

JOUKKOJULKAISU

KUULO- NÄKÖVAMMAISTEN LEHTI

N:o 3/1977



11 KUULO- NÄKÖVAMMAISTEN LEHTI

15 N:o 3/1977

3. vuosikerta

20 **Julkaisija**

25 Sokeain Keskusliitto ry

28 **Päätoimittaja**

31 Ulla Kiikka

Toimituksen osoite

Sokeain Keskusliitto ry

Mäkelänkatu 52 A

00510 Helsinki 51

SISÄLLYS

Syksyn tullessa	1
Kaijan terveiset	2
Utiskierros	3
Tiesitkö tämän	9

Kasviksista ja marjoista	11
Muutamia pakastusniksejä	14
Pohjoismainen nuorten leiri Vierumäellä	15
Terveiset Tornioista	17
Pyhäsalmeilla	19
Kesän marjasato	20
Urheilu-uutisia	22
Kirjoituskilpailun satoa	24
Junamatka	25
Seurakuntakurssilla Imatralla	26
Mukava muisto	28
Henkilökohtaista	31

SYKSYN TULLESSA

Lopussa on kesä, päivät lyhenevät ja viilenevät. Monista saattaa tuntua haikealta, kun ajattelee mennyttä kesää. Mutta syksyssäkin on oma viehätöksensä. Tuleentunut vilja, sadonkorjuu, kypsyneet marjat ja vähitellen kirjaviksi muuttuvat puiden lehdet antavat syksyille sille ominaisen leiman. Alkusyksyn luonto tuntuu täyteläiseltä.

Oman leimansa syksyyn antaa myös koulujen alkaminen. Lähes 660 000 peruskoululaista aloitti työnsä. Tänä syksynä on maan kaikki alueet mukana peruskoulujärjestelmässä, viimeisimpänä pääkaupunkiseudun koulut ovat tulleet mukaan. Peruskoulu tarjoaa kaikille samanlaisen peruskoulutuksen. Se pyrkii ottamaan huomioon ihmisten erilaisuuden tarjoamalla eritasoisia kursseja oppiaineissa. Peruskoulu on normaalisti 9-vuotinen. Peruskoulun jälkeen voi hakeutua esim. lukioon tai ammatilliseen koulutukseen.

Kaikille koulutyönsä aloittaneille ja muillekin työntöä ja hyvää syksyä.

Terveisin Ulla Kiikka

KAIJAN TERVEISET

Kesä alkaa sitten olla lopussa. Olen tavannut teistä monia kesän kurseilla – Torniossa, Pyhäsalmeilla tai Huttulassa. Kiitokset teille kaikille innokkaasta osallistumisesta. Syksyllä järjestetään vielä yksi kurssi lomakoti Onnelassa (Tuusulassa). Jos olet asiasta kiinnostunut, ota yhteyttä.

Kursseille on tänä vuonna ollut paljon tulijoita. Valitettavasti kaikki eivät ole päässeet haluamaansa kurssille. Kurssit ovat tarkoitettu erilaisten taitojen oppimiseen. Eri kurseilla opetetaan vähän eri asioita. Tällöin joudutaan usein kurssilaisia valitsemaan sen mukaan, mikä asia juuri hänen on tärkeää oppia. Valitettavasti muutamia paikkoja jää aina käyttämättä koska joku kurssilainen voi jäädä pois eikä ilmoita sitä. Muista siis aina ilmoittaa, jos et pääse tulemaan kurssille. Lähetä ilmoitus hyvissä ajoin, silloin voin kutsua jonkun toisen tilallesi.

Loppuvuoden ohjelmassa on Onnelan kurssin lisäksi vielä myyjäiset ja pikkujoulutapahtuma. Myyjäiset järjestetään Helsingissä marras-joulukuun

vaihteessa. Myyjäistulot menevät Suomen Kuurosokeat ry:n tilille. Sinäkin voit osallistua myyjäisiin tekemällä sinne esim. jonkun pienen käsityön. Jos haluat tehdä enemmän myyjäistöitä, ota yhteyttä niin neuvotellaan raaka-ainehankinnoista.

Pikkujoulu pidetään marraskuun loppupuolella. Ilmoitan tarkan ajan ja paikan heti kun johtokunta on tehnyt asiasta päätöksen. Osallistumismaksu tulee olemaan noin 200 mk.

Oikein hyvää syksyä teille kaikille. Kirjoitelkaa kuulumisianne!

Terveisin Kaija Salekari

UUTISKIERROS

Uudet henkilötodistukset otetaan käyttöön syyskuun alusta. Uusissa henkilötodistuksissa viranomaisten merkinnät peitetään läpinäkyvällä suoja-kalvolla. Näin pyritään estämään väärentämiset. Henkilötodistukseen ei enää merkitä henkilön nimeä lukuunottamatta tietoja, jotka saattavat muut-

tua esim. hiusten väri, kotipaikka jne. Alaikäisiä (alle 18 v) lapsia ei enää merkitä vanhempien henkilötodistukseen, vaan heille annetaan oma henkilötodistus. Henkilötodistuksen saa asuin- tai kotipaikkakunnan poliisiviranomaiselta. Siitä peritään kahden markan leimavero. Henkilötodistus on uusittava jos esim. nimi muuttuu.

Automaattinen paikanvaraus laajenee rautateillä. Erikoispikajunien paikkaliput ovat olleet tietokoneen kirjoittamia jo pari vuotta. Nyt myydään myös tavallisiin pikajuniin tietokoneella kirjoitettuja paikkalippuja. Myynti aloitettiin elokuun puoleksavälissä. Jouluuun mennessä on tarkoitus saada kaikki paikkaliput tietokoneelle. Tämän järjestelmän mukaan lipun voi ostaa enintään kahdeksan viikon kuluttua lähtevään junaan. Varauksen voi tehdä vuodeksi eteenpäin.

Suomessa on kehitetty alusten törmäyksen esto laite, joka toimii tutkan yhteydessä. Tietokoneeseen kytketyn laitteen avulla kyetään määrittelemään kohtaavan mm. laivan etäisyys, ohitusaika, ohitusetäisyys ja nopeus. Keksintöä kokeillaan öljysäiliölaivoihin.

Kaksi neuvostoliittolaista miestä kaappasi neuvostoliittolaisen matkustajakoneen Helsinkiin. Kone oli Neuvostoliitossa kotimaanreitillä ja siinä oli 72 matkustajaa. Kaappaajilla oli tarkoitus pakottaa kone lentämään Tukholmaan. Polttoaine ei olisi riittänyt sinne asti ja kone joutui laskeutumaan Helsinki-Vantaa lentokentälle. Kaappaajat vapauttivat koneessa olleet matkustajat vähän kerralla. Parin päivän kuluttua kaappaajat itse antautuivat poliisille. Kaappaajat ja kone luovutettiin Neuvostoliiton viranomaisille.

Ruotsi sai prinsessan. Kuningatar Silvian ja kuningas Kaarle VI Kustaan ensimmäinen lapsi sai nimen Victoria Ingrid Alice Derisee.

Englantilaiset juhlivat heinäkuussa kuningatar Elisabetin hallituskautta, joka on kestänyt 25-vuotta.

Kyproksen presidentti arkkipiispa Makarios on kuollut. Presidentintehtäviä hoitaa Spyros Kyprianou siihen asti, kunnes maassa järjestetään presidentin vaalit.

Naisten osuus Suomen eduskunnassa on suurempi kuin missään muualla maailmassa kalifornialaisen tiedejulkaisun tekemän tutkimuksen mukaan. Suomen eduskunnassa oli tutkimushetkellä 22 % eli vajaa neljäsosa naisia. Seuraavaksi eniten naisia on Ruotsin valtiopäivillä 21 %, Tanskassa 17 %, Englannissa 4 %, USA:ssa 3 %.

Valtion kassatilanne (rahatilanne) on huonontunut. Valtio maksaa toistaiseksi vain pakolliset menonsa. Valtio keskeyttää sellaisten menojen maksamisen, joiden maksuaika on harkinnan varainen. Mm. valtion asuntolainojen ja maatalouden avustusten maksaminen keskeytyy. Valtion kassatilannetta on vaikeuttanut lama, työttömyydestä johtuvat työllisyyskorvausten maksamiset.

Merikotkien pesintä onnistui tänä vuonna hyvin. Lintujen lukumäärä lisääntyi 13 linnulla. Suomessa lounaissaaristossa asustaa n. 35 merikotkaparia. Merikotka on maan suurin petolintu. Sen siipien kärkiväli voi olla 2,5 m. Vanhimmat merikotkat elävät yli 30-vuotiaiksi. Merikotkat pesivät vasta 4–5 vuoden iässä. Ne pesivät maalis-heinäkuun

välisenä aikana. Merikotkat syövät kaloja ja vesilintuja. Myrkyt ruoissa, esim. elohopeapitoiset kalat, aiheuttavat sen, että merikotkat eivät pysty lisääntymään. Viime talvena merikotkia on ruokittu puhtaalla saastumattomalla ruoalla, jolloin niiden lisääntyminen ei ole estynyt.

TIESITKÖ TÄMÄN

Aikaisemmin vaarattomana pidetty home hillojen, leivän ym. päällä on nykyisen tutkimuksen mukaan terveydelle vaarallista, eikä sitä voi tuhota millään kotikonsteilla. Keittäminen, paistaminen, pakastaminen ei auta. Homeen kuoriminen tuotteen pinnalta ei riitä, koska homemyrkkyä voi olla syvemmälläkin. Näin säilöntäkaudella on hyvä muistaa, että puhtaus on tärkein asia, jolla homeen kasvu estetään.

Ksylitoli I. koivusokeri on suomalainen keksintö. Sitä valmistetaan koivusta. Käytetään pastilleihin, purukumiiin hammastahnaan, suuveteen. Mikä mielenkiintoisinta. Sen on todettu estävän hampasmätää.

Amerikkalainen rock and roll-laulaja Elvis Presley on kuollut 42-vuotiaana. Presley on levyttänyt useita levyjä ja näytellyt monissa elokuvissa.

Neuvostoliittolainen jäänmurtaja Arktika on ensimmäinen meren pinnalla kulkeva alus, joka on murtautunut jäätikön läpi pohjoisnavalla. Pohjoisnavan ympärillä on jääkerros, joka voi kasvaa jopa 12 metriseksi. Kesällä lämpötila on pohjoisnavalla nol-lan tienoilla ja jääkerros on ohuempaa.

Joka kymmenes suomalainen kärsii kohonneesta verenpaineesta. Lähes 300 000 suomalaista sairastaa niin korkeaa verenpainetta, että lääkehoito tai huolellinen seuranta olisi välttämätöntä. Verenpaineitoimikunta ehdottaa, että kaikkien yli 30-vuotiaiden verenpaine olisi syytä mitata kerran vuodessa. Terveyskasvatuksissa olisi korostettava liikunnan merkitystä ja liikapainaisuuden ehkäisemistä.

Marjoja ja sieniä on poimittu jo kauan kotitarpeiksi. Vasta tällä vuosikymmenellä on huomattu niiden merkitys kauppatavarana. Tutkijoiden mukaan Kainuussa esim. hyvinä satovuosina marjoista

saatu tulo on lähes yhtä suuri kuin maakunnan pääelinkeinosta, maataloudesta, saatava puhdastulo. Marjat ja sienet on myös vientitavaraa. Tutkijoiden mukaan kuitenkin Suomen marjasadosta käytetään hyväksi 4–5 % ja sienistä vajaa kaksituhannesosaa. Suomen metsiin mätäneä vuosittain melkoinen määrä marjoja ja sieniä.

Elonkorjuu alkoi tänä vuonna tavallista myöhemmin. Etelä-Suomessa päästään pellolle elo-syyskuun vaihteessa. Sadon laatu riippuu säästä. Mikäli syksy on sateinen viljan laatu kärsii. Myös hallat ovat uhkana sadolle.

Helsingissä kokoontui heinäkuussa Lähetyskongressi -77. Siihen osallistui jäseniä eri kirkkokunnista ja seurakunnista. Kongressissa keskusteltiin lähetystyön kysymyksistä. Tällä hetkellä lähetyskentillä työskentelee 580 suomalaista lähetystyöntekijää. Pääosa työntekijöistä on Afrikassa, Etelä-Amerikassa ja Aasian eteläosissa. Lähetystyön tavoitteena on ihmisen hoitaminen, ihmisen henkisistä, hengellisistä ja aineellisista tarpeista huolehtiminen.

Paitsi raastetta kaalista voi tehdä myös **kaalilaatikon**. Leikkaa keskikoinen kaali suikaleiksi. Keitä kaalisuikaleita n. 2–3 dl:ssa lihalientä 10 min. Sekoita joukkoon 300 g jauhelihaa. Mausta seos suolalla, meiramilla (1/2 tl) ja valkopippurilla (1/4 tl). Kaada voideltuun vuokaan. Pane muutama voinokare. Kypsennä 200° C:ssa n. 1/2 t.

Rahkasta saa nopeasti jälkiruoan sekoittamalla 1 tlk maitorahkaa, 2 dl vatkattua kermaa ja 3–4 dl survottuja marjoja, mansikoita, mustaherukoita, puolukoita, mustikoita. Marjarahkan voit maustaa sokerilla ja vaniljasokerilla.

Mustikkamuffinsitt (n. 30 kpl)

3 munaa
 2 dl sokeria
 2 dl vehnä jauhoja
 1 dl grahamjauhoja
 2 tl leivinjauhetta
 1/2 dl maitojauhetta
 1 dl vettä
 100 g voita
 n. 4 dl mustikoita

Vatkaa munat ja sokeri vaahdoksi. Sekoita kuivat aineet keskenään. Kuumenna vesi ja voi kattilassa. Yhdistä voiseos munavaahtoon ja lisää kuivat aineet ja viimeksi mustikat varovasti sekoittaen. Mustikoiden tilalle voit panna muitakin marjoja esim. puolukoita. Jaa taikina pieniin paperivuokiin uuni-pannulle. Paista 225° C:ssa 10–15 min.

Sienikakku

3 munaa
 1 1/2 dl sokeria
 5 rkl kiehuva vettä
 3 dl vehnä jauhoja
 2 tl leivinjauhetta

Vatkaa munat ja sokeri vaahdoksi. Lisää kiehuva vesi vähän kerralla koko ajan vatkatun. Vatkaa vielä n. 10 min. Lisää jauhot, joihin leivinjauhe on sekoitettu, varovasti sekoittaen. Kaada taikina voideltuun jauhotettuun vuokaan. Paista 160° C:ssa n. 45 min. Sienikakkua käytetään täytekakkujen pohjana. Täytteeksi sopivat hedelmät, marjat, hillot ja kuorrutus voi olla esim. vatkattu kerma.

Kuinka valmistuu hyvä tee?

Tarvitaan kylmää, raikasta vettä, joka kuumennetaan. Teekannu kuumennetaan lämpimällä vedellä. Mittaa teelehdet (1 tl) pane lämpimään kannuun. Kaada juuri keihuva vesi teelehden päälle. Anna hautua 3–5 min. Tarjoa sitruunan, maidon tai hillon kanssa.

Tällä hetkellä elämme parasta kasvisten aikaa. Ihan tulee ahneeksi katsoessa tori- ja myymäläpöytiä. Se, jolla on oma kasvima, nauttikoon työnsä tuloksista. Jospa mekin ottaisimme kasviskuurin esim. näin.

Aamulla: täysjyväpuuroa, marjoja, maitoa, porkkanoita.

Lounalla: runsaasti kasvissalaattia, piimää tai viiliä, juustovoileipää.

Päivällinen: kesäkeitto tai kasviskeitto lihaliemeen

Iltapala: täysjyväleipää, maksamakkaraa ja porkkanaraastetta, teetä.

Hyvää syksyn jatkoa
Sirkka Saarinen

KASVIKSISTA JA MARJOISTA

Syksyllä kasvikset ovat parhaimmillaan ja huokeimmillaan. Mikäli mahdollista pyritään syömään kasviksia mahdollisimman paljon sellaisenaan mutta myös salaatteina ja raasteina. Juurekset esim. porkkana, lanttu ja kaali sopivat aterian lisäkkeeksi raastettuna ja kostuteltuna esim. tuoremehulla. Raasteeseen voi yhdistää esim. omenaa, puolukkaa, rusinoita tai appelsiinia. Kasviksista saa myös maittavan pääruuan.

Kasvispata on vaivaton valmistaa 4–5 hengen annosta varten tarvitset 4 perunaa, 1 purjoa, 2 porkkanaa, 1/2 selleriä, 1 palsternakka, n. 1 dl herneitä tai papuja. Pese kuori ja paloittele kasvikset. Mittaa pataan 3 dl vettä ja 2 tl suolaa. Pane paloittelut kasvikset kiehuvaan veteen. Kypsennä kasvikset juuri ja juuri kypsiksi (n. 15–20 min.). Mausta pata esim. 1 tl paprikajauhetta tai 1/2 tl mustapippuria sekä hienonnetulla persiljalla. Kasviksia ja mausteita voit vaihdella. Kasvispata on melko kevyt mutta ruokaisamman siitä saat lisäämällä kypsentämisen loppuvaiheessa esim. 1/2 lenkkimakkaraa kuutioina joukkoon.

MUUTAMIA PAKASTUSNIKSEJÄ

Pakasta maustevihannekset (tilli persilja), silpotuna pikkupusseissa. Pane pikkupussit isompaan muovipussiin.

Lajittele kasvikset koon mukaan, paloittele tarvittaessa. Kiehauta kiehuvaassa runsaassa vedessä pavut 4–5 min., herneet 1–2 min., parsakaali ja ruusukaali 3–4 min. Vihannesverkko on kätevä apuväline. Jäähdytä kasvikset nopeasti, valuta ja pakkaa muovipusseihin.

Kukkakaalin voi pakastaa myös lohkoina, joita kiehautetaan 4–5 min.

Paprikoita ei tarvitse kiehauttaa. Pakasta ne puolikaina tai suikaleina.

Omenasose on herkullista pakastettuna. Kuumenna omenalohkoja höyrymehustimessa kunnes ne pehmenevät tai uunissa 150° C:ssa n. 1 1/2 t peitettynä. Jauha sosemyllyllä.

Karviaismarjat voi pakastaa paitsi kokonaisina myös sosemyllyn läpi puserrettuna.

Puolukat säilyvät kylmässä sellaisenaan survottuna, mutta ovat erittäin hyviä jos ne pakastetaan kokonaisina.

POHJOISMAINEN NUORTEN LEIRI VIERUMÄELLÄ

Tänä vuonna oli Suomen vuoro toimia isäntänä pohjoismaisella nuorten leirillä. Leiripaikaksi valitsimme Vierumäen Urheiluopiston. Olihan kysymyksessä nuorten leiri ja ohjelmassa oli paljon liikuntaa ja urheilua. Paikka olikin mitä sopivin tähän tarkoitukseen.

Leirille oli kutsuttu viittomakielentaitoisia kuulonäkövammaisia nuoria Norjasta, Ruotsista, Tanskasta ja tietysti meiltä Suomesta. Leirin kustannuksista vastasivat Sokeain Keskusliitto ry. ja Suomen Kuurosokeat ry. Kaikki muut maat osallistuivat leirille paitsi Norja. Vietimme hauskan viikon vaihteluvan ohjelman merkeissä. Liikuimme paljon Vierumäen kauniissa luonnossa. Jyrkät harjut, metsät ja monet pienet lammet olivat varsinkin tanskalaisille

vieraille aivan uusi kokemus. Tanskahan on hyvin tasainen ja alava maa. Käytimme myös ahkerasti opiston urheiluhallia ja -kenttää. Uinti ja saunominen kuuluivat tietysti päivittäiseen ohjelmaan.

Keskusteluissa vieraittemme kanssa saimme paljon tietoja heidän oloistaan. Järjestimme myös tietokilpailuja ja esittelykierroksia, joiden avulla tutustuimme naapurimaihin.

Leiriohjelmaan kuului retki Malminharjulle sekä Lahteen.

Viikko kului kovin nopeasti. Kaikki osanottajat olivat erittäin tyytyväisiä hauskaan ja virkistävään yhdessäoloon. Kaikkien harras toivomus oli, että pohjoismainen leiri voitaisiin järjestää vuosittain. Tanska on luvannut hoitaa järjestelyt ensivuonna. Toivottavasti myös me voimme olla mukana jatkamassa tätä hyvin alkanutta yhteistyötä.

Kaija Salekari

TERVEISET TORNIOSTA

Maanantaiaamuna heinäkuun 18. pnä juna saapui Tornion asemalle vähää vaille seitsemän. Taksia oli vaikea saada ja värjöttelimme Pirkon ja Annikan kanssa asemalla tovin. Heinäkuusta huolimatta ilma oli kolea. Taksin saatuaamme suuntana oli Perä-Pohjolan opisto, jossa alkoi kuurosokeiden sopeutusvalmennuskurssi. Paikka oli jo viime vuodesta tuttu. Tuttuja oli vastaanottajatkkin nimittäin Kaija ja Kauppisen Pekka ja Marja. Kaijan opastuksella löysimme majapaikan.

Aamupalan jälkeen odottelimme kurssille saapujia. Oli ilo tavata tuttuja. Tärkeimmät uutiset vaihdettiin.

Iltapäivällä, kun 36 kurssilaista ja 12 ohjaajaa oli saapunut, aloitettiin opiskelu. Opiskeluryhmiä oli toistakymmentä: Mm. viittomakieltä, pistekirjoitusta, askartelua kotitaloutta ja liikkumistekniikkaa parituntia aamu- ja iltapäivisin.

Maanantai-iltana ohjelmassa oli mukava yllätys sauna ja tietysti saunakahvi. Saunakahvin kurssilaiset

itse keittivät, samoin kuin muutenkin iltakahvit. Illan päätteeksi oli esittelytilaisuus.

Aamuisin Pirkon johdolla suoritettu aamuvoimistelu karisti viimeisetkin unet silmistä. Liikunta ei jäänyt siihen. Lounas- ja päivällislevon jälkeen teimme joukolla kävelylenkin.

Keskiviikkoillan kurssin aikuiset viettivät Tornion kaupunginhotellissa. Me kotiinjääneet saimme seurata sivusta lastenkutsuja, joihin sekä ohjelman että tarjottavan lapset itse tekivät. Lapset tietysti noudattivat valvomislupaa tunnollisesti puoleen yöhön saakka, vaikka silmät tahtoivat painua kiinni.

Torstaina käväisimme ulkomailla, nimittäin Haaparannassa Ruotsin puolella. Kaupunkikierroksen jälkeen maistui pullakahvit Domuksen (=tavaratalo Haaparannassa) kahvilassa. Haaparannasta kävelimme joukolla Suomen puolelle. Matkalla poikkesimme Tornion v. 1686 valmistuneessa kirkossa. Mikäpä sopikaan paremmin päivän päätteeksi kuin sauna ja makkaran paisto. Keittiön henkilökunta huolehti meistä kiitettävällä tavalla. Saimme nauttia todella hyvästä ruoasta.

Perjantai-iltana osa kurssilaisia lähti kotimatalle mutta suurin osa jäi vielä lauantaihin saakka. Sateisesta kesästä huolimatta emme tainneet Torniossa kastua. Ja ilma, joka vielä manantaiaamuna tuntui kolealta muuttui lämpimäksi. Varmasti tyytyväisin mielin jäämme odottamaan ensi kesää. Silloin toivottavasti tapaamme taas Torniossa.

Ulla

PYHÄSALMELLA

Pyhäsalmen leiri alkoi ensimmäinen päivä elokuuta. Se oli sateinen päivä, mutta silti se meni hyvin. Saunoimme joka päivä ja uimme järvestä puhtaassa vedessä. Kävelimme ja juoksimme päivisin leikimme ja pallostelimme pihalla, sisällä askartelimme. Jokainen oli keittiövuorossa Kaijan äidin kanssa. Tiistai ja keskiviikko olivat kauniit päivät. Mutta torstaina tuli kova ukonilma ja vettä satoi kovasti. Eine ja Raakel olivat silloin leipomassa. Liisa näki pallosalaman ulkona penkillä ja se räjähti niin, että sähköt ja puhelin katkesivat. Mitä tapahtui, Olavi oli aitassa ja lähti katsomaan mikä räjähti. Aitan

ovi oli kiinni mutta salama näkyi aitassakin kirkkaana. Sitten ei voitu paistaa pullaa, kun ei ollut sähköä.

Kaijan äiti otti taikinan ja meni kotiin paistamaan 17 kilometrin päähän. Sitten Ilpo Pirhonen sai korjatuksi sähköön. Ukonilma oli ohi ja Kaija huomasi, että salama oli noin 100 metrin päässä kuorinut suuren puun ja merkannut toisen. Illalla pääsimme taas saunaan toiset eivät käyneet uimassa kun oli vielä vähän ukkosta, toiset ui. Seppo lämmitti saunan ja kantoi vettä. Perjantai oli kaunis päivä. Lauantaina puolen päivän jälkeen satoi vähän. Osa lähti jo perjantaina illalla kotiin ja loput lauantaina. Pyhäalmella on hyvä leiripaikka jos vain olisi kauniita ilmoja.

Terveisin Eine Eira

KESÄN MARJASATO KAINUUSSA

Marjasato oli keskinkertainen näillä seuduin. Lakkaa oli aukeilla raheikkosoilla aivan heikosti. Soiden reunamilla, jota korveksi kutsutaan, ei ollut

ollenkaan, kuten aikaisempina vuosina. Saimme ne säilömarjat lakoista aivan tyydyttävästi.

Mustikkaa on ollut aika runsaasti näillä seuduin. Hyvää tekivät nuo runsaat sateet, joita oli paljon kypsyemisvaiheen edellä. Mustikka kasvoi suuremaksi kuin kuivana aikana, jolloin marja on paljon pienempi. Minäkin sain käteeni noita marjanoksia ja tutkiskelin niitä vähänaikaa, ennenkuin panin marjat suuhun. Paljon ovat näkevät perheenjäsenet myyneet marjoja, mustikkaa, kauppaliikeisiin. Sitten mehutehtaat saavat marjatarpeen tyydytetyksi.

Puolukkaa tulee myös kohtalaisesti näillä seuduilla. Se alkaa näistäpuolin kypsyä, joten aurinkoiset päivät jouduttavat kypsymistä.

Hyvä on syödä talvisaikaan pakastimesta marjoja, jotka on tuoreita kuin äsken poimitut.

Leevi Haverinen

URHEILU-UUTISIA

Heinäkuun lopussa Tampereella kilpailtiin yleisurheilun Suomen mestaruuksista. Miesten lajeissa ylti kahteen mestaruuteen Ari Paunonen. Hän voitti 800 m ja 1500 m matkat. Pekka Päivärinta sai 5 000 m ja Martti Vainio 10 000 m mestaruuden. Arto Bryggare juoksi 110 m aitojen mestariksi. Keihäskilvan voitti Seppo Hovinen.

Yleisurheilun Eurooppa Cup:n ottelussa Helsingissä Itä-Saksa uusi mestaruutensa. Toisen sijan sai Länsi-Saksa, kolmannen Neuvostoliitto. Suomen joukkue sijoittui kuudenneksi. Ainoa suomalainen voittaja oli Markku Tuokko, joka heitti kiekkoansa 67,06 m. Hänen heittonsa on uusi Suomen ennätys.

Ruotsi–Suomi maaottelussa Tukholmassa Suomen yleisurheilijat miehet, naiset, tytöt ja pojat voittivat vastustajansa, Ruotsin joukkueet. Miesten maaottelun pisteet olivat Suomen hyväksi 221–188 ja naisten 86–69. Ilahduttavimpia tapahtumia oli 5 000 m juoksu, jossa suomalaiset saivat kolmoisvoiton järjestyksessä Lasse Orimus, Lasse Viren ja Martti Vainio.

Näkövammaisten SM-kilpailuissa Turussa Kuurosokeista Kalle Hautalahti sai 5 mestaruutta ja Ahti Myyrä 3. Kalle Hautalahti valittiin Puolaan EM-kilpailuihin. Onnittelut.

Maaottelu koko kansalle

Pohjoismaiden kuntomaaottelu on aloitettu pitkästä ajasta. Syys–lokakuun vaihteessa mitataan missä asuu Pohjolan kunnollisin kansa. Kampanja »Kävele–hölkkää–juokse» järjestetään 18. syyskuuta–16. lokakuuta kaikissa Pohjoismaissa.

Varsinainen tempauspäivä on sunnuntai 2. lokakuuta. Silloin pitäisi olla tapahtuma lähes jokaisen suomalaisen ulottuvilla.

Kampanjan aikana eri järjestöt pitävät omia teema- viikkojaan ja tilaisuuksiaan.

Pohjoismaisia kisoja ennen hallinnut Suomi on joutunut nyt leikkiin haastettuna, aloite on tullut muista Pohjoismaista.

Kampanjan piiriin kuuluu kaikki kävellen tai hölkä-
ten ulkona tapahtuva liikunta. Pyöräilyä ei tällä
kertaa lasketa mukaan. Suoritusvaatimuksena on
2,5 kilometrin matka, josta saa pisteen. Yhtenä päi-
vänä voi kuitenkin suorittaa vain yhden pisteen.
Yhä suosittumaksi tullut suunnistus kuuluu kam-
panjan lajeihin. Pisteen saa myös marja- ja sien-
retkistä.

Pohjoismaisessa maaottelussa huomioidaan maitten
väkiluku. Suomen kuntien välinen kilpailu on jaet-
tu viiteen ryhmään: 1) kunnat alle 4 000 asukasta,
2) 4 000–8 000, 3) 8 000–20 000, 4) 20 000–
50 000, 5) yli 50 000 asukasta. Parhaat kunnat pal-
kitaan.

KIRJOITUSKILPAILUN SATOA

On ilahduttavaa että Mukava muisto - kirjoituskil-
pailuun on saapunut kirjoituksia. Kiitos teille jotka
olette ottaneet osaa. Lähetämme pienen palkkion
julkaistujen kirjoitusten tekijöille. Tässä numerossa
julkaisemme kolme kirjoitusta.

JUNAMATKA

Mieleeni nousee muisto eräästä junamatkasta. Olin
nuori 15-vuotias tyttö ja minun piti käydä silmä-
lääkärissä Lahdessa, koska siihen aikaan ei ollut
silmlääkäreitä lähempänä.

Söin eräänä kesäisenä aamuna Kouvolan rautatie-
asemalla ja odottelin junan tuloa.

Kuljin junalla siksi koska pidin junalla matkustami-
sesta. Siinä sai sitten seuraila muita ihmisiä ja tehdä
omia huomioitaan.

Vihdoin juna tuli ja matkustajat työntyivät sisälle,
minä tietenkin mukana. Istahdin penkille. Käytä-
vän vastakkaisella puolella istui nuori mies katsel-
len ikkunasta ulos ja hänen vastakkaisella puolella
istui nainen ja mies. Kun juna sitten lähti liikkeelle
murisi nuori nainen miehelleen tähän tapaan: »Olisi
otettu makuupaikat ettei tarvitsisi kuunnella koko
ajan juoppojen rähinää». Minulla on kuuma, mutta
rouva ei suostunut ottamaan takkia yltään koska
silloin veti. Sitten janotti mutta kun hänen mie-
hensä tarjosi limonadia ei rouva voinut juoda,

koska se oli lämmintä. Ja edelleen, »ja sitten ei olla kauan maalla minä kun en voi sietää kun sinne tulee se ja tämä ihminen ja pennut huutavat ja sitten pitää katsella Ellin täkänän värejä».

Juna saapuu kohta määränpäähän ja vauhti hidastuu vähitellen ja lakkaa lopulta kokonaan. Nuoren parin vastakkaisella puolella oleva nuori mies nousee penkiltä ylös ja ottaa valkoisen keppinsä. Hän seisoo hetken paikoillaan ja katsoo suoraan nuoreen naiseen ja sanoo joku voisi katsella mielellään Ellin täkänän värejä. Ja sitten nuori mies astui valkoisen keppinsä kanssa keskikäytävälle ja käveli pois.

Toivottavasti tämä nuori nainen otti opiksi ja säilyttää tätä matkalippua elämänsä loppuun asti.

Seija Kallio

SEURAKUNTAKURSSILLA IMATRALLA

Lähdimme Olavin kanssa aamulla 9 päivänä heinäkuuta Jyväskylästä linja-autolla ja Lappeenrannassa

vaihdoimme junaan sillä matkaa puolituntia. Imatran asemalla oli pastori ja Sirkka-Liisa Hämäläinen vastassa ja muitakin kuuroja. Sitten lähdimme takseilla Seurakunta kurssikeskukseen. Siellä oli 60 kuuroa ja kolme kuurojen pappia. Seurakunnan kurssikeskus, Päiväranta on kauniilla paikalla suuren järven rannalla.

Rannalla on hyvä sauna ja järvessä puhdas kirkas vesi.

Eräänä päivänä kävimme retkellä. Ensin menimme Imatran lentokentälle, jossa oli palvelukoiria. Oli ihmeellistä katsoa, palvelukoirien viisautta koirat ymmärtää viittomakieltä.

Monta käsimerkkiä koira ymmärtää ja tottelee hyvin, koira löytää myös miinan, maan alla piilossa olevan pommin. Koira osaa antaa myös radion avulla kaukaa merkkejä. Nämä olivat Saksanpaimenkoiria.

Sitten kävimme Imatran voimalaitoksella, josta tulee sähköä koko Etelä- ja Keski-Suomeen. Koko

sähkölaitos tärisi kovasti. Kun kova virta pyöritti generaattoria joka tekee sähköä.

Sitten kävimme myös kolmen ristin kirkossa. Kirkko ei kaukaa katsottuna muistuta kirkkoa, mutta siihen mahtuu 900 ihmistä.

Pastori Eino Savisaari viittoo Karjalaisen kotitalon oppaan kertomusta ympäri Suomea kokoontuneille kuulovammaisille. Karjalainen kotitalo-museo kiinnosti vieraita kovasti. Ennen museolle tuloaan he tutustuivat Kaakkois-Suomen Rajavartiostoon ja kolmen ristin kirkkoon.

Eine Eira

MUKAVA MUISTO

Mukava muisto oli minulle ensimmäinen kurssi Huttulassa. Siitä on suunnilleen 2 vuotta, kun me Annin kanssa tulimme ensimmäisen kerran kursille. Se oli tosi kiva elämys meille molemmille. Siellä oli niin kivaa, ettei oltu osattu kuvitella, niin paljon kaikenlaista uutta, jota ei oltu ennen koettu.

Matkakin oli jännittävä kun ei oltu ennen koskaan oltu kahdestaan näin pitkällä matkalla. Ja kun me olemme molemmat kuuroja, Anni sentään näkee hyvin. Me olimme aika peloissamme, kun me lähdimme sinne. Inger oli kyllä huolehtinut meidän matkastamme, niin hyvin, että kaikki pelko oli ollut ihan turhaa. Toiset olivat tulleet Jyväskylään, ennenkuin meidän auto ehti sinne ja olivat lähteneet jo kurssipaikalle mutta Inger oli jäänyt autoasemalle meitä odottamaan Teemun kanssa. Ja niin me mentiin kaikki Inger, Teemu, Anni ja minä yhdessä taksilla. Oli ihanaa, kun sai ajaa taksilla. Perillä oli kaikki ihmiset kuin vanhoja tuttuja, niin kivoja kaikki oli Olavi rupesi heti opettamaan meille viittomakieltä. Ensimmäiseksi opin: »Opettelen viittomaan», ja sitten »Minulla on kova nälkä», ja sitten opin vielä joitakin sanoja. Siellä oli hauskaa ihan koko ajan. Päivisin opiskeltiin ja askarrettiin ja iltaisin pidettiin hauskaa.

Huttulassa oli harjoittelijana silloin Ulla Saarinen niminen tyttö. Hän on nyt Kouvolan kuntoutus-sihtööri, ja Hänellä oli asiaa Jyväskylän kaupunkiin

lauantaina. Me pääsimme Annin kanssa mukaan. Minä olen syntynyt Jyväskylässä, ja olin sen kertonut Ingerille. Hän oli niin huomaavainen, että tuli sanomaan: »Sinä Aune olisit halunnut tullessasi katsella vähän syntymäkaupunkiasi mutta, silloin ei ehditty. Nyt Te voitte Annin kanssa mennä, kun Ullalla on asiaa». Meitä ei tarvinnut enempää käskä, kun me lähdettiin. Olen ollut 3 kuukauden vanha, kun on tuotu Turkuun, enkä ole sitten sen jälkeen siellä käynyt. Arvata voi, että se oli ihana muisto, kun pääsin katsomaan sen verran, mitä nyt huonoilla silmilläni ja 3 tunnin ajalla ehdin nähdä. Kiitos Inger vielä siitä kivasta matkasta. Illalla me pelattiin bingoa voitoin kauniin astian ja arpajaisista voitoin pannunaluksia 2 kpl, ohjelma oli kivaa muutenkin. Siellä oli muun muassa hevonen, joka joi kaljaa kori kaupalla.

Että se matka oli ihana elämys ja en unohda sitä koskaan. Sen jälkeen olen ollut jo useilla kursseilla ja kaikki on ollut kivoja, mutta tämä on muistoisani paras.

Aune Salminen

HENKILÖKOHTAISTA

34-vuotias tyttö haluaa kirjeenvaihtoon tyttöjen ja poikien kanssa. Kirjeet pisteillä.

Seija Kallio
Kotkantie 14 A 7
45700 Kuusankoski