kiukaalle. Mutta jos meidän porukassamme innostuttiin liikaa, Henkka saattoi jälkeensä sanoa: ”Muista, kaikki muut pitää ottaa huomioon. Me voimme saunoa sitten lopuksi rajummin, mutta silloin kun saunassa on ihmisiä, jotka eivät tykkää niin kovista löylyistä, kaikki saunojat pitää ottaa huomioon.”

Se kertoi Henkasta paljon.

Kaikkein hienointa Henkan kanssa saunomisessa oli kuitenkin nähdä, kuinka hän hymyili ja nauroi ja kuinka hän selvästi voi saunomisen jälkeen paremmin.

Kaikkein rakkaimpia ovat ehkä ne hiljaisemmat hetket saunomisen jälkeen. Saatoimme jäädä Saunaseuralla jälkihikipenkille istumaan. Poliisien saunalla muut olivat jo lähteneet kotiin, mutta me jäimme nojailemaan autooni ja keskustelemaan. Joskus puhuimme siinä vielä 45 minuuttia saunomisen jälkeen.

Tai sitten olivat ne hetket, jolloin saunassa ei ollut ketään muuta kuin minä ja Henkka, ja Henkka halusi kertoa minulle elämästään.

Ne hetket ovat minulle kaikkein rakkaimpia.

Kun tieto Henkan kuolemasta tuli, maailma tuntui hetkeksi pysähtyneen. Uutinen tuli niin täydellisesti puun takaa, ettei mieli suostunut ottamaan sitä vastaan. Vielä hetkeä aikaisemmin Henkka oli ollut osa tavallista elämäämme, seuraavaa saunailtaa ja seuraavaa retkeä. Yhtäkkiä häntä ei enää ollut.

Ensimmäiset päivät olivat vaikeita. Luulen, että mieli yritti suojella itseään kieltämällä tapahtuneen. Sen jälkeen menttiin ilta, yö ja aamu kerrallaan, kyyneleet valuen ja Henkkaa muistellen.

Jos yhden asian erityisesti haluan Henkasta säilyttää mukana omassa elämässäni, se on hänen poikkeuksellinen tapansa keskustella ihmisten kanssa, kuunnella toista, välittää ja suhtautua elämään positiivisesti.

Henkka osasi nähdä hyvää ihmisissä. Hän osasi nähdä hyvää elämässä.

Jos jotain toivon oppineeni Henkalta, se on juuri tuo tapa katsoa elämää ja kaikkia ihmisiä täällä maapallon päällä positiivisuuden ja välittämisen kautta.

Ja ehkä juuri siksi Henkan oma lausahdus tuntuu nyt vielä merkityksellisemmältä:

”Jokainen saunapäivä on hyvä päivä.”

Rakkaudella saunaveljeä Kunnioittaen,
saunaveli Joonas



Teksti: Sauna-lehti

Setelillä saunaan -kampanja:

Näin Saunaseura vie kansalaisaloitetta eteenpäin

Suomen Saunaseura käynnisti syyskuussa Setelillä saunaan -kansalaisaloitekampanjan. Sen tavoitteena on saada saunominen työnantajien tarjoamien liikunta- ja kulttuurietujen piiriin. Kampanjaa tehdään yhdessä saunayrittäjien, saunaseurojen ja muiden saunomisen ystävien kanssa, ja myös Saunaseuran jäsenillä on mahdollisuus osallistua.



Hannu Pakarinen

Miksi Saunaseura käynnisti kampanjan?

Saunominen on osa suomalaista elämäntapaa ja kulttuuriperintöä. Monelle sauna on myös tärkeä paikka rentoutua, palautua ja viettää aikaa muiden kanssa. Suomalaisen saunakulttuurin merkitys on tunnustettu kansainvälisestikin: se hyväksyttiin Unescon aineettoman kulttuuriperinnön luetteloon vuonna 2020.

Työnantajan tarjoamalla liikunta- ja kulttuuriedulla voi kuitenkin maksaa esimerkiksi kuntosalikäynnin, elokuvaipun tai konsertin, mutta ei pelkkää saunomista yleisessä saunassa. Uimahallissa saunominen puolestaan voi sisältyä liikuntaedulla maksettavaan uintikäyntiin.

Suomen Saunaseura haluaa kansalaisaloitteellaan muuttaa nykyistä rajanvetoa. Aloitteessa esitetään, että saunapalvelut hyväksyttäisiin työnantajien tarjoamien verovapaiden liikunta-, hyvinvointi- ja kulttuurietujen käyttökohteiksi. Lisäksi esitetään saunapalveluiden verokohtelun uudelleenarviointia niiden kulttuurisen ja yhteiskunnallisen merkityksen näkökulmasta.

Aloite liittyy suoraan Saunaseuran perustehtävään: suomalaisen saunakulttuurin vaalimiseen, edistämiseen ja kehittämiseen.

Saunaseuran toiminnanjohtaja **Janne Koskenniemi** korostaa, että aloitteella halutaan saunakulttuurin vaalimisen lisäksi auttaa nimenomaan saunayrittäjiä.

– Saunaseuran näkemyksen mukaan mahdollisuus käyttää henkilöstöetuja saunomiseen voisi tuoda yleisiin saunoihin uusia asiakkaita ja vahvistaa niiden toimintaedellytyksiä. Tavoitteena on samalla tukea yleisten saunojen säilymistä ja saunakulttuurin saatavuutta myös niille, joilla ei ole omaa saunaa tai työnantajan tarjoamia henkilöstöetuja.

Aloite ei velvoittaisi työnantajia tarjoamaan uusia henkilöstöetuja. Se laajentaisi niiden työntekijöiden valinnanmahdollisuuksia, joilla etu on jo käytössään.

Miten kampanjaa tehdään?

Kampanja käynnistyi syyskuun alussa, ja sitä tehdään näkyväksi niin somessa kuin yleisissä saunoissa. Sosiaalisen median lisäksi tietoa aloitteesta levitetään saunaseurojen, saunayrittäjien ja muiden yhteistyökumppaneiden kautta.

– Kampanjan verkkosivuilta voi ladata maksutta julisteita ja sosiaalisen median materiaaleja omaan käyttöönsä. Haluamme, että

mahdollisimman moni mahdollisimman matalalla kynnyksellä jakaa tietoa kampanjasta, kertoo Sauna-lehden päätoimittaja **Karoliina Saarnikko**, jonka viestintäalan yritys vastaa kampanjan toteutuksesta.

Kampanja on saanut tuekseen myös julkisuudesta tuttuja suomalaisia. Mukana ovat muun muassa laulaja **Hanna Pakarinen**, tuottaja-näyttelijä **Minna Haapkylä**, jääkiekkoilija **Niklas Hagman**, tietokirjailija **Jenni Janakka** sekä radiotoimittaja **Harri Moisio**. Heistä osa osallistui myös syyskuussa järjestettyyn lanseeraustilaisuuteen.

Saunaseura tekee kampanjan yhteydessä myös vaikuttamistyötä. Kansanedustajille ja heidän avustajilleen on toimitettu aineistoa saunomisen asemasta ja tavoittelevansa asian huomioimista jo vireillä olevan tuloverolain muutoksen käsittelyssä.

Miten kansalaisaloite etenee?

Kansalaisaloitteen kannatusilmoituksia alettiin kerätä 1. syyskuuta. Keräysaika kestää kuusi kuukautta ja päättyy 1. maaliskuuta 2027.

Jos aloite kerää vähintään 50 000 hyväksyttyä kannatusilmoitusta, se voidaan toimittaa eduskunnan käsiteltäväksi. Digi- ja väestötietovirasto tarkastaa kannatusilmoitukset ja vahvistaa niiden määrän ennen aloitteen toimittamista eduskuntaan.

Eduskuntakäsittely ei automaattisesti tarkoita, että aloite toteutuisi sellaisenaan. Eduskunta päättää, johtaako aloite lainsäädäntötoimiin tai muuhun jatkovalmisteluun.

Allekirjoituksia on kertynyt tämän lehden painoon mennessä vajaat 3 000 kappaletta.

Kampanjan verkkosivut löytyvät osoitteesta www.setelillasaunaan.fi



Hannu Pakarinen



Hannu Pakarinen

Näin Saunaseuran jäsen voi osallistua kampanjaan

Toivomme, että mahdollisimman moni saunaseuralainen osallistuu kampanjaan. On useita tapoja olla mukana. Saunaseura on koonnut jäsenilleen ohjeet ja valmiit materiaalit, joita voi hyödyntää omissa kanavissa, työpaikoilla ja saunomisen yhteydessä.

1. Tutustu aloitteeseen ja halutessasi allekirjoita se. Aloitetta voi kannattaa Kansalaisaloitepalvelussa. Kannatusilmoituksen voi tehdä äänioikeutettu Suomen kansalainen.

2. Jaa kampanjan materiaalia. Kampanjan verkkosivuilta voi ladata valmiita somekuvia ja julisteita. Materiaalia voi jakaa esimerkiksi omissa kanavissa, työpaikalla tai saunayhteisössä.

3. Kerro oma näkemyksesi. Kampanjassa voi julkaista kuvan tai videon kampanjakyltin kanssa ja kertoa omin sanoin, mitä sauna itselle merkitsee. Kampanjan julkaisut löytyvät Instagramista ja Facebookista tunnuksella **@setelillasaunaan**.

4. Osallistu keskusteluun päättäjien kanssa. Saunaseura on ehdottanut jäsenille myös yhteydenottoja oman alueen kansanedustajiin. Viestissä voi kertoa oman näkemyksensä aloitteesta ja saunapalveluiden asemasta henkilöstöedussa.

Saunaa, talviuintipaikkaa, yritystä tai muuta yhteisöä edustavat voivat tiedustella kampanjayhteistyöstä osoitteesta **setelillasaunaan@sauna.fi**.

Saunasiskot seikkailevat – taas!

Viime kesänä remonttiaikaiseen saunavajeeseen perustettu Saunasiskot seikkailevat -ryhmä teki jälleen saunaretkiä. Tällä kertaa ne suuntautuivat muun muassa Mänttään ja Latviaan.



Anne Harju

Saunasiskot lounaalla Autereentuvalla Serlachius-museo Göstan pihapiirissä.

Teksti: Merja Salonen Di Giorgio

Taidesaunaretki Keski-Suomessa

Viime vuoden pitkän remonttitaun yli pääsemiseen perustettiin kaikille saunasiskoille avoin Saunasiskot seikkailevat -WhatsApp-ryhmä. Ryhmässä kuka vaan voi ehdottaa ja järjestää saunaretken. Vaikka tänä vuonna remonttitauko oli lyhyt, oli ryhmän yleisessä pulinaryhmässä jo keväällä innokkaita suunnitelmia kesälle.



Tuulikki Terho

Honkahovin rantasaunalla saunaseuran muusat inspiroivat taiteilijan ikuistamaan kesäaamun ilonpidon akvarelliin.

Kesätaun aikana kokoonnuimme muun muassa kotisaunassa Lauttasaassa, Lonnin saunassa sekä Enäjärven talviuima-reiden saunassa. Pisimpänä retkenään joukko innokkaita taiteen ja saunomisen ystäviä teki kahden päivän intensiivisen sauna-taideret-ken Mänttään ja Oriveden Purnuun.

Heinäkuuisena tiistaiamuna lähti mat-kaan kaksi kimppakyytiä ja kaksi omia tei-tään ajelevaa saunanystävää. Mäntässä koh-teena oli ensin **Anish Kapoorin** näyttely Serlachius-museossa. Myös perusnäyttelyn ehti katsoa ennen Taidesaunaan astumista.

Taidesaunan pyöreä muoto muistutti mukavasti hetkistä Saunatalon takan ym-pärillä, ja seinien selkää myötäilevä muo-toilu herätti ihastusta saunojissamme.

Kiukaassa riitti kosteita löylyjä. Suihku oli ulkona saunarakennuksen ja pukuhuo-nerakennuksen välissä. Jotkut porisivat paljussa, jotkut pulahtelivat lämpöiseen Melasjärveen. Aurinkoinen sää teki retkes-tä erityisen onnistuneen.

Kaksituntisen taidesaunavuoron päät-teeksi nautimme illallista Mäntän alppi-henkisessä Viinitupa Vuorenmajassa, joka oli hauska ja yllättävä löytö pirkanmaalai-nessa metsässä!

Seuraava aamu alkoi aamusaunal-la yöpymispaikassamme Honkahovis-sa. Sähkösaunan lölyt olivat oivalliset ja ryhmämme otti ilon irti aamu-uinnista Kuoreveden Mäntänlahdessa. Saunasisko **Tuulikki Terho** ikuisti saunailon akvarel-leihinsa saunan terassilla.

Mäntässä ehdimme vielä katsella lisää taidetta. Serlachiuksen Pääkonttorilla oli vaihtuvissa näyttelyissä **Viljami Heinosen** ekspressiiviset ja värikkäät maalaukset sekä **Anssi Kasitonin** luovaa poikamaailman energiaa pursuavat teokset, joita hän oli tehnyt monipuolisesti eri tekniikoin. Peki-lossa oli Mäntän kuvataideviikot. Koko val-tava teollisuustila oli viritetty mustavalkoi-seksi, herkäksi kokonaistaideteokseksi, josta oli vaikea sanoa, missä teokset alkoivat ja tila päättyi ja päinvastoin. Kokonaisuuden oli laatinut kuraattori **Leena Kuumola**.

Vilkaisu Mäntän kirkkoon (W.G. Palmqvist 1928) paljasti kansanomaisia puuveistoksia, joita Serlachiuksen olivat tilanneet kuvanveistäjä **Hannes Autereel-ta** myös pääkonttoriinsa. Hannes Autere tuli maanviljelijäperheestä ja humoristiset kansanelämän aiheet olivat hänelle tuttuja. Helsingissä hänen reliefejään on mm.

eduskuntatalossa. Kallion kirkossa Helsin-gissä pääsee näkemään hänen tekemänsä krusifiksin. Autere palkittiin Pro Finlandia -mitalilla vuonna 1954.

Ryhmämme jatkoi Mäntästä Orivedelle Taidekeskus Purnuun, paikkaan, jon-ka **Aimo Tukiaisen** osti kesäateljeekseen rahoilla, jotka hän sai veistettyään Manner-heimin muistomerkkiveistoksen Postitalon eteen. Se paljastettiin vuonna 1960.

Purnussa oli Tukiaisen ateljeetilojen ja perusnäyttelyn ohella kesänäyttely, joita on järjestetty vuodesta 1967. Tämänvuotisen ke-sänäyttelyn teemana oli Luontonsa mukaan. Harmonisessa ja hyvin kuratoidussa kokonai-suudessa oli teoksia neljältätoista taiteilijalta. Kesänäyttelyä ja Purnun toimintaa meille esit-teli Aimo Tukiaisen Purnun säätiön hallituk-sen pj. **Johanna Pihlajamaa**.

Pihlajamaalta kuulumme, että Purnu tähtää museoksi ja suunnittelee ympä-rivuotista toimintaa päästäkseen sään-nöllisen valtionavun piiriin turvataksaan toimintansa jatkossakin. Kesän pääsy-lipputulolla kun ei valitettavasti toimin-taa pyöritetä. Toivomme pitkää ikää ensi vuonna 60-vuotisjuhlavuottaan viettävälle

Purnulle, joka kiinnostavine näyttelyineen ja upeine saunoineen on kansallisaarre ja helmi kesätaidekohteiden joukossa. Monelle se on myös ainoa paikka, jossa pääsee aidon savusaunan lölyihin.

Ja siitä puheen ollen, ryhmämme pääsi myös Purnun savusaunaan naisten vuorolle. Saunassa vuosisadat vilisivät silmissä, kun aika ja paikka katosivat.

Jälleen kerran sauna ei ollut vain paikka, vaan olotila. Purnun savusaunan vakiokävijät, kausikorttilaiset, ottivat meidät vastaan sellaisella ystävällisyydellä ja luontevuudella, että olimme aivan sanattomia. Vaikka saunaan virallisesti mahtuu vain 4–5 ihmistä, etu- ja takarivistä löytyi tilaa meidän kymmenhenkiselle porukallemme. Noet selästä pestiin Längelmävedessä. Sade alkoi saunan jälkeen hiukan ripsiä. Ryhmämme suuntasi paluumatkoilleen ja ehdimme vielä illaksi kotiin.

Ensi vuonna Mäntässä ja Purnussa taas uudet näyttelyt ja hyväksi havaitut saunat!



Taidekeskus Purnun savusauna.

Anne Harju



Purnun savusauna on entinen karjasuoja, jossa peseydytään ja pukeudutaan tilavassa katoksessa.

Anne Harju



Vesi vanhin voitehista, pitkän pyöräretken jälkeen.

Teksti ja kuvat: Tarja Haapanen

Pyöräretkellä Baltiassa

Kuuden hengen porukkamme on tehnyt jo 15 vuoden ajan pyöräretkiä kesäisin, mm. Baltiassa. Saunominen on aina kuulunut tärkeänä osana retkiimme.

Tänä kesänä yövyimme Konu Dzirvanasissa, Pohjois-Latviassa. Majoituspaikkamme Konun mylly oli kerrassaan hurmaava kohde ja se onkin ollut jo 26 vuoden ajan nähtävyys Pohjois-Latvian luonnonalueella. Siellä voi tutustua mm. villan kierrätys prosessiin.

Huoneet olivat pieniä, mutta hurmaavia, kaikissa omanlaisensa kädenjälki.

Paikan pihasauna Ruja joen varrella oli todellinen nautinto 70 kilometrin pyöräilyn jälkeen.

Kuusi henkeä mahtui mukavasti saunaan. Pukuhuoneen lattia ja seinät oli peitetty pellavalla ja kaisloilla. Saunassa odottivat myös tutut vihdat. Sauna oli hämyinen ja tunnelmallinen. Kiuas oli meikäläisittäin poikkeava, löylyt heitettiin tulipesän päällä olevaan aukkoon, jonka päällä oli tiilipeite ja jonka päällä oli hiekkaa. Löylyt olivat lempeän nautittavat ja jokeen pulahdaminen teki saunomisesta täydellistä.



Sauna – siellä voimaantuu sielu ja keho.



Meren läheisyyden ja saunojen tiheän lämmittämisen vuoksi Saunatalon katto altistuu normaalista kovemmalle rasitukselle. Merenpuoleinen lape on taas pitkään kunnossa. Kuvan vasemmassa laidassa näkyy pihanpuolista lapetta, jossa näkyy selvä ero korjattuun katon osaan.

Teksti: Leena-Kaisa Simola | Kuvat: Taitokatto Oy ja Rakennuttajatoimisto Corro Oy

Saunatalon viideskin julkisivu taas kunnossa

Katon sanotaan olevan rakennuksen viides julkisivu. Saunatalon katon merenpuoleinen lape uusittiin kesätauon aikana ja kuten vanhan korjaamisessa aina, ei tässäkään säästyty yllätyksiltä.

Tauon aikana tehtiin paljon muitakin tärkeitä korjaus- ja huoltotöitä, jotta kovalla käytöllä olevan Saunatalon toiminta olisi taattu.

– Vuosittaiset kunnostustoimet ja huoltokorjaukset ovat Saunatalon koko toiminnan peruspilari, tiivistää kunnossapitotoimikunnan puheenjohtaja **Jouni Niiniahho**.

Viime kesänä suurimmat hankkeet olivat lämmönjakokeskuksen uusiminen ja lämminvesivaraajien vaihtaminen sekä tiilikaton merenpuoleisen lappeen uusiminen. Niiden lisäksi muun muassa uusittiin

kuutossaunan eli Ilmattaren kiuas, lakattiin takahuoneen lattia sekä tehtiin paljon muita pienempiä kunnostus- ja huoltotöitä.

Kattoremontti kiirelistan kärjessä

Maaliskuussa 2026 Saunatalon kuntoraportissa suositeltiin kiireellisyysjärjestyksessä ensimmäisenä merenpuoleisen yläkaton lappeen uusimista.

– Urakkaneuvottelujen aikana laajuudeksi tarkentui aluskatteen uusiminen vanhan umpilaudoituksen päälle. Näin urakka oli selkeä kokonaisuus ja saatiin uusi, tiivis sadetakki uusien kattotiilien alle, kertoo kattoremontin valvojana toiminut **Erja Hentinen** Rakennuttajatoimisto Corro Oy:stä.

Tarjouskilpailun ja neuvottelujen perusteella kattokorjauksen urakoitsijaksi valikoitui Taitokatto Oy.

– Kattotiilet ja niiden alla olevat ruoteet olivat paikoin päässeet heikkoon kuntoon. Lisäksi erityisesti savupiippujen läpivientien kohdalla oli havaittavissa vuotoriskiä. Kokonaisuutena katto oli jo siinä vaiheessa elinkaartaan, että peruskorjaus oli perusteltu ja ajankohtainen, kertoo Taitokaton projektipäällikkö **Ville Kuosmanen**.

Urakassa purettiin vanha vesikaterakenne savitiiliseen, ruoteineen, tuuletusrimoineen ja kermialuskatteineen. Purkutyön jälkeen Taitokatto tarkasti umpilaudoituksen kunnon ja rakensi vesikaton uudelleen asentamalla kermialuskatteen, tuuletusrimat, ruoteet ja savitiilikatteen. Lisäksi rakenteiden toimivuutta parannettiin muun muassa aluskatteen ylösnostohitsauksilla ja varmistamalla riittävä tuuletus.



Saunatalo valmistui vuonna 1952 Helsingin olympialaisiin. Säännölliset ja suunnitelmalliset huolto- ja korjaustoimet ovat pitäneet rakennuksen hyvässä kunnossa.



Reilun neljän viikon aikana urakassa uusittiin niin kermialuskatteet, tuuletusrimat, ruoteet kuin savitiilikatteetkin.

– Ulkopuolinen valvoja oli aktiivisesti mukana koko ajan. Se toi projektiin lisävarmuutta sekä tilaajan että urakoitsijan näkökulmasta, Kuosmanen toteaa.

Asbesti pääsi yllättämään

Se yllätys löytyi vanhoista aluskatteista, joita olikin tuplaten.

– Ennen töiden aloittamista näkyvissä olevasta kermistä tehtiin haitta-ainetutkimus, jossa ei havaittu asbestia. Purkutöissä rakenteista löytyi toinenkin vanhempi kermikerros, joka tutkittiin välittömästi – ja siitä löytyi asbestia, Ville Kuosmanen kertoo.



Uusien savikattotiilien profiili muistuttaa katon alkuperäisten käsin puristettujen savikattotiilien profiilia, joten katon ilme säilyi ennallaan.

Tämän vuoksi purkutyöt seisahtuivat viikoksi lupa-asioden vuoksi. Sen jälkeen töitä jatkettiin asianmukaisena asbestipurkuna.

– Olimme huomioineet tällaisen riskin jo tarjousvaiheessa ja esittäneet tilaajalle etukäteen toimintamallin sekä kustannusvaikutukset myös tämän tilanteen varalle, Kuosmanen toteaa.

Peruskorjaus oli perusteltu ja ajankohtainen.

Töiden viivästys aiheutti sen, että urakan viimeistelytöitä piti tehdä hieman vielä Saunatalon avautumisen jälkeenkin.

– Esimerkiksi pellityksiä tehtiin aikaisin aamulla toiminnan ehdoilla niin, että



Tukevat rakennustelineet ovat olennainen osa turvallista työmaata.

Saunatalon käyttö häiriintyi mahdollisimman vähän, Kuosmanen kertoo.

– Viivästyksestä selvittiinkin hyvin, kun urakoitsija ymmärsi saunojen tilankäytölliset tarpeet turvallisuuden näkökulmasta, Hentinen kiittää.

Tyylä ja ilme säilyivät

Saunatalo on saanut jo lähes ikonisen rakennuksen leiman eli sen alkuperäistä arkitehtuuria ja ulkoista ilmettä kunnioitetaan. Näin tehtiin myös kattoremontissa.

Kattotiileksi valittiin BMI Ormaxin Granat-savikattotiili, jonka profiili muistuttaa perinteisten, käsin puristettujen savikattotiilien profiilia.

– Uusien savitiilien ulkonäkö ja värimaailma vastaavat hyvin alkuperäistä katetta. Rakennuksen tunnistettava ilme säilyi ennallaan, vaikka katon tekninen toimivuus parani, Ville Kuosmanen toteaa.

Kuosmanen mukaan laadukas savitiilikatto kestää merellisessä ympäristössä

useita vuosikymmeniä, kun sitä huolletaan säännöllisesti.

– Saunatalon sijainti aivan meren rannassa ja saunojen lähes jatkuva lämmitys rasittavat kattoja tavallista enemmän, joten kattojen kunnon säännöllinen seurantakin on erityisen tärkeää.

Yhdessä tehtyä laatua

Kattoremontin kaikki osapuolet tuntevat olevan hyvin tyytyväisiä lopputulokseen.

– Työ on tehty teknisesti erittäin hyvin, urakoitsija oli proaktiivinen ja huomioi tilaajan tarpeet urakan aikana. Hanke saatiin käynnistettyä todella lyhyellä aikataululla, ja se onnistui mallikkaasti, Hentinen kuvaa.

Urakalle perustettiin oma WhatsApp-ryhmä, johon kutsuttiin riittävä edustus tilaajan puolelta, urakoitsijan edustus ja työnjohto.

– Ryhmään laitettiin matalalla kynnyksellä viestejä ja kuvia työvaiheista. Tilajalla

oli koko ajan selkeä käsitys urakan etenemisestä avoimen viestinnän ansiosta. Lisäksi ryhmässä saatiin ratkottua nopeasti työaikaisia asioita, Hentinen kertoo.

– Sujuva yhteistyö kaikkien osapuolten kesken näkyy myös lopputuloksen hyvässä laadussa, Kuosmanen toteaa.

Sujuva yhteistyö kaikkien osapuolten kesken näkyy myös lopputuloksen hyvässä laadussa.

Saunatalon viides julkisivu ei kuitenkaan ole vielä kokonaan kunnossa, sillä pihanpuoleiset lapheet odottavat korjausvuoroaan. Yhden kesätauon aikana ei olisi ollut mahdollista tehdä laajempaa kattoremonttia, joten vesikaton muiden osien uusiminen tulee ajankohtaiseksi seuraavien kesätaukojen aikana.

LUKIJALTA

Dear Suomen Saunaseura,

My name is Sebastiaan Mets, and I am a sauna enthusiast and writer from the Netherlands. Over the years, I have developed a deep appreciation for the authentic Finnish sauna tradition, the rituals, and the unique feeling of löyly.

Inspired by this beautiful culture and my experience with the son of my Finnish girlfriend, I wrote a poem titled Tulikaste (Baptism of Fire). It describes the silent transmission of the sauna tradition from one generation to the next, seen through the eyes of an eight-year-old sauna master.

Since your association is the ultimate guardian of this culture, I felt it was valuable to share it with you. Should you find it suitable, I would be honored if you would consider publishing it in your Sauna magazine or on your platforms.

Below you will find both the original Finnish version and the Dutch translation.

Thank you very much for your time and for continuing to share the warmth of the Finnish sauna with the world.

Kind regards, Sebastiaan Mets

Tulikaste

Kahdeksanvuotias poika avaa lasioven
hän on saunamestari
kääntää harkitusti kiukaan säädintä
kissa säntää ulos ikkunasta
pieni oppaani avaa suihkun
tavoittaa veden ropinan
seuraa häntä
astumme kuumuuteen
kiukaan metalli naksuu hiljaa
poika nostaa puukauhan kiulusta
heittää löylyä kuin sähisevän laukauksen
löyly ryntää
pyyhkii pois lasioven

And the Dutch version

Vuurdoop

De achtjarige jongen opent de deur van glas
hij is saunameester
draait weloverwogen aan de knop van de kachel
de kat schiet weg uit het raampje
mijn kleine gids draait de douche open
vangt het kletteren
ik volg hem
wij betreden de hitte
het metaal van de kachel tikt zacht
de jongen tilt de houten lepel uit de emmer
werpt water als een sissend schampschot
de stoom stormt
wist de glazen deur uit

Sebastiaan Mets



Tekoälyn tulkinta ohjeista runosta

Jonossa jäseneksi – ehkä pitkään, mutta ei turhaan

Saunaseuran jäsenyyttä jonottaa nyt noin 500 henkilöä ja jonotus voi kestää jopa vuosia.

Miksi jono on näin pitkä ja kannattaako jonotus?

Kysyimme tätä sekä seuran edustajilta että kahdelta jonottajalta.



Jonna Pennanen

Vuodesta 2023 lähtien Saunaseuralle saapuneet sähköiset jäsenhakemukset ovat menneet jonoon automaattisesti. Jono on kasvanut tasaisella tahdilla parilla sadalla henkilöllä vuosittain. Seuran johtokunta on päättänyt, että uusia hakemuksia ei oteta vastaan toistaiseksi. Koska seuraan otetaan vuosittain noin sata uutta jäsentä, nykyisen jonon purkaminen kestää vuosia.

Seuran historiassa on jopa ollut vuosia, jolloin on houkuteltu uusia jäseniä. Mikä on muuttunut?

Saunatalon miljö, saunat ja palvelut ovat ainutlaatuisia.

– Saunominen on nyt hyvinvoinnin megatrendi meillä ja maailmalla. Samaan aikaan on tiedostettu, että Saunaseuran Saunatalon miljö, saunat ja palvelut ovat ainutlaatuisia. Missään näin lähellä Helsingin keskustaa ei saa samanlaista

saunakokemusta, johon liittyvät myös pesut, hieronnat, kahvilapalvelut ja talvisin avanto. Tämä yhdistelmä vetää väkeä, toiminnanjohtaja **Janne Koskenniemi** vastaa.

Takana ovat myös ne ajat, jolloin jäseneksi hyväksymisen tavat saattoivat olla hyvinkin kirjavat ja joitakin hakijoita suosivia.

– Saunaseura haluaa palvella tasapuolisesti kaikkia – niin seuran jäseniä kuin jäseneksi haluavia. Kaikki jäsenhakemukset käsitellään samanarvoisina ja jonotus on demokraattinen tapa ottaa uusia jäseniä seuraan, puheenjohtaja **Raine Laurikainen** korostaa.

Kaikkien yhteiseksi hyväksi

Kaikella on rajansa – Saunatalollakin.

– Tällä hetkellä suurin sisäänottoa määrittävä tekijä on Saunatalon kapasiteetti: emme voi ottaa vastaan enempää ihmisiä kuin Saunataloon mahtuu. Se tarkoittaa käytännössä sellaista väkimäärää, jolle

voimme tarjota hyvän saunakokemuksen palveluineen ilman liiallista jonotusta, Koskenniemi sanoo.

– Emme siis tuijota vain jäsenmäärää, vaan Saunatalon käyttöastetta, hän lisää.

Jos hakija ei pääse seuran jäseneksi sinä vuonna, kun hän on hakemuksensa jättänyt, hän voi jäädä jonoon seuraavaksi kalenterivuodeksi maksamalla kymmenen euron jonotusmaksun.

– Jono tarjoaa meille venttiilin jäseneksi haluavien ja Saunatalon kapasiteetin välille. Aidosti jäseneksi haluavat maksavat mielellään jonotusmaksun päästäkseen seuran palvelujen äärelle. Noin 95 prosenttia jonottajista tekeekin niin, Koskenniemi toteaa.

Odottavan aika on pitkä, mutta...

Koskenniemen mukaan ei ole realistista saunomisen nykyisen suosion aikana, että jonoa seuran jäseniksi ei olisi.

– On surullista, että osa ihmisistä viettää jonossa pahimmillaan useammankin vuoden. Ymmärrämme hyvin mahdollisen turhautumisen, hän sanoo.

Ajattelen jonotusmaksua vuosittaisena sijoituksena tulevaisuuden löylyihin.

– Mutta toivomme uusien jäsenten huomaavan, että jonotuksen tarkoituksena on taata mahdollisimman viihtyisä saunakokemus kaikille. Saunaseuran jäsenyyden on haluttaessa ikuinen ja mahdollistaa hyvät saunahetket loppuelämäksi.

– Odottavan aika on pitkä, mutta siitä johtuneet murheet sulavat kyllä saunoissa!

Ritva ja Petteri: Jonossa ollaan ja sisään mennään

Ritva Naumanen ja Petteri Kallio ovat olleet Saunaseuran jäsenjonossa parin vuoden ajan ja aikovat ollakin niin kauan, kunnes jäseniksi pääsevät.

Ritvalle Saunatalo on jo entuudestaan tuttu.

– Olen vierailut työnantajani ulkoministeriön kansainvälisten vieraiden kanssa Saunaseurassa tutustuttamassa heitä suomalaisen saunakulttuuriin. Olen myös päässyt pariin otteeseen saunomaan seuran jäsenen vieraana. Paikka teki vaikutuksen ja jätti levollisen olon, Ritva kertoo.

Petteri puolestaan ei ole vielä päässyt käymään Saunatalolla, vaikka suosittelijat ovat useampaan kertaan pyytäneet mukaansa.

– Kahden pienen lapsen kanssa aika-aulujen sovittaminen ei aina ole suoraviivaista, mutta kutsut on laitettu henkisesti talteen ja tarkoitus on päästä mukaan hyvinkin pian.

Petteri haki jäseneksi, koska pitää saunomisesta ja erityisesti Saunaseuran ajatuksesta: perinteestä, rauhasta ja yhteisöstä.

Ritva tunnustautuu saunahulluksi. Hänellä oli entisessä Espoon kodissaan sekä puu- että sähkösauna. Muutettuaan Helsinkiin Ritva päätti hakea seuran jäsenyyttä. Saunatalo sijaitsee pyöräilymatkan päässä Ritvan kotoa, ja suosittelijatkin löytyivät yllättävän helposti tuttavapiiristä.

– Minulle sauna on meditatiivinen ja rentouttava kokemus, puhdistautumisen ja arjen haasteiden pois pesun paikka. Kun siihen vielä yhdistää meressä tai järvessä pulahtamisen, niin se on parasta sielunhoitoa.

Jonotusmaksu ei hierrä

Petteri sanoo maksavansa mielellään jonotusmaksun.

– Ajattelen sitä vuosittaisena sijoituksena tulevaisuuden löylyihin. Tuotto-odotus on korkea, vaikka maturiteetti onkin hie- man epäselvä, hän naurahtaa.

Ritvankin mielestä jonotusmaksu on kohtuullinen.



Merja Naumanen

Ritva Naumanen viettää jonotusaikaansa Lauttasaaren mummokallioilla siikaongella.



Timo Jäkelä

Petteri Kallio odottaa jäsenyydeltä muun muassa hyviä löylyjä, rauhoittumista, suomalaisen saunakulttuurin vaalimista ja mukavia kohtaamisia ilman mitään suorittamista.

– Joskin voisi kuvitella, että se palaute- taan, mikäli jäsenyys viimein koittaa, Ritva pohtii.

Petteri on keskustellut suosittelijoitten- sa kanssa seuran kuulumisista ja jonotta- misesta.

– Keskustelut ovat vahvistaneet käsitys- täni siitä, että jäsenyyttä kannattaa odottaa. Jonon pituudesta keskustelu muistuttaa tosin välillä enemmän pitkän aikavälin elä- kesuunnittelua.

Sekä Ritva että Petteri toivoisivat, että seurasta tulisi jotain väliaikatietoja jonot- tajille.

– Ei sen tarvitsisi olla minuutilleen ennustettu jäsenyyspäivä, mutta pieni ti- lannepäivitys silloin tällöin olisi mukava, Petteri sanoo.

– Todellakin olisi kiinnostavaa saada tietää, milloin valintoja tehdään ja miten jonotus osaltani etenee. Saunaan liittyvä mystiikka voidaan hyvin sivuuttaa jonotta- misen osalta, Ritva lisää.

– Motivaationi jäseneksi liittymisessä on kuitenkin sen verran korkealla, että py- syttelen edelleen jonossa!

Sauna keskellä kylää

Helsingin Jätkäsaaren ryhmärakentamisella noussut kerrostalo on asukkailleen moderni, urbaani kyläyhteisö. Kaiken kruunaa talon puulämmitteinen sauna.



Jätkäsaari, Azorienkuja 4. Asunto-osaakeyhtiö Casa Urbana. Meren läheisyyden voi tuntea. Ja hei, tuulenvire tuo tutun tuoksun: joku lämmittää saunaa. Palavan puun tuoksu leviää tuulista riipuen yli talojen melkein Hyvääntoivonpuistoon asti.

Keskellä urbaania Helsinkiä, Azorienkujan kuusikerroksisen kerrostalon katolla on kaksi saunaa, joista suuremmassa on sähkökiukaan lisäksi puukiuas. Puulämmitteinen sauna on yksi kimpassa suunnitellun ja rakennetun talon ylellisyyksistä. Toinen, asukkaiden viihtyvyyden kannalta yhtä tärkeä asia, on talon yhteiset tilat.

Kertalämmitys on taitolaji

Mutta siirtykäämme yläkertaan, saunatiloihin. Silmään osuu ensimmäisenä hulpea terassi, jonka kattoon kiinnitetyissä korituo-leissa tekee mieli viivähtää. Saunoja on kaksi: pienempi, niin sanottu lenkkisauna ja suurempi sauna, joka lämpenee sekä sähköllä että puilla.

– Suhde on 80/20, siis puukiuas lämpenee huomattavasti harvemmin kuin sähkökiuas, kertoo talon asukas, asukastoimikunnan aktivisti **Jukka Kuva**. Syy on selvä: kertalämmitteisen puusaunan lämmittäminen on taitolaji, jota moni ei hallitse tai viitsi opetella.



Saunan tulevaisuus



Urbaani, merellinen Helsinki näyttää parhaat puolensa. Jukka Kuva viihtyy kotisaunan maisemissa.

Saunan lämmittäminen vie Kuvan mukaan kolmesta neljään tuntia. Malttia pitää olla. Lämmittäjä pitää huolta, että puita on tulipesässä palamassa tarpeeksi, jotta liekki pysyy kuumana. Sauna on valmis, kun kivet ovat punaisia ja hehkuvan kuumia. Lämmittäjän vastuulla on huolehtia myös saunan tuuletuksesta eli häikälöilyistä, niin että häkä on poissa ennen ensimmäisiä saunoja.

Prosessi vie aikaa ja vaatii osaamista.

– Meitä on muutamia, jotka hallitsevat lämmittämisen. Kieltämättä, ajoittain lämmittäjistä on ollut pulaa, Kuva kertoo.

Taloyhtiö on tehnyt kertalämmittämisestä opetusvideon yhteistyössä kiuasvalmistajan kanssa.

Lämmittäjä saa palkaksi ilmaisen saunavuoron. Muuten saunavuoro maksaa Azorienkujalla viisi euroa, on sitten kyse sähkö- tai puusaunasta.

52 asunnon taloyhtiössä vain yhdessä asunnossa on oma sauna. Saunoja siis riittää.

Omannäköinen koti

Jukka Kuva on asunut talossa sen valmistumisesta asti, vuodesta 2019.

– Ryhmärakentaminen tuli eteemme sattumalta, kun etsimme omaa asuntoa. Innostuimme ja uskalsimme hypätä mukaan. Emme ole katuneet, hän kertoo.

Talon rakentaminen alkoi keväällä 2017 ja ensimmäiset asukkaat muuttivat taloon joulun alla 2019. Rakentaminen vei



Kaksi kiuasta, puu- ja sähkökiuas, tarjoavat asukkaiden saunomiseen vaihtelua.



Kertalämmitteisen saunan lämmittäminen vie kolmesta neljään tuntia.

puolitoista vuotta. Konsulttifirman johtama markkinointityö, asukkaiden löytäminen, asunto-osakeyhtiön perustaminen, tarjouspyyntöjen laadinta ja urakoitsijan kilpailuttaminen veivät toiset puolitoista vuotta. Asunnot tekivät kauppansa todella nopeasti, parissa kuukaudessa oli kaikki myyty.

Ryhmärakentamisen perusajatuksena on edistää kestävästä kehityksestä. Tavoite on saada aikaan ihmisen näköisiä, kunkin yksilöllisiin tarpeisiin ja elämäntilanteeseen sopivia koteja.

Azorienkuja 4:n rakentaminen oli konsulttivetoinen ryhmärakennusprojekti. Ryhmärakentamisen etuja on Kuvan mukaan ollut matkan varrella monia.

– Tunsimme tulevia naapureitamme jo ennen muuttoa. Se on helpottanut kanssakäymistä. Pääsimme myös vaikuttamaan siihen, millainen asunnostamme tuli. Yleensä uusia taloissa kaikille tehdään samanlaiset yleisilat, keittiöt ja saniteettitilat. Sitten upouusia tiloja revitään alas ja korjaillaan jälkikäteen.

Kuva ja hänen vaimonsa pääsivät vaikuttamaan muun muassa keittiötasojen korkeuteen. Nyt perheessä on nelikuinen vauva ja pohdinnassa isomman asunnon hankinta.

Yhteisöllisessä talossa asuminen on tuonut ystäviä, ja apu on aina ollut lähellä. Lemmikeille ja lapsille löytyy isosta porukasta

hoitoapua eikä kaikkia kodinkoneita ja työkaluja tarvitse omistaa itse.

– Se on ekologista, Kuva muistuttaa.

50 saunaa romuvarastoina?

Ekologisuutta painottaa myös Azorienkuja 4:n asukasryhmän ohjauksesta ja johtamisesta vastannut ryhmärakentamisen konsultti **Salla Korpela**.

– Helppo laskutoimitus: 52 noin neljän neliön saunaa veisi talosta reilut parisataa neliötä. Lisäksi saunan rakentaminen on erittäin kallista ja lämmittäminen vie paljon energiaa, Korpela kuvaa.

Valitettavan usein omat saunat myös jäävät vähälle käytölle ja toimivat monilla romuvarastoina.

Grynderien ajattelussa oma sauna takaa asunnon myyntiarvon, ryhmärakennuttaja puolestaan ajattelee omaa asumisviihtyvyyttään.

– Joka asuntoon tulevat omat saunat eivät edes kuulu ryhmärakentamisen perussuunnitteluun. Tavoite on sen sijaan tehdä yhteisistä saunatiloista ylellisyyttä hipovan hienot. Yhteiset saunat ja niille luodut joustavat pelisäännöt ovat keskeinen osa yhteisöllistä kulttuuria, Korpela sanoo.

Azorienkuja 4:ssä asukkaiden vuorovaikutus ja yhteinen vastuunotto on Korpelan mukaan toiminut alusta asti hyvin.

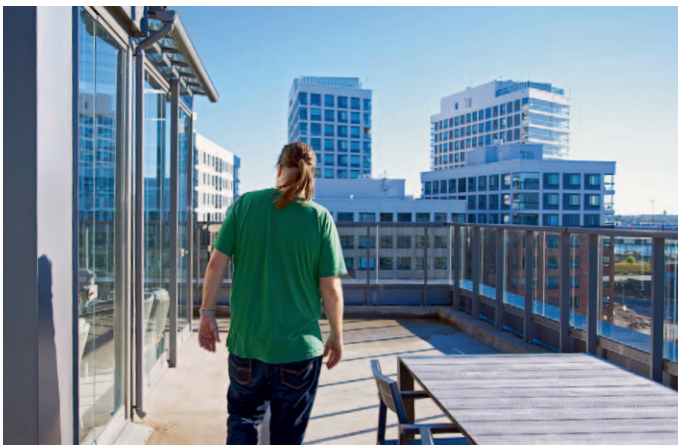
– Yli 50 asunnon talossa 70–80 ihmistä on pystynyt vastaamaan yhdessä monista sellaisista asioista, jotka tavallisissa grynderin rakennuttamissa taloissa sysätään isännöitsijän tai huoltoyhdistyksen vastuulle, Korpela sanoo.

Kisastudio ja Linnan juhlat

Samaa mieltä on talossa niin ikään alusta asti asunut **Sari Sarlio-Siintola**. Hän on tällä hetkellä talon asukasyhdistyksen puheenjohtaja.

– Muutto Casa Urbanaan oli ekologinen valinta. Lapset ovat jo omillaan, enää ei tarvittu niin isoja tiloja. Kun tulee juhlia, ne voi järjestää talon yhteisissä tiloissa. Tyhjiä neliöitä ei tarvitse itse omistaa, Sari Sarlio-Siintola kertoo.

Yhteisiä tiloja on noin 200 neliötä. Asukkaiden omien tarpeiden lisäksi yhteisissä tiloissa järjestetään lähes viikoittain yhteistä



Jukka Kuva on asunut Casa Urbanassa sen rakentamisesta, vuodesta 2019 asti.



Viihtyisissä yhteisissä tiloissa järjestetään erilaisia yhteisöllisiä tapahtumia.



Taloyhtiön yhteinen sauna on ekologinen valinta, painottaa terassilla rentoutuva Sari Sarlio-Siintola.

tekemistä. Tiloissa järjestetään kisastudioita, sadonkorjuujuhlia, keväthuhlia sekä erilaista harrastetoimintaa. Tiloissa on pidetty joo-gatunteja ja elokuvakerhoa.

– Osasta tapahtumista on jo tullut traditioita ja osa syntyy spontaanisti, asukkaiden aktiivisuuden tuloksena, Sarlio-Siintola kuvaa.

Traditioksi on muodostunut itsenäisyyspäivän vastaanotto. Asukasyhdistys tarjoaa skumpat, osallistujat tuovat kukin jotain yhteistä syötävää ja mikä onkaan sitten mukavampaa kuin katsoa yhdessä Linnan juhlia.

Talon asukkaiden yhteisöllisyys joutui heti alkumetreillä kovalle koetukselle. Ensimmäiset asukkaat tulivat taloon joulukuussa 2019 ja korona alkoi tammikuussa 2020. Tupaantuliaiset ja monet jo suunnitellut tapaamiset jäivät tuolloin pitämättä. Tämä menetyks on tullut vuosien saatossa korvatuksi, toteavat Sarlio-Siintola ja Kuva kuitenkin yhteen ääneen.

Entä miten käy asukkaiden, jotka eivät kaipaa yhteisöllisyyttä ja viihtyvät mieluiten omissa oloissaan? Ketään ei pakoteta tai katsota karsaasti, jos ei halua mukaan, vakuuttavat Sarlio-Siintola ja Kuva.

– Kolmasosa asukkaista on aktiivisia, yksi kolmasosa tulee mukaan silloin tällöin ja yksi kolmasosa ei osallistu mihinkään, Jukka Kuva jatkaa.

Saunaan säännöittä

Yhteisöllisyyden näkyvin ilmentymä ovat yhteissaunat. Pari kertaa viikossa talossa lämpenevät miesten ja naisten saunat. Pienemmän, niin sanotun lenkkisaunan, saa lämpimäksi vartissa, joten sen

innokkaimmat lenkkeilijät lämmittävät tarpeen mukaan itse. Lisäksi jokainen asukas voi varata saunavuoroja digitaalisesti milloin vaan.

– Tavoite on, että tiukkoja sääntöjä ja määräyksiä olisi mahdollisimman vähän. Niin, ettei koko sauna ole laminoitu täyteen kieltoappuja, Sari Sarlio-Siintola sanoo.

Yhteisessä saunatietokirjassa on hänen mukaansa onnistuttu eikä pahempia häiriöitä ole ollut.

– Saunominen on minulle tärkeä osa elämäni. Menen saunaan rentoutumaan, en niinkään peseytymään. Viihdyn kyllä yksinkin lauteilla, mutta on ihanaa saunaa yhdessä. Usein jään terassimme korituoille juttelemaan naapureiden kanssa, Sari Sarlio-Siintola kuvaa. Hän kertoo käyneensä paljon myös yleisissä saunoissa.

– Niissä jokaisessa on omanlaisensa tunnelma.

Samaa sanoo Pekka Siintola.

– Kaikki saunomiseen liittyvä on minusta hauskaa, hupia. Lämmittäminen on osa rituaalia. Kertalämmitteinen sauna voi tuntua työläältä, mutta se on myös palkitsevaa. Lämmitysurakka voi myös olla yhteisöllinen kokemus, josta sitten riittää lämpöä useammallekin porukalle, sanoo puusaunan vakiolämmittäjiin kuuluva Siintola.

Siintola on myös Suomen Saunaseuran jäsen.

– Yhteiset saunat säästävät resursseja. Kaksi kunnon saunaa 52 pienen saunan sijaan on ilmastonmuutoksen aikana tärkeä ratkaisu, Siintola muistuttaa.

– Saunominen ei kaipaa sääntöjä enkä kaipaa niitä tänne meidän kotisaunaankaan. Kunhan muistetaan pitää yhteinen hyvä mielessä, niin jokainen nauttikoon saunomisesta omalla tavallaan.



Teksti: Sari Peltonen

Palautumista, aikaa ystävien kanssa, läsnäoloa

– Z-sukupolven arjessa saunalla on monta erilaista roolia

Sauna on kansainvälinen hyvinvointitrendi.

Sauna-lehti kysyi kolmelta saunaa rakastavalta nuorelta, mitä sauna tarkoittaa heille.

Saunominen on ollut viime vuosina kovassa nosteessa myös maailmalla. Yhdysvaltalainen muotiraamattu Vogue kirjoitti vuonna 2025 saunoista uuden ajan kohtaamispaikkoina, joista etsitään yhteyttä muihin, irtiottoa teknologiasta ja vaihtoehtoa alkoholikeskeiselle ajanvietolle.

Saunan ympärille rakennetaan myös elämyksiä: berliiniläisessä Liquidromissa voi saunomisen lomassa rentoutua uima-altaassa, jossa veden alla soi elektroninen musiikki.

Soittokierros kotimaan julkisiin saunoihin kertoo, että myös suomalaiset nuoret aikuiset viihtyvät yhteisillä lauteilla. Perinteikkäässä Rajaportin saunassa Tampereen Pispalassa he ovat yksi

suurimmista kävijäryhmistä, kertoo isännöitsijä **Veikko Niska-vaara**.

Turun Littoistenjärven rannalla sijaitsevassa Järvelässä nuoret ovat olleet suurin kävijäryhmä jo vuosia.

– Meillä käy paljon urheilijanuoria, joille saunominen ja uiminen kylmässä vedessä ovat myös osa palautumista, sanoo **Samu Lundelin**.

Palautumista ja lepoa

Myös Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (THL) tutkimuspäällikkö **Kaija Appelqvist-Schmidlechner** liittyy saunomisen

suosion nousun laajempaan kehon ja mielen hyvinvoinnin kokonaisuuteen.

– Saunominen on paljon muutakin kuin kuumassa huoneessa istumista. Se voi auttaa palautumaan niin fyysisestä kuin psyykkisestäkin kuormituksesta, Appelqvist-Schmidlechner sanoo.

Nuorten ikäluokkien saunomista ei ole Suomessa viime vuosina juuri tutkittu, mutta Appelqvist-Schmidlechner korostaa kuitenkin saunomisen sosiaalista ulottuvuutta: ystävien seurassa voi jakaa kokemuksia ja saada tukea. Sauna tarjoaa yhdessäololle luontevan paikan. Lauteilla voi jutella tai vain olla osana porukkaa.

THL seuraa nuorten suomalaisten hyvinvointia kouluterveyskyselyllä ja korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimuksella.

Yhteisöllinen saunominen on maailmanlaajuinen trendi.

Appelqvist-Schmidlechner näkee tuloksissa eräänlaisen hyvinvointiparadoksin: hyvinvointi kiinnostaa ja siitä puhutaan paljon, mutta samalla ahdistuneisuus, stressi ja suorituspaineeet ovat lisääntyneet, eivätkä hyvinvointia tukevat perusasiat – terveellinen ravinto, uni ja liikunta, aina toteudu.

Monta erilaista tapaa saunoa

Helga De Paola, 29, aloitti saunomisen muutettuaan Italiasta Suomeen viisi vuotta sitten. Juristina työskentelevälle Helgalle saunomisesta on muodostunut tärkeä rutiini. Hän saunoo lähes päivittäin: yksin kuntosalilla, naisten lenkkisaunassa tai aviomiehen kanssa. Hän myös ui meressä ympäri vuoden ja nauttii kuumaa ja kylmän vaihtelusta.



– *Sauna on osa tapaa, jolla pidän huolta itsestäni, rakas rutiini ja rituaali, sanoo Helga, 29.*



– *Koskaan ei ole harmittanut mennä saunaan, sanoo Kusti, 27.*

– Sauna on osa sitä tapaa, jolla hoidan ja pidän huolta itsestäni. Se on eräänlainen rituaali. Saunassa voin rentoutua ja koota ajatuksiani. Lämpö auttaa minua rauhoittumaan ja olemaan läsnä, Helga sanoo.

Hiljaisuus ja yksinkertaisuus ovat kokemuksen ytimessä.

– On todella mukavaa pysähtyä hetkeksi vain olemaan, hän sanoo.

Vilkkuvat valot tai musiikki eivät Helgaa innosta.

– Red flags, varoitusmerkkejä, hän sanoo ja nauraa.

Saunomisen säännöt opitaan lapsuudenkodissa.

Helsingissä asuva käsityöläinen ja skeittaaja **Kusti Kauppinen**, 27, ei saunareiveistä innostu, mutta suhtautuu niihin sallivasti.

– Ei minua haittaa, jos joku oikeasti tykkää, sehän on ihan hauska juttu, hän sanoo.

Hänelle itselleen saunomisesta on silti kyse ihan muusta.

– Tykkään todella paljon saunoa. Välillä tulee olo, että on pakko päästä saunaan. Omassa asunnossani ei saunaa ole, ja silloin pitää keksiä, minne sitä menisi, Kauppinen kertoo.

Hän saunoo taloyhtiön lenkkisaunassa tai julkisissa saunoissa.



– On tietysti aina erityisen hienoa, jos pääsee johonkin uuteen paikkaan, esimerkiksi saaristoon tai ystävien kesämökille, hän sanoo.

Saunalla on hänelle eri tilanteissa eri merkityksiä.

– Jos haluaa nähdä kavereita pitkästä aikaa ja keksiä jotain helppoa tekemistä, sauna on mahtava paikka. Siellä voi jutella ja viettää aikaa, Kauppinen sanoo.

Toisaalta myös yksin saunominen on tärkeää.

– Se on aivan erilainen kokemus, mutta siinä on oma hienoutensa.

– Saunomisesta tulee hyvä olo jälkeenpäin, jos on hyvät löylyt. Tulee puhdas olo fyysisesti, mutta tapahtuu siinä muutakin – päässäkin on vähän selkeämpi, puhtaampi ja rauhallisempi olo, hän sanoo.

Kauppisen lapsuudenkodissa Etelä-Savossa on puusauna, joka lämpeää lähes joka ilta. Saunominen on ollut perheessä aina tärkeää.

– En ole koskaan jutellut isäni kanssa asiasta, mutta minusta tuntuu, että hänkin nauttii saunomisesta todella paljon. Jollain tapaa samaistun häneen, Kauppinen sanoo.

Saunatavat periytyvät sukupolvelta toiselle

Myös 17-vuotias lukiolainen **Emma Laivonen** on perinyt rakkaiden saunomiseen isältään. Kotoa periytyvät myös saunomiseen liittyvät tavat: löylyä heitetään esimerkiksi aina seuran mukaan. Ja jos

joku on juuri heittänyt löylyä, pitää odottaa, että kuumuus hieman laskee, ennen kuin heittää lisää. Puhelin jää saunan ulkopuolelle, mutta limsaa – kokista tai Herra Hakkarasta – siellä voi juoda.

– Täydellisessä saunahetkessä on hämärää ja kynttilöitä, Laivonen tunnelmoi. Äidin ja kaksoissisaren kanssa pidetään myös



– *On todella mukavaa pysähtyä hetkeksi vain olemaan.*



Lahja,
joka jää elämään

JOKIPIIN
PELLAVA 1920

”tyttösaunoja”, joissa tehdään kuorintoja ja kauneushoitoja. Silloin lämpötila on hieman lempeämpi.

Useimmiten Laivonen saunoo kuitenkin yksin kotisaunassa, rauhoittuu ja nauttii omasta ajasta. Espoo Basket Teamissa pelaavalle nuorelle sauna on myös tapa palautua. Leireillä saunaan men-
nään koko joukkueen voimalla. Silloin yhdessäolo ja jutteleminen ovat tärkeä osa saunahetkeä, ja tunnelma aivan erityinen.

Osa arkea ja hyvää elämää

Siinä missä kansainvälisessä saunapuheessa korostuu mahdollisuus löytää uusia tuttavuuksia, korostuu Sauna-lehden haastatteleminen nuorten kertomuksissa yhdessäolo jo ennestään läheisten ihmisten kanssa. Sauna on tärkeä paikka myös yksinololle.

Nuorten suomalaisten saunomista on tutkittu vähän.

Saunan rauha säilyttää arvonsa, mutta yhteistä perinnettä eletään omalla tavalla. Arjessa sauna liittyy luontevasti niin urheiluun, ystävyyssuhteisiin kuin hyvinvoinnista huolehtimiseenkin. Saunomisen puitteisiin nuoret suhtautuvat rennosti. Uudessa ja kiinnostavassa saunassa kylpeminen voi olla elämys, mutta ennen kaikkea saunominen on osa arkea ja hyvää elämää. Kuten joukon nuorin, vielä kotona asuva Emma toteaaakin:

– Koskaan ei ole vielä saunan jälkeen harmittanut.



Espoo Basket Teamissa pelaavalle Emmalle, 17, sauna on tapa palautua.



Löylykauhat testissä:

”Mitä enemmän kauhaa käytimme, sitä enemmän sen antamista löylyistä pidimme”

Sauna-lehden raati testasi tällä kertaa löylykauhoja. Kauhoja on saunatuotemarkkinoilla paljon, mutta raatimme ehti tällä kertaa testata niistä vain kolme. Kauhat valikoituivat sattumanvaraisesti ja olivatkin oivallisesti keskenään hyvin erilaisia.

Topi Vesteri

Pentti Hakalan käsityökauha

Vihdansidonnan maailmanmestari ja pitkän linjan saunavai-
kuttaja **Pentti Hakala** valmistaa löylykauhoja käsityönä Ikaa-
lisissa. Kauhojen pitkät varret Hakala etsii metsästä, kahvat ovat
pääasiassa haapaa ja pajua, ja kauhaosissa hän hyödyntää muun
muassa kirpputoreilta löytyneitä astioita sekä vanhoja löylykauho-
ja. Tämän vuoksi jokainen kauha on yksilöllinen.

Pitkän varren tarkoituksena on mahdollistaa löylyn luomi-
nen rauhallisesti ja turvallisen etäisyyden päästä. Hakala valmistaa
kauhoja myös tilauksesta halutun mittaisina ja kokoisina. Kauhois-
sa ei ole ruostuvia osia.

Valmistaja: Pentti Hakala, Ikaalinen

Materiaali: luonnonpuu ja kierrätetyt metalliosat

Saatavuus: Pentti Hakalta itseltään Ikaalisista, myös tilaustyönä



ÄLÄ STRESSAA. SAUNA FRESHAA.

RÄNDÖM® Sauna Fresh

Suomalainen alkoholiton
juoma saunan jälkeiseen
hetkeen.



Saunaseuran lehden lukijoille
–20 % verkkokaupasta.
Tilaa koodilla
SAUNASEURA

www.randomoriginals.com

Testaaja 1:

“Tähän kauhojen tuoteperheeseen kuuluu monia hieman toisistaan eroavia malleja. Yhteistä niille on riittävän pitkä suomalaisesta puusta tehty varsi, oikeanlainen kauhaosan kiinnitys ja riittävä tilavuus. Kun materiaaleina on vielä käytetty kierrätystavaraa, on tämä mitä mainioin tuote.

Koska varsi on riittävän pitkä, kauha soveltuu monenlaisiin yksityis-saunoihin. Metalliosat ovat käsittelemättömiä, joten kauhan voi myös laskea hetkeksi kiuaskivien päälle löylyä luotaessa. Kaiken kaikkiaan oikein hyvä suomalainen tuote ja käyttötarkoitukseensa erityisen sopiva.”

Testaaja 2:

“Testin löylykauhoista suosikikseni nousi Pentti Hakalan kauha. Se oli lujatekoinen ja riittävän iso, mutta koostaan huolimatta ei liian painava käyttää. Pitkä varsi kahvoineen oli erinomainen, ja ison kuupan pienet annostelunokat helpottivat veden annostelua. Pentin kauhalla oli hyvä luoda löylyä.”

Testaaja 3:

“Pentti Hakalan kauhat valmistetaan pääsääntöisesti kierrätys- ja luonnonmateriaaleista. Niiden parhaat ominaisuudet tulevat esiin kiukaissa, joissa on hieman enemmän kiviainesta, yli 50 kiloa. Jokainen kauha on oma kokonaisuutensa, eikä kahta täysin samanlaista yksilöä löydy.

Kauhoista löytyy pääasiassa pitkävartisia versioita. Niiden avulla löylyä voidaan luoda rauhallisesti ja viedä vettä syvemmälle sekä eri kohtiin



kiuasta. Kauhaosia on hyvin erikokoisia, noin desilitrasta litraan, joten sopivan koon voi valita käyttötavan mukaan.

Visuaalisesti kauniit kauhat kunnioittavat perinteistä käsityötaitoa ja tuovat osaltaan ainutlaatuista tunnelmaa saunakokemukseen. Käsityön jälki näkyy tuotteiden erilaisuutena.”



Saunaoravan sadekauha

Saunaoravan sadekauha valmistetaan Suomessa 3D-tulostamalla. Kauhaosa on ABS-muovia ja varsi durian-puuta. Jokainen kauha valmistetaan tilauksesta, ja sen voi personoida asiakkaan toiveiden mukaan.

Sadekauhan erityisyys on kahdessa eri tavassa annostella löylyvettä. Kauhaa kääntämällä vesi voidaan valuttaa kiukaalle joko pieninä pisaroina niin sanottuna sadelöylynä tai yhtenäisempänä vesiputouksena. Valmistajan mukaan kauhaa voi käyttää myös vilvoitteluun tai esimerkiksi mökkisuihkuna.

Valmistaja: Saunaorava, Helsinki ja Tampere

Materiaali: ABS-muovi ja durian-puu

Saatavuus: saunaorava.fi

Testaaja 1:

“Kauhan varsiosuuden puumateriaali ei ole laadukkaan tuntuinen. Kun löylyvettä otetaan, ei päällä oleva kansi mahdollista jouhevaa liikettä, kauhaan mahtuvan löylyveden määrä on liian pieni. Koska pesäosa on

3D-tulostettua muovia, kauhaa ei voi laskea kiuaskiville löylyn luontia varten.

Tällä kauhalla ei voi luoda tai heittää löylyä perinteiseen tapaan, vaan käyttäjän pitää olla hyvin lähellä kiuasta. Kevyen painonsa vuoksi kauha soveltuu kuitenkin hyvin mukaan otettavaksi vaikka telttasaunaretkelle.”

Testaaja 2:

“Täytyy tunnustaa, että suhtauduin tähän kauhaan aluksi hyvin ennakkoluuloisesti sen materiaalin ja valmistustavan vuoksi. 3D-printatun kauhan kauhaosa on muovia, ja siksi kauha vaatii tiettyä varovaisuutta. Sitä ei pidä viedä 20 senttiä lähemmäksi kiuasta.

Mitä enemmän kauhaa käytimme, sitä enemmän sen antamista sadelöylyistä pidimme. Riittävän pitkävärtinen sadekauha opetti myös jälkikasvua luomaan löylyä heittämisen sijaan. Testasimme kauhoja kolmen sukupolven voimin mökillä sekä isolla sähkökiukaalla että AK-57-kertalämmitteisellä kiukaalla.

Kaikki pidimme sen tarjoamista leppeistä, hikirauhaset vähitellen avaavista löylyistä.

Erityinen kiitos käsittelemättömästä puuvarresta. Kahva ei tuntunut liian kuumalta, vaikka kauha odotti pitkiäkin aikoja ylälauteella. Kauhan kantta pidimme turhana ja sen markkinoinista henkilökohtaisena suihkuna hieman ylilyöntinä.”

Testaaja 3:

“Saunaoravan kauha edustaa saunomisen evoluutiota ja tarjoaa mahdollisuuden kokeilla löylyn lisäämistä hieman eri tavoilla. Puinen varsi on riittävän pitkä pienikokoisiin saunoihin, ja kauhan keveys on hyvä ominaisuus.

Noin 3,5 desilitran tilavuus riittää löylyn lisäämiseen eri muodoissa. Myös mahdollisuus käyttää kauhaa vilvoitteluun on hyvä lisä sitä tarvitseville.

Ulkomuoto on hyvin pelkistetty, mutta tuote itsessään kiinnostava kokemus. Muovi kauhaosassa on valmistustekniikan kannalta ymmärrettävä materiaalivalinta, vaikka se saattaaakin aiheuttaa käytössä omat haasteensa.”

KOLO Kauha 2

Emendon KOLO Saunan Kauha 2 on pelkistetty, moderni löylykauha, jossa yhdistyvät alumiininen kauhaosa ja bambuvarsi. Kauha on kooltaan kompakti ja edustaa kolmikon selkeimmän designpainotteista päätä.

Valmistuttaja: Emendo Oy / KOLO Sauna

Materiaali: alumiini ja bambu

Saatavuus: Hyvin varustetut jälleenmyyjät sekä shop.kolosau.fi

Testaaja 1:

“Ulkonäköisesti tyylikäs kokonaisuus. Kauhan varsi on kuitenkin liian lyhyt miellyttävään käyttöön. Suomalaiseksi mainostetussa, Kiinassa valmistetavassa kauhassa puuosuus saisi mielestäni olla bambun sijasta suomalaista puuta.

Kun kokonaisuus on näin lyhyt, kauhaa ei voi jättää kiukaalle löylyn annostelua varten. Se sopii pieneen yksityissaunaan, jossa ollaan hyvin lähellä kiuasta.”



Hyvä valaistus luo kodin tunnelman!

Oikealla, hyvin suunnitellulla valaistuksella luot kotiin miellyttävän tunnelman. Laadukas valaistus toistaa myös sisustuksen materiaalit arvokkaasti ja lisää asukkaiden hyvinvointia.

P.S. Koe SG:n toteutettu valaistus uusiutuneissa saunatalon tiloissa!

Testaaja 2:

“Kauhan muotoilu ja sininen alumiini miellyttivät silmää, mutta löylykauhana se ei tarjonnut mitään erityistä. Puinen varsi on ainakin meidän käyttöömmä aivan liian lyhyt, ja sen lakattu pinta kuumeni liian nopeasti.”

Testaaja 3:

“Kauha edustaa näistä kolmesta selkeimmin design-tuotetta, ja suunnittelussa on menty ulkonäkö edellä. Visuaalisesti kauha on tyylikäs ja materiaalit laadukkaita.

Lyhyt varsi ei kuitenkaan mahdollista kovin monipuolista löylyn luomista, vaan kauha soveltuu parhaiten perinteiseen löylyn heittämiseen. Pieniä määriä lisättäessä se toimii hyvin, ja veden sijoittaminen kiukaalle onnistuu helposti ja tarkasti. Noin kolmen desilitran tilavuus on riittävä ja kauha helppokäyttöinen.”



Sauna-lehti testaa -palstalla vaihtuvat raatilaiset testaavat saunomiseen liittyviä tuotteita. Palstan tarkoitus ei ole laittaa tuotteita paremmuusjärjestykseen, vaan kehua ja antaa rakentavaa palautetta. Testaajat ovat saunomisen ammattilaisia ja tuotteita testataan useaan kertaan. Jos olet kiinnostunut saamaan tuotteesi raadin testattavaksi, ole yhteydessä lehti@sauna.fi.



Villa Upinniemeä vuokrataan harvoille ja valituille

Presidenttitason löylyt kruunaavat seminaarin

Legendaarisen merenrantahuvilan erikoisuus on Kekkosen suosima savusauna.

Kirkkonummella sijaitsevalla Villa Upinniemellä on takanaan värikäs historia. Rakennusliike Haka rakennutti merenrantahuvilan vuonna 1965 koulutuskeskukseksi, mutta myöhemmin siitä tuli talouselämän ja politiikan vaikuttajien suljettu kohtaamispaikka.

Huvilan erityispiirre on sen historiallinen savusauna. Sen lauteilla on vuosikymmenten saatossa löylytellyt niin diplomaatteja kuin yritysjohtajakin.

Saunan tunnetuin vakiovieras lienee presidentti **Urho Kekkonen**. Hänellä oli tapana kylpeä Villa Upinniemessä tiuhaan tahtiin 1960- ja 1970-luvuilla. Myös presidentti **Mauno Koivisto** asui yhdessä alueen huviloista 1980-luvun lopulla.

Konkurssi aloitti uuden vaiheen

Rakennusliike Hakan suuren konkurssin jälkeen vuonna 1994 Villa Upinniemi vaihtoi omistajaa useita kertoja. Vuosituhannen vaihteessa taloa isännöivät muun muassa Sonera, Tieto ja Postipankki. Vuonna 2007 omistajaksi tuli sittemmin edesmennyt sijoittaja **Kai Mäkelä**.

Vuonna 2019 osa alueen rakennuksista sekä meren rannalla sijaitseva entinen koulutuskeskus tulivat myyntiin. Kohde ehti odottaa ostajaa pari vuotta, kunnes sarjayrittäjä **Olli Sirkiä**, 44, kiinnostui siitä.

Sirkiä kertoo Sauna-lehdelle tehneensä ostopäätöksen ilman tarkkaa suunnitelmaa rakennuksen tulevasta käytöstä.

– Kun ostin talon, tiesin suuren remontin olevan edessä. Julkisivua lukuun ottamatta käytännössä kaikki on uusittu.

Historiallinen ilme säilyi

Yli 800-neliöisen rakennuksen tekniikka uusittiin perusteellisesti. Remontti ulottui seiniin, kattoihin ja ikkunoihin, mutta sisätilojen historiallinen ilme pyrittiin säilyttämään. Vanhaa henkeä korostavat

Upea Villa Upinniemi sijaitsee paraatipaikalla aivan merenrannalla. Savusauna näkyy kuvassa kallion päällä oikealla.



Kekkonen vaatimuksesta tontille rakennettiin vuonna 1965 savusauna tai hän uhkasi jättää vierailut väliin.



esimerkiksi suuria maisemaikkunoita kiertävät kuparilistat.

Alkuperäisen aikataulun mukaan työn piti valmistua puolessatoista vuodessa. Lopulta remontti kesti kolme vuotta.

– Haastavinta oli tehdä suuria päätöksiä lennosta. Aika hyvin jäät pysyivät haussa loppuun saakka.

Sirkiän mukaan vanhojen rakennusten saneeraaminen on rakentamisen kuninkuuslaji.

– Uudiskohteissa kaikki on helppoa. Saneerauskohteissa aikatauluja on mahdollista suunnitella tarkasti etukäteen – budjetista puhumattakaan.

Asiakkaat valitaan tapauskohtaisesti

Sirkiä haluaa, ettei perusteellisesti kunnostettu talo jää tyhjilleen. Villa Upinniemi on hänen omassa edustuskäytössään, minkä lisäksi sitä vuokrataan valikoitujen yritysasiakkaiden tapahtumiin.

Villa Upinniemeä ei vuokrata avoimesti kaikille, vaan asiakkaat valitaan tapauskohtaisesti. Tavoitteena on säilyttää paikan arvokas luonne ja suojella historiallista ympäristöä.

– Tykkään siitä, että talot, veneet ja tavarat ovat käytössä ja tuottavat iloa. Olen antanut myös yrittäjyyttä edistävien

Aitokiuas AK-95

Kun tavallinen mökkikiuas ei riitä, katseet kääntyvät Narvin Aitokiuas-malliston raskaaseen sarjaan. AK-95 on kertalämmitteinen legenda suuriin löylyhuoneisiin. Puita poltetaan useita tunteja ennen saunaan astumista, minkä jälkeen massiivinen kivimäärä tarjoaa puhtaat ja pehmeät löylyt jopa seuraavaan aamuun.

- Suositeltu saunan koko: 24–34 m³
- Halkaisija / korkeus: 95 cm / 146 cm
- Kiuasosan paino: noin 1 065 kg (ilman kiviä)
- Kivimäärä: noin 360 kg (suositellaan Kerkeksen keraamisia kiviä)
- Hinta-arvio: pelkkä kiuas noin 7 900–9 100 €; keraamisen kivisarjan kanssa noin 9 600–12 500 €.



Omistaja Olli Sirkiä (vas.) löylytti saunaseuran raatilaiset Panu Hörkön (oik.) ja Sami Haaran legendaarisessa savusaunassa.

opiskelijajärjestöjen hyödyntää rakennusta, koska nuorten yrittäjien varaan maamme hyvinvointi ja kasvu rakentuvat.

Savusauna siirrettiin kalliolle

Villa Upinniemen vanha savusauna ehti seistä vuosikymmeniä aivan päärakennuksen terassin yhteydessä, kunnes rakennusvalvonta kiinnitti huomiota sijainnin aiheuttamaan paloturvallisuusriskiin.

Saunaa ei purettu, vaan koko hirsirakennus siirrettiin noin 20 metrin päähän läheiselle kalliolle.

– Sauna kiskaistiin ensin suksien avulla liikkeelle. Sen jälkeen se nostettiin liinoilla ja nosturilla uudelle paikalleen.

Saunalle valettiin uudet perustukset ja vanha kiuas vaihdettiin kertalämmitteiseen Aito-kiukaaseen.

– Sen saa toimimaan myös savusaunan tapaan. Kyse ei ole mistään pikkukiukaasta, vaan se painaa kiviin lähes henkilöauton verran.



Villa Upinniemen päärakennuksen sisällä on moderni kylpylä, jossa on oma saunaosasto.

Saunasta kasvaa elämyskeidas

Moni haluaa laadukkaan saunakokemuksen, joka auttaa palautumaan arjesta.

Yhä useampi suomalainen rakentaa kotinsa saunan ympärille kokonaisuuden, johon kuuluu myös lämminvesiallas, kylmäallas tai molemmat. Suomessa nousee myös trendi, jossa perinteinen sauna ei riitä kaikille, vaan halutaan sauna, jossa muun muassa kiukaan kosteutta voi säädellä.

Sauna voi palvella kuivana suomalaisena saunana, kosteampana Bi-O-saunana tai esimerkiksi hotellin ohjelmallisena saunaelämyksenä. Höyrysauna vaatii oman höyrytekniikkansa, mutta senkin voi liittää samaan hallintakokonaisuuteen.

– Saunaa voi säädellä esimerkiksi niin, että aamulla on höyrysauna, päivällä esimerkiksi kuiva joogasauna, iltapäivällä koivuntuoksuinen sauna ja illalla perinteinen kuuma sauna, kertoo KuumaLähde-yrityksen perustaja **Kari Tiittanen**.

Ulkoporealtaisiin, kiukaisiin ja saunoihin keskittyneen KuumaLähteen liiketoiminta alkoi 2000-luvun alussa, jolloin ulkoporealtaat olivat Suomessa vielä harvinainen näky. Nykyisin niitä näkee yhä useamman omakotitalon pihalla.

Takana kymmenien vuosien kokemus

Tiittasella on 35 vuoden kokemus sauna-alalta. Hän aloitti uransa Harvialla yhtiön ensimmäisenä vientijohtajana. Seitsemän vuoden kuluessa kansainvälinen toiminta laajeni kymmeniin maihin.

– Olen tehnyt puolet työurastani kansainvälisissä tehtävissä ja päässyt tutustumaan kylpylä- ja sauna-alaan monipuolisesti.

Tiittanen huomasi kansainvälisiä spa-markkinoita seurattessaan ulkoporealtaiden kysynnän kasvavan Euroopassa ja Pohjoismaissa. Suomessa ei markkinoilla tuolloin vielä ollut ulkoporealtaita.



Koskenranta-saunan edustalla on HotSpring Jetsetter-allas, johon mahtuu 2–3 ihmistä. Altaassa voi nauttia tehokkaasta hieronnasta. Saunassa on Herkules S60 Combi -lattiamallin kiuas, joka mahdollistaa sekä leppeät ja kosteat höyrylöylyt sekä koivuntuoksuiset löylyt.

KuumaLähde lähti rakentamaan markkinaa amerikkalaisen HotSpringin kannustamana.

KuumaLähde on edustanut HotSpring-altaita Suomessa toimintansa alusta lähtien. HotSpring valmisti ensimmäisen ulkoporealtaansa vuonna 1977. Nyt HotSpring on alan maailmanlaajuinen markkinajohtaja, joka on toimittanut jo lähes kaksi miljoonaa ulkoporeallasta ympäri maailmaa.

Tuotteet pitkäikäisiä

Suurin osa KuumaLähteen ensimmäisistä allastoimituksista on edelleen säännöllisessä käytössä. Yritys on alusta lähtien tarjonnut tuotteiden lisäksi myös niiden asennuksen ja huollon. Yksittäisen altaan rinnalle ovat myöhemmin nousseet kokonaisuudet, joissa voi saunan lisäksi olla lämminvesiallas sekä kylmäallas.

KuumaLähde on erikoistunut palvelemaan asiakkaita, jotka ajattelevat saunomista ja kylpemistä terveys edellä. Siksi he haluavat satsata esimerkiksi altaiden vesihierontaominaisuuksiin.

KuumaLähteen tuotevalikoimaan kuuluvat myös Harvia-konserniin kuuluvat EOS-kiukaat.

– Vuosien varrella saunojen ja altaiden tekniikka on kehittynyt ja saunojen vaatimustaso kasvanut. Perinteiset rautakauppojen kiukaat ovat hyviä, mutta moni haluaa tuotteilta vielä jotain eksta. Jos verrataan automaailmaan, niin perinteinen kiuas on Volk-kari ja EOS kiukaiden Porsche.

KuumaLähde aloitti EOS-saunatekniikan edustuksen Suomessa vuonna 2024. EOS-mallistossa on yli 30 erilaista kiuasmallia ja esimerkiksi Design-malliston kiukaita voidaan räätälöidä asiakkaan yksilöllisten toivomusten mukaan.

Asiakkaat uskollisia

Tiittasen mukaan KuumaLähteen pisimmät allasasiakkuudet ovat kestäneet yli 20 vuotta. Sinä aikana moni asiakkaista on vaihtanut altaan uuteen tai kunnostanut vanhaa. Laadukas allas voi maksaa yli 20 000 euroa, mutta se on myös vakaa ja pitkäikäinen tuote. Tuotteissa on myös satsattu energiatehokkuuteen. Tiittasen mukaan niiden lepokulutusta voi verrata pakastimen kulutukseen.

KuumaLähteen altaita löytyy useista Suomen matkailukohteista, etenkin Lapista, jossa ne kestävät jopa 40 asteen pakkasta.

Suolapuhdistuksen avulla ulkoporealtaiden sama allasvesi pysyy käyttökelpoisena jopa kokonaisen vuoden, mikä vähentää vedenvaihtojen tarvetta ja säästää samalla vettä.

Altaita voi koekäyttää

KuumaLähteen kotipaikka on Laukaassa, mutta myyntitoiminta ja KuumaLähde-näyttely on keskitetty Vantaan Petikontie 6:n toimitiloihin.



Kari Tiittasella on 35 vuoden kokemus sauna-alalta ja hän on tehnyt puolet työurastaan kansainvälisissä tehtävissä.

KuumaLähteellä on Petikossa esillä altaita, joissa voi koekylpeä saunan yhteydessä. Koekylvyn yhteydessä voi pohtia, mitä altaalta toivotaan.

KuumaLähde-mallisto kattaa 34 perusmallia, joita voidaan varustella vielä yksilöllisesti. Yksin Vantaan näyttelyssä on esillä 21 ulkoporeallasta ja kolme erityyppistä kylmäallasta.

– Vantaan näyttelymme on Pohjoismaissa asiakaspalvelultaan, kooltaan ja laadultaan ainutlaatuinen. Altaan ja saunan valintaa ei tarvitse tehdä internetin tai mainospuheiden varassa, vaan asiakkaalle voidaan järjestää yksilölliset ja rauhalliset puitteet saunojen ja altaiden testaamiseen käytännössä.

Perheyhtiön omistajat keskustelevat säännöllisesti ulkomaisten kollegojen kanssa vaihtaen kokemuksia. He tuntevat kansainvälisen spa-toimialan jo 1990-luvulta alkaen. Operatiivisen toiminnan jatko on jo vahvasti nuoremman polven eli **Katja-Maria Tiittasen** ja **Tommi Tiittasen** käsissä. Katja-Maria vastaa markkinoinnista ja liiketoiminnan kehityksestä ja Tommi on hallituksen puheenjohtaja.

KuumaLähde on saanut yhteensä kymmenen kansainvälistä Dealer of the Year -palkintoa ammattitaitoisesta asiakaspalvelusta.

Tiittasen mukaan saunaosaston onnistumista ei lopulta mitata neliöissä tai laitteiden määrässä.

– Paras kokonaisuus on sellainen, johon on helppo mennä tavallisena arki-iltana ja joka toimii Suomen vaihtelevissa oloissa vuodesta toiseen.



KuumaLähteen Vantaan Petikossa sijaitsevassa näyttelyssä on esillä 21 ulkoporeallasta ja kolme erityyppistä kylmäallasta.

KIUASSUOLA™ yhdistää saunakulttuurin ja luonnonmateriaalit

Suomalaiselle KIUASSUOLA™-yritykselle saunominen on hetki pysähtyä, palautua ja hengittää rauhassa.

Mira Kettusen perustama perheyryitys rakentaa kaksi vuotta sitten syntyneestä KIUASSUOLA™-brändistä kasvavaa suomalaista saunabrändiä. Brändin ytimessä ovat aitous, luonnollisuus ja ajatus siitä, ettei saunan tarvitse muuttua monimutkaiseksi ollakseen elämyksellinen. Päänavastoin: joskus lämpö, luonnonmateriaalit ja hiljaisuus riittävät.

KIUASSUOLA™-tuotteissa yhdistyvät luonnonmateriaalit, suomalainen sauna ja se, että tutuille saunan elementeille voidaan löytää uusia käyttötapoja.

Perheyrytyksen idea lähti liikkeelle aiemmin psykiatrisena sairaanhoitajana työskennelleen Kettusen omista allergiaoireista, joihin hän sai apua suolahuoneista.

– Kotimme lähistöllä Inkoossa ei ollut mahdollisuutta päästä suolahuoneeseen, joten aloin miettiä, voisiko suolan tuoda

osaksi omaa saunahetkeä aivan uudella tavalla.

Kettusen ajatuksena oli, että tuotteen tulee olla tuoksuton ja koostumukseltaan mahdollisimman yksinkertainen. Näin syntyi ensimmäinen KIUASSUOLA™-tuote ja myöhemmin sen ympärille rakentunut kokonainen tuoteperhe.

Uusi käyttötapa

Saunasuoloja on käytetty jo pitkään, mutta Kettunen halusi selvittää, voisiko suolan saada reagoimaan lämmön ja kosteuden kanssa niin, että se olisi aidosti osa itse löylyä.

Ratkaisuksi löytyi lämpöä varaava luonnonmateriaali vuolukivi, joka on kuullut suomalaisiin koteihin, tulisijoihin ja saunoihin jo sukupolvien ajan.

Vuolukivi ei tullut tuotteeseen vain ulkonäkönsä vuoksi, vaan sen ominaisuudet

mahdollistivat uuden tavan käyttää saunarituaalisuolaa osana löylyä.

KIUASSUOLA™-brändin ytimeen nousi ILMARI KUURA™, vuolukivestä ja saunarituaalisuolasta rakentuva tuote, jossa kivi, lämpö, höyry ja suola yhdistyvät saamaan saunahetken. Tuotteessa käytettävä suomalainen vuolukivi tulee Tulikiveltä.

– Tavoitteena ei ollut tehdä vain uutta saunasuolaa. Halusimme löytää tutulle suomalaiselle luonnonmateriaalille uuden tehtävän ja yhdistää sen suolaan tavalla, joka tuntuu luontevalta osalta suomalaista saunahetkeä.

Puhdas raaka-aine

KIUASSUOLA™-saunarituaalisuolassa käytetään luonnonsuoloja, joiden raaka-aineet pidetään mahdollisimman yksinkertaisina.

– Minulle oli alusta asti tärkeää, ettei saunahetken kokemusta rakenneta





lisättyjen tuoksujen varaan. Halusin tuotteen, jossa raaka-aineet ja käyttötapa pysyvät mahdollisimman yksinkertaisina.

ILMARI KUURA™ -tuotteessa saunarituaalisuola yhdistyy lämpöä varaavaan vuolukiveen. Vuolukivi lämpenee kiukaalla ja toimii osana tuotteen käyttöä löylyjen aikana.

– ILMARI KUURA™ -tuotteen käyttö on yksinkertaista. Vuolukivituote asetetaan kiukaalle kylmien kiuaskivien päälle, minkä jälkeen se saa jäädä kiukaalle odottamaan seuraavaa saunomista.

Tuoteperhe kasvaa

KIUASSUOLA™-tuotevalikoima on laajentunut. Yritys myy myös suomalaiseseen saunahetkeen suunniteltuja saunajuomia, joissa käytetään suomalaisia villiyrttejä, kasveja ja marjoja. Saunajuomien ajatuksena on jatkaa saunahetkeä myös löylyhuoneen ulkopuolelle – jäähdyttelyyn, rauhoittumiseen ja yhdessäoloon.

KIUASSUOLA™-mallistoon kuuluvat myös Piritta Mäkisen suunnittelemat ja Suomessa käsityönä suomalaisesta lampanvillasta valmistettavat saunahatut, joiden myyntiä suunniteltiin aluksi vahvasti

ulkomailla, mutta myös suomalaisten kiinnostus saunahattuihin on kasvanut.

NOKI- ja SAVU-saunahatuissa käytännöllisyys yhdistyy vahvaan muotoon. Luonnolliset villan sävyt, saumaton rakenne ja tunnistettava siluetti tekevät niistä samalla osan KIUASSUOLA™-brändin muotoilullista maailmaa.

KIUASSUOLA™-tuotteet muodostavat omannäköisen kokonaisuuden, jossa ”vähemmän on enemmän” -ajattelu on valttia.

– KIUASSUOLA™ on ollut minulle suomalaisen työn arvon näyttäjä, koska teemme yhteistyötä useiden muiden suomalaisten yritysten kanssa. Kotimaisuus näkyy meille materiaaleissa, suunnittelussa, valmistuksessa ja siinä verkostossa, jonka kanssa tuotteita rakennamme.

Vienti vetää

KIUASSUOLA™ on ollut aktiivisesti mukana erilaisissa tapahtumissa ja messuilla sekä kotimaassa että ulkomailla. Yrityksen tuotteilla on useita jälleenmyyjiä eri puolilla Suomea.

Kahdessa vuodessa pienestä suomalaisesta perheyrityksestä on alettu rakentaa kansainvälisille markkinoille tähtäävää saunabrändiä.

Tuotteista on kiinnostuttu myös ulkomailla, etenkin Kanadassa, jossa KIUASSUOLA™-tuotteilla on sauna-alan jakelukumppani.

– Kanadassa on kiinnostusta suomalaista alkuperää oleviin tuotteisiin, ja odotuksemme myynnin suhteen ovat korkealla. KIUASSUOLA™-tuotteita on saatavilla myös Euroopan markkinoilla.

Saunominen on lähellä sydäntä myös Mira Kettusen omassa arjessa. Hänen kotonaan on pihasauna, joka lämpiää ympäri vuoden.

– Pihasauna on rentouttava voimapaikka. Saunomiseen kuuluu veden ja puiden kanto. Minulle sauna merkitsee ennen kaikkea rauhoittumista ja palautumista. Huomaan itse usein myös nukkuvani saunan jälkeen erityisen hyvin.

KIUASSUOLA™ tarjoaa Suomen Saunaseuran jäsenille pienen edun verkkokaupassa. Koodilla SAUNASEURA10 saa 10 prosentin alennuksen vuoden 2026 loppuun asti osoitteessa www.kiuassuola.fi.

In search of Irish Sauna culture

Long before barrel saunas began appearing along Ireland's coast, the country had a sweat-bathing tradition of its own. Researcher Conor Shaw goes in search of Ireland's forgotten sweathouses – and the traces of a sauna culture that may be finding its way back.



well-preserved, and in an unlikely location. Most surviving sweat-houses lie further west and north, in more remote parts of the country.

Ireland's forgotten sweathouses

It's a little-known fact that Ireland, like other subarctic regions, once had its own sauna culture—an indigenous practice, like the language, sports and pagan beliefs, that was largely eroded over centuries of colonisation. Yet important traces remain. Accounts of sweathouses used for healing and medicinal purposes appear

Hey! Over here! I think I've found it!"

I call back to my partner, Ksenija, who is picking her way upstream. It's not the first time she's been dragged along on such an outing—our holidays or downtime often culminating in a soggy detour to visit some obscure archaeological site, or what some might consider "old, uninteresting stones". Not me.

The mound looks just as the archaeologist had described it on our phone call earlier that week. "It'll be somewhere near the stream. Keep your eyes peeled for an unnaturally shaped hill—like a hobbit home. There'll be a small entrance, not much more than you could crawl through. But even that might be buried by now." A few minutes after we'd hung up, I received a text with approximate GPS coordinates, and so off we went, in search of an ancient Irish Sweathouse.

By the time Ksenija catches up, I'm already standing still, awe-struck. Taking it in. After a morning wading through streams, marshy ground, and negotiating with farmers for permission to cross their land (the previous expedition had been threatened with a shotgun, true story), we'd finally found it. We're in county Wicklow—the *Garden of Ireland* just south of Dublin. There are around 300 of these structures scattered across the country, most dating from between 200–400 years old. But this one is rare: unusually



Remains of an Irish sweat house in Legeelan, county Cavan
(source irishmegaliths.org.uk).

well into the mid-20th century, with numerous occurrences in the *Schools' Collection* of the 1930s, a prodigious and invaluable government initiative whereby Irish schoolchildren were sent out to record local folklore according to their elders (see duchas.ie).

The structures themselves are small, low mounds of corbelled stone, covered with earth. Their entrances are the differentiating feature from other similar structures, such as beehive huts and lime kilns—just high enough to crawl through. Inside, a tight chamber, often with a vent in the roof to be sealed with stone or turf after firing. Three to five people could fit, though often they were used in solitude. The process resembles the Finnish *savu-sauna*: a turf fire lit within to heat the stone walls, then allowed to die out, ashes swept away, the ground covered with rushes or turf, leaving only heat, darkness and steam.

How old is the tradition?

There are still gaps in our understanding of the Irish sweat bathing practice. Fuel was scarce—Ireland's forests having been heavily depleted to build the British navy—so use was likely occasional, even annual. The structures were often hidden, perhaps to avoid taxation or church scrutiny (probably both). Some suggest Viking



Barrel sauna on the Sheep's Head peninsula in West Cork, a common sight along the Irish coastline since the Covid-19 pandemic which resulted in the closure of pubs for 5 months.

influence, perhaps brought during raids on Irish monasteries in the 10th Century, but Ireland is also home to a much older Neolithic culture, one that built monuments predating the pyramids of Giza. It seems reasonable to assume these people could have also developed their own forms of ritual cleansing, both physical and spiritual. Could sweathouses have been used by Celtic druids as places of reflection or ceremony? We don't yet know. But recent archaeological discoveries hint at a much longer lineage than previously assumed.

Just outside Kilkenny, evidence has emerged of a structure resembling a tent-covered sweat lodge, dated to around 1000 BC—suggesting that some form of sweat bathing may have existed in Ireland for over 3,000 years. If so, the tradition may not be imported at all, but perhaps something native, evolving in parallel with other societies owing to necessity, similar to agriculture and writing. For now, we can only speculate.

And speculate we have, for until 2023, these sites had no formal heritage protection. But that is beginning to change through initiatives like the *Leitrim Sweathouse Project*, which have mobilised volunteers to map, document and protect these largely forgotten or ignored structures. We are, in many ways, at the beginning of re-discovering this ancient practice.

A Finnish connection

My own introduction to sauna came years earlier, after emigrating to Finland (for the first, but not the last, time) in the wake of the 2008 financial crisis. Not wholly unrelated, I'd come to help build a Lakota Inípi sweat lodge as part of an architecture students' festival in Suvi-lahti, Helsinki. It didn't take long for me to become enamored with the practice—the stillness, the intensity, the strange combination of discomfort and clarity. Still, a question lingered. But having grown up



Building a Lakota Inipi sweat lodge under the guidance of the late Thomas Yellowhair, Helsinki 2012. Recent archaeological evidence suggests an Irish form of tent sauna dating back over 3000 years.

in Ireland, perpetually cold, a question began to nag at me. Why, oh why, had we Irish never developed something similar?

And so on my first visit home for Christmas, I put this paradox to my grandfather. “Of course we did,” he replied. “Sure there’s a sweathouse just up the road.” And just like that, it clicked—a vague piece of family lore resurfacing of my father, as a young child, hiding in the local sweathouse ruins to evade school! From then on, I loosely entertained the ambition of one day bringing back Irish sauna culture. But alas, I missed my moment.

Sauna returns to Ireland

During the pandemic, locked out of pubs, Ireland turned—probably for the better—to wellness. Barrel saunas began sprouting like mushrooms along coastlines, lakes and rivers; some well-built, others of questionable quality to a seasoned Finn. But the enthusiasm was undeniable. The Irish, as we say, took to sauna *like fish to water*. Whether it’s the relaxation, the extremes of hot and cold, or just a welcome refuge from the wild Atlantic weather, we can’t seem to get enough of it.

Something remembered

Back in Wicklow, I crouch at the entrance. The opening is barely large enough, but I squeeze through. “How is it?” Ksenija calls from outside. “Pretty cozy!” I reply—“like a diplomatic real estate

agent” I think to myself. Inside, it’s small, dark, quiet. I imagine the generations before me, trekking into the wilderness, tending a turf fire for hours, then crawling in to sit, to sweat, to endure. To be still. When I emerge again, blinking in the daylight, the moment lingers. I may have missed the commercial wave of Ireland’s sauna revival, but perhaps that doesn’t matter. Fads will pass, the Instagram posts will fade, but maybe something deeper will remain—a culture that values stillness, reflection, and stepping away. As one Finnish colleague put it to me, “We’re not so different us Finns and Irish. Potato eaters, a tendency towards the drink, and both having this bully to the East.” There’s indisputable truth to that, but it’s not the whole story. There’s also wry humour, resilience, a kind of shared *sisu*, and perhaps a similar inclination toward contemplation—even if we Irish express it more theatrically in public!

We may still have a ways to go to catch up with the Finns; the Irish certainly are not yet ready to part with their swimwear in public, the Catholic sensibilities running deep. But standing there in Wicklow, brushing the mud from my hands, it feels like something has been found again. Not fully understood, not fully recovered—but remembered. And that, perhaps, is enough for now.

Conor Shaw is a researcher at LUT University, concerned with housing, policy and the environment. He recently re-emigrated back to Finland, and is once again enjoying Finnish *löyly* whenever he can.

Herkullinen juustokranssi järvikalatahnalla

Vieraita tulossa saunomaan? Hurmaa heidät makoisilla löylyillä ja kruunaa kokemus hyvällä ruoalla.

Laatinut ja kuvannut: Päivi Mäkinen

Tarvitset:

- iso lehtitaikinal Levy
- 2 rkl tillinsiemeniä
- nippu tilliä
- 1 keitetty peruna
- suolaa ja mustapippuria
- 200 g maustamatonta tuorejuustoa
- sitruunaa (kuori ja mehu)
- 150 g Västerbotten-juustoa raastettuna
- kananmuna voiteluun
- unikonsiemeniä koristeeksi
- 1 prk ranskankermaa
- 1 prk luonnonkalasäilykekalaa
- pieni punasipuli

Tee näin:

Kauli sulatettu lehtitaikinal Levy ohuemmaksi. Kauli taikina suorakaiteen muotoiseksi.

Jauha tillinsiemeniä morttelissa ja kauli ne taikinaan.

Levitä tuorejuusto taikinal Levyn päälle tasaisesti.

Raasta peruna ja ripottele se tuorejuuston päälle.

Levitä näiden päälle silputtu tilli, raastettu sitruunankuori ja suola ja mustapippuri.

Lopuksi ripottele juustoraaste.

Rullaa levy pidemmältä sivulta tiukaksi rullaksi.

Leikkaa rullaan noin 3 cm välein viipaleet niin, että ne jäävät toisesta reunastaan kiinni (leikkaa noin ¾ syvyyteen).

Käännä kranssin muotoon ja nipistele yhteen.

Käännä leikatut viipaleet leikkuupinta ylöspäin.

Voitele kananmunalla ja ripottele päälle unikonsiemeniä koristeeksi.

Paista 200–225 asteessa n. 40–50 min.

Tee tahna: yhdistä ranskankerma, purkkikalaa, pilkottu punasipuli, tilli, suola ja pippuri, sitruunankuori ja mehu. Maista ja mausta!

Tarjoa kaunis kvenelli (soikeanmuotoinen pala tahnaa) kranssi-palan kanssa. Koristele tillillä ja sitruunalla.



Kranssi maistuu lämmitettynä myös seuraavana päivänä.

Katso video kranssin valmistuksesta.



Enonkoski sai saunavaakunan

Enonkoskella rakastetaan saunomista. Kolmena kesänä Enonkoskella on myös järjestetty Heikki K. Lyytisen monipuoliseen kylpemiskulttuurien osaamiseen nojaava savusaunaseminaari Enonkosken luterilaisessa luostarissa.

Tämän kirjoittajakin osallistui Enonkosken saunaseminaariin vuoden 2025 kesällä. Kiinnitin tuolloin huomiota joensuulaiseen vierustoveriini heraldikko **Tuomas Poutiaiseen**, joka luentoja kuunnellensaani piirteli muistiinpanolehtiönsä luonnoksia saunavaakunoista. Saunaseminaari-idean isä **Veli-Matti Hynninen** innostui vaakunoista ja ryhtyi saunavaakunahankkeen puuhamieheksi. ”Asiat, joita rakastaa, ansaitsevat vaakunan.”

Tänä vuonna saunaseminaarin välipäivänä Enonkosken Vuorikoskella järjestetyssä *Kaiken kansan juhannusjuhlassa* vanhana juhannuksena – Jussin päivänä 24.6. – juhlaväki sai äänestää loppusuoralle selvinneistä kahdesta Tuomas Poutiaisen vaakunaehdotuksesta Enonkoskelle saunavaakunan, joka sitten samassa tilaisuudessa luovutettiin kunnanjohtaja **Minna Lauriolle** ja kunnanvaltuuston puheenjohtaja **Lauri Niiraselle**. Laurio sanoi kiitospuheessaan vaakunan vahvistavan



Enonkosken saunavaakuna.

saunakulttuuria kunnassa: ”Tämä on piste iin päälle.”

Juhlapuheen saunavaakunan paljastustilaisuudessa pitänyt saunamestari **Heikki K. Lyytinen** korosti saunan ikiaikaisuutta – yhteyttä menneisiin sukupolviin. Kuten luennoillaankin hän korosti

saunomistaitoja – tulee malttaa aloittaa saunominen riittävän rauhallisesti, jotta hikirauhaset pääsevät avautumaan. Lyytinen myös korosti saunomisen erittäin tärkeää sosiaalista merkitystä.

Voittaneessa vaakunaehdotuksessa on saunasymbolit: kolme hopeanväristä löylykauhaa ja kaksi kultaista koivunlehteä. Vaakunan suunnitteluprosessin aikana pidettiin yhteyttä Enonkosken kuntaan, jotta vaakunoiden välillä ei olisi sekoittumisen vaaraa.

Vaakunoiden värit ovat kuitenkin samat Savon vaakunoiden värit. Enonkosken virallisessa vaakunassa on mustalla pohjalla ristissä kaksi hopeanväristä airoa ja koristeina neljä apilanlehteä maataloutta symboloimassa.

Vaakunoiden synty

Virallisen vaakunan syntyhistoria on mieleenpainuva. Vuonna 1858, jolloin Enonkoskella ei vielä ollut omaa kirkkoa, seurakuntalaiset olivat palaamassa kirkkoveineillä Kerimäen kirkosta – siitä maailman suurimmasta puukirkosta. Yksi veneistä kaatui järvellä kovassa tuulessa ja kahdeksan seurakuntalaista hukkui. Tapauksen seurauksena Enonkoskelle perustettiin oma seurakunta ja rakennettiin sen ensimmäinen kirkko jo seuraavana vuonna.

Enonkosken saunavaakuna puolestaan syntyi puhtaasti rakkaudesta saunaan, ei niinkään markkinointiimmeessä. Kovin suurta markkinointipotentiaalia saunamatkailun edistämiseen ei kunnanjohtaja Minna Laurion arvion mukaan Enonkoskella ainakaan vielä ole. Enonkoski ei ole Tampere eikä Jämsä.

Enonkoskella kuitenkin rakastetaan saunomista. Yleisölle avoimia saunoja ei vielä tällä erää ole muita kuin Karvilan Panimon hyvin erikoinen pullonmuotoinen sauna, jonka



Hynnisten kesähuvilan, Rovastilan, savusauna.

KIUASSUOLA

SAUNANKÄVIJÄN JOULUKAUPPA

www.kiuassuola.fi

takaseinä on muurattu tyhjiä olutpulloista. Kyseinen sauna ei ole vakavien saunaharrastajien kovien löylyjen sauna, vaan sopii enemmänkin fiilistelyyn ja alkuhikoiluun. Saunan löylyhuone on valtava, paljukiin on löylyhuoneen sisällä. Pullosauna vaatisi todella suuren siihen räätälöidyn kiukaan, jotta siinä voisi saada kunnon löylyt.

Vaikka enonkoskelaiset ovat luontaisia saunojia, eivät he savolaista vaatimattomuuttaan tee ylpeydenaiheistaan numeroa.

Enonkosken yksityiset saunat avautuvat kuitenkin myös vieraille. Saunavaakunan julkistamisjuhlan vieraille oli lämmitetty Veli-Matti Hynnisen yksityinen savusauna. Päivän päätteeksi saunoimme Heikki K. Lyytisen seurassa ja hänen oppiansa mukaisesti hikirauhasia pikkuhiljaa avaten ja ihanan puhtaassa ja virkistävässä Ylä-Enonvedessä löylyjen välissä pulahtaen.

”Se on onnen ja ihmeen tie, mikä savusaunan ovelle vie” oli enonkoskelainen kansanrunoilija **Tauno Kautonen** lausunut tämän kyseisen savusaunan vihkimistilaisuudessa kesällä 1999. Siihen ei voi kuin yhtyä.



Kaiken kansan juhannusjuhla Ylä-Enonveden rannalla.

Perinnesaunottajat Sauna-Akka ja Sauna-Kaisa asialla: Tietokirjat rituaaleista ja saunalauluista

– Vieläkö saunasta löytyy kiinnostavaa kirjoitettavaa, ihmetteli ystäväni, kun kerroin lukevani kaksi uutta saunakirjaa. Nämäkin kirjat todistavat, että kyllä löytyy!

Laura Foon:

Perinnelöylyt – vuosi saunassa

Sipoonjoen Perinnesaunan kouluttaja ja kokenut saunottaja ja **Laura Foon**, ”Sauna-Akka”, vie kirjassaan lukijan matkalle pohjoista vuodenkiertoa seuraaviin rituaaleihin, joissa yhdistyvät luonnon rytmi, kansanperinne, mytologia ja kehollinen kokemus.

Laura Foonin mukaan se, miten me suomalaiset nykyisin saunomme, on vain kapea katsaus saunaperinteeseemme. Foonin mukaan meillä onkin tilanne, jossa käytämme kokonaisesta kulttuurin sateenkaaresta vain yhtä värisävyä.

Foonin kirjassa ollaan vuosi saunassa eli jokaiselle kuukaudelle esitellään oma saunaseremoniansa, joka pohjaa itämerensuomalaiseen kansanperinteeseen ja mytologiaan. Kirja korostaa saunan merkitystä kokonaisvaltaisen terveyden lähteenä, minkä Foon itse on oivaltanut käytännön kokemustensa kautta.

Saunottajan työssään Foon yhdistää intohimonsa filosofiaan, mytologiaan sekä metsän väkeen. Hänen mukaansa saunotus alkaakin metsästä ja metsän väki on saunotuksessa voimakkaasti läsnä.

Kirja on kuitenkin hyvin käytännöllinen. Kaikkiin 12 saunariituaaliin annetaan selkeät ohjeet: mitä loitsua voi lausua tai laulaa, mitä tarvikkeita tarvitaan ja miten rituaali etenee vaihe vaiheelta. Kirjassa neuvotaan muun muassa, miten valmistetaan perinteinen saunavihta, turvehoito tai loitsulla siunattu löylyvesi.

Kirja houkuttelee unohtamaan ajanoton ja antamaan oman kehon viisauden määrittellä tahdin. Foonin mukaan saunaseremonioita toteutettaessa on hyvä muistaa, että elimistö ei ole kone, vaan elävä, vuorovaikuttava, kommunikoiva kokonaisuus. Saunan tulee antaa opettaa meille itsemme kuuntelemista ja kunnioitusta.

ISBN 9789518588019

SKS Kirjat, 2026, 143 sivua, 32 €





Sanna Pelliccioni:

Saunan sylissä – kaikuja perinnesaunasta

Palkittu kuvittaja-kirjailija **Sanna Pelliccioni**, ”Sauna-Kaisa”, on alkuperäiseltä koulutukseltaan biologi ja nykyisin sivutyökseen perinnesaunottaja. Kirjassaan hän johdattaa lukijat saunapolulta vanhan saunan ovelle, itämerensuomalaisen saunan muinaisiin perinteisiin.

Perinnesaunottajana häneltä on usein kysytty, mistä voi oppia saunalauluja tai löytää sanoja vaikkapa morsiuksaunaan tai saunalauluun, jossa kiitetään esivanhempia. Niinpä Pelliccioni päätti koota kirjaan ja samannimiselle CD:lle muutamia helppoja ja samalla syvälle saunan juurille luotaavia lauluja.

Laulut noudattelevat pääosin perinteistä kalevalamittaa, nelipolvista trokeeta. Niissä kuvataan saunomista, vihtojen eli simaisten siipien ja satalatvojen voimaa, löylyn henkeä, parantamista ja synnytysapua saunassa.

Osa kirjasen lauluista on kansanmuusikoilta tai perinnesaunottajilta opittuja, osa Pelliccioniin itse tekemiä. Toisinaan hän on



Hille Kaukonen

muokannut vanhaa runoa hieman. Pelliccioni huomauttaakin, että perinnesaunottajat sekä elävöittävät että uusintavat saunaperinnettä, ja se koskee myös saunalauluja.

Pelliccioniin mukaan saunalauluja on hauskinda opetella saunassa! Laulu ei koskaan tule ulos samanlaisena. Sanat muokautuvat, sävel muuttuu, monikko kääntyy yksikköön, tyttönen inehmoon, duuri molliin tai toisinpäin. Yksikään sauna, saunaseurue tai hetki ei ole samanlainen.

Pelliccioni on itse kuvittanut kirjansa herkillä, akvarellityyppisillä kuvilla. Kyseessä on todellakin ”kirjanen”, johon olisi voinut huoletta tuottaa useammankin aukeaman lisää.

Antaa saunalaulujen kaikuja ja elää – myös siellä Saunatalon nelossaunassa, jossa ne välillä iloisesti kajahtavat!

ISBN 9789523815018

Aviador, 2026, 56 sivua, 25,90 €



Laatinut toimitusneuvosto

Kymmenen kysymystä

1. Mikä näistä väitteistä suomalaisesta saunomisesta pitää paikkansa? a) Saunassa ei saa käyttää löylytuoksua b) Suomessa on saunottu jo yli 2 000 vuotta c) Ensimmäiset suomalaiset saunat rakennettiin vasta 1800-luvulla.
2. Koska otettiin käyttöön sana lauteinen Suomen Saunaseuralla jäsenistön nimiehdotuskilpailun tuloksena? a) 1937 b) 1952 c) 1992.
3. Kuinka monta saunaa on Suomen Washingtonin-suurlähetystössä? a) 1 b) 2 c) 3.
4. Missä sijaitsee sauna nimeltä Siparila? a) Ikaalisissa b) Jämsässä c) Nuukiossa.
5. *Sauna*-sanan etymologia on yllättävän kiinnostava ja siitä on nykyään melko vahva uusi tulkinta. Onko sana *sauna* muodostunut a) suomalais-ugrilaisesta sanasta *sakna* b) varhaiskantagermaanisesta sanasta *stakka* c) pohjoissaamen sanasta *suodvni*?
6. Japanin kielen uudissana "rouryu" tarkoittaa löylyä ja self-rouryu sitä, että löylyä saa luoda itse. Japanissa arvioidaan suomalaistyyppistä saunaa säännöllisesti harrastavien määrän olevan jo: a) yli viiden miljoonan b) yli 10 miljoonan c) yli 15 miljoonan?
7. Saksalaisten saunojen Aufguss-tapahtuma on a) ohjattu löylyseremonia b) löylykilpailu c) ennalta määrätty tauko löylynheitossa?
8. Kuka heistä on laulanut saunasta? a) Hanna Pakarinen b) Martti Servo & Napander c) Vesterinen Yhtyeineen.
9. Kuinka monta jäsentä oli vuonna 2020 perustetussa Perinnesaunottajat ry:ssä tämän vuoden alussa? a) 50 b) 75 c) 100.
10. Mikä oli Suomen Saunaseuran jäsenmäärä elokuussa 2026? a) 4 100 b) 4 250 c) 4 400.

Oikeat vastaukset löytyvät yhteystietojen yhteydessä sivulta 67.

"Tykkään gusa-meiningistä"

Nimi: Satu Rämö
Ammatti: Kirjailija
Ikä: 46
Kotipaikka: Reykjavik, Islanti
Ajankohtaista juuri nyt: Hildur-sarjan kuudes osa
 Disa ilmestyy lokakuun puolivälissä

Olet asunut parikymmentä vuotta Islannissa, millainen on islantilainen sauna?

Tyypillisesti uimahallien yhteydessä on höyrysauna. Suomalaiset kiuassaunat ovat kuitenkin yleistymässä ja monet hankkivat nykyään kotinsa pihaan esimerkiksi tynnyri-saunan.

Suomalaiset Islannin-kävijät tuntevat geotermiset kylpylät, kuten Reykjavikin Blue Lagoonin.

Korvaako kylpylä saunan?

Kyllä. Islannissa mökeillä on kuumavesialtaat saunojen tilalta, saunat ovat yleistyneet vasta ihan viime aikoina. Islannissa on yli sata kylpylää tavallisista kansanuimaloista luksuskylpylöihin. Saunapaikkoja on vähemmän.

Ihmetyttääkö sinua jokin islantilainen saunatapa?

Islannissa on viime vuosien aikana yleistynyt gusa-saunominen. Suomalainen puukiuas lämmitetään kuumaksi, saunottaja saunottaa ja säätelee löylyn määrää ja käyttää viuhkaa/pyyhettä. Saunottaja ohjaa kolme vartin mittaista kuumaa löylysessiota ja sessioiden välillä vilvoitellaan ulkona tai pulahdetaan kylmään mereen hetkeksi. Löylyissä kuunnellaan musiikkia kovaa, eli saunassa on kaiuttimet. Tämä tuntui aluksi minusta oudolta, mutta nykyään olen aivan koukussa tällaiseen ohjattuun saunomiseen. Gusa-perinne on tullut Islantiin käsittäkseni Tanskasta muutama vuosi sitten, se ei ole islantilainen keksintö.

Oletko himosaunoja, tavissaunoja tai jotain siltä väliltä?

Olen himosaunoja, tykkään tuosta gusa-meiningistä, jolloin löylyissä ollaan yhteensä tunti ja sauna on todella kuuma.

Kimpassa vai yksin lauteilla?

Kimpassa. Se on mukava yhteinen kokemus ja jaettu hetki. Yksin en jaksaisi tuntia istua ja kärvistellä kuumassa.

Ikimuistoinen saunareissusi?

Alkusyksystä olin gusa-saunassa Reykjavikissa meren rannalla. Oli ilta ja hämärää. Löylyjen tauolla pulahdin kylmään mereen ja taivas oli vihreänä revontulista. Se oli upea hetki!

Entä muistuuko mieleesi surkeaa saunakokemusta?

Jos kiuas ei ole tarpeeksi kuumaksi lämmitetty, niin kyllä alkaa harmittaa.

Pulahdatko veteen saunomisen lomassa?

Juu! Merivesi on aina täällä kylmää. Meri ei jäädy talvella, mutta sen lämpötila ei juuri koskaan kohoa yli kahdeksan asteen.

Hildur-sarjasi kuudes osa Disa ilmestyy lähiaikoina.

Pitääkö surffausta harrastava kirjan päähenkilö naispoliisi Hildur saunomisesta?

Itse asiassa Disa-kirjassa Hildur taitaa piipahtaa gusa-saunassa... :)

Jos saisit kutsua kenet tahansa saunaan, kuka se olisi?

Paula Vesala.



Björgvin Hilmarsson



SUOMEN SAUNASEURA
FINSKA BASTUSÄLLSKAPET
THE FINNISH SAUNA SOCIETY

Tietovisan oikeat vastaukset:
1b, 2c, 3c, 4b, 5b, 6c, 7a, 8b, 9a, 10b

YHTEYSTIEDOT

Suomen Saunaseura ry

Vaskiniementie 10, 00200 Helsinki,
www.sauna.fi

Toiminnanjohtaja Janne Koskenniemi

janne.koskenniemi@sauna.fi,
050 371 8178 (puhelinaika ti-to klo 10-13)

Kahvio/kassa 050 372 4167

(saunojen aukioloaikana)
Kahvilapäällikkö Lari Lindgren,
lari.lindgren@sauna.fi

Lämmittäjämasteri/kiinteistöhuolto

Ari-Pekka Paavola,
lammittaja@sauna.fi, 050 372 7648

Sauna-lehti

Päätoimittaja Karoliina Saarnikko,
lehti@sauna.fi

Seuraa Sauna-lehteä sosiaalisessa
mediassa:



@saunalehti



@sauna_lehti

SAUNASEURAN JOHTOKUNTA 2026

Raine Laurikainen, puheenjohtaja

laurikainenraine@gmail.com, 050 041 7215

Ari Ahonen

ahonen.ari@gmail.com, 0400 685 255

Heikki Junkkari

heikki.junkkari@hus.fi, 0400 680 836

Johannes Lahtela

johannes.lahtela@gmail.com, 050 365 8517

Janne Mattila

janne.jj.mattila@gmail.com, 050 911 4708

Jouni Niiniahio, jokke@iki.fi, 040 071 3538

Leena Niskanen

leena.niskanen@gov.fi, 040 779 7057

Sari Parviainen

sari.parviainen@outlook.com, 040 850 9485

Erkki Putaansuu

erkki.putaansuu@skf.com, 040 074 0282

Topi Vesteri

topi.vesteri@icloud.com, 040 070 2002

Ville Warsta, ville@warsta.net, 040 344 5961

SAUNATALO ON AVOINNA

Maanantai 13-21 (naiset)

Tiistai 13-21 (miehet)

Keskiviikko 13-21 (miehet)

Torstai 13-22 (naiset)

Perjantai 13-22 (miehet)

Lauantai 12-21 (miehet)

Kuukauden ensimmäinen lauantai on jaettu:

Miehet saunovat 12.00-16.30 ja

naiset 17.00-21.00.

Perjantaisin Saunatalolla on täysi vieraskielto.

Kuukauden ensimmäisenä maanantaina on
huoltomaanantai ja Saunatalo on kiinni.

**Poikkeukset syyskauden aukioloihin
löydät tämän lehden sivulta 20.**

Lisätietoja jäsen- ja saunamaksuista,
oheispalveluista ja seuran toiminnasta
osoitteessa www.sauna.fi.



Laadukasta tekstiilivuokrausta
ja pesulapalvelua

Hankasuontie 5, 00390 Helsinki
040 741 0031

www.lainas.fi

Puhtaaseen huomiseen!

**KESKITY SAUNOMISEEN
JA MUUHUN TÄRKEÄÄN.**

JÄTÄ ISÄNNÖINTI ISÄNNILLE.

Täyden palvelun Isännät huolehtii
kiinteistönne hallinnosta, taloudesta,
tekniikasta ja arvон kehittämisestä.

Pyydä tarjous: isannat.fi



ISÄNNÄT OY
ISÄNNÖITSIJÄTOIMISTO

Kansakoulukatu 5 B 14

00100 Helsinki

Puh: 010 8383 400

asiakaspalvelu@isannat.fi

ISA-auktorisoitu
isännöintiyritys



50 vuotta luotettavaa isännöintiä.



. AUA1



Posti Green

BAUHAUS®

KAIKKI SAUNAAAN JA SAUNOMISEEN



Espoo Rusthollarinkatu 6, Espoo
Oulu Kaakkurinkulma 2, Oulu
Tampere Palmrothintie 4, Pirkkala

Turku Kuloistentie 1, Raisio
Vantaa Tammiston kauppatie 19, Vantaa
Lahti Simolanmutka 5, Lahti

Tavaratalomme palvelevat
ma - pe 8 - 20, la 9 - 18,
su 10 - 18.

Verkkokauppa 24 h
www.bauhaus.fi