

## KOTIMAA

Päivän kysymys: Aiotko ottaa itseäsi niskasta kiinni?  
ksml.fi

## APUA AUTOILUJOLLE

## Pajunkissa turvaa pääsiäisliikennettä

Autoliiton tiepalvelun vapaaehtoisten toteuttama Operaatio Pajunkissa antaa jälleen teknistä apua pääsiäisajan liikenteessä. Päivystys alkaa tänään kiirastorstina kello 18 ja kestää maanantaihin 13.4. kello 22 saakka. Pajunkissan tavoittaa soittamalla Autoliiton ylläpitämään, valtakunnalliseen numeroon 0200-8080

(1,95 /min + pvm).  
Autoliiton koulutuspäällikkö Teijo Poutanen muistuttaa autoilijoita varautumaan voimakkaasti vaihteleviin ajokeleihin eri puolilla Suomea.  
-Ajoreitin keliolosuhteet kannattaa selvittää ennen matkalle lähtöä. Internetin kelikamerat ovat tähän hyvä apu, Poutanen vinkkaa.



## POLIISI

## Poliisin lupapalveluauto kiertää Keski-Suomea

Lupapalveluauto aloittaa kierrokset Keski-Suomessa. Lupapalveluauto palvelee kaikissa lupa-asioissa passihakemuksesta aseennäyttöön. Ainoastaan ulkomaalaisasioita hoidetaan vain poliisiasemilla.

Palveluiden saamiseksi on tehtävä ajanvaraus joko [www.poliisi.fi](http://www.poliisi.fi) kautta tai puhelinnu-

merosta 0718740521.

Lupapalveluauto pysähtyy parillisen viikon keskiviikkoina Hankasalmen kello 9.15-10.45. Pysäkki on kunnantalon pihassa.

Parittoman viikon keskiviikkoina lupapalveluauto pysähtyy Uuraiten torilla kello 9.15-10.45 sekä Petäjäveden torilla kello 13.00-14.45.

## HELSINKI

## Emma ja Onni ovat suosituimmat nimet

Emma ja Onni ovat nyt suosituimmat lasten etunimet. Väestörekisterikeskuksen mukaan 487 tyttöä nimettiin viime vuonna Emmaksi. Onni-nimen taas sai 517 poikaa.

Emman jälkeen suosituimmat tyttöjen etunimet olivat Ella, Sara, Venla ja Siiri. Poikien yleisimmät nimet Onnin jälkeen olivat Eetu, Veeti, Elias

ja Aleks. Emma oli jo toissa vuonna toiseksi suosituin etunimi. Tuolloin Ella oli nimitilaston kunnossa. Poikien etunimistä vuonna 2007 suosituin oli Veeti. Ruotsinkielisten tyttöjen yleisin etunimi oli Ellen. Poikien nimistä suurin suosikki oli Emil.

Viime vuonna nimettiin yli 60 000 lasta.

## TARTU TERVEYTEEN -TALKOOT ALKOIVAT



KARI ROUHIAINEN

**KEVYTTÄ JA VÄRIKÄSTÄ** Keskiviikkona Jyväskylässä käynnistettyjen Tartu terveyteen -kansanterveystalkoiden tiedotustilaisuudessa oliitui jo uudella kevyemmällä linjalla: tarjolla oli vissyä ja porkkanaa. Valtuutetut Jaakko Selin (kok.) ja Ulla Lauttamus (sd.) sekä Jyväskylän kaupunginjohtaja Markku Andersson nauttivat.

## Porkkanaa popsimaan

Terveyshankkeen kummit haluavat liikkua istumisen vastapainoksi.

## JYVÄSKYLÄ

Heljä Korpijoki

Suomalaisten kroonisten kansansairauksien, kuten sydäninfarktin, suhteellista riskiä keski-ikäisillä Jyväskylän kaupunginjohtaja Markku Anderssonin ja kaupunginjohtaja Markku Anderssonin esimerkiksi korosti, ettei näissä talkoissa olla mukana vaan mukanaoleminen takia, vaan siksi, että terveys oikeasti on tärkeä asia.

Niinpä käyntiin polkaistun kansansairauksien varhaisen tunnistamista ja ehkäisemistä edistävän Kanerva-KASTE-hankkeen kummeiksi kutsuttuun kaupunginjohtaja Markku

Anderssonin sekä kaupunginhallituksen jäsenen Ulla Lauttamuksen (sd.) ja Jaakko Selinin (kok.) taishi olla entistä helpompaa kertoa tilaisuudessa omat terveyslupauksensa.

**Rantaraitti käyttöön**  
Kaupunginjohtaja Markku Andersson esimerkiksi korosti, ettei näissä talkoissa olla mukana vaan mukanaoleminen takia, vaan siksi, että terveys oikeasti on tärkeä asia.

Anderssonin arvelin suuria suosioita nauttivan Jyväsjärven Rantaraitin tulevan hänenkin kohdallaan kevään ja kesän edessä oikein hyvään käyttöön.

Viran puolesta Andersson myös laskeskelijä, että jos noin 7 000:n Jyväskylän kaupungilla töissä olevan henkilön sairaspäivistä kolmannekseltäkin saataisiin elintapamuutoksilla pois vaikka vain yksi päivä vuodessa, se merkitsisi kaupungille mahtavaa työtuntien lisäämistä.

Ilolla terveystalkoiden kummiksi Jyväskylässä lähtenyt Ulla Lauttamus taas piti tärkeimpänä havaintona tajuta, että terveyttä ei eteen voi itsekin tehdä joutain.

Vaikka Lauttamus kertoi jo harrastavansa muun muassa pyöräilyä ja saunakävelyä, hän toivoi, että voisi saada liikuntaharrastuksensa nykyistä sää-

**”Nyt keväällä ja kesällä Jyväsjärven Rantaraitti taitaa tulla hyvään käyttöön.”**

Markku Andersson

nöllisemmäksi.  
-Nykyisin joudun istumaan kokouksissa aivan liikaa, hän sanoi.

Jaakko Selinin mielestä alkavissa talkoissa tärkeintä taas on, että niissä jokainen voi haastaa

itsensä.

-Luulen, että jatkossa otan kokouksissa vain vissyä limonadin sijasta, hän totesi.

Selin tunnusti myös, että on jo ehtinyt pyytää valtuustotoveriaan, pikajuoksija Johanna Mannista (kok.) henkilökohtaiseksi valmentajakseen.

Samoin Selin ilmoitti, että kokouksen valtuustoryhmän lisäksi terveystalkoisiin aiotaan haastaa myös Jyväskylän valtuuston demariryhmä.

Johanna Manninen tunnusti olevansa aika innostunut uudesta "personal trainerinä" tehtävästään ja totesi jo suunnitteleensa Jaakko Selinille kuntoi-

luohjelmaa.

-Tärkeintä terveyteen ja liikuntaan liittyvissä asioissa on se, ettei niissä tarvitse olla yksin, ja että mukaan saataisiin ja lähtisi hyvin erilaisia ihmisiä, Manninen sanoi.

Jyväskylän valtuustoon syyskuun 2008 valittu pikajuoksun ammattilainen tunnusti hankin yllytyksensä, kuinka paljon istumista luottamustointien hoitaminen vaatii.

Muut Tartu terveyteen -hankkeen kummit Jyväskylässä ovat kansanedustaja Matti Kangas (vas.), hallituksen puheenjohtaja Veijo Koskinen (sd.) sekä jäsen Pirkko Selin (kesk.).



Ulla Lauttamukselle ja Jaakko Selinille vinkkejä antanut Johanna Manninen korosti, että liikkumisen pitää olla hauskaa.

## Terveysresepti on hyvä työkalu tautien ehkäisyssä

## JYVÄSKYLÄ

Heljä Korpijoki

Jyväskylässä keskiviikkona käynnistetyin Kanerva-KASTE-hankkeen tavoitteena on parantaa suomalaisten kroonisten kansansairauksien, kuten kakkostyyppin diabeteksen sekä sydän- ja verisuonisairauksien varhaisnuntamista ja ehkäisyä terveydenhuollossa.

Kaksivuotista projektia toteutetaan Kuopion yliopistosairaalan (KYS) alueen viidessä sairaanhoitopiirissä Keski-Suomessa, Pohjois- ja Etelä-Savossa, Itä-Savossa sekä Pohjois-Karja-

lan sairaanhoito- ja sosiaalipalveluiden kuntayhtymässä.

Mukana on niin perus- kuin erityissairaanhoidotkin, mutta myös kuntien sosiaalitoimi sekä osin myös liikunta- ja koulutustoimet.

Projektissa halutaan kehittää ja ottaa käyttöön sellaisia tavalisille ihmisille suunnattuja toimintamalleja, joilla helpotetaan tautiriskien tunnistamista sekä vähennetään sairastumiseen johtavaa riskikäyttäytymistä.

Keski-Suomessa hankkeessa kiinnitetään erityistä huomiota työterveyshuollon ja perusterveydenhuollon yhteistyöhön ja

työnjakoon kansansairauksien ehkäisyssä ja hoidossa.

Toinen painopiste Keski-Suomessa on kehittää terveystietotupia sekä niihin liittyviä sähköisiä palveluita netin kautta.

Hankkeen väestötason tavoitteena on, että tyypin 2 diabeteksen sekä sydän- ja verisuonisairauksien ilmaantumisen ja elintapojen tilaa voidaan näppärästi lähestyä Tartu terveyteen -talkoissa käytettävän Terveysreseptin avulla.

Terveysreseptin avulla jokainen voi arvioida omia elintapojen ja niiden terveellisyyttä.

Terveysreseptin avulla sen täyttäjät voi myös pohtia ja valita, millaiseen muutokseen hän haluaa arjessaan satsata.

Erityisesti Kanerva-KASTE-hanke aikoo haastaa terveystalkoisiin alueensa 63 kunnan kunnanvaltuustojen ja -hallitusten puheenjohtajat sekä kunnanjohtajat.

Silti mitään estettä ei ole sille, että elintapatalloihin haastetaan kaikenlaisia muitakin ihmisiä ja osallistutetaan paljon, paljon tätä laajemminkin.

## JYVÄSKYLÄ

## Kaksi uutta lasinsirulöytöä Jyväskylässä

Jyväskylän pääpoliisiasemalle toimitettiin keskiviikkona kaksi kaupasta ostettua einespakkausta, joista kuluttaja oli löytänyt vierasesineen. Muuramasta huhtikuussa ostetusta einespakkauksesta oli löytynyt ilmeisesti lasinkappale.

Toinen löytö koskee Jyväskylän huhtikuussa ostettua einespakkausta, jossa oli ilmeisesti muovinkappale. Poliisi selvittää asiaa.

## KOULUTUS

## Ammattikorkeakoulujen nettihaku tyssäsi loppumetreillä

Ammattikorkeakoulujen yhteishakuvuosto internetissä ruuhkautui keskiviikkona illalla niin pahoin, etteivät hakijat päässeet täyttämään hakulomaketta. Yhteishaku ammattikorkeakouluihin päättyi torstaina kello 16.15.

Viimeisenä hakuiltana ongelmaan törmänneet hakijat alkoivat soittaa pian muun muassa Opetushallitukseen.

Vikaa ei oltu saatu korjattua vielä keskiviikkona illalla puoli yhdeksän aikaan.

Opetushallituksen erityisasiantuntija Ulla Angervon kehottikin hakijoita ottamaan sähköpostitse yhteyttä siihen ammattikorkeakouluun, johon he hakevat ensisijaisesti.

Mikäli sivusto toimii torstaina, hakijat voivat luonnollisesti täyttää hakemuksensa myös netissä.

Asiasta kertoi *Helsingin Sanomat* verkkosivullaan.

## JYVÄSKYLÄ

## Kokoomusnaiset: Lasten ja nuorten oikeudet turvattava

Jyväskylän Kokoomusnaiset ry vaatii kannanotossaan, että lasten ja nuorten oikeudet ja palvelut on turvattava erityisesti laman aikana.

-Nuoren ihmisen syrjäytyminen opinpolultaan tai työelämästä maksaa yhteiskunnalle paljon ja on ennen kaikkea nuoren ihmisen kannalta epäinhimillistä, yhdistys toteaa tiedotteessaan.

Syrjäytyminen ja osattomuus yhteiskunnasta ovat aikamme suurimpia ongelmia. Jokaisella on oltava mahdollisuus osallistua yhteiskunnan toimintoihin täysivaltaisena kansalaisena. Nämä oikeudet on pidettävä mielessä, kun kaupungit ja kunnat painiskelevat talousongelmien ja budjetin tasapainotamisen kanssa.