

**KUULONÄKÖVAMMAISTEN LEHTI**  
**No18/1979**



# KUULONÄKÖVAMMAISTEN LEHTI

Ilmestyy 22 kertaa vuodessa

N:o 18

31. pnä lokakuuta 1979

5. vuosikerta

## JULKAISIJA

Sokeain Keskusliitto ry

Varat tämän lehden kustannuksiin on lahjoittanut  
Lions-piiri 107 N

## PÄÄTOIMITTAJA

Ulla Kiikka

## TOIMITUKSEN OSOITE

Sokeain Keskusliitto ry

Mäkelänkatu 52 A

00510 Helsinki 51

## SISÄLLYS

|                           |   |
|---------------------------|---|
| Sokeain viikko 1979 ..... | 3 |
| Uutiset .....             | 4 |

|   |    |
|---|----|
| Viittomakielen taustaa .....  | 6  |
| Turska .....  | 10 |
| Niksejä keittiöön .....   | 13 |
| Poimintoja syysmuodista .....                                       | 14 |
| Mitä ja milloin syömme .....  | 15 |
| Ruokaa kaalista ja jauhelihasta .....                               | 17 |
| Valkoinen keppi .....   | 20 |
| Yhteenveto Tyyskylän kurssista .....                                | 21 |
| Ystävä leiriltä Merilästä .....                                     | 24 |
| Lakkasato Korpisalmen kylässä .....                                 | 25 |
| Ahti Myyrä Ojakkalasta seitsemän kultaa<br>SM-yleisurheilussa ..... | 26 |
| Kuortaneen vauhdikkaat kuurosokeat .....                            | 30 |
| Suomen kuuluisin kirjailija .....                                   | 35 |

## SOKEAIN VIIKKO 1979

Tämän vuoden Sokeain viikko on marraskuussa alkaen sunnuntaina 11.11. Viikon aihe on **n ä k ö v a m m a i n e n l a p s i**. Myhän vietetään koko maailmassa YK:n lapsen vuotta, ja siksi myös Sokeain viikolla halutaan erikoisesti kiinnittää huomiota lapsiin.

Viikon tärkein tai ainakin hauskin tilaisuus on **n ä k ö v a m m a i s t e n l a s t e n k u l t t u u r i t a p a h t u m a** Arkadian koululla, Arkadiankatu 28, sunnuntaina 11.11. klo 10–18. Siellä on mukava meininki koko päivän, näyttelyjä, satuja, pelejä, luovaa toimintaa, musiikkia jne. Päivän pääjuhla, joka samalla virallisesti avaa viikon, alkaa klo 13. Siellä kuullaan viikon suojelijan Helvi Sipilän tervehdys, lasten ohjelmanumeroita sekä näkövammaisten lasten kirjoituskilpailun palkintojenjako. Kello 16 nähdään vielä lastentatteria, Penniteatterin esittämä Purkkipoika. Kaikki joukolla mukaan.

Muuten Sokeain viikolla ei ole erityisiä tapahtumia, vaan lähinnä yritetään saada lehdet, radio ja TV kertomaan näkövammaisista tavallista enemmän.

## UUTISET

Tampere juhli virallisesti perustamisensa 200-vuotispäivää 1. lokakuuta. Kutsuvieraiden joukossa olivat mm. presidentti Urho Kekkonen ja Ruotsin Kuninkaspari Kaarle Kustaa ja Silvia.

---

Suomen öljylasku nousee tänä vuonna yhdeksään miljardiin markkaan. Viime vuodesta öljylasku on kasvanut yli puolet. Vientikaupasta saatavista markeista joka viides menee öljylaskun maksamiseen. Vaikka energiantuottamisessa on pyritty siirtymään muihin polttoaineisiin, tuotetaan koko maan energiasta yhä yli puolet öljyä polttamalla.

Raakaöljyn hinnankorotusten lisäksi Suomen öljylaskua kasvattaa ns. Rotterdamin öljymarkkinat. Rotterdamissa määrätään valmiiden öljytuotteiden hinnat kysynnän ja tarjonnan mukaan. Hinnat ovat nousseet ja esimerkiksi kevyt polttoöljy maksaa kolme kertaa niin paljon kuin vuosi sitten. Rotterdamin hinnat vaikuttavat myös Neuvostoliitosta tuotavien öljytuotteiden hintoihin.

---

Lokakuun alussa kirkkolaisissa tuli voimaan muutos, sen mukaan lapset voivat päästä ehtoolliselle vanhempiansa mukana.

---

Ruotsin uuden porvarillisen enemmistöhallituksen pääministeri on Thorbjörn Fälldin. Uudessa hallituksessa on kahdeksan ministeriä valtiollisesta kokoomuksesta, seitsemän keskustapuolueesta ja viisi kansanpuolueesta. Hallituksella on takanaan valtiopäivien enemmistö voimasuhtein 175-174. Sosiaalidemokraatit ja kommunistit ovat oppositiossa, eivät siis ole mukana hallituksessa.

---

Englantilainen Godfrey Hounsfield ja amerikkalainen Allan Cormack jakoivat tämänvuotisen lääketieteen Nobel-palkinnon, joka on 800 000 kruunua (runsas 700 000 markkaa). Tutkijat saivat palkinnon työstään ns. kerroskuvauksen kehittämisessä. Lääkärit pystyvät tietokonekerroskuvauksen avulla näkemään ihmiskehon sisäosat kolmiulotteisena. Menetelmä antaa hyvin tarkan kuvan esim. aivoista ja sitä ympäröivistä onteloista.

---

Suomalaiset hiihtäjät hakevat kuntoa alppijäätiköltä. Toistakymmentä olympiahiihtäjää harjoittelee Lake Placidin olympialaisia varten Itävallassa Ramsauortissa. Hiihtäjät harjoittelevat jäätikkölumella, joka ei sula koskaan. Paksuimmillaan jäätikkökerros on yli 60 metriä. Harjoitusleirillä hiihtäjät totuttautuvat hiihtämään ohuessa vuoristoilmassa 2 900 metrin korkeudessa.

---

## VIITTOMAKIELEN TAUSTAA

Käsien käyttö puheen apuna on hyvin vanha tapa. Vanhoissa egyptiläisissä rahoissa käytettiin sormimerkkejä rahan arvoa ilmaisemaan. Yleisemmin tunnetaan intiaanien käyttämät käsimerkit. Viittomakieli kuurojen käyttämänä on ollut vähemmän tunnettu. Ensimmäisiä tietoja viittomakielestä on kuurojen opetuksen alkua ajoilta. 1760- tai 1770 luvulla pappi L'Epee perusti Pariisissa ensimmäisen kuurojen koulun. Viittomakieltä alettiin käyttää kuurojen opetuksessa. L'Epeen viittomakieli levisi myöhemmin muidenkin kuurojen opettajien keskuuteen.

Viittomakieli levisi myös Ranskan ulkopuolelle. Näin levisi eri maihin viittomakieli. Jo 1500-luvulta lähtien on tehty yrityksiä kuurojen opettamisesta, mutta niistä ei ole tarkkoja tietoja.

Kuurojen keskuudessa oli syntynyt samantyyppisiä viittomakielisiä jo ennen opetuksen alkua. Kielen oppiminen kuulon avulla oli mahdotonta. Viittomakielen avulla päästiin kosketukseen toisten kanssa. Kuurot ovat ymmärtäneet toisiansa parhaiten joten viittomakieli onkin kehittynyt ja levinnyt kuurojen kautta.

Ensimmäinen viittomakieltä käsittelevä kirja ilmestyi 1640-luvulla. Kirjan oli julkaissut englantilainen lääkäri Jhon Bulwer. Kirjassa suositeltiin enemmän sormiaakkosten käyttöä kuurojen opetuksessa. Myöhemmin puheopetuksen kannattajat alkoivat kieltää viittomakielen kouluissa. Silloin pappi L'Epee julkaisi v. 1776 laajan viittomakieltä käsittelevän kirjan. L'Epee mainitsi kirjassaan, että viittomakielen avulla voidaan kuuroja kannustaa opiskeluun. Kuurojen opettajat helpommin ymmärsivät puhetta kuin viittomakieltä. Puheopetus tuli kuurojen kouluihin ja viittominen oli kiellettyä. Silloin ajateltiin myös, että puheopetuksen avulla kuurot oppivat puhumaan samalla tavalla kuin normaalikuuloisetkin.

Koska viittomakieli oli kouluissa kielletty ei viittomakieltä hyväksytty muuallakaan. Kuulevien keskuudessa eivät kuurot uskaltaneet viittoa. Kuurot keskenään viittoivat, koska viittomakieli oli kuuroille välttämätön.

1850-luvulla C.O. Malm perusti Porvooseen Suomen ensimmäisen kuurojen koulun. Malm itse oli syntymäkuuro ja toimi opettajana omassa koulussaan. Noin 50 vuotta käytettiin opetuksessa viittomakieltä. Vuosisadan vaihteessa tuli Suomeen kuurojen kouluihin puheopetus ja viittomakieli kiellettiin. Malmin oppilas D.F. Hirn valmisti vuonna 1910 vihon, jossa viittomia selvitettiin sanoin ja kuvin. Hirn totesi, että kaikki kuurot tarvitsevat viittomakieltä. Myöskin kuurojen lähellä olevat henkilöt tarvitsevat viittomakieltä. Hirnin kuoltua hänen ystävänsä valmistivat vielä vuosina 1911 ja 1916 jatkoa Hirnin sanakirjaan. Kielteinen asenne viittomakielen lopetti kaiken julkisen työn viittomakielen hyväksi.

Viittomakieli heräsi Suomessa 1960-luvulla lähinnä Tanskan, Ruotsin ja Norjan esimerkkiä seuraten. 1960-luvulta lähtien on viittomakielen arvostus koko ajan kasvanut. Nyt monet kuulevatkin haluat opiskella viittomakieltä. Kuulevat tarvitsevat opiskeluun kirjoja. Kuurojen Liitto julkaisi vuonna

1965 viittomakielen sanakirjan, jossa on noin 3 000 viittomaa. 1970 ilmestyi alkeisopetuksen kirja, jossa on noin 300. viittomaa. 1973 ilmestyi Viittomakielen kuvasanakirja, jossa on yli 3 000 viittomaa (uudempi painos). 1974 ilmestyi Viittomakielen opas, tavallaan viittomakielen kielioppi. 1975 ilmestyi matemaattis-tekninen painatustoimikunnan mietintö, jossa on noin 800 viittomaa.

Suomen ensimmäisen kuurojen koulun perustaja C.O. Malm oli itse käynyt koulunsa Ruotsissa. Malmin mukana tulivat sormiaakkoset Suomeen. Sormiaakkoset levisivät yli koko maan ja tulivat yleisesti käyttöön. Samanlaisia sormiaakkosia käytettiin Suomen lisäksi vain Ruotsissa ja Portugalissa. Vuonna 1965 siirryttiin Suomessa uusiin sormiaakkosiin. Näitä uusia sormiaakkosia kutsutaan kansainvälisiksi sormiaakkosiksi. Esimerkiksi Ruotsissa käytetään vielä vanhoja sormiaakkosia. Suomessa iäkkäät kuurot käyttävät enimmäkseen vanhoja ruotsalaisia sormiaakkosia ja nuoremmat kuurot uusia sormiaakkosia.

Pirjo Rissanen

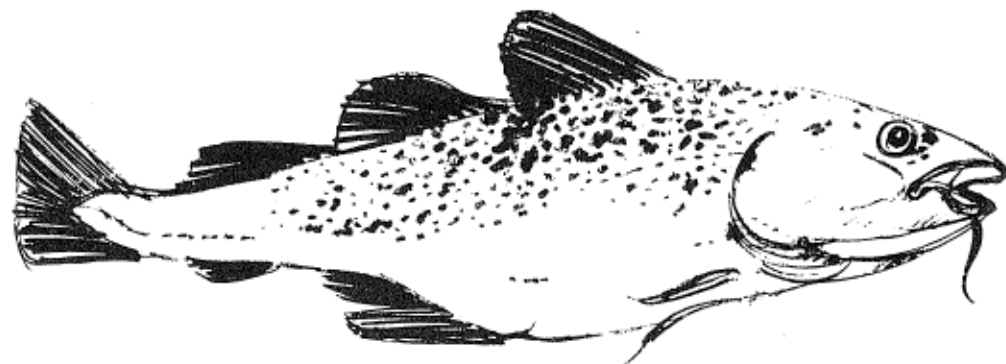
## TURSKA

Petri Kinnunen

Suomalaiset syövät vuosittain turskakalaa noin 7000 tonnia. Koko tämä määrä tuodaan maahamme valmiiksi käsiteltynä. Kalat ovat fileoitu (perattu ja leikattu palasiksi) tai pakastettu. Tuoretta turskaa Suomessa syödään vähän. Koska tavallisesti turskaa saadaan Suomessa vähän, eivät suomalaiset ole tottuneet käyttämään turskaa ravinnokseen (ruokana). Turska on valkolihainen, hyvänmakuinen kala. Sen voi valmistaa paistamalla, keittämällä, savustamalla tai suolaamalla.

Millainen kala turska oikein on? Turska on suolaisen meren kala. Atlantilta sitä pyydetään (kalastetaan) satoja tuhansia tonneja vuosittain. Kalastusta harjoittavat kaikki maapallon tärkeimmät kalastusmaat, esimerkiksi Neuvostoliitto, Norja, Japani ja USA. Itämerestä sitä kalastavat kaikki Itämeren rannikkovaltiot. (Ruotsi, Tanska, Puola, Neuvostoliitto ja DDR). Viime vuonna niiden yhteissaalis oli yli 150 000 tonnia tätä merten ahmattia.

Turska voi kasvaa jopa 1,5 metriä pitkäksi ja 50 kiloa painavaksi kalaksi. Suomessa suurin saatu turska on painanut 25 kiloa. Kala saatiin v. 1966 Poris-



sa. Turskakaloja on useita eri lajeja, esim. tavallinen turska, kolja, valkoturska, molva, kummeliturska ja seiti. Kaikki lajit ovat pääpiirtein samannäköisiä. Niillä on tavallisesti 3 selkäevää, 2 peräevää ja leuan alla viiksisäie. Kala on sukkulamainen ja litteä. Väriltään se on harmaanvihreä tai ruskeanvihreä. Täysikasvuinen turska on oikea petokala. Se ahmii (syö) silakoita, killkejä, pohjaäyriäisiä ja muita meressä eläviä kaloja. Syötyään 7-8 kiloa toisia kaloja lisääntyä turskan paino yhden kilon. Turska viihtyy parhaiten 20-200 metrin syvyisessä voimakkaan suolaisessa meressä. Kutuaika sillä on huhti-heinäkuussa.

Pohjanlahden ja Suomenlahden vesi on turskalle liian suolatonta. Niinpä se ei voi lisääntyä Suomen rannikolla. Kutupaikkoja on etelämpänä Itämerellä ja Atlantilla. Suurten nousuvesikausien (Itämeren vedenpinta nousee korkeammaksi kuin Pohjanlahden

ja Suomenlahden) tulee Suomen rannikolle normaalia suolaisempaa vettä ja veden mukana siirtyy myös turskan mätiä. Viimeksi tällainen kausi on ollut 1970-luvun alussa. Sen jälkeen on Suomessa saatu turskaa ennätysmäisiä saaliita. Viime vuonna saalis oli 600 tonnia.

Kalastajat, jotka kalastavat ammatikseen, eivät ole suuriin turskasaaliisiin tyytyväisiä. Päinvastoin he vihaavat kalaa, koska kalasta saatava hinta on pieni. Heti kun kala saadaan on jokainen kala »pistettävä» (eli siitä on päästettävä veri pois). Jos näin ei tehdä, kala pilaantuu. Harrastajakalastajalta »pistäminen» käy kätevästi, koska kaloja ei ole paljon. Ammattikalastaja, joka verkosta tai lohisiimasta, voi saada turskaa samalla kertaa jopa tuhansia kiloja ei ehdi »pistämään» jokaista kalaa erikseen. Kala pilaantuu, eikä mene kaupaksi. Se kelpaa vain suurien minkkitai kettutarhojen ruoaksi. Tästä rehukalasta maksettava kilohinta on pieni. Ammattikalastajan ei siis kannata kalastaa turskaa siitä saatavan huonon hinnan vuoksi.

Asiantuntijat arvelevat, että tämän pyyntikauden suuret turskasaaliit jatkuvat vielä parin vuoden ajan. Parin kolmen vuoden kuluttua osa turskista tulee täysikasvuiseksi ja sukukypsiksi (ne voivat lisääntyä). Ne aloittavat vaelluksen Suomen rannoilta suo-

laisemmille vesille etelään Itämerelle ja edelleen Tanskan salmien kautta Atlantin valtamerelle. Tähän asti turskaa on saanut Suomen rannikolta Vaasan tienoilta Rauman, Turun, Helsingin ja Kotkan rannoilta aina Suomenlahden itäisimpään perukkaan asti.

## NIKSEJÄ KEITTIÖÖN

- Käytä keittiöhommissa mahdollisimman paljon saksia. Esim. nakkien paloitteluun, lihan leikkaamiseen, pannukakun paloitteluun jne. Silakan perkaamiseenkin saksit sopivat.
- Juustohöylä on käyttökelpoinen mm. kaalin suikaloimiseen, omena- ja kurkkuviipaleiden höyläämiseen, sillä saat myös voi- ja jäätelölastuja.
- Vanhoista hammasharjoista on hyötyä: niillä voi puhdistaa monta koloa ja nurkkaa, joihin ei muilla välineillä pääse esim. lattialistojen raot, metalliesineiden saumat, lieden ja keittolevyjen yhtymäkohdat, uurteet jne.
- Muovisten ryynipussien suut pysyvät kiinni pyykkipojalla.



● Ota tavaksi kastaa puuesineet kylmällä vedellä ennen käyttöön ottoa. Väriaineet ja maut eivät tartu silloin puuhun niin helposti. Huuhtelee pesty puesine viimeksi kylmällä vedellä.

● Sähkökäyttöinen kahvinkeitin puhdistuu, jos keittimessä keitetään etikkavettä. Kun käytetään Rajamäen etikkaa, se laimennetaan vedellä: 1 osa etikkaa, 10 osaa vettä. Huuhto keitin etikkapuhdistuksen jälkeen keittämällä siinä monta kertaa puhdasta vettä.

## POIMINTOJA SYYSMUODISTA

- ★ Vaatteiden kokonaiskuva on kaventunut
- ★ Olkapäät topataan kevyesti tai niissä on laskoksia
- ★ Hameet ovat suorina ja kapeita
- ★ Hameenhelma on kiivennyt vähän ylemmäksi
- ★ Takit ovat yksinkertaisia malleiltaan, villakan-kaat suosittuja

- ★ Väreistä ykkössijalla viininpunainen, violetti, harmaa, harmaansininen, musta ja sinapinkeltainen

## MITÄ JA MILLOIN SYÖMME

Maaseudulla syötiin aikaisemmin kolme lämmintä ateriaa päivittäin ja niiden välillä vielä välipalaa. Työ oli raskasta ja energiaa tarvittiin. Aterian jälkeen levättiin ruokalepo, niin että ruoka sulii kunnolla.

Nyt moni kiireinen ihminen on luopunut säännöllisestä ruokailurytmistä ja hotkaisee suuhunsa milloin ja mitä ehtii. Moni laiminlyö aamuaterian ja vieläpä puolenpäivän aterian. Silloin illalla kotiintultua on niin kova nälkä, että on syötävä koko päivän edestä. Tästä seuraa elimistön yhtäkkinen kuormitus, veren rasvapitoisuus nousee. Liikunta on vähäisempää illalla ja ravinto muodostaa rasvakerroksia kehon eri puolille. Usein illalla napostellaan jotain hyvää tai juodaan olutta.

Ihmisen elimistö tarvitsee ravintoa jatkuvasti. Sen vuoksi olisi ateriat jaettava tasaisesti pitkin päi-

vää tai valveilla oloaikaa jos käy vuorotyössä. Tämä auttaa veren sokerin tasaisena pysymistä ja estää nälän tunnetta. Silloin pystyy syömään vähän kerrallaan, eikä joudu kamppailemaan ylipainon kanssa. Vanha maaseudun tapa, syödä kolme kertaa päivässä, on edelleen suositeltava, jos se käytännössä on mahdollista. Tällöin elimistö pystyy käyttämään saamansa ravinnon tehokkaasti. Liikunta on välttämätöntä, jotta ravinto tulisi tarkkaan käytetyksi ja lihakset säilyisivät kunnossa. Riittävää suojaravintomäärää ei saa jos syö hyvin vähän.

Yksityiskohtaisten ruokaohjeiden antaminen kaikille on mahdotonta, sillä ruoan laatu ja määrä vaihtelevat työn raskauden mukaan. Siksi annankin yleisohjeita, joita jokainen voi soveltaa omaan ruokavalioonsa.

Aamuateria I. aamupala tulisi olla riittävän monipuolinen sisältäen viljatuotteita, maitovalmisteita, marjoja, mehuja tai hedelmää sekä leikkeitä. Tämän lisäksi voi olla kahvia tai teetä. Pelkkä »pullakahvi» ei riitä.

Lounas: sen useimmat työkäiset nauttivat työpaikalla. Mikäli siellä ei ole ruokailua järjestetty, on huolehdittava monipuoliset eväät mukaan. Lounas on päivän pääateria.

Päivällinen: sen pitäisi olla perheen yhteinen

ateria, maultaan hyvä, mutta ei liian raskas. Sen pitäisi täydentää aamuateriaalla ja lounaalla saatua ravintoa.

Välipalat pitäisi suunnitella keveiksi ja virkistäviksi esim. hedelmät ja kasvikset sopivat mainiosti. Näin voimme lisätä niitä ruokavalioomme.

Sirkka S.

## RUOKAA KAALISTA JA JAUHELIHASTA

Saat mehevempiä lihapyöryköitä uunissa kun kaadat paistamisen loppupuolella vuokaan 2-3 dl lihalientä tai tomaattimehua. Lihapyöryköiden paistoaika on n. 25 min. Voit valmistaa pyörykät esim. seuraavan ohjeen mukaan:

- 400 g jauhelihaa
- 1 dl korppujauhoja
- 2 dl tomaattimehua, lihalientä tai kermaa
- 1 sipuli hienonnettuna
- 1 muna
- 2 tl suolaa

1/2 tl valkopippuria

1/2 tl paprikaa

Mittaa korppujauhot ja neste kulhoon, anna turvota n. 5 min. Lisää muut aineet ja mausteet. Jos käytät lihalientä nesteenä, lisää suolaa varovaisesti.

Sekoita taikina tasaiseksi ja muodostele lihapyöryköitä. Paista uunivuoassa.

#### J u u r e s s o s e

1/2 lanttua

1/2 selleriä

3 porkkanaa

4 perunaa

vettä, suolaa

1 rkl voita

muskottipähkinää

Pese, kuori ja viipaloi juurekset. Keitä kypsiksi vähässä suolalla maustetussa vedessä. Kaada keitinliemi pois ja ota se talteen. Soseuta juurekset sähkövatkaimella tai survimella. Lisää 2-3 dl keitinlientä, voi ja mausta.

#### K a a l i s a l a a t t i

1/4 valkokaalia

pieni kukkakaali

pala kurkkua

2 omenaa

kastike: 1 rkl viinietikkaa

3 rkl öljyä

1/2 tl suolaa

1/4 tl valkopippuria

Leikkaa kaali, kurkku ja omena suikaleiksi tai raasta karkeaksi raasteeksi. Lohko kukkakaali.

Mittaa kastikkeen aineet pieneen pulloon ja ravistele sekaisin. Kaada kastike salaattinesten joukkoon. Anna salaatin maustua kylmässä ennen tarjoilua.

#### K a a l i - j a u h e l i h a p a t a

300 g jauhelihaa

1/2 kaalia

3 porkkanaa, 1 sipuli

2-3 dl vettä tai lihalientä

5 maustepippuria

1/2 tl meiramia

1/2 tl paprikaa

suolaa

Leikkaa kaali suikaleiksi, porkkanat ja sipuli viipa-

leiksi. Voit ruskistaa jauhelihan jos haluat. Lado ainekset kerroksittain pataan, lisää mausteet ja kaada lihaliemi päälle. Kypsennä n. 30-40 min. liedellä tai uunissa.

## VALKOINEN KEPPI

Siinä ei ole häpeämistä, että kuurosokealla on valkoinen keppi mukana. Ihmiset katsovat, mutta se ei ole vaarallista. Kepistä he tietävät, että henkilö on näkövammaisen ja usein auttavat ystävällisesti.

Jos ihminen on näkövammaisen eikä halua valkoista keppiä, voi sattua että ihmiset törmäävät näkövammaiseen vahingossa. Vahinkoja sattuu helpommin jos keppi ei ole mukana. Ihmiset eivät tiedä varoa. Ota valkoinen keppi mukaan, ihmiset huomaavat sen, ei tule vahinkoa, eivät törmää näkövammaiseen. Muista se, valkoinen keppi on turvallisuutta.

Hilkka Silonen

## YHTEENVETO TYYSKYLÄN KURSSISTA

Kesä on vaihtunut syksyksi. Tämän vuoden kurssit ovat ohi. Uusia kursseja ensi vuodelle on suunniteltu. Palataan kuitenkin hetkeksi kesään ja Tyyskylän kurssiin. Kolmen viikon kurssi oli valkoisen kepin käytön opiskelua, pistekirjoituksen- ja viittomakielien opiskelua sekä askartelua. Ilmat olivat aika hyvät, joten ulkoilimme paljon.

Tuttujen askareiden lomassa kokeilimme monenlaista uuttakin. Paatelaisen Heikin kanssa ajettiin tandem-pyörällä (kahden ajettava pyörä). Lipastin Rauno vei koko kurssin haistelemaan meri-ilmaa ja taas sai jokainen halukas vuorollaan purjehtia Raunon kanssa. Metallipajan työnjohtajan tytär karautti eräänä kauniina aamuna ratsullansa pihamaalle. Saimme ratsastaa. Jokainen vuorollansa taas kapusi hevosen selkään ja kuka ei omin voimin päässyt hänet autettiin.

Retkiäkin tehtiin. Kävimme bussilla Seurasaaressa, joka on Helsingissä. Siellä tutustuimme museorakennuksiin ja meille esiteltiin hyvin vanha kirkko. Oravat olivat niin kesyjä, että söivät pähkinöitä kädessä. Olimmekin varanneet monta pussillista pähkinöitä oravia varten. Toinen retki tehtiin Linnanmäel-

le. Minun täytyi koko sydämestäni ihailla kurssilais-  
ten rohkeutta ja huimapäisyyttä. Vuoristoradalla  
ajoivat niin vanhat kuin nuoret ja jotkut jopa kah-  
teen kertaan. Ravintola-ilta Lohjalla kuului myös  
ohjelmaan. Kuurosokeiden kanssa on hauska käydä  
myös ravintolassa. Jokainen osaa käyttäytyä hienos-  
ti — osaa rentoutua oikealla tavalla, jota läheskään  
kaikki kuulevat eivät osaa tehdä.

Pitkinä syksyiltoina moni kurssilainen palaa aja-  
tuksineen niihin moniin, moniin uusiin kokemuksiin  
ja erilaisiin kesän tapahtumiin. Toivottavasti kesän  
muistot jaksavat korottaa mieliä niinä harmaina päi-  
vinä, joita meillä kaikilla on.

Ryhmätöinä pohdittiin kuurosokeiden asemaa  
Suomessa. Kussakin ryhmässä yritettiin löytää on-  
gelmiä, joihin kuurosokeat joutuvat päivittäin. Selvi-  
teltiin vapaa-ajankäyttöä ja siihen toivottuja muu-  
toksia. Keskusteltiin jokaisen odotuksista tulevai-  
suutta ajatellen. Yhteenvetona ryhmätöiden ajatuk-  
sia:

1. P a l v e l u t a l o a pidettiin tärkeänä. Sijainti-  
paikkana ajateltiin kaupunkia, jossa olisi tarjolla  
enemmän ulkopuolisiakin palveluja. Ne jotka ovat  
lievemmin kuulo-näkövammaisia voisivat sijoittua  
inva-liikuntavammaisten palvelutaloihin. Laki tästä

olisi tarpeellinen, sillä se lisäisi enemmän mahdolli-  
suuksia kuurosokealle sijoittua useammalla paikka-  
kunnalla. Kuurosokeiden oma palvelutalo kiireelli-  
nen.

2. K u n n i l l e pitäisi jakaa tietoa kuurosokeista  
niin, että kunnat valveutuisivat itse kortistoimaan  
kuurosokeansa ja ohjaamaan kuntoutukseen. Tuki-  
henkilö olisi tarpeellinen.

3. T u l k k i - j a o p a s t u s p a l v e l u a kunnis-  
sa pitäisi järjestää.

4. L e i r e j ä j a k u r s s e j a eläkeläisille ilmai-  
seksi. Eläkkeeseen pitäisi saada esim. hoitotuki.

5. N u o r i l l e enemmän omia kursseja.

6. O p i s k e l i j o i l l e tulkkeja

7. M u i d e n i h m i s t e n k a n s s a t a s a -  
a r v o

Voi olla, että kursseilla ryhmissä pohtien ei aina  
muistu mieliin niitä toiveita ja ongelmia, joita te päi-  
vittäin kohtaatte. Te voisitte siellä kotona pohtia  
näitä asioita ja laittaa muistiin. Muistiinpanojanne  
voisitte lähettää vaikka Kaijalle tai minulle. Voisim-

me niitä pohtia ja niistä keskustella tulevilla kursseilla ja tehdä yhteenvetona useampiakin lehtikirjoituksia esim. Kuurojen Lehteen.

Lämmintä syksyä teille kaikille

Pirjo Rissanen

35400 Länkipohja

## YSTÄVÄ LEIRILTÄ MERILÄSTÄ

Helsingin hiippakunta järjesti alueella asuville kuurosokeille leirin. Leiri pidettiin Merilässä 26.6.– 2.7.79. Merilä sijaitsee Sipoossa, 35 km Helsingistä. Meitä oli leirillä kaikkiaan 23 henkeä, joista oli 13 kuurosokeita, 10 ohjaajia ja oppaita. Tuttuja olivat Hilka, Ilkka, Marja, Matti, Vieno ja Martti. Joka päivä aamupalan jälkeen oli lipunnosto. Voimistelimme erilaisia liikkeitä samoin illallakin. Leirin aikana meillä oli kävelylenkkejä, askartelimme, uimme, saunoimme ja lepäsimme. Torstaina me lähdimme tilauslinja-autolla Helsingin Seurasaareen. Siellä oli vastassa Kaija ja Pirjo. Sitten katselimme vanhoja taloja. Orava oli hypännyt Ahdin olkapäälle. Matka jatkui vesibussilla Seurasaaresta Mustasaareen. Siellä

joimme kahvia kesäkodilla, sen jälkeen alkoi paluumatka. Joka päivä illan vietossa oli monipuolista ohjelmaa kuten kilpailuja, lauluja ja näytelmiä. Sunnuntaina lähdimme bussilla Porvooseen. Kävimme museossa ja vanhassa kirkossa. Helsingin kuurojen pappi Jaakko Kontkanen kävi katsomassa meitä. Päätöspäivänä meillä oli juhla. Joimme kahvia ja söimme hyvän täytekakun. Matti teki taitavasti montaa täytekakkua. Maanantaina hyvästelimme leirinjohtajaa ja leiriläisiä, sitten lähdettiin kotimatalle.

Irma

## LAKKASATO KORPISALMEN KYLÄSSÄ

Leevi Haverinen

Siinä 12. päivä heinäkuuta alkoi jo olla lakat kypsiä. Kun näkevät lähimmäiseni menivät lähisoille, sinne oli jo ehtinyt tulla muitakin lakanpoimijoita. Aivan 10 kilometrin päästä tuli poimijoita kotimme lähelle oleville soille.

Suokin antaa satonsa. Keskellä suota on rahikko. Niissä on isoja lakkoja. Lakkamarjasato oli nyt koh-

talaisen hyvä.

Metsäisillä korvilla tai korpisuolla oli lakkoja vähemmän. Niitä oli paremmin aukeimmilla soilla ja soiden reunamilla. Soilla oli riittävästi kosteutta. Eikä kukinta-aikana ollut yöpakkasia.

Lakkamarja kypsyy nopeasti. Auringonpaisteessa kova muurain on jo vuorokauden kuluttua kypsä marja. Niin kävi täällä. Raakoja muuraimia oli jäänyt suolle.

Päivän kuluttua menivät uudelleen ja ne olivat kypsiä. Lakat pakastettiin ja niin talvellakin saa syödä hyviä lakkoja.

## AHTI MYYRÄ OJAKKALASTA SEITSEMÄN KULTAA SM YLEISURHEILUSSA

Ojakkalaisella Ahti Myyrällä on seitsemän yleisurheilun Suomen mestaruutta. Lisäksi hän on viimeisten neljän vuoden aikana voittanut neljä SM hopeamitalia ja viisi pronssimitalia. Mielilajeina 49-vuotiaalla ovat korkeushyppy ja kolmiloikka.

Ahti on ollut urheiluintoilija koko ikänsä, ensimmäiset kilpailunsa hän kävi jo 42 vuotta sitten.

Kuulo ja näkövamma ei intoa ole tukahduttanut, pudottanut vain harrastuslajeista pois painin, hiihdon ja pitkän matkan juoksut. Suomen mestaruutensa Ahti Myyrä on hankkinut näkövammaisten SM mestaruuskilpailuissa.

Ahti on kotoisin Karjalasta Viipurin maalaiskunnasta. Vihtiin hän muutti vuonna -50 ja asuu Ojakalassa Irma-vaimon, kahden tyttären ja veljensä kanssa.

4-vuotiaasta asti Ahti on ollut kuulovammainen. Hän kyllä kävi kuulevien kansakoulun, mutta toteaa, ettei koskaan kunnolla kuullut opettajan puhetta, vaan luki sanat tämän huulilta.

Nykyisin Ahdilla on apuna kuulokoje, mutta silti hänen on vaikea saada selvää toisten keskusteluista.

Ahti oli 23 vuotias kun verkkokalvon surkastuma heikensi hänen näkönsä. Näkövamma on sataprosenttinen. Tällä hetkellä hetkellä Ahti ei näe ihmisiääkään, vain mustia hahmoja.

Urheiluintoan ei mies kuitenkaan ole kadottanut:

Monta kertaa olen ajatellut lopettaa, mutta ei siitä mitään tule, hän naurahtaa.

## Seitsemän SM kultaa

Neljän vuoden aikana on Ahti Myyrä voittanut näkövammaisten Suomen mestaruuskilpailuissa seitsemän kultaa, neljä hopeaa ja viisi pronssia.

Ensi kertaa hän osallistui mestaruuskilpailuihin vuonna -75, jolloin voitti korkeudessa kultaa, oli toinen pituudessa ja kolmas kolmiloikassa. Seuraavana vuonna sijoitukset ovat: kolmiloikassa kolmas, pituuskilpailussa toinen sija ja korkeudessa kolmas. Vuonna 77 Ahdilla oli hyvä kilpailuvuosi ja kaikista kolmesta lajista irtosi kultamitalit. Viime vuonna tuli myös kultaa pituudessa ja kolmiloikassa, 60 metrillä pronssia.

Tämänvuotiset Suomen mestaruuskilpailut pidettiin elokuussa Porissa. Ahti Myyrä kilpaili sokeiden yli 40 vuotiaiden sarjassa ja oli 60 metrillä kolmas ajalla 9,3. Vauhdittomassa pituushypyssä hän voitti kultaa tuloksella 259, vauhdittomassa korkeudessa pronssia tuloksella 125 ja vauhdittomassa kolmiloikassa hopeaa tuloksella 743. Kolmiloikkakilpailun voittajan tulos oli sama kuin Ahdinkin, mutta toinen hyppy ratkaisi ojakkalalaisen hopealle.

Parempiin tuloksiin hän on kuitenkin tänä kesänä yltänyt näkövammaisten Helsinki-Tampere -ottelussa kesäkuussa, jolloin hän sai 60 metrillä ajakseen 9 sekuntia tasan ja ylitti korkeudessa ilman vauhtia

135 senttiä. Korkeushypyssä tunnustelen käsilläni riman korkeuden. Seison kylki rimaa kohden ja hyppään, kiertäen sen yli selvittelee Ahti tyyliään. Pikamatkoja ei juosta radalla vaan keskellä kenttää. Hiihto ja pitkät matkat jäivät. Hyppyjä Ahti Myyrällä ei ole kotonaan mahdollisuus harjoitella. Ketteryyttään (moniko 49-vuotias pystyy painamaan päänsä jalkojen väliin tai nostamaan jalkansa niskan taakse?) hän pitää yllä voimistelemalla kahdesti viikossa ja jokapäiväisellä kävelylenkillä. Nuorempana Ahti Myyrä harrasti kymmenen vuotta painia ollen Uudenmaan piirin kolmanneksi paras. Myös hiihto oli pitkään harrastuksena, mutta talviset lenkit oli pakko lopettaa kun latu ei enää erottunut, 800 metrin ennätyksenä Ahti Myyrällä on 26 vuotiaana juostu tulos 2.05,8. Pitkän matkan juoksut, aiemmin mukavasti taittuneet 1500 ja 3000 metriä, hänen täytyi lopettaa jo 60-luvun alussa. En pystynyt enää harjoittelemaan ja juoksemaan yksin hän kertoo. Yleensä sokeilla on pitkällä matkalla mukana opas, johon juoksija on nauhalla sidottu.

## Harjoja Sokevalle

Ahti Myyrällä näköaisti on käsissä. Vuonna 56-59 hän kävi puutarhakoulun ja alkoi hoitaa kaaliviljelyksiä. Kolme vuotta sitten hän aloitti Leppävaaras-



sa, näkövammaisten ammattikoulun ja oppi tekemään harjoja. Nykyisin Myyrällä on alakerrassa Ahdin oma verstaas jossa päivittäin valmistuu kestäviä harjoja Sokevalle toimitettavaksi. Viime aikoina on Ahti omin päin opetellut punomaan myös koreja. Kirjoja minä luen kuuntelemalla kertoo Ahti. Laina Sokeain Keskusliitosta äänikirjoja, kasetteja, joille on luettu romaaneja ja urheiluhistoriaa. Lisäksi voin lukea pistekirjoitusta ja kirjoittaa näkevien kirjoituksella.

Merja Lindström

## KUORTANEEN VAUHDIKKAAT KUUROSOKEAT

Yksi monien joukosta tarinoi

Minäkin ajattelin lähteä Kuortaneen urheiluopistolle 10.9--15.9.1979 kuntoani kohentamaan ja virkistytymään. Tapaamaan uusia ja vanhoja ystäviä. Asun Köyliön pienessä pitäjässä, jossa toimin hierojana. Minä olen siinä sivussa innostunut ajelemaan pyörällä. Niinpä minä lauantaina 8.9. ajelin Peipohjaan, os-

tin menopaluu lipun Seinäjoelle. Pyysin erikoispikajunaan istumapaikkalipun Tampereelta Seinäjoelle. Tuli sekin asia hoidettua ja mukava lenkki tehtyä (52 km).

Yritin etukäteen harjoitella, niin etteivät lihakset paikan päällä tulisi niin kipeäksi, ettei pääsisi sängystä ylös kuin konttaamalla. Aluksi voi tulla lihakset kipeäksi, mutta hyvää hiljaa tulee. Liikunnassa lihakset vetreentyvät ja siitä saa hyvän mielen kun paikat ovat kunnossa.

Laitoin urheiluvaatteet ym. kampeet kuntoon maanantaiaamun lähtöä varten. Taksilla huristeltiin asemalle, klo 7.20 juna Porista Tampereelle lähti. Arvatkaa kenet Tampereen asemalla näin? Apo Mikosen, joka vetää urheilupuolta. Hän sanoi ostaneensa lipun Tampereelta. Katseltiin yhdessä istumapaikkalippuja. Mikä yllätys! Hänellä oli kakkos- ja minulla ykköspaikka. Meillä oli mukavat jutut alkumatkassa. Onneksi otin kaksi omenaa mukaan toisillekin annettavaksi. Mietittiin, mikä yhteensattuma! Se taisi sittenkin olla kohtalonsormi, kun viereiset paikat saatiin. Meidän porukkaa tavattiin Seinäjoen linja-autoasemalla. Bussinkuljettaja oli ystävällinen ja vei meidät suoraan Kuortaneen Urheiluopiston pihaan. Meidän ei tarvinnut taksia ottaa kahden kilometrin takia. Meitä oli mukana yhteensä 28 reipailijaa. Jaettiin huoneet, tutustuttiin ympäristöön, urheiluhalliin, saliin, rantasaunaan ym. Kävimme pu-

ruradalla pienellä lenkillä. Jokainen sai oman kuntonsa mukaan kävellä, hölkätä tai juosta talon ympäri vaikkapa kuperkeikkaa, kuinka vain itselle sopi. Oppaita riitti. Eikä me pienestä sateesta välittäneet, tuli kiva pieni hiki metsäiseltä polulta. Porukalla hip-suteltiin uima-altaaseen pulikoimaan. Iltapäivällä tutustuttiin toisiimme kuntosalilla. Esittelimme itsemme Pirjon johdolla. Samalla kokeiltiin kuntovälineitä, joissa voi vahvistella eri lihaksia.

Oli lysti olla, mitä sen parempaa voi olla kuin yhdessä liikkua, syödä ja olla. Vetäjänä oli mainio mimmi Pirjo Rissanen. Hän piti huolen että kaikki oli jokaisen kohdalla kunnossa. Hän teki ehdotuksia ohjelmasta. Meillä oli vapaus suunnitella, kuinka meille sopi. Illalla tuli menevä kiltiksi ristitty Kaija Salekari katsomaan kuinka meillä pyyhkii. Seuraavana iltana hänen piti lähteä työnkiireittein takia. Mukana oli Vaasan tyttö, kuurojen liiton sosiaaliohjaaja, Carita Jakobsson opastaen ja viittoen railakkain menoin.

Nimeksi annettiin viimeinen kun viimeisenä tultiin ja mentiin. Raili Huovisen lisäksi oli hänen veljensä Risto Huovinen, joka valmistuu vuoden kuluttua liikunnanopettajaksi Jyväskylän yliopistosta. Hän ja Apo huolehtivat liikunnallisen puolen.

Joensuusta roteva Seppo Mertanen veti judoa. Hän kertoi mitä on judo, se on Kiinasta alkuaan, Japanissa kehitetty, myös Suomeen levinnyt. Nyt toista kertaa kuurosokeiden leirillä opeteltiin judoa. Ai-

kaisemmin luultiin, että judo ei sovi kuurosokeille. Mitä pitemmälle ohjaus on edennyt, sitä selvemmin on huomattu judon sopivan tällekin vammaisryhmälle. Harjoittelu alkaa perusteellisella jumpalla, sen tarkoitus on valmistaa jokainen lihasryhmä tulevaan tekniikan hiomiseen. Olennaisin harjoittelu kuurosokeille tähtää oikean kaatumistavan oppimiseen. Myös fyysisen (= ruumiillisen) kunnon kohentaminen on tärkeää. Meille se on hyvä juttu, ei ole pelkoa, kun osaamme kaatua oikein.

Tiistaina oli lenkkeilyä, ihaninta uima-altaassa oli vesijumppa, kieriskeltiin, hypittiin jenkkää. Iltaa varten valmisteltiin juhlakuntoon. Menimme Nokiotta-klubiin. Siellä nautittiin jauhelihapizzaa tomaatilla höystettynä ja kahvit. Musiikkia johti Markku Nykäsen yhtye haalareissaan. Tunnelma oli korkealla tanssilattialla. Keskiviikkona ahkoitiin liikunnan, la tanssilattialla. Keskiviikkona ahkeroitiin liikunnan, judon parissa, aluksi jaloilla hierottiin roppa takaa, hyvää teki jumpan päälle.

MS-kurssilaiset olivat kutsuneet meidät kahville. Heille kerroimme, mitä on olla kuurosokea, millaiset vaikeudet kuurosokeilla on. Viittominen käteen on samaa kuin on kuulevat korvat ja näkevät silmät.

Yhdessä lauloimme viittoen »Tulkaa kanssamme viittomaan». MS-kurssilaiset kertoivat, mitä on MS-sairaus. Se on keskushermoston pesäkekovettumasairaus. Se etenee pikkuhiljaa liikuntakyvyttömyyteen,

siihen liittyy näköhäiriöitä. Sairaus vaikuttaa pahiten jalkoihin. Tähän auttaa kuntoutus ja liikunta. Sairaus puhkeaa 20-30 vuoden iässä, siihen voi sairastua kuka vaan, syytä ei tiedetä! MS-potilailla taudinkulku on eriasteinen, se voi hetkeksi pysähtyä, palautua tai olla etenevää. Ilta oli antoisa kokemus. Koimme, että olemme tasaveroisia muiden kanssa. Saimme vaihtaa mielipiteitä ja tutustua toisiimme.

Torstaiamuna oli kahdeksan kilometrin lenkki oman mallin mukaan. Saara Tikkanen kunnostautui vetämällä 12 km lenkin. Taitaa olla kunto korkealla pikkulinnuilla.

Pirjo viittoi ruokailun jälkeen tärkeimmät päivän tapahtumat lehdistä. Perjantaina oli uintikilpailu. Ja tarkkuuskävelykilpailu kuntosalissa. Ohjelma vedettiin kunnialla läpi. Tässä kilpailun tulokset:

Uinti 100 m miehet

1. Olavi Eira 3.12
2. Seppo Kamppinen 3.14
3. Jorma Liimatainen 4.25

Uinti 50 m naiset

1. Ritva Hallikainen 1.20
2. Eine Eira 1.31
3. Elsa Heikkilä 1.32.

Tarkkuuskävelykilpailun tulokset:

1. Oiva Maksimainen 0,3 sek. erolla
2. Eine Eira 0,6 » »

3. Seppo Kamppinen 1,6 » »
4. Eero Rantatalo 2,6 » »
5. Olavi Eira 3,1 » »

Illalla oli rantasauna odottamassa lämmittelijöitä. Uskaliaat miehet ja naiset uivat järvessä. Takkatulen ääressä paistettiin makkaraa. Leikin lomassa nautittiin kahvit ja pullaherkut. Siirryimme asuntolaan TV-huoneeseen jatkoille palkintopallille. Piirissä leikittiin lapaduiritanssia ja viimeisen illan valssia. Näin se aika meni rallaten. Varmasti jokainen on saanut jotain kurssin aikana. Tärkeintä oli olla mukana ja omaksi iloksi kuntoilla. Siis kaikki jatkossa kuntoilemaan. Kaikkien mukanaolleiden ohjaajille raiakkaat kiitokset. Vetäjä Pirjolle lämmin kiitos.

Hei vaan! Hyvää syksyn jatkoa kaikille T: Ritva

## SUOMEN KUULUISIN KIRJAILIJA

Petri Kinnunen

Mika Waltari (eli 1908 – 1979) kuoli elokuussa 71 vuoden ikäisenä. Waltarin kiinnostus ulottui kaikille elämän alueille. Voimakkaasti ja herkästi tuntevana ihmisenä hän julkaisi ensimmäiset teoksensa (kirjat) 20 vuotiaana vuonna 1928. Sen jälkeen on häneltä ilmestynyt romaaneja, runo- ja satukirjoja, matka-

kuvauksia ja novellikokoelmia, yhteensä noin 70. Lisäksi hän on kirjoittanut näytelmiä ja lehtiartikkeluita sekä kääntänyt suomenkielille ulkomaista kirjallisuutta. Kirjailijan elämäntyö on niin mahtava, että kukaan suomalainen ei aikaisemmin ole pystynyt vastaavaan.

Waltari on suomalaisen kirjallisuuden Jean Sibelius. Samallalaila kuin Sibelius sävelsi musiikkinsa jokaisen suomalaisen tietoisuuteen (tietoon) samallalaila Waltarin kirjat ovat suomalaisille tuttuja. Vaikka hänen kirjojensa aiheet käsittelevät usein menneitä aikoja: muinaista Egyptiä, idän ja lännen kohtaamispaikkaa Konstantinopolia (kaupunki Aasian ja Euroopan rajalla Välimeren lähellä) tai suomalaisten oman maan rakennustyötä, on Waltarin kirjoissa yhtymäkohdat (liittymät) tähän päivään ja aikaan. Samat kiistat ja ongelmat kuin tänään ovat askarruttaneet ihmisiä ennenkin. Samat vastaukset ihmisten on löydettävä elämän peruskysymyksiin tänäänkin. Waltari kirjoittaa kirjoissaan siitä rikkaudesta ja samalla vaikeudesta, joka ihmisillä on elämässään. Hän etsii jatkuvasti vastauksia milloin uskonnosta, mystiikasta, tieteestä tai taiteesta. Loputtomasti eteen tulee aina uusia kysymyksiä. Jo 1930-luvulla Waltari alkoi saavuttaa mainetta Suomen ulkopuolella. Hänen kirjansa »Suuri illusio», »Vieras mies tuli taloon», »Kuka murhasi

rouva Skrofin» ja »Komissario Palmun erehdys» käännettiin useille vieraille kielille. Lukijat olivat lähinnä Euroopasta. Vuonna 1945 ilmestynyt suurromaani »Sinuhe Egyptiläinen» nosti Waltarin maailmanmaineeseen. Romaani on ilmestynyt 29 eri maassa ja yhä vieläkin siitä otetaan uusia painoksia. Teos on todellinen maailmankirjallisuuden klassikko (kirja, joka on saanut suuren kansainvälisen suosion). Sinuhen aihepiiri on muinaisesta Egyptistä. Päähenkilön kautta Waltari luotaa (tutkii, selvittää) elämän tarkoitusta ja ihmisen paikkaa elämän ristiriidoissa. Veristen sotien avulla hän marssittaa kirjan sivuille ihmisten tunnelmat (tunteet, ajatukset) maailmansodan päättymisen jälkeen. Toisaalta sodan synnyttämän toivottomuuden ja heräävän toivon. Vaikka kirja kertoo muinaisesta Egyptistä on sen tapahtumat verrattavissa II-maailmansotaan ja sen tapahtumiin. »Sinuhe Egyptiläinen» ilmestyi 1945. Kirjallisuus on tärkeä kulttuurin alue, jota jokaisen kuulonäkövämmäisenkin pitäisi seurata. Suuren suomalaisen kirjailijan jätettyä meidät, emme saa unohtaa hänen työtään – kirjojaan. Nyt on hyvä tilaisuus aloittaa kirjallisuuteen tutustuminen vaikkapa Mika Waltarin tuotannosta. Hänen kirjoittamiaan kirjoja on lainattavissa pistekirjoina Näkövämmäisten kirjastosta.