

Väinämöinen ja Lemminkäinen

Väinämöinen oli
Kalevalan kansanjohtaja.
Hän oli viisas tietäjä ja
taitava kanteleen soittaja.

Väinämöisen soitosta laulettiin:

*- Siinä vanha Väinämöinen
soitti päivän, soitti toisen.
Itki nuoret, itki vanhat,
itki miehet naimattomat,
itki naineheet urohot,
itki pojat puol'ikäiset,
sekä pojat jotta neiet,
jotta pienet piikasetki.*

*Itsensäki Väinämöisen
kyynel vierä kyykähteli.*

Lemminkäinen oli Kalevalan
hurmuri ja hurjapää.
Naiset ihastuivat helposti
komeaan Lemminkäiseen, joka
nautti naisten ihailusta.

Lemminkäisestä laulettiin:

*-Tuli mies, mitä parahin,
puhkesi punaverinen,
joka päästänsä pätevi,
kohastansa kelpoavi;
vaan tuli vähän vialle,
tavoiltansa turmiolle:
ain' oli naisissa eläjä,
yli öitä öitsilöissä,
noien impien iloissa,
kassapäien karkeloissa.*

Lainaukset selkokirjoista:

Pertti Rajala: Väinämöinen,
1993 sekä Pertti Rajala:
Lemminkäinen, 1995

TUNTOSARVI

Suomen Kuurosokeat ry



Helmikuu 2/1999

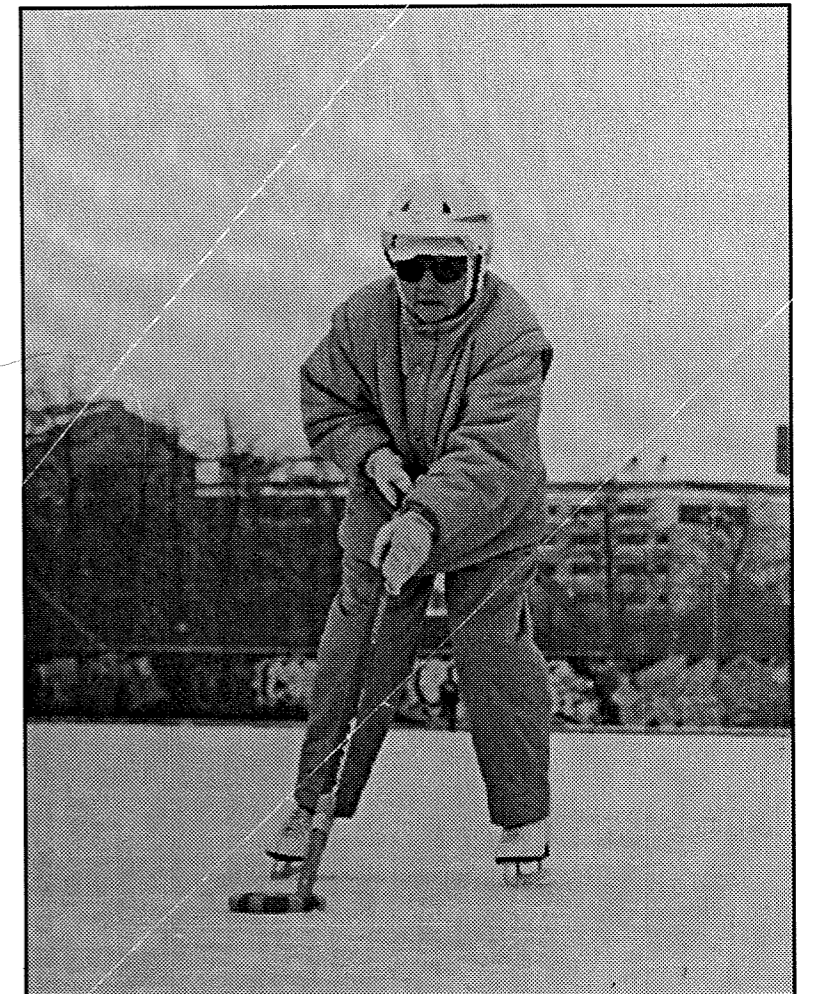
“Kohtalotovereita on paljon”

Aluesihteerit ikäihmisten asialla

Seniори -ohjelma

Kalevala 150 vuotta

Kuluttajan oikeudet



TUNTOSARVI 25.vuosikerta, ISSN 0358-2280

Julkaisija: Suomen Kuurosokeat ry, Uudenmaankatu 28, 00120 Helsinki.
Puhelin (09) 5495 350. Tekstipuhelin (09) 5495 3526. Fax (09) 5495 3517.

Päätoimittaja: Katri Pyykkö **Toimittaja:** Raili Karisaari

Toimitusneuvosto: Unto Honkanen (pj), Raili Karisaari (siht), Vieno Hyttinen,
Merja Rouhiainen, Ritva Väisänen, Ulla Kungas, Katri Pyykkö.

Vuosikerta 150 mk. Lehti ilmestyy 11 kertaa vuodessa isokirjoituksella, pisteillä, äänitteellä,
videona, ruotsinkielisenä käännöksenä ja sähköpostina.

Sisällys

Saatko lehdet sopivalla tavalla? ..2
Kuulonäkövammaisista suurin osa vanhuksia3
Kun näkö ja kuulo heikkenee 4
Kohtalotovereita on paljon 5
Ikääntyneiden kuulonäkövammaisten lukumäärä7
Valtakunnallinen kuulo-näkövammaisten Seniori-ohjelma ..9
Sydämeni leikekirja 11
Kalevala 150 vuotta13
Kuluttajan oikeudet 14
Kerro tulkkipalvelujen käytöstä.. 16
Apua apuvälineisiin 17
Runo 17
Vanha Albumi18
Lukijan kirjeitä:
Terveisiä Tampereelta 18
Tietokone ja kirjoittaminen 19
Väinämöinen ja Lemminkäinen 20

Kannen kuva: Toini Kiuru on monipuolinen harrastaja. 68-vuotias Toini harrastaa muun muassa ratsastusta, uintia, rullaluistelu. Tässä hän luistelee ja pelaa ringette-peliä. (Kuva: Raili Karisaari).

Seuraava Tuntosarvi ilmestyy 17.3. Aineiston on oltava toimituksessa 5.3.1999.

Saatko lehdet sopivalla tavalla?

Tuntosarven ja Kuurosokeiden Uutislehden voi saada mustavalkoisena painettuna versiona, pisteillä, hitaasti luettuna kasetilla tai sähköpostina. Tuntosarven voi saada lisäksi viitottuna videona tai ruotsinkielisenä painettuna. Se on myös internetissä osoitteessa <http://www.kuurosokeat.fi/taktiili/>.

Ilmoita meille, jos et saa lehteä siinä muodossa kuin haluat. Kerro, missä muodossa sen haluat. Voit kertoa sen myös aluesihteerille. Aluesihteerit kertoo sen eteenpäin. Voit soittaa **Raili Karisaarelle** numeroon 09-5495 3522 tai tekstipuhelin 09-54953526. Tai voit lähettää kirjeen Keskustoimistoon Uudenmaankatu 28 A, 00120 Helsinki.

Kuulo ja näkö voivat muuttua vuosien kuluessa. Voit myös halutesasi kokeilla, olisiko joku toinen lehden versio Sinulle sopivampi. Kerro siitä meille. Voit tilata kahtakin versiota rinnakkain. Muista kuitenkin, että jokaisen kappaleen tekeminen maksaa.

Raili Karisaari
toimittaja

Kuulonäkövammaisista suurin osa vanhuksia

Vuosi 1999 on Yhdistyneitten Kansakuntien vanhusten teemavuosi "Vuosiin elämää". Tänä vuonna on hyvä tuoda esiin myös kuulonäkövammaisten vanhusten asioita ja ongelmia.

Suomen Kuurosokeat ry:n palveluja käyttää noin 700 aikuista kuurosokeaa ja kuulonäkövammaista. Heistä on yli 65-vuotiaita 56 prosenttia, yli puolet. Tulevaisuudessa on väestöstä on yhä suurempi osa ikääntyneitä. Vaikka vanhukset olisivat entistä terveempiä, yhä useammalla on erilaisia vammoja kuten vakava kuulonäkövamma.

Näkövammaisten Keskusliiton Näkövammarekisterin mukaan yli 65-vuotiaista näkövammaisista 7,1 prosentilla on myös kuulovamma. Yhteensä heitä on Näkövammarekisterin mukaan 547 henkilöä. Kuulonhuoltoliiton jäsenyhdistysten ja Kuurojen liiton jäsenistöstä ei ole tietoa, monellako on kuulovamman lisäksi myös näkövamma. Tässä lehdessä kerrotaan Kuurojen Palvelusäätiön selvityksestä. Siinä arvioidaan, että kuulonäkövammaisia

vanhuksia on Suomessa noin 5000. Kuulonäkövammaisia ja kuurosokeita vanhuksia on siis paljon enemmän kuin mitä eri järjestöjen palvelujen piirissä on.

Suomen Kuurosokeat ry:n aluesihteerien asiakkaista suuri osa on vanhuksia. Järjestö palvelee heitä, kuten muitakin ikäryhmiä, julkaisemalla lehtiä ja esitteitä mahdollisimman monessa eri muodossa. Ikääntyneet ovat myös tervetulleita itse järjestötoimintaan, kursseille ja leireille.

Pikkuhiljaa näkönsä ja kuulonsa menettävä vanhus ei aina saa tietoa järjestöme palveluista. Välttämättä omaiset tai vanhustenhuollon henkilökunta ei huomaa, että molemmat aistit alkavat vanhukselta heiketä. Toisaalta järjestön resurssit ovat rajalliset. Tätä vuotta voimme käyttää hyväksi, kun mietimme, miten kuulonäkövammaiset vanhukset saisivat tarvitsemaansa apua jokapäiväisessä elämässä.

Katri Pyykkö
Tiedottaja

Kun näkö ja kuulo heikkenee

Terhi Pikkujämsä

Vanheneminen tuo mukanaan monenlaista hankaluutta. Näkökyvyn aleneminen ja kuulon huononeminen ovat yleistä elintoimintojen heikkenemistä. Lisäksi voi olla vaikeaa hallita tasapainoa, voi olla hui- mausta, sydänvaivoja, reumaa jne. Lisäsairaudet rajoittavat jokapäiväisiä toimintoja. Sairaudet ja toiminta- kyvyn heikkeneminen rajoittavat omatoimisuutta ja elämän sujuvuutta.

Monet tuntevat, että he ovat yksinäisiä. Puoliso on ehkä kuollut ja lapset muuttaneet kotoa. Syrjäisillä seuduilla ei naapureita ja ystäviä ole lähellä. Lehtien lukeminen ja television katseleminen on vaikeutunut. Radiotakin on vaikea kuulla. Ovikelon ääni ei kuulu. Asioita voi ymmärtää väärin tai voi tulla epäluuloiseksi, kun ei kuule. Ulkona liikkuminen voi olla pelottavaa, kun ei tiedä, mitä ympärillä tapahtuu. Tavarat voivat olla hukassa tai väärässä paikassa. Sairaalasta saatuja apuvälineitä, kuulokojeita ja suurennuslaseja ei opeteta käyttämään kunnolla.

Suomen Kuurosokeat ry:n aluesihteerin saa asiakkaasta tiedon esimerkiksi sairaalasta, sosiaalitoimis-

tosta tai omaisilta. Ensimmäisellä kotikäynnillä aluesihteerin tutustuu henkilön elämäntilanteeseen. Hän selvittää, mitä ongelmia vanhuksella on liikkumisessa, kommunikaatiossa ja tiedonsaannissa. Jos henkilöllä on kuulolaite, tarkistetaan sen kunto ja puhtaus. Sen käyttöä voidaan opettaa. Kotikäynnillä mietitään yhdessä vanhuksen kanssa, mitä apuvälineitä hän tarvitsisi lukemiseen, radion kuunteluun ja television katse- luun. Myös kodinhoitoon, liikkumiseen ja kommunikaatioon liittyviä asioita selvitetään. Moni ei näe lukea paikallista sanomalehteä. Meidän oma Kuurosokeiden Uutislehti on saanut kiitosta vanhuksilta.

Aluesihteerin kotikäyntejä tarvitaan ehkä useita. Asioita voi olla paljon ja niiden kuntoon saattaminen vie aikaa. Tarvitaan myös yhteistyötä sosiaalitoimiston kanssa. Sosiaalitoimiston on tehtävä palvelusuunnitelma. Siinä kerrotaan, mikä vanhuksen palvelujen tarve on ja miten ne toteutetaan. Aluesihteerin on suunnittelussa mukana. Hän tuo kuulonäkövammaisten erityistarpeita esiin. Kuulonäkövammaisten ongelmista ja mahdollisuuksista tiedetään edelleen kunnissa hyvin vähän.

Kohtalotovereita on paljon

Kauno Karilan haastattelu

Mikko Karinen/Katri Pyykkö

Kauno Karila on syntynyt vuonna 1920. Vuonna 2000 hän täyttää siis 80 vuotta. Hän kuuluu siihen suureen joukkoon kuulonäkövammaisia, joiden näkö ja kuulo ovat huonontuneet vasta iän myötä.

Kauno Karila on syntynyt Etelä-Pohjanmaalta, Lapualta. Hän kertoo, että sieltä hän aloitti sotareisunsa välirauhan aikana. Se kesti melkein viisi vuotta. Sodan loppupuolella hän koulutti Nurmeksessa uusia sotilaita talvisotaan. Rauha tuli ja Rukajärven joukot peräytyivät Nurmekseen. Kauno Karila toverineen siirtyi Keravalle Hyrylän kasarmille. Sotilaiden koulutuskeskuksia yhdistettiin. Marraskuun 18. päivänä vuonna 1944 hän pääsi siviiliin.

Vuonna 1952 Kauno Karila muutti Pohjois-Karjalaan ja aloitti uran Rajavartiolaitoksen palveluksessa. Koiran ohjaajana hänelle tuli tutuksi 300 kilometriä pohjoiskarjalalaista valtakunnan rajaa. Hän yleni ylirajavartijaksi. Vuonna 1970 hän jäi eläkkeelle rajavartiosta. Hän muutti Joensuuhun ja aloitti talonmiehenä. Siinä työssä hän oli 15 vuotta 70

vuotiaaksi asti. Pitkä elämänura on siis takana.

Kuulo ja näkö huononi

Kun Kauno Karilan kuulo alkoi huonontua, hän oli talonmiehenä. Hän kertoo, että muut ihmiset sen lähinnä huomasivat, eikä se kuulo niin huono vielä ollut silloin. Kesti jonkin aikaa ennen kuin talonmiehelle myönnettiin edes kuulolaitetta. Hän sai sen kuitenkin ennen kuin näkö alkoi huonontua. Näkö meni huonoksi nopeasti, viidessä vuodessa.

Näön huononemisen Karila huomasi ensimmäisen kerran, kun hän ajoi autolla. Myöhemmin hän huomasi, että hän ei näe lukea kunnolla.

Kauno Karila epäili, että hänellä on kaihi. Kyse olikin silmänpohjarapeumasta. Oikea silmä hoidettiin laserilla ja vasen leikattiin. Kummatakaan toimenpiteestä ei ollut hyötyä. Hän näkee vasemmalla silmällä paremmin kuin oikealla.

Aluksi näön menetys veti apeaksi, mutta nyt siihen on jo tottunut, ker-



Kauno Karila kursseilla tutustumassa apuvälineisiin ja virkistymässä. (Kuva: Pekka Vuojärvi)

too Karila. Hän on huomannut, että kohtalotovereita on paljon ja hänen vammansa ei ole niin paha kuin monilla muilla.

Liikkuminen ja ihmisten tapaaminen tärkeintä

Kauno Karila ei pysty lukemaan tekstiä, mutta pystyy liikkumaan ulkona hyvinkin. Se onkin tärkeää entiselle rajavartijalle. Hän tietää kyllä Näkövammaisten kirjaston palveluista, mutta sanoo, että liikkuminen on hänelle tärkeämpää. Ikävää on se, että hän ei tunnista ihmisiä kadulla. Hän kertoo, että heidän talonsa pihassa vanhat tu-

tut tulevat juttelemaan. Hän tunnistaa heidät äänestä, mutta uusiin asukkaisiin on vaikea tutustua.

Karila kertoo, että erityisen hyviä asioita on erilaiset retket ja kurssit, joita Suomen Kuurosokeat ry ja Näkövammaisten paikallisjärjestö järjestävät. Lisäksi hyvä asia on erilaiset avustajat kuten kuurosokeiden aluesihteerit. ”Yksi hyvä puoli on, että on henkilöitä niinkuin sinä (Mikko) ja Näkövammaisten toimistot, jotka pitävät meistä huolta. Sitä mä pidän hyvänä asiana. En ennen tiennyt, että on olemassakaan, ennen kuin itse tulin ..”

Yhteiskunnan tarjoamista palveluista Kaukoa kiinnostavat kuljetuspalvelut. ”Meillä on pikkuinen metsätila. Kesällä en pääse sinne millään.. Siellä minä viihtyisiin. Olen ollut paljon siellä, mutta viime vuosina en ole päässyt sinne.”

Pienet apuvälineet auttavat

Kuulon avulla Kauno Karila on pärjännyt. Hän ei käytä valkoista keppiä, mutta hän käyttää rintamerkkiä. Tuttuihin paikkoihin hän osaa kaupungilla itse. Uusiin paikkoihin hän tarvitsee opastusta. Hän kertoo, että sitä saa helposti pyytämällä. Erityisesti naiset ovat avuliaita.

Kauno Karilalla on kuulolaite ja suu-

rennuslasi. Nykyinen suurennuslasi vain ei ole hänelle hyvä. Hän on myös hankkinut loisteputken, joka valaisee paremmin kuin tavallinen lamppu. Hyvässä valossa hän näkee suurennuslasin avulla isokoista tekstiä.

Radio on Kauno Karilalle tärkein tiedon saannin väline. Televisiosta hän ei välitä, vaikka hän näkeekin jonkin verran, jos katsoo oikein läheltä. Lehdetkään eivät enää kiinnosta, koska radiosta kuulee uutiset. Äänikasetteina hän saa Suomen Kuurosokeat ry:n lehdet Uutislehden ja Tuntosarven. Myös Näkövammaisten paikallisyhdistyksestä hän saa äänikasetteja kaksi kertaa kuukaudessa.

Karila kertoo, että paperihommissa esimerkiksi veroilmoituksen täytössä auttaa vaimo. Häntä Karila hieman kehaiseekin. Heillä on neljä lasta, jotka ovat menestyneet hyvin elämässä.

Kysymykseen, miten kuulon ja näön huononeminen on vaikuttanut elämään Kauno Karila vastaa: ”Kyllähän se on vaikuttanut. Tuntuu niinkuin jälkeenjääneeltä monessa asiassa. Ei voi harrastaa mitään .. Ei siinä auta muu kuin tyytyä. Omasta mielestäni olen tyytynyt tähän osaan. On vielä paljon huonompia.”

Ikääntyneiden kuulonäkövammaisten lukumäärä Suomessa

Marja-Leena Saarinen

Ikääntyneiden kuulonäkövammaisten määrää on selvitetty. Lukumääräselvityksen on tehnyt Kuurojen Palvelusäätiö vuosien 1997-1998 aikana Oulussa, Kuusamossa, Pudasjärvellä, Oulaisissa, Utajärvellä ja Tyrnävällä. Selvitykseen osallistuneiden Oulun seudun kuntien vanhusväestöstä oli 0,7 prosenttia kuulonäkövammaisia. Sadasta tuhannesta yli 65-vuotiaasta on tällä alueella 718 kuulonäkövammaisia.

Heillä on sellainen kuulo- ja näkövamma, joka haittaa arkipäivän elämässä. Ennaltaehkäisevä työ ja kuntoutus on kaikkien kannalta tärkeää. Kuulonäkövammaisilla vanhuksilla vamma on useimmiten etenevä. Aistivammojen syy on rappeuma aistien soluissa.

Osa kuulonäkövammaisten vanhusten määrästä selvisi vanhustyön kautta. Osa saatiin selville, kun yhdistettiin Oulun yliopistollisen keskussairaalan Kuulokeskuksen ja Näkökeskuksen rekisterien tiedot.

Selville saadusta kuulonäkövammaisten määrästä puuttuu ne kuulonäkövammaiset vanhuksat, jotka käyttävät perusterveydenhuoltoa tai yksityisiä lääkäreitä. Erityisesti maakunnissa asuvat vanhuksat eivät käytä Oulun yliopistollisen keskussairaalan Näkö- tai Kuulokeskuksen palveluita. Tämän vuoksi kuulonäkövammaisten ikääntyneiden määrä voi olla hiukan suurempi kuin 718.

Kun selvityksen tuloksia tulkitaan ja sovelletaan koko maahan, se tarkoittaa, että Suomessa on 5000 kuulonäkövammaista vanhusta.

Selvityksestä kävi ilmi, että ikääntyneet kuulonäkövammaiset kommunikoivat puheella. He eivät käytä viittomakieltä.

50 prosenttia kuulonäkövammaisista vanhuksista ei kuule riittävän hyvin, että he voisivat keskustella. 62 prosentilla heistä oli vaikeuksia tunnistaa toista henkilöä näön avulla. 82 prosentilla oli vaikeuksia suorittaa päivittäisistä toimista. 66 prosentilla oli vaikeata liikkua ulkona it-

senäisesti. 75 prosentilla oli vaikeuksia ottaa osaa erilaiseen toimintaan kuten jumalanpalveluksiin, kokouksiin tai harrastuksiin.

Selvityksessä kävi myös ilmi, että ikääntyneillä kuulonäkövammaisilla on ongelmia silloin, kun he yrittävät kommunikoida ympärillään olevien ihmisten kanssa. Myös tiedonhankkiminen ja liikkuminen on vaikeaa.

Vanhuksen itsetunto ja omatoimisuus voivat heiketä, kun muihin ikääntymisen vaivoihin yhdistyy vielä huononeva kuulo ja näkö. Muita vaivoja ovat esimerkiksi lonkka-vaivat, sydänvaivat ja huimaus.

Kuulonäkövammaiset ikääntyneet eivät koe olevansa vammaisia. Heistä näön ja kuulon huononeminen on luonnollista ikääntymiseen liittyvää vaivaa. Siksi heillä voi olla vaikeuksia ottaa käyttöön kuuloa ja näköä helpottavia apuvälineitä.

Vanhusten etenevät kuulonäkövammat edellyttävät erityisosaimista kuntien vanhusten palveluissa: asumispalveluissa, päivätoiminoissa, kotipalvelussa ja asiakaspalvelupisteissä. Kuulonäkövammaiset vanhuksat käyttävät huomattavasti enemmän kuntien vanhustyön palveluja kuin kuulevat ja näkevät vanhuksat.

Valtakunnallinen kuulonäkövammaisten Seniori-ohjelma

Marja-Leena Saarinen

Ikääntyneiden ja vanhusten määrä kasvaa Suomessa. Siksi vanhusten sosiaalipalvelujen kehittäminen on ajankohtaista. Ennaltaehkäisy ja kuntoutus kannattavat myös vanhusten keskuudessa.

Syyskuussa 1998 alkoi valtakunnallinen kuulonäkövammaisten vanhusten sosiaalipalveluja kehittävä

projekti. Sen nimi on Seniori-ohjelma. Se päättyy vuonna 1999. Kuurojen palvelusäätiön ohjelma toimii Helsingissä, Jyväskylässä ja Oulussa. Projektissa työskentelee viisi työntekijää.

Seniori-ohjelman asiakkaita ovat ikääntyneet kuulonäkövammaiset ja kuurosokeat, heidän perheensä ja

Kuvassa Seniori-ohjelman työntekijät Jarmo Vesa, Paula Hernesniemi, Sirkka-Liisa Mäki, Marja-Leena Saarinen ja Leena Pihlainen.



lähiomaisensa, vanhusten parissa työskentelevä henkilökunta, vanhuksille palveluja tarjoavat toimipisteet kuten palvelukeskukset, päivätoimintakeskukset, asumispalvelut ja kotipalvelu ja vanhuksia palvelevat erilaiset asiakaspalvelut kuten posti, pankit, Kela ja sosiaalitoimistot.

Nämä kaikki tahot tarvitsevat tietoa ikääntyneiden kuulonäkövammaisten erityistarpeista ja taitoja toimia ja kommunikoida heidän kanssaan.

Seniори-ohjelman tavoite

Seniори-ohjelman tavoite on kuulonäkövammaisen vanhuksen hyvä, omaehtoinen elämä yhdessä muiden ihmisten kanssa. Kuulonäkövammaisen vanhus tarvitsee apua erityisesti tiedonhankinnassa ja liikumisessa. Häntä lähellä olevien ihmisten on myös osattava kommunikoida ja keskustella hänen kanssaan.

Ohjelman tavoite on edistää julkisten palvelujen ja järjestöjen erityisosaamisen yhdistämistä. Keskeistä on kuulonäkövammaisen vanhuksen tarpeet. Ohjelmassa luodaan ja kehitetään yhteistyötä järjestöjen sekä valtion ja kuntien välillä. Järjestöjen ja julkisen sektorin palvelujen välistä työnjakoa ja vastuuta voidaan kehittää vanhusten elämän

parantamiseksi.

Järjestöjen ja viranomaisten yhteistyösopimuksilla lisätään yksittäisen asiakkaan tai asiakasryhmän hyvinvointia ja turvantunnetta. Nämä yhteistyösopimukset kestävät tietyn ajanjakson. Niiden suunnittelussa otetaan huomioon oman alueen, esimerkiksi oman kunnan lähtökohdat samoin kuin koko maan yhteiskunnallinen tilanne.

Ohjelman tekee yhteistyötä

Seniори-ohjelma tekee yhteistyötä monien järjestöjen ja niiden projektien kanssa. Erilaisia hankkeita on aloitettu jo Kuusamossa, Oulussa, Hyvinkäällä ja Keski-Suomessa yhteistyönä 10 kunnan alueella.

Seniори-ohjelmassa on tähän mennessä kerrottu projektista ja sen tavoitteista eri tahoille kuten kunnille ja järjestöille. Lisäksi on etsitty kuulonäkövammaisia vanhuksia, järjestetty kursseja ja koulutusta vanhusten parissa työskenteleville sekä järjestetty lähiomaisille ja perheille erilaista toimintaa.

Kaikissa hankkeissa tehdään yhteistyötä Suomen Kuurosokeat ry:n kanssa. Järjestön aluesihteereiden kokemus on arvokasta, kun kehitetään ikääntyneiden kuulonäkövammaisten palveluja.

Sydämeni leikekirja

Ritva Soininen

Ihmisen vanheneminen alkaa paljon aikaisemmin kuin rohkenemme myöntää. Luontoäiti on pitänyt siitä huolen. Hiljaa ja lempeästi, ihan kuin huomaamattomasti, hän alkaa työskennellä kehossamme. Hän hilitsee nuoruuden kiihkeitä, työntäyteisiä elämänvaiheitamme. Luojamme on viisaudessaan ja armossaan ottanut kaiken huomioon elämämme tärkeimmän jakson suunnittelussa.

Kun ensimmäiset harmaat hiukset löytyvät vaivihkaa, se on ensimmäinen muistutus, heijastus kehon ja elämän muutoksesta. Kaikki alkaa valmistautumisensa maata kohti.

Vatsa alkaa roikkua ja kasvojen ja kaulan lihakset veltostuvat melkein huomaamatta, huolimatta joka päiväisistä ihonhoidoista ja taputteluisista.

Kun vilkaisee itseään peilistä, mielen valtaa tunne, että pian on eletävä kaikki ne haaveet ja toiveet, mitä ei ole ehtinyt vielä elämässä saavuttaa. Pitää aloittaa kilpailu itsensä ja saavuttamattomien asioiden kanssa.

Istun ja ajattelen, onko mitään syytä paniikkiin tai menetätkö jotain, kun vanhuus tulee. Onko minun pakko muuttaa ajatuksiani tai elämänasennettani vain karttuvien vuosieni tähden? Enkö jo nuoruudessaani ollut juuri sama minä? Eikö sisälläni riemuitse sama nuori tyttö vieläkin? Mihin hän olisi mennyt? Olen edelleen Hän. Olen vain kasvanut ja kehittynyt niin kuin elämä on tarkoittanutkin. Minun elämämatkani on juuri sellainen pysäkkeineen, millaiseksi sen olen uskaltanut toiveillani tehdä. Vaikka olenkin ollut kuulonäkövammaisen suuren osan elämäni, kuljen rikkaan elämän läpi.

Vanhenemisessä on jäljellä suurimmat elämän timantit, hiotuimmat ja säihkyvimmat. "Laukussamme" on elämänviisaus. Sen vuoksi on kannattanut kulkea vaikeimmankin kautta kohden "kaariportteja".

Juuri se kuudenkymppin ikä on luovuuden suurinta ja kypsintä aikaa. Silloin ei enää ole rypyt esteenä onnelle ja elämän nautinnoille. Niistä ei enää ole väliä. Vanheneminen

muistuttaa ruska-aikaa: kauniit värit, lempeä maan ja mullan tuoksu kypsänä kuulakkaina päivinä.

Äitini on usein sanonut: ”Yhtään nuorempi en haluaisi olla vaan iloitsen kaikesta siitä, mitä ei enää tarvitse tehdä. Ei tarvitse kantaa huolta niin hirveän monista asioista, mitä ei ole ehtinyt ajallaan tehdä, niistä tekemättömistä töistä.”

Kuulo- ja näkövamman kanssa eläminen oli nuorempana paljon vaikeampaa kuin nyt. On paljon asioita, joita pitää miettiä rauhassa ja yksin. Luovaan kirjoittamiseen keskittymistä häiritsevät äänet ja ihmisten kanssa kommunikointi oli pidettävä vireillä välillä pakon sanelemanakin. Nyt vanhuuden samettikulissien takana on vapaus tehdä hiljaisuuden pehmeässä kajossa unelmistaan totta.

Moni pelkää kadottavansa tien naisen ja miehen parisuhteeseen. Moni on jäänyt leskeksi vanhemmalla iällä ja kokenut menetyksen raskaana. Yksinäisyyden ja pelon tunteet ovat voimakkaat. Uusia suhteita vastakkaiseen sukupuoleen ei rohjeta luoda. Miksi näin? Luulenpa, että vanhana voi olla mukavalla tavalla huonokuuloinen. Suhteen luomista kommunikaatioesteiden takia ei aristele kuten nuorena. Turhamaisuuden luoma arkuus on poistunut viisauden tiel-

tä. Luulenpa, että minä itse olisin suurin este rakkaudelle ja uudelle hellyydelle, ei suinkaan minun ikäni.

Ihminen on aina sielultaan sama ja omalla sydämellään tunteva. Jos päämääränä on oman sisäisen maailman säilyttäminen, miksi pitäisi olla vieras itselle ja toisille vanhuuden kuulakkaina päivinä?

Olen miettinyt yhä useammin omaa kehoani. Se veltostuu ja muuttuu - sitä ei voi kieltää. Tunnen kehoani kohtaan vain syvää myötätuntoa ja kiitollisuutta siitä, että se on jaksanut kanssani taivaltaa tähän päivään. Sen kieli on hellyttävää kuunnella. Se ei jaksakaan enää olla kaikessa mukana samalla tavalla kuin muutamia vuosia sitten. Mutta sieluni ymmärtää kehoni uuden olotilan väsymyksineen. Sallin keholleni pieniä lepo hetkiä, kun mieleni pyrähtelee omille teilleen. Sopusoinnussa oleva keho ja mieli on kaunis pari. Hymyilevä lempeä vanhus on kauneinta kohdattavaa elämän taipaleella.

Taistelija on elämänsä mestari, luojansa apuväline. Suurtakin suurempi on ihmisenä olemisen taito sellaisena kuin hänet on tarkoitettu tänne syntymään, täällä elämään ja täältä poistumaan. Kun ”sydämeni leikekirjan” jätän jälkeeni, myös jokainen vetämäni viiva taiteessani on kuin yksi elämäni päivä.

Kalevala 150 vuotta

Raili Karisaari

Kalevalan päivää vietetään 28. helmikuuta. Suomalaisten kansalliseepos **Kalevala** täyttää tänä vuonna 150 vuotta. Kalevalan ensimmäinen painos ilmestyi vuonna 1835. Sen tekijä **Elias Lönnrot** allekirjoitti Kalevalan esipuheen 28. helmikuuta. Tuota päivää vietetään nykyään Kalevalan päivänä ja Suomalaisen Kirjallisuuden päivänä. Vuonna 1849 julkaistu Uusi Kalevala on se painos, joka on suomalaisten kansalliseepos. Kalevala on käännetty 46 eri kielelle.

Kalevalan historiaa

Elias Lönnrot eli vuosina 1802-1884. Lönnrot kasvoi Sammatin pitäjässä 7-lapsisessa perheessä. Vuonna 1822 Lönnrot pääsi Turun yliopistoon. Siellä hän opiskeli lääketiedettä, latinaa, historiaa sekä kirjallisuutta. Lisäksi häntä kiinnostivat suomenkieli ja suomalainen kansanperinne.

Tuohon aikaan suomen kielen asema oli heikko. Kouluissa ja yliopistoissa käytettiin ruotsia ja latinaa. Suomen kieltä puhui vain kansa. Suomen kielistä kirjallisuutta oli vähän.

Lönnrot teki useita runojenkeruumatkoja vuosina 1828-1837 aluksi Savoan ja myöhemmin Vienan Karjalaan. Kalevalan tarinat perustuvat Lönnrotin keräämiin kansanrunoihin, lauluihin ja loitsuihin. Ne ovat siirtyneet muistin varassa sukupolvelta toiselle. Kertovien runojen päähenkilö on mahtava laulaja ja tietäjä Väinämöinen. Kalevalan sankarit seikkailevat Pohjolassa kosinta, ryöstö- ja pakomatkoilla. Rituaalirunot liittyivät usein karhunpeijaisiin, häihin tai hautajaisiin.

Kymmeniä muunnoksia

Kalevalasta on tehty monia erilaisia suomenkielisiä muunnoksia. Lönnrot toimitti itse ensimmäisen lyhennetyt Kalevalan kouluille vuonna 1862. Mauri Kunnas teki vuonna 1992 hauskan Koirien Kalevalan. Kalevalasta on julkaistu myös kaksi selkokielistä kirjaa: Väinämöinen ja Lemminkäinen. Niissä **Pertti Rajala** kertoo lyhyesti ja helppotajuisesti Kalevalan keskeisistä henkilöistä, Väinämöisestä ja Lemminkäisestä.

Lähde: Kalevala 1835-1849-1999. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura ja Kalevalaseura, Helsinki, 1998.

Kuluttajan oikeudet

Anne Kiiski

Kuluttajansuojalaki suojaa kuluttajia taloudellisilta menetyksiltä, joita voivat aiheuttaa esimerkiksi harhaanjohtava markkinointi, kohtuuttomat sopimusehdot tai virheelliset tavarat. Kuluttajansuojalakia voidaan soveltaa, jos tavara tai palvelu on hankittu omaan tai perheen yksityiseen käyttöön. Lain soveltaminen edellyttää, että kauppa on tehty kuluttajan ja elinkeinonharjoittajan kesken.

Kunnan on tarjottava asukkailleen kuluttajaneuvonnan palveluita. Kuntia ohjaa kuluttajaneuvonnan järjestämisessä **kuluttajavirasto**, joka lisäksi mm. valvoo kulutustavaroiden ja palveluiden turvallisuutta.

Henkilökohtaista kuluttajaneuvontaa antaa **kunnallinen kuluttajaneuvoja**. Yhteyden oman kunnan kuluttajaneuvontaan saa soittamalla kunnan puhelinvaihteeseen. Kuluttajaneuvoja neuvoo, kun haluat saada tietoja oikeuksistasi ja velvollisuksistasi kuluttajana. Hän auttaa kuluttajasopimuksen tekemi-

sessä sekä toimii sovittelijana, jos esim. hankkimassasi tavarassa on virhe.

Kuluttajavalituslautakunta antaa **suosituksia** erimielisyyksiin, joita kuluttajilla on elinkeinonharjoittajien kanssa. **Kuluttaja-asiamies** valvoo yritysten markkinointia ja sopimusehtoja.

Kuluttajan oikeudet

Kun ostat tuotteen tai palvelun, teet sopimuksen. Se sitoo sekä sinua että sopimuksen toista osapuolta, yritystä. Molempien on täytettävä velvollisuutensa. Kumpikaan osapuoli ei voi yksipuolisesti purkaa tai muuttaa sopimusta. Jotkut liikkeet voivat kuitenkin antaa myymälleen tuotteelle ”vapaaehtoisen” palautusoikeuden.

Jollei tuote tai palvelu vastaa sovitua, siinä on virhe. Virhetilanteessa kannattaa nopeasti ottaa yhteyttä myyjäliikkeeseen. Virheellinen tuote tai palvelu oikeuttaa sinut hyvi-

tykseen. Sinulla on oikeus vaatia virheen korjaamista tai tuotteen vaihtoa virheettömään. Jollei korjaus tai tuotteen vaihto onnistu kohtuullisessa ajassa, sinulla on oikeus vaatia hinnanalennusta tai kaupan purkamista eli hintaa takaisin itsellesi. Lisäksi sinulla voi olla oikeus saada korvausta esim. virheen selvittelyn johdosta aiheutuneista matka- tai puhelinkuluista.

Kotimyynti

Kotimyyntiä on tuotteiden tai palveluiden tarjoaminen puhelimitse tai henkilökohtaisesti muualla kuin myyjän toimipaikassa. Se tapahtuu esimerkiksi kuluttajan kotona, työpaikalla tai sairaalassa. Kotimyyntiä ei ole esim. tori- tai messumyynti.

Kun kauppa tehdään kotimyyntissä, ostajalle on aina annettava **kotimyyntiasiakirja**. Siitä on käytävä ilmi mm. päiväys, myyjän yhteystiedot, sopimusehdot sekä kuluttajan oikeudet. **Ilman kotimyyntiasiakirjaa ei kauppa sido kuluttajaa**. Ostajalla on oikeus **peruuttaa kauppa seitsemän päivän** kuluessa siitä, kun hän on saanut sekä kotimyyntiasiakirjan että ensimmäisen tavaraerän. Peruutus voidaan tehdä kotimyyntiasiakirjan lomakkeella. Kuluttajan ei tarvitse palauttaa tuotetta itse paitsi, jos se on toimitettu postitse. Myyjän on muissa

tapauksissa itse haettava tavara asiakkaan luota. Ostajalla on oikeus tutustua tavaraan samalla tavoin kuin liikkeestä ostettaessa.

Kotimyyntiä on myös verkostomarkkinointi, jossa kauppa käydään ilman kiinteää myyntipaikkaa työpaikoilla, kotona tai muuten tuttavien kesken. Samat säännöt koskevat siis myös verkostomarkkinointia.

Postimyynti

Kun kauppa tehdään postimyyntissä, on myyjän kerrottava ostajalle ostajan lakisääteisestä peruuttamisoikeudesta samoin kuin omat yhteystietonsa kirjallisesti viimeistään, kun tavara toimitetaan.

Ostajalla on oikeus peruuttaa kauppa seitsemän päivän kuluessa siitä, kun hän on saanut tavarat. Myyjä vastaa tavarat kohtuullisista palauttamiskuluista. Tavara voidaan palauttaa esim. postitse. Ostajan ei tarvitse hakea lähetystä postista, jos hän on tilauksen jälkeen tullut toisiin ajatuksiin. Ostajalla on oikeus tutustua tavaraan samalla tavoin kuin liikkeestä ostettaessa.

Lisätietoja kuluttajansuojaan liittyvistä kysymyksistä saa kunnallisen kuluttajaneuvojan lisäksi mm. internetistä www.kuluttajavirasto.fi ja www.kuluttaja-asiamies.fi.

Kerro tulkkipalvelujen käytöstä!

Käytätkö tulkkipalveluita tai käytävätkö omaisesi niitä? Toimivatko palvelut niin kuin toivoisit? Saatko tulkin käyttöösi, kun tarvitset? Mil-laista kännykkää, tietokonetta tai muita teknisiä laitteita käytät apunasi, kun kommunikoit muiden kanssa? Onko sinulla käytettävissäsi laitteet, joita tarvitset. Onko laitteita opetettu käyttämään riittävästi?

Sosiaali- ja terveydenhuollon tutkimus- ja kehittämiskeskus, **STAKES**, selvittää vammaispalvelulain mukaisten tulkkipalveluiden nykytilaa ja toimivuutta. Tulkkipalvelu tarkoittaa kuuroille, kuurosokeille ja puhevammaisille henkilöille tarkoitettua tulkkaukspalvelua, jonka kulut asuinkunta maksaa.

Pyydämme sinua kertomaan kokemuksiasi, kun olet käyttänyt tulkkipalvelua asioillasi, opiskellessasi, työelämässä ja vapaa-aikana. Olemme kiinnostuneita hyvistä ja huonoista kokemuksista, tulkin sujuvasta saannista ja niistä ongelmista, joita tulee, kun tulkkia ei saada. Haluamme kuulla myös kokemuksiasi erilaisista teknisistä laitteista, joita käytät kommunikoinnin apuna ja siitä, muodostavatko ne toimivan

kokonaisuuden yhdessä tulkkipalvelun kanssa.

Käännymme puoleesi, jotta saisimme tietoa myös tulkkipalvelujen käyttäjien kokemuksista. Kirjoita meille kokemuksistasi. Olemme iloisia lyhyistäkin kuvauksista tai muutamasta mielipiteestä. Jos haluat, liitä mukaan ehdotuksia, miten tulkkipalveluiden toimivuutta voitaisiin parantaa. Otamme ehdotukset mielellämme vastaan.

Kirjoituksesi käsittelemme nimettömänä ja luottamuksellisena. Jos olet itse tulkkipalvelun käyttäjä, kerro kuitenkin ikä, sukupuoli, asuinalue ja arvio siitä, montako tuntia käytät tulkkipalvelua vuodessa.

Kirjoitettujen kokemusten lisäksi haastattelemme tulkkipalveluiden käyttäjiä sekä kokoamme tietoa postikyselyiden avulla.

Lähetä kokemuksesi toukokuun loppuun mennessä osoitteeseen **STAKES, Tulkkipalvelut/Päivi Topo, PL 220, 00531 Helsinki** tai sähköpostitse paivi.topo@stakes.fi Lisätietoja tutkimuksesta antaa Päivi Topo, puhelin 09-39672108 tai 050-5433848.

Apua apuvälineisiin 25.-26.11.1999

Kuurosokeiden Apuvälinenäyttely järjestetään toisen kerran Tampereella toimintakeskuksessa. Apuvälinenäyttely on tänä vuonna syyskokousviikolla. Näyttelypäivät ovat 25.-26.11. 1999. Syyskokous pidetään Tampereella Hotelli Rosendahlissa 27.-28.11.1999

Viime vuonna toimintakeskus järjesti onnistuneen näyttelytapahtuman. Näyttelyn kiinnostavimmat kohteet olivat kuurosokeiden astiasto, kuvapuhelin, induktiosilmukalla varustettu matkapuhelin, tandem-pyörä ja kuurosokeiden ideapöytä. Lisätietoa toivottiin keittiön apuvälineistä ja suurennuslaseista.

Uutta näyttelyä suunnitellaan. Näyttelyn onnistumiseen voitte Te, hyvät lukijat, vaikuttaa. Miettikää, mitkä apuvälineet kiinnostavat teitä ja mistä haluaisitte lisätietoja. Ideat ja ehdotukset voitte postittaa Tampereelle toimintakeskukseen. Pistäkää ideat postiin 12.3. mennessä. Toiveet huomioidaan näyttelyn suunnittelussa. Toiveista koottu yhteen-veto lähetetään näyttelyyn kutsutaville apuvälinetoimittajille.

Lähetä ehdotuksesi:
Kuurosokeiden toimintakeskus
Pentti Pietiläinen, kuntoutusohjaaja
Insinöörinkatu 10, 33720 Tampere
puh. 03-3800517,
tekstipuh. 03-3800518,
fax 03-3800502
NKL:n sähköposti 31/56

Runo

Oiva Hellman

Menen, tulen,
paljon rehin,
rakastankin,
jos vain ehdin.

Mikä liekään
onnen hinta,
hyvinvointi,
tyhjä rinta.

Ihminen
jos olla voisi,
muutoksen
elämään se toisi.

Vanha Albumi

Hilkka Nieminen

Tänään avasin vanhan albumin. Kuvat kertoivat - aika pysähtyi, minä muistojen mukana kuljin.

Yhden kuvan käteeni valitsin. Näin itseni vauvana silloin, Äidin sylissä siinä hymyilin. Tuohon syliin Äitini rakkaan, minä uneenkin vaivuin illoin.

Toisen kuvan kun käteeni kurkoitin, siinä hymyilin neitona, nuorena niin. Sain silloin silmiini kyynelien, kun kuljin muistoissa nuoruuteen.

Kuvat kertoivat koko elämän, kuin filminauhana näkyvän. Noista kuvista vanhan albumin, minä piankin silloin huomasin: vaikka suru ja ilo tuli vuoroin ain, ne kaikki sain lahjaksi Luojaaltain.

Kun suljin sen vanhan albumin - nykyaikaan siitä mä palasin. Minä kiitin Luojaani kaikesta vielä ja toivoin, että Hän eloni tiellä, olisi aina turvanani, myös suojaisi kaikkia Rakkaitani!

Lukijan kirjeitä

Terveisiä Tampereelta

Hilkka Nieminen

Kaikkihan tietävät, missä Tampere on. Tampereella on se komea Kuurosokeiden toimintakeskuskin. Tosin sieltä on Tampereen keskustaan matkaa yli 10 kilometriä. Minulla on ilo asua kahden kilometrin päässä toimintakeskuksesta. Käyn siellä usein. Olin juuri 8.2.-12.2. siellä taas kurssilla.

Olen asunut Tampereella 24 vuotta. Sinä aikana kaupunki on saanut paljon uusia julkisia rakennuksia. On rakennettu uusi komea kirjastotalo ja Työväen Teatteri. Myös Tampere-talo ja yliopiston lisärakennus komeilevat uutuuttaan. Teistä varmaan monet ovatkin tutustuneet Tampereen nähtävyyksiin.

Tampereella on pidetty kaksi kertaa Kuurosokeiden kulttuuripäivätkin. On ollut myös yhdistyksen kevätkokous ja toimintakeskuksessa monet kurssit ja muut tapahtumat. Nyt on tulossa jo EU-tapahtumia.

Hotellit saavat tänä vuonna paljon ulkolaisia vieraita majoitettavaksi.

Meidän kerhomme täällä on myös elänyt virkeänä! Tapahtumia on ollut kulttuuripäivien jälkeen monta. Oli vertaistukipäivät toimintakeskuksessa. Loimaalla vietettiin pikujoulua meille uudessa kauniissa ravintolassa. Kerho sai tammikuussa uuden kokoontumispaikankin. Näkövammaisille valmistui uudet kerhotilat Tammelan torin laitaan.

- Meidän kerholle on myös varattu aika. On siis kaksi kokoontumispaikkaa.

Vanhaan kerhopaikkaan saimme kuuluisan vieraan tammikuussa. Meitä tuli tapaamaan laulaja **Katri-Helena**. Oli mukavaa tavata hänet. Hän asuu aika lähellä Tamperetta, Hämeenkyrössä.

- Toivotan teille toisien kerhojen jäsenet ympäri maattamme oikein mukavaa talvea ja kerhopäiviä. Ja tervetuloa Tampereelle aina uudelleen!

Tietokone ja kirjoittaminen

Vieno Hyttinen

Sähköpostissa on ihmetelty, miten täysin sokea pystyy kirjoittamaan sähköpostiin asioita. Joku kertoi

Lukijan kirjeitä

käyttävänsä ”kahdeksan sormijärjestelmää”. Yleensä käytetään nimitystä kymmensormijärjestelmä. Minä suosittelen kaikille, joilla on näönjäänteitä jäljellä, opettelemaan kymmensormijärjestelmän kursseilla. Kun osaa sen, niin pystyy kirjoittamaan sokeanakin, jos näkö hukkuu elämän saatossa.

Minulla itselläni ei ole ollut onnea. Konekirjoituskurssi keskeytyi neljä kertaa. Ensimmäisen kerran aloitin opiskelun jo 50-luvun puolella Työväenopistossa. Tuli kutsu Sokeain ammattikouluun ja kurssi keskeytyi siihen. Toisen kerran aloitin opiskelun 60-luvun alkupuolella. Liikenneonnettomuus keskeytti opiskelun. 70-luvun alussa ryhdyin opettelemaan kotona kirjeopiskelun avulla. Kone tuli kotiin. Kone rikkoutui ja se yritys jäi siihen. Neljännen kerran opiskelin Arlassa 80-luvun alussa. Rivin vaihtaminen tuotti ongelmia, kun en kuullut rivin päättyessä esteen ääntä.

Täällä Kuurosokeiden toimintakeskuksessa tutustuin tietokoneen näppäimistöön. Huomasin, että näppäimiä on liian paljon ja sormet eivät enää tottele niinkuin nuorena. Viidettä kertaa en voi enää yrittää. Lukemaan sentään pystyn pistenäytöllä. Minkä nuorena oppii, sen vanhana taitaa. Yrittäkää muut paremmalla onnella. Toivon parasta.