

PÄNTÄNEEN SANOMAT

Lokakuu 84 N:o 3 Julkaisija Lions Club Päntäne Lehti ilmestyy 2—4 kertaa vuodessa.

Tervetuloa maanantaina vaali kahville!
(Pulla kahvit)
Pannu kuumana klo 9.00—18.00

Maanantaina Itikan Tee-makkara
12,95 kg
1 tänkö/as.

HALLI JOKINEN
Päntäne, puh. 963/24161

KYMPPITARJOUKSET VOIMASSA 22.10.—27.10.-84

Tässä edulliset KYMPPI TARJOUKSET!

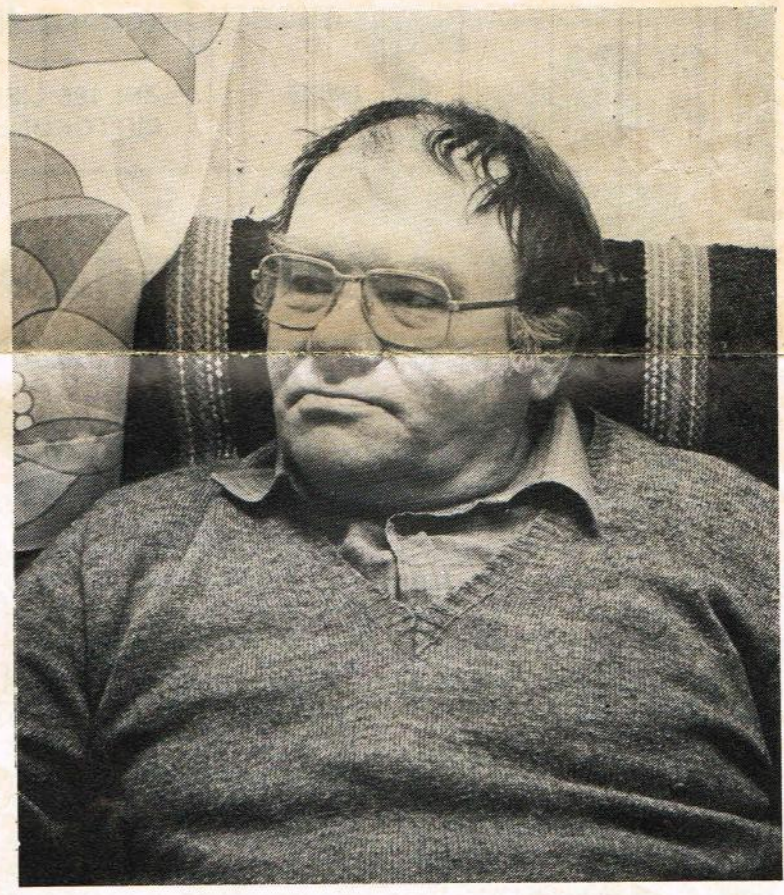
10 lä saat

Pito 470 g Hernekeittoa	2 prk	10,00	Pirta Acrilla ja Sportti langat	3 kerää	10,00
Kesti 270 g Sinappia	2 prk	10,00	Nokian 8 rullan WC-paperi	1 pak	10,00
Dole 227 g Ananasmurska	4 prk	10,00	Talous Emilia	3 rullaa	10,00
Juissi Appelsiinimehu	2 prk	10,00	Talouspyyhe Nessu 75 kpl	2 pak	10,00
Valion Vanilja jäätelö 1/2 l	2 prk	10,00	Kip 45 dl Pyykinpesujauhe	1 pak	10,00
Kismet suklaapatukka	4 kpl	10,00	Koko perheen shampoo	2 pulloa	10,00

Jaakko Rinta-Möykky —

uuttera suurperheen päämies

Lauri T u u r i on haastatellut Jaakko Rinta-Möykkyä, joka on jatkanut isien perinteitä asuen vanhaa Rinta-Möykyn taloa, joka jo hyvin monta sukupolvea on ollut saman suvun hallussa. Hän on myöskin käyttänyt asuntonaan tilan ehkä parisataa vuotta vanhaa päärakennusta ja kasvattanut siinä kuusitoista lapsisen perheen.



Oletko kauan ollut isäntänä tässä vanhassa Rinta-Möykyn talossa?

Sodasta kun päästiin syksyllä 1944 ja sotilaskamppeet oli päältä riisuttu. Silloin sitä pantiin taloksi ja ryhdyttiin isännäksi. Isäukko oli asunut tässä siihen saakka ja hänenkin nimensä oli Jaakko. Jaakko oli isäukonkin isän nimi mutta siitä seuraavan isännän nimi taaksepäin laskien oli Matti. Sen kauemmas en muista isäntiä.

Isojoella on samanniminen talonnumero onko ne olleet sukua?

On kerrottu että tästä talosta on mennyt poika hyvin kauan sitten sinne isännäksi ja ottanut tämän nimen, muuta en siitä tiedä.

Tämä kylä kuuluu niihin joka on menettänyt lähipalveluistaan sekä kansakoulun että kaupan. Mikä aiheutti nämä menetykset?

Minä itse perustin kaupan tähän kylään ja pidin sitä kolmisen vuotta. Täytyi lopettaa kun se ei kannattanut. Siihen aikaan ei teitä aurattu talvisin eikä mitään autoliikennettä ollut. Kuitenkin oli tavara haalittava maailman ääristä ja se piti myydä samalla, jollei halvemmalla kun muuallakin kaupoissa. Ei se vedellyt. Naapurissa Hakolassa pidettiin sitten kauppaa sen jälkeen parisen vuotta mutta nekin lopetti varmaan samasta syystä.

Kansakoulun tarinan tiedän kans hyvin. Isä oli koulun perustajia ja oli siinä puheenjohtajana aina siihen saakka kun minä ryhdyin puheenjohtajaksi. Minäkin olin puheenjohtajana 25 vuotta. Koulu perustettiin 1938 ja sitä pidettiin aluksi näissä meidän tiloissa. Tämä toinen leipähirsikin oli sahattu silloin pois tästä tuvasta. Koulun lopettaminen oli silloin muotiasia. Haluttiin päästä pienistä kouluista. Täällä oli lopettamisen aikana 29 oppilasta. Olen todennut että nykyisin on paljon pienempiäkin kouluja toiminnassa.

Uskotko että nykyinen väestöpohja kylässä säilyy?

Vanhemmat ihmiset ovat täältä jo suurinpiirtein muuttaneet pois mutta toisaalta nuoreja pareja on jäänyt ja lapsiperheitä on muodostumassa uudelleen kylään. Uskon että aallonpohja on sivuutettu.

Olet itse kasvattanut suuren lapsiperheen?

No, on siinä 16 ristiäiset tullu pidettyä. Kaksi niistä on kuollut pienenä, mutta yksi 1943 syntynyt poika kuoli joitakin vuosia sitten autononnettomuudessa Helsingissä. Kotona on vielä kolme poikaa joista varmaan joku jää isännäksi taloon. Muualla Kauhajoella on kolme lapsista. Seinäjoella, Harjavallassa ja Helsingissä niitä on sekä Saksassa jo pidempään ollut kaksi poikaa.

Onko mitään sellaista yrittäjämuotoja, jotka tälle kylälle olisivat sopivia huomioon ottaen nämä luonnonvarat jotka täällä ovat lähellä; vesi, hiekka ja metsät?

Täällä on entisellä kansakoululla Tuunaisella puuverstas, joka työllistää 4—5 työntekijää, jotka suurinpiirtein ovat kaikki tästä kylästä. Tämänluontoinen toiminta suuremmassa mitassa varmaan täällä kyllä menestyisi. Vaadittaisiin kyllä parempi tie. Nyt kun Hyypän tie päällystetään pitäisi oikaista ja päällystää myöskin Möykkytie, joka on yhdystie näiden kahden kylän välillä ja yhteydet paranisivat puolin toisin.

Onko se kotiseuturakkautta vai mitä, että olet sitkeästi pysynyt esi-isien raivaamalla konnulla etkä ole muuttanut suurempiin keskuksiin asumaan?

Kyllä se varmaan sitä on. Ei mun kuluisi aika muualla eikä ahtaissa paikoissa tiiliseinien sisällä. Ne kyllä jotka ovat lähteneet, kehuskelevat kuinka tuntuu hyvältä kun eivät kehtaa sanua totuutta. Palvelut ovat kyllä heillä parantuneet mutta puhtaalle luonnolle, vapaalle luonnolle he ovat saaneet jättää hyvästi.

Päntäne on oma erillinen keskus, miten toivoisit tämän tulevaisuudessa kehittyvän?

Toivoisin että sinne saataisiin enemmän yrityksiä, vaikka pieniäkin, että olisi työpaikkoja lähellä eikä nuorien tarvitsisi muuttaa pois kotiseudulta. Kun tiet sivukyliin lisäksi olisi nykyaikaisessa kunnossa olisi yhteydenpito keskustaan mieluisaa. Väestöpohjan säilyttämisen hyväksi pitäisi nähdä enemmän vaivaa.

Mitä itse henkilökohtaisesti tulevaisuudelta toivot?

Kun itse olen selvinnyt sodasta vähäisin naarmuin, toivoisin, että ajat pysyisivät vakaina, eikä enää koskaan sellaisia aikoja tulisi kenenkään eteen. Lisäksi toivoisin, että kaikilla olisi hyvä toimeentulo ja yhteishenki ihmisten kesken säilyisi.

TEE
OP-SOPIMUS
SAAT OP-LUOTON
PÄNTÄNEEN OSUUSPANKKI

Palveluksessasi

EKAN KONEKAUPPA UUDISTUU PÄNTÄNEELLÄ

SAME

TRAKTORIMYYNTI

VARASTOSSA MALLIT
TAURUS 60
CENTURION 75

MAANANTAINA 22. 10.
SAME-
ASIANTUNTIJA
TAPANI KIVELÄ
PAIKALLA KLO 10—16

TULE JA TUTKI NIIN
HUOMAAT — SINULLEKIN
SOPII SAVUTON SAME

MYYNTI SIMO KOKKO PUH. 24166 ilt. puh. 24251
SEPPO HALKOLA PUH. 24620 ilt. puh. 24166
Käytetyt traktorit **EKA MAATALOUSKESKUS** SEINÄJOKI

PORAKONE B&D 330 w	110;
PORAKONE HITACHI VTV-10	495;
PORAKONE HITACHI VTV-13 K	795;
VESIVAAKA 180 cm	120;
VIPUTALJA MASTER 2000	65;
BETONILAPIO PUUV.	42;
AIV-TALIKKO	99;
PERUNATALIKKO	165;
TALOUSLIESI STRÖMBERG 50 VALK.	1390;
TALOUSLIESI EXPORT 50 VALK.	1150;
NARVI KIUAS H-60	600;
NARVI KIUAS PUU 12	590;
ALUMIINITIKKAAT 4—2 M	287;

MORA-PUUKKO 7:-

NEW HOLLAND paalain 920	31500;
FISKARS AURA KHN 3 × 16"	9900;
EKA-TASOPERÄ-VAUNU 7 ton.	12900;
EKA-TASOPERÄ-VAUNU 9 ton. teli	16900;
BELARUS YLEISVAUNU 5 TON.	13500;
KOMPRESSORI MK 340	3300;
ZtR 165 LIERIÖN-LIITTOKONE	6500;

EMYYMÄLÄ
PÄNTÄNE
PUH. 24620
24166

EDULLISET ELINTARVIKKEET

MAANANTAINA 22.10.
SEITI 400 G 3.95 1/AS.

TORSTAINA 25. 10.
KANAN-MUNAT 10 KPL 7.90 KOTELO

TIISTAINA 23. 10.
RANSKAN-LEIPÄ 3.00 KPL

PERJANTAINA 26.10.
TALOUSVEHNÄ-JAUHO 5 KG 1/AS. 16.90 PSS

KESKIVIIKKONA 24.10.
AROMI-MOKKA KAHVI 500 G 2 /AS. 12.90 PKT

LAUANTAINA 27.10.
LITRASET JUOMAT 3 PLL 10.00



TEND-PESUJAUHE 700 G
TEPS-ASTIANPESU 650 ML
LEN-HUUHTELUAINE 1 L
7.90 KPL

VOI 500 G 16.90 PKT
TALOUS-SOKERI 1 KG 7.50 PKT
MANSIKKA-HILLO 1 KG DRONNINGHOLM 23.40 PRK
HUPS-TALOUS-PYYHE 24 RLL 50.00 SÄKKI

MIESTEN KERRASTO 44.-

ARABIAN PIRTTI-SARJA -25 %

LC Kauhajoki/Päntäne

Mitä miehiä ovat Päntäneen Lionit?

Tiesitkö, että Päntäneen K-Plussan kapinetissa kokoontuu pariin otteeseen kuukausittain sellainen klubi joka tahtoo vain auttaa ja palvella. Se jakaa rahaa ja avustuksia niille, joiden se katsoo sitä parhaiten tarvitsevan.

Oman toimintansa rahoittamisesta se vastaa itse. Se voi tehdä jotain bisnestä tai talkootoimintaa, mutta se ei kerjää. Sääntöjensä mukaan oman toiminnan rahoitukseen se ei saakkaan kerjätä.

Osana maailman suurinta palvelujärjestöä.

Tämän klubin virallinen nimi on LC Kauhajoki/Päntäne. Se on yksi niistä yli 33600 klubista, joiden yhteinen jäsenmäärä on n. 1300000, yli 150 eri maassa. Järjestön päämaja sijaitsee Oak Brookissa Illinoisissa. Sitä johtaa 28 jäseninen kansainvälinen hallitus. Suomessa toimintaa johtaa Suomen Lions-liitto. Se jakaantuu kuvernööripiireihin, piirit lohkoihin, ja ne lopuksi eri paikkakunnilla toimiviin klubeihin.

Klubin synty- ja jäsenyys Päntäneellä.

Vuonna 1982 kevättalvella, silloiset piirikuvernööri E. Muurimäki Kurikasta ja lohkon pj. V. Äijö Kauhajoelta lähtettivät kutsun muutamille tuntemilleen päntäneläiselle miehelle. Ne, jotka sitten tuota kutsua noudattivat, päättivät 15. 4. -82 perustaa klubin, joten heistä tuli Päntäneen klubin perustajajäsenet.

Kun klubi sitten alkoi toimia seuraavana syksynä, kutsuttiin lisää jäseniä, niin että joukkoon kuuluisi jäseniä mahdollisimman monista eri ammatin- ja elinkeinon harjoittajista. Jäsenvahvuus tällähetkellä on 20 paikkakunnalla kaikille tuttua miestä.

Lions periaatteet.

Lions periaatteet voisi kiteyttää iskulauseeseen ''Me palvelemme''. Lionismin kotimainen teema kuuluu, ''Palvellen parempaan huomiseen.'' Tämäntapaiset teemat ja tunnustukset sisältävät kaiken, mikä kuuluu käsitteeseen hyvä kansalainen. Lionien tulee perehtyä niihin, ja soveltaa niitä jokapäiväiseen elämäänsä. Lionsklubin jäsen on valmis kantamaan vastuuta kotipaikkakuntansa kehittymisestä, ja osallistumaan klubin toimintaan sen hyväksi, ja käyttämään siihen aikaansa, tietojaan ja kykyjään. Hän haluaa olla ystävä kaikille, ja hyvä kaveri klubiveljille. Hän pyrkii tekemään parhaansa, jotta oma Lionsklubi vahvistuisi ja todella vaikuttaisi kotipaikkansa — ja koko ihmiskunnan parhaaksi.

Oman klubimme toiminta.

Tästä luonnollisesti seuraa, että edelläkuvatut periaatteet viitoittavat myös oman klubimme toimintaa. Sen onnistumisesta vastaa aina vuosittain vaihtuva hallitus eri tehtäviin määrättyine toimikuntineen.

Suomen Lions-liitto ja piirijärjestöt tarjoavat runsaasti hyviä toimintamuotoja laajemmissa puitteissa. Näiden lisäksi oma klubimme kokouksissaan etsii hyviä kohteita omalta paikkakunnalta, ja kun tarpeita nähdään, niin työ toteutetaan.

Kovin mittaviksi näin pienen klubin palvelukset eivät vielä ole päässeet muodostumaan. Mutta uskomme, että niistäkin, mitä olemme ja tulemme tekemään, olisi hyötyä ja iloa saajilleen.

Uskomme myös, että samalla kun palvelemme, toimimme myös herättäjinä. Voimme siten osoittaa monenlaisia tarpeita kotipaikkakunnallamme, ja siten kiinnittää yleistä huomiota epäkohtiin. Näin päättäjätkin keksivät parannuskohteita kauttamme.

Motiivit.

Mikä sitten saa klubiveljet innolla toimimaan klubissa? Yksin tietoisuus kuulumisesta suuren kansainvälisen järjestön klubiin tuskin siihen riittäisi. Mutta kun jäsen kokee tekevänsä arvokasta työtä, ja kuuluvansa myös sisäisesti rikkaaseen veljespiiriin, johon tullaan ilman houkuttelua, keskustelemaa ja kokemaan veljeshenkeä.

Jäseneksi otettu uusi veli ennen pitkään kokee, miten työskentely klubissa antaa itsevarmuutta ja uskoa ihmisyyden merkitykseen. Opittuaan tuntemaan Lions periaatteet, hän myös tulee tajuamaan, että elämisen mielekkyys ei löydy ainoastaan itselleen elämisen, ja itselleen kokoamisen tietä, vaan myös antamisen, palvelun — ja uhrautumisen tietä.

Aarre Kangas

LC Päntäne

järjesti ilmaisen uintiretken uimahallille 6—12-vuotiaille 8. 10. -84. Osanottajia oli n. 35.

Kuljetukset hoiti Päntäneen Linjat Oy.

LC Päntäne jakoi stipendit kevätlukukauden päättyessä seuraaville ala-asteen oppilaille:

Nirvan koulun ala-aste: Anne Törmä, Mari Lehtineva, Sami Rajamäki.

Päntäneen koulun ala-aste: Sari Lehtonen, Marjo Lehtonen, Anne Talakoski.

Jakoperusteena käytettiin keskiarvon paranemista lukuvuoden aikana.

Lisäksi jaettiin stipendit päntäneläisille kevään ylioppilaille.

Stipendin saivat seuraavat **ylioppilaat: Teija Luoma-Nirva**, Anne Vanha-Viitakoski, Jouni Uusi-Paasto, Virpi Möykky, Virpi Ojanen, Maarit Kuja-Halkola, Minna Kytölä.

Kaikki stipendit olivat arvoltaan 150 mk.

Edulliset lasialan palvelut

— LISÄLASIT, ERISTYSLASIT
— KONE- JA TUULILASIPALVELU
— KARMIT JA ASENNUKSET, YM.

OY L-K
LASI-KOLMIO OY
61800 KAUHAJOKI ☎ 963 - 13513

VALOKUVAUSALAN ERIKOIS-LIIKE
• KAMERAT, TARVIKKEET
• KUVAUKSET
• KEHITYKSET
• YM. ALAN PALVELUT
KARINKAMERA
TOPEEKA 23 61800 KAUHAJOKI
PUH. (963) 13 963

SORALIIKE JOKI-KYYNY Ky
— on taas pihasoran aika...
— Kaikkia muitakin soralaatuja saatavilla kuten perustus-, täyte-, valu-, salaojasorat-, muuraushiekkoja ja hyvää tiesoraa sekä
— Lauhakankaan pihasoraa
— Murskeet useita kokoja
Puh. 963-14360, 962-31360 ja 31455
Autopuh. 949 362 661

UNION-PÄNTÄNE
O. Tainio puh. 24249
—HUOLLOT — tasapainoitukset
— pesut — hitsaukset
— rengastyöt — polttoaine- ja tarvikemyynti
Palvelemme arkisin 8.00—18.00.

PÄNTÄNEEN OSUUSMEIJERI
Puh. 24104

Pienviljelijä-yhdistys

Puskalankylän Pienviljelijäyhdistys alkoi toimintansa n. 55 vuotta sitten. Joulukuun alussa 1929 lähetti pienviljelijä Nestori Sivu tietoa kylään, että neuvoja Heikki Vienamo tulisi 14:nnen päivän iltana keskustelemaan yhdistyksen perustamisesta. Kyseisenä iltana sitten kokoontui joukko miehiä ja yksi nainen Puskan uudelle koululle, jossa perustettiin Puskankylän pienviljelijäyhdistys. Perustajajäsenet olivat: Katri Rikalainen, Heimo Frösen, Oskari Kangas, Aleksi Rinta-Halkola, Viljami Oja-Puska, Leander Majamäki, Viljami Heikkilä, Sameli Perämäki, Väinö Ranta, Vilho Puska, Vihtori Hautamäki ja Hjalmari Majamäki.

Toiminta oli alusta alkaen vilkasta, sillä tiedon ja taidon tarve oli suuri. Ensimmäisenä tilattiin kananhoitokurssi, sitten rehujuurikkaan ja perunan viljelykurssit, sillä karjalle täytyi saada ravintoa. Toiminnan aikana onkin ollut noin 150 kurssia ja 360 kurssipäivää. Tupailtoja ja ompeluseuroja on ollut lukematon määrä. Kilpailujakin on ollut monenlaisia: juurikasvien harvennus ja hoito-, käsityö- ja hiihtokilpailuja, onpa pidetty haasteravitkin lylykyläläisten kesken. On järjestetty retkiä eri puolille maakuntaa ja kauemmaksikin. Retkillä näkee kuinka naapurissa tehdään ja saa uusia virikkeitä. Koneita yhdistyksellä on ollut ajan ja tarpeen mukaan, esim. **karjanhoitovälineitä, viljan- ja perunanlajittelijat, pellavakoukku ja -lihta, juurikkaankylvö- ja haralaitteet, niittosilppurit, ym. Viljankuivaaja rakennettiin v. 1949, ja sitä on laajennettu moneen kertan vastaamaan kylän tarpeita.**

Yhdistyksen toiminnassa ovat pisimpään, yli 40 vuotta, olleet mukana Väinö Ranta ja Helmi Koivumäki. Yhdistykseen perustettiin 1953 Naistoimikunta hoitamaan kotitalouspuolta, jolloin toimintaankin saatiin lisää tehoa. Jäsenmäärä on korkeimmillaan ollut yli 300 kpl. Nykyisin se on alle 200 jäsentä, joten innostuksen ja mielenkiinnon pitäisi lisääntyä yhdistystä kohtaan, että toiminta jatkuisi vielä tulevaisuudessakin.

Puskalankylän PVY
puh.joht.
Tauno Ranta

Kun olet ostamassa tai myymässä asuntoa tai kiinteistöä, ota yhteyttä! Mieleisesi asunto- ja kiinteistökaupat järjestää
kiinteistönvälitys LKV
A. YLI-PIIPARI OY Kauhajoki
Hallintotie p. 963-13044

J. RINTA-HALKOLA Ky
61980 Päntäne
Puh. 963-24168

Suoritan likakaivojen tyhjennystä ym. jätehuoltoa
JAAKKO FRÖSEN
ilt. 24191

KAUHAJOEN
PIKAPESU
Kem. ja valkopesua
Päntäne ☎ 963-246 45
Kauhajoki ☎ 963-134 04

TAKSEJA
MAIJU RAHKOLA
24197

LEENA LATVA-LUSA
24391

VILJO KORHONEN
(pienoisbussi ja h-auto)
24172

Fiat-traktorihuolto
ESA HEIKKILÄ KY
Puh. 963-13723
Tiklaksentie
61800 KAUHAJOKI

SÄÄSTÖPANKIN ASIAKAS!
Tule tekemään
Elämäsi Sopimus NYT!
KAUHAJOEN SÄÄSTÖPANKKI

— Auton varaosat
— komresorit
— hitsauskoneet
jatkuvasti
TUURI KY:N
edullisilla hinnoilla
Päntäne puh. 24171

OPERAATIO
PUNAINEN SULKA
SUOMEN LIONS-LIITON SUURKERÄYS SOTIEMME VETERAANIEN HYVÄKSI KEVÄÄLLÄ 1984

Operaatio Punainen Sulka, kuten varmasti kaikki muistamme, oli Suomen Lions-liiton järjestämä suurkeräys sotiemme veteraanien ja invalidien hyväksi. Keräyksen tuotto tullaan kokonaisuudessaan käyttämään sotiemme veteraanien ja invalidien
— asunto-olojen parantamiseen
— avohoidon edistämiseen sekä
— palvelu- ja kuntoutustoiminnan tukemiseen.

Nyt kun keräys on päättynyt elokuun lopussa on ehkä syytä tarkastella saavutettua tulosta. Valtakunnan tasolla syyskuun alkupuoliskon tilanne tilitysten vielä ollen kesken liikkui bruttotulot n. 22 mmk:n tuntumassa. Tämä tietäisi noin 18—19 mmk:n nettotuloa. Elikkä keräyksen lopputuloksena tulee olemaan todellakin jättisumma.

Tilitetyt varat on sijoitettu markkinarahana korkoa kasvamaan tuoton jakotilaisuuteen asti, joka pidetään tulevan marraskuun 26 pv:nä. Välittömästi jaon tapahduttua tullaan suurelle yleisölle antamaan selvitys keräyksen tuloista ja menoista.

Kauhajoella oli kolmen klubin yhteenlaskettuna tavoitteena 70000 mk, josta päntäneläisten osuutena 20000 mk. Tämä asetettu 70000 mk:n tavoite saavutettiin ja myöskin ylitettiin jonkin verran. Päntäneläisten osuus tästä summasta oli tarkalleen 20145 mk, joka summa tilitettiin 20 pv:nä syyskuuta Suomen Lions-liitolle.

Haluammekin nyt esittää mitä vilpittömimmät kiitokset kaikille Teille, jotka osallistuitte keräykseemme ostamalla punaisen sulan rintasulkana, sulkatarrana tai sulkasuunnikkaana. Olette olleet mukana keräämässä tätä suurta summaa. Vielä suurempana saattaa osallistumisenne merkitys tulla esiin veteraaniaasian "esiin tuomisella" koko kansalle Operaatiomme välityksellä.

A.L.

Kränämännyn ikä on 112 vuotta!

Kilpailuun jätettyjen vastausten joukossa oli 1 oikea tulos, eli Veikko Mäki-Rahkola saa palkintona 4,5 kg Edam-juustoa. Kaikkien vastanneiden kesken arvottiin 3×1 kg Edam-juustoa. Voittajat ovat: Senja Leppinen, Venne Mäki-Rahkola ja Sirpa Nevala.

Kiitos kaikille kilpailuun osallistuneille!

LC Päntäne

Joka päivä maittavaa kotiruokaa useita ruokalajeja

TARJOUSHINTAAN! AJALLE 22.—29. 10.

Ma Hernekeitto + pannari	**10 mk**/koko annos
Ti Lasange	**16 mk**/koko annos
Ke Suikaleporsas	**16 mk**/koko annos
To Sipulipihvit	**14 mk**/koko annos
Pe Perhospihvit	**23 mk**/koko annos
La Juustoporsaat	**21 mk**/koko annos
Su Kyljykset	**19 mk**/koko annos

K-Plussa jatkaa ostosaikaa!

Lauri Ala-Kokko
Kesoil-K—Plussa Ky
Päntäne, puh. 24525

Hyvän tuulen Kesoil





Kesoil-laatuöljyt sopivasti. Meiltä.

Kesoil Super 10W/40
MONIASTEÖLJY 4 litran kannu **48;**

Kesoil 10W/30
MONIASTEÖLJY 4 litran kannu **29;**

KESOIL DIESEL 10W/20 ja 20W/30
20 litraa **130;**

Nyt on aika hankkia hyvä valaisin. Kesoilista.



1. Sonca 8900 ***Yhdistelmävalaisin*** **79;-**
Normaali paristovalaisin ja samalla ns. standardi loistevalaisin, mihin on saatavana varaloisteputkia. Loistevalokäytössä paristot ja putki kestävät tavanomaista pitempään. Nahkainen kantohihna.

2. Sonca 6400 ***Tehovalaisin*** **33;-**
Erittäin tehokas. Kantokahvasta saa myös kätevän jalustan.

3. Sonca 3070M ***Magneettilamppu*** **13,50**
Kätevällä magneettikiinnityksellä varustettu valaisin, on esim. autossa aina saataville.

4. *Paristoilla toimiva* ***Polkupyörän valaisin*** **22;-**
Helposti kiinnitettävä/irrotettava.

5. Tehokas ML-77 ***Yleisvalaisin*** **53;-**
Esim. vesilläliikkujille. Varusteina kantohihna ja erillinen punainen "suodatin".

6. *UUTUUS! Sonca 8000* ***Korjausvalaisin*** **68;-**
loisteputkivalo, 12 V, virta auton tupakansytyttimestä.

7. ***Kynälamppu*** Sonca 0770 **7,20**

Meillä valmistuu jatkuvasti rivitaloasuntoja Päntäneellä sekä kirkolla Kalkunmäessä.

Sinun, joka tarvitset asuntoa, kannattaa ottaa yhteys Ala-Kokon Lasseen 24395 ilt. 24485. Jos et saa kiinni jätä soittopyyntö.

Asunto Oy Päntäneenrivistä myytävänä 3 h + k + TV aula + sauna. Hinta vain 2500 mk/m².

Kaluste Vanha-Viitakoski ky
61980 Päntäne kp 3
Puh. 963-24464
Ammattitaidolla valmistettuja nahkakalustoja, myös plyysillä. Edustava, mutta edullinen kalusto meiltä!

PÄNTÄNEEN SAHA KY
Hannu ja Harri Pihlaja
— puutavaran rahtisahausta siirrettävällä kalustolla
Puh. 24612, 24278

Sähkösuunnitelmat, asennukset ja tarvikkeet edullisesti

INSINÖÖRITOIMISTO
PESMEL
Puh. 963-13211
Ilt. Hannu Mäki-Rahkola puh. 24188

Kauhajoen Vakuutusyhdistys
— luotettavaa vakuutuspalvelua
Puh. 11477

UURON KYLÄKAUPPA
UURO PUH. 30160

PÄNTÄNEEN LINJAT OY
Puh. 963/24259
Suoritamme tilausajoa koti- ja ulkomaille 13—56
Paikallisilla busseilla.

PäntäBaari
Päntäne puh. 24567

Ilmoittajat ja puh. numerot

Päntäneen Osuuspankki	**24201**
Jaakko Frösen	**24191**
Maiju Rahkola	**24197**
Leena Latva-Lusa	**24391**
Viljo Korhonen	**24172**
Pesmel Oy	**13211**
Kaluste Vanha-Viitakoski Ky	**24464**
Päntäneen Saha Ky	**24612**
Karin Kamera	**13963**
Päntä-Baari	**24567**
SP Päntäneen konttori	**24162**
Fiat-traktorihuolto Esa Heikkilä	**13723**
K-Halli Jokinen	**24161**
Union-Päntäne	**24249**
Soraliike Joki-Kyyny Ky	**962-31360**
Kesoil-Plussa	**24525**
Rak.liike Lauri Ala-Kokko	**24395**
Päntäneen Osuusmeijeri	**24104**
Tuuri Ky	**24171**
Kauhajoen Pikapesu	**24645**
Lasi Kolmio Oy	**13513**
Kiinteistövälitys	**13044**
EKA Päntäne	**24620**
J. Rinta-Halkola	**24168**
Uuron Kyläkauppa	**30160**
Päntäneen linjat	**24259**
Kauhajoen Vakuutusyhdistys	**11477**

Säilytä vaikka koko lehti. KIITOS.

Timon kuntovinkkejä syksyksi

Jokaiselle tarpeellisen fyysisen kunnon ylläpitämiseksi on harrastettava säännöllistä liikuntaa. Jopa kaksi tuntia viikossa on riittävä määrä tavallisen kuntoilijan ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi.

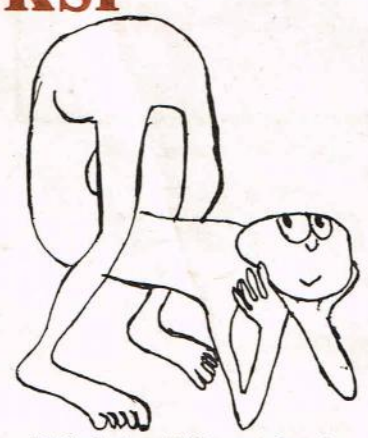
Seuraavassa on esitetty vinkkejä sellaisille henkilöille, jotka eivät aikaisemmin ole harrastaneet liikuntaa tai joille se on ollut epäsäännöllistä. Harjoitus on tehty sellaiseksi, että se kehittää erityisesti sydän- ja verenkiertoelimistön kuntoa, lihaksistoa ja nivelten liikkuvuutta.

Jokaiselle tarpeellisen fyysisen kunnon ylläpitämiseksi on harrastettava säännöllistä liikuntaa. Jopa kaksi tuntia viikossa on riittävä määrä tavallisen kuntoilijan kunnon ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi.

Seuraavassa on esitetty vinkkejä sellaisille henkilöille, jotka eivät aikaisemmin ole harrastaneet liikuntaa tai joille se on ollut epäsäännöllistä. Harjoitus on tehty sellaiseksi, että se kehittää erityisesti sydän- ja verenkiertoelimistön kuntoa, lihaksistoa ja nivelten liikkuvuutta.

Maanantai
1. Verryttely
— reipasta kävelyä n. 1 km
— käsien pyöritystä molempiin suuntiin kävelyn aikana.
2. Kunto-osa
— 4 km hidasvauhtista hölkkää tai hölkkää ja kävelyä vuorotellen siten, että keskustelu on koko ajan mahdollista tai
— 10 km pyöräilyä reippaalla vauhdilla.
3. Jäähdyttely
— kävely hidastuvalla vauhdilla n. 1 km
— käsien pyöritystä ympäri molempiin suuntiin 20 kertaa
— vartalon sivutaivutusta kevyessä haara-asennossa kummallekin puolelle 20 sek. siten, että kädet ovat ristissä vartalon jatkeena pään päällä
— vartalon eteentaivutusta 30 sek. Pyritään samaan somenpäät hitaasti ja rauhallisesti alaspäin kohti maata välttämällä äkkinäisiä liikkeitä
— vartalon taivutusta taakse 15 sek. kevyessä haara-asennossa kädet lanteilla
— pään taivutusta kummallekin sivulle sekä eteen ja taakse (pään pyöritystä on vältettävä, sillä sen on todettu kuluttavan niskanikamia)
— oman kekseliäisyyden mukaan mahdollisesti myös muita liikkeitä
— venyttely suoritetaan uudelleen aloittaen vartalon sivutaivutuksista.

Keskiviikko
1. Verryttely
— 5 min. hyppynarulla hyppelyä tai penkille nousua tai portaiden kiipeämistä.
2. Kunto-osa
— kyykkyyn-ylös, 10—20 kertaa (kädet sivuilla, sekä suorana ja kevyessä haara-asennossa
— selinmakuulla jalat tuettuina istumaan nousua 5—15 kertaa tai selinmakuulla vedetään **polvet koukkuun rintaa vasten 10—20 kertaa.**
— päinmakuulla nostetaan leuka ja jalat irti maasta 5 cm 5—15 kertaa (kädet sivuilla ja välttäen äkkinäisiä liikkeitä)
— päinmakuulla nostetaan ylävartaloa irti maasta käsien avulla 5—15 kertaa joko niin, että varpaat ottavat maahan (etunojapunnerrus) tai niin, että polvet ottavat maahan



Toiminta pitää vartalon ja järjen notkeana.

— lopuksi 10—30 sek. riipuntaa käsien varassa esimerkiksi ovessa tai riipputangossa
— liikkeet suoritetaan uudelleen alusta (yhteensä 3 kertaa).
3. Jäähdyttely
— kuten maanantaina.

Perjantai
— kuten maanantain harjoitus.

Tämän harjoituksen läpiviemiseen kuluu viikossa noin 2 tuntia, mutta se on kuitenkin jo luonteeltaan sellainen, että sillä on fyysistä kuntoa kohottava vaikutus. On kuitenkin muistettava edetä latvasta puuhun eli maltti on valttia myös kuntoilussa. Silloin kun liikunta on mielekästä on sillä myös mielenterveyttä kohottava vaikutus. Iloisia kuntoiluhetkiä.

Kuntoiluterveisin
Timo Kallio

Ei millään

Tarkastusmatkalla kulkeva insinööri, joka ankaruutensa vuoksi ei ollut työmiesten erityisessä suosiossa, kompastui radalla koholle jääneeseen kiveen, jolloin hän ärjäisi:

— Viekää helvettiin tuo kivi!

— Ei missään tapauksessa, vastusti Lapatossu, sillä muuten se on herra insinöörin tiellä uudelleen.

LEHDEN TOIMITUSKUNTA
VÄINÖ JOKIKYYNY
SAULI JOKINEN
LAURI ALA-KOKKO

Kirjapaino IL-MO 1984

KIITOKSET KAIKILLE ILMOITTAJILLE
LC PÄNTÄNE