

TUNTOSARVI

Nro 2 1987



TUNTOSARVI

Kuulonäkövammaisten lehti

Ilmestyy 48 kertaa vuodessa, perjantaisin

Nro 2/1987

13. vuosikerta

JULKAISIJA

Näkövammaisten Keskusliitto ry.

PÄÄTOIMITTAJA Orvokki Holopainen

TOIMITUKSEN OSOITE

Näkövammaisten Keskusliitto

Mäkelänkatu 50, 00510 Helsinki

puh. (90) 77041/227

SISÄLLYS

Nainen ja vammaisuus	1
Ruokaa pienille ystäville	5
Ajankohtaista	6
Lukijan palsta	11
Talvisäällä maistuu kuppi teetä	13
Ilmoitus	16

TUNTOSARVI

9.1.1987

Seuraava artikkeli on käännetty englantilaisesta kuurosokeiden kansainvälisestä uutislehdestä.

Nainen ja vammaisuus

Anne Murphy

Dublin, Irlanti

Tunnenko itseni kaksinkertaisesti vammaiseksi, koska olen osittain kuurosokea? En, ehdottomasti en! On kysymys yhteiskunnan asenteista ja ihmisten suhtautumisesta minuun. Minusta tuntuu välistä että vammaisuuteni nousee sieltä. Totta kai vammaani todellisuudessa on kaksinkertainen, enkä tunne tanssivani ruusuilla, kun joudun taistelemaan selviytyäkseni kommunikaatio-ongelmani kanssa päivittäisessä elämässä toisten parissa.

Eristyneisyys ja turhautuneisuus ovat osa elämääni, vaikka jatkuvasti toistan itselleni, että pystyn selviytymään, törmään yhä moniin vaikeuksiin. Itse tunnen itseni täysin normaaliksi naiseksi muutamine erityistarpeineni. Silti tiedän, että yleinen käsitys normaalista on jotain muuta. Jos kuulisin harvemmin sellaisia kuluneita sanontoja kuin »julma ja yksinäinen asema», olisin pian onnellisempi ja vähemmän vammainen. En ehkä koskaan saa palkattua työtä. Silti tunnen eläväni hyödyllistä elämää, ja se on minulle tärkeätä.

Olen huomannut monien ihmisten olevan hyvin es-tyneitä lähestyessään minua. Luultavasti he pelkäävät että en ymmärrä heitä tai he minua. Voi miten tietämättömiksi, riittämättömiksi ja avuttomiksi he muuttuvat kun eivät tiedä, miten olisi parasta toimia. Joskus he vetäytyvät nopeasti pois. Joskus kyllä minäkin tunnen samoin ja toimin ihan samalla tavalla. Tiedän, että minun itse pitää auttaa itseäni. On monia ihmisiä, joiden kanssa on vaikeata edetä pitemmälle siltä tasolta, jolloin sanotaan vain »hei» ja »näkemiin».

Viime aikoina olen miettinyt miten suuri kommunikaatiovaikeus kohdallani ratkeaisi, jos jokainen jonka kanssa olen säännöllisesti tekemisissä, opiskelisi ja käyttäisi edes yksinkertaista kuurosokeiden viittomakieltä. On tietysti helppoa sanoa, mitä pitäisi tehdä, mutta todellisuus ei aina ole yhtä helppo. Ihmimilliset heikkoudet: riittämättömyyden tunne ja pelko pitävät siitä huolen. Käsillä puhuminen, varsinkin koskettamalla on outoa tavalliselle ihmiselle.

Jos vammainen nainen haluaa tulla hyväksytyksi normaalien ihmisten seurassa ja haluaa kasvattaa heidät ottamaan itsenä huomioon luonnollisella tavalla, on oltava itsevarma ja ulospäin suuntautunut. Sellaisen ihmisen seurassa on helpompi olla ja sellainen ihminen itse pystyy helpommin juttelemaan vieraitten kanssa. Hän voi auttaa ihmisiä ottamaan omat erityistarpeensa huomioon. Ujolta vaaditaan suuria ponnistuksia päästä samaan. Eikä se ole mahdollistakaan eikä tarpeellista jokaiselle.

On selvää että ujut vammaiset naiset tuntevat suur-

ta houkutusta pysytellä yksin, rauhassa kotona. Kuitenkin olen sitä mieltä, että mitä ujompia on, sitä tärkeämpää olisi yrittää vain mennä ulos ja harjoitella toisten seurassa olemista.

Joskus on myös houkuttelevaa ajatella ja jopa puhua melkoisen itsekeskeisellä tavalla kuten esim: »Ihmiset eivät ymmärrä, miten suuren ja vaikean asian läpi meidän on selviydyttävä.» »Ihmiset eivät välitä meistä, he ovat itsekkäitä.» Tuollainen ajattelu saat-taa olla hyvin vaarallista. Itse asiassa minä luulen että kaikki ihmiset ovat jollain tavalla vammaisia. Joillakin se sattuu olemaan kuurous tai muu näkyvä vamma. Mutta kaikki ihmiset elävät nykyään stressiä aiheuttavien paineiden alla, esim. ydinsodan uhka pelottaa meitä.

Kun olin nuorempi, vaivuin joskus tähän hirvittävään »Miksi minulla on tämä kaukea vamma»- syndroomaan ja kesti iäisyyksiä kiemurrella siitä pois. Kuitenkin olen mielestäni ollut onnekas, sillä monia hämmästyttäviä mahdollisuuksia on tullut tielleni. Jotkut naiset eivät koskaan kohtaa sellaisia.

Olen hyvin kiinnostunut uutisista ja kirjoittamisesta. Luen päivittäin sanomalehden ja joitakin aikakauslehtiä, joten tunnen pysyväni hyvin ajan tasalla, vaikka en ehkä yhtä hyvin kuin kuuleva/näkevä henkilö. Lukeminen huonolla näkökyvyllä on hidasta ja pitkästyttävää, minä toivonkin lähitulevaisuudessa saavani apuvälineitä sitä helpottamaan.

Se että en ole päässyt tavanomaisesta opetuksesta osalliseksi, on ollut turhauttavaa. Täällä Irlannissa ei

kuurosokeille ole ollut kovinkaan paljoa tarjolla ja siihen nähden olen mielestäni pärjännyt melko hyvin. Tällä hetkellä minulla on mahtavana haasteena yrittää jatkaa kesken olevaa koulutustani.

Vammaisuudestani johtuen joudun usein huvittaviin tilanteisiin. Sokea nainen kysyi minulta vastaopitulla kuurosokeiden viittamakielellä: »Kuunteletko mielelläsi luettuja kirjoja ja kasetteja?» Heti huomattuaan erehdyksenä hän hämmentyi, kunnes huomasi, että minua huvitti koko kysymys. Kuten tavallista, minunkin tasapainoistini on huono. Eräs ystävä haluaa usein kiusoitella: »No, hän on humalassa!» Mutta minä nautin leikinlaskusta, ehkä enemmän kuin moni muu.

Ihmiset voivat myös olla ylihuolehtivia tai antaa vääränlaista apua. Yhdessä unohtumattomassa tilaisuudessa minut kannettiin veneeseen! Olisin todella vammainen, ellen pystyisi nauramaan sellaisille tapahtumille ja päivittäisille pienemmille kommelluksille. Haluan myös omalta osaltani yrittää hyväksyä ja ymmärtää muita juuri sellaisina kuin he ovat.

On tapauksia, jolloin jotkut yrittävät valtavasti ymmärtää, millaista on olla esimerkiksi kuuro. Mutta että sen pystyisi todella tietämään, on oltava itse kuuro. Vaikka venyttäisin mielikuvitukseni äärimmilleen, olisi vaikeata ymmärtää, minkälaista on normaalisti näkevän ja kuulevan elämä.

Laajemmalti ajatellen haluaisin tiedotusvälineiden ottavan paremmin huomioon painavimmat tarpeemme ja vastaavan niihin. Tiedotusvälineille haluaisin

sanoa: »Yrittäkää hyväksyä meidät normaaleina naisina (ja miehinä) vammastamme huolimatta. Auttakaa meitä vähä vähältä murtamaan kulttuuriesteitä, joita meillä on. Kuten kaikki maailman naiset, kuurosokeatkin kaipaavat tasa-arvoa ja oikeudenmukaisuutta.»

Ruokaa pienille ystäville

Talven pakkasilla saattaa pienten lintuystäviemme olla vaikeaa löytää ruokaa. Ihmisten on autettava niitä selviytymään. Lintujen täytyy lyhyen talvipäivän aikana löytää niin paljon ruokaa että se pitää ne lämpiminä koko pitkän kylmän yön.

Pikkulintujen ruokintaa ei saa aloittaa liian aikaisin. Jos esimerkiksi aloittaa ruokinnan ennen lumen tuloa, se houkuttelee sellaisia lintuja jäämään Suomeen jotta muutoin lentäisivät lämpimään maahan talveksi. Tärkeätä on muistaa että kun ruokinta on aloitettu, sitä ei saa keskeyttää. Muutoin voi löytää lintulaudan ympäriltä kuolleita lintuja.

Useimmat linnut syövät mielellään leipää. Se ei saa olla homeista tai hapanta. Tiaiset ja viherpeipot pitävät auringonkukan siemenistä ja maapähkinöistä. Talikakut, joihin on sekoitettu esim. kauraa tai siemeniä, ovat tiaisten herkkua. Talikakkuja voi ostaa kaupasta. Keltasirkuille kelpaa hyvin kaura ja vehnä. Pääasia että lintujen ruoka ei ole suolattua, maustettua eikä pilaantunutta.

AJANKOHTAISTA

Kolmannes etelänmatkalaisista sairastuu lomallaan

Noin kolmannes etelänmatkailijoista sairastuu lomamatkallaan. Yleisimpiä tauteja ovat ripulit, ihottuma ja kuume. Yli puolet erilaisista matkasairauksista voidaan välttää hyvällä hygienialla. Se tarkoittaa, että kaikkea raakaa ruokaa on vältettävä. Samoin kerran kuumennettu mutta sen jälkeen jäähtynyt ruoka voi olla vaarallista. Hedelmät on hyvä kuoria. Suositeltavia juomia ovat pullotetut tai kuumat juomat. Matkalla myös kädet on aina pestävä huolellisesti. Ohjeiden noudattaminen ei täysin poista riskiä sairastua ripuliin. Kaikki vaaralliset taudit voi näin kuitenkin välttää.

Ranskan lakko uhkaa laajeta

Ranskan suurin ammattiliitto on uhannut laajentaa Ranskan rautatielakkoa. Uhkauksen mukaan lakko laajenisi koskemaan koko julkista alaa. Ammattiliitto suunnittelee yhden päivän lakkojen sarjaa maanantiksi, tiistai- ja keskiviikoksi. Ranskan pääministeri Jacques Chirac ei ole vielä ottanut kantaa rautatielakkoon. Ranskan valtion rautateiden johto ilmoitti että viime sunnuntaina lähes puolet junista oli liikenteessä.

Presidentti Koiviston uudenvuoden puhe

Tasavallan presidentti Koiviston mielestä muita ihmisiä kohtaan ei saa olla piittaamaton. Koivisto vaati mm. pontevaa kamppailua rattijuoppoutta vastaan. Koivisto oli huolissaan myös liikennekurin höltymisestä yleensäkin. Väkivallan kasvu huolestutti niin ikään presidenttiä. Kansainvälisiä vaaratekijöitä ovat Koiviston mukaan luonnon pilaantuminen, terrorismi sekä AIDS-tauti. Ilon aiheena presidentti piti suurvaltojen, Neuvostoliiton ja Yhdysvaltojen tapaamista. YK:n toiminta tulisi Koiviston mielestä turvata. Hän ilmoitti että Suomi maksaa oman osuutensa YK:n kuluista heti vuoden ensimmäisenä arkipäivänä.

Etelä-Afrikan ristirotuiset tempasivat rotusyrjintää vastaan

Etelä-Afrikan hallituksen ainoa ristirotuinen ministeri Allan Hendrickse johti sunnuntaina 150 kannatta-jaansa uimaan vain valkoisille varatulla rannalla. Uinnin tarkoituksena oli osoittaa vastalause Etelä-Afrikan rotuerottelulle. Hendrickse on viime aikoina arvostellut presidentti Pieter Bothaa. Rantojen rotuerottelusta on tullut kuuma kysymys joulukuun aikana. Uimarannoilla on mm. puhjennut tappeluita valkoisten ja värillisten kesken.

Mäkihyppääjä Matti Nykänen komennettiin kotiin

Matti Nykäsen käyttäytyminen Keski-Euroopan mäki-
viikolla on johtanut hänen kutsumiseensa kotiin kes-
ken kilpailun. Nykäselä määrättiin myös kilpailukielto
tammikuun puoleenväliin saakka. Päätöksen syynä
on Suomen Hiihtoliiton mukaan Nykäsen toistuva nis-
kurointi ja sopeutumattomuus joukkueeseen. Matti
Nykäsen mielestä kotiin kutsu oli aiheeton. Hän pohti
jopa kilpauransa lopettamista. Nykäsellä on aiemmin-
kin ollut ongelmia joukkueen johdon kanssa. Hänellä
on arveltu olevan mm. alkoholiongelman.

Rajumyrsky USA:n rannikolla

Lumimyrskyt ja tulvat ovat vaatineet 15 ihmisen hen-
gen Yhdysvaltain itärannikolla. Kansalliskaarti pelasti
ihmisiä talojen katoilta. Tuulen nopeudeksi mitattiin
puuskissa yli 110 km tunnissa. Myrsky toi monille alu-
eille puolentoista metrin korkuisia lumikinoksia. Myös
veden pinta nousi yli metrin normaalista. Myrskyn ar-
vioitiin aiheuttaneen 90 miljoonan markan vahingot.
Useisiin rannikkokaupunkeihin julistettiin hätätila ja
asukkaita kehoitettiin siirtymään turvaan.

Opiskelijat uhmasivat kieltoja Pekingissä

Kiinan viranomaiset vapautivat 24 Pekingissä pidätet-
tyä opiskelijaa. Demokratian puolesta mieltään osoit-

taneet opiskelijat pidätettiin Pekingin Taivaallisen rau-
han aukiolla. Siellä on mielenosoitusten järjestäminen
kielletty. Noin tuhat opiskelijaa osoitti mieltään aukiol-
la. Poliiseja oli paikalla saman verran. Opiskelijat vaa-
tivat vapautta, demokratiaa ja ihmisoikeuksia. Miele-
nosoittajien julisteet tukivat Kiinan johtajan Deng Xi-
aopingin politiikkaa. Demokratiaa vaativia mielenosoit-
uksia on puhennut Kiinassa jo useilla paikkakunnilla.

Suomalaisille nuorille kiekkoilijoille maailmanmestaruus

Suomen alle 20-vuotiaiden jääkiekkjoukkue on voit-
tanut maailmanmestaruuden Tsekkoslovakiassa. Vi-
meisessä ottelussaan suomalaiset voittivat isäntä-
maan joukkueen 5-3. Suomen mestaruus varmistui
kun Kanadan ja Neuvostoliiton ottelu mitätöitiin tappe-
lun seurauksena. Maailmanmestaruus on Suomen
jääkiekon historian ensimmäinen. Tsekkoslovakia sai
hopeaa ja Ruotsi pronssia.

Reaganilta poistettiin polyyppejä

Yhdysvaltain presidentiltä Ronald Reaganilta on pois-
tettu neljä pientä polyyppiä paksusuolesta. Polyypit
ovat todennäköisesti hyvänlaatuisia, ts. ne eivät ole
vahingollisia. Varmuus asiaan saadaan kun polyypit
on tarkastettu. Lääkäreiden mukaan polyypit eivät viit-
taa Reaganilta vuonna 1985 hoidetun syövän uusiu-

tumiseen. Presidentti Reagan joutuu olemaan sairaalassa neljä päivää.

Paaville ehkä kutsu Pohjoismaihin

Paavi Johannes Paavali II:ta odotetaan vierailulle Pohjoismaihin.

Virallinen kutsu luultavasti esitetään helmikuussa, kun Pohjoismaiden katoliset piispat vierailevat Vatikaanissa. Paavi Johannes paavali II on sanonut haluavansa vierailla Pohjoismaissa.

Pohjoismaiden piispainkokous keskustelee vierailuun liittyvistä asioista seuraavassa kokouksessaan.

Paavi on jo käynyt suurimmassa osassa Länsi-Euroopan maita. Hänelle on esitetty kutsu Pohjoismaihin jo vuosia sitten, niin kuin kaikkiin muihinkin maihin, joissa hän ei ole vielä vieraillut.

Mahdollisen vierailun ajankohdasta ei ole vielä tietoa. Yleensä sellaisen järjestelyt vievät vuosia. Liioin ei tiedetä, ulottuisiko paavin matka Suomeen.

»Jos hän tulee Pohjoismaihin, olisi outoa, ettei hän kävisi myös Suomessa», Pyhän Henrikin seurakunnan kirkkoherra Teemu Sippo sanoo.

Lukijan palsta

Tammerin mutkat

Kun lähdimme Tampereelle pikkujoulujuhlaan niin tulipa vain mutkia matkaan joista ei kotoa lähtiessä tien-nyt mitään. Lappeenrannasta lähettyä junailija ilmoitti meille että pohjoiseen menijöille on järjestetty linja-autokyyti Riihimäen ja Hämeenlinnan välille Turengin junakolarin vuoksi. Kun pääsimme Riihimäelle niin siellä oli neljä tai viisi linja-autoa odottamassa matkustajia. Menimme autoon joka lähtikin melkein heti kohti Hämeenlinnaa. Oli kai ensi kerta kun pelkäsi linja-autossa tosin ei kuljettajan takia, matkalla kuljettaja lähti ohittamaan suoralla tiellä kolmea henkilöautoa jolloin viimeisenä ajava henkilöauto siirtyi yllättäen linja-auton eteen alle viiden metrin välillä. Kuljettajajoutui ajamaan melkein puskurin kiinni mutta onneksi henkilöauton renkaat pitivät ja se pääsi alta pois. Kalpeina ja säikähtäneinä jatkettiin matkaa ja ennen Hämeenlinnaa selvisi sekin että tulee vielä toinenkin auton vaihto jolla päästään Tampereelle asti. Rautatieaseman edessä olimme loppujen lopuksi vain kaksi kymmentä minuuttia myöhässä verrattuna junan tuloaikaan joten olihan se melkoista vipinää. Tammeriitultuamme ja majoituttuamme lähdimme lounaalle josta olikin melkoinen elämys sinänsä. Saattajammilaski että pöydässä oli yli kaksikymmentä erilasta ruokalajia tarjolla. Eihän meikä-äijä osannut ravunhantiynnä raakaa lihaa syödä joten puolet jäi ainakin mais

tamatta. Tämä perjantailounas oli ilmeisesti liikemies-ten ja sihteereitten päätöstilaisuus ja me pääsimme samoille sapuskoille tosin ei ilmaiseksi. Tämä hotelli on noin viisikymmentäseitsemän vuotta vanha arvokas rakennus ja kuulemma Tampereen ainoa alkupesäisessä kunnossa oleva hotelliravintola. Olihan se hieno paikka asua ja olla mutta tulee äkkiä pienen rahan puute ja isoja rahoja en ole nähnytkaan muualla kuin pankkien mainoksissa. Opettelin vähän kulkemaan hotellin sokkeloissa ja käytävillä. Vain pari kertaa meinasin mennä peiliseinästä läpi ja muutaman kerran myös morjenstin käytävän »juorupeileiä». Lauantaina puolilta päivin alkoi sitten ohjelma tuolokahveineen ynnä toisessa paikassa Lumikki-näytelmiineen lisänä tiedotuksia ja puheenvuoroja. Näytelmää oli hauska seurata ja jokainen esiintyjä yritti varmasti parhaansa esityksen aikana. Vähän myöhemmin alkoi sitten varsinainen pikkujoulun vietto jouluateriaalla ja lomassa oli arvontaa. Kahvin jälkeen alkoi sitten yleinen kengänpohjien kiillotustalkoo ja sitä kestitkin yli puolen yön. Aamupalalle taidettiin mennä silmät hiukan ristissä mutta vahva kahvi ja hyvät purtavat piristivät äkkiä. Laskujen selvityksen ja tiedotusten jälkeen oli lähtölounas ja muutamien pikahalausten jälkeen olikin pieni kiire junalle. Paluumatka sujui muuten hyvin paitsi että veturin vaihto toisenlaiseen Hämeenlinnan ja Riihimäen välillä hidastutti niin paljon matkaa että erikoispikajuna »Imatra-express» joutui Riihimäellä odottamaan meitä kymmenen minuuttia. Sinänsä oikein mukava reissu ynnä iloisia tapaamisia pikkujoulujuhassa tuttujen ja jokusen tuntemattomankin

kanssa. Toivotamme kaikille Tuntosarven lukijoille hyvää uutta vuotta ja reipasta mieltä ynnä terveisiä niin paljon kuin kerralla tulee.

Raija ja Risto

Talvisäällä maistuu kuppi teetä

Koottu YV-lehdestä, P. Saastamoinen

Tee lämmittää, virkistää ja rauhoittaa. Tee maistuu aina uudelta. Kokeile eri teelaatuja, lisämakuna hilloja, maitoa, hunajaa, sitruunaa, erilaisia mausteita. Teesä on mahdollisuuksia enemmän kuin vuodessa päiviä.

Teepensas on tunnettu jo tuhansia vuosia. Siitä on maininta eräässä kiinalaisessa teoksessa jo vuonna 2700 eKr. Teen viljely rajoittuukin yli 3500 vuoden ajan Kiinaan, mistä se ensin levisi Japaniin.

Teejuoman keksijöinä pidetään kiinalaisia, vaikka teepensaan kotimaa on Intia. Ikivanha tarina kertoo ensimmäisen teen maistajan olleen Kiinan keisari Shen Wung.

Keisari keitti puutarhassaan vettä, kun läheisestä pensaasta lensi veteen muutamia lehtiä. Keisari mieltä lehtien veteen antamaan hienon tuoksuun ja makuun ja tästä sai alkunsa teen käyttö juomana.

Tee tuli Suomesta idästä

Venäjällä tutustuttiin teehen 1600-luvulla. Samaan aikaan hollantilaiset laivat toivat teetä Itä-Intiasta Eurooppaan. Aluksi Alankomaissakin teetä myytiin vain apteekissa kaukomaiden mausteiden rinnalla.

Pohjoismaissa teen käyttö aloitettiin 1700-luvun puolivälissä. Suomeen tee kulkeutui venäläisten kauppiaiden mukana.

Alkuun Suomeen tuotiin vain venäläistä teetä, myöhemmin aloitettiin teen tuonti muista tuottajamaista: Ceylonilta, Intiasta, Indonesiasta ja Japanista. Myös Jaava ja Sumatra ovat nykyisin tunnettuja teen tuottajia.

Tee on kautta aikojen tunnettu englantilaisten kansallisjuomana. Britit ovatkin maailman ahkerimpia teen kuluttajia, siellä teen kulutus henkeä kohti on noin viisi kiloa. Meillä taas kulutus on parin pienen paketin verran henkeä kohden vuodessa.

Englannissa nautitaan tee nykyisin kuuman täysmaidon kera, joka kaadetaan ensin kupin pohjalle. Siellä teejuoma juodaan ohuista posliinikuppeista.

Teetä maan tapaan

Venäläisen teekulttuurin tunnetuin osa on samovaari. Se on kuitenkin vain veden kuumennus- ja säilytysastia, varsinainen teekannu on erikseen.

Venäläiset eivät käytä teessään maitoa ja juoma onkin kauneimillaan lasista tarjottuna. Teen kera tarjotaan usein sitruunaviipaleita ja makeuttamiseen käytetään yleisesti vadelma-, mansikka- tai kirsikkahilloa. Myös hunaja on yleinen teen maustaja.

Irlantilaisetkin ovat ahkeria teen juojia ja heidän makuunsa teen tulee olla hyvin vahvaa. Kiinalaiset juovat teensä sellaisenaan, sen sijaan muhamettilaiset maustavat teensä mintulla.

Japanilaisissa kodeissa höyryää talviaikaan vesi-pannu jatkuvasti ja sisään astuva vieras saa hetimitteä teekupin käteensä.

Valmista tee huolellisesti

Aloita teen valmistus lämmittämällä teekannu kuumalla vedellä. Muuten pyhitä teekannu pelkkään teen valmistukseen, älä valmista siinä kahvia tai muita juomia.

Mittaa lämmitettyyn teekannuun teelehtiä yksi teelusikallinen jokaista kupillista kohden ja yksi ylimääräinen lusikallinen pannua varten.

Kaada teelehtien päälle poreileva vesi, kiehuneesta vedestä on happi karannut, eikä siitä tule hyvää teetä. Hauduta teetä 3-7 minuuttia teelajista ja teelehtien koosta riippuen.

Kun tee on hautunut sopivan ajan, kaada se siivilän läpi tarjoilukannuun tai poista siivilä haudutuskannusta.

Teepussien käyttö on hyvin yleistä, mutta pelkkä teepussin huljuttelu vedessä ei takaa teen hyvää makua. Pussiteestäkin saat nautittavan hyvää, kun laita pussin ensin teekupin pohjalle, kaadat veden päälle ja annat teen hautua. Kannattaa odottaa ainakin pari minuuttia, sillä ensin pussiteestäkin irtoaa vain väriä ja vasta myöhemmin aromiaineita.

Teepusseistakin voi helposti valmistaa juomaa suu-
rellekin joukolle hauduttamalla useita teepusseja tee-
kannussa.

Vaihtelua teetarjoiluun saa eri teelaaduilla. Kokeile
kamomilla-, piparminttu- tai ruusunmarjateetä. Onpa
eräällä teepakkaajalla omena- ja aprikoositeetäkin.

Omenaminttutee

0,5 l vettä

1 kanelitanko

3 tl omenateetä

0,5 tl kuivattua minttua

sokeria

keitä vettä ja kanelitankoa noin viisi minuuttia. Kaada
maustevesi omenateen ja mintunlehtien päälle ja
hauduta viisi minuuttia. Makeuta.

Ilmoitus

Aluesihtööri Hilikka Yli-Penttilä/Ajanmuutos Kajaanis-
sa.

Sivuvastaanotto Kajaanissa torstaina 22.1.1987 klo
12.00-18.00. 29.1.1987 ei Kajaanissa ole vastaanot-
toa.
