

Distriktssekreterare informerar

Hej på er alla Känselförbundetets läsare!

När ni läser detta är jag på semester, njuter och samlar energi för vintern. Jag hoppas att du också tar vara på den ljuva sommaren när allt är grönt och blommorna blommar. Sommarblommorna tål att röras vid och det finns många, ta denna sommar till en forskningsresa i blommornas värld, tumma på dem och dofta.

Tidigare meddelade jag att jag börjar min semester efter midsommar och tar också ut övertidstimmar och det betyder att min första arbetsdag är 11.8.-08.

Ha en skön sommar!

Inga

--

Inga Lassfolk-Herler
Föreningen Finlands Dövblinda rf
Distriktssekreterare
Vasaesplanaden 17 III vån
65100 Vasa

tel: 06 312 8510

gsm: 0400 107 302

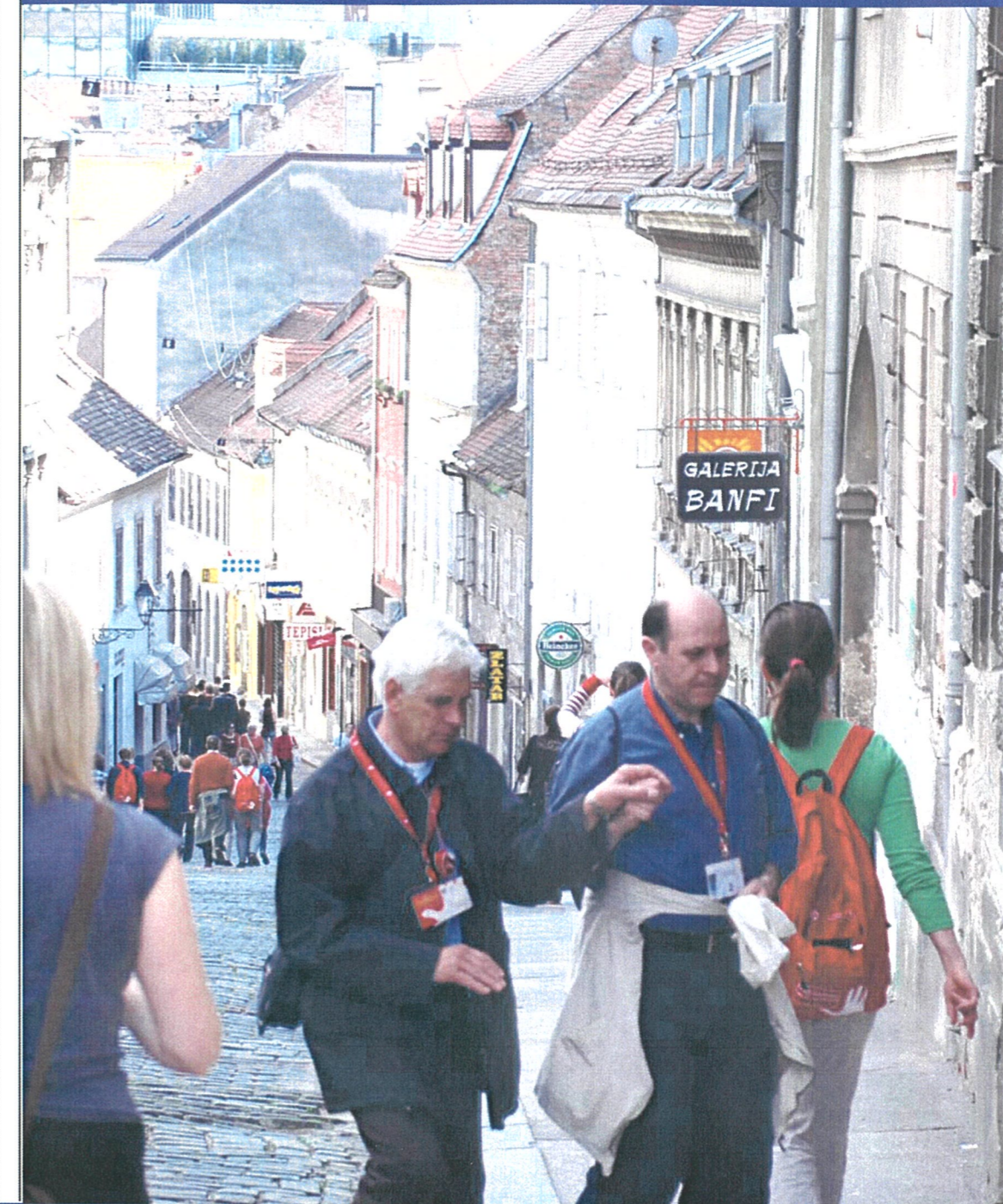
e-post: inga.lassfolk-herler@kuurosokeat.fi



3-4 • 2008

KÄNSELSPRÖTET

Föreningen Finlands Dövblinda rf



Konferenshälsningar från Kroatien



Nytt i Usherforskningen

Innehåll

Ledaren: Kultursommar
 Konferenshälsningar från Kroatien
 Med Jaakko kom de brasilianska
 rytmerna till huvudkontoret
 Nytt i Usherforskningen
 Riitta Lahtinen fick Stakes
 innovationspris
 Tolkingsregisterprovet i tolkning åt
 dövblinda
 Mitt hem i möjligheternas landskap
 Distriktssekreterare informerar

Känselförteckningen utkommer år 2008
 enligt följande tidtabell:

Nr 1. Mars, vecka 10
 Nr 2. Maj, vecka 20
 Nr 3-4. Juli, vecka 28
 Nr 5. Oktober, vecka 41
 Nr 6. December, vecka 52



*Föreningen Finlands Dövblinda rf:s
 huvudkontor ligger i liris huset i Öst-
 ra Centrum i Helsingfors.*

Omslagets foto återger internationell
 stämning i gamla staden i Zagreb i
 Kroatien. På gång är en fritidspro-
 grampunkt kallad "Teambuilding – hitta
 häxan från Grich" vid EBU:s sjätte
 dövblindkonferens i april. Teamet
 känns igen på sina röda konferens-
 ryggsäckar. Mera om konferensen i
 Seppo Jurvanens artikel. Bild: Sep-
 po Jurvanens hemarkiv.

KÄNSELFÖRTECKNINGEN 34. årgången, ISBN 0358-2280, **Utgivare:** Föreningen Finlands Dövblinda rf
Redaktören: Chefredaktör Tuija Wetterstrand, tel. (09) 54953521, texttel. (09) 54953526, fax.
 (09) 5495 3517, e-post: tiedotus@kuurosokeat.fi. **Redaktionsråd:** Anu Mikkola (ordförande),
 Carita Halme, Esko Jäntti, Kauko Kokkonen, Merja Vähämaa, Raili Karisaari (sekr), Tuija
 Wetterstrand (chefredaktör). **Tidningen utkommer** 5 gånger om året med storskrift.
Översättning från finska: Maria Punnonen / Mingela, Pekkolaantie 26, 59210 Melkonieniemi, tel.
 040 5831080. **Abonemang och adressändring:** Föreningen Finlands Dövblinda rf, PB 40,
 00030 liris Tel. (09)5495 350, texttel. (09)5495 3526, fax (09) 5495 3517, e-post:
 kuurosokeat@kuurosokeat.fi. Redaktionen förbehåller sig rätten att använda tidningens artiklar
 också på föreningens webbsidor **Internet:** <http://www.kuurosokeat.fi>

Kultursommar

Sommaren är den årstid som fin-
 ländarna alltid ser fram emot med iver.
 På sommaren vill man vila och njuta
 av värmen och besöka olika platser.
 Under de senaste åren har Finland
 på ett tacknämligt sätt utvecklat den
 tillgängliga turismen, och på många
 ställen finns det redan resmål där alla
 kundgrupper lätt kan röra sig
 (www.esteetontamatkailua.fi, på finska).

På våren öppnades Finlands första
 teckenspråkiga café, Café Sign, i Åbo
 i shoppingcentret Forum. En interna-
 tionell förebild har caféet åtminstone i
 Paris, där det teckenspråkiga caféet
 Café Signes (www.cafesignes.com)
 redan länge har verkat. Den som re-
 ser till Paris eller London kan också
 besöka en restaurang kallad Dans le
 Noir? där man äter i en mörklagd res-
 taurangsal, dvs. man får en chans att
 uppleva hur det är att inta en måltid om
 man är blind (www.danslenoir.com).

Sommarens höjdpunkt är de dövblin-
 das kulturvecka som arrangeras i slut-
 tet av augusti. Den 25-31.8.2008
 anordnar Föreningen Finlands Dövb-
 linda rf en egen kulturvecka för dö-
 vblinda, fullspäckad med mångsidiga
 programpunkter. Platsen är Semes-
 ter- och kurscentret Onnela, mitt i
 Tusbys vackra sjölandskap. Veckans

höjdpunkt blir kulturfesten som äger
 rum lördag den 30 augusti.

De som deltar hela veckan får, under
 ledning av sakkunniga handledare, en
 unik chans att skapa egen konst i fem
 workshops med kulturtema. Under
 veckan gör vi också en upplevel-
 seutflykt till Sjundeå Bad. Man kan
 givetvis anmäla sig endast till lörda-
 gens kulturfest, men bara de som
 deltar hela veckan får uppleva gläd-
 jen i att egenhändigt ta del av och
 skapa kultur.

Anmälningstiden till kulturveckan har
 förlängts. Sista anmälningdagen är
 nu 30 juni. Anmälningarna tas emot
 av **Anita Palo** och **Sanna Tuoma-
 la**. Den som deltar i hela veckan be-
 talar självriskdelen på 111 euro för
 kulturveckan. Det går bra att erlægga
 avgiften som två eller tre delbetalnin-
 gar om engångssumman känns för stor.
 Närmare uppgifter om anmälning, av-
 gifter och program finns i Tuntosarvis
 majnummer och i senaste Uutislehti.

Alla läsare önskas en varm och glad
 sommar,

Tuija Wetterstrand
 Informatör, Känselförteckningens
 chefredaktör ■

Konferenshälsningar från Kroatien

Text och bild: Seppo Jurvanen

I Zagreb i Kroatien ordnades 25-30.04.2008 EBU:s sjätte dövblindkonferens och EDBU:s andra generalförsamling. Konferensens tema var "Dövblindhet: jämlikhet och mångfald". I konferensen deltog 43 dövblinda personer, 72 tolkar och 24 fackmän inom dövblindbranschen, alltså hade konferensen allt som allt 139 deltagare från 23 olika länder.

I den resolution som godkändes av EBU:s dövblindkonferens kräver man bland annat att regeringarna för alla länder i Europa skall underteckna och ratificera FN:s konvention om handikappade personers rättigheter samt dess fakultativa protokoll, erkänna dövblindheten som ett eget handikapp och garantera de dövblinda delaktighet i samhället som fullvärdiga samhällsmedlemmar.

På konferensen undertecknade WFDB (The World Federation of the Deafblind, Dövblindas världsförbund) och Dbl (Deafblind International, organisation för dövblindpersonal) en sa-

marbetspromemoria. Den är ett ytterst viktigt dokument som ökar genomslagskraften för dövblindarbetet.

Representerade på konferensen var 17 medlemsländer sedan Tyskland, Kazakstan och Slovenien godkännts som nya medlemmar.

På konferensen valdes styrelsemedlemmar och revisorer enligt följande:

ordförande **Sergei Sirotkin**, Ryssland,
vice ordförande **Sanja Tarczay**, Kroatien,
generalsekreterare **Geir Jensen**, Norge,
kassör **Mona-Britt Broberg**, Sverige
styrelsemedlem **Daniel Alvarez**, Spanien
styrelsemedlem **Tamas Gangl**, Ungern
revisor **Dimitar Parapanov**, Bulgarien,
revisor **Ari Suutarla**, Finland.

Nästa möte hålls i Bulgarien år 2012. ■



EDBU:s styrelse. På bilden saknas revisor Ari Suutarla.



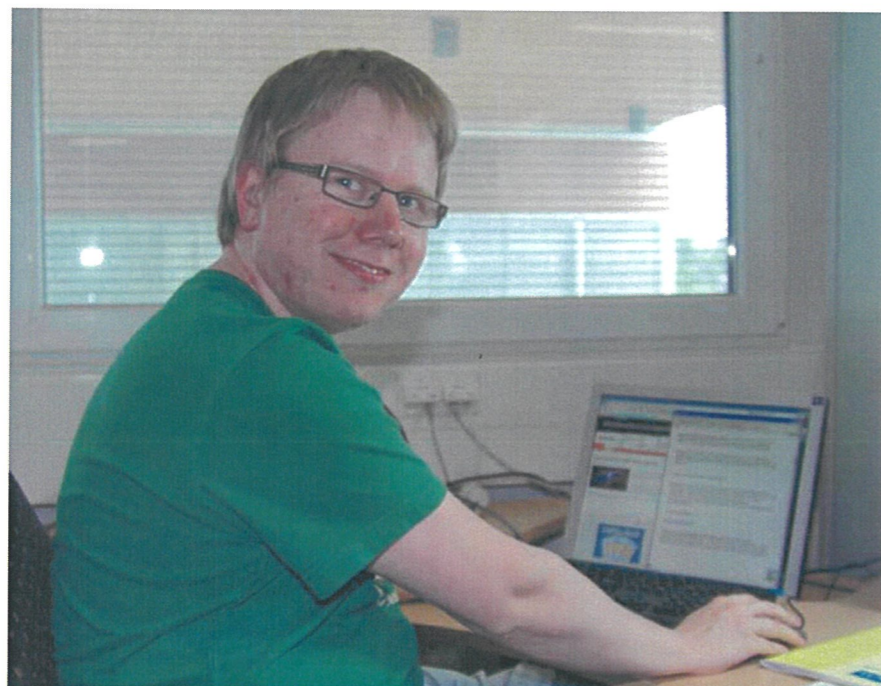
Seppo Jurvanen i mitten, på högra sidan Sanja Tarczay, ordförande för Kroatiens dövblinda och till vänster Tajana Tarczay, konferensens koordinatör.

Meddelande: symbolen "RAY stöder" förnyas



På RAY:s (Peningautomatföreningens) förnyade symbol för understöd har den gamla klöversymbolen ersatts med en logo som föreställer en tärning. Fyrklövern finns fortfarande med på den nya logotypen, men i en moderniserad form. Med sin nya symbol vill RAY signalera sig vara en trovärdig och pålitlig aktör som har både understöds- och spelverksamhet. RAY:s företagslogo har bara en tärning. Företagslogon får inte användas i samband med understödsverksamheten. www.ray.fi. ■

Med Jaakko kom de brasilianska rytmerna till huvudkontoret



Jaakko Evonen

Jag är **Jaakko Evonen**, en 25-årig man från Vasa. Jag har just börjat sommarjobba på informationsavdelningen på Föreningen Finlands Dövblinda rf. Till min arbetsbeskrivning hör att bearbeta Uutislehti och Tuntosarvi samt annat som har med informationsarbetet att göra. Jag studerar fjärde året kommunikation på Vasa universitet och jag har trivts väldigt bra med studierna. På hösten ämnar jag börja jobba på mitt slutarbete, alltså gradun.

Jag bodde i Brasilien under de fyra första åren av min barndom. Där for-

mades min världsbild, och typiskt för den är gemenskap, innerlighet, stora fester och sambakarnevaler. I Brasilien lyssnade jag mycket på musik och gick på dagis på portugisiska. Jag och min familj simmade ofta under stekande sol på den närbelägna klubben. Brasiliansk musik står fortfarande mitt hjärta nära.

Problemet med min hörsel upptäcktes när vi återvände till Finland. Jag har använt hörapparat sedan jag var fyra år gammal. Jag behövde inte lägre stå med örat tryckt mot högtalaren för att kunna njuta av musiken.

Jag gick i normal grundskola och gymnasium. Under hela skoltiden använde jag en FM-apparat. På lågstadiet var min första apparat alldeles för stor och det kändes tråkigt när den hängde runt halsen på mig. En elev frågade mig om det var en detektivutrustning. En annan elev frågade nyfiket om jag hade en superhörapparat som hör ljud på en kilometers avstånd. I den åldern verkar många ha en alldeles för livlig fantasi. Jag svarade att en kombination av en superhörapparat och en FM-apparat skulle vara en fantastisk grej, men med den apparat jag hade fick jag ibland nöja mig med att lyssna till olika sorters skrällar, eftersom signalen var så svag. Då jag gick på lågstadiet led FM-apparaterna av många barnsjukdomar. Ibland hade jag lust att slänga dem ifrån mig med kraft. Lyckligtvis är situationen mycket bättre idag. Apparaten är mindre och det går att koppla den till ett stort antal ljudkällor.

När jag tog motorcykelkörkort som 16-åring upptäcktes det avvikelser i min synförmåga. Då fick jag diagnosen Ushers syndrom. Efter det började en period av anpassning, och mitt intresse för föreningsverksamhet vaknade. År 2000 gick jag för första gången på Hörselvårdsförbundets kommunikationskurser på kurcentret Kopola i Kuhmois. Sedan dess har jag varit med i Hörselvårdsförbundets

verksamhet och också på Finska Retinitis-föreningen rf:s träffar.

Jag hörde om Föreningen Finlands Dövblinda rf första gången sent på våren 2007. Jag fick veta att det i Jyväskylä arrangeras en anpassningsträningkurs. På kursen blev jag bekant med **Harri Peltola** och **Rauho Jäntti**. Deras yrkesskicklighet och kunskap om behandlingsmöjligheter övertygade mig helt. Jag hade nog använt absorptionsglasögon, dvs. glasögon som minskar bländning, många år tidigare, men att det fanns glasögon för mulet väder fick jag nu reda på för första gången.

I efterhand förundrar jag mig över att jag inte tidigare fick någon information om föreningen. Man får säkert med unga i verksamheten bara de får veta mera om Finlands Dövblinda rf. Här är det fråga om det första och viktigaste steget mot en livslång rehabilitering, som såväl patienten som föreningen har nytta av - för att inte tala om samhället.

På Finlands Dövblinda rf :s huvudkontor på Iiris i Helsingfors är samvaron god och jag deltar gärna i arbetsgemenskapen. Tillsammans åstadkommer vi mera!

Man kan kontakta mig per e-post: jaakko.evonen@kuurosokeat.fi ■

Nytt i Usherforskningen

Text och bild: Jaakko Evonen

Eeva-Marja Sankila är en respekterad forskare i ögonsjukdomar. Hon jobbar på HUCS ögonklinik på näthinnepolikliniken. Sankila har gjort genkartläggningar av Ushers syndrom typ III sedan år 1993 och inledde sin specialisering till ögonläkare år 1997. Redan under flera årtionden har hon från första parkett följt med forskningsarbetet med retinitis sjukdomar och hur behandlingsformerna har framskridit. Nuförtiden leder hon en forskningsgrupp på Biomedicum som har specialiserat sig på molekylär-genetik. Just nu planerar gruppen ett samarbete gällande näthinnans biofysik med Tekniska högskolan i Ot-näs.

“Jag är med i en internationell forskargrupp som har fördjupat sig i utvecklingen av vårdmetoder för Ushers syndrom typ III”, konstaterar Sankila. Till arbetsgruppen, som samlas två gånger om året, hör experter på olika områden, så som biologer, läkare, farmakologer och forskare i

öronsjukdomar. Målet har varit att lära sig att allt bättre förstå sjukdomens gång och på så sätt utveckla metoder som gör att man kan rikta in vissa vårdformer specifikt till en viss patient.

“Arbetet i forskargruppen började sedan man hittat det genfel som leder till Ushers syndrom typ III. Då blev de amerikanska forskarna intresserade av saken. En amerikansk affärsman började finansiera projektet, då man hittade genfelet hos hans dotter”, berättar Sankila. Ett tråkigt drag är att läkemedelsindustrin inte är villig att delta i projektet, bl.a. på grund av ekonomiska faktorer. Enligt Sankila utreder projektet hur globalt utbrett Ushers syndrom är. I Amerika har forskningen i Usher typ III varit anspråkslös, eftersom genfelet där är ovanligt. “Just nu kartlägger amerikanska ögonforskare patienternas USH3:s sjukdomsbild, för att man skall få en helhetsuppfattning om hur utbrett genfelet är”, konstaterar Sankila.

I Finland finns det grovt uppskattat ungefär 300 Usher-patienter. Varje år ställs ungefär 5 nya diagnoser.

Då det gäller konkreta behandlingsformer lever man i ett brytningskede. År 2005-2006 var Sankila i Kalifornien för att utveckla musmodeller och tillsammans med andra forskare utforska den effekt Ushers syndrom har på ögonens och öronens utveckling. Målet är att utveckla allt noggrannare mus- och cellmodeller för att karlägga sjukdomens profil. Forskningsarbetet hjälper också i behandlingen av andra motsvarande sjukdomar, som t.ex. torr makuladegeneration. Bland annat lägger en allmän kunskap om genfel i olika typer av Usher grunden för en behandling av alla tre typerna. Sankila konstaterar att från att ha identifierat sjukdomsgenen har man nu avancerat till att forska i sjukdomsmekanismerna, att förstå dem och sålunda kunna utveckla vården. Vårdexperiment på patienter har redan inletts. Det finns ljus i slutet av tunneln.

Man har också gjort framsteg då det gäller tekniken. “Med den noggrannare apparatur som nu finns för att mäta terapivaret på elektroretinografi strävar man efter att klargöra sjukdomsmekanismernas uppkomst och betydelse i sjukdomens olika faser. På detta sätt klarnar sjukdomens naturliga förlopp”, påpekar Sankila.

Man kommer att informera närmare om resultaten den 14 juni i USA:s huvudstad Washington, då arbetsgruppen samlas nästa gång.

En betydande milstolpe i forskningen kring retinitis-sjukdomar kommer att passeras i Helsingfors på Retinitis-kongressen som anordnas i Finlandiahuset 5-6.7.2008. Sankila ser med iver fram mot tillställningen: “Det är fråga om den första kongress där man rapporterar om praktisk behandling av retinitis. Det är också ett bevis på hur patienter, familjer, vänner och föreningsverksamma på ett föredömligt sätt har beslutat att tillsammans anta utmaningen och arbeta för samma mål.” ■



Eeva-Marja Sankila

Riitta Lahtinen fick Stakes innovationspris

Tuija Wetterstrand

Föreningen Finlands Dövblinda rf:s kommunikationschef pedagogie doktor **Riitta Lahtinen**s projekt om kommunikation baserad på beröring har erhållit Stakes TERVE-SOS pris för särskild social innovation inom social- och hälsovården.

Att förmedla information baserad på beröring är en fungerande metod speciellt med dövblinda personer. Men att förmedla information genom beröring är mänskligt, och kan tillämpas och användas i omfattande utsträckning bland olika kundgrupper. Metoden används redan som en del av rehabiliteringen av synskadade barn.

Riitta Lahtinen delar in information som förmedlas genom beröring i två delfaktorer som hon kallar haptiser och hapterer. Haptiserna är de olika former som beröringen tar, som att rita på kroppen, sociala snabbbesked, återkoppling, kontakt med personer och omgivning samt att leda

genom rörelser. Hapterer, som rörelse, tryck, riktning och rytm utgör grammatiken för utbyttandet av meddelanden.

Riitta Lahtinen har satt sig in i kommunikation baserad på beröring redan under nästan 30 års tid. Ända sedan hon var en ung flicka har hon arbetat med dövblinda, först som frivillig stödperson, tolk och senare som ledare för kurser och läger. Själva forskningsidén, att studera kommunikation baserad på beröring, fick Lahtinen för 16 år sedan, då hennes make stegvis blev dövblind. Tillsammans började paret att bygga upp och utveckla metoder genom vilka den information om omgivningen som man får genom syn och hörsel snabbt kan uttryckas när det inte finns tillräckligt med tid för beskrivning och tolkning. Resultatet blev Riitta Lahtinen doktorsavhandling "Haptiser och hapterer – en fallstudie i utvecklingen av beröringsbaserad kommunikation hos en dövblind person".

Riitta Lahtinen har gjort ett banbrytande arbete då det gäller forskning i beröringsbaserad kommunikation även i sin tjänst på Föreningen Finlands Dövblinda rf. Lahtinen fungerade som projektchef i det av Penningautomatföreningen finansierade projektet De dövblindas olika kommunikationsmöjligheter under åren 2001–2005. Utgående från utredningar som gjordes under projektet blev kommunikationsservicen en permanent verksamhet inom föreningen från början av år 2006. ■

Bilder:

På bilderna illustreras situationer där man förmedlar beröringsbaserad information. Bilder: Raili Karisaari



Tidningsläsning: Anita Palo läser koncentrerat tidningen. Riitta Lahtinen avlägsnar sig med en kaffekopp i handen. Då hon går sin väg ger hon besked åt Anita genom att med hela handflatan beröra hennes rygg och samtidigt visa i vilken riktning hon går.



På balkongen: Anita Palo betraktar koloniträdgården från balkongen. Riitta Lahtinen beskriver med båda händerna på Anitas rygg de hus och träd som syns. Anita bekräftar att hon mottagit meddelandet genom att peka på objektet ifråga.

Tolkningsregisterprovet i tolkning åt dövblinda

Riitta Lahtinen

När de teckenspråksstuderande har avlagt tolkregisterprovet har de möjlighet att också avlägga tolkregisterprovet för dövblindtolkning. Innan den studerande kan avlägga tolkregisterprovet för dövblindtolkning måste han eller hon ha genomfört studiehelheter som hänför sig till dövblindhet, så som olika kommunikationsätt, ledsagning och beskrivning samt ha praktiserat på fältet tillsammans med dövblinda.

Tolkregisterprovet för dövblindtolkning utförs i samarbete med de läroanstalter som utbildar tolkar. Provet bedöms av en lektor vid läroanstalten, en anställd vid Föreningen Finlands Dövblinda rf (kommunikationsschefen) samt en dövblind person, en Tupa-handledare. Tupa-handledaren har studerat de element som ingår i tolkning.

Tolkregisterprovet består av olika delar. I början av provet gör den dövblinda personen en tolkbeställning av den studerande. Tolkningsstillfället

räcker ca. 45 minuter. Hit hör uträttandet av olika sorters ärenden, ledsagning och beskrivning. Läroanstaltens lektor och representanten för dövblindpersonal följer med situationen och iakttar bl.a. hur smidigt situationen avlöper och hur väl den studerande behärskar kommunikationssätten, ledsagningen och beskrivningen. Efter kontaktsituationen ger också Tupa-handledaren sin bedömning. Till slut skriver den studerande en självvärdering som även innefattar ett etiskt resonemang kring tolkning. Dessutom funderar den studerande på hur situationen skulle ha förlöpt med en annan sorts kund. Efter provet får den studerande feedback på situationen.

Hittills har 14 personer från Åbo och Helsingfors avlagt tolkregisterprovet för dövblindtolkning.

Satu Marku, lektor vid Diak, anser att tolkregisterprovet i tolkning åt dövblinda är viktigt både för den studerande och för kunderna. En stude-

rande som har avlagt provet får en tillförsikt i tolkningen och ledsagningen (även om provsituationen är mycket spännande). Den studerande får demonstrera de färdigheter han eller hon har lärt sig och behärskar i en trygg, och ändå så genuin miljö som möjligt.

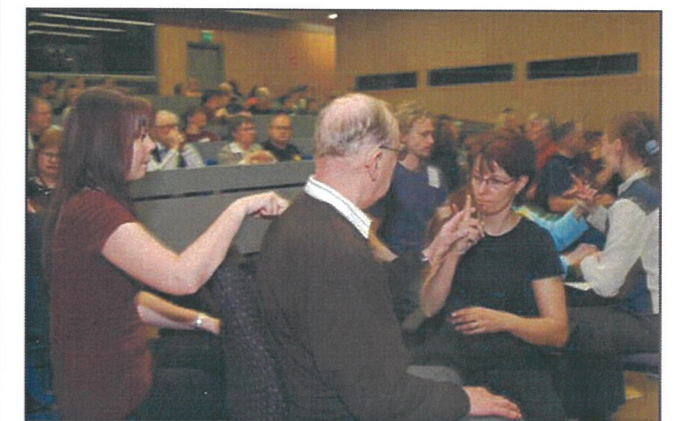
“Speciellt viktigt anser jag vara den gemensamma, interaktiva diskussionen som förs efter kontaktsituationen och där alla de studerande som deltagit i provet ännu kan lära sig mera av varandras feedback. Ute på fältet får man sällan feedback om samma situation av både sin tolkpartner, kunden och en företrädare för vår bransch. Förhoppningsvis medför detta prov också en ökad uppskattning av tolkningen för dövblinda”, säger Satu Marku.

Pirkko Pölönen är en av de Tupa-handledare som sitter med vid provet. Hon anser att provsituationen är en autentisk situation där de studerande får möjlighet att visa sin kreativitet, sina anlag och sin förmåga att omsätta de färdigheter de har lärt sig i praktiken. Varje situation är unik, precis som varje studerande är sin egen personlighet.

“Det har varit fint att märka respekten i beröringen. Eftersom det utbetalas en skild ersättning för tolkning till dövblinda bör man kunna kräva

ordentliga bevis på kompetens”, konstaterar Pirkko Pölönen.

Tolkverksamhetens samarbetsgrupp godkände på sitt möte i april innehållet i tolkregisterprovet för dövblindtolkning som det har beskrivits ovan. Protokollen för tolkverksamhetens samarbetsgrupp är offentliga handlingar och man kan läsa dem på www.tulkit.net/arkisto/tulkkitoiminnan-yhteistyoryhma. ■



Partolkning där tal tolkas till teckenspråk. Som metoder används taktilt tecknande och ritning på kroppen. Föreningen Finlands Dövblinda rf:s vårmöte 2006. Bild: Kalle Kiviniemi

Mitt hem i möjligheternas landskap

Anu Mikkola

I september 1991 kom jag ung och spänd för boendeprovning till Aktivitetscentret, som då kallades De Dövlindas Servicehus. Under min tid på boendeprovning ville jag bekanta mig med huset och personalen samt med staden Tammerfors, som eventuellt skulle bli min hemstad. Jag är blind, hörselsvag och rörelsehandikappad så jag behövde, och behöver fortfarande, hjälp med många saker i vardagen.

Då min boendeprovning var slut ansökte jag om en betalningsförbindelse från min hemkommun, så att jag skulle kunna flytta in på Aktivitetscentret. Då jag fått betalningsförbindelsen flyttade jag till Tammerfors i början av år 1992.

Till en början var det mycket att göra med att arrangera allting. Möbler, hushållsmaskiner och andra förnödheter måste införskaffas. På den tiden var personalen på Aktivitetscentret ännu liten. I början, som en ny kund, kändes det som om jag skulle ha behövt mera hjälp och stöd än den



Anu står i dörren till sitt hem.
Bild: Pentti Pietiläinen

dåvarande personalen kunde erbjuda. Den första våren efter flytten var i hög grad psykiskt tung, för jag visste inte vad jag skulle göra med mitt liv. Ensamhet och depression fyllde också ofta mitt sinne.

Studier och kamratstöd

På sensommaren föreslog en tidigare anställd vid Aktivitetscentret att det skulle kunna löna sig för mig att gå på kvällsgymnasium för att förbättra mina betyg från grundskolan. På så sätt skulle jag ha någonting att göra.

Jag genomförde mina grundskolestudier och fick också avgångsbetyg från gymnasiet i december år 2000.

Mitt andningshål i Tammerfors blev till att börja med mentalhälsöföreningen Taimi och senare aktivitetscentret lideshovi. På lideshovi är jag med i olika grupper och i samtalsstugan där jag träffar andra psykiatriska rehabiliteringsklienter. Jag deltar också i teaterresor och ibland i utfärder som lideshovi arrangerar. Jag har också utbildat mig till erfarenhetsförmedlare (kokemustiedottaja) och ibland föreläser jag på olika läroanstalter om handikapp och mentala problem så som jag har upplevt dem.

På Aktivitetscentret är hjälpen nära

Boendet på Aktivitetscentret för Dövlinda och Tammerfors stad ger mig möjligheter till ett aktivt och meningsfullt liv. Jag får hjälp med det som jag behöver hjälp med. Hemvårdsinstruktörerna hjälper mig på butiks- och bankresor, med städning och klädvård, med att läsa posten samt med hälsovård. Ibland äter jag frukost eller lunch på Aktivitetscentret.

Nuförtiden rör jag mig inte längre ensam på centrets område, utan jag behöver ledsagningshjälp. IT-stödservicen är nära och ganska lätt tillgänglig. Också de många kurserna i anpassningsträning som arran-

gerats på Aktivitetscentret under åren har stött min rehabilitering under olika perioder i mitt liv. Att få stöd i ansökningsdjungeln och i det som gäller social trygghet är viktigt. Nuförtiden deltar jag också i läsecirkeln, kulturkvällarna, spelkvällarna och restaurangkvällarna som projektet Toimintapäivät anordnar.

På grund av mitt rörelsehandikapp går jag på fysioterapi två gånger i veckan, något som är viktigt för att uppehålla min rörelseförmåga. Jag träffar också mina vänner nu och då.

Jag har nu bott på Aktivitetscentret nästan sexton och ett halvt år. Jag hoppas att jag kan få bo här också i fortsättningen. Mitt liv har kommit på rätt köl här i Tammerfors och lägenheten på Aktivitetscentret är mitt hem.

Individuellt boende

Jag uppmuntrar er andra att ansöka om möjlighet att flytta till Aktivitetscentret när det blir lägenheter lediga. Till att börja med kan man t.ex. ansöka om boendeprovning. Här kan personalen ta i beaktande de svårigheter som hörselsynskadan för med sig och varje invånare får individuell hjälp enligt sina behov. Nuförtiden finns här personal dygnet runt så det är lättare att få hjälp, jämfört med då jag flyttade hit för att börja mitt liv i möjligheternas Tammerfors. ■