

**TUPLA-
NUMERO**
Lisäetuna
ristikkolehti!

11-
12
2014
7,80 €

OMMA AIKA

oma talous & laki / työ / matkat / terveys / ihmissuhteet

Tietopaketti:
**Rintasyöpä ja
eturauhassyöpä**

**ÄITI KERTOO
POIKANSA
ITSEMURHASTA
"EN KYENNYT
PITÄMÄÄN
LASTANI
HENGISSÄ"**

Hyvä tietää
**KUN OSTAT
TABLETIN**

HYÖTYEKSTRA

Näin säästät
**ARJEN EUROISTA
SATASIA VUODESSA**

Supersuosittu

**KAIJA
KOO**

"Olen aina
paininut
miesten
sarjassa"

MTK:n puheenjohtaja

Juha Marttila

"MAATALOUTEEMME
ON ISKENYT LIIAN
MONTA VITSAUSTA"





KUVA MARI LAHTI

Kokeile cuppingia

• Cupping tarkoittaa kahvin maistelua ja muistuttaa hartaudessaan viininmaistajaisia. *Kaffa Roasteryn* kenialaisen N'dumberi-kahvin (nam!) maistajaisissa opin myös, että sommelier-kahvikuppi kapenee ylöspäin. Vuonna 2007 perustettu Kaffa Roastery tuo kahvia eri puolilta maailmaa ja paahtaa pavut Helsingin Punavuorella. Keltaisin etiketein varustetut Barista Blend -kahvit ovat ”helppoja”. Ne maksavat noin 8,50 € / 200 g. Olen jo pois pilannut kotiväen, sillä paahtimo sijaitsee työpaikkani kivijalassa. **ANNA-LIISA HÄMÄLÄINEN**

KAFFA ROASTERY, PURSIMIEHENKATU 29.
JÄLLEENMYNTIPAIKAT: KAFFAROASTERY.FI



KUVA MIKA KOIVUSALO

Huippunäyttelyyn! Marika Mäkelän huikea retrospektio Sara Hildénin taidemuseossa Tampereella jatkuu 25.1.2015 asti. tampere.fi/sarahilden

VILIMIN PAIKKA

• Syksyllä jos koska ehtii katsoa vilimejä, ja mukavinta se on porukalla. Ylistarossa elokuvateatteri Matin-Tuvassa järjestetään marraskuussa 20.–24.11. kahdeksannen kerran *Filmiä ja valoa* -festivaali. Sen teema on tänä vuonna *Periksi ei anneta*. Käsikirjoittaja, ohjaaja **Antti Heikki Pesonen** vierailee *Päin seinää* -draamakomedian ennakkoensi-illassa. Ensi-iltansa saa myös dokumenttielokuva *Isoviha*, ja klassikkoelokuvana nähdään mykkäelokuva *Korkein voitto*, jonka esityksen säestää Seinäjoen kaupunginorkesteri 13 hengen elokuvakokoonpanolla.

Elokuvateatteri Matin-Tupa on toiminut vuodesta 1941. Teatterin perusti ylistarolainen liikemies **Matti W. Luoma**, jonka jälkikasvu neljännessä polvessa pyörittää nyt toimintaa. **JAANA KIVIPELTO-TULKKI**

ELOKUVATEATTERI MATIN-TUPA, PUHELINKUJA 4,
YLISTARO. FESTIVAALIOHJELMA: FILMIAJAVALO.FI

LÄMPIMIN KÄSIN LADULLE

• Varusteilla on merkitystä, sanoi kuka mitä hyvänsä. Moni meistä muistaa lapsuuden hiihtoretket märissä lapasissa, joihin lumi tarttui palloiksi. Voihan sitä nykyäänkin niin ladulle lähteä. Itse hiihdän tänä talvena *Hestran* hiihtohanskoissa. Ohuet hanskat ovat miellyttävät käytössä ja pitävät hyvin niin tuulta kuin kosteuttakin. Riittävän kapea malli istuu käteen, mutta joustavan materiaalin ansiosta hanska ei kiristä eikä purista. Nyt sohvalle jäämisen syyksi eivät käy märät ja kylmät sormet. Pitää keksiä muuta. **ANU VIRNES-KARJALAINEN**

HINNAT MALLISTA
RIIPPUEN 32
EUROSTA YLÖSPÄIN.

KUVA MINTTU MÄKINEN



• Sinituotteen vaaleanpunaisessa **Roosa nauha** -lapiossa on asennetta. Sillä kaivaa auton hangesta sadattelemta.

VIELÄ EHTII

• *Roosa nauha* -keräys on Suomen suurin syöpäkeräys. Sillä rahoitetaan suomalaista rintasyöpätutkimusta, joka on maailman huippua. Rahoilla ylläpidetään myös neuvontapuhelimia syöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen. Heitä on paljon: joka kahdeksas suomalainen nainen sairastuu elämänsä aikana rintasyöpään.

Roosa nauha -tuotteet ovat myynnissä rajoitetun ajan, mutta marraskuun loppuun saakka voi tehdä Otto-automaateilla kolme euron keräyslahjoituksen, 10 euron lahjoituksen tekemällä ROOSA numeron 16 499 tai soittamalla numeroon 0600 90 211.

JAANA KIVIPELTO-TULKKI