

LUMPEENLEHTI

**Puhu lapselle
sähköstä**

**Kasvivalot
auttavat
huonekasveja
pimeän talven yli**

**Eilisen tähde
voi olla tämän
päivän herkku**

Lue uusin
asiakas-
lehtemme
tästä!





Mirka Juujärvi
asiakaskokemuspäällikkö
Lumme Energia Oy

Asiakaskokemus on enemmän kuin kohtaaminen

Asiakaskokemus ei synny yksittäisestä hetkestä, vaan rakentuu jokaisesta sanasta, teosta ja tunteesta, jotka koet asioidessasi kanssamme. Se kertoo siitä, miten hyvin onnistumme kuuntelemisessa, ymmärtämisessä ja luottamuksen rakentamisessa. Kun sinä koet, että olet tullut aidosti kuulluksi, syntyy pohja pitkäaikaiselle ja kestäväälle asiakassuhteelle.

Meille erinomainen asiakaskokemus on kaiken toimintamme perusta. Se näkyy arjen päätöksissä ja siinä, miten kohtaamme sinut eri kanavissa – digitaalisesti, kasvotusten tai puhelimitse. Jokainen kohtaaminen on meille mahdollisuus osoittaa, että olet meille tärkeä.

Kuuntelemme asiakkaitamme aktiivisesti ja haluamme, että jokaisen ääni kuuluu. Saamme työtämme ohjaaviin asiakastytyväisyyskyselyihin ilahduttavan paljon vastauksia. Meitä on kiitetty erityisesti nopeasta ja ystävällisestä palvelusta: 90 %* saa asiansa hoidettua yhdellä puhelulla, ja 95 %* kokee palveluun pääsyn helpoksi.

Kehitämme palveluitamme jatkuvasti. Esimerkiksi OmaLumme-palvelun kautta voit hoitaa

sähköasioita entistä monipuolisemmin silloin kun sinulle sopii, 24/7. Sovellus on saanut erinomaista palautetta helppoudestaan ja toimivuudestaan**.

Pyrimme olemaan askeleen edellä. Etsimme ratkaisuja ennakoivasti ja kuuntelemme hiljaisia signaaleja. Tekoäly on siinä hyvä apuri. Se tunnistaa tuhansien kontaktien joukosta asiat, jotka voimme tehdä vieläkin paremmin.

Erinomainen asiakaskokemus on meille strateginen valinta ja osa vastuullisuusohjelmaamme. Yksi tärkeimmistä asiakaskokemuksen mittareista on suosittelemisluvut (NPS). Sen arvo 64* kertoo vahvasta luottamuksesta ja siitä, että asiakkaamme haluavat suositella meitä muillekin. Annathan siis meille palautetta! Haluamme kuunnella, oppia ja uudistaa yhdessä sinun kanssasi, sinun arkesi helpottaen.

Lämmin kiitos, että olet mukana matkassamme!

PS Voit tutustua asiakkaidemme palautteisiin täältä.

*Asiakastytyväisyyskyselyt 8/2025
** 4,1/5 tähteä App Store 8/2025



lumme-energia.fi



Facebook
@LummeEnergia



Instagram
@lummeenergia



LinkedIn
@LummeEnergia

LUMPEENLEHTI

LUMME ENERGIAN
ASIAKASLEHTI 3 • 2025
ISSN 2489-5253

JULKAISIJA
Lumme Energia Oy
PL 40, 50101 Mikkeli

Asiakaspalvelu 24/7
lumme-energia.fi/ota-yhteytta

PÄÄTOIMITTAJA
Jaana Kettunen
Lumme Energia Oy

TUOTANTO
Mainostoimisto Selekti Oy

AJANKOHTAISTA

ÄLYKÄS AKKU TUNTEE

HISTORIAN JA OSAA ENNAKOIDA, SIVU 15.

Älyohjaus optimoi akun toimintaa täysin automaattisesti.

KOTONA

KASVIVALOT AUTTAVAT HUONEKASVEJA PIMEÄN TALVEN YLI, SIVU 4.

Energiapihit led-kasvivalot ovat parhaita, sillä ne eivät polta lehtiä ja ovat pitkäikäisiä. Joissakin led-kasvivaloissa voi myös säätää kasville tärkeää värilämpötilaa.

PUHU LAPSELLE SÄHKÖSTÄ, SIVU 8.

Lapsi oppii turvallisen sähkönkäytön aakkoset kotona. Sähköturvallisuudesta pitää myös puhua – sanoma menee parhaiten perille selkeästi, konkreettisesti ja ikätasoisella kielellä.

IP-LUOKKA LUO TURVAA, SIVU 14.

Sähkölaitteen IP-luokitus kannattaa tarkistaa, ennen kuin laitetta alkaa käyttää kotipihalla. Jokaista konetta ei ole tarkoitettu ulkokäyttöön.

TURVALLISESTI KOTONA, SIVU 24.

Monenlaiset sähköiset laitteet ja sovellukset auttavat senioria asumaan kotona mahdollisimman pitkään. Mitä mahdollisuuksia on olemassa ja mitä laitteiden valinnassa pitää ottaa huomioon?



ENERGIAA SÄÄSTÄMÄSSÄ

EILISEN TÄHDE VOI OLLA

TÄMÄN PÄIVÄN HERKKU, SIVU 10.

Yli kolmasosa ruokahävikistä muodostuu kodeissa. Eniten hävikiksi ajautuu vihanneksia, juureksia ja perunoita. Voisiko tähteistä tehdä jotain muuta kuin pyttipannua? Lähetä oma reseptisi ja osallistu arvontaan!

ILMATIIVIISTI PIENEEN TILAAN, SIVU 12.

Vakumointi moninkertaistaa säilyvyysajan ja säästää tilaa. Mitä tuotteita sitten kannattaa vakumoida ja mitä pitää ottaa huomioon. Tutustu tarkemmin.

POLTTOPUU ON YHÄ SUOSITTU LÄMMÖNLÄHDE, SIVU 28.

Puun käyttö pientalojen lämmityksessä jatkuu edelleen aikaisempien vuosien tasolla. Mottinetin laskurista näet, paljonko polttopuuta pitää varata talven varalle. Muistathan myös varastoida polttopuut oikein.

LATAUSTA JA LÄMPÖÄ, SIVU 29.

Sähköautoilu sujuu talvellaikin, kun ottaa huomioon muutaman tärkeän seikan. Muistathan ladata turvallisesti ja ottaa huomioon pakkasen vaikutukset.

YRITYKSILLE

ENERGIAJOHTAJA-PORTAALI ON UUDISTUNUT, SIVU 18.

Yrityksen sähköauton latauspisteiden hallinta on nyt kätevästi yhdessä paikassa.

EKOKAMPAAMON YMPÄRISTÖTIETOISET ASIAKKAAT ARVOSTAVAT PIPARMINTUN EKOSÄHKÖ-SOPIMUSTA, SIVU 20

WATTIMESTARI SÄÄSTI SÄHKÖ-LÄMMITTÄJILTÄ SATASIA JO ENSIMMÄISENÄ TALVENA, SIVU 22

HYVÄ KYSYMYS

VOIKO PAKASTINTA PITÄÄ PARVEKKEELLA? SIVU 6.

VAPAALLA

PALAPELIT PITÄVÄT AIVOT VIRKEINÄ, SIVU 27.

Palapelien kokoaminen on oivaa stressinpoistoa, sillä se saa unohtamaan kaiken muun. Sähköiset palapelit kulkevat mukana mobiililaitteissa minne tahansa.

Katso tästä sähköisen lehden lukuohjeet!

Lue myös:
Ajankohtaista
Kestävät &
kätevät
• Anna meille
palautetta



Kasvivalot auttavat huonekasveja pimeän talven yli



TEKSTI: PIRJO TIIHONEN
KUVAT: HANKKIJA

Energiapihit led-kasvivalot ovat parhaita, sillä ne eivät polta lehtiä ja ovat pitkäikäisiä. Joissakin led-kasvivaloissa voi myös säätää kasville tärkeää värilämpötilaa.

Viherkasvit kukoistavat loppukesällä saatuaan runsaasti auringonvaloa. Iltojen pimetessä ne kuitenkin kaipaavat lisävaloa voidakseen hyvin myös syksyllä ja talvella. Huonekasvit tarvitsevat lisävaloa lokakuun lopulta helmikuun loppuun.

– Huonekasveille ihanteellinen valon määrä on 12 tuntia vuorokaudessa. Sen voi helpoiten toteuttaa ajastimen avulla. Kasveille kannattaa antaa valoa noin klo 6–18 välillä. Yli 16 tunnin valotusaika vuorokaudessa on jo haitallista, kertoo Hyötykasviyhdistyksen toiminnanjohtaja **Katja Uski**.

Uski suosittelee led-kasvivaloja, koska ne eivät kuumene samalla tavoin kuin loisteputkivalot, eivätkä siten polta kasvien lehtiä tai kukkia. Lisäksi ne ovat energiatehokkaita, kestäviä, pitkäikäisiä, syttyvät nopeasti eivätkä sisällä elohopeaa.

Sopiva valon määrä

Uskin mukaan kasvit kasvavat parhaiten saadessaan juuri sopivan määrän valoa. Liian voimakas valo on niille epäedullista.

- Kasvin pinnalle saapuvan valon määrän eli valaistusvoimakkuuden yksikkö on luks (lx). Luksimäärät on merkitty polttimoiden tai valaisimien pakkaukseen. Valaistusvoimakkuus riippuu lampun valovirrasta, valaisimen optisista ominaisuuksista ja etäisyydestä kasviin.
- Kesäpäivänä ulkona voi olla jopa 100 000 luksia, pilvisellä säällä noin 1 000 luksia. Talvella sisätilojen



Kasvien ryhmittely yhteen helpottaa lisävalon sijoittelua.



Voit hankkia pelkästään kasvivaloksi tarkoitetun polttimon.



Tavallinen led-lamppu tuottaa valoa, mutta sen spektri ei välttämättä ole ihanteellinen kasveille, koska se ei sisällä optimaalisia aallonpituuksia oikeassa suhteessa. Siksi kasvien lisävaloksi suositellaan led-kasvilamppuja. Niitä löytyy tavaratalojen lamppuhyllyiltä.

valonvoimakkuus saattaa jäädä 400–500 luksiin.

- Kasvien keskivertotarve on 2 500–10 000 luksia. Alle 500 luksia on liian vähän, yli 50 000 luksia jatkuvasti taas liian paljon varjoisammassa paikassa viihtyvälle kasville.

Esimerkiksi vehkat, sanikkaiset, tuonenkielo ja piileat selviävät luonnostaan niukassa valossa ilman lisävalaistusta.

Valon värillä on väliä

Huonekasvien kasvuun vaikuttaa myös se, minkä väristä valoa ne saavat, eli mikä on valon värilämpötila. Auringon valo sisältää niin sinistä, keltaista kuin punaistakin valoa. Nämä säteilyt eri värit vaikuttavat kasvilla eri toimintoihin.

Kasvia säätelevät valon aallonpituudet:

- Violett (390–430 nanometriä) vahvistaa vartta.
- Sininen (430–485 nanometriä) lisää yhteyttämistä.
- Oranssi (590–620 nanometriä) edistää pituuskasvia.
- Punainen (630–740 nanometriä) edistää kukintaa.

Täysspektri-led-valaisin, jossa on useita aallonpituuksia, tuottaa tasapainoisen kasvun. Siksi se on kasveille paras. Nanometrimerkinnot löytyvät valaisinten ja polttimoiden pakkauksista.

Kevättalven verso- ja taimikasva-

tuksessa kasvit kärsivät usein liian vähäisestä valosta. Taimikasvatuksessa on hyötyä violetista, vartta tanakoittavasta valosta.

- Joissakin led-lampuissa voi myös säätää värilämpötilaa, Uski lisää.

Valaisimen sijoittaminen

Valaisin tulee sijoittaa mahdollisimman lähelle kasvia, sillä lampun valaistusteho heikkenee nopeasti etäisyyden kasvaessa. Joissakin kasvilampuissa korkeus on säädettävissä eri mittaisille kasveille.

Laite- ja asennusvinkit

- Mieti etukäteen, mihin kodin paikkoihin tarvitset kasvivaloja.
- Tarkista, onko kasvien lähetyvillä riittävästi pistorasioita.
- Tarvitaanko ripustuskoukku kattoon, tai voitko käyttää seisovaa jalallista valaisinta?
- Voit viedä kauppaan kuvan paikasta, jonne suunnittelet kasvivaloja. Kasvien ryhmittely yhteen helpottaa lisävalon sijoittelua.
- Helppo vaihtoehto on hankkia tavallinen valaisin ja valita sen kantaan sopiva kasvivaloksi tarkoitettu polttimo. Polttimopakauksessa lukee, onko se tarkoitettu kasvivaloksi.
- Markkinoilla on monenlaisen kodin tyyliin sopivia selkeälinjaisia valaisimia. Valitse sisustukseen sopiva valaisin.

Energiankulutus ja energialuokat

Motivan asiantuntija Teemu Kettunen suosittelee vertailemaan eri led-kasvivaloja. Valolähteen energiatehokkuudesta kertoo sen energialuokka.

- Paras eli energiatehokkain energialuokka on A ja huonoin G. Markkinoilta löytyy eri energialuokan led-kasvilamppuja ja erilaisia kasvivalaisimia, joista osa kohdentaa valon erittäin hyvin valaistaviin kasveihin, Kettunen neuvo.

Kettunen arvioi led-kasvivalojen energiankulutusta.

- Jos oletetaan, että lisävaloa kasveille annettaisiin kasvivaloilla lokakuusta maaliskuuhun keskimäärin 12 tuntia vuorokaudessa, ja kasvivalojen teho olisi yhteensä 50 wattia, sähköä kuluisi noin 110 kWh. Sen voi sitten kertoa sähkön hinnalla saadakseen kulutuksen hinnan, vinkkaa Kettunen.

Lisätietoa
Huonekasvien
valontarpeesta saat
Marttojen netti-
sivuilta

Voiko pakastinta pitää parvekkeella?

Pakastinta ei suositella pidettäväksi parvekkeella – ei edes kesäaikana.

Kotitalouskäyttöön tarkoitetut kylmälaitteet on suunniteltu toimimaan tietyissä lämpötila- ja kosteusolosuhteissa, jotka eivät yleensä toteudu parvekkeella tai muissa ulkotiloissa.

Laitteen toiminta perustuu kompressoriin ja jäähdytysaineeseen, jotka vaativat riittävän vakaita olosuhteita. Laitteen arvokilvessä ilmoitetaan sen ilmastoluokka, jonka mukaiset käyttölämpötilat vaihtelevat yleensä +10 °C:sta +43 °C:seen. Jos lämpötila laskee suositusten alapuolelle, kompressori voi pysyä liian pitkään pysähdyksissä, eikä pakastin pysy tarpeeksi kylmänä. Pakkasella laitteen voiteluaineet voivat jähmettyä, mikä lisää rikkoutumisriskiä merkittävästi.

Toisaalta, jos ympäristö on liian kuuma – esimerkiksi suorassa

aurionpaisteissa – kompressori voi joutua käymään lähes jatkuvasti, mikä lisää energiankulutusta ja laitteen rikkoutumisriskiä.

Kosteus on myös merkittävä riski. Korkea ilmankosteus voi aiheuttaa veden tiivistymistä laitteen pinnoille, mikä puolestaan voi johtaa korroosioon ja toimintahäiriöihin.

Pakastin tulisi sijoittaa kuivaan, pakkaselta suojattuun ja hyvin tuuletettuun sisätilaan. Parveke tai muu vastaava tila ei täytä näitä vaatimuksia, vaikka tila olisikin lasitettu tai lämmitetty. Kylmälaitteen sijoittaminen epäsoveliaan ympäristöön voi lyhentää sen käyttöikää ja vaarantaa laitteen toiminnan.



Vastaamassa:
Taina Luukkainen
toimitusjohtaja
Elektroniikka-
ja kodinkonekaupan
yhdistys ETKO ry

Kylmälaitteen arvokilvestä löytyy ilmastoluokka, joka määrittelee laitteen käyttölämpötilarajat:

Ilmastoluokka	Huoneen lämpötila
SN	+10 – +32 °C
N	+16 – +32 °C
ST	+16 – +38 °C
T	+16 – +43 °C

Lisävaloa ja hyvinvointia huonekasveille

Kasvivalo jatkaa, kun auringonvalo hiipuu.

Sunlite-lampun aallonpituus edistää fotosynteesiä ja lehtivihreän kasvua. Lampun varjostin on saatavilla eri väreissä, ja teleskooppivarsi ulottuu 30 senttimetristä jopa metriin.

Sunlite LED-kasvivalo 39,90 € (Kivikangas)



Valoa koko kasvikattraalle – ajasta ja himmennä

SunLite Multi on SunLite-kasvivaloihin sopiva digitaalinen himmennin ja ajastin. Valaistusajan voi säätää 0–24 tunnin välille, ja laitteessa on lisäksi neljä valmista ajastusasetusta. Mukana toimitettava muuntaja mahdollistaa jopa viiden Sunlite-kasvivalon käytön. Valovoimakkuuden säätöön on 10 porrasta.

Hinta 69,50 € (Kivikangas)



Turvaa liedon käyttöön

Suomalainen Innohome-liesivahti SGK5010 reagoi välittömästi vaarallisesti kohoavaan lämpötilaan. Se hälyttää ensin ja katkaisee sitten virran liedeltä. Vahti toimii kotisi suojelijana silloinkin, kun olet lomalla, mökillä tai ulkoilemassa – tai jos lemmikkisi on onnistunut kytkemään liedon päälle omin päin.

Liesivahti SGK5010, n. 267,00 € (Innohome, jälleenmyyjät)

Taulu, joka onkin kaiutin

Samsung Music Frame on langaton kaiutin, joka toimii myös kuvakehyksenä – sen voi ripustaa vaikka seinälle tauluksi. Laite toistaa musiikkia puhelimesta Wi-Fi- tai Bluetooth-yhteyden kautta. Se toimii myös kotiteatterin äänentoiston täydentäjänä. Äänentoistossa on käytetty Dolby Atmos -tekniikkaa, joka tuo elokuvateatterimaisen äänen kotiisi.

Hinta 299 € (Verkkokauppa)



Unohtuuko silitysrauta päälle? Tai vohvelirauta?

Turva-ajastin pelastaa vaaratilanteilta. Aseta laite pistorasiaan ja säädä haluttu aika tunnin tai 15 minuutin jaksoissa. Proove CAPIDI -ajastin katkaisee virran automaattisesti asetetun ajan jälkeen.

Ajastimet: säädöt 1–4 h tai 15–60 min 24,99 € (Gigantti)



Kerro lapselle sähköstä

TEKSTI: DAKOTA LAVENTO

**Lapsi oppii turvallisen
sähkönkäytön aakkoset
kotona.**

Lapsi oppii parhaiten matkimalla eli esimerkkiä seuraamalla. Tämä aikuisen kannattaa muistaa, vaikka arki olisi kuinka kiireistä tahansa. Sähköturvallisuudesta pitää myös puhua – sanoma menee parhaiten perille selkeästi, konkreettisesti ja ikätasoisella kielellä.

– Liian aikaisin sähköturvallisuutta ei voi alkaa opettaa, painottaa DI **Vesa Linja-aho**, kolmen lapsen

isä ja yksi Suomen johtavista sähköturvallisuusasiantuntijoista.

Lapsen varhaiset ensikosketukset sähköön

Itsenäisesti liikkumaan oppiva taapero kiinnostuu kaikesta näkemästään: johdosta on hauska vetää ja kapine päättyy helposti suuhun, mutta kännykän latausportti ei kestä vauvan voimakua. Myös ladattavat tabletit ja monet leikki-ikäisten lelut ovat arkipäivää, joten sähköisiä laitteita käytetään päivittäin.

– Viimeistään kolmevuotiaalle kannattaa ja voi opettaa, että pistorasiaan saa työntää vain töpselin, eli pistotulpan, Linja-aho korostaa.

– Modernit sähköasennukset ovat onneksi lapsiturvallisia, eikä pistorasian reikään saa enää tungettua sukkapuikkoa. Vanhemmissa, 1970-luvun asunnoissa ei välttämättä ole edes vikavirransuojia saatikka turvasulkuja, hän huomauttaa.

Pistorasioiden turvasulkujen ansiosta "lapsi työnsi sukkapuikon pistorasiaan" -tyyppiset onnettomuudet ovat käytännössä loppuneet. Turvasulkuina toimivat pistorasian rei'issä näkyvät valkoiset kiilat. Pistorasioihin, joissa ei ole turvasulkuja, kannattaa laittaa lapsisuoja taaperoitten varalta.

Kerro sähköstä kiinnostavasti

Miten sähköstä ja siihen liittyvistä vaaroista voi puhua ilman, että lapsi pelkää liikaa tai kokee aiheen liian vaikeaksi? Aluksi kannattaa kerrata itselleen sähköjärjestelmän peruseriaatteet, jotta osaa vastata lapsen mahdollisiin kysymyksiin.

• Ikätasoinen kieli:

- Pienelle voi sanoa, että sähkö on näkymätöntä energiaa, joka saa lampun loistamaan ja telkkarin toimimaan. Se voi kuitenkin satuttaa, jos koskee väärään paikkaan.

• Konkreettisuus:

- Pistorasiaan ei saa koskea eikä työntää sinne sormia, luluja tai muita esineitä.
- Sähköjohdon kanssa ei saa leikkiä: johtoja ei saa vetää, purra tai leikata, koska niissä kulkee sähkö. Jos johto rikkoutuu, sitä ei saa käyttää ja siitä täytyy ilmoittaa aikuiselle.
- Märät kädet eivät sovi yhteen sähkölaitteiden kanssa. Esimerkiksi kylpyhuoneessa ja keittiössä sähkö ja vesi eivät sovi yhteen.

Esimerkki arjesta on paras opettaja: näytä lapselle, että sammutat laitteet käytön jälkeen ja vedät pistokkeen irti seinästä varovasti.

Opeta myös hätätilanteiden toimintamalli

Lapsen pitää tietää, että hän kertoo heti aikuiselle, jos havaitsee jotain outoa, kuten kipinöitä, palaneen hajua tai rikkoutuneen johdon.

- Aikuisen ei pidä suuttua, kun lapsi kertoo vahingosta. Muuten seuraavalla kerralla hän ei ehkä uskalla kertoa, Linja-aho huomauttaa.

Nuorten laitteet ja somehaasteet

Koululaisilla on käytössään läppäreitä, kännyköitä ja tabletteja. Lataamisen turvalliset säännöt kannattaa kerrata säännöllisesti:

- Älä lataa sängyssä tai pehmeän materiaalin päällä.
- Älä jätä laitteita valvomatta latauksen ajaksi.
- Seuraa, ettei johto kuumene liikaa. Myös hygienia- ja

kauneudenhoitolaitteiden kanssa (esim. sähköhammasharjat, hiustenkuivaajat) on syytä muistaa, että vesi ja sähkölaitteet eivät sovi yhteen. Varovaisuus ja huolellisuus on paikallaan myös keittiön kodinkoneiden kanssa.

Liikkuvammat nuoret ajavat sähköpotkulaudoilla ja -pyörillä. Akkuja ei pidä ladata ilman valvontaa, ei makuuhuoneessa eikä asunnon poistumistiellä.

Some- ja kaverihaasteet saattavat houkutella kokeilemaan vaarallisiakin



ideoita. Kännykän akkua ei kannata purkaa tai väännellä – vuonna 2019 yhden rovaniemeläiskoulun evakuointi johtui akusta syttyneestä palosta.

Vuosina 2023–2024 kukaan ei onneksi kuollut sähkötapaturmissa, mutta Linja-aho muistuttaa, että Suomessa kuolee edelleen keskimäärin 1–2 nuorta vuosittain junan katolle kiipeämisen seurauksena. Sähköradalla ja junan lähietäisyydellä on hengenvaarallista, sillä jännite on jopa satakertainen kodin pistorasiaan verrattuna. Sähkö voi myös niin sanotusti hypätä ajolangoista, joten pelkkä lähietäisyydelle meneminen on hengenvaarallista.

Lyhyet ohjeet ikätasoi- seen sähköturvallisuus- opastukseen

• Alle 5-vuotiaat:

- Keskity yksinkertaisiin sääntöihin: "Älä koske pistorasiaan."
- Voi käyttää kuvia tai luluja havainnollistamiseen.

• 5–10-vuotiaat:

- Selitä, miksi sähkö on vaarallista: "Sähkö voi antaa pahan sähköiskun."
- Keskustele kodin laitteista ja niiden turvallisesta käytöstä.

• Yli 10-vuotiaat:

- Kerro, miten sähkö toimii.
- Keskustele jatkojohtojen ja vikasuojien merkityksestä sekä rikkinäisten laitteiden vaaroista.

Toista ja vahvista:

Sähköturvallisuus vaatii säännöllistä kertausta. Muistuta säännöistä, kun lapsi käyttää sähkölaitteita tai kun kotona tehdään sähköön liittyviä töitä.



Eilisen tähde voi olla tämän päivän herkku

TEKSTI: TARJA HEIKKILÄ-LEINO
KUVAT: K-RUOKA.FI JA SHUTTERSTOCK

Yli kolmasosa ruokahävikistä muodostuu kodeissa. Eniten hävikiksi ajautuu vihanneksia, juureksia ja perunoita – lähes neljännes koko hävikistä. Voisiko tähteistä tehdä jotain muuta kuin pyttipannua? Tässä reseptejä kokeiluun.

Mäiskypotut taipuvat moneen

Ylijääneistä keitetyistä kuoriperunoista saa herkullisia mäiskyperunoita litistämällä ne ensin vaikkapa lasin pohjalla, sivelemällä pinnalle tilkan öljyä, mausteita ja suolaa ja sitten paahdamalla uunissa. Uunissa paistoaika on 200 asteessa noin 20 minuuttia ja airfryerissa 180 asteessa noin 15 minuuttia. Mausteeksi käy suolan lisäksi pippuri, yrtit tai mitä ikinä keksitkin. Tämä uuniperunan makoisampi versio käy mainiosti lisukkeeksi tai vaikka pääruoaksi, kunnon täytteillä – niissä voi mainiosti hyödyntää jääkaapin antimia.

Lyttyperunapiirakka vie kielen mennessään

Eilen keitetyt perunat taipuvat mukavasti myös piirakkapohjaksi. Täytteen voit soveltaa jääkaapin sisällön mukaan ja käyttää vaikkapa nahistumassa olevia kasviksia tai sienimetsän tuoreita herkuja.

Ainekset (8 annosta)

750 g	perunoita keitettynä
2 tl	suolaa
1 pkt (80 g)	poron kylmäsavupaistia
1 pieni	punasipuli (70 g)
2 rs (à 180 g)	maustamatonta tuorejuustoa
100 g	mustaleimaemmentalia raastettuna
½ tl	suolaa
½ tl	mustapippuria
½ prk (à 150 g)	smetanaa
2 dl	versosekoitusta
¼	ruukkua lehtipersiljaa

Valmistus

- Voitele irtopohjavuoka (Ø 24 cm). Aseta perunat tasaisesti vuoaan

Mikä on sinun paras hävikkiruokareseptisi?

Millä vinkillä tai reseptillä saat jääkaapin sisällön pysymään hallinnassa ja herkuttelijat tyytyväisinä? Kerro meille **30.10. mennessä, niin osallistut Braun-sauvasekoittimen (arvo 67 €) arvontaan. Pääset osallistumaan tästä**

Osallistu kilpailuun



pohjalle. Litistä perunoita varovasti esimerkiksi haarukan avulla. Laita leivinpaperi perunoiden päälle ja paina kattilan pohjalla perunat lyttyyn vuoan pohjalle ja reunoille.

2. Esipaista piirakkapohjaa 225-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia.
3. Säästä 6–8 viipaletta kylmäsavuporaa koristelua varten ja hienonna loput. Kuori ja hienonna punasipuli.
4. Sekoita tuorejuusto, juustoraaste, kylmäsavuporo ja punasipuli kulhossa. Mausta suolalla ja mustapippurilla. Kaada seos vuokaan perunoiden päälle ja tasoita pinta.
5. Paista piirakkaa 225-asteisessa uunissa 25–30 minuuttia, kunnes se on hyytynyt ja pinta saanut kauniin värin. Anna piirakan jäähtyä huoneenlämpöiseksi.
6. Vaahdota smetana sähkövatkaimella. Koristele piirakka versoseoksella, lehtipersiljalla, smetanalla ja kylmäsavuporoviipaleilla.

(K-Ruoka)



Vihersmoothie herättää nahistuneet vihannekset

Käytä smoothieen vihreitä vihanneksia, kuten lehtikaalia, parsakaalia, selleriä tai erilaisia salaatinlehtiä. Avokado tuo juomaan kermaisuutta, banaani pehmeyttä ja omena makeutta. Vaihtelee aineksia oman maun ja käytettävissä olevien aineiden mukaan. Voimajuoma on hetkessä valmis.

Ainekset

1	iso omena
100 g	lehtikaalia
1 dl	silputtua tuoretta minttua
1	iso banaani
	pala kurkkua (n. 10 cm)
½	limetin mehu
4 dl	vettä (noin)

Valmistus

1. Revi lehtikaali tehosekoittimeen. Kuori ja paloittele omena, poista siemenkoti ja lisää kulhoon. Lisää myös minttu, banaani ja paloiteltu kurkku. Anna koneen käydä täydellä teholla, kunnes seos on hienoa.
2. Lisää limetinmehu ja vettä vähän kerrallaan, kunnes juoma on sopivan paksuista.
3. Tarkista maku. Lisää tarvittaessa makeutta esimerkiksi sokerilla, hunajalla tai stevialla.
4. Nauti vihersmoothie heti.

(Anna)

Perunankuorisipsejä telkkarin äärelle

Perunankuoria ei kannata heittää pois. Etenkin isoista ja jauhoisista perunoista tulee rapeat perunankuorisipsit.

Ainekset (4 annosta)

150–200 g	perunankuoria
½ rkl	rypsiöljyä
¼ tl	suolaa
½ tl	kuivattua persiljaa
	riipaus mustapippuria

Valmistus

1. Sekoita öljy ja mausteet kulhossa. Kääntelee perunankuoret (noin kilosta huolellisesti pestyjä perunoita) seoksessa. Levitä uunipellille leivinpaperin päälle tasaiseksi kerrokseksi.
2. Paahda 200 asteessa noin 15 minuuttia. Kääntelee muutaman kerran paiston aikana. Tarkkaile, etteivät kuoret pala.

(K-Ruoka)

VINKKI RUOKAHÄVIKIN PIENENTÄMISEEN

– Elintarvikkeiden päiväysmerkin-
nölläkin on eronsa. Parasta ennen
-päiväyksen ohittaneen tuotteen voi
vielä käyttää, jos se on aistinvaraisesti
kunnossa. Viimeisen käyttöpäivänsä
ohittanutta tuotetta sen sijaan ei ole
turvallista syödä.

Lisää vinkkejä löydät
kuluttajaliiton nettisivuilta.





Ilmatiiviisti pieneen tilaan

Vakumointi moninkertaistaa säilyvyysajan ja säästää tilaa.

Kaupasta ostettu, mikroaaltouunissa lämmitettävä valmisateria on monille tuttu. Monet valmisruoat on vakumoitu, eli ne on pakattu ilmatiiviisti.

– Vakumilla tarkoitetaan pakkausta, johon on synnytetty tyhjiö ilman poistamisen avulla. Vakuumikoneet toimivat imemällä ilman vakuumpussista ja sulkemalla

sekä saumaamalla pakkauksen tiiviisti, kertoo kotitalousasiantuntija **Sirpa Nygård** Savon Martoista.

Kotonakin voi vakumoida lähes kaikkia elintarvikkeita vakuumpakkauslaitteella. Niitä kutsutaan myös tyhjiöpakkauslaitteiksi. Useimmat toimivat verkkovirralla, mutta saatavana on myös akkukäyttöisiä laitteita. Lisäksi on käsikäyttöisiä vakuumpumppuja, joilla saa ilman pumpattua pois muovipakkauksesta tai -rasiasta. Laitteita myyvät muun muassa kodinkoneliikkeet. Malleja, kokoja ja hintaluokkia on saatavilla erilaisiin

tarpeisiin.

– Ennen laitteen ostoa kannattaa tutkia sen ominaisuuksia. Lisäksi on hyvä miettiä, minkä kokoisia pakkauksia aikoo vakumoida, ja valita sitten mieleinen kone.

Vakumoinnissa käytetään vakumointiin tarkoitettua, kuumennuksen kestäväää elintarvikemuovia. Siitä ei pääse ruokaan eikä elintarvikkeisiin muovin makua tai hajua. Kaupat, jotka myyvät



Kotitalousasiantuntija Sirpa Nygård

Vakuumissa marinointi tekee sitkeästäkin lihasta mureaa

Vakuumilaitteen tekemä tyhjiöpaine avaa lihan huokoset ja saa marinadin vaikuttamaan paremmin. Liha laitetaan marinadin kanssa tyhjiöpussiin, joka vakumoidaan, ja 10–20 minuutin kuluttua liha on valmis grillattavaksi. Marinointia varten vakuumilaitteeseen on saatavissa myös liitettävä lisälaite.



vakuumipakkauslaitteita, myyvät yleensä myös pakkausmuovia.

Sopii vain tuoreiden ruoka-aineiden säilöntään

Vakumointi sopii kalan, lihan, vihannesten, leivän ja viljatuotteiden sekä juustojen, marjojen ja hedelmien säilöntään. Nygård kehottaa kuitenkin vakumoimaan vain tuoreita raaka-aineita ja ruokaa.

– Huonolaatuisia elintarvikkeita tai jo pilaantumassa olevaa ruokaa ei pidä vakumoida. Ilmanpoisto lisää säilyvyyttä, mutta ei pysty estämään haitallisten mikrobien kasvua, joita yleensä on jo päässyt syntymään pilaantuvassa ruuassa.

Monet ruoan pilaavat mikrobit, kuten bakteerit, virukset ja homeet, suosivat happea. Esimerkiksi mullassa ja hiekassa olevat mikrobit voivat kuitenkin viihtyä myös hapettomissa olosuhteissa. Koska vihanneksissa ja juureksissa voi olla hieman multaa ja hiekkaa, ne kannattaa yleensä pestä ja kuumentaa tai kypsentää ennen vakumointia. Näin maa-ainesten mikrobit eivät pääse kasvamaan vakuumipakkauksessa ja pilaamaan ruoka-aineita.

– Tai sitten vakumoitujen vihannesten ja juuresten on oltava erittäin hyvälaatuisia ja puhtaita. Kala voidaan vakumoida tuoreena tai esimerkiksi suolattuna ja savustettuna. Suolaus ja savustaminen hillitsevät mikrobien kasvua, mutta eivät poista niitä kokonaan tuotteesta.

Vakumointi sopii loistavasti myös esimerkiksi retkeilyvarusteisiin. Kun pakkaa tulitikut ja muut kosteudelle arat tarvikkeet ilmatiiviisti, ei sateella tarvitse pelätä niiden kastumista.

Vakumointi ei muuta säilytyspaikkaa

Vakumoidut ruuat säilytetään aina samassa paikassa, missä ne säilytettäisiin ilman vakumointia. Eli huoneenlämmössä säilytetään kuiva-aineet ja kuivatut elintarvikkeet. Kaikki muut elintarvikkeet ja ruuat säilytetään jääkaapissa, viileäkaapissa tai pakastimessa.

– Vakumoinnin etu onkin se, että se vähintään tuplaa säilyvyysajan, mutta voi pidentää sitä vieläkin enemmän. Tarkkaa arviota siitä, kuinka paljon se pidentää elintarvikkeiden säilyvyyttä, on vaikea antaa.

Happi tuhoaa vitamiineja.

Vakumoinnin ansiosta elintarvikkeiden aromit ja vitamiinit säilyvät paremmin hapettomissa pakkauksissa. Vakumoidut tuotteet myös säästävät tilaa.

– Esimerkiksi metsästyssaaliina saadun hirven ruho voidaan paloittella ja osat vakumoida heti metsästyksen jälkeen. Tiiviisti vakumoitu riista säästää tilaa kuljetuksessa ja pakastimessa. Ilman vakumointia liha, jossa on paljon rasvaa, eltaantuu helposti ja kuivuu menettäen mehevyyttään.

Vakumointi on edullista, koska ruoka saadaan talteen ja säilymään. Kuluja tulee laitteista, materiaaleista, työhön menevästä ajasta, laitteen käytöstä sekä kylmäsäilytyksessä kuluva energiasta.

– Vakumoinnin haittana on muovijätteen kertyminen. Onneksi muovijäte voidaan nykyään kierrättää yhä useammin.

Luokka luo turvaa

TEKSTI: MATTI TUOVINEN

Sähkölaitteen IP-luokitus kannattaa tarkistaa, ennen kuin laitetta alkaa käyttää kotipihalla. Jokaista konetta ei ole tarkoitettu ulkokäyttöön.

IP-luokka kertoo, kuinka pienet hiukkaset ja toisaalta nestemäiset aineet voivat päästä laitteen sisään aiheuttamaan ongelmia. IP-luokitus on kansainvälinen standardi, joka mittaa laitteiden turvallisuutta.

Koodi koostuu kahdesta numerosta. Ensimmäinen havainnollistaa, voiko laitteen kuoren raoista tunkea sisään sormen, johdonpätjän, pölyhiukkasia vai ei mitään. Toinen luku paljastaa vesitiiviyyden.

Jos koodin ensimmäinen luku on 2, mahtuu jopa sormi kuoren raoista laitteen sisään. Numero 4 kertoo, että vain halkaisijaltaan alle millimetrin kokoiset esineet mahtuvat laitteen sisään. Luku 6, joka on paras, tarkoittaa pölytiiviyttä.

Jos koodin toinen numero on 1, on laite suojattu vain taivaalta ripottavilta satunnaisilta pisaroilta. Numero 4 kertoo, että se kestää roiskeet. Paras arvo, 8, merkitsee, että laite kestää upotuksen veteen.

Standardillakin on rajansa

Paras laitteelle myönnettävä arvo on siis IP68. Mutta ihan näin yksinkertainen ei asia silti ole. Vaikka parhaan IP-luokan laite kestää rauhallisen veteen laskemisen, se ei välttämättä kestä veteen putoamista tai sukeltamista, joissa laitteeseen kohdistuu ylimääräinen iskurasitus.

Lisäksi vesitiiviyyden testit laboratorioissa tehdään makeassa vedessä ja normaalissa lämpötilassa. Suolainen merivesi tai kiehuva vesi voi tuottaa yllätyksen, jos siihen pudottaa vaikkapa älysormuksensa.

Voit myös törmätä merkintään, joka alkaa IPX... Kirjain X merkitsee, ettei laitteen tiiviyyttä vieraita esineitä ja pölyä vastaan ole mitattu. Yleensä merkintää seuraa jokin numero, joka siis kertoo vesitiiviyydestä.

Toisinaan kahden numeron perässä on kirjaimia A:sta D:hen. Niillä havainnollistetaan kosketussuojan astetta. Kirjain D esimerkiksi kertoo, ettei laitteen sisuskaluja voi ronkkia edes johdonpätkällä. Tämä merkintä on laitevalmistajille vapaaehtoinen.

Moninaiset akkukoneet

Tavallisimmat sisävalaisimet ovat luokassa IP20 – pienet kappaleet voivat siis päästä sen sisään, eikä kosteussuojausta ole. Kodin tiloista

Tavallisimmat ulkona käytettävien laitteiden kotelointiluokat:

IP-tunnus	Selitys
IP23 tai IP43	Sateenpitävä
IP34 tai IP44	Roiskevedenpitävä
IP67	Vedenpitävä

kylpyhuone on valaisimille vaativin paikka. Siellä luokitus riippuu siitä, kuinka lähellä tai kaukana ollaan vesipisteistä.

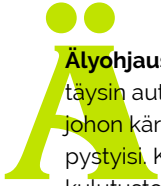
Ulkovalaisimien kevein suojausluokka on IP21. Se riittää, kun valaisin on katoksen alla. Sateelle altistuvan valaisimen tulee olla vähintään luokassa IP23. Sellainen on turvallinen myös kylpyhuoneessa.

Entä akkukäyttöiset pihatyökoneet?

Ruohonleikkureiden IP-luokista valmistajat kertovat kitsastellen – tosin eivät myöskään suosittele leikkureiden käyttöä sateella. Haarukka kuitenkin paljastuu isoksi, halvasta lähes suojaamattomasta laitteesta kalliiseen IP66-luokan leikkuriin. Sama pätee sähkökäyttöisiin moottorisahoihin, trimmereihin ja jopa sähkögrilleihin. Ulkokäyttöön tarkoitettujen jatkojohtojen valmistajat ilmoittavat tuotteidensa IP-luokaksi tyypillisesti luvun 44.

Entä muotilaite sähköpotkulauta? Luokan IP54 skuutilla kurvailet huoletta poutasäällä, IP56-luokan poljin kestää kesäsateetkin. Mutta vasta IP68-luokan kuljetin sietää varmasti syksyn ja kevään loskakelit.

Älykäs akku tuntee historian ja osaa ennakoida



Älyohjaus optimoi akun toimintaa täysin automaattisesti tarkkuudella, johon kärsivällisinkään ihminen ei pystyisi. Koska se oppii asunnon kulutustottumukset, se osaa latautua juuri sinun sähkönkäyttösi kannalta otollisimmalla hetkellä ja fiksusti ennakoiden. Lisäksi se reagoi joustavasti muuttuneisiin tilanteisiin.

Esimerkiksi älyohjattu akusto voisi toimia puolipilvisenä syyspäivänä näin:

- klo 03:00. Akku latautuu osittain halvalla pörssisähköllä. Se varautuu kulutuksen kasvuun, mutta jättää tilaa aurinkopaneelien tuotannolle.

- klo 10:00. Akku alkaa ladata aurinkopaneelien tuotantoa sen verran kuin sitä on.
- klo 14:00 Akku on lepotilassa. Ohjausjärjestelmä ennustaa kulutuspiikkiä iltaan.
- klo 17:30 Akku purkaa sähköä täydellä teholla, jotta kodissa ei tarvitse turvautua kalliiseen ostoenergiaan.
- klo 21:00 Akusto on lepotilassa ja optimoi jo seuraavaa päivää.

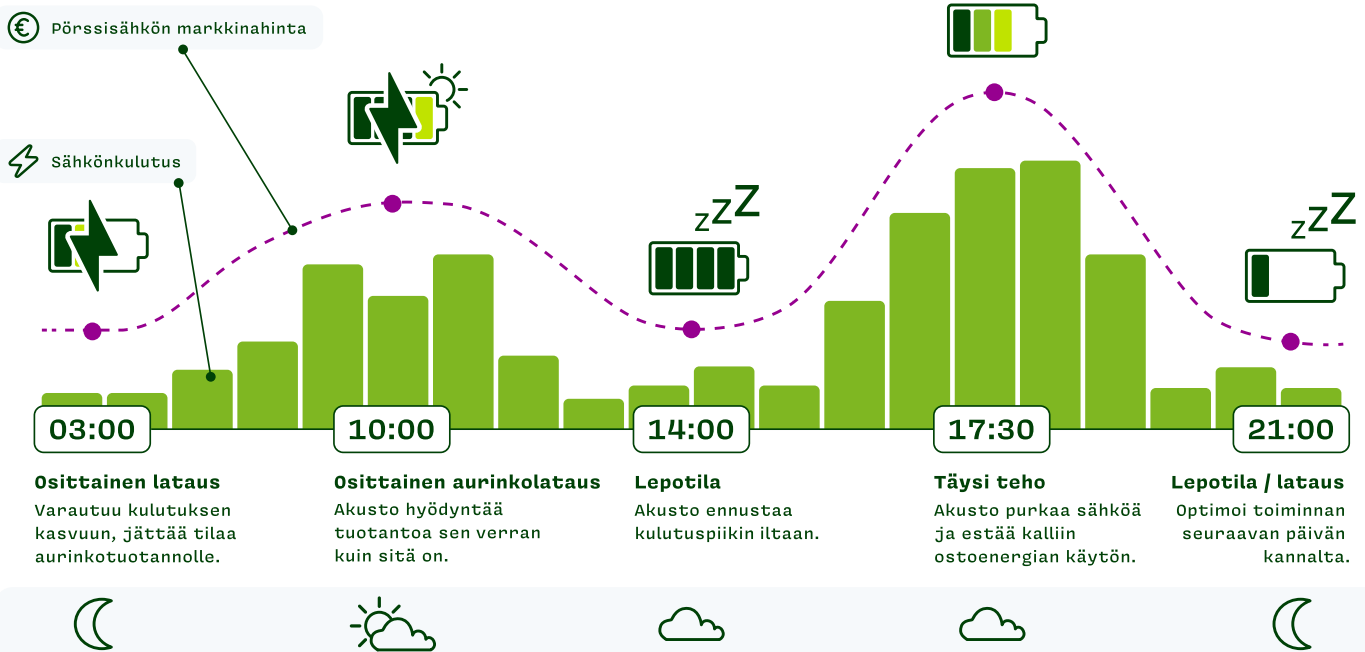
ÄLYOHJATTU AKUSTO -PAKETTIIN KUULUU...

- Akkupaketti, hybridi-invertteri, Wattimestari-energianhallintayksikkö. Maksa kuluttomasti ja korottomasti alkaen 131,33 €/kk 60 kuukauden maksuajalla.
- Avaimet käteen -asennus 1 650 € – muista hyödyntää kotitalousvähennys!
- Älyohjauspalvelu 6,90 €/kk – nyt ensimmäiset 6 kk ilmaiseksi!

Lue lisää ja tilaa akusto-kartoitus



Näin Älyohjattu akusto toimii puolipilvisenä syyspäivänä



Lumme Energia yhdistyy Oomiin!

Kaksi vahvaa energiapalveluyhtiötä Lumme Energia ja Oomi yhdistyvät. Lumme Energian kuluttaja- ja yritysasiakkaat siirtyvät Oomin asiakkaiksi, ja yhdistymisen jälkeen meillä on ilo palvella yli 800 000 asiakasta ympäri Suomen. Yhdistymisen tavoiteaikataulu on vuodenvaihte 2025-2026.

Sinun ei tarvitse tehdä muutoksen vuoksi mitään. Yhdistyminen ei vaikuta asiakkaidemme sopimuksiin,

niiden ehtoihin, voimassaoloaikoihin tai hintoihin. Hoidamme myös asiakaspalvelua ja laskutusta toistaiseksi kuten ennenkin.

Kerromme käytännön muutoksista hyvissä ajoin, kun yhdistyminen etenee. Yhdessä meistä tulee sinulle entistä vahvempi kumppani!

LUE LISÄÄ!



Pörssisähkön hinta vaihtuu jatkossa vartin välein

1.10.2025 eurooppalaisilla sähkömarkkinoilla siirrytään tunti hinnoittelusta varttihinnoitteluun. Jos sinulla on pörssisähkö- tai muu kulutusvaikutuksellinen, pörssisähkön hintoihin pohjautuva sähkösopimus, tai sinulla on pientuotantoa ja myyt ylijäämäsähköä, muutos vaikuttaa sinuun. Jos sinulla on kiinteä hintainen sähkösopimus, vartti hinnat eivät vaikuta sähkösi hintaan.

Voit jatkossa seurata pörssisähkön hintoja OmaLumme-palvelussa kätevästi vartin tai tunnin tarkkuudella. Voit ajoittaa sähkönkäyttöäsi entistä tarkemmin, mutta hintavaihteluista tunnin sisällä ei kannata stressata liikaa. Jos käytössäsi on sähkönkäyttöä ohjaavaa automatiikkaa, anna sen huolehtia hintaoptimoinnista!

Myös sähkömittari on jo vaihtunut tai tulee vaihtumaan sellaiseksi, joka mittaa sähkön kulutuksen vartin välein. Sähkölaskuista huolehtii paikallinen verkkoyhtiösi. Lue mm. vastauksia usein kysyttyihin kysymyksiin nettisivuillamme!

PÖRSSISÄHKÖN VARTTIHINTA

Turvaa pörssisähkön hintasi hinnankiinnityksellä

Pörssisähkön hinta on viime aikoina heilahdellut voimakkaasti. Talven lähestyessä hintavaihtelut voivat kasvaa entisestään. Lumme Energian Pörssi-sähkö-sopimusten vakiovarusteena on hinnankiinnitysominaisuus, joka antaa sinulle työkalun hallita sähkölaskuasi. Voit kiinnittää sähkön hinnan kvartaaliksi kerrallaan, jolloin pystyt paremmin ennakoimaan, mitä sähköstäsi maksat. Erityisen huojentavaa se voi olla talvella, kun sähköä kuluu enemmän.

Voit kiinnittää hinnan 50- tai 100-prosenttisesti, ja kiinnitysjakson ajan sopimuksesi on määräaika. Sähkölaskuusi vaikuttaa myös kulutusvaikutus eli se, oletko kuluttanut sähköä kuukauden keskihintoja



halvemmilla vai kalliimmilla ajanjaksoilla. Voit tehdä hinnankiinnityksen kätevästi **OmaLumme-palvelussa** tai **sovelluksessa**. Ota hyöty irti mahdollisuudesta ja varmista mielenrauha sähkölaskun suhteen.

**OMA LUMME
-PALVELU**

Energiansäästöviikkoa vietetään 6.–12.10.

Energiansäästöviikko on pian täällä! Tämän vuoden teema on Hallitse energiasi.

Myös Lumme Energia on mukana teemaviikossa ja kannustaa asiakkaitaan miettimään, mihin sähköä kuluu ja kuinka oman energiankulutuksen saisi haltuunsa vieläkin paremmin.

Testaa, millainen sähkönsäästäjä olet!

Energiansäästöviikolla pääset testaamaan, miten teillä käytetään

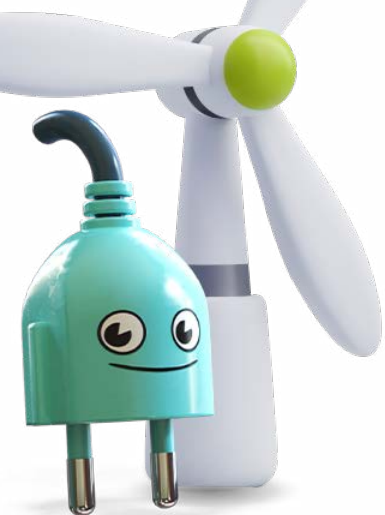
sähköä ja voisiko sähkölaskua vielä pienentää. Palkintona hyviä vinkkejä ja pienempi sähkölasku. Osallistu myös arvontoihin. **PYSY KUULOLLA!**



Mistä sinun sähkösi tulee?

Niinkin arkipäiväisellä asialla kuin sähkölläkin, on alkuperä. Omilla valinnoilla voit vaikuttaa siihen, miten sähköä tuotetaan.

Saat loka-, marras- tai joulukuun sähkölaskusi liitteessä tietoa siitä, mikä on sinun sähkösopimuksesi energialähdejakauma. Jos et ole siihen tyytyväinen, tiedäthän että voit saada sopimuksesi fossiilivapaana sähkönä, uusiutuvana sähkönä tai Suomen luonnonsuojeluliiton hyväksymänä EKOenergia-merkittynä sähkönä. Voit varmentaa sähkön alkuperän helposti OmaLumme-palvelussa tai suuryritysten Energiaohtaja-palvelussa.



Lumme-tiimin asiakasedut

Haltia Lake Lodge – Luonnon rauhaa Nuuksiossa

Boutique-luontohotelli ja glamping-resort vain 30 minuuttia Helsingistä. Majoitu hotellihuoneissa, glamping-teltoissa tai arkkitehtonisessa Maisemakammassa – kaikki keskellä Nuuksion järvimaisemia. Saunat, Forest Lounge & Bar sekä lähiruokaa tarjoava bistro täydentävät elämyksen. Haltia Lake Lodge toimii kestävän matkailun periaattein ja on Green Key -sertifioitu sekä kansainvälisesti palkittu vastuullisuudestaan.



Luontoelämys Nuuksiossa

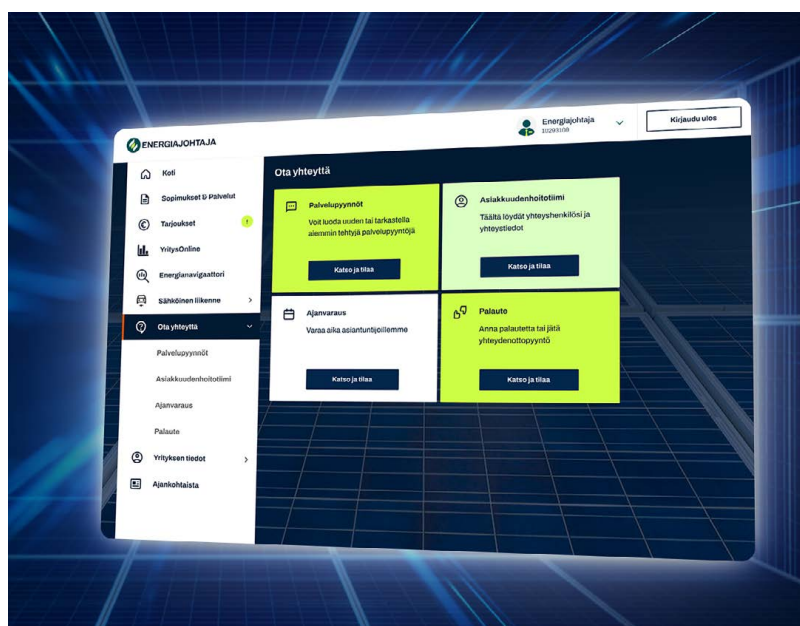
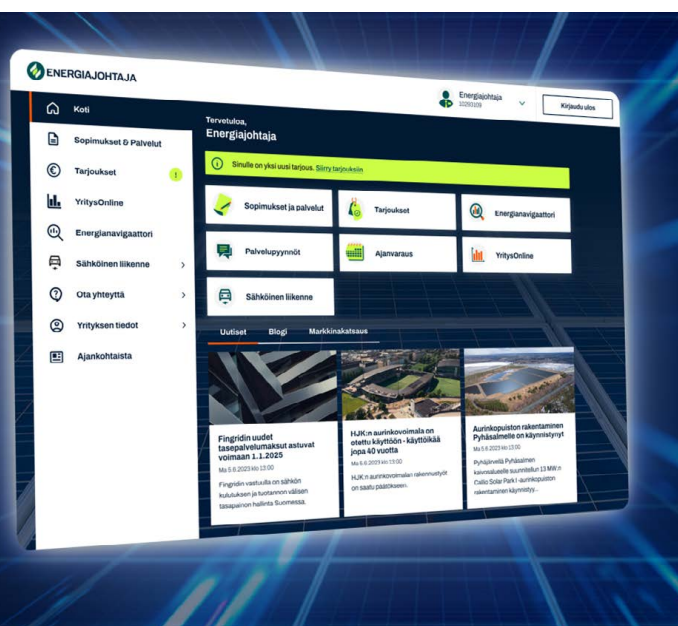
Uutta kotiin syksyn piristykseksi

Pisla on jokaisen vaativan ja laatua arvostavan kodin viimeistelijän kumppani. Olisiko nyt aika sisustaa kylpyhuone toimivammaksi tai taltuttaa kodin kaaosta uusilla säilytysratkaisuilla? Tee arjesta sujuvampaa ja tutustu valikoimaan: www.pisla.fi

Pisla-etu tiimiläisille: 15 % alennus verkkokaupasta. Etu on voimassa 31.12. 2025 saakka, se ei koske tarjous-, HTT-tulisijat tuotteita eikä Kotakeittiö-tuotteita.

Pislan asiakasetu





Energiajohtaja-portaali on uudistunut

– yrityksen sähköauton latauspisteiden hallinta kätevästi yhdessä paikassa

Suuryritysten oma energianhallinnan Energiajohtaja-portaali kehitty jatkuvasti. Portaalin uusi palvelu on sähköautojen latauspisteiden hallintapalvelu, ja pian portaalista voi seurata myös aurinkovoimaloiden tuotantoa.

Sähköautojen latauspalveluiden hallinta helpottaa yritysten arkea

Uudessa sähköautojen latauspalvelun hallintajärjestelmässä voi lisätä ja poistaa yrityksen sähköauton käyttäjille latausoikeuksia sekä seurata latausmääriä ja latauspisteiden toimintaa. Järjestelmä on helposti skaalattavissa tarpeen mukaan, minkä lisäksi portaalin kautta voi vaikkapa tilata lisää latauspisteitä.

– Yrityksessä tai sen eri toimipaikoissa voi olla kymmeniä tai jopa satoja latausasemia, joita käyttävät lukuisat työntekijät. On helppoa ja aikaa säästävää, kun yrityksen asiahenkilö voi itse operoida latauspisteiden käyttäjätietoja silloin kuin tarvetta ilmenee, eikä tarvitse vaikkapa soitella asiakaspalveluun ja odotella tietojen päivittämistä, huomauttaa Lumme Energian tekninen myyntipäällikkö **Anssi Hyytiäinen**.

Uusi latauspisteiden hallintapalvelu tuli käyttöön kesällä

2025. Jos yrityksellä on käytössä **Energiajohtaja-palvelu** ja Lumme Energialta hankittu **sähköautojen latausjärjestelmä**, niin palvelu löytyy automaattisesti Energiajohtaja-portaalista.

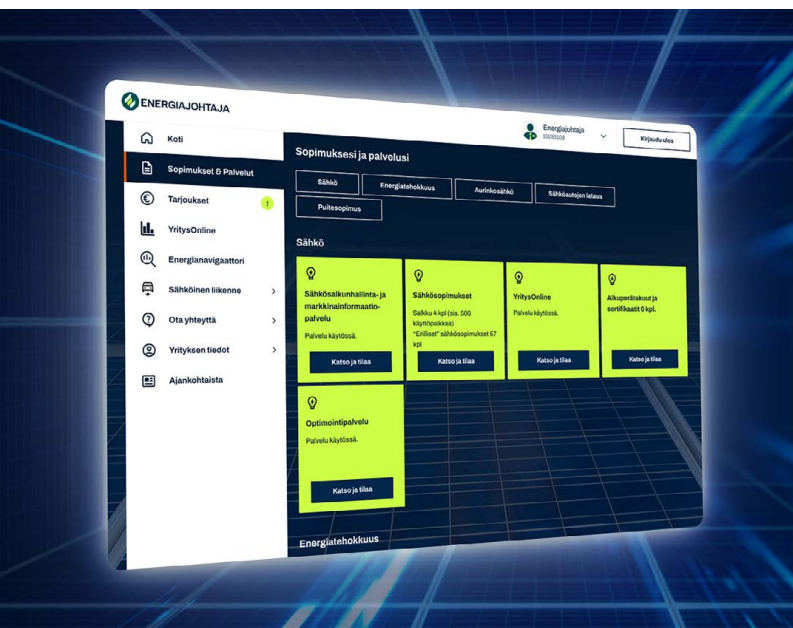
Lumme Energia voi toimia latauspisteiden operaattorina myös silloin, kun latausinfrastruktuuri ja taustajärjestelmät ovat jonkun muun toimittamia. Asiakkaan ei siis tarvitse vaihtaa koko järjestelmää, vaan hän voi hyödyntää jo olemassa olevat investoinnit ja liittää ne osaksi Lumme Energian palvelukokonaisuutta.

Pian portaalissa voi seurata myös aurinkovoimaloiden tuotantoa

Energiajohtaja-portaali kehitty koko ajan, ja seuraavaksi portaaliin on tarkoitus lisätä mahdollisuus seurata suurten aurinkovoimaloiden tuotantoa. Palvelu tulee käyttöön loppuvuoden 2025 aikana.

Aurinkovoimaloiden tuotantodata on aikaisemmin ollut hankalammin

Energiajohtaja-portaali on suurille yrityksille suunniteltu energianhallinnan työkalu, josta löytyy liittelematta lähes kaikki, mitä energiyhtiön asiakkuuteen ja yrityksen energia-asioihin liittyy. Yrityksen sähkönkulutuksen ja sähkönhinnan, hintakiinnitysten, alkuperätakuiden ja sähkösopimusten seurannan lisäksi portaalissa hoituu nyt myös yrityksen sähköautojen latauspisteiden hallinta.



löydettävissä, joten uusi ominaisuus auttaa varsinkin sellaisia yrityksiä, jotka ovat investoineet **oman aurinkovoiman** tuotantoon.

– Portaali kertoo näppärästi, kuinka paljon oman aurinkoenergian tuotanto on vähentänyt ostoenergian tarvetta. Näin palvelu kytkeytyy saumattomasti portaalin muihin energianhallintaominaisuuksiin, kuvailee Lumme Energian vastuullisuusasiantuntija **Katariina Koistinen**.

Myös Lumme Energian **Optimointipalvelu** löytyy Energiajohtaja-portaalista. Optimointipalvelu tarkoittaa käytännössä kysyntä- ja tuotantojoustopalvelua, ja sen kautta yritysten on mahdollista osallistua myös sähkön reservimarkkinoille.

Portaalin kautta yhteydenpito Lumme Energiaan on helppoa

Energiajohtaja-portaali tarjoaa yrityksille lukuisia muitakin mahdollisuuksia hallita päivittäisiä ja pitkäaikaisia energia-asioita. Sen kautta voi muun muassa tarkastella energiatehokkuuteen liittyviä toimia ja energiankulutusta. Lisäksi portaali antaa mahdollisuuden seurata ja hallita kaikkia yrityksen alla olevia sähkösopimuksia ja -palveluita.

– Tämä on tosi kätevää varsinkin yrityksille, joilla on useita kiinteistöjä ja niissä erilaisia energiapalveluita.

Esimerkiksi kiinteistöjohtaja voi tarkastella portaalissa erikseen kaikkien hallinnassaan olevien kiinteistöjen sähkösopimuksia, Koistinen selventää.

Portaalin avulla voi myös seurata yrityksen tarjouspyyntöjen etenemistä lähes reaaliajassa, ja sen kautta saa nopeasti yhteyden Lumme Energian asiakaspaleluun. Jos yritykselle on nimetty oma sähköasioiden avainasiakkuuspäällikkö, myös palaverien sopiminen onnistuu portaalin kautta.

Portaali tarjoilee kootun ja selkeän näkymän energia-asioihin

Energiajohtaja-palvelun ydinajatus on se, että suuryritykset saavat kaikki yrityksen energia-asioihin liittyvät ratkaisut samalta luukulta.

– Energiajohtaja-portaali vie tämän ajatuksen yhä syvemmälle käytäntöön, kun kaikki asiat todella löytyvät yhdestä ja samasta paikasta, jossa on helppo navigoida ja tehdä haluttuja muutoksia, Koistinen sanoo.

Portaali voi auttaa myös yrityksen vastuullisuusasioiden kohentamisessa. Sen tarkoitus on säästää yrityspäättäjien aikaa ja rahaa, mutta hyödyttää samalla koko planeettaa.

– Jokaisessa Energiajohtaja-portaalin ominaisuudessa on potentiaalia tukea vastuullisempaa energiankäyttöä, Koistinen summaa.

Energiajohtaja-portaali kehittyi koko ajan, ja viime aikoina siihen on lisätty monia käytännöllisiä ominaisuuksia. Myös portaalin ulkoasu on saanut uuden, selkeän ja raikkaan ilmeen.

Energiajohtaja-portaalin palvelut

- Sähkönkulutuksen, energian hinnan, sähkösalkkujen ja sähkösopimusten seuranta
- Hintakiinnitysten ja alkuperätekuiden tarkastelu ja hallinta
- Yrityksen sähköautojen latauspisteiden hallinta (uusi 2025)
- Aurinkovoimaloiden tuotannon seuranta (tulossa 2025)
- Energiatehokkuuspalvelut
- Tarjous- ja palvelupyyntöjen tekeminen ja seuranta
- Nopea yhteys Lumme Energian asiantuntijoihin
- Optimointipalvelu (uusi 2025)

**Tutustu
Energiajohtaja-
palveluun**

Ekokampaamon ympäristötietoiset asiakkaat arvostavat Piparmintun Ekosähkö-sopimusta



Vuodesta 2011 Ekokampaamo Piparminttu on käyttänyt EKOenergia-merkittyä Ekosähköä. Uusiutuvasti tuotettu sähkö on ehdoton valinta yritykselle, joka minimoi omat ympäristövaikutuksensa. Yrittäjä Minttu Laurila suosittelee uusiutuvaa energiaa muillekin yrittäjille, yrityksen koosta ja kulutuksesta riippumatta.

Minttu Laurila herkeytyi vuosituhannen alussa kampaajan työssään kampaamoissa käytettävillä kemikaaleille ja päätti opiskella ekokampaajaksi. Ekokampaamoissa esimerkiksi värjäykset tehdään kasvijauheilla ja vaalennukset savea hyödyntäen. Hoidoissa vastaavasti käytetään esimerkiksi öljyjä ja merilevää.

Laurilalle oli alusta asti tärkeää tehdä ympäristötietoista liiketoimintaa. Siksi oli selvää, että myös oman ekokampaamon Piparmintun käyttämän sähkön täytyi olla ympäristöystävällistä.

Sähkösopimukseksi valikoitui kotimainen Ekosähkö. **Ekosähkö on EKOenergia-merkittyä sähköä**, joka tarkoittaa Suomen luonnonsuojeluliiton sertifioimaa, kestävämmän tuotettavaa sähköä. Siksi Piparmintun käyttämän energian hiilijalanjälki on aina ollut nolla.

Lue lisää EKOenergia-merkistä.

Yrityksen käyttämä sähköenergia kiinnostaa

Kun astuu sisään Ekokampaamo Piparminttuun, voi jo tiskillä nähdä kehystetyn todistuksen Ekosähkö-sopimuksesta. Laurila kertoo, että asiakkaat huomaavat sen usein ja voivat ottaa puheeksi sen, miten

yrittäjien käyttämä sähkö on tuotettu.

– Haluamme tuoda energia-asiat esille myös markkinoinnissa, koska se kiinnostaa niitä, jotka vastaavat yrityksen asiakasprofiilia. Asiakkaat saattavat nykypäivänä kysellä, mitä energiaa käytetään ja miten vastuullisuus huomioidaan, Laurila kertoo.

Kiinnostus aiheeseen on vuosien varrella vain kasvanut: kampaamotuolissa voidaan nykyään puhua myös energia-asioista. Piparmintun asiakkaat yleisesti haluavat olla vastuullisia ja vähentää omaa kulutustaan. Kampaamossa käy paljon esimerkiksi vegaaneja, ja paikan päälle tullaan mieluusti julkisilla taikka sähköautoilla.

– On tosi ihanaa keskustella sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on samat arvot, Laurila kertoo.

Pienelläkin kulutuksella on väliä

Kampaamot eivät ole yrityksinä suurimpia sähkösyöppöjä, mutta niissäkin on monia mahdollisuuksia miettiä omaa energiatehokkuutta. Sähkön säästäminen on Laurilan mukaan Piparmintussakin

itsestään selvyyttä.

– Eniten sähköä meillä kuluttavat nuo meidän laitteet. Emme käytä lainkaan lämpösäteilijöitä, mutta esimerkiksi föönit, hiustenleikkauskoneet, päivittäin pyörivä pesukone ja nyt kesällä viilennin vievät sähköä. Silti sähkölaskut eivät ole kovin suuria, Laurila selittää.

Fiksujen valintojen ja pienimuotoisen toiminnan takia sähköä kuluu Piparmintussa alle 3 000 kWh vuodessa. Se vastaa noin pienen kerrostalokaksion kulutusta.

Yrityksiltä odotetaan vastuullisuustekoja

Laurilan kohtaamat asiakkaat ovat varmasti erityisen kiinnostuneita kestävyysteemoista, mutta hän suosittelee silti muidenkin alojen yrityksiä miettimään vastuullisuutta osana koko liiketoimintaa. Vastuullisuus ja kestävä energiankäyttö ovat myös kilpailuvaltti.

– Sähkö on iso osa liiketoimintaa, ja siitä tuleva päästö voi olla iso, jos liiketoimintakin on suurta, Laurila perustelee.

**” Kokemukseni mukaan yrityksen kokonaisvaltainen vastuullisuus on kuluttajille todella tärkeää. Sitä ei kannata vähätellä.
– Minttu Laurila, Ekokampaamo Piparminttu**

Laurila korostaa myös, että näiden asioiden pitäisi olla kaikille yrityksille tärkeitä, vaikka tällä hetkellä monet tahot ovat peräytymässä asettamistaan ilmastotavoitteista.

– Olen vähän huolissani siitä, miten nyt nämä asiat meinaavat jäädä muiden alle. Tämän pitäisi olla meille se ykkösasia.

Hyvä kumppani ympäristötietoiselle yritykselle

Ekosähkö yhdistyi emoyhtiöönsä Lumme Energiaan vuonna 2024. Laurila on ollut sähköyhtiöönsä hyvin tyytyväinen eikä koe, että yrityskaupan myötä olisi joutunut tinkimään mistään periaatteistaan, vaikka energiaa tarjoaa nyt isompi yritys. Piparmintun ostama energia on edelleen alkuperätakuin varmennettua EKOenergiaa ja yrityksen energia-asiat ovat hyvissä käsissä. Laurilan mukaan asiat sujuvat mallikkaasti, kun asiakaspalveluun tarvitsee olla yhteydessä korkeintaan silloin, kun yritys muuttaa uuteen toimipisteeseen.

– Suosittelen EKOenergiaa muillekin PK-yrityksille, ja miksei myös kuluttajille, jotka haluavat tukea ekologista elämäntapaa, Laurila tiivistää.

Vaihda uusiutuvaan energiaan!

Ekokampaamo Piparminttu

- Lähtöisin Lahdesta, nykyisin toimipiste Helsingin Töölössä. Aikanaan Lahden ensimmäinen ekokampaamo.
- Työllistää tällä hetkellä kaksi ekokampaajaa.
- Ekosähkö-asiakas vuodesta 2011.
- Palkittu mm. Vuoden ympäristötekijän tittelillä vuonna 2018.



Wattimestari

säästi sähkölämmittäjiltä satasia jo ensimmäisenä talvena



KUVA JA VIDEO: TUSSITAIKURIT

Anne-Mari ja Roope Sainio ovat viettäneet yhden lämmityskauden Lumme Energian energianhallintalaitteesta eli Wattimestarista nauttien. Wattimestari on säästänyt suorasähkölämmitteisen kodin talvisähköstä useita satasia – eikä sen toimintaa arjessa tarvitse miettiä tai noteerata.

Imatralla sijaitsee 2010 rakennettu Sainioiden suorasähkölämmitteinen, noin sataneliöinen omakotitalo. Viisihenkisen perheen kodissa on lisäksi muun muassa leivinuuni ja puusauna. Kuten monissa sähkölämmitteisissä kodeissa, Sainioilla kului aiemmin sähköä noin 20 000 kilowattituntia vuodessa.

Syksyllä 2024 taloon hankittiin **aurinkopaneelit** Lumme Energialta. Lumme Energian asiantuntijat kertoivat heille lisäksi uudesta palvelusta, joka optimoisi sähkölämmitystä ja auttaisi säästämään talven lämmityskuluissa

kymmeniä prosentteja. Niinpä samalla kertaa Sainioiden ostoskoriin päätyi myös **Wattimestari** – älykäs sähkökuormien paimentaja.

”Energianhallintayksikkö kuulosti järkevältä lisältä aurinkopaneelien rinnalle. Ajattelin, että otetaan nyt kerralla kaikki hyöty irti.” – Roope Sainio

Jopa satasen säästöt kuussa

Nyt Sainioiden kodin vuosittainen sähkönkulutus on laskenut 15–16 000 kilowattitunnin hujakoille. Talvella rahallinen hyöty tarkoittaa noin sadan euron säästöä per sähkölasku.

– Nyt niin sanottu talvisähkö on meillä noin satasen halvempaa kuin ennen energianhallintayksikköä ja aurinkopaneeleita, Roope kertoo.

Wattimestari ohjaa Sainioiden kodissa sähköpattereita, lattialämmitystä ja lämminvesivaraajaa. Se seuraa sekä lämpötilaa että pörssisähkön hintaa niin, että halvoilla tunneilla lämmitystä lisätään ja kalliilla tunneilla vähennetään. Automaattinen ja huomaamaton ohjaus ei vaikuta asumismukavuuteen esimerkiksi heittelemällä sisälämpötilaa.

**”Ei sitä näin arjessa edes mieti sen olemassaoloa.
– Anne-Mari Sainio**

Asennus kävi nopeasti eikä vaatinut kotiin muita muutoksia kuin pari vaatimatonta reikää yhteen seinään.

Sainioiden sähkölaskuja kompensoi nyt myös aurinkopaneelit. Ne tuottavat

sähköä toki eniten keväästä syksyyn, jolloin sähkönkulutus ei vielä ole huipussaan, mutta vuositason ne tuovat mukavaa säästöä energiakustannuksiin. Lisäksi Sainiot ovat paneelien tuotantoa seurattessaan huomanneet, että talvisinkin voi tulla omaa aurinkosähköä.

Aurinkopaneelit ja Wattimestarit yhdessä ovat muuttaneet perheen sähkölaskujen alinta riviä selvästi miellyttävämmäksi.

”Ensimmäinen sähkölasku aurinkopaneelien tulon jälkeen taisi olla 10 €. Se rupesi ihan naurattamaan.” – Roope Sainio

Seuranta kätevällä sovelluksella

Anne-Mari ja Roope seuraavat mielenkiinnosta muutaman kerran viikossa Wattimestarin toimintaa sen omasta sovelluksesta. Sieltä näkee, että Wattimestari säättää lämmitystä päälle ja pois muutaman kerran päivässä. Jos sattuu silloin olemaan sähkökeskuksen luona, saattaa kuulla kevyen naksahduksen – muuten Wattimestari on täysin huomaamaton

ja vaivihkainen vahti.

Samasta sovelluksesta Sainiot voivat seurata sekä Wattimestarin toimintaa että aurinkopaneeliensa tuotantoa. Sovellus auttaa perhettä myös oppimaan lisää oman kodin sähkönkulutuksesta.

Tyytyväiset asiakkaat suosittelevat Wattimestaria

Sainiot eivät välttämättä olisi osanneet itse etsiä Wattimestarin kaltaista palvelua itselleen, mutta kun Lumme Energia esitteli ja suosittelee sitä, se on tuntunut järkivalinnalta heidän kotiinsa. Siksi Anne-Mari suosittelee nyt Wattimestaria muillekin.

– Etenkin, jos on pörssisähkö ja suorasähkölämmitys, niin siitä saa kyllä hyvin hyötyä, hän sanoo.

– Suosittelen lämpimästi sellaisille, jotka haluavat yksinkertaisesti säästää sähkössä, Roope puolestaan kiteyttää.

Myös Lumme Energia saa heiltä kiitosta. Yritys oli heille ennestään tuttu, ja isona toimijana he luottavat esimerkiksi palveluiden jatkuvuuteen.

Wattimestari alentaa lämmityskustannuksia ja stressitasoja

Wattimestari on energianhallintalaite, joka seuraa pörssisähkön hintoja ja ohjaa kodin sähkölämmitystä edullisille tunneille –asumismukavuudesta tinkimättä. Se pienentää sähkölaskua, hillitsee turhaa sähkönkulutusta ja huolehtii hintojen ja lämpötilojen vahtimisesta asukkaana puolesta.

Wattimestarin voi antaa huolehtia lämmityksen ohjauksesta kokonaan, tai sen asetuksia voi säätää itse mieleisikseen.

Wattimestari maksaa itsensä takaisin noin kolmessa vuodessa.

**Tutustu ja
pyydä tarjous**

Tiesitkö, että voit saada Wattimestarista keskittämisen alennusta, kun ostat sen yhdessä esimerkiksi aurinkopaneelien kanssa? Lue lisää erilaisista **energiatohokkuuspaketeistamme!** Yhdessä hankitut laitteet saat kätevästi samalle kuukausilaskulle, ilman korkoja tai muita kuluja.



A woman with brown hair, wearing a black top with a colorful floral pattern and several bracelets, is reaching up with her right hand to touch a small, rectangular sensor mounted on the underside of a stainless steel range hood. The background shows a kitchen with wooden cabinets and a window.

Turvallisesti kotona

TEKSTI: DAKOTA LAVENTO
KUVAT: INNOHOME OY, SHUTTERSTOCK

Monenlaiset sähköiset laitteet ja sovellukset auttavat senioria asumaan kotona mahdollisimman pitkään.

Asumista helpottavista ja itsenäisyyttä lisäävistä sähköisistä laitteista ja ratkaisuista voi olla apua, kun kotona pärjääminen alkaa askarruttaa.

Seniorien digitaalisten palveluiden parissa Vanhustyön keskusliitossa vastaavana asiantuntijana työskentelevä **Nina Ziessler** sanoo, että arkea helpottavien apuvälineiden ja sovellusten käyttöä kannattaa harkita matalalla kynnyksellä.

Varsinkin, jos läheiset asuvat kaukana tai toimintakyvyn tai muistin kanssa herää huolta.

– Miettikää yhdessä, mikä voisi toimia. Motivaation uusien laitteiden ja ratkaisujen käyttöön pitää kuitenkin lähteä ihmisestä itsestään.

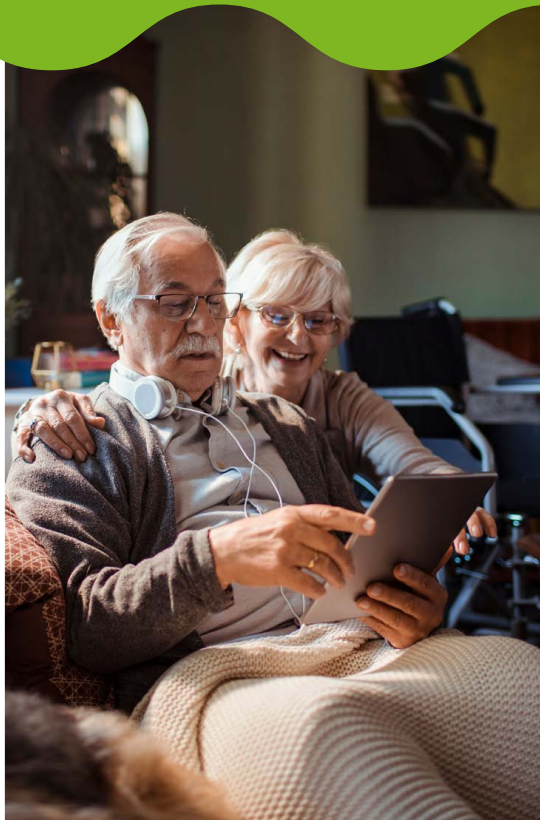
Puhelin on ykkönen

Nykyisin on vaikea tulla toimeen ilman kännykkää, oli siinä älyä tai ei. – Iäkkään pitäisi saada valita itselleen mieluihin malli, jota hän osaa ja haluaa opetella käyttämään. Minimissään hänen tulisi osata soittaa läheisille, tehdä hätäpuhelu ja lähettää tekstiviestejä, Nina Ziessler sanoo.

Olisi hyvä osata laittaa puhelu kaiuttimelle ja ottaa näppäinnumerot esille puhelun aikana, esimerkiksi

ajanvarausta tehdessä. Television sekaisin olevien kanavien setviminen etänä onnistuu huomattavasti helpommin videopuhelun avulla kuin pelkällä puhelulla.

Nina Ziessler muistuttaa, että monet järjestöt tarjoavat myös vertaisneuvontana henkilökohtaista digiopastusta, jonne iäkkäät voivat tulla oman laitteen kanssa. Kaikille iäkkäille älypuhelimien tai tabletin kosketusnäytön käyttäminen ei ole luontevaa. Hienomotoriikan kanssa voi olla jo vaikeuksia, ja iho sormenpäissä ohenee. Kosketusnäyttökynä, suojakuoret ja telineet voivat tuoda varmuutta käyttöön. Monien sovellusten käyttö onnistuu myös tietokoneella, joten laite kannattaa aina valita käyttömukavuus edellä.



Valo on tärkeä

Oma lähes 90-vuotias läheiseni huomautti, että eniten turvallisuutta kotona lisää toimiva ja riittävä valaistus. Moni itsenäinen asuminen päättyy yöllä pimeässä vessa- tai keittiöreissulla kaatumiseen.

Liiketunnistimella syttyvät valot vähentävät kaatumisriskiä, ja niitä tulisi olla reitillä vessaan ja keittiöön. Liiketunnistimella varustettu led-valaisin kannattaa asentaa sängyn alle ja vessassa pesualtaan kaapin alle. Pistorasioiden käyttö on helpompaa, kun ne eivät ole lattian rajassa, vaan esimerkiksi valokatkaisijoiden korkeudella. Myös pihalle ja puutarhaan tarvitaan liiketunnistimella syttyvää valaistusta reiteille, joissa liikutaan eniten. Hämäräkytkimet pitävät huolen siitä, että ulkovalot syttyvät oikeaan aikaan.

Ennen hankintapäätöstä

Laitteiden ja ratkaisujen hintahaarukka vaihtelee muutamasta kympestä satoihin euroihin. Sovellusten kuukausittaiset palvelumaksut voivat osoittautua yllättävän hintaviksi. Monet laitteet vaativat ammattilaisen asennuksen.

Laitteiden valinnassa tulee aina ottaa huomioon iäkkään asukkaan toimintakyky, teknologian käyttötaidot ja henkilökohtaiset tarpeet, kuten liikuntarajoitteet ja muistisairaus.

Nina Ziessler korostaakin, että laitteiden käyttöönotossa tulee varmistaa iäkkään suostumus, erityisesti jos laitteet seuraavat aktiivisuutta tai paikantavat.

Liiketunnistimella varustettu led-valaisin kannattaa asentaa sängyn alle ja vessassa pesualtaan kaapin alle.





APUA SUJUVAMPAAN ARKEEN

Turvapuhelimet ja turvarannekkeet hälyttävät apua hätätilanteissa. Hälytys ohjautuu yleensä turvapuhelinkeskukseen, joka arvioi avuntarpeen ja voi välittää tiedon omaisille tai kotihoidolle.

Jos turvaranneke ei ole vielä ajankohtainen, entäpä **moderni älykello**? Sen hyödyllisiä ominaisuuksia ovat GPS-paikannus, kaatumisen tunnistus, sykkeen mittaaminen ja hätäpuhutus.

Liesivahdit valvovat sähkölieden käyttöä ja katkaisevat virran automaattisesti. Liesivahdin voi yhdistää turvapuhelimeen, jolloin hälytys välittyy myös ulkopuolisille. **Turvaliedessä** on puolestaan ajastin, joka rajoittaa lieden käyttöaikaa.

Kosketusvapaat, automaattisesti sulkeutuvat hanat ovat tuttuja esimerkiksi julkisten tilojen vessoista ja uimahalleista. Ne säästävät vettä, mutta ovat myös turvallinen ratkaisu kotona, jos hajamieliseltä asukkaalta hana jää päälle.

Sähköiset älylukot korvaavat perinteiset avaimet ja avautuvat esimerkiksi mobiilisovelluksella,

numerokoodilla, sormenjäljellä tai kulkutagilla. Osan järjestelmistä voi integroida kulunvalvontaan.

Liiketunnistimet, kuten ulko-oven läheisyyteen asennettavat muistuttimet, reagoivat liikkeeseen ja toistavat yhden ennalta äänitetyn viestin. Se voi olla muistutus ottaa avaimet mukaan.

Automaattiset lääkeannostelijat muistuttavat lääkkeiden ottamisesta oikeaan aikaan. Osa laitteista hälyttää, jos lääke jää ottamatta. Jotkin laitteet jakavat lääkkeet automaattisesti oikeisiin annoksiin.

Paristokäyttöiset digitaaliset ovisilmät korvaavat perinteisen ovisilmän ja näyttävät, kuka on oven takana.

Pistorasiaan liitettävät ajastimet katkaisevat virran esimerkiksi kahvinkeittimestä tai silitysraudasta ennalta määrätyn ajan kuluttua.

Kosteusvahdit valvovat vettä käyttäviä laitteita tai paikkoja, joissa vesivuoto on mahdollinen. Paikallisen kosteusvahdin voi

asentaa esimerkiksi tiskipöydän tai pesukoneen alle.

Palo- ja häikävaroitin saa myös sähköisinä malleina.

LISÄTIETOJA oheisista linkeistä:

- Vanhustyön keskusliitto ry
- Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry
- Eri järjestöjen digiopastuksia: seniorsurf.fi ja dighappy.fi



Mikäli omat tai läheisen aivoterveysasiat mietityttävät, voit olla yhteydessä Muistiliiton ylläpitämään Muistineuvotukipuhelimeen. Saat tietoa muun muassa aivoterveystien edistämisen keinoista, muistin huollosta, muistisairauksista jne. Vastaajina toimivat muistialan ammattilaiset ja asiantuntijat ympäri Suomen.



Palapelit pitävät aivot virkeinä

– sähköiset kulkevat helposti mukana

Palapelien kokoaminen on oivaa stressinpoistoa, sillä se saa unohtamaan kaiken muun. Palasten pyörittämisellä on paljon hyvää tekeviä vaikutuksia aivoterveysteen. Sähköiset palapelit kulkevat mukana mobiililaitteissa minne tahansa.

rauhallinen tila ilman taustamelua ja hyvä valaistus parantavat kokemusta. Palapelit tarjoavat myös mainion mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen.

– Palapelin ympärillä viriää aina keskustelua, ja sosiaalinen hetki on tärkeä voimavara jokaiselle, miettii Heiskanen. – Käsillä tekeminen on hyvää vastapainoa etenkin tietokoneen ruutuun tuijottelua vaativan työpäivän jälkeen. Siinä voi käyttää erilaisia aivoalueita ja kehon eri osia.



Muistiliiton neuvontakoordinaattori Mailis Heiskanen kannustaa pitämään aivoista huolta kaikenikäisenä.

Aivoterveystien ylläpitäminen on kokonaisvaltaista

On tärkeää pitää aivoterveystestä huolta läpi elämän. Pelkkä palapeli ei riitä, vaan tarvitaan aivojen monipuolista aktiivisuutta. Tärkeitä ovat myös terveellinen ravinto, liikunta ja sosiaalinen aktiivisuus sekä sydän- ja verisuonisairauksien hallinta.

Vuosittain noin 600 suomalaista saa muistisairausdiagnoosin työikäisinä.

– Töissä on tärkeää vetää rajat valtavalle tietotulvalle, joka voi helposti uuvuttaa. Oman työn aikataulutus ja tiettyjen aikojen rauhoittaminen eri tehtävien tekemiseen auttavat hallitsemaan keskeytyksiä ja jaksamaan paremmin. On hyvä erottaa työ ja vapaa-aika toisistaan. Jos muisti on valmiiksi kuormittunut, sen tukeminen esimerkiksi muistilappujen avulla on suotavaa, vaikkei niiden käyttöä aina suositellakaan, kannustaa Heiskanen.

Muistiliiton neuvontakoordinaattori Mailis Heiskanen luputtaa vahvasti palapelien tekemisen puolesta. Palapelien tekeminen kehittää loogista ajattelua, käden ja silmän yhteistyötä sekä kolmiulotteista hahmottamiskykyä.

– Palapelien parissa mieli keskittyy vain käsillä olevaan tehtävään, jolloin stressi vähenee ja keskittyminen paranee. Erityisen hyödyllistä palapelin tekeminen on henkilöille, joiden aistit tai motoriset taidot ovat heikentyneet esimerkiksi muistisairauden vuoksi, Heiskanen kertoo.

Hän suosittelee aloittamaan pienellä käsijumpalla, jotta kokoamisesta saa täyden hyödyn irti. Myös ympäristöllä on väliä:

Entä sähköiset palapelit?

Jos kodin pöytätila on kortilla, sähköiset palapelit ovat kätevä vaihtoehto. Niiden laaja valikoima ja säädettävä vaikeustaso tarjoavat monipuolista ajanvietettä esimerkiksi matkoilla tai sateisina päivinä mökillä.

– Vaikka tarkkaa tutkimustietoa sähköisten ja perinteisten palapelien eroista ei juuri ole, hyödyt ovat todennäköisesti samansuuntaiset. Yhdessä kokoaminen on ehkä sähköisissä palapeleissä vaikeampaa, mutta niillä on varmasti oma paikkansa. Sähköiset versiot kulkevat helposti mukana älylaitteissa, mutta niiden parissa kannattaa pitää taukoja silmien ja kehon hyvinvoinnin vuoksi, Heiskanen huomauttaa.

Polttopuu on yhä suosittu lämmönlähde

Mottinetissä ennätysmäärä tarjontaa

Sähköyhtiöiden yhteisessä Mottineti.fi-polttopuupalvelussa kehitys näkyy samansuuntaisena. palvelussa mukana olevien myyjien määrä on suurempi kuin koskaan aiemmin, ja toimitusalue on laajentunut nyt myös Varsinais-Suomeen ja Pirkanmaalle. Kehitys on ollut erityisen vahvaa pääkaupunkiseudulla, jonne polttopuita toimittaa jo toistakymmentä myyjää, ja tarjolla on runsaasti erilaisia tuotevaihtoehtoja. Palvelussa vierailaan noin 100 000 kertaa vuodessa.

Selkeyttä kaupantekoon

Internetissä toimiva palvelu hyödyttää sekä myyjää että ostajaa. Myyjät saavat käyttöönsä luotettavan kauppapaikan, jonka asiakkaat tuntevat ja johon he palaavat. Ostajat voivat vertailla tarjontaa ja lähettää tiedot tarvitsemistaan tuotteista valitsemalleen myyjälle. Kauppa tapahtuu suoraan ostajan ja myyjän välillä, kun toimituksen yksityiskohdista on sovittu. Palvelun kautta asiointi dokumentoituu automaattisesti, mikä vähentää virheiden mahdollisuutta.

Hinta kiinnostaa

Puun hinta on kaupankäynnin olennainen osa. Mottinetissä tuotteet on pyritty vakioimaan hintavertailun helpottamiseksi, mutta puu elävänä ja vaihtelevana materiaalina ei täysin taivu standardimuotoihin. Myyjät ilmoittavat hinnat eri tuotteille irtokuutiometreinä. Se tarkoittaa kuution kokoista laatikkoa, johon klapit on heitetty järjestämättä. Tässä syntyy luonnollisestikin pieniä poikkeamia

eri heittotavoista sekä klapien pituudesta ja paksuudesta riippuen. Säkkeihin valmiiksi pakattujen klapien ja metrihalkojen hinnat on palvelussa kuitenkin ilmoitettu näille tuotteille sopivalla tavalla.

Tunnelmaa vai edullista energiaa

Useimmissa kodeissa polttopuuta käytetään lisälämmönlähteenä. Varaavassa takassa on mukava pitää tulia pakkassäällä – juuri silloin puulämmityksen kilpailukyky on parhaimmillaan. Kodikkaan tunnelman lisäksi puulla voidaan tasata sähkönkulutuksen huippuja ja säästää lämmityskustannuksissa. Mottinetistä löytyy laskuri, jolla voi vertailla eri puulajien energiasisältöä ja mittojen välisiä suhteita. Hintavertailussa tärkeä tekijä on tulisijan hyötysuhde: parhaat uunit saavuttavat yli 70 prosentin hyötysuhteen, kun taas avotakassa vain noin 30 prosenttia puun lämpöenergiasta päätyy huonetilaan.

Varastoi oikein

Polttopuiden säilytys on puhuttanut alkuvuoden aikana paljon. Keskustelu sai alkunsa paloviranomaisten huomautuksista virheellisiin puuvarastoihin, jotka voivat lisätä tulipaloriskiä. Polttopuita ei tule säilyttää rakennuksen seinustalla tai sen läheisyydessä. Suositeltu turvaetäisyys on vähintään kahdeksan metriä rakennuksesta ja neljä metriä tontin rajasta. Asuinrakennuksen sisätiloissa saa säilyttää polttopuuta enintään 0,5 kuutiometriä, ellei puuta säilytetä palo-osastoidussa tilassa, kuten kattilahuoneessa tai polttoainevarastossa.

Puun käyttö pientalojen lämmityksessä jatkuu edelleen aikaisempien vuosien tasolla. Luonnonvarakeskuksen tilastojen mukaan polttopuun kokonaiskulutus Suomessa on hieman alle seitsemän miljoonaa kuutiometriä. Kova kysyntä näkyy myös klapikauppiaille, vaikka kaikkein vilkkaimpien vuosien jälkeen vauhti on saatanut hieman tasaantua.

MottiNetti®

Helpoin tapa hankkia polttopuuta

www.mottinetti.fi



LATAUSTA JA LÄMPÖÄ

TEKSTI: MATTI TUOVINEN

Sähköautoilu sujuu talvel-
lakin, kun ottaa huomioon
muutaman tärkeän seikan.

Lämmin talli on paras
säilytyspaikka täyssähköautolle tai
ladattavalle hybridille, sillä lämmin
akusto latautuu kylmää nopeammin.

Pakkasessa seisseen auton akku on
ensin lämmitettävä, jotta se ottaa
virran kunnolla vastaan, ja tämä
pidentää latausaikaa.

Vakiota pitempi latausjohto on hyvä
hankinta, sillä talvella autoa ei aina saa
kinosten vuoksi aivan sähkölähteen
viereen. Jatkojohtoa ei sen sijaan pidä
käyttää, sillä ylimääräiset liitokset
lisäävät riskiä.

Talvella auton latausportti ja
laturin pistooli kannattaa tarkistaa ja
puhdistaa vedestä, lumesta ja jäästä.
Näin lataaminen onnistuu varmasti ja
turvallisesti.

Mutta mistä ladata sähköä? Turvallisuus edellä

Kodin maadoitetusta pistorasiasta
voi ottaa sähköä vain tilapäisesti ja
lyhyen ajan, sillä varsinkaan vanhojen
talojen sähköjärjestelmät eivät kestä
jatkovaa korkeaa virrankulutusta.
Lataaminen onnistuu suko-laturilla,

jossa on erillinen ohjausyksikkö tehoa
säätelämässä – latausvirta rajoitetaan
yleensä enintään kahdeksaan
ampeeriin. Tällä akku latautuu hitaasti.

Jos kotona, usein autotallissa,
on punainen voimavirtapistorasia,
lataus onnistuu noin kolme kertaa
nopeammin. Voimavirtalatauslaite on
samankaltainen kuin suko-laturi, mutta
tehty suuremmille tehoille. Tässäkin
latausvirta on säädettävä pieneksi.

Nopein ja turvallisin vaihtoehto
on kiinteä latausasema, joka voidaan
asentaa autotalliin, katokseen tai
ulos. Täyden 22 kW:n lataustehon
saavuttamiseksi talon pääsulakkeiden
on oltava vähintään 3 x 35 ampeeria.
Tällaisia sulakekokoja käytetään
esimerkiksi taloissa, joissa on
maalämpöpumppu.

Taloyhtiössä sovittava

Taloyhtiössä sähköauton lataaminen
on monimutkaisempaa. Lataaminen
lämmitystolpasta on yleensä kielletty.
Kieltoa perustellaan sillä, ettei
taloyhtiön vanha sähköjärjestelmä
kestä korkeita latausvirtoja, ja
koska lataussähköön laskuttaminen
yksittäiseltä osakkaalta on hankalaa,
joutuvat kaikki osakkaat maksamaan
sähköautoilijan kulut.

Lämmitystolppaan on kuitenkin

mahdollista asentaa latauslaite, joka
mittaa sähkönkulutuksen. Muutos
tehdään joko taloyhtiön tai osakkaan
kustannuksella, ja samalla sovitaan
laskutusmenettelystä. Fiksu käyttäjä
keskustelee asiasta taloyhtiön kanssa
jo ennen sähköauton hankintaa.

Julkisissa latauspisteissä autoa
joutuu lataamaan joskus myös talvella.
Niissä yleisin latausjohto on tyyppiä 2.
Sellainen tulee yleensä auton mukana.
Kaikki hybridit eivät tue pikalatausta.

Pörssisähköä ja älyä

Jos sinulla on kodissa pörssisähkö-
sopimus, voit hyödyntää lataamisessa
sähkön hintavaihteluita. Kätevin apu
tähän on älylaturi, joka seuraa sähkön
hintakehitystä ja ohjaa latauksen
automaattisesti vuorokauden
edullisimpiin hetkiin.

Voit toki seurata hintavaihteluita
itsekin ja säädellä lataamista
manuaalisesti, mutta se on
työläämpää. Nyt syksyllä tilanne
muuttuu entistä tarkemmaksi,
kun sähköpörssien vuorokausi-
markkinassa siirrytään tunnin
hintajaksoista 15 minuutin jaksoihin.

Älylatureita on markkinoilla jo
useita erilaisia.

Nettisivuiltamme löydät hyödyllistä tietoa ja tarinoita energiasta ja sähkönkäytöstä. Myös asiakaslehden artikkelit ovat täällä tallessa helppossa muodossa ja aina hyödynnettävissä. Käy nap-paamassa parhaat energiansäästövinkit käyttöösi.

Miten vaihdan loisteputket ledeiksi?

Led-valoputket sopivat useimpiin vanhoihin valaisimiin ongelmitta, ja vaihtotyön saa tehdä myös maallikko. Jotain on kuitenkin hyvä tietää ennen kuin tarttuu urakkaan. Katso ohjeet vaihtoon.

Lue lisää



Kesämökin talvilämmitykseen on monta ratkaisua

Loma-asuntoa kannattaa lämmittää talvella – mutta ilman turhaa sähkönkulutusta. Energiataloudellisin ratkaisu on kuivanapitolämmitys, mutta myös peruslämpö ja ilmalämpöpumppu ovat hyviä vaihtoehtoja. Miten mökin rakenteet saa pysymään kunnossa pienellä energialla ilmastonmuutoksen aikakaudella?

Lue tästä



Älyvalaistus – hyödynnä automaation tuomat mahdollisuudet

Älyvalaistus vie kodin valaistuksen uusiin ulottuvuuksiin, ja sen edut voi kokea helposti aloittamalla vaikka yhdellä lampulla. Syksyn saapuessa valaistuksen merkitys korostuu, ja älykkäät ratkaisut voivat auttaa tunnelman luomisessa – jopa kaamosmasennuksen ehkäisyssä.

Katso vinkit

Miten saan WiFi-verkon pihalle?

Yhä useammin nettiä tarvitaan myös ulkotiloissa. Monia pihan toimintoja ohjataan mobiililaitteilla – esimerkiksi valvontakameroita, auton latausta ja lämmitystä. Mutta miten verkon saa ulottumaan pihan joka kolkkaan?

Lue lisää



Mitä tarkoittaa lampun värintoistokyky?

Sohva näytti vielä kaupassa hyvältä, mutta kotiin kannettuna sävy vaikuttaa erilaiselta. Väri ei ole muuttunut – ero voi johtua lampujen kyvystä toistaa värejä. Siitä kertoo lampun värintoistokyky eli RA-arvo (Rendering Average) tai värintoistoindeksi CRI (Colour Rendering Index). Mikä niiden merkitys on?

Lue blogi tästä

Nämä ja paljon muuta löydät nettisivujemme Energiaa-blogeista!

Millä sivulla Topilla oli päähine päässään?

Kerro miltä sivulta sen löysit ja anna samalla palautetta tästä lehdestä. Kaikkien 31.10.2025 mennessä vastanneiden kesken arvomme 2 kpl 30 euron K-ryhmän lahjakorttia.

VASTAA TÄSTÄ

Kiitokset kaikille viime lehden lukijakyselyyn vastanneille!

Viime lehden mielenkiintoisimmaksi artikkeliksi valittiin artikkeli: "KORJAA ITSE, SÄÄSTÄT RAHAA JA YMPÄRISTÖÄ".

Viime lehdessä Topilla oli päässään LIERIHATTU sivulla 5.

Arvonnat on suoritettu ja voittajiin on otettu yhteyttä henkilökohtaisesti.

Tämän lehden
artikkeleita voit
lukea myös
osoitteessa:
lumme-energia.fi/blogi

ONNITTELUT
VOITTAJILLE!

SELVITÄ ANAGRAMMI

Anagrammin kirjaimista muodostuu ajankohtaan sopiva sana. Nyt voit täyttää anagrammin myös sähköisesti.

SÄHKÖINEN ANAGRAMMI

VASTAUSLOMAKE

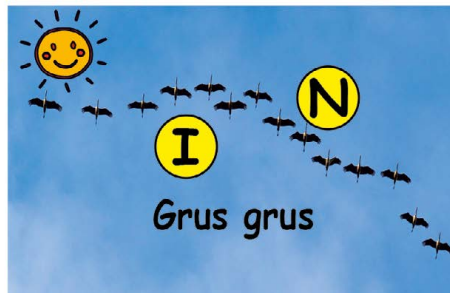
Lähetä oikea sana meille 31.10.2025 mennessä, niin osallistut K-ryhmän lahjakortin arvontaan.

Edellisessä lehdessä olleen anagrammin oikea sana oli ELÄMYSRETKEILY.

Arvoimme 30 € arvoisen lahjakortin K-ryhmän liikkeisiin kaikkien ratkaisun lähettäneiden kesken. Voittajaan on otettu yhteyttä henkilökohtaisesti.

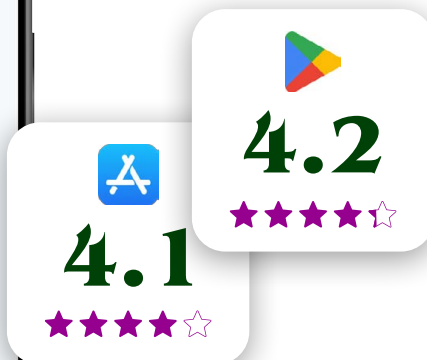
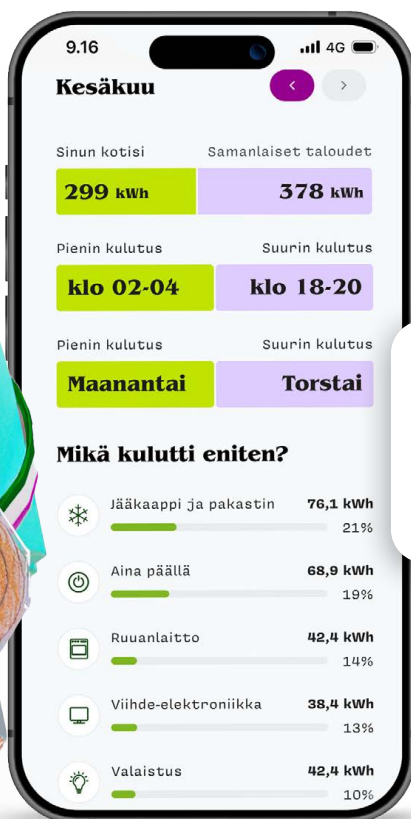
Anagrammi	Kuva	
LOPPUA	POPULA	E
JATKAA	KATAJA	L
YÖHIPAT	PIHATYÖ	Ä
KESÄ TOI	KÄSIOTE	M
LAKKIKUU	KIULUKKA	Y
SATUVAJA	AVUSTAJA	S
JATKA ISI	KAITSIJA	R
JUHA KUHA	HUUHKAJA	E
STEVE LUKI	VESILETKU	T
RUNON PUKU	PUUNRUNKO	K
OSTA APINA	TASAPAINO	E
JOLPIN VIKI	PAVILJONKI	I
ELÄYTYI NYT	TYYLINÄYTE	L
PELTON ESA	LEPOASENTO	Y

©Jorma Kempainen 2025



SORMET =	
RAPISTA =	
MAITTEN =	
LEKASIDE =	
LEA LAPPI =	
AKKA JOO =	
PUHELINTU =	
SÄKKI NÄKI =	
ILMATELINE =	
LAPIOHARJA =	
PURKKARIVI =	
TUTTU MAJA =	
KEINUSOHVA =	
LUOMUTAKKA =	

PALVELUA JOKA PUHUU PUOLESTAAN.



Ota käyttöösi OmaLumme


LUMME
ENERGIA

Sähkö sopimukset: lumme-energia.fi
OmaLumme: oma.lumme-energia.fi
Asiakasedut: tiimi.lumme-energia.fi



Asiakaspalvelu
lumme-energia.fi/ota-yhteytta

Yritysmyynti
yritysmyynti@lumme-energia.fi

Aurinkosähkö ja sähköinen liikenne
teknilinenmyynti@lumme-energia.fi

Lumpeenlehden toimitus
lumpeenlehti@lumme-energia.fi