

RUUTIKOKOUKSET 2023

HIGHLIGHTS



timo tulosmaa 8.1.23



TEMPPELI- HERRAIN TARINA

Ruutiukot 9.10.2023



seppo mansikkamäki 16.1.23



Oskari Tokoi

15.5.1873 – 4.4.1963

Mainari, sosiaalidemokraatti ja ay-aktivisti, senaattori, maanpetturi,
maanpakolainen ja isänmaan auttaja

jyrki keto-tokoi 30.1.23

© Jyrki Keto-Tokoi 2022

pitkät pojat 27.2.23



janne pauni: punakone ukrainassa 13.3.23



Timo Antila: Aarne Sihvo 20.3.23



AARNE SIHVO
Muistelmani

O T A V A





timo siukosaari 3.4.23: maljapuhe natolle

VIESTINNÄN VAPPAUS

SEPPO SISÄTTÖ

Valtiot.tri

24.4.2023

**RUUTIUKKOJEN
RUOVESI
7.6.23**





timo salokannel 100 vuotta 12.7.23

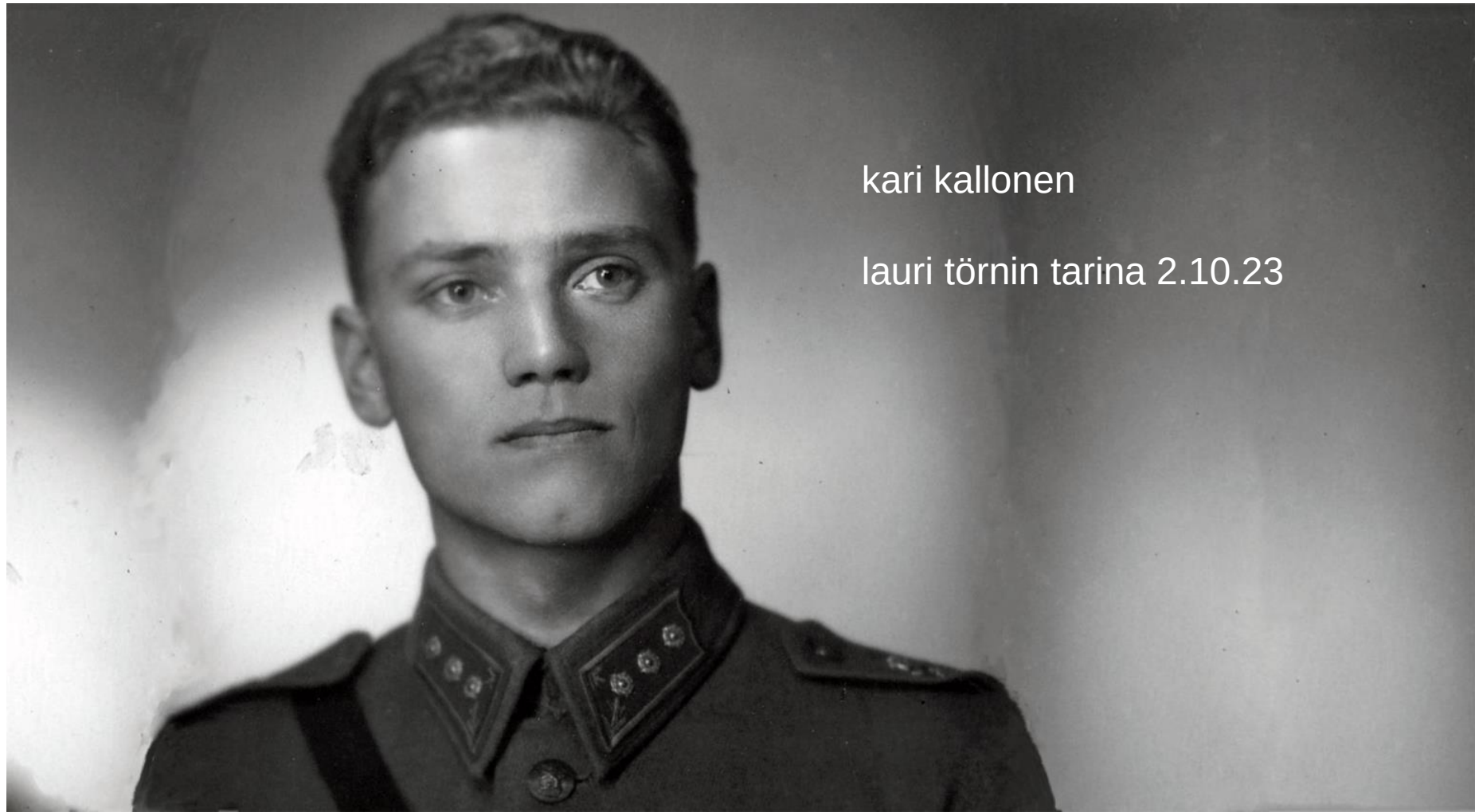
huittisten risto ryti-seminaari 1.9.23





heikki mansikka

hornet-lentäjä 4.9.23



kari kallinen

lauri törnin tarina 2.10.23



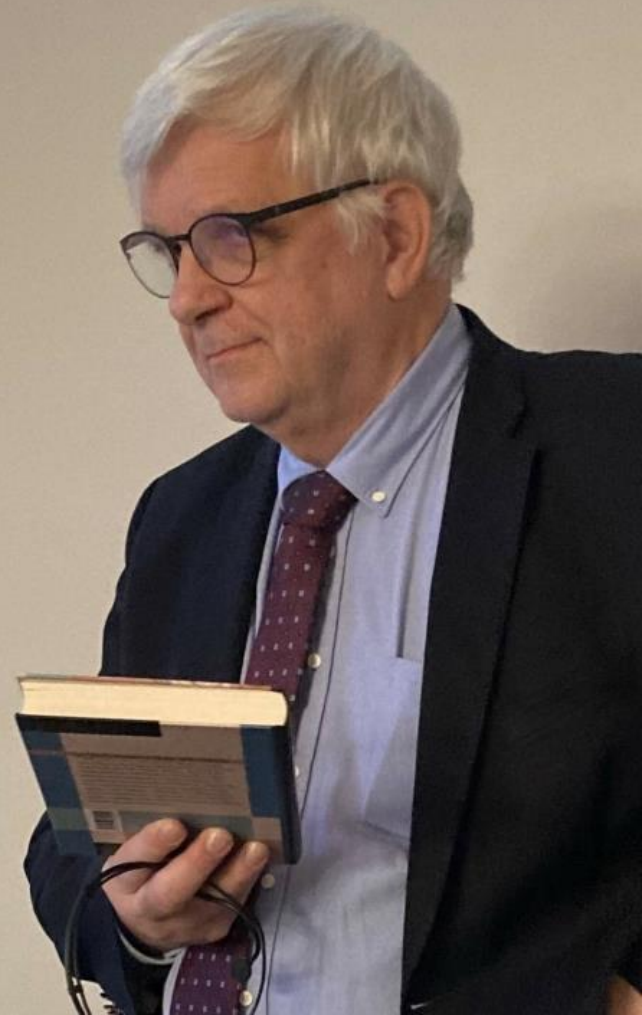
mannisen
jussi 9.10.23

liikunta
elinikäisenä
harrastuksena

ilkka mäntyvaara 23.10.23
panaman kanava



ilkka nummela 6.11.23: lutzen 1632





ruutiukot 50 vuotta 20.11.23

ruutiukot 50 vuotta 20.11.23





pentti väänänen 27.11.23: suomi natossa -
nato suomessa



Uniapnean oireet

Unen aikaiset oireet

Äänekäs kuorsaus



Todetut hengityskatkokset



Levoton yöuni



Toistuvat wc-käynnit



Herääminen tukehtumisen tunteeseen



Päiväaikaiset oireet



Aamupäänsärky



Päiväväsymys, nukahtelutaipumus



Muistihäiriöt



Keskittymisvaikeudet



Ärtyneisyys, mielialahäiriöt

juhani pukander
4.12.2023:
uniapnea

RUUDIKASTA JOULUA 11.12.2023!

NÄHDÄÄN 8.1.2024 KLO 12.00