

SINIKKA NOPOLA & TIINA NOPOLA

SELKEE

RISTO RÄPPÄÄJÄ

JA PULLISTELIJA

Selkomukauttaja
SATU LEISKO



Kuvitus
CHRISTEL RÖNNS

TAMMI

RISTO RÄPPÄÄJÄ

**JA
PULLISTELIJA**



Ensimmäinen painos

Selkomukautus:

Teksti © Satu Leisko ja Tammi 2026

Selkomukauttaja on hyödyntänyt mukautustyön alussa tekoälyä.

Kuvitus © Christel Rönns ja Tammi 2016

Graafinen suunnittelu © Laura Lyytinen ja Tammi 2025

Alkuteos:

Risto Räppääjä ja pullistelija

Teksti © Sinikka Nopola ja Tiina Nopola 2016

Kuvitus © Christel Rönns 2016

Tammi on osa Werner Söderström Osakeyhtiötä

Lönnrotinkatu 18 A, 00120 Helsinki

ISBN 978-952-04-8229-9

Painettu EU:ssa

Tuoteturvallisuuteen liittyvät tiedustelut: tuotevastuu@tammi.fi

SINIKKA NOPOLA & TIINA NOPOLA

RISTO RÄPPÄÄJÄ

**JA
PULLISTELIJA**



Kuvitus Christel Rönns

Selkomukautus Satu Leisko



TAMMI • HELSINKI

Henkilöt

Risto Räppääjä

Risto on 11-vuotias poika.
Hän asuu tätinsä Rauhan kanssa.
Risto harrastaa räppäämistä.



Rauha Räppääjä

Rauha on Riston täti.
Rauha on kiltti, mutta sählää usein.
Hän on ihastunut naapuriinsa Lennartiin.



Lennart Lindberg

Lennart on Riston ja Rauhan naapuri.
Hän on vähän ujo poikamies,
eli hän ei ole naimisissa.



Nelli Nuudelipää Perhonen

Nelli on Riston paras ystävä.
Hän asuu Riston ja Rauhan naapurissa.
Nellin vanhemmat ovat kiireisiä töissä,
ja siksi Nelli on paljon Rauhan ja Riston kanssa.



Bill Pöntinen

Bill Pöntinen on kehonrakentaja.
Hän muuttaa Riston naapuriin
poikansa Sylvesterin kanssa.
Billin vaimon nimi on Angelika.



Sylvester Pöntinen

Sylvester on Bill Pöntisen poika.
Sylvester on saman ikäinen kuin Risto.
Hän harrastaa kehonrakennusta isänsä kanssa.
Sylvesterin äiti on Angelika.



Elvi Räppääjä

Elvi on Rauha Räppääjän serkku.
Hän on ankara ihminen,
mutta auttaa sukulaisia mielellään.
Elvi tykkää pakastamisesta.



Sisällysluettelo

Luku 1: Riston ja Rauhan uudet naapurit	8
Luku 2: Risto miettii lihaksia ja punnertamista.....	15
Luku 3: Kutsu voimailukilpailuun	20
Luku 4: Sylvesterin harrastukset	25
Luku 5: Voimailukilpailut alkavat.....	28
Luku 6: Rauha kannustaa Pöntisiä	37
Luku 7: Rauha tekee räpin.....	42
Luku 8: Tyhmät Pöntiset!	49
Luku 9: Rauha ja Nelli jäätelöllä	52
Luku 10: Rauha hölkkää	56
Luku 11: Yhteiset voimasanat	62
Luku 12: Elvi puhelimessa.....	68
Luku 13: Elvi hoitaa Lennartia	72
Luku 14: Sylvester ja runot	78
Luku 15: Elvi kuulee totuuden	82
Luku 16: Huonossa kunnossa.....	87
Luku 17: Ei enää ikinä lettuja	91
Luku 18: Pullaa ja kakkua	98

Luku 19: Haluatteko voittoa vai hävitä?.....	104
Luku 20: Elvi punoo juonia.....	109
Luku 21: Unkarilaiset kilpailijat.....	114
Luku 22: Angelika	121
Luku 23: Kilpailun jälkeen.....	127
Luku 24: Totuus paljastuu.....	136
Luku 25: Siistiä!	143
<i>Tehtäviä kirjasta</i>	149

Luku 1:

Riston ja Rauhan uudet naapurit

Risto Räppääjä katsoo ikkunasta ulos.
Taivas on harmaa.

– Ei tunnu yhtään kesältä.
Miksi aurinko ei paista?
Ehkä se säästää itseään,
niin kuin minä säästän mansikkaleivosta,
Rauha Räppääjä juttelee.

Hän on Riston täti.
Risto asuu Rauhan luona.

– Minä söin jo oman leivokseni.
Miksi sinä et syö?
Risto sanoo.

Rauha ottaa leivoksen rasiasta
ja syö sen heti.
Sitten hän kaatuu sohvalle.
Hänellä on tylsää.



Yhtäkkiä he huomaavat jotakin uutta.
Pihalla kävelee iso ja leveäharteinen mies,
joka vetää matkalaukkua.
Hänen perässään tulee poika,
joka kantaa urheilukassia.

– Keitä nuo ovat?
He näyttävät vahvoilta,
Rauha sanoo.

– Tulevatko he meidän taloon?
Risto kysyy.

Hetken päästä Rauha seisoo eteisessä
ja tuijottaa ovisilmästä rappuun.
Mies ja poika menevät naapuriasuntoon.

– Risto! He ovat samanlainen pari kuin me.
He ovat isä ja poika!
Rauha huudahtaa.

– Mutta sinä et ole isä,
Risto sanoo.

Rauhan mielestä tämä on melkein sama asia.
Rauha ja Risto asuvat kahdestaan,
ja uudet naapurit ovat kahdestaan.
Heillä ei ole mukana äitiä.

Ovikello soi.
Risto juoksee avaamaan.

– Se on varmaan Nelli!
Risto sanoo innoissaan.

Mutta ovella on uusi naapurin mies.
Mies on hyvin isokokoinen,
hän on melkein yhtä leveä kuin ovi.
Myös Rauha tulee ovelle.

– Molskis!
mies sanoo.

– Molskis!
Rauha vastaa hämillään.

Mies kysyy:
– Olisko teillä pari egua lainata,
me duunattais munakas?

– Egua? Duunattais?
Rauha ihmettelee.

– Hän tarkoittaa kananmunia.
He tekevät munakasta,
Risto selittää.

Hän hakee kananmunia keittiöstä
ja antaa ne miehelle.
Mies kiittää ja hymyilee.

Rauha ojentaa kätensä miehelle
ja esittelee itsensä:
– Rauha Räppääjä.

Mies vastaa:
– Bill Pöntinen.
Me tultiin Kokemäeltä.

– Tässä on Risto,
hän on minun sisareni poika,
Rauha esittelee Riston.

Risto tuijottaa Billin käsivarsia.
Niissä on isot lihakset ja paksut verisuonet.
Bill huomaa Riston katseen
ja pullistaa hauistaan.

– Vau, Risto ja Rauha sanovat.

Silloin Billin poika juoksee paikalle.
Myös hän pullistaa lihaksiaan.

– Tässä on Sylvester,
Bill esittelee pojan.



Risto katsoo poikaa.

– Sano nyt hei,
Rauha komentaa Ristoa.

Risto mutisee: – Hei.

– Kuinka vanha sinä olet?

Rauha kysyy pojalta.

– Yksitoista, Sylvester vastaa.

– Sinä olet saman ikäinen kuin Risto!

Rauha sanoo iloisesti.

Bill kertoo,

että he vuokrasivat naapurin asunnon.

He asuvat siinä kaksi viikkoa,

kun he valmistautuvat kilpailuun.

Bill kiittää Rauhaa kananmunista

ja lähtee takaisin asuntoonsa.

Sylvester menee isänsä perään hitaasti.

Hän katsoo kerran taakseen.

– Sylvester vaikuttaa mukavalta.

Kutsu hänet joskus kylään,

Rauha ehdottaa.

– Ei käy.

Sylvester ei ole mun tyyppiä,

Risto mutisee.

Luku 2:

Risto miettii lihaksia ja punnertamista

Seuraavana aamuna Risto seisoo peilin edessä
ja jännittää hauistaan.
Hänen kätensä alkaa täristä.

– Miksi minun käsivarteni ei ole samanlainen
kuin Billillä ja Sylvesterillä?
Risto kysyy Rauhalta.

– He varmasti treenaavat koko ajan.
Minulla oli nuorena luokkakaveri,
jolla oli isot rintalihakset.
Hän harjoitteli punnertamalla.
Minä näytän,
Rauha sanoo.





Rauha menee lattialle mahalleen
ja näyttää, mitä on punnertaminen.
Hän yrittää nostaa itsensä ylös käsillään,
mutta putoaa takaisin lattialle.
Punnertaminen ei ole ihan helppoa.

Ristokin yrittää punnertaa.
Hän onnistuu punnertamaan kaksi kertaa.
Sitten hän juoksee peilin eteen
ja katsoo hauistaan.

– Ei tapahtunut mitään,
Risto toteaa.

– Sinun täytyy punnertaa joka päivä
ainakin 30 kertaa,
Rauha selittää.

– Joka päivä?
Silloin minä en ehdi tehdä mitään muuta,
Risto ihmettelee.

– Totta.
Ja sinä olet ihan hyvä tuollaisena,
Rauha sanoo.

Risto on helpottunut.

Ovikello soi.

Risto epäilee,
että Sylvester on taas ovella.

– Täällä on Nelli!
Riston ystävä Nelli huutaa postiluukusta.

Risto ilahtuu
ja juoksee avaamaan oven.

– Hei Risto, mitä sinä olit tekemässä?
Nelli kysyy.

– En mitään...
Risto vastaa.

Hän ei halua kertoa,
että hän punnersi.

Silloin naapurin ovi avautuu.
Sylvester tulee ulos asunnosta
ja antaa Ristolle paperipussin.

Nelli katsoo Sylvesteriä
ja kysyy:
– Kuka sinä olet?

Sylvester kertoo Nellille nimensä,
ja Nelli esittelee itsensä.
Sylvester vilkaisee Ristoa
ja menee takaisin kotiinsa.

Risto katsoo paperipussiin.
Sen sisällä on kaksi kananmunaa.

Hän kertoo Nellille:
– Ne lainasivat eilen meiltä kananmunia.
Nuo uudet naapurit Bill ja Sylvester.

Sylvester kuulemma punnertaa joka päivä.
Se on aika typerää.

Nelli katsoo asunnon postiluukkua.
Siinä lukee nimi Pöntinen.

– Onko sen nimi Sylvester Pöntinen?
Jännä nimi.
Se voi olla kiva poika.
Tutustutaan siihen.
Voidaan tehdä jotakin yhdessä,
Nelli ehdottaa.

– Ihan tavallinen nimi se on.
Ja se poika on vieras meille,
Risto sanoo.

Hän ei innostu Nellin ehdotuksesta.



Risto Räppääjä ja pullistelija nyt selkokielellä!

Risto Räppääjä saa uusia naapureita:
Bill ja Sylvester Pöntinen muuttavat samaan taloon.
He harrastavat kehonrakennusta.
Ristoa taas ei kiinnosta pullistella lihaksia.



Mutta Riston paras kaveri Nelli
ystävystyy Sylvesterin kanssa,
ja Rauha-täti pitää Billistä.
Risto ja Lennart haluavat näyttää,
että hekin ovat vahvoja.



Onko Sylvester oikeasti pelkkä pullistelija?
Entä kuka on paras kädenväännössä?



Christel Rönns

Sinikka Nopola

Tiina Nopola



9 789520 482299

www.tammi.fi

L84.2

ISBN 978-952-04-8229-9



Kannen kuva: Christel Rönns