



Toimitus

Tomas Rajaniemi

Milja Takala

Neea Heimonen

Risto Vilhunen

Mimi Björk

Sara Hirvonen

Susanna Akkila



Kannen kuva: Vanja Kailu

Sisällysluettelo



Pääkirjoitus, Sanojen vapaus	4
Jos ei olisi harrastajia, ei olisi kilpailijoitakaan	6
Tammikuu ja uusi harrastus	8
Ihmisiä ja demoneita – manga-arvostelu	10
Kiitos Jylla	12
Terkut abeille	14
Urheilu	18
Kesää kohti - reseptit	22



Pääkirjoitus

Sanojen vapaus

Tomas Rajaniemi

Sananvapaus on perusoikeutemme. Se antaa meille oikeuden ilmaista ajatuksiamme, kyseenalaistaa vallitsevia normeja ja osallistua avoimeen keskusteluun. Sananvapaus sen suurina raameineen on usein median ja julkisuuden henkilöiden käyttämänä käsitteenä hämärä, eikä Mistä se alkaa, mihin se päättyy? Yksinkertaisesti sananvapaus tarkoittaa oikeutta ilmaista mielipiteensä julki. Toisin kuin usein luullaan, se ei tarkoita oikeutta loukata muita tai levittää vihapuhetta, vaan keskustelun tulisi edetä vastuullisesti, rakentavasti ja kaikkia osapuolia kunnioittaen.

Sosiaalinen media on muuttanut tapaa, jolla viestimme. Samaan aikaan sosiaalinen media myös itsessään on muuttunut. Meillä on edelleen mahdollisuus tulla kuulluksi laajassa mittakaavassa, mutta kehittyneiden ja harvoille keskittyneiden tehoalgoritmien myötä vapauden tuulet tuntuvat ajoittain kääntyneiltä. Suurien someyhtiöiden ja -persoonien valta päättää siitä, mitä saa sanoa ja mitä ei, herättää paraikaa kysymyksiä sananvapauden toteutumisesta. Jos vääriä mielipiteitä esittävät henkilöt ollaan valmiita asettamaan julkisesti pannaan, jää vapaus pelkäksi sanahelinäksi.

Sananvapaus ei toimi ilman rajoja. Poliittiset mielipiteet eivät saisi vaikuttaa siihen, mitä voimme sanoa tai ajatella. Tämän oikeuden tulisi olla kaikkien käytettävissä riippumatta siitä, ovatko tietyt mielipiteet yleisesti hyväksyttyjä vai eivät. Jos keskustelussa ilmenee erimielisyyksiä, se ei saisi johtaa rajoituksiin tai eristämiseen. Seuraamuksien pelko on jo historian saatossa todettu tehokkaaksi keinoksi estää kansaa puhumasta avoimesti ja vapaasti.

On tärkeää ymmärtää, että vapaa ilmaisu on elintärkeä osa terveellistä yhteiskuntaa. Kun mielipiteet ovat vapaasti esillä, syntyy mahdollisuus aidolle keskustelulle ja erimielisyyksien ratkaisuille. Jos pelko estää tämän ilmaisemisen, käy koko keskustelu epäaidoksi ja voimaton. On siis elintärkeää, että jokaisella on oikeus tuoda ajatuksensa esiin sanoin ilman pelkoa syrjinnästä tai tuomitsemisesta. Tämä on ainoa tapa varmistaa, että yhteiskunnan kehitys voi jatkua vapaasti ja rakentavasti.



Kuva: Vanja Kailu

Jos ei olisi harrastajia, ei olisi kilpailijoitakaan

Neea Heimonen

En ole pienistä lapsista koskaan kauheasti pitänyt. Välillä tuntuu, että ne olisivat kuin seiniin törmäileviä kaasumolekyylejä: suuntaa ei voi kontrolloida, mutta vauhti on kova.

Lukioikäisenä minulle tarjottiin voimisteluohjaajan töitä seurani toimesta. Vaikka ajatus sinkoilevien kielensoittajien paimentamisesta ei tullut kuuloonkaan, suostuin tehtävään aluksi vain oman kukkaron ruokkimiseksi.

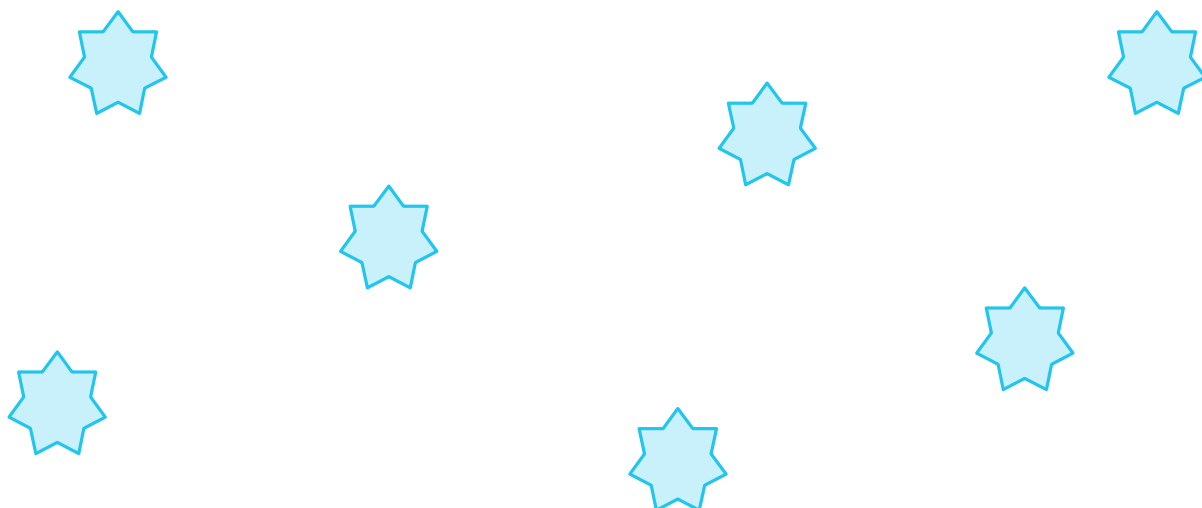
Harrastekauden alussa jo ensimmäisillä jumppatunneilla ennakoluuloni lapsista tekivät tuplavoltin. Aloin myös ymmärtää roolini ohjaajana ja erityisesti entisenä lajin osaajana.

Vaikka se niin oudolta tuntuukin, pienet lapset näkevät vanhemmat nuoret esikuvana ja katsovat heistä mallia, oli se sitten koulun bussipysäkillä tai jalkapallotreeneissä. Ei ole liioittelua sanoa, että harrastetoiminnan vetäjät ovat osa lapsien **varhaiskasvatusta**. Ryhmässä sosialisoituminen, ongelmien ratkaiseminen ja itsensä ylittäminen ovat fyysisten ja motoristen taitojen lisäksi tärkeitä harrastamisen tarjoamia taitoja. Kiinnostuksen ylläpitäminen ja levottomuuden räjähtämisen välttäminen on kuitenkin useasti vain ohjaajan heittäytymisen varassa. Mietin jatkuvasti kuinka esittäydyn mahdollisimman mukaansatempaavana, helposti lähestyttävänä, mutta samalla myös ryhmän pomona ja aivoina. Itseäni huvittaa ajatus, että olen voinut jo ennen koulupäivän alkua vetää kokonaisen sirkuksen viereisessä päiväkodissa, ja kenties herättää tulevan maailmanmestarin vipattavan tanssijalan.

Kun itse aloitin voimistelukoulun 12-vuotiaana, viikkoni kohokohta oli perjantai-illan harrastetunti. Vain vuosi myöhemmin treenikerrat olivat kolminkertaistuneet, mutta perjantain vuoro säilyi lempparina. Nyt kaapissa lojuvat mitalit näyttävät aikajanani harrastetapahtumista aina SM-kisoihin saakka.

Diskurssi lasten vähenevän liikkumisen ympärillä asettaa minut velvollisuuden tunteeseen. On tärkeää pitää harrastetunnit ja liikuntahetket laadukkaina, jotta mahdollisimman monelle syntyy **liikunnan ilo**, joka kantaisi läpi elämän. Vaikka monella meistä tavoitteellinen urheilulaji elää paremmin menneinä muistoina, opittu liikunnallinen elämäntapa korreloi mm. kansanterveyden ja paremman elämänlaadun kanssa. Yritykset ja firmat markkinoivat jatkuvasti uusia ruokavalioiden, kunto-ohjelmia, lääkkeitä, fitness-tuotteita ja kulutettavaa mediaa. Pelkästään huonokuntoinen aikuinen voi olla kallis sekä työnantajalle että koko kansantaloudelle.

Jokaisessa seurassa harrastaminen tulisi olla tarkoitettu **vauvasta vaariin**, koska itsensä haastamisen lisäksi ihminen verkostoituu osaksi ryhmää, joka on osa laajempaa yhteisöä. Oli vastassa mikä tahansa ikäryhmä, jokaisella ohjaamallani tunnilla kannustan ja heittäydyn täysillä. Jokainen ohjaaja ja valmentaja on vaikuttavassa roolissa erityisesti nuorten ja lasten omaksumiin elämäntapoihin. Näissä nykyisissä villoissa apinalaumoissa kuhisee kenties tulevia MM-urheilijoita taikka maailmanennätyksien rikkojia, vaikka emme sitä osaisi huomatakaan vielä. Emme voisi nauttia jännittävistä olympialaisista taikka eukonkannosta, mikäli urheilun intoa ei olisi kukaan ollut synnyttämässä.



Tammikuu ja uusi harrastus?

Miten olisi padel?

Risto Vilhunen

Padelin Synty ja Räjähävä Suosio

Padel on lyhyessä ajassa hurjasti kasvattanut suosiotaan ympäri maailmaa. Padel on laji, joka yhdistää tenniksen ja squashin parhaat piirteet. Padelin juuret ulottuvat 1960-luvulle, jolloin Enrique Corcuera kehitti lajin Meksikossa.

Kentän koko on noin kolmannes tenniskentästä, ja peliä pelataan nelinpelinä tai kaksinpelinä. Lajin säännöt ovat yksinkertaiset, mikä tekee siitä nopeasti opittavan ja mukaansatempaavan.

Räjähdysmäinen Kasvu

Padelin suosio alkoi kasvamaan 1980-luvun lopulla Espanjassa ja siitä tuli nopeasti maan toiseksi suosituin mailapeli tenniksen jälkeen. 2000-luvun alussa padel alkoi saamaan suosiota muissakin Euroopan maissa. Vuosi 2020 oli padelin kannalta merkittävä, kun pandemia nosti lajin suosiota entisestään.

Suomessakin padel on löytänyt tiensä monien sydämiin. Padelin yhteisöllisyys on houkutellut useita uusia pelaajioita. Suomessa on avattu useita uusia padelkeskuksia ja lajille on syntynyt omia kilpailusarjojaan.

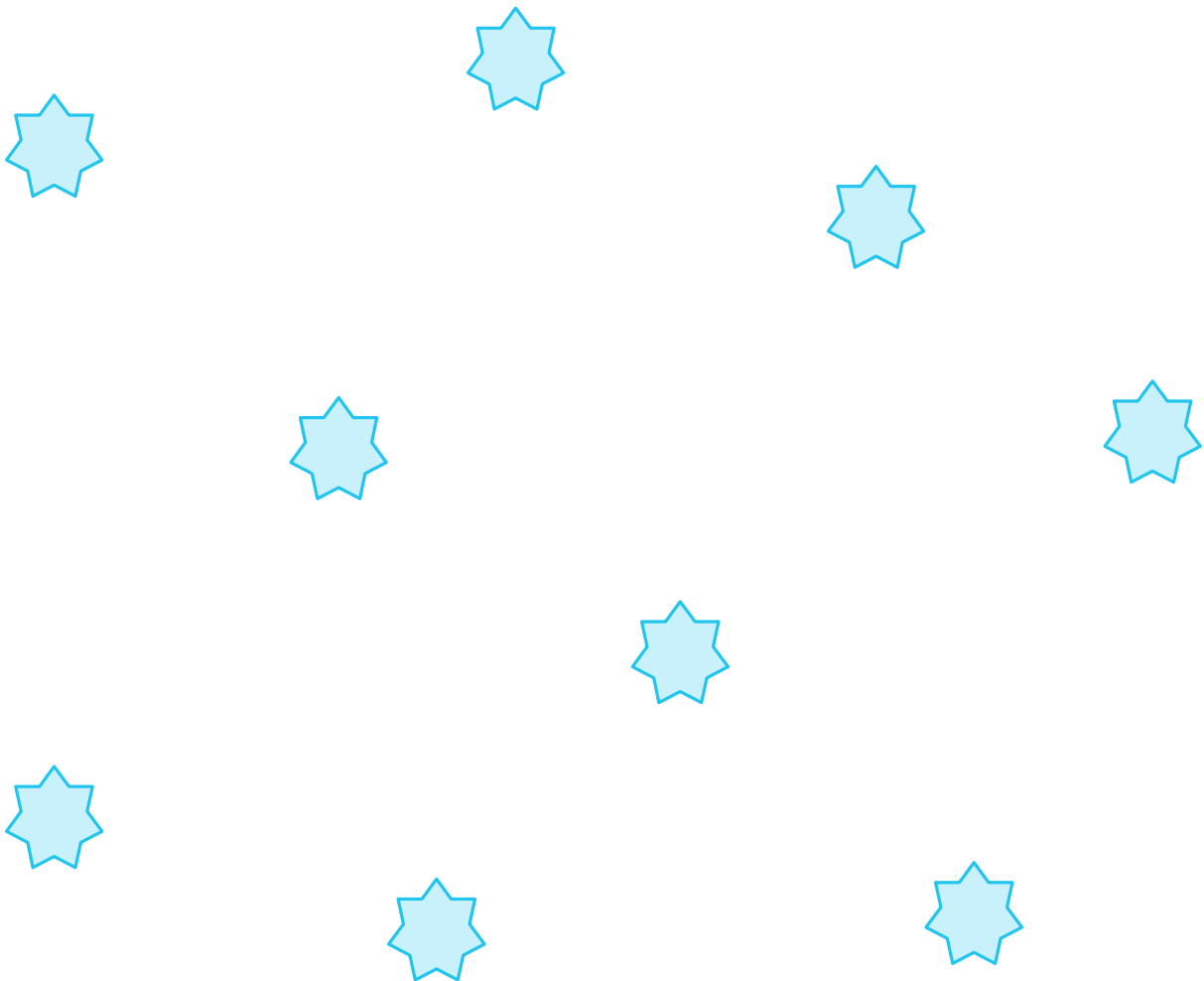


Yhteisöllisyys ja Terveys

Padelin viehätystä lisää sen yhteisöllinen luonne. Pelissä voi helposti pelata ystävien kanssa ja laji rohkaisee tutustumaan uusiin ihmisiin. Padel on myös erinomainen liikuntamuoto ja se kehittää kestävyyttä ja koordinaatiota. Lajin helppous yhdistettynä hauskuuteen ja kilpailullisuuteen tekee padelistä houkuttelevan lajin monelle.

Tulevaisuus

Kansainväliset turnaukset ja ammattilaisliigat kasvavat jatkuvasti, ja lajin näkyvyys somessa ja mediassa on lisääntynyt. Padelin kehitys niin kilpailullisena kuin yhteisöllisenä lajina on vasta alussa. Onkin mahdollista, että padelistä tulee seuraava suuri ilmiö maailmanlaajuisesti, kun se valloittaa yhä uusia pelaajia.



Ihmisiä ja demoneita - manga-arvostelu

Mimi Björk

Chainsaw man (2018-) on japanilaisen Tatsuki Fujimoton kirjoittama ja kuvittama manga. Tarina alkaa pienestä pojasta nimeltään Denji ja pienestä Pochita-nimisestä demonikoirasta. Kaikki ei mene hyvin, ja Denji tekee sopimuksen, jossa hänen ja Pochitan kehot yhdistyvät. Tämän seurauksena Denji pystyy vetämään hänen sydämen kohdalla olevasta moottorisahavivusta, ja hänestä ilmestyy moottorisahoja esimerkiksi päästä ja käsistä. Koska Denji oli alunperin ihminen, mutta yhdistyi Pochita moottorisahademonin kanssa, hän on molemmat ihminen ja demoni. Tarinassa hän etsii omaa paikkaa maailmassa.

Denji liittyy Public Safety Devil Huntersiin, valtion luoma toimintayksikkö, jossa Devil Hunterit, eli demonien metsästäjät metsästävät ja tappavat demoneja, jotka uhkaavat ihmiskuntaa. Demonit ovat fyysisiä manifesteja ihmisten peloista, jonka takia on muun muassa war devil sodan demoni, future devil tulevaisuuden demoni jne.

Fujimoto on mestarillinen hahmojen luoja. Vaikka vihaisi jotakin hahmoa, on silti mahdotonta olla ihailematta, kuinka hyvin ja realistisesti hahmo on kirjoitettu. Yksi syy, miksi Chainsaw man on niin ihailtu ja rakastettu on sen pätkähullut tarinaoikut, kuten eri demonit, esimerkiksi the ear devil, joka perustuu korvapelkoon, ja täten on vienyt ihmisiltä korvat. Jos kuvittelee, ettei jotain pystyisi millään liittämään mihinkään tarinaan, Fujimoto kirjoittaa ja kuvittaa uskomattomimmatkin asiat harmoniassa tarinan kanssa.



Kuva: Sara Häkklä

Fujimoton taidot eivät manga-artistina pysähdy vain kirjoittamiseen, vaan hän on uskomaton kuvittaja. Chainsaw man on täynnä tyrmäävän upeita kohtauksia, jotka herättävät ihmetystä; miten joku on voinut luoda niin kuvaavan, välillä karmivan ja kauniin teoksen?

Vaikka ei olisi mangojen ystävä, useampien pitäisi lukea Chainsaw man, sekä muita Fujimoton töitä, kuten Fire punch, Look back tai Goodbye Eri. Chainsaw manista on myös tehty anime adaptio, ja tänä tulevana

vuonna julkaistaan Reze arc - elokuva. En usko, että on mahdollista katua Chainsaw manin lukemista tai katsomista, päinvastoin suorastaan säälin ihmisiä, jotka jäävät paitsi näin upeasta teoksesta.



Kiitos Jylla

Sara Hirvonen

Viimeinen jaksoni lukiossa on pian ohi. Tuntuu epätodelliselta, että olen ollut täällä pian neljä vuotta. Aika on kulunut äärimmäisen nopeasti ja tuntuu kuin olisin vasta saapunut tänne. Kuitenkin elämässä on jatkettava eteenpäin ja tästä lukioajasta jää jäljelle vain kauniit muistot, seinälle ripustetut kuvat ja tietysti upeat ystävyysuhteet.

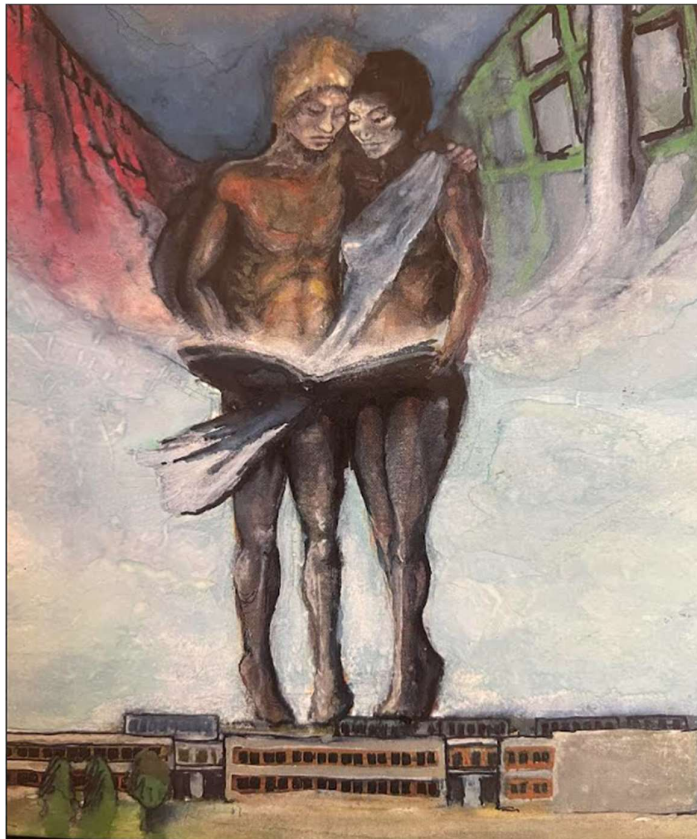
Tulin Jyllaan ilman valmista kaveriporukkaa jännittäen tulevaa, mutta pian minulle valkeni se, että täällä on minulle paikka. Opettajat ottivat meistä jokaisen avosylin vastaan ja löysin upeita ystäviä, joiden kanssa olen jakanut jokaisen hetken täällä. Vaikka epäilemättä moni täällä solmittu ystävyys hiipuu, kannan aina mukani niitä korvaamattomia muistoja, jotka saan täältä mukaan. Silloinkin kun elämässä kaikki tuntui hajoavan ympäriltä ja teki mieli luovuttaa, oli mun tukena valtava joukko ihmisiä.

En ole ollut mikään aktiivinen Espostin kirjoittaja, saati kaikkien tunnistama aktiivinen toimija järjestämässä vanhoja tai penkkareita. Kuitenkin juuri minun aikani täällä Jyllassa on tuntunut oikealta. Olen itkenyt kurssitöiden painaessa päälle ja nauranut yhdessä ystävien kanssa opettajien kömmähdyksille. Taskuni ovat täyttyneet korvaamattomista kokemuksista, kuten säkenöivistä vanhoista ja kirjaimellisesti jäätävistä penkkareista.

Ajattelin ennen tänne tuloa, että tulen taas vain yhteen kouluun ja sitten muutaman vuoden päästä jatkan eteenpäin, mutta Jylla on ollut minulle paljon enemmän, kuin pelkkä koulu. Jylla on ollut yhteisö ja paikka, jossa olen saanut kasvaa aikuiseksi. Juurikin yhteisö on se, joka tekee Jyllasta minulle ainutlaatuisen koulun. Opettajat todella välittävät opiskelijoista ja opetuksesta huokuu opettajan intohimo omaa ainettaan kohtaan. Opojakaan ei saa unohtaa, koska he ovat pelastaneet aina kurssivalintojen epäonnistuesssa ja löytäneet ryhmistä tilaa vielä yhdelle opiskelijalle.

En olisi neljä vuotta sitten kuvitellut, että lähtisin lukiossa mukaan oppilaskunnan hallitukseen, koulun lehteen saati matkakurssille Pohjois-Irlantiin. Lukion aikana olenkin aikuistunut, itsenäistynyt ja muuttanut pois kotoa. Olen oppinut paljon sekä kasvanut ihmisenä ja olen kiitollinen, että sain tehdä sen juuri täällä.

Vaikka tuntuukin haikealta jättää Jyllä taakse, katson toiveikkaana tulevaisuuteen ja uskon, että olen valmis jatkamaan eteenpäin. Haluankin näin lukion loppupuolella kiittää kaikkia, jotka ovat tehneet lukioajastani erityisen: opettajia, opoja, henkilökuntaa, läheisiäni ja tottakai kaikkia ystäviäni Jyllasta ja myös sen ulkopuolelta. Toivon, että jokainen saa kokea yhtä upean lukioajan. Lähtekää mukaan teitä kiinnostaviin projekteihin, hakekaa matkakursseille ja muistakaa levätä opintojen lomassa riittävästi. Kiitos Jyllä.



Antti Reinikainen, julkaistu "Aika on Espoonlahden" -kirjan kannessa 1999

Terkut abeille

Abijumaluutemme, siis te koulun etevimmät, taitavimmat ja ihmeellisimmät, jätätte meidät pian! Mitä nöyrimmin ykköset lähestyvät teitä terveisineen:

- Olkaa omia ittejänne
- Tsemppiä lukemiseen ja kirjoituksiin
- Muistakaa lukea ajoissa
- Olkaa positiivisia
- Älkää stressatko liikaa
- Kyllä se siitä
- Epäonnistuminen on osa elämää (aina voi uusia)



Tsemppiä tulevaisuuteen ja uusiin haasteisiin. Muista lepo!

YOLO

Muistakaa nukkua hyvin

Muista hengittää.

Muista käydä ulkoilemassa jos stressaa.

Muistakaa juoda kofeiinia.

Älä stressaa niin paljon, sun elämä jatkuu kuitenkin kirjoitusten jälkeen

Aina voi uusia kirjoituksia!

Syö sokeria



Älä stressaa liikaa, kaikki palaset kyllä loksahda ajallaan paikoilleen.

Tsemppiä kirjoituksiin ja valitsemallenne tielle oli sitten jatko-opiskelemaan tai välivuodelle.

Muistakaa, että elämässä on paljon muutakin kuin opiskelu.

Muistakaa, että paljon työtä on jo takanapäin.

Tehkää sitä, mistä oikeasti tykkäätte!



- Abi on jumala
- Ajatelkaa, kuinka paljon palkkaa saatte kaiken tämän jälkeen
- Älä ota lainaa autoa varten minkään tekosyyn alaisena
- Sijoita opintolaina osakkeisiin
- Muistakaa nauttia elämästä, olette vasta alussa
- Muistakaa että on muutakin elämää kun koulunkäynti
- Opiskelu on vain osa elämäntulkua
- Muista vaihtaa kone ennen yo-kirjoituksia
- Älä ota opintolainaa



1. Pelatkaa pingistä
2. Nauttikaa elämästä
3. Käykää kaupassa
4. Keskittykää kirjoituksiin
5. Älkää ottako elämää liian vakavasti



1. Muista olla oma itsesi vaikeinakin aikoina.
2. Olet kaunis henkilö ulkoa ja sisältä.
3. Kohtele muita niin kuin haluat muiden kohtelevan sinua.
4. Peli ei ole ohi, kunnes viimeiseen pilliin vihelletään.
5. Maailma on täynnä mahdollisuuksia.



1. Olet kaunis sisäisesti
2. Olet viisas, mutta et viisain (Stay Humbel)
3. Olet rohkea, mutta kaikkea ei kannata kokeilla.
4. Olet huipputyyppi, mutta kukaan ei ole täydellinen. Minua lukuun ottamatta.
5. Olet älykäs, mutta et ihan einstein.
6. Jos ovi on lukittu, ikkunasta pääsee aina hypättyä
7. Mitä vähemmän yrität, sitä pienempi todennäköisyys epäonnistua.



“Onnea tulevaisuuteen”



“Olkaa rohkeita”



“Kokeilkaa kaikkea rohkeesti”

“Pidä taukoja ja huolehtikaa ittsestänne”

“kaikki tekee virheitä niin myös teki, mut älkää antako se lannistaa vaa yrittäkää uudelleen”

“Vaikka joskus tuntuu vaikeelta nii muistakaa et joku askel vie lähemmäs unelmia”

1. Mitä vähemmän yrität, sitä pienemmät ovat epäonnistumisen mahdollisuudet!
2. Jos et yritä tänään, ei hätää – aina voi lykätä huomiseksi.
3. Ole oma itsesi – ellet sitten voi olla joku menestyvämpi.
4. Kaikki on mahdollista, kunhan joku muu tekee sen puolestasi.
5. Aloita pienestä ja pysy siellä – vähemmän stressiä.
6. On vain yksi tapa epäonnistua, ja se on luovuttaa. Mutta hei, luovuttaminen kuulostaa aika mukavalta juuri nyt.



Urheilu

Milja Takala

(Kirjoitettu 19.1.2025)

Jalkapallo

- **Valioliiga:**

Liverpool FC johtaa vieläkin selkeällä kuuden pisteen erolla, vaikka pelasikin kaksi tasapeliä alisuorittaja **Manchester Unitedia** ja kauden isointa positiivista yllättäjää **Nottingham Forestia** vastaan. Liverpool on pelannut pelin vähemmän kuin muut kärkitaistosta. Toisena oleva **Arsenal FC** menetti 2-0 johdon **Aston Villaa** vastaan, peli päättyi 2-2. Aston Villa ja Arsenal ovat tasapisteissä kuusi pistettä Liverpoolin perässä, joka on pelannut ottelun vähemmän kuin muut kärjessä. **Manchester Cityn** huono ajanjakso on ohi. City on neljäntenä pisteen edellä **Chealsea FC:tä**, jonka tasoittava peli pelataan 20.1. Alisuorittaneista isoista joukkueista ManU on sijalla 13 ja **Tottenham Hotspur FC** sijalla 15. Tottenham on vain kahdeksan pistettä putoamissijan yläpuolella.

- **Bundesliiga:**

FC Bayern München pysyy sarjakärkenä, kun kausi on ylittänyt puolivälin. Bayern johtaa neljällä pisteellä **Bayer 04 Leverkusenia**. Kolmantena olevalla **Eintracht Frankfurtilla** on eroa Leverkuseniin viisi pistettä, joten realistisesti mestaruustaistossa kaksi joukkuetta. **Borussia Dortmund**, yksi suurista, on isoissa



ongelmissa Bundesliigassa. Vuosi 2025 on alkanut kolmella tappiolla ja Dortmund on tippunut kymmenenneksi. Dortmundin pääseminen Mestarien liigaan on ison työn takana.

Allianz Arena, München 2022 Kuva: Milja Takala

- **LaLiga:**

Atlético de Madrid hävisi **CD Leganésille** 1-0 ja sen myötä menetti kärkipaikan **Real Madridille**, joka voitti kotonaan **Las Palmasin** useista hylätyistä maaleista huolimatta. **FC Barcelona** menetti jälleen pisteitä pelatessaan tasapelin **Getafe CF:n** kanssa. Aiemmat tappiot olivat jo pudottaneet Barcelonan niin kauas, ettei edes toiseen sijaan ollut mahdollisuuksia. Barcelona on voittanut lokakuun jälkeen kaksi peliä yhdeksästä, kun taas Atlético on voittanut 8/9 ja Real 7/9 peliä.

- **Serie A:**

SSC Napoli ja **Inter Milan** ovat hieman karanneet muista. Viidentenä oleva **Juventus** on edelleen ilman tappioita, mutta tasapelejä on kolmetoista ja voittoja vain kahdeksan. **Joel Pohjanpalon** edustama **Venetsia FC** on toiseksi viimeisenä. Pohjanpalo on tehnyt kolmanneksen Venetsian tämän kauden maaleista. **AC Milan** on pelannut heikosti viime aikoina eikä ole mukana kärkikamppailussa.

Talviurheilu:

Jääkiekko, Liiga:

- Kärki on jälleen vaihtunut. **Lukko** johtaa reippaalla erolla ennen **Ilvestä**, **Saipaa** ja **HIFK:iä**. Lukko pelasi Tampereella **Tapparaa** vastaan kahdesti ja kotiyleisön harmiksi voitti molemmat ottelut. **Kiekko-Espoo** tippui pois top neljästä nuorten MM-kisojen aikana maalivahti **Petteri Rimpisen** ollessa poissa. Nyt K-Espoo on kahdeksas. Onneksi eroa eteenpäin on vähemmän kuin taakse.



Ampumahiihto:

Vihdoin Suomella kulkee! Oberhofin parisekavistin voittivat **Suvi Minkkinen** ja **Tero Seppälä**. Muutenkin koko kausi on ollut upea Minkkiseltä. Ammunnassa osumistarkkuus on 94 % makuulla ja 88 % pystystä. Hän on yksi tarkimmista ampujista ja nyt kun vielä ladulla kulkee paremmin viime kausiin nähden, on vain ajan kysymys, milloin Minkkinen voittaa henkilökohtaisen kilpailun. Kokonaispisteissä hän on neljäntenä. Muutkin suomalaiset naiset ovat saaneet hyviä sijoituksia pitkin kautta. Miesten yksilöpuolella on hieman vaisumpaa yksittäisiä kisoja lukuun ottamatta, mutta viesteissä kulkee.

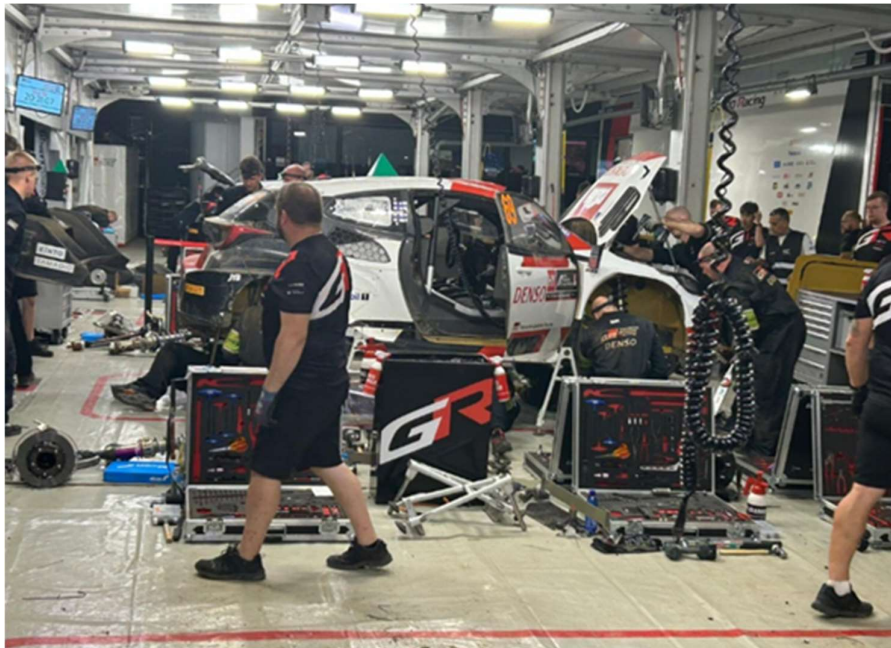
- Saksan Ruhpoldingissa kisattiin normaalimatkat, viestit sekä yhteislähtö. Normaalimatalla Otto Invenius ampui nollat ja oli kisan seitsemäs. Kisan voitti norjalainen Vebjørn Sørum lähes minuutin erolla seuraaviin. Naisissa Suvi Minkkinen ampui yhden ohi ja oli kahdeksas. Muut suomalaiset miehissä sekä naisissa olivat kauempana useiden ohilaukausten takia. Naisten kisan voitti Lou Jeanmonnot.
- Miesten viesti meni Suomelta oletettua heikommin. Suomi oli vasta neljästoista. Viestin voitti Ranska, joka on voittanut kauden kaikki kolme viestiä. Naisten viestissä Suomi pysyi mukana kärkikamppailussa pitkään, mutta kisan loppupuolella tippui kauemmas ja lopuksi tuli maaliin kahdeksantena. Viestin voitti kotileisön iloksi Saksa.
- Invenius pääsi ensimmäistä kertaa tällä kaudella mukaan yhteislähtöön. Hän oli kisan 22. Kisan voitti kokokauden alavireessä ollut Italian Tommaso Giacomel. Minkkinen oli viides jääden seitsmän sekuntia toisesta sijasta. Kisan voitti Elvira Öberg.
- Viikonlopun aikana yksi parhaista ampumahiihtäjistä ikinä Johannes Thingnes Bø ilmoitti lopettavansa uransa tämän kauden jälkeen eikä ensi olympiakauden jälkeen, mikä oli hänen alkuperäinen suunnitelmansa.



Moottoriurheilu, Ralli:

- **Kalle Rovannerä** palaa takaisin puolikkaan kauden jälkeen takaisin koko kaudeksi WRC-luokkaan. Rovannerä on suurin mestarisuosikki tulevalle kaudelle. Suoraan sanoen, jos Rovannerän autosta ei oteta moottoria pois, en usko, että kukaan realistisesti voi haastaa Rovannerää. Hyndailla ajavilla **Ott Tänäkillä** sekä **Thierry Neuville**lla voi olla pienet saumat mestaruuteen, mutta viime kauden kokonaan ajanut kaksikko otti yhteensä kolme voittoa ja Rovannerä, joka ajoi vain puolikautta, voitti neljästi.

Viime kaudella Rovannerällä Suomen rallissa oli uskomatonta epäonnea, kun tielle oli päätynyt iso kivi, johon Rovannerä sitten ajoi toiseksi viimeisen etapin lopussa. Aikaisemmilla kausilla myös Rovannerällä on ollut Suomessa vaikeuksia menestyä. Neljästä WRC -kisasta Suomessa Rovannerä on keskeyttänyt kahdesti, kerran 34. ja kerran toinen. Ehkä tänä vuonna olisi Rovannerän aika voittaa Suomessa.



Kalle Rovannerän auto Kreikan Rallissa 2022. Kuva: Takala

Kesää kohti -reseptit

Kun kesä on vielä kaukana, ihminen suorastaan tarvitsee hyvää mustikkakakkua ja -piirakkaa!



Kuva: Sara Hirvonen

<https://www.anninuunissa.fi/parhaista-parhain-mangojuustokakku/>

Mustikkajuustokakku

(muokattu [anninuunissa.fi](https://www.anninuunissa.fi) -sivun parhaista parhaimman mangojuustokakun reseptistä)

Huom. agar agar on haasteellinen käyttää ja sen voi korvata liivateella, jonka käyttöön ohje löytyy alkuperäisestä reseptistä.

Pohja

- 100 g voita
 - 200 g digestivekeksejä
1. Laita leivinpaperi irtopohjavuoan tai säädettävän kakkurenkaan pohjalle.
 2. Murena keksit ja sulata voi. Yhdistä voi ja keksimuru ja painele seos vuoan pohjalle.
 3. Laita pohja jääkaappiin odottamaan.

Täyte

- 4 dl kuohukermaa
 - 300 g maustamatonta tuorejuustoa (Philadelphia tai mascarpone, halutessasi voit käyttää maustettua tuorejuustoa, esim. vanilja)
 - 2 dl sokeria
 - 1 tl vaniljasokeria
 - 1 tl limemehua
 - n. 3 dl appelsiinimehua
 - 5 tl agar agar -jauhetta
1. Vaahdota kerma löysäksi vaahdoksi.
 2. Vatkaa sokerit, limemehu ja tuorejuusto notkeaksi.
 3. Mittaa kattilaan kylmä appelsiinimehu ja agar agar ja sekoita ne.
 4. Kuumenna mehu ja agar agar kiehuvaaksi ja anna kiehua 2 min (muista sekoittaa usein)
 5. Kaada seos tuorejuuston joukkoon koko ajan vatkatun.
 6. Kääntele sekaan kerma ja kaada seos nopeasti pohjan päälle.
 7. Ravistele ja kopauta pöytään, jotta täyte asettuu kunnolla ja ilmakuplat häviävät.
 8. Laita kakku jääkaappiin muutamaksi tunniksi.

Kiille

- 250 g mustikkasosetta (esim. Bonne)
 - 2 tl agar agar -jauhetta
 - n. 2 dl vettä tai mehua (esim. appelsiini tai mustikka)
1. Laita mustikkasose kulhoon.
 2. Mittaa kattilaan agar agar ja vesi tai mehu ja sekoita ne.
 3. Kuumenna seos kiehuvaaksi ja anna kiehua 2 min (muista sekoittaa usein)
 4. Kaada seos mustikkasoseen joukkoon koko ajan sekoittaen.
 5. Kaada sose kakun päälle varovasti (voit kaataa soseen lusikan kautta, jolloin sose leviää laajemmalle alueelle)
 6. Laita kakku hyytymään muutamaksi tunniksi ja koristele halutessasi juuri ennen tarjoilua.



Kuva: Saara Ämmälä

Gluteeniton ja vegaaninen herkkupiirakka

Muokattu Kotilieden "Paras vegaaninen mustikkapiirakka" -ohjeesta

POHJA

- 2 dl gluteenittomia kaurahiutaleita
- 2 dl gluteenitonta jauhoseosta
- $\frac{3}{4}$ dl sokeria
- $\frac{1}{4}$ tl suolaa
- 100 g vegaanista margariinia (esim. Sininen Keiju)

TÄYTE

- 3 dl vegaanista jogurttia
- 1 dl sokeria
- 1 tl vaniljasokeria
- 4 dl tai pakastepussi mustikoita
- (Vegaanista valkosuklaata)

1. Sekoita sokeria lukuun ottamatta kuivat aineet. Lisää rasva ja nypi tasaiseksi taikinaksi.
2. Aseta irtopohjavuoan (halkaisija 22 cm) pohjan ja reunojen väliin leivinpaperia. Painele taikinaa vuoan pohjalle ja reunoille.
3. Sekoita jogurttiin sokeri ja vaniljasokeri. Kaada vuokaan. Lisää täytteelle mustikat ja valkosuklaa.
4. Kypsennä piirakkaa 200-asteisen uunin keskitasolla 30–35 minuuttia. Valkosuklaata voi laittaa nytkin! Anna jäähtyä täysin ennen tarjoilua, niin täyte hyytyy leikattavaksi. Irrota piiras vuoasta ja nosta tarjoilulautaselle. Siivilöi päälle halutessasi tomusokeria. Parhaimmalta vegaaninen mustikkapiirakka maistuu kypsentämistä seuraavana päivänä.