

Suomelan Sanomat

ASOCIACIÓN FINLANDESA SUOMELA • KÄSENLEHTI N:O 185 • JOULUKUU 2021



**Padel valloitti
Suomelan**

**Antoisaa
joulunaikaa
kaikille!**

**Asianajajan neuvot
Espanjan lakiasioissa**

**Juhlakauden konsertit,
myyjäiset ja joululounas**

CITYMEDIA Fuengirola.fi

Aurinkorannikon uutiset,
tapahtumat ja ihmiset.

Lue joka perjantai.
Verkossa jo
torstai-iltana!



MÁLAGA • TORREMOLINOS • BENALMÁDENA
• FUENGIROLA • CALAHONDA • MARBELLA

Digitukea Espanjassa

Aurinkorannikon Digimies tarjoaa apua
tietokoneiden, tablettien, älypuhelisten
ja muiden digilaitteiden käytössä,
asennuksessa ja huollossa.

Varaa aika kotikäynnille:

Puh/WhatsApp: +34 655 392 092

Sähköposti: hola@digimi.es

Facebook: facebook.com/digimies



Digimi.es

HAMMASKLINIKKA

Los Boliches
Fuengirola

Puhelin:
952 66 45 45



Ensimmäinen
käynti ja tarkastus,
täysin ilmaisia



BORJA ALCOHOLADO
CLÍNICA ODONTOLÓGICA

Av. Nuestro Padre Jesús Cautivo, 35



MONIPUOLINEN KUNTOSALI

**Suomelan jäsenille
10% alennus**

Calle Antonio Machado, Los Boliches
Hotelli Nuriasolin takana

AJ FORSMAN
ABOGADOS

Asianajotoimisto

Asuntokaupat - Vuokrasopimukset
Perintöasiat - Testamentit - Lahjoitukset
Veroilmoitukset - Veroneuvonta
Yritykset - Toiminimi - Kirjanpito
Oikeudenkäynnit - Virastot
NIE, residenssi ja muut käytännön asiat

Puh: +34 613 113 336

admin@ajforsmanabogados.com

www.ajforsmanabogados.com



TUYA ROPAS TUYA RODAS

MAKIA

Suomalainen

ekologinen vaatekauppa
Los Bolichesin sydämessä.

Uusia ja kierrätettyjä vaatteita
jalkineita, asusteita, koruja ym.

Tervetuloa tekemään löytöjä!

ASUYAMA

Av. de Los Boliches 47, +34 656 364 748
(Bussikadulla vastapäätä Costa Kohvikia)



Kuva kotialbumista

Antoisa syyskausi

Kaksi ensimmäistä kuukautta Suomelan uutena sihteerinä ovat hurah-taneet hetkessä ohi. Minä ja koko hallitus olemme vastaanottaneet suuren määrän niin uusia jäseniä kuin ”vanhoja” jäseniä, jotka ovat kahden koronavuoden jälkeen saapuneet sankoin joukoin takaisin Aurinkorannikolle. Olen iloinen jokaisesta uudesta jäsenyydestä, olenhan työni ohessa tutustunut uusiin mukaviin ihmisiin. Tämä lieneekin Suo-melan vapaaehtoistoiminnan suola; samalla kun antaa aikaansa Suomelan käyttöön, saa vastalahjaksi arvokkaita ystävyysuhteita.

Harrastusryhmien toiminta käynnistyi vauhdilla ja liki kaikki ryhmät ovat viikosta toiseen olleet täynnä osallistujia. Olemme kuunnelleet jä-senten toiveita ja perustaneet uusia ryhmiä, tammikuussa on vielä luvassa lisää. Jonkinlainen raja tulee pian vastaan tilojen suhteen, mutta onneksi suunnitelmissa on myös ryhmiä, jotka tapaavat ulkoilmassa. Onko sinulla toiveissa harrastus, joka ei ole vielä ohjelmassamme? Oletko kenties jonkin alan asiantuntija ja voisitko tulla kertomaan osaamisestasi maanantain teematilaisuuksissa? Kiinnostaisiko sinua vapaaehtoistyö ryhmänvetäjänä? Tule mukaan, vaikka vain pariksi tunniksi viikossa!

Tästä lehdestä näet, että meillä on luvassa monipuolinen, antoisa ja juhlavakin joulukuun ohjelma: yhteislaulua, pikkujoulutansseja, joulukonsertti ja joululounas. Joululoman jälkeen seuraa tammikuu, jolloin suunnitelmissamme on matkoja Andalusiin pieniin kyliin, joissa voimme kokea luonnon kauneuden. Mantelipuiden kukintaa voimme seurata aivan Suomelan lähiympäristössä ja lupaamme viedä sinut katsomaan niitä. Mukavaa joulun odotusta, ystävät!

*Anne Koskimaa
Suomelan sihteeri*

**Suomela on joulutauolla 23.12. alkaen.
Toiminta käynnistyy uudelleen 10.1.2022.**

Hallitukselta



Hallitukselta: Antoisa syyskausi	1
Joulukuun sisällysluettelo	2
Päätoimittajalta: Juhlasta jouluun	3
Harrastuspiiri: Padel valloitti Suomen	4
Itsenäisyyspäivän lipunnosto ja pääjuhla	6
Romaani ja elokuva: Hytti nro 6	7
Suomela 30 v. Siellä kaikilla oli niin mukavaa...	8
Joulukonsertit: Örisevät & Erja Siljamo Trio	10
Ari Simoinen: Mikä silmälaseissa maksaa?	11
Käsityökerho onnittelee Suomelaa	12
Uutta Suomelassa: Seniorikerho	13
Suomelan fanituotteet	14
Joulukuun tilaisuudet	16
Viikko-ohjelma	17
Keskiviikon lounasmenu & Perinteinen joululounas	19
Teematilaisuudet & myyjäiset	20
Markku Teräväinen: Joskus rahaa on, joskus ei	21
Prius Abogados – suomalaisille tuttu toimisto	22
Matkamuistoja: Minun helmeni Andalusiassa	24
Tullaan tutuksi: Defi pelastaa henkiä	26
Markus Aho: Joulupukin ja joulun todellisuudesta	27
Lukija kysyy, toimitus vastaa	28
Golfkerhon kuulumisia	29
Revy ”Kyllä kaikki oli ennen paremmin”	30
Ota yhteyttä: Hallitus ja muut toiminnot	31
Suomela-info: Jäsenmaksut, -edut ym.	31
Harrastuspiirit: vetäjät ja yhteystiedot	32
Tervetuloa kirjastoon!	32

Ota talteen!

Suomelan Sanomat, painosmäärä: 1500 kpl
Kustantaja: Asociación Finlandesa Suomela
Päätoimittaja: Riitta Pulkki, media@suomela.info
Toimittajat: Jussi-Mikko Kesti ja Leena Keskiäho
Ulkoasu: Ritva Pekkanen, pekkanen.ritva@gmail.com
Painopaikka: P&R GRAFIS, S.A., Mijas,
Lehti on ilmainen ja ilmestyy kuukausittain
loka-maaliskuussa (6 nroa/v).



Riitta Pulkille
myönnettiin 7.11.
2021 Suomalaisen
kunniajäsenyyden.
Onnittelut!

Juhlsta jouluun

Suomalainen matka jatkuu. Yhdistys on kartuttanut 30 vuotta arvokasta pääomaa, uskollista jäsenistöä, jonka tuella se on vahvistanut olemassaoloaan, ja on nyt Aurinkorannikon suurin suomalaisten jäsenyhdistys. Matkanteko on ollut toisinaan vaivalloista ja haasteellista, mutta kaikesta on selviydytty. Erinomaisesti onnistunut 30-vuotisjuhla on arkistoitu historian dokumentteihin (s. 8). Ajanlaskun seuraava lehti kääntyy, ja toivottavasti pääotsikkona säilyy edelleen yhteenkuuluvuus ja yhteistyö.

Suomalainen kiireinen syyskausi on antanut merkkejä talouden elpymisestä koronan taannuttamasta tilanteesta. Suomalaisten matkailuhalu on saanut talvehtijat palaamaan takaisin tutuille Aurinkorannikon seuduille etelän lämpöön. Ei ole liioittelua kertoa, että Suomalaisen seinät pullistelevat ja natisivat liitoksissaan, jopa salin lattialaatatkin irtoilivat, mutta ne toki korjattiin. Salin ja toimiston ovet käyvät kiihtyvään tahtiin. Kasvava jäsenmäärä on toiminnan kannalta tärkeää ja tosi ilahduttavaa. Muutama uusi harrastuspiiri on aloittanut toimintansa, mikä on selkeä signaali jäsenistön aktiivisuudesta ja kiinnostuksesta yhdistystämme kohtaan. Teatteri Suomalaisen menestys ja suosio ovat upea osoitus teatterilaisten intohimoisesta suhtautumisesta ja sitoutumisesta harrastukseensa.

Joulukuu on todella aktiivista aikaa. Joulua odotellaan ja juhliin varaututaan. Itsenäisyyspäivä (s. 6) on eräänlainen taitekohta, jolloin valmistellaan joulunajan suunnitelma. Keittiöihin laskeutuu piparkakun tuoksu. Sanotaan, että joulu on juhlista jaloin. Jotta joulu olisi se jaloin ja parhain, niin unohdetaan turha kiire ja riittämättömyyden tunne. Suomalainen hiljentyä joulun viettoon aatonaattona, ja arjen toimintaan palataan tammikuun kymmenentenä päivänä.

Toivotan lukemisen iloa joulukuun Suomalaisen Sanomien seurassa.
Rauhallista ja hyvää joulua!

Riitta Pulkkinen



Padel valloitti Suomalain

Padel on Suomalain harrastuspiireistä nopeimmin kasvava. Aktiivipelaajia on tällä hetkellä yli sata ja koko ajan määrä kasvaa. Monet harrastajat ovat vasta palailemassa rannikolle ja myös vasta-alkajia tulee lajin piiriin. Kevääseen mennessä pelaajia odotetaan olevan jo 150. Mukana on paljon nuoria ja työssäkäyviä, mikä samalla nuorentaa Suomalain jäsenkuntaa. Tämä on jo pitkään ollut yksi hallituksen tavoitteista.

Vetäjiksi on saatu todellisia ammattilaisia. **Ilkka af Ursin** on entinen A-luokan tennispelaaja, joka puolisoineen hurahti neljä vuotta sitten padeliin siinä määrin, että jopa perheen kotimaa on muuttunut sen myötä. Ilkka sekä kilpailee että valmentaa ja sen lisäksi pitää suosittua Padelisti-blogia. Puoliso **Laura Taipaleenmäki** toimii yhdessä **Hanna Kytölä-Lundströmin** kanssa valmentajana ja padelryhmien organisoijana. ”Kentät ovat täynnä keskiviikkoisin ja perjantaisin. Kaikkiaan kentille mahtuu 32 pelaajaa ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä”, Ilkka kertoo.

Ennen koronaa ryhmät täyttyivät muutamissa minuuteissa, mutta nyt siihen menee noin päivä ja edelleen hitaasti ilmoittautujat joutuvat tyytymään varapelaajien asemaan.

Lisäksi on äijä- ja ladypadel, (mieluiten leidipadel), joita pelataan maanantaisin. Sen vetäjinä toimivat **Paavo Ässämäki** ja **Marja Kakko**. ”Äijäpadel ja Ladypadel ovat niin sanottuja harjoitusvuoroja, joissa treenataan ja pelataan rennommin. Silloin on käytössä neljä kenttää kahdeksasta”, Paavo kertoo. Marja vastaa myös padelryhmän tiedottamisesta.

Ryhmät samantasoisia

Padelia pelataan nelinpelinä ja jotta joukkueissa olisi suunnilleen samantasoisia pelaajia, pelaajat ovat arvioineet oman tasonsa. Ykköset ovat pisimpään pelanneita eli yli kaksi vuotta mailaa heilutelleita ja kolmoset melko aloittelevia. Kakkoset ovat keskimäärin pelanneet puolesta vuodesta kahteen vuoteen. Tämän perusteella rakennetaan



*Vasemmalla:
Paavo Ässämäki,
Ilkka af Ursin,
Laura Taipaleen-
mäki ja Hanna
Kytölä-Lundström.*

*Oikealla:
Los Pacosin padel-
klubi on suoma-
laisten suosima,
kuvassa Vesan ja
Katin tyylinäyte.*

PADEL VAATII LIHASKUNTOA

Padel vie helposti mukanaan ja kun pelikertojen määrä kasvaa, kasvavat myös fyysiset vaatimukset. Melko pian peli nopeutuu, pisteet ovat pidempiä ja pallo pysyy matalammalla. Kun lyöntiin valmistumisaika lyhenee, pitäisi olla nopeampi. Rasitusvammoja tulee, kun lihasta rasitetaan liikaa.

Tyypillisin rasitusvamma on tenniskyynärpää. Repeämiä voi tulla, kun pelaaja lähtee kylmiltään pelin hurmassa tekemään liikkeitä, jotka ovat hänen kunnolleen ja keholleen liikaa. Tavallisin on pohjelihaksen repeämiä. Vamma tulee padelissa erityisen helposti myös akillesjänteeseen, polveen, olkavarteen tai selkään. Myös nilkan nyrjähdysvammat ovat yleisiä.

Rasitusvammoissa lepo on hyvä perushoito, mutta innokas pelaaja ei sitä helpolla hyväksy. Apua haetaan tuista, geeleistä, gripistä, mailasta, lisäravinteista ja hieronnasta.

Jatkuu seuraavalla sivulla

parit kentille. Koska voittajat siirtyvät aina ylöspäin ja häviävät alaspäin, ryhmät tasaantuvat ajan mittaan. Valmennus tapahtuu Los Bolichesin kentällä 1–4 henkilön ryhmissä. ”Alkeisryhmien valmennukselle olisi tarvetta. Paljon on tullut kyselyjä sellaisilta, jotka eivät ole koskaan pelanneet”, Laura sanoo. Paavo kertoo, että tätä on jo mietitty mutta se edellyttää, että saadaan vuoro, johon aloittelijat voidaan ohjata. ”Tällä tunnilla he voisivat pelata sen aikaa, että saisivat perusteet ja sitten vasta siirtyisivät muihin vuoroihin”, Paavo sanoo.

*Teksti Leena Keskiaho
Kuvat Riitta Martela*

Jatkoa edelliseltä sivulta

Nämä ovat hyviä tukitoimia vammasta palautumiseen tai ennaltaehkäisyyn. Rasitusvammat kuitenkin johtuvat siitä, että kipuilevaa kudosta on kuormitettu liikaa sen suorituskykyyn nähden. Tähän ongelmaan on olemassa yksinkertainen ratkaisu: omat fyysiset ominaisuudet on nostettava lajin vaatimusten tasolle. Mikä se taso on, riippuu paljolti pelattavien pelien intensiteetistä sekä määristä.

Turhia loukkaantumisia pelikentällä voidaan välttää aloittamalla laji maltillisesti ja harrastamalla liikuntaa monipuolisesti. Lihaskuntaa saa lisää kunto-osalilta mutta lihaksia voi vahvistaa myös

kotona käyttäen apuvälineinä painoja, kuminauhoja, kahvakuulia ym. vastaavia. Sarja voi olla vaikkapa vain 5–10 minuutin mittainen, mutta jos sen tekee joka päivä, siitä on paljon hyötyä. Myös pilateksen ja joogan kaltaiset lajit ovat erittäin hyviä oheisharjoitteita. Myös hakeutuminen tekniikkavalmennukseen vähentää mahdollisia vammoja.

Leena Keskiaho

Lähteet: Kari Kinnusen blogikirjoitus Fuengirolassa toimivan Urheiluhieroja-opisto Sport Massagen verkkosivulla www.spoma.fi/l/pari-sanaa-padelista ja Iltalehden artikkeli 28.10.2021 padelvammoista.

Muista! Lipunnosto klo 9 Girasolin pihalla. Kari Alajuuma & Örisevät-kuoro. Juhlapuhe Kirsi Oras.

**Ma 6.12.
Itsenäisyys-
päivä**

Suomen itsenäisyyspäivän juhla

6.12.2021 klo 12.00

Fuengirolan rauhanpalatsi

Palacio de la Paz, Calle Recinto Ferial

Juhlassa mukana

Suomalaisen koulun orkesteri ja kuoro

sekä Teatteri Suomelan esittämä

Tuntematon sotilas

Liput 20€

Myyntipaikat:

Asociación Finlandesa Suomela,

Aurinkorannikon suomalainen seurakunta

Fuengirola: Cafe Restaurante Kardemumma, Thelman Pullapuoti,

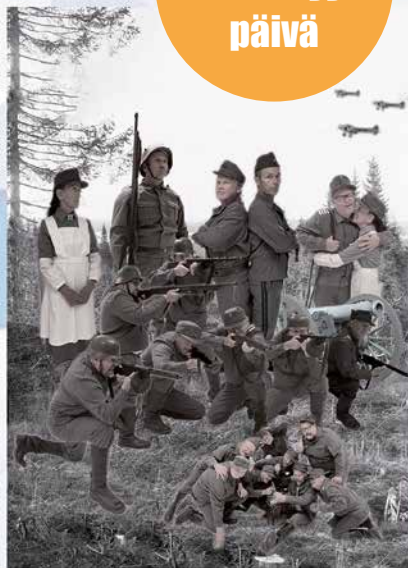
Olé-kustannus, New Ewald's, Ravintola Kukko, asioimistoimisto

Liisa Toivola (Pacosin tupa)

Benalmádena: Bar Victoria, kampaamo SalónDK

Calahonda: Dos Leones

Lisätietoja: www.aurinkorannikonleijonat.com





ROMAANI
Rosa Liksom 2011.
WSOY. Finlandia-
palkinto 2011.

ELOKUVA
Juho Kuosmanen
2021. Elokuva-yhtiö
Aamu Oy. Palkittu
Cannesin elokuva-
juhlilla ja esitys-
oikeudet myyty
useisiin maihin.

Hytti nro 6

Rosa Liksomin romaani kuvaa yhden opiskelijatyttöön junamatkaa Neuvostoliitossa 1980-luvulla Moskovasta Mongoliaan. Hän pakenee ihmissuhteitaan. Hän joutuu samaan hyttiin kaivosmiehen, rasittavan retkun Ivanovin kanssa. Matkan joutuessa lämpenevät tytön ajatukset avuliaaseen matkatoveriin ja muutkin ihmissuhteet saavat mittasuhteensa. Romanin innoittamana **Juho Kuosmanen** ohjasi rinnakkaisen road movie -elokuvasversion. Määränpäinä oli Murmanski 1990-luvulla, ja matkalla tavattiin myös Äiti Venäjä -hahmo. Retku olikin luotettava ystävä. Ketkuna oli suomalaiskulkuri.

Romaanissa tytön hyttitoveri pölöttää kurjasta taustastaan ja surkeasta kotimaastaan, jota kuitenkin rakastaa yli kaiken. Hän ei vaivu murheisiinsa, kittailee votkaa eikä tunne pulaa naisista. Tyttöön hän ei kajoa, koska tämä ei halua. Juna pysähtelee useiksi päiviksi, jolloin tyttö tutustuu radanvarren kohteisiin saaden opastusta mieheltä, joka tuntee kaiken. Mikään ei toimi, mutta kaikki järjestyy.

Onko suomalainen utopia elämästä liian korkealla? Matka valmistaa tytön ottamaan vastaan elämän, sen onnen ja onnettomuuden. Romaanista voi löytää viittauksia muihin teoksiin esimerkiksi se loppuu sanoihin ”Moskovaan, Moskovaan” kuten **Anton Tšehovin** *Kolme sisarta* -näytelmään.

Elokuvasssa muuan tyttö suuntaa junamatkansa Moskovasta Murmanskiin kalliopiirustusten takia. Hytissä on mies, Ljoha, juoppo, puhelias, himokas, iljettävä. Hän utelee, mitä on ”Rakastan sinua” suomeksi. Tyttö vastaa: ”Haista v***u”. Matka joutuu, tutustutaan. Juna seisahtuu yöksi. Ljoha vie tytön tapaamaan isoäitiään, Äiti Venäjä -hahmoa. Nuorten ystävyys alkaa lämmetä.

Tyttö auttaa kitaraa kantavaa suomalaiskulkijaa majoittumaan hyttiin. Poistuessaan ketku vie tytön videokameran. Murmanskissa Ljoha järjestää tytölle matkan kalliopiirustuksille, jonne hotelli ei järjestä matkoja talvella. Palattuansa töihin Ljoha jättää tytölle viestin: ”Haista v***u”.

Reima Lehtimäki, Suomalaisen kirjallisuudenpiiri



Siellä kaikilla oli niin mukavaa...

Las Palmeras-hotelliin saapunut täysi salillinen yleisöä nautti Suomelan 30-vuotisjuhlista 7.11. Ensimmäisen puoliajan ohjelma oli perinteisen juhlallinen puheineen ja onnitteluineen. Väliajan jälkeen riemu repesi, kun lavan valtasi Teatteri Suomelan vauhdikas revyy.

*Perinteinen puhe-
osuuskin vietiin läpi
rennolla otteella.
Fuengirolan kaupun-
gin tervehdyksen toi
apulaispormestari
Rodrigo Romero.
Juontajana toimi
Suomelan puheen-
johtaja Kirsi Oras ja
tulkkina oli Marja
Ruusuvirta Solís (vas.).*

Kuvat Olavi Kurkela





*Revyy on nähtävissä
Suomelan salissa
tammikuussa, s. 30.*

SUOMELA 30 V.

kaukaa saavuit tuntemattomaan
tutuksi itses valon vieraana tunsit
ei käynyt mielessä kotiin lähtö enää
se oli täällä nyt ja ain

huolilta vältyit yhteistyön myötä
paikoista, yhä uudelleen uutta löysit
oli lämpö mukana seuranas, ystäviä
mukana. toive meitä yhdisti, sitoutti

yhdestä kymmeniä, kymmenistä satoja,
sadoista tuhansia, maailma oli tässä ja muuta
tarvittu ei, tavoille opittiin, siestään ja tapaksiin,
muuria ei tarvittu eikä ennakkoluuloja

juuret Pohjolassa olivat, juhannusruusun luona
haikeus välillä rintaa riipi, mutta PASEO MARITIMO
kun meren yli katsoo ja meren edestään löytää
se riittää

30 harrastuspiiriä plus
30 vuotta plus ikuinen kiintymys
näihin ihmisiin, tekijöihin, siinä
vasta pieni osa kerrottuna
menestyksestä, edistyksestä

siitä kun
ensin pitää aloittaa lause
ensin pitää aloittaa tekeminen
ensin pitää saada muita mukaan

ja tänään ken ensimmäisenä ehtii
onnellisia onnittelee, sitä
ensimmäistä vastaan tulijaa, jäsentä
joka tietää, että Suomela omiensa
joukossa jatkossakin –
primus inter pares

Kotoisa. Lämmin.
Suomela!

Tätä henkeä
yhteiselo
mahdotonta
kopioida

näin pitkälle
on päästy
ja tässä
me istumme
muistelemme

me isolla kirjaimella
kirjoitettuna isolla
äänellä lausuttuna
NOUSKAAMME!

ONNEA RAKAS SUOMELA!
ONNEA KERTAA KOLKYT
ELÄKÖÖN JA ELETÄÄN!!

**Suomela
juhlaruno**

*Henri
Hirvenoja*



Örisevät-kuoron joulukonsertti su 12.12. klo 18–20

Tervetuloa kuuntelemaan tunnelmallista joulumusiikkia Suomelan saliin.
Liput 10 € saatavilla toimistosta tai salilta puoli tuntia ennen konsertin alkua.

Joulutunnelmissa
ERJA SILJAMÄ TRIO
SUOMELA-SALISSA 19.12. KLO 16
LIPUT 10 € SUOMELASTA TAI +358 44 020 4458

 Asociación Finlandesa
Suomela 



Mikä silmälaseissa maksaa?

Mainoksia lukiessa näyttää, että silmälasit saa pikkurahalla. Silmälasien hintahaitari on suuri ja kalleimpien lasien hinta on kaukana parhaasta tarjouksesta. Onko hinnoissa ilmaa ja huijataanko asiakasta?

Silmälasien hintaan vaikuttavat neljä tekijää: kehys, linssimateriaali, pinnoitteet ja linssin rakenne. Halvimmat kehykset tehdään valamalla sula muovimassa muottiin. Kehys on kevyt, mutta hankala muokata kasvoille istuvaksi ja murtuu herkemmin. Selluloosa-asetaatti on kestävämpi ja kalliimpi raaka-aine. Siitä valmistetut kehykset eivät ole muovia vaan orgaanista ainetta, vaikka puhutaan yleisesti muovikehyksistä. Metallisten kehysten kestävimmat materiaalit ovat ruostumaton teräs ja titaani.

Arvokkaamman ja kestävämmän kehyksen valmistuksessa työvaiheita on jopa yli 200 ja on enimmäkseen käsityötä. Linssimateriaali vaikuttaa myös silmälasien hintaan. Halvimmasta perusmateriaalista tehty linssit ovat paksuimmat ja painavimmat. Ohennetut linssimateriaalit tekevät voimakkaistakin linseistä ohuet ja kevyet ja ovat hintansa arvoiset. Kova ja heijastamaton pinnoite kuuluu nykyään lähes kaikkiin silmälaseihin, jopa edullisiin pakettihintoihin.

Se ei kuitenkaan aina riitä, jos haluaa suojata silmät haitalliselta säteilyltä. Kirkkaatkin linssit voivat suojata UV-säteilyltä, jos niihin lisätään oikea pinnoite. Auringossa tummuva pinnoite linseissä antaa täyden suojan ja estää myös häikäistymiseltä. Neljäs silmälasien hintaan vaikuttava tekijä on linssin rakenne. Vanhin ja halvin standardilinssi löytyy valmistajan varastosta valmiina, suurena pyöreänä linssinä, joka hiotaan kehyksen muotoon. Se on aina kaarevampi, pullukampi linssi, jossa tarkin kuva on vain linssin keskellä ja reuna-alueilla heikompi. Personoiduilla linseillä saadaan tarkempi kuva linssien reunoja myöten ja yksilöllisillä linseillä lähes täydellinen kuva kaikilla katsesuunnilla.

Vaikka rahalla saa ohuempia linssit, terävämmän näön ja paremman suojan, paikkakunnan kalleimmat lasit eivät silti ole välttämättä ne parhaat, koska hinnoittelu on vapaa.

*Ari Simoinen
Kirjoittaja on Fuengirolassa toimiva optikko.*



Käsityökerho onnittelee Suomalaa

Salin seinällä on nähtävissä juhluvuoden kunniaksi valmistunut upea käsityö. Ryhmämme jäsenet virkkasivat kukin haluamansa rakennuksen, ja ne kaikki sommiteltiin yhteisvoimin kokonaiseksi kyläksi. Teosta voi kutsua virkkuugraffitiksi. Toinenkin piristys löytyy. Salin eteiskäytävällä on kaunis, kirjava penkki. Virkatuista isoäidinneliöistä koostuva penkin istuinalusta on ryhmätyö. Penkillä istuminen on sallittua ja jopa toivottavaa.

Ulla Turtola, Käsityökerhon ohjaaja



Ópticas
Avenida

Desde 1966

Tarjoukset Suomalain jäsenille:

Linssit -35%, kehykset -30%

**Ilmainen näöntutkimus ja
silmänpohjakuvaus**

Kuulolaitteet -30%

Ilmainen kuulotutkimus

Suomalainen optikko

optica.avenida@gmail.com

Av. de Los Boliches 80
(Fuengirola)
puh. 952 460 888
ma-pe 10-19, la 10-13.30

Av. de Mijas 6 (Fuengirola)
puh. 952 475 788
ma-pe 10-14 ja 17-20,
la 10-13.30

C. Antonio Machado 4
(Mijas Costa) puh. 952 592 090
ma-pe 10-14 ja 17-20,
la 10-13.30

Uutta Suomalassa

Seniorikerho on uusi Suomalain harrastuspiiri, joka aloittaa 7.12. muistipiirin jäädessä tauolle. Virkeän alkusyksyn osoituksena tällaiselle kerholle on selkeästi ollut tilaus. Yhdistyksen jäsenkunta on kaivannut sopivaa virikkeellistä toimintaa, joko fyysistä liikehdintää, aivonystyröiden hierontaa tai kulttuuripitoista ajanvietettä.

Kaikkiin näihin aktiviteetteihin on mahdollista varautua uudessa seniorikerhossa, kun ohjaimet ottaa käsiinsä kokemuskouluttaja, vanhustyöntekijä **Sirkka Saisalo**. Hänen 20-vuotinen työuransa on vierähtänyt ikäihmisten parissa muun muassa vanhustyön lähihoitajana. Jäätymään eläkkeelle hän on jatkanut Oulun kaupungin palveluksessa kouluttaen ikäihmisten perhehoitajia.

Seniorikerho tulee toimimaan avoimena keskustelutilaisuutena, jossa jaetaan yhdessä



Kuva Helena Tanskanen

elämäkokemusta ja vanhenemisen viisautta vaihtuvin teemoin. Ennalta määritellyn teeman ympärille muodostuu vuorovaikutteinen, virikkeellinen ja avoin keskustelu, kuvailee Sirkka tulevan kerhon rakennetta. Ensimmäisen tapaamisen teemaksi hän kaavailee toisiin tutustumista. Toivotaan, että mahdollisimman moni löytää itsensä seniorikerhossa sekä kuulijana että keskustelijana.

Riitta Pulkki



Viihtyisä seurusteluravintola.

**British pool -biljardi
Laadukkaat juomat
Herkulliset tapakset
Runsas olut valikoima**



**+34 665 606 101
bar@hisstars.es**

Calle Lamo De Espinosa 3, 29640 Fuengirola (PYR-hotellin kadulla)

www.hisstars.es



Kaikki tarpeet tapahtumaasi.

**Esitystekniikka
Artistit
Catering ja baari
Somisteet**

Minne vain haluat.

**+34 696 300 815
partyproduction@hisstars.es**

SUOMELAN FANITUOTTEET

*Suomelan nimikkotuotteita on saatavilla toimistolta ja salin baarista.
Laadukkaat tekstiilit ja juhlaviinit ovat myös oivallisia joululahjoja.*

HINNASTO:

- Kynä painikkeella 1,00 €
- Avainkaulanauha 3,00 €
- Turvakotelo pankkikortille 3,00 €
- Kännykkäklipsi 3,00 €
- Sadeviitta 5,00 €
- Otsapanta 8,00 €
- 30-vuotisjuhlaviinipullo (blanco o tinto) 9,00 €
- Golfpaita 25,00 €
- Fleecepusero 35,00 €



**Osta
itselle tai
lahjaksi!**



Lahjaidea!

Minun Suomela -kirja.
30 vuotta – 30 tarinaa.
Koko A5, 160 sivua, 20 €.



CENTRON PUOTI

RUOKAKAUPPA - LUONTAISTUOTTEET



Hyvän mielen kyläkauppasi.
Tervetuloa asioimaan
suomipuodissa, laaja valikoima
elintarvikkeita.

Meiltä hankit kätevästi kaikki
vitamiinisi, luontaistuotteet,
proteiinit sekä kosmetiikan.

Suomalaiset tutut luotettavat
pesuaineet.



Keskitä ostokset ja kaikista yli
50€ ylittävistä
normaalihintaisista ostoksista



Hankintatukku

TRI
TOLONEN®



puhdistamo



*kun näytät
suomelan
jäsenkorttisi.*



TILAA NETTIKAUPASTAMME
JÄSENKORTTI
JA TOIMITAMME SUORAAN KOTIISI
WWW.CENTRONPUOTI.COM

AVD. LOS BOLICHES 4, CENTRO FINLANDIA,
MA - PE 10.00 -17.00 TEL. +34 694 473 324



Ke 1.12.	13.30–15	Lounas: Janssonin kiusaus, 6,50 €
Pe 3.12.	12–14	ArtKirppis, kuvataidepiirin joulumyyjäiset, s. 20
	18.30–22	Suomelan iltamat: Tietovisa, karaoke ja karaoketanssit
La 4.12.	18–22	Lauantaitanssit Hermanos Hurmios, 6 €
Su 5.12.	18–22	Suomimusiikin klassikot –konsertti ja yhteislauluita Wille Rannilan johdolla, liput 10 € ovelta
Ma 6.12.	9–10	Itsenäisyyspäivän lipunnosto, Girasol, s. 6
	12	Itsenäisyyspäivän juhla, Palacio de la Paz, 20 €, s. 6
Ke 8.12.	13.30–15	Lounas: Kookos-kanakeitto, 6,50 €
Pe 10.12.	18.30–22	Suomelan iltamat: Tietovisa, karaoke ja karaoketanssit
La 11.12.	18–22	Lauantaitanssit Make Tommilan säestämänä, 6 €
Su 12.12.	18–20	Örisevät joulukonsertti, 10 €, s. 10
Ma 13.12.	16.30–17.45	Pasi Färm, ajankohtaista Espanjasta, s. 20
Ke 15.12.	13.30–15	Lounas: Lindströmin pihvit ja perunamuusi, 6,50 €
Pe 17.12.	18.30–22	Suomelan iltamat: Tietovisa, karaoke ja karaoketanssit
La 18.12.	11–13	Joulumyyjäiset, s. 20
	18–22	Pikkujoulutanssit Lea Schulzin säestämänä, 6 €
Su 19.12.	16–18	Erja Siljamo Trio Joulutunnelmissa, 10 €, s. 10
Ma 20.12.	16.30–17.45	Radio Finlandia, Raija Kurkola esittäytyy, s. 20
Ti 21.12.	13.30–16	Joululounas, 20 €, jäsenet 15 €, lapset 8 €, s. 19

23.12.2021–9.1.2022 Suomelan joulutauko

Tilaisuudet ja harrastuspiirit järjestetään Suomelan salissa ellei toisin ole mainittu, osoite Camino de la Cantera 49 AB, Los Pacos (Girasolin taloyhtiö). Tule ajoissa, niin ehdit nauttia kahvilan/baarin antimista.

Teatteri- ja konserttiliput ovat ostettavissa ennakkoon toimistolta, Calle las Viñas 54 (ma klo 11–14 tai to klo 16–19). Lauantaitanssien ja lounaiden liput myydään ovelta, harrastemaksut suoritetaan vetäjille.

Muutokset kuukausi- ja viikko-ohjelmassa ovat mahdollisia.
Seuraa päivitettyjä tietoja kotisivullamme www.suomela.info

Maanantai	9–10	Jooga
	10.30–13.15	Hopeasepäät/Käsityökerho, s. 12
	10–11.30	Äijäpadel, Padel Los Pacos, s. 4
	10–11.30	Leidipadel, Padel Los Pacos
	11–14	Toimisto ja kirjasto avoinna
	13.30–14.30	Äijäjumppa
	14.45–15.45	Espanjan alkeiskurssi, 7/9 €
	15–18	Petankki, Cantera-puisto
	16.30–17.45	Teematilaisuus, s. 20
	18–20	Golfkerho, kk:n 1. ma, s. 29
Tiistai	18–20	Digikerho, kk:n 2. ja 4. ma, 5/7 €
	18–20	Hallituksen kokoukset, kk:n 3. ma
	9–10	Venyttele
	9.45–13	Frisbeegolf, DiscGolfPark
	10.30–13.30	Leivonta
	14.15–15.45	Kirjallisuuspiiri, kokoontuu vetäjän kotona
	14.45–15.45	Espanjan keskusteluryhmä, edistyneet, 7/9 €
	16–17	Seniorikerho, Uutuus! s. 13
	17.15–21	Teatteri Suomalaisien harjoitukset, s. 30
	9.30–13	Tilkkupiiri
Keskiviikko	10–11	Keppijumppa, Cantera-puisto
	11.30–13.30	Padel, viikkokisat, Padel Los Pacos
	12–14	Mölkky, Cantera-puisto
	13.30–15	Lounas, 6,50 €, s. 19
	15–18	Petankki, Cantera-puisto
	16–19	Teatteri Suomalaisien musiikkiharjoitukset
Torstai	9–12	Hopeasepäät/Käsityökerho/Keramiikkakerho
	13–14	Tanssijumppa
	14.15–15	Tuolijumppa, Girasolin patio
	15–16.30	Jooga
	16–19	Toimisto ja kirjasto avoinna
	17–21	Teatteri Suomalaisien harjoitukset
Perjantai	9–10	Keppijumppa, Cantera-puisto
	10–11	Keppijumppa, Cantera-puisto
	10.30–15.30	Kuvataidepiiri, s. 20
	12–14	Padel, Padel Los Pacos
	15–18	Petankki, Cantera-puisto
	16–17	Rivittänsi, 5/7 €
	17–18	Lavattanssi, 5/7 €
	18.30–22	Suomalaisien iltamat (tietovisa, karaoke, karaoketanssit)
Lauantai	10–13	Teatteri Suomalaisien harjoitukset
	18–22	Lauantaitanssit tai muuta ohjelmaa (seuraa ilmoittelua)
Sunnuntai	9–12	Mijas-kävely, lähtö Girasolin yläkulmalta
	11–13	Teatteri Suomalaisien tanssiharjoitukset
	13–15	Frisbeegolf viikkokisa, DiscGolfPark
	14–17	Canasta
	18–21	Musiikkia tai teatteria (seuraa ilmoittelua)

Mimobile Service Center

Paljon samasta paikasta

Matkapuhelin & Internet

Prepaid liittymät, kotinetti ja
kuituliittymät, Suomi TV, oheislaitteet

Vakuutusyhtiö

Täydellinen vakuutustalo ja kattavin
valikoima sekä yli 75 vuoden kokemus.
Vakuutamme: Auto, moottoriajoneuvot,
koti, terveys- ja hampaat, lemmikit,
hautaus, liiketoiminta, liiketilat,
vuokraus suhteet jne

Sähkösopimukset

Kilpailutamme sähkösi maksutta ja
saat edullisemmat hinnat.
Toimita meille kopio viimeisestä
laskustasi ja säästä tulevaisuudessa.

Loma ja pidempiaikainen vuokraus

Meillä on laaja valikoima asuntoja
vuokralle. Otamme myös vastaan uusia
vuokrauskohteita.
Olethan yhteydessä. www.torreteam.fi



Avda. los Boliches 4, Fuengirola, Malaga Ma - Pe 10.00 - 17.00
we@mimobile.es Tel/What'sApp +34 694 465 169

KESKIVIIKON LOUNASMENU

*Tervetuloa nauttimaan runsasta ja herkullista lounasta keskiviikkoisin
Suomelan saliin klo 13.30–15. Lounaan hinta on 6,50 €
ja se sisältää salaatin, pääruoan, sämpylän, juoman sekä kahvin.*

1.12.

Janssonin kiusaus

8.12.

Kookos-kanakeitto

15.12.

Lindströmin pihvit ja muusi



SUOMELAN PERINTEINEN JOULULOUNAS

**tiistaina 21.12.
klo 13.30–16**

*Tervetuloa Suomelan
saliin nauttimaan
runsaan joulupöydän
antimista sekä mukavasta
yhdessäolosta. Hinta 20 €,
Suomelan jäsenille 15 €,
lapset 4–15 v. 8 €.
Varaukset toimistolle tai
sihteeri@suomela.info
to 16.12. mennessä.*

JOULUKUUN TEEMATILAISUUDET

Maanantaisin klo 16.30–17.45 Suomalaisissa salissa vieraillee asiantuntijoita kertomassa ajankohtaisista asioista. Tervetuloa kuulemaan!

13.12.

Ajankohtaista Espanjasta

Pasi Färmin luentosarja jatkuu.

Luentomaksu 5 € (ovelta)
sisältää yhden juoman (viini/
olut/kahvi/tee/limu).

Tervetuloa!

20.12.

Radio Finlandia

Raija Kurkola esittelee
Aurinkorannikon oman
radiokanavan toimintaa.

Vapaa pääsy, tervetuloa!

Kahvila/baari avoinna.

MYYJÄISET

**Tule tekemään
löytöjä!**

**Suomalais-
kuvataiteilijoiden
ArtKirppis**

**PE 3.12.
KLO 12-14**

**Taidetta, käsitöitä,
koruja, astioita**

**Perinteiset
joulu-myyjäiset**

**LA 18.12.
KLO 11-13**

**Jouluherkkuja,
käsitöitä ym.**

Joskus rahaa on, joskus ei

Kun rahaa on...

Urheilussa usein valitetaan rahan puutetta. Puutetta on, mutta ei kaikilla. **Teemu Selänne** takoi ison määrän taaloja urallaan, mutta nykyiset suomalaiset NHL-pelaajat pyyhkivät pöytää sellaisilla sopimuksilla, joista edes Teemu Selänne ei voinut haaveilla niistä dollarimääristä, joita **Aleksander Barkoville** maksetaan. Palkkio on kahdeksanvuotisesta sopimuksesta yli 80 miljoonaa dollaria. **Lauri Markkanen** laittoi vielä paremmaksi 67 miljoonallaan, jotka hän saa nelivuotisesta sopimuksesta.

Miksi pelaajille maksetaan näin paljon ja kuka maksaa? Pelaajien osto ja myynti on pelkkää bisnestä, he ovat kauppatavaraa, josta odotetaan valtavia tuloja. Tosin bisnes se on pelaajille itselleenkin. Amerikassa kauppaa tehdään lähinnä amerikkalaisella rahalla. Euroopassa, erityisesti jalkapallossa pyörii myös venäläinen raha ja arabiraha. Se on koettu täällä Aurinkorannikollakin. Qatarimiljoonilla pyritettiin CF Málagaa ja kun rahat ja osa pelaajistakin vietiin muulle, huuma ja menestys hävisivät.

Tai kun rahaa ei ole...

Uimari **Matti Mattsson** voitti olympiapronssia Tokiossa, mutta rahayöppyä ei tullut. Mattssonin verotettavat tulot vuosilta 2014–2020 ovat yhteensä 3 210 euroa. Kolmena vuonna hän ilmoitti verottajalle nollatulot. Elääkö ja harjoitteleeko Suomessa kovatasoinen yksilöurheilija nollatuloilla? Valtion urheilija-apuraha ei ole verotettavaa tuloa, ja se on useimpina vuosina ollut urheilijan taloudellinen selkäranka. Tämän lisäksi urheilija voi siirtää yhteistyökumppaneiltaan saamia tuloja valmennusrahostoon, josta niitä voi käyttää verottomasti ammatin harjoittamiseen eli urheiluun liittyviin kuluihin tositteita vastaan. ”Tässä urheilulajissa kiksien täytyy löytyä ihan muualta kuin rikastumisen haaveilemisesta”, Mattsson sanoo. Suomalainen urheilu nauttii kansainvälisestikin harvinaisesta lypsylehmästä eli Veikkauksesta. Vuonna 2019 se tuloutti peräti 151 miljoonaa euroa urheilulle ja liikunnalle. Tästä summasta meni urheilijoille suorana urheilijatukena noin 1,5 prosenttia eli 2,3 miljoonaa euroa. Mihin se muu meni?

Markku Teräväinen

Kirjoittaja on Fuengirolassa asuva entinen urheilutoimittaja.



Kuva Riitta Martela

Teräväinen



Suomalaisille tuttu toimisto

Prius Abogados on yksi rannikon vanhimista suomenkielisistä asianajotoimistoista. Kun se perustettiin vuonna 1999, mukana oli suomalainen asianajaja, joka nyt on eläkkeellä. ”Opimme tuntemaan suomalaisten asiakkaiden ongelmat ja tarpeet. Suomalainen asiakaskunta kasvaa koko ajan ja mukana on jo ensimmäisten asiakkaiden lapsia ja jopa lapsenlapsia, kertoo vanhempi osakas **Miguel Díaz**. Toimistossa työskentelee vakituisesti kaksi suomalaista, **Sole Nordman** ja **Anette Grönfors** sekä yksi lisähenkilö tarvittaessa. He hoitavat hallintoa, vastaavat asiakkaista ja tarvittaessa toimivat asianajajien tulkkeina ja avustajina.

”Ulkomaalaisilla asiakkailla on erikoistarpeita, joita espanjalaisilla ei ole. Meillä on eri osastoja hoitamassa suomalaisten asioita, kuten esimerkiksi asunnon ostoja, verotusta, suomalaisille yrityksille kirjanpito palveluja, oikeudenkäyntejä, periaatteessa kaikkea, mihin voi tarvita apua, sanoo Miguel Díaz. Hänen mukaansa se on syy, miksi moni suomalainen valitsee heidän toimistonsa. ”Palvelutarjontamme on laaja. Asiakas tietää

jo tullessaan, että voimme hoitaa niin pienet kuin isotkin asiat. Kun ei tarvitse hypätä toimistosta toiseen, syntyy hyvä asiakassuhde.”

Perunkirjoitukset

Maria Hernández on erikoistunut perunkirjoituksiin. Jos Espanjassa on mitä tahansa omaisuutta kuten asunto, auto tai pankkitili, vaaditaan kuoleman jälkeen perunkirjoitus sekä Espanjassa että Suomessa. Ei-residentin Espanjassa tehty perunkirjoitus liitetään Suomen perunkirjoitukseen ja residentin Suomessa tehty perunkirjoitus liitetään Espanjan perunkirjoitukseen. Tieto menee myös Suomen verottajalle. ”Perunkirjoitus saattaa tuntua byrokraattiselta ja vaikealta, sillä se vaatii monenlaista todistusta, leimaa ja paperia. Me neuvomme, mitä papereita tarvitaan Suomesta ja missä paperit saa käännettyä ja teemme sitten perunkirjoituksen”, Maria kertoo. Monella on testamentissaan maininta, että perinnönjakoon sovelletaan Suomen lakia. Lisäys tarkoittaa sitä, että noudatetaan Suomen perintökaarta. ”Suomessa ositukset ja lakiosuudet ovat erilaiset kuin

täällä. Perunkirjoitus tehdään täällä, mutta osituksessa mennään Suomen lain mukaan”, Maria selvittää.

Oikeus viimeinen vaihtoehto

Oikeuskäytäntö Espanjassa on raskas ja hidas. Parhaillaan on meneillään digitalisointi, jotta asiat nopeutuisivat. ”Oikeudenkäynnejäkään ei voida välttää. Joskus asiat päättyvät oikeuteen, mutta vain pieni prosentti. Pyrimme työskentelemään niin, että oikeuteen meno estetään etukäteen suunnittelulla ja neuvotteluilla vastapuolen kanssa. On asianajajia, jotka mielellään lähtevät oikeuteen. Meille se on viimeinen vaihtoehto, mutta sitten kun sinne mennään, niin puolustamme asiakastamme niin kuin se olisi ainoa vaihtoehto”, Miguel Díaz toteaa. ”Asiakas saattaa pettyä siihen, että pikaratkaisua ei ole, jos esimerkiksi vuokrat ovat jääneet saamatta tai on tapahtunut jotain muuta ikävää. Asiat etenevät hitaasti ja asiakas ihmettelee, miksi asia ei edisty, mutta siihen me emme voi vaikuttaa”, hän sanoo.

Asuntojen valtaus

Asia, joka herättää ihmetystä ja epäilyäkin suomalaisissa, on asuntojen valtaus. Pius Abogados on joutunut hoitamaan niitäkin. ”Se on polttava aihe tällä hetkellä. Täällä puolustetaan enemmän valtaajia kuin omistajia.

Kyseessä on poliittinen asia, jonka taustalla on sosiaalisten asuntojen puute. Siksi valtaajia katsotaan sormien läpi. Heissä on paljon lapsiperheitä eivätkä kaikki ole rikollisia.” ”Jos asunto on otettu haltuun laittomasti, pitää toimia heti. Mitä enemmän aikaa kuluu, sen vaikeampi valtaajista on päästä eroon. Mitä kauemmin valtaajat pystyvät olemaan asunnossa, sen enemmän se antaa heille oikeuksia”, Miguel Díaz sanoo.

Suomalaiset oma lajinsa

”Suomalaiset ovat hyvin erilaisia, kun heitä vertaa espanjalaisiin tai vaikkapa englantilaisiin. He tietävät, mitä haluavat, eivätkä pyörittele turhaan asioita. He haluavat tehdä kaiken oikein alusta asti. He ovat nopeita ja haluavat saada asiat pikaisesti käyntiin. Heillä on selvät sävelet, miten mennään eteenpäin.” ”Olemme hyvin tyytyväisiä, kun saamme tehdä työtä suomalaisten kanssa. Olemme oppineet tuntemaan suomalaisten ajatusmaailmaa ja siinä sivussa myös kulttuuria ja olemme saaneet myös ystäviä”, toimiston henkilökunta vakuuttaa. Pius kehittää koko ajan digitaalisia palveluja. Facebookissa ja nettisivuilla on tietoa uusista määräyksistä ja artikkeleita ajankohtaisista asioista.

Teksti Leena Keskiäho

Kuva Heikki Laukkonen



SOL EYES

Suomalaiset erikoislääkärit Aurinkorannikolla

Silmäklinikka & lääkäriasema
Avenida Alcalde Clemente
Díaz Ruiz 3, 29640 Fuengirola
puh. +34 952 47 00 73

info@soleyes.es
www.soleyes.es/fi

Minun helmeni Andalusiassa

*Lukijamme jakavat vinkkejä mieleenpainuvista lähikohteista.
Lisää kaivataan, lähetä oma kokemuksesi lyhyen tekstin ja kuvan kera.*



La Bola, Mijas-vuori

Harrastukseni on patikointi ja erityisesti vuorten valloittaminen, teemana erilaiset tavat patikoida. Irlannissa tein pyhiinvaelluksen *Croagh Patrick* -vuorelle paljain jaloin. Fuengirolassa vieraillessani toteutin yksinvaelluksen yli kilometrin korkuiselle Mijas-vuorelle. Vaikka elokuussa lämpöä oli yli 30 astetta, taittui matka seitsemäsä tunnissa. Mijasin kylästä alkava reitti on melko hyvin viitoitettu ja kulkee osin mäntymetsän katveessa. Matkan varrella nautin vuoriston vaihtelevasta luonnosta ilman vastaantulijoita ja säähavaintopallolta avautuva näkymä kruunasi kokemuksen. Upea rettiitti!

Hilla Pekkanen



Lobo Park, Antequera

Susipuistossa on kolmisenkymmentä sutta, osa susista on syntynyt puistossa, mutta suurin osa on saatu eläintarhoista. Täällä sudet eivät ole pienissä häkeissä, eivätkä kulje stressaantuneina ympäriinsä, vaan niillä on neljän hehtaarin aitaus, missä ne saavat itse pyydystää syötävänsä. Sudet ruokitaan kuitenkin noin kerran viikossa, talviaikaan ehkä vähän useammin. Susia pääsee katsomaan vain opastetulla kierroksella, joka pidetään espanjaksi tai englanniksi, kestää 1,5 tuntia ja maksaa 11,50 € / henkilö noin 20 hengen ryhmässä. Sudet ovat niin kauniita ja mielenkiintoisia!

Marjut Hurtig



Valkoiset talot ja juustola, Casares

Lempipaikkani Andalusiassa on liikenneympyrä. Miten joku niin sekava voi sujua niin sutjakkaasti? Sinne vaan mukaan, vilkkua päälle ja munata voi niin paljon kun lystää. Mutta jos liikenneympyrystä pois haluaa ja paikka valittava, niin se on Casares. Tyypillinen maurilainen, valkoinen kaupunki kapeine kujineen ja rinteessä riippuvain taloin. Pyöreä hautausmaa korkeimmalla kohdalla on näkemisen arvoinen. Varsinainen herkku on kaupungin laitamilla *Crestellinan* luonnonpuiston kupeessa oleva vuohitila, jonne olen tehnyt monta Suomen retkeä. Kun haluaa Andalusian parasta vuohenjuustoa, matka Casaresiin on tunnin ajomatkan päässä Fuengirolasta Manilvan suuntaan. **Caesar** ei tätä kaupunkia pystynyt valloittamaan, mutta minut Casares valloitti.

Ulla Turtola

Hedelmätarhat, Almuñécar

Almuñécarin alue Costa Tropicalilla on tunnettu subtrooppisten hedelmien tuottajana, siellä kasvatetaan muun muassa avokadoja, chirimoyia, guavoja, papaijoita, mangoja ja nisperoit. Ensikosketukseni Almuñécarin sain vuonna 2018 vieraillessani trooppisia hedelmiä kasvattavalla tilalla. Ihastuin tähän kaupunkiin ja olen vuosittain palannut sinne viikoksi tai pariksi. Olen tutustunut joka kolkkaan, idässä *Velillaan*, jossa toimii kesällä iso vesipuisto ja lännessä *Cotobroon*. Olen usein vaellellut upeassa *Majuelo*-puistossa, jossa on uskomaton määrä eri palmulajeja, joista korkein on parisataa vuotta vanha. Olen kierrellyt kapeita kujia ylös alas vanhassa kaupunginosassa ja kerran löysin valtavan chirimoyapuiston, josta poikkeisin poimimaan muutamia ihania hedelmiä mukaanikin.

Hannele Tommila

Paula Sirénin voi tavata erilaisissa yleisötahtumissa defin kanssa valmiina antamaan ensiapua. Se on yksi Aurinkorannikon sydänyhdistyksen toimintamuodoista. Kuva Riitta Martela



**Luento
ma 10.1.
klo 16.30**

DEFI PELASTAA HENKIÄ

Sydänyhdistyksen kunniajäsen **Paula Sirén** tulee tammikuussa esittelemään Suomeen sydäniskuria eli defibrillaattoria (defi). Se on laite, jolla sydän pyritään palauttamaan lyömään normaaliin tahtiin. Suomalassa laite sijaitsee salissa. Sydänpäihdystilanteessa apua tarvitaan minuuttien sisällä. Defibrillaattori kytketään potilaaseen ja se analysoi potilaan sydämen rytmin ja sen, tarvitaanko iskua vai ei.

Laite on suomenkielinen. Sen päällä on ohje, miten toimitaan, mutta pitää myös ymmärtää, missä vaiheessa sitä käytetään. Siksi pitäisi käydä hätäensiapukoulutus, joka toteutetaan Suomalassa heti siinä vaiheessa, kun saamme tänne ensiapukouluttajan. ”Neljä tuntia kestävä hätäensiapukoulutus opettaa vain elvytyksen ja defin käytön”, Paula kertoo. Hän korostaa sitä, että sydänpäihdystilanteessa pitää heti soittaa hätänumeroon eli 112 ja aloittaa elvytys.

”Defi on apuväline siinä vaiheessa, kun todetaan, että henkilö on eloton. Kone tarkistaa, tarvitaanko iskua, vai ei. Jos ei tarvita, se ohjeistaa, että iskua ei tarvita ja elvytystä pitää jatkaa. Jos iskua tarvitaan, laite ilmoittaa, että isku tarvitaan ja, että potilaaseen ei saa koskea. Elvyttäjien pitää olla irti koneesta sekä potilaasta, etteivät hekin saa osaansa iskusta. Defin antama sähkövirta on ainut keino käynnistää sydän uudelleen. Sillä et voi vahingoittaa ketään”, Paula Sirén vakuuttaa.

Leena Keskihaho

Aurinkorannikon sydänyhdistys on vuonna 2007 perustettu Suomen Sydänliiton alla toimiva yhdistys. Se painottaa ennaltaehkäisyn tärkeyttä sydänterveudessa. Tarkoituksena on tiedon ja hyvien elintapojen edistäminen. Toimintamuotoina ovat luennot, kurssit, kerhot sekä seurakuntakodilla toimiva vertaisryhmä.



Joulupukin ja joulun todellisuudesta

Meistä lähes jokainen on mennyt lankaan ja uskonut joulupukkiin. Psykologian professori **Jacqueline Woolley** Texasin yliopistosta on todistanut, että usko joulupukkiin kehittää lapsen kognitiivista ja emotionaalista ajattelukykyä. Vieläkin suurempi hyöty lapsen kehitykselle tulee siitä, että hän oivaltaa, ettei joulupukki ole oikea fyysinen henkilö.

Joulunaikaa on juhlittu kautta koko ihmiskunnan ajan. Tämä talvipäivänseisauksen juhlinta on saanut myöhimpinä vuosituhansina myös uskonnollisia piirteitä. Kristillinen maailma otti Jeesuksen syntymäpäiväksi myös tuon talvipäivänseisauksen ajan, vaikkakin hän oli todistettavasti syntynyt syyskuussa. Jeesuksen ensimmäisiä syntymäpäiväjuhlia vietettiin noin 300 vuotta hänen syntymästään. Uskonnoissa kaikki on mahdollista, myös aikakäsitteen muokkaaminen.

Joulupukkihahmon taustalla on 300-luvulla elänyt piispa Pyhä Nikolaus. Hän oli aikansa tunnettu lasten suojelija, mutta myös kauppiaiden suojelupyhimys. Yli tuhat vuotta hän olikin omasta nimestään väännety joulupukin ja lahjojen antajan ilmentymä. 1530-luvulla **Martti Luther** uudistuksiansa tiimellyksessä alkoi opettaa, että Jeesus-lapsi on lahjojen tuoja. 1930-luvun alussa Coca-Cola vahvalla markkinoinnillaan loi nykypäivän punaposkisen, punaiseen pukuun ja turkiskaulukseen pukeutuneen Santa Clausin. Tuo kesäjuoman talvilanseerauskampanja on ollut varmasti historiamme suurimpia, kansainvälisiä, markkinointisaavutuksia.

Useimmat meistä olemme kulkeneet Pyhän Nikolauksen jalanjälkiä. Olemme piiloutuneet Coca-Colan suunnittelemiin punaisiin rooliaisiin ja esittäneet omaa, ennalta käsikirjoitettua minijoulunäytelmäämme. Välillä hyvin ja välillä erittäin hyvin. Se on rooli, jossa kukaan ei voi mokata! Hyvää ja hauskaa joulunodotusta kaikille!

Markus Aho

Kirjoittaja on Aurinkorannikolla toimiva kiinteistönvälittäjä.

Markus Aho



1. Volkswagen ID.4 1087 kpl
2. Tesla Model 3 684 kpl
3. Skoda Enyaq 490 kpl
4. Volkswagen ID.3 479 kpl
5. Volvo XC 40 382 kpl
6. Seat Mii 369 kpl
7. Hyundai Kona 269 kpl
8. Ford Mustang 231 kpl
9. Nissan Leaf 209 kpl
10. Kia Niro 202 kpl
11. Audi E-Tron 174 kpl
12. VW Up 120 kpl
13. Mercedes EQC 112 kpl
14. Audi eQ4 83 kpl
15. Porsche Taycan 80 kpl
16. Peugeot 2008 E 78 kpl
17. Mercedes B EQA 65 kpl
18. BMW iX3 58 kpl
19. Mini Cooper 54 kpl
20. Peugeot 208 52 kpl

Lukija kysyy

Suomelan Sanomissa marraskuussa 2021 sivuilla 4–5 on mielenkiintoista asiaa sähköautoista. Lisätietoja kohdassa ”Suomessa eniten ensirekisteröidyt täyssähköautot 1–8/2021” mainitaan vain kolme automerkkiä. Eikö tilastoista löytynyt enempää?

Toimitus vastaa

Tilastoa on käytettävissämme, mutta tuossa kohtaa loppui palstatila. Tässä koko tilasto. Suomessa ensirekisteröidyt täyssähköautot tammi-elokuu 2021. Lähde: Traficom.

Sairaalat palveluksessanne. Kaikki erikoislääkärien ja kirurgiset palvelut uusimmalla teknologialla. Ensiapu- ja lastenlääkärin päivystys 24h/vrk. Työskentelemme kansainvälisten sekä kansallisten vakuutusyhtiöiden kanssa.



Suomenkielinen yhteyshenkilö:
Marita Ekman + (34) 696 981 372

Ambulanssi- ja lääkäripäivystys 24h/vrk, 900 200 116
Ajanvaraukset suomen kielellä, + (34) 616 241 290

Ambulanssi- ja Lääkäripäivystys 24h/vrk:
900 200 116

Aurinkorannikko

Suomenkielisiä lääkäreitä
ja henkilökuntaa

Vithas Xanit Internacional
Av. de los Argonautas, s/n. Benalmádena.
952 367 190

Vithas Medical Centre Torremolinos
C. Hoyo, 15
952 058 860

Vithas Medical Centre Fuengirola
Av. Ramón y Cajal s/n. Edificio Beroe.
952 477 310



GOLFKERHON KUULUMISIA

Suomelan golfkerhon syyskausi on käynnistynyt todella vilkkaana. Talvikautena golfaaminen Aurinkorannikon lämpimässä ja leudossa ilmastossa on suuri nautinto verrattuna Skandinavian tilanteeseen.

Kilpailut ja kenttien käyttö ovat olleet täyteen buukattuja, mikä on hyvä juttu kentille mutta huonompi pelaajille. Avoimet ovet -tapahtuma Lauro Golfissa 13.11. tarjosi loistavan mahdollisuuden tutustua golfin maailmaan **Tapani Saarmentolan** opastuksella. Lauron kentällä käytiin kilpailut 14.11. mahtavissa olosuhteissa. Kilpailujen järjestelyt olivat loistavat ja niistä vastasivat **Leena Sairo** ja **Mikko Saarinen**. Voittajiksi selviytyivät **Sisko Ahtola** ja **Rauno Halme**.

Mikäli kevätkaudella onnistutaan buukkaamaan kilpailuja syksyn tavoin, tarvitaan lisää auttavia käsiä niitä järjestämään. Joten, jos sinulla on oma kotikenttä tai suosikki millä haluaisit kilpailun järjestää niin ota yhteyttä golf@suomela.info tai suoraan sari.harilainen@kolumbus.fi

- ASIANAJOTOIMISTO -



Palvelua suomen kielellä jo yli 20 vuotta



- ✓ Asuntokaupat
- ✓ Perintöasiat
- ✓ Yhtiön perustaminen -kirjanpito
- ✓ Veroneuvonta - veroilmoitukset
- ✓ Oikeudenkäynnit
- ✓ Muut käytännön asiat

www.priusabogados.es

Av. Jesús Santos Rein 2, Ed. Ofisol 2 D, Fuengirola - Puh. (+34) 952 46 78 53
priusabogados@priusabogados.es





**"Kyllä kaikki
oli ennen
paremmin"**

Sunnuntai

23.1.

klo 18–20

Suomelan salissa

Liput 15 €.
ennakkoon
toimistolta.

MALLISTO, JOSSA
YHDISTYVÄT
HINTA JA TYYLI

+ VISION



Kts. ehdot Masvision.es
tai kysy myymälästä



+Visión (=Masvisión)
on kansainvälisen ketjun
ainoa Costa del Solin
myymälä keskustan
juna-aseman korttelissa.
Tervetuloa!

+VISIÓN Fuengirola

Av. Mijas, 2, Fuengirola, puh. +34 952 59 35 37
Avoimma ma-pe 10–13:30 ja 17–20, la sulj.



AURINKORANNIKON AINOA SUOMALAINEN OPTIKKO
(optikon laillistus sekä Suomessa että Espanjassa)

**SUOMALAISEN OPTIKON ILMAINEN
NÄÖNTARKASTUS JA SILMÄNPAINEN MITTAUS!**

el fin de las gafas caras

**CLÍNICA MEDICODENTAL
SINERVO**

Suomalainen lääkäriasema



Hammaslääkäri



Lääkäri



Fysioterapia

Puh. 679 44 08 51

Av. Ntro. Padre Jesús Cautivo 2 Edf. Real Costa 1-B
Los Boliches Fuengirola 29640 www.medicodentalsinervo.com

HALLITUS:

Puheenjohtaja Kirsi Oras	pj@suomela.info	+34 662 949 122
Varapuheenjohtaja Seppo Moilanen	varapj@suomela.info	+358 50 041 1426
Sihteeri Anne Koskimaa	sihteeri@suomela.info	+358 44 020 4458
Rahastonhoitaja Seppo Moilanen	rahat@suomela.info	+358 50 041 1426
Tiedottaja Riitta Pulkki	viestinta@suomela.info	+358 50 364 8113
Suomelan tilat Jarno Kinnunen	tilat@suomela.info	+34 675 713 834
Ravintolavastaava Merike Link	ravintola@suomela.info	+358 40 560 2960
Harjoittelijat Riitta Pulkki	harjoittelijat@suomela.info	+358 50 364 8113
Markkinointi Kirsi Oras	markkinointi@suomela.info	+34 662 949 122
Suomelan Sanomat Riitta Pulkki	media@suomela.info	+358 50 364 8113
Matkat, some, nuoriso Jarno Kinnunen	matkat@suomela.info	+34 675 713 834

MUUT TOIMINNOT:

Golf Sari Harilainen	golf@suomela.info	+358 41 507 0070
Kirjasto Anni Tammisto	kirjasto@suomela.info	+358 40 592 0977
Kirjasto Kristiina Saaristo	kirjasto@suomela.info	+358 40 546 4027
Kokki Jone Viitanen	jone.viitanen@gmail.com	+358 41 803 7005

Jäsenmaksut

Toimintakausi 1.10.2021–31.12.2022:

- Kausi- eli vuosijäsenmaksu 35 €
- Kuukausijäsenmaksu 15 € (30 päivää)
- Opiskelijajäsenmaksu 15 €/kausi
- Perhejäsenyys 80 €/kausi tai 40 €/kk (2 aikuista + lapset)
- Ainaisjäsenmaksu 350 €

Jäseneksi voi liittyä

- Tekemällä jäsenhakemuksen nettisivuillamme
- Suomelan toimistolla, maksu joko kätehellä tai maksukortilla
- Tilisiirrolla, viestikenttään jäsenten nimet

Maksun saaaja:

Asociación Finlandesa Suomela.

Tilinro: ES09 3058 0860 7127 2041 5807

(sähköisesti maksettaessa ei välilyöntejä)

BIC-SWIFT-koodi: CCRIES2AXXX.

Pankki: Cajamar Fuengirola.

Jäsenedut

Suomelan yhteistyökumppanit tarjoavat rahanarvoisia etuja. Asioidessasi esitä jäsenkorttisi. Tutustu jäsenetuihin nettisivuilla: www.suomela.info/jasenedut

Vuokrattavat tuotteet

Lastentarvikkeita, polkupyöriä ym. Tutustu tuotteisiin, hintoihin ja käytäntöihin nettisivuilla: www.suomela.info/jasenedut/vuokrattavat-tuotteet

Osoitteet

Sali: Camino de la Cantera 49 AB,
Edif. Girasol, Los Pacos

Toimisto ja kirjasto:

Calle las Viñas 54, Edif. Girasol, Los Pacos

Postiosoite:

Asociación Finlandesa Suomela

Calle las Viñas 54,

29640 Fuengirola, España

HARRASTUSPIIRIT

Opiskelu

Espanjan kieli	Sani Alba/Sofia-opisto	espanja@suomela.info	+34 687 671 032
Muistipiiri	Ulla Turtola	muisti@suomela.info	+358 50 585 8670
Digikerho	Jarno Kinnunen	digi@suomela.info	+34 675 713 83
Seniorikerho	Sirkka Saisalo	seniorikerho@suomela.info	+358 40 068 3032

Käden taidot

Hopeasepät	Jukka Mero	hopeasepat@suomela.info	+34 680 818 754
Käsityökerho	Ulla Turtola	kasityo@suomela.info	+358 50 585 8670
Tilkkupiiri	Eija Kovanen	tilkku@suomela.info	+34 610 959 481
Keramiikka	Helena Björklund	keramiikka@suomela.info	+358 40 062 211
Leivonta	(itseohjautuva ryhmä)	leivonta@suomela.info	

Kulttuuri

Kirjallisuus	Oiva Ikonen	kirjallisuus@suomela.info	+358 50 910 7647
Kuvataidepiiri	Tarja Pihlanen	kuvataide@suomela.info	+34 657 850 303
Teatteri Suomela	Päivi Mäkinen	teatteri@suomela.info	+358 40 059 7445

Liikunta

Jooga	Riitta Pulkki	jooga@suomela.info	+358 50 364 8113
Keppijumppa	Riitta Pulkki	keppijumppa@suomela.info	+358 50 364 8113
Tanssijumppa	Marita Hakkarainen	tanssijumppa@suomela.info	+358 40 507 3133
Tuolijumppa	Riitta Pulkki	tuolijumppa@suomela.info	+358 50 364 8113
Venyttely	Riitta Pulkki	venyttely@suomela.info	+358 50 364 8113
Äijäjumppa	Riitta Pulkki	harjoittelijat@suomela.info	+358 50 364 8113

Lajit ja ulkoilu

Frisbeegolf	Paavo Ässämäki	frisbeegolf@suomela.info	+358 40 073 3656
Golf	Sari Harilainen	golf@suomela.info	+358 41 507 0070
Padel	Paavo Ässämäki	padel@suomela.info	+358 40 073 3656
Mölkky	Markku Johansson	molkky@suomela.info	+358 50 040 5511
Petankki	(itseohjautuva ryhmä)	petankki@suomela.info	
Mijas-kävely	(eri vetäjiä)	mijaskavely@suomela.info	

Tanssi ja viihde

Rivi/lavatanssi	Marita Hakkarainen	rivitanssi@suomela.info	+358 40 507 3133
Canasta	Helena Hakkarainen	canasta@suomela.info	+358 40 865 4005
	Juha Hakkarainen		+358 40 701 9378



TERVETULOA KIRJASTOON!

Asiointiin tarvitset vain Suomen jäsenkortin.
Kirjasto on auki maanantaina klo 11–14 ja
torstaina klo 16–19. Kirjasto sijaitsee
Los Pacosissa Suomen toimiston vieressä.



KAMPAAJA
KOSMETOLOGI
KYNSI-RIPSI-
TEKNIKKO
HIEROJA

JÄSENEDET:

MIESTEN HIUSTENLEIKKU 13 € (15 €)

RIPSIEN KESTOTAIVUTUS 49 € (55 €)

HIERONTA 1 h 35 € (40 €)

Puh. +34 722 821 329 Timma.es/helmifuengirola

Bernabe Tierno 3, Lindamar 2, Fuengirola
Paseon Mercadonan ja feria-alueen välissä

MYÖS KOTIINKULJETUS!

**MA-PE
10-19**

**LA
10-16**



Av. Nuestro Padre Jesús Cautivo 7 (junakatu)
29640 Fuengirola • Puh. 952 666 239

www.ewalds.fi • @Ewalds



PITOPALVELU AURINKORANNIKOLLA

Picantti
CATERING

www.picantti.fi
+34 645 297 172



TOSCANOLEX

ASIANAJAJA-SOLICITORS-ABOGADOS



- Perhelaki (Avioerot, perinnöt...)
- Kiinteistölaki (Kaupan organisointi ja hallinta, vuokraaminen, luvattomat asukkaat, häädöt...)
- Korvausvaatimukset.
- Liikenneonnettomuudet (veloitamme prosenttiosuuden)
- Rikoslaki (Fyysinen vahingoittaminen, ryöstöt, uhkailu)

Trabajamos en toda la Costa del Sol con oficinas en:

Calle Salvador Allende N°18, 29620 Torremolinos
Calle José López Ruiz N° 1, 1ªH, 29640, Fuengirola



Oficina: 951.253.217
Markus: 722.110.337
Teresa: 699.154.530



Toscanolex
@toscanolex

info@toscanolex.es
www.toscanolex.es

JARIS RENTALS

SUOMALAINEN AUTOVUOKRAAMO
TAVARAKULJETUS
VARASTOINTIPALVELU

www.jarisrentals.com

+34 952 466 577
+34 640 199 604

nettimedia

Palvelee netissä aina kun sinä tarvitset

- UUTISIA
- TAPAHTUMIA
- ASUNTOJA
- YRITYKSIÄ
- VIDEOITA
- KILPAILUJA



**TILAA ILMAINEN
ESPANJAN UUTISKIRJE**

eespanja.Com



SUNLOMA

INMOBILIARIA

Tarvitset vain yhden välittäjän, saat koko ammattitaitoisen tiimin käyttöösi.

Sunloma on pitkäaikainen ja luotettava kiinteistövälittäjä Aurinkorannikolla. Autamme kaikissa asuntoasioissanne, olipa kyse myynnistä, ostamisesta tai vuokraamisesta. Kaikilla välittäjillämme on espanjalainen kiinteistönvälitustutkinto. Suomelan jäsenille tarjoamme kaupanteon yhteydessä erityisetuna energiatodistuksen, arvo 80-120€.



Olemme palveluksessanne, tervetuloa asiakkaaksemme!

Av. Jesús Cautivo 42, Local 1 • 29640 Fuengirola
www.sunloma.es • +34 626 760 494 • info@sunloma.es



SUOMIKLINIKKA.FI

— LÄÄKÄRISI AURINKORANNIKOLLA —

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| ✓ 100% SUOMENKIELINEN PALVELU | ✓ LÄÄKÄRIPALVELUT |
| ✓ OMAKANTA -YHTEYS SUOMEEN | ✓ SAIRAANHOITAJAN PALVELUT |
| ✓ ETÄVASTAANOTTO MAHDOLLISUUS | ✓ PIKATESTIT & MUUT TUTKIMUKSET |
| ✓ SUOMALAINEN PERHEYRITYS | ✓ KOTI- JA HOTELLIKÄYNNIT |

+358 50 558 1199 - info@suomiklinikka.fi
Lisätietoa ja nettiajanvaraus verkkosivuillamme

NINA WIKLUND

SAIRAANHOITAJA



JAN WIKLUND

LÄÄKÄRI