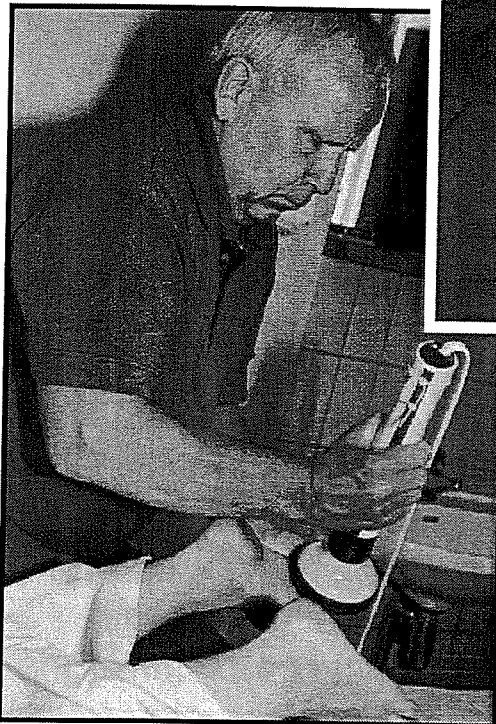
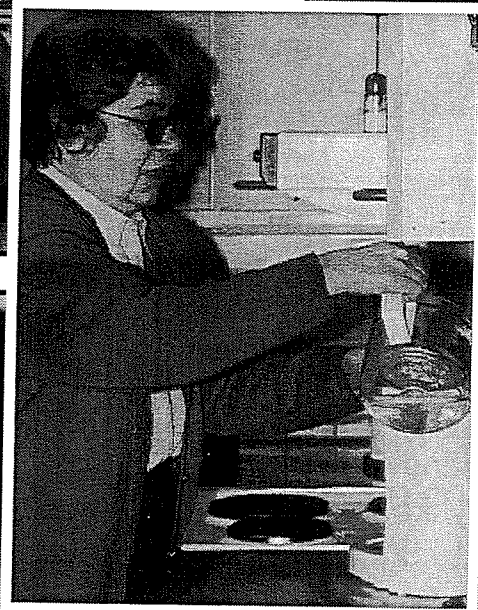
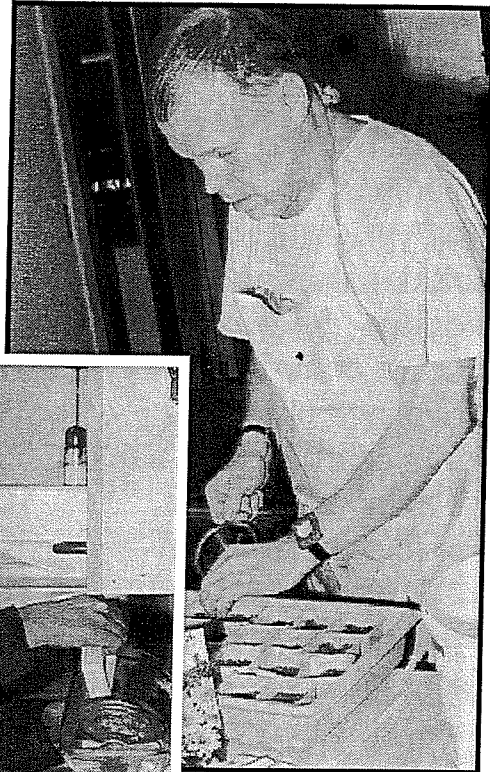
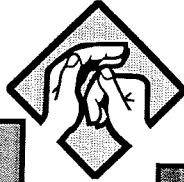


KÄNSELSPRÖTET

Föreningen Finlands

Dövblindarf

4-5/2002



Verksamhetscentrets i Tammerfors

Innehåll

Fem frågor	3
Verksamhetscentrets tjänster planerade för dövblinda: K. Tamminen	4
Självständig boendeservice i referensgruppen: K. Pyykkö	5
Från Sampola till Verksamhetscentret – intervju med Kari Hyötylä: R. Virtanen..	7
Rehabilitering från de dövblindas eget utgångsläge: K. Pyykkö	8
Nytta och glädje av rehabiliteringskurserna: K. Pyykkö	10
Verksamhetsdagar i Tammerfors	12
De synskadades nya byggnad liris reser sig i Östra centrum: K. Pyykkö.	13
Finlands Dövblinda till liris: K. Pyykkö	14
Tröskeln för missbrukarvård sänks också för dövblinda.....	16
Instruktioner för att öka brand-säkerheten: R. Karisaari.....	18
Verksamhetscentret känns tryggt: R. Karisaari	20
Nödssignaler – stort X och litet x: R. Karisaari	21
Importrestriktioner från EU-länder och från länder utanför EU: K. Pyykkö.....	22
Urklipp	24
De dövas servicestiftelses nya servicecenter	25
Dressinkörning, paddling och golf...	27
Läsarbrev:	
Sömnen har en läkande inverkan: E. Särkimäki	28
Dikt: Du vackra bloddroppe:	30

Pärmen: Seppo tillverkar en mattpiskare, Rauli sätter plantor i jorden under Verksamhetsdagarna, Oiva masserar, Päivi njuter av musiken i musikrummet och i mitten kokar Vieno kaffe. Bild. R. Karisaari

Fem frågor

1. Varifrån härstammar potatisen? När började man odla potatis i Finland?
2. Vem är Solkungen?
3. Vad heter Indiens huvudstad?
4. Vem är Rysslands nationalskald och nationalförfattare?
5. Vad är isotoper?

Svar:

1. Potatisen härstammar från Andernas sluttningar i Sydamerika. Inka-folket odlade potatis redan för tusentals år sedan. Till Finland kom potatisen på 1750-talet. Soldaterna hämtade den med sig från pommerska kriget. Så småningom undanträngde potatisen rovan eftersom den kunde förvaras längre.
2. Solkungen var den franska kungen Ludvig XIV (fjortonde). Han levde 1638-1715. Enligt legenden fick han binamnet eftersom man ansåg att allt liv i Frankrike kretsade kring kungen.
3. Delhi är Indiens huvudstad.
4. Rysslands nationaldiktare och – författare är Alexandr Pusjkin. Han levde 1799-1837.
5. Isotoperna är radioaktiva ämnen. Med deras hjälp undersöker man hjärtats, njurarnas och lungornas funktion, bristsjukdomar och benbyggnaden. Isotopernas bana genom den mänskliga organismen följer man med via en gammakamera. Den mäter den strålning som kommer från patienten och skapar en bild av de uppgifter den fått. ■

Verksamhetscentrets tjänster planerade för dövblinda

De dövblindas Verksamhetscenter har sedan år 1984 erbjudit sina klienter boendetjänster. I och med nybygget år 1997 har verksamheten utvidgats. Rehabilitering är en annan viktig serviceform som centret erbjuder.

Med hjälp av projektet utvecklas olika tjänster i centret. Projektresultaten står naturligtvis till alla medlemmars förfogande. Servicetjänster utvecklas hela tiden också i det dagliga arbetet.

Just nu pågår projektet "Verksamhetsdagar" där vi utvecklar och förbättrar de dövblindas möjligheter till hobbyverksamhet i Tammerforstrakten. Många av centrets klienter använder sig av dessa tjänster.

Vi följer också noggrant med den nya tekniska utvecklingen. Nu har vi tagit oss an utvecklingen av bildtelefonens användningsmöjligheter i två projekt. "Kupu"-projektet söker efter tekniska lösningar när det gäller bildtelefonen som ett led i det större "Hervanta" helhetsprojektet. I det här sammanhanget utvecklar man bl.a. utträttande av ärenden på

teckenspråk hos myndigheter och distanstolkning med hjälp av bildtelefonen. I "Livslångt lärande" –projektet koncentrerar man sig på att förbättra de dövblindas förmåga att använda de nyaste datortekniska möjligheterna: bildtelefonen och Internet.

Rehabiliteringstjänster erbjuds åt alla dövblinda som bor i Finland. Servicen är den enda i Finland där tjänsterna är planerade ur de dövblindas perspektiv. Här tar man jämlikt i betraktande den dövblinda klientens individuella behov och framför allt problem som gäller kommunikation, förflyttning och information.

Olika boendetjänster står till buds i olika delar av Finland men tjänsterna inom de dövblindas Verksamhetscenter är planerade för dövblinda och syn- och hörselskadade. Den största fördelen för dem som bor där är den att de kan bo i ett samfund där man kommunicerar både på teckenspråk och på finska. Det är möjligt att få vänner.

Kirsti Tamminen, Föreståndare för de dövblindas verksamhetscenter ■

Självständig boendeservice i referensgruppen

Katri Pyykkö

För närvarande har de dövblindas Verksamhetscenter 20 personer boende. De flesta av dem bor ensamma. Det finns 18 radhusbostäder för serviceboende. Av bostäderna är 11 enrummare, 6 tvårummare och 1 trerummare. Det finns dessutom en träningsbostad. Bostäderna är senast moderniserats på sommaren år 2000. De har också en dörrklocka, telefon och brandvarnare försedda med endera blinkljus eller vibratorer. Socialarbetaren hjälper invånarna när det gäller olika frågor som berör socialvården såsom att anskaffa individuella hjälpmedel.

Det är lätt att förflytta sig i Verksamhetscentret. I alla utrymmen, lägenheter och på gårdsplanen har man beaktat de dövblindas problem att förflytta sig. De olika ytmaterialen skiljer sig också från varandra. Varje lägenhet har en egen liten gård och på gårdsområdet kan man röra sig självständigt.

Det finns olika slags tjänster. Hemtjänsten hjälper till vid skötseln av hemmet. Också hemsjukvårdarens

tjänster finns nära till hands. Man kan utnyttja måltidstjänsterna eller laga sin egen mat i sitt eget kök. Fastighetsskötaren gör smärre reparationer. Informationen är säkrad. I centret kan man använda datorn för att läsa tidningar och e-post.. Rehabiliteringstjänsterna finns också till hands.

I centret kan man också verka inom sitt eget yrke. För närvarande använder massörer och rullstolsreparatörer utrymmena.

I boendeservicen tjänstgör den ansvariga hemvårdaren **Heli Virintie**, hemvårdarna **Sisko Hiltunen**, **Päivi Miettinen**, **Helka Viljanen**, ledaren **Pentti Pietiläinen**, fastighetsskötaren **Risto Salmela**.

En egen gemenskap

I centret bor teckenspråkiga och finskspråkiga personer. De teckenspråkiga är i majoritet. Ungefär hälften kommunicerar från hand till hand. Det är därför möjligt att umgås med grannarna.

I Verksamhetscentret arrangeras ofta olika evenemang. Här ser vi centrets försäljningsbord under gårdsfesten som anordnades i maj tillsammans med invalidförbundets servicehem. På bilden Maija, Kati och framför henne ledarhunden Suru, sedan Raija, Virpi och Tarja (Bilden: P. Pietiläinen.)



Också olika hobbyverksamheter och evenemang som ordnas av boendeservicen såväl som centrets egen klubb möjliggör samvaro med andra dövblinda. Man kan också träffa gamla bekanta när de kommer till centret på rehabiliteringskurser.

På Hervanta finns det många dövblinda

Till Hervanta har det flyttat många dövblinda från olika delar av Finland. Många av dem bor i alldeles vanliga höghuslägenheter. Också dessa kan utnyttja centrets tjänster som t.ex. hobbyverksamheten.

Verksamhetscentret har också prövat på "distansboende" som en tillfällig lösning när det inte funnits lediga bostäder i centret. Det här innebär att den dövblinda flyttar in i en höghuslägenhet nära centret och får

samma tjänster som de dövblinda som bor på radhusområdet. Försöket har utfallit väl även om man prioriterar servicen för dem som bor på området.

Att ansöka om bostad

Alla dövblinda och gravt synhörselskadade kan ansöka om bostad i centret. Den kommunala socialbyrån gör upp ett avtal om boendeservice med Verksamhetscentret. Där antecknas alla de tjänster som personen ifråga använder. Distriktssekreteraren hjälper till att göra upp ansökan eller om det finns problem med den egna kommunens myndigheter.

För närvarande finns det inga lediga bostäder men man kan höra sig för hos centrets föreståndare Kirsti Tamminen eller hos ansvariga hemvårdsföreståndaren Heli Virintie. ■

Från Sampola till Verksamhetscentret

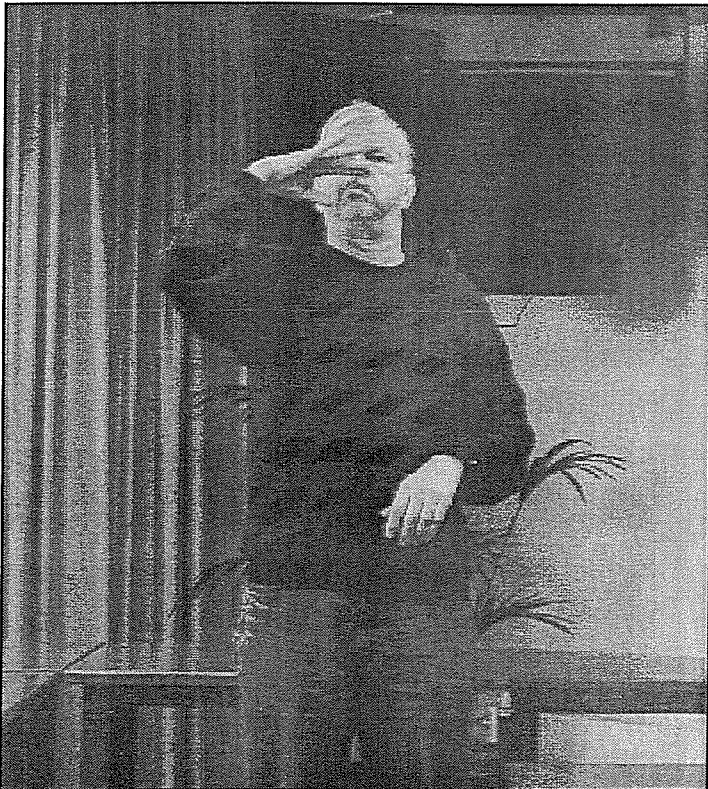
- Intervju med Kar Hyötylä

Intervjuare Riku Virtanen

Kari Hyötylä, 55, och hans hustru Hilikka bodde tidigare i Tavastehus. Kari var verksam som borst- och korgmakare i Sampola under närmare 30 år. Yrkesutövningen försvårades dock när Karis fingrar, handleder och armar började värka. Läkaren ordinerade sjukpension år 2000. Kari och Hilikka flyttade först till Hervanta i Tammerfors. De bodde nära centret i en höghusbostad ungefär ett halvt år. Sedan flyttade de till Verk-

samhetscentret. Kari kände till platsen från förut. Han var medlem av styrelsen för de dövblinda på 70-talet. Han kom ihåg att servicehusprojektet då behandlades i styrelsen. Han följde också med husets planering. Husets första del byggdes år -84.

Kari anser att Verksamhetscentrets område är tryggt. Man kan röra sig i sin egen trädgård och området är också för övrigt lugnt. Kari berättar att han och Hilikka varje dag utnyttjar måltidsservicen. Han konstaterar



På bilden berättar Kari för konststuderande hur han upplever konsten och speciellt dofterna. Kari tecknar som bäst dofter. Bild: K. Pyykkö

rar att maten är god.

Till en början ansåg Kari att personalens förmåga att använda teckenspråk var dålig. Han började genast kräva bättre kunskap av personalen när det gällde teckenspråk. Han konstaterar att läget nu förbättrats och att det finns ett adekvat antal tecknande arbetstagare.

Kari och Hilikka tycker om motion, och det förargar dem att det finns för få ledsagare. Verksamhetscentrets personal har för litet tid för friluftsjaktiteter med innevånarna. När det gäller att gå och handla får de en ledsagare från centret.

Kari är riktigt nöjd med bostaden. En städare kommer en gång i månaden, och Hyötyläs städar däremellan själva. "Kotiväyläs" hemtjänst använder de inte för den är avsedd för sådana som bor utanför Verksamhetscentret, och Kari vill inte heller vara sysslös.

Kari säger att det skulle finnas mycket att förbättra när det gäller informationen. Han kan inte läsa punktskrift så han får informationen av andra. Hilikka ger informationen vidare åt Kari eller läser nyheterna för honom i tidningen. En tidningsläsare kan få vänta tom. två veckor. Kari skulle önska en daglig tidningstjänst också för taktila läsare. ■

Rehabilitering från de dövblindas eget utgångsläge

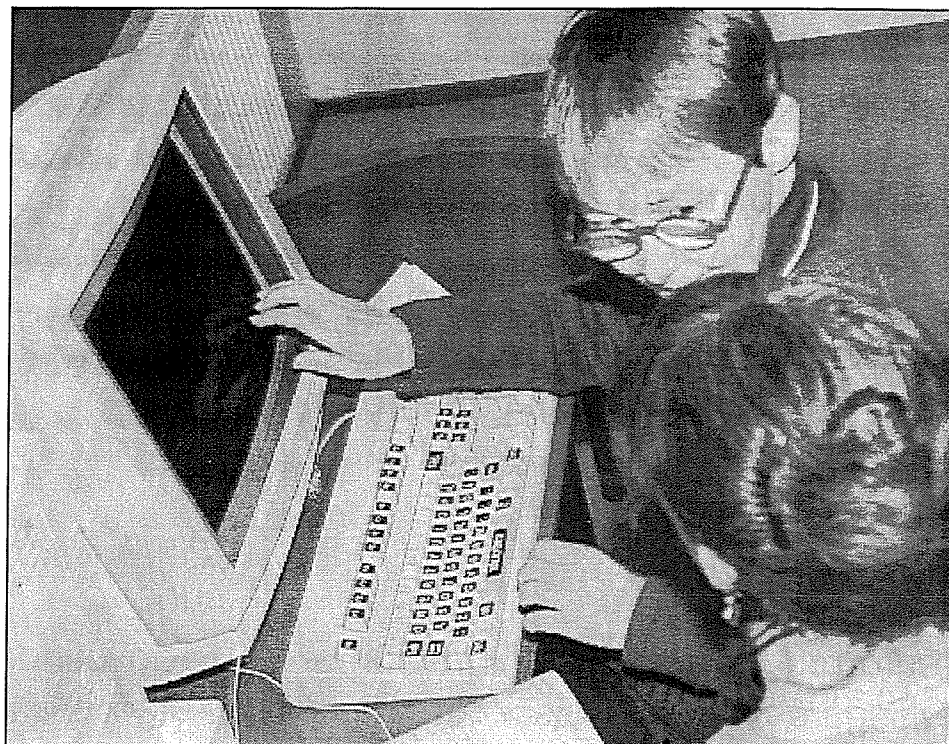
Katri Pyykkö

De dövblindas rehabiliteringstjänster utgör Verksamhetscentrets individuella service. Denna service har erbjudits redan tio år. Tjänsterna utökades ytterligare när centrets huvudbyggnad utvidgades och man kunde ta i bruk de nuvarande utrymmena för rehabilitering. Tjänsterna utvecklas hela tiden. Klienten som deltar i rehabilitering får servicen på sitt eget kommunikationssätt, endera på teckenspråk eller på finska.

Målet för rehabiliteringskurserna är att förbättra klientens funktions- och arbetsförmåga i det egna vardagslivet. I anpassningsträningen stöds den dövblinda att hitta sina egna kraftresurser. Han stöds i att uppnå sin egen målsättning.

Lösningar på olika problem söker vi i samarbete med klienten och personalen. Samspelet är jämlikt. Klienten fattar sina egna beslut och ställer upp målen för sin rehabilitering.

På bilden instruerar Heli Maisa i datoranvändning. Datorerna har blivit allt viktigare för de dövblinda. Rehabiliteringstjänsterna ger en möjlighet att studera datorns användning på ett mångsidigt sätt. Vi gör också kartläggning av apparaturbehovet. Bild: R. Karisaari.



I Verksamhetscentret erbjuds både individuell och grupprehabilitering. Därtill kommer kartläggning av apparatur för dem som är i behov av en dator. Till rehabiliteringsgruppen hör Kaija Pekkanen, Heli Viita, Seppo Haavisto, Katri Uusitalo och Hanna-Leena Lilja. Kaija är kursansvarig och socialarbetare. Heli är kommunikationsledare och Seppo IT-ansvarig. Katri och Hanna-Leena är ledare.

Ansökan till rehabilitering

Rehabiliteringen finansieras av FPA och Penningautomatföreningen. Till FPA:s kurser och till individuell anpassningsträning söker man sig genom FPA:s lokalbyrå. Kurserna som finansieras av FPA är avsedda för klienter vilka avses i §3, lagen om den av Folkpensionsanstalten fö-

ranstaltade rehabilitering (KKL).

Man ansöker till PAF-kurserna genom att ta kontakt med centrets rehabiliteringsarbetsgrupp. Uppgifter om kurserna hittar man alltid i Finlands Dövblindas verksamhetskalender, som utkommer vid årsskiftet. Där finns närmare instruktioner om ansökningsförfarandet.

Det lönar sig att söka sig till rehabilitering då det sker en förändring i synen eller hörseln eller när livssituationen förändras. Det är lättare att anpassa sig till en ny situation om man får stöd genom rehabilitering.

Individuella perioder och gruppkurser

De individuella rehabiliteringsperio-

derna byggs upp av Verksamhetscentrets rehabiliteringstjänster. Perioden planeras av en rehabiliteringsarbetsgrupp, men basen utgörs av klientens egna önskemål och behov. Klienten kan själv berätta om sina önskemål och behov eller också utnyttjar man hans rehabiliteringsplan i initialdiskussionen. Med klienten kontrollerar man ännu kursens innehåll.

Gruppkurserna har alltid specifikt innehåll. Det kan vara motion, att klara sig i vardagslivet, att bekanta sig med ADB. Rehabiliteringsarbetsgruppen planerar följande års kurser i början av hösten. Man kan också komma med önskemål till personalen. Det finns fyra till fem klienter per kurs. Därför är rehabiliteringen också där ganska individuell.

Kursernas innehåll

Kursernas innehåll planeras enligt rehabiliteringscentrets rehabiliteringsmoduler. Deras innehåll har utvecklats under årens lopp och de vidareutvecklas hela tiden.

Rehabiliteringsmodulerna är

* Modulen datorm som hjälpmedel för den dövblinda dvs. vilka hjälpmedel och program den dövblinda behöver

samt instruktioner för användningen ingår.

* Mobilityinstruktion bidrar till att er-hålla en förmåga att självständigt och tryggt förflytta sig.

* Synträning kartlägger synförmågan och ger kännedom om olika hjälpmedel.

* Aktiviteter i det dagliga livet, ADL, är nödvändiga för alla som bor självständigt eller för de dövblinda som bor i servicebostäder.

* Undervisningen i punktskrift lär en att läsa och skriva punktskrift.

* Kommunikationsförmågan och dess utveckling är alltid väsentlig men särskilt då när synen och hörseln försämras.

* Fysioterapi bidrar till att bevara rörelseförmågan.

* Det psykosociala stödet innehåller terapeutiska diskussioner där man tillsammans kan fundera över problem som gäller synen och hörseln med en sakkunnig.

* Behovskartläggning av datorteknisk apparatur, vilket innebär datorer, hjälpmedel, hjälpprogram.

Förutom rehabiliteringstjänsterna stöder fritiden rehabiliteringen. Klienterna bor under kurstiden på centret och de deltar också i centrets olika evenemang. Välkomna till Tammerfors! ■

Nytta och glädje av rehabiliteringskurserna

Katri Pyykkö

Timo Peltomäki blev klient och medlem av Finlands Dövblinda för några år sedan. Han hade Ushers syndrom. Härigenom kände han "på något sätt" till organisationen. Han tog kontakt med kommunsekreteraren Marjatta Puromäki när hans syn började försämrats. På det sättet fann han rehabiliteringstjänsterna som erbjuds av de Dövblindas Verksamhetscenter.

Timo har ännu inte varit med på lägren eller organisationens möten. Nu överväger han att gå på höstmötet. Det har funnits ett reportage om Timo redan tidigare i Känfelsprötet. Då berättade han om sina studier vid Tammerfors universitet.

Karriärplanering och användning av datorn

Till allra först gick Timo på centrets karriärplanering som ordnades av Frans Leijonprojektet. Han hade nytta av kursen. Med dess hjälp kunde han av FPA anhålla om en dator med e-postförbindelse. Tack vare kursen

drar han nu en litteraturcirkel vid Verksamhetscentralen. Cirkeln har förverkligats i samverkan med Ahjola medborgarinstitut.

Timo har utnyttjat de egentliga rehabiliteringstjänsterna i ganska hög grad. Under karriärkursen gjorde man en apparaturkartläggning, dvs. tog reda på hurudan dator, hurudana hjälpprogram han behövde. Han hade en dator redan under studietiden, men där fanns endast möjligheter till textbehandling.

Timo har deltagit i två veckolånga datorkurser. I den ena undervisade man i användningen av Windowssystemet, i den andra lärde man sig använda Internet. Datorn är ett viktigt redskap för Timo. Där kan han textförbereda material för litteraturcirkeln. Med den kan man använda programmet "ovi" för e-post och läsa tidningar via De Synskadades Centralförbunds server. Timo anser att datorn på många sätt har vidgat möjligheterna att få information.

Anpassningsträning

Timo har deltagit i en av FPA:s anpassningskurser. Kurserna omfattar en vecka och man övernattar där. Många personer deltog i kursen, men på den här kursen hade alla sitt eget program. Timo studerade matlagning, punktskrift och teckenspråk. Dessutom fick han samtala med en psykolog om de problem som hör samman med att hörseln och synen försvagas.

Ibland har Timo haft en rumskamrat på kursen, ibland inte. Mathållningen är också välordnad. På kvällen får man det kvällsmål man vill ha, berättar Timo.

Timo bor i Tammerfors men under kurserna har han övernattat på Verksamhetscentret. Det här är bra för enligt Timo är kvällsprogrammet det trevligaste. Det var trevligt att träffa andra dövblinda och roa sig tillsammans.

Önskemål och behov beaktas

Enligt Timo beaktar man individuella behov mycket bra. Det här är också nödvändigt, eftersom de dövblinda är mycket olika sinsemellan. Under rehabiliteringen måste man alltid se till att var och en får den individuella

vägledning och undervisning som han behöver.

Timo kan inte avgöra om kursutbudet är tillräckligt eftersom de dövblinda har så många olika behov. Han har funnit utbudet adekvat och han har utnyttjat det på ett mångsidigt sätt.

Som Tammerforsbo har Timo annars också kunnat få handledning på centret. Han har t.ex. fått vägledning i punktskrift så att han inte har deltagit i själva kurserna. Han har också besökt centrets konditionssal på egen hand för att träna och motionera.

Timo välkomnar också alla deltagare i rehabiliteringskurserna till litteratursirkeln. Cirkeln samlas varannan vecka. Man kan också delta i endast ett samkväm. Den har förverkligats i samband med verksamhetsdagsprojektet tillsammans med Ahjola medborgarinstitut. ■

Verksamhetsdagar i Tammerfors

Projektet verksamhetsdagar har fått en god start. Virpi Vielma arbetar med projektet.

Under ett par års tid har man haft hobby- och studiecirklar. För närvarande har man två lärarbetsgrupper, en vävgrupp, en gång i veckan en hantverksgrupp samt varannan vecka en litteraturgrupp och en bakningsgrupp. En verksamhetsdag för musik och motion startade i september. Dessutom har man haft naturutflykter, skördefester och besökt olika utställningar.

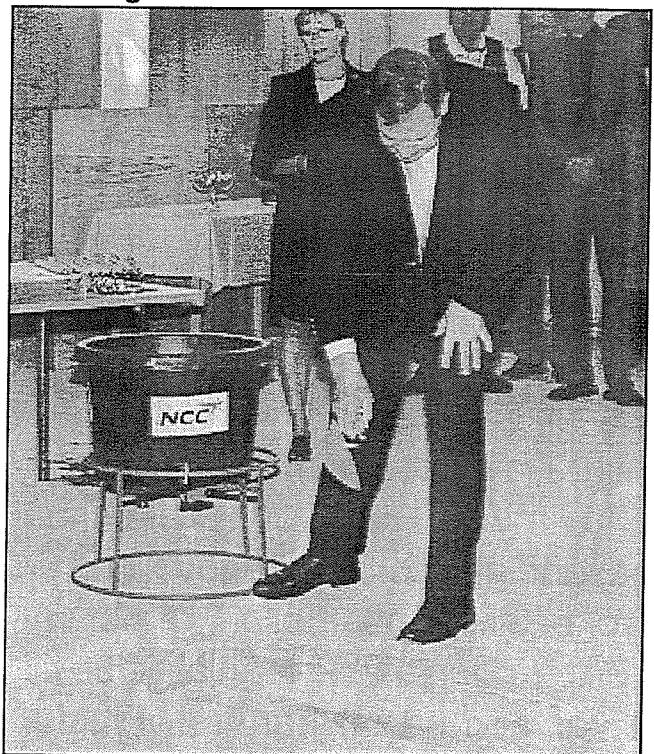
Hälften av deltagarna bor på centret medan den andra hälften bor i Tammerforstrakten.

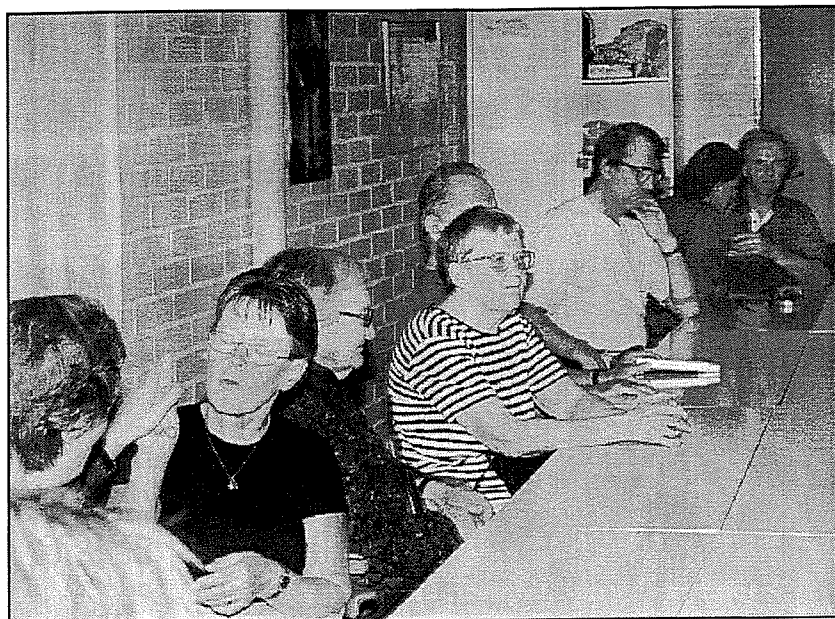
På en av omslagsbilderna sår Rauli som bor i Hervanta frön på våren. De örter man planterade under verksamhetsdagen användes vid matlagningen på centret. Också under skördefesten åt man av skörden, t.ex. körsbärstomater och övriga grönsaker såldes under gårdsfesten.

De synskadades nya byggnad liris reser sig i Östra Centrum

Text och foto: Katri Pyykkö

De Synskadades Centralförbunds grundsten murades under högtidliga former tisdagen den 10 september. Statsminister Lipponen sade i sitt festtal att det varit möjligt att bygga liris tack vare en överenskommelse mellan social- och hälsovårdsministeriet, undervisningsministeriet, finansministeriet, PAF och De Synskadades Centralförbund. Enligt honom var det ett förnuftigt beslut att *Statsminister Lipponen murar den första grundstenen till liris.*





Helsingfors klubbmedlemmar var intresserade av vad Aila Santanen berättade om liris-huset.

en matsal, inspelningsstudio, där finns hobby- grupp- arbets- och samlingsutrymmen som hyrs ut till användarna. Det inrymmer också träningslägenheterna, undervisningskök, övernattningsrum, vårdutrymmen där man i ett av rummen också har

placera liris i Östra Centrum. liris skall ge de synskadade service och verksamhetsmöjligheter. Byggnaden kommer att bli en av de viktigaste offentliga byggnaderna i östra Helsingfors.

Diskussioner förs om principerna

Aktieägare i liris är De Synskadades Centralförbund rf, Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry, Fysioterapialan Näkövammaiset ry, De synskadades kulturtjänst (Näkövammaisten Kulttuuripalvelu ry). Som hyresgäster har man Celia – Biblioteket för Synskadade och Finlands Dövblinda r.f. Adressen till liris är Österstigen 7 men man hoppas ändra adressen till Maruddsvägen 72. Den adressen berättar mera om centrrets placering t.ex. för taxichaufförerna.

All SCF:s service finns tillgänglig på liris. Där finns hjälpmedelscentralen, De Synskadades museum, Syncentret Visio och allt övrigt. I centret finns

utrustning för hörselundersökning. I liris finns alla SCF:s verksamhet från rehabilitering till organisationsverksamheten.

De Synskadades centralförbunds ekonomichef Aila Santanen berättade vid ett klubbsammanträde att man för närvarande diskuterar om många olika viktiga detaljer som t.ex. om man skall ha verksamhetscentret öppet till klockan 20 eller klockan 21 och om man behöver en kvällsvaktmästare. Nu funderar man också över hurvida simbassängerna skall vara öppna för allmänheten då de inte annars är i bruk. Man funderar också över hyrorna för de olika utrymmena. Klubbmedlemmarna ställde också flera frågor om hur man kommer in i byggnaden om dörrarna är stängda. Finns det blinkljus eller vibratorer på dörrarna då man öppnar dörrarna elektriskt inifrån? Finns det personer i receptionen som också behärskar

teckenspråk? Kommer telefonväxeln att vara försedd med text- och bildtelefon? Har klubbutrymmena möjligheter till kaffekokning? Under vilka tider är restaurangen öppen? Har utrymmena en fast induktionsslinga? Kan man reglera ljusstyrkan? Deltagarna var intresserade av hur dövblinda kan utnyttja byggnaden.

Aila berättade att det fanns många olika hobbyutrymmen i Iiris. Också föreningarnas egna utrymmen kan användas för hobbyverksamhet under kvällstid. Aila kunde inte ännu berätta om restaurangens öppethållningstider. Hon sade att man hade för avsikt att placera ut olika automater i korridorerna där man med slantar kunde köpa kaffe, lemonad osv.

Aila berättade också att varje aktieägare och alla hyresgäster själva måste betala för sin specialservice. T.ex. en teckenspråkskunnig person i receptionen utgör denna form av specialservice. Man kommer förmodligen att göra så att personalen hämtar gästerna från infodisken. Så gör man också i Ljusa huset - Valkea Talo.

Husbygget är på gång. Man diskuterar endast de praktiska frågorna i detta skede. Huset har fasta induktionsslingor. Experter har planerat ljussättningen. Det är i det här skedet svårt att säga vad allt som förverkligas och vad som kommer att ändras. Aila antecknade alla önskemål och för klubbmedlemmarnas önskemål vidare. ■

Finlands dövblinda till Iiris

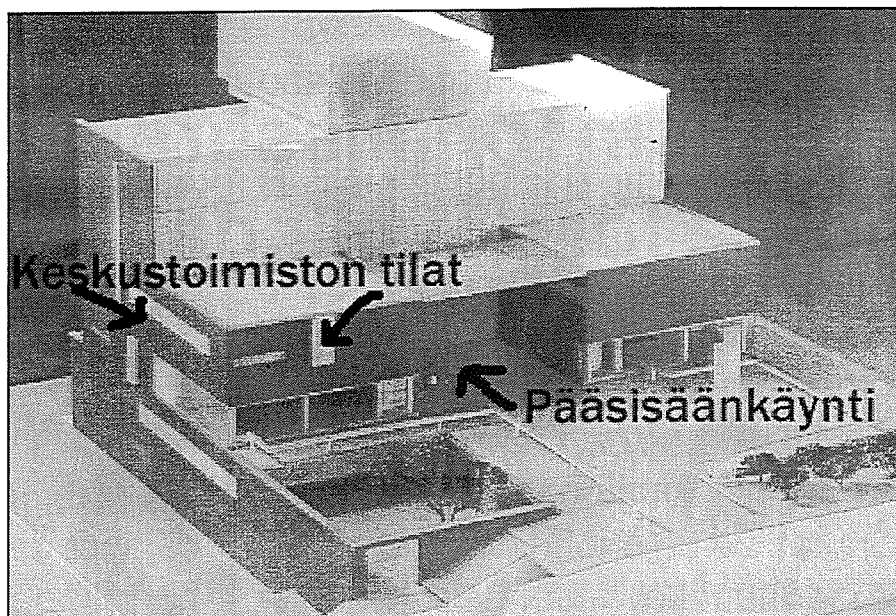
Katri Pyykkö

Finlands Dövblinda r.f. har länge funderat över utrymmeslösningar för centralbyrån. Senaste år tänkte vi skaffa oss egna utrymmen genom Jungfrustigsprojektet, vilket också har fått beredningspengar av Penningautomatföreningen.

Senare beslöt vi dock att hyra utrymmen i Östra centrum genom ett gemensamt projekt tillsammans med SCF och andra synskadeföreningar. Finlands Dövblinda r.f. har representeranter i servicecentrets kommitté och i dess samarbetsgrupper samt i IT-planeringsgruppen.

Finlands Dövblinda r.f. har för avsikt att hyra ett utrymme på 250 kvadratmeter. Dessa finns i den första flygeln till vänster. Här kommer att finnas utrymmen för administration och ekonomi, organisationsverksamhet, information och mikrosköd samt ledningen för distriktsekreterarverksamheten och Helsingforsnejdens distriktssekreterare. Dessutom hyr vi 40 kvadratmeter arbetsutrymmen för två projekt.

Finlands Dövblindas centralbyrå befinner sig i Iliris första flygel till vänster. En bild av miniatyrmodellen K. Pyykkö



Centralbyrån rymmer ett konferensrum. Detta är ett 26-kvadratmeter stort

fyrkantigt rum. Rummet leder av allt att döma till en terrass som befinner sig mellan de två första höga flyglarna. Dessa förenas med varandra genom en låg mellandel.

Föreningens hyrda utrymmen befinner sig i tredje våningen ovanför ingången. Ingången finns i andra våningen i byggnadens östra ända nära Östra centrum, metro- och busshållplatser. Under ingången finns simbasängsavdelningen.

Föreningens långa yttervägg vetter mot söder. Man kommer in till byrå från norra sidan. Genast till vänster befinner sig ett rum med en server, kopieringsmaskiner mm. Strax intill finns två toaletter. Mittemot dessa, till höger, ligger konferensrummet. Bredvid detta finns ett arbetsrum för två personer.

Till vänster efter toaletterna öppnar sig en bredare, längre gång. I början

av den kommer det antagligen att finnas en plats där man kan sitta och vänta. Gången är av allt att döma 3 meter bred, så att väntrummet bra får plats där. På vänster sida av gången kommer klädhängare, därefter köket och i ändan av det personalens pausrum. Sedan följer ett tvåpersoners arbetsrum och sist det ena av ledningens arbetsrum.

Till höger mittemot väntrummet ligger som första kanslisekreterarens rum. Sedan följer fyra rum, av vilka tre är arbetsrum och ett förrådsrum. Som sista rum i ändan av korridoren finns det andra arbetsrummet för ledningen. De båda något större rummen avsedda för ledningen ligger bredvid varandra i östra ändan.

I utrymmet ryms centralförbundets nuvarande personal. I och för projekt hyr vi utrymmen på annat håll av Iliris. ■

Tröskeln för missbrukarvård sänks också för dövblinda

Heidi Eriksson och Arja Talja

Brukat av alkohol, läkemedel och droger har ökat under hela 1990-talet. Den ökade användningen ökar också missbrukarproblemen och missbrukarnas antal. De svårigheter som följer med missbruket syns i alla befolkningsgrupper, men förmågan hos organisationerna för missbrukarvård att ta sig an olika handikappgrupper har varit bristfällig. Utrymme- na i rehabiliteringsenheterna har inte motsvarat de handikappades behov. De behandlingsmetoder och material som använts har utvecklats för icke-handikappade.

Utvecklingsprojektet för de handikappades rusmedelstjänst utvecklar rusmedelstjänster för handikappgrupper och utökar handikapppersonalens kunskaper om missbruk. I projektet finansierat av Penningautomatföreningen finns fyra organisationer som arbetar inom missbrukarvården: Sininauhaliitto, A-klinikstiftelsen, Helsingfors Diakonissanstalt och Kalliola understödsförening r.f. De specialiserar sig på att utveckla olika tjänster för han-

dikappade och samarbetar med handikappföreningarna.

Kalliolas delprojekt utvecklar tjänster för synskadade med missbrukarproblem och deras närmaste. Man har också strävat till att beakta de hörselskadade i Kalliola, eftersom Finlands Dövblinda r.f. aktivt har deltagit i samarbetet. En annan samarbetspartner är De Synskadades Centralförbund r.f. Projektet körde i gång för över ett år sedan i Kalliolas Öppenvårdsklinik i Helsingfors. Personalen består av sjukskötare, terapeuten för vård av missbrukare Arja Talja och hälsovårdaren Heidi Eriksson. Arja har lång erfarenhet av missbrukarvård. Heidi har tidigare arbetat inom SCF:s rehabilitering.

I Kalliola uppmuntrar man missbrukare och deras närmaste att söka sig till rehabilitering. Dessutom utbildas och stöds handikapppersonalen, så att det blir lättare att ta upp frågan om missbruket. Personen som rehabiliteras får också råd och stöds, likaså

hans familj och arbetsgruppen omkring dem. En handikappad kan också vara en närstående till missbrukaren och även hans/hennes vård utvecklas.

Lägre tröskel

Av undersökningar framgår att klienter med missbrukarproblem söker sig till vård först efter många år av missbruk. Missbruket har då redan förorsakat stora problem både för missbrukaren och närstående personer. Om missbruket kan stoppas tidigare minskar de fysiska, psykiska och sociala skadorna både för missbrukaren och hans närmaste.

Det är ofta vanskligt att prata om och ingripa när det gäller problemanvändning. Det känns som att blanda sig i en annan människas personliga angelägenheter och självbestämmanderätt. Det är också skrämmande att inte veta hur den andra reagerar om man frågar: "Hur mycket dricker du? Stör ditt alkoholbruk din vardag eller dina närmaste?" Man kan också fråga sig om man har rätt att tala om en annan persons överdrivna alkoholbruk om man själv dricker lite. De här funderingarna är vanliga när man beslutar att föra en öppen dialog endera hemma eller på arbetsplatsen.

När det gäller att förebygga missbruk

och styra in missbrukaren i vård får man de bästa resultaten om tröskeln till hjälp är låg och om omgivningen deltar. Ur missbrukarens synvinkel är det bäst om någon närstående person ingriper. Ju tidigare man ingriper, desto snabbare rehabiliteras personen i fråga, och han förmår avbryta missbruket. Missbruket förvärrar utslagningen. Det försvagar hälsan och ökar det psykiska illamåendet. Det effektivaste och framgångsrikaste sättet att lösa missbrukarproblemet är sakkunnig vård.

De två centra strävandena i Kalliola delprojektet är att sänka tröskeln för missbrukaren att söka sig till vård och förbättra tjänsterna för de handikappade och deras anhöriga inom enheten för missbrukarvård. Dessutom håller man på att förbättra de yrkeskunnigas kännedom om syn- och hörselskador. Olika slags vårdmaterial omarbetas också för att passa för handikappade. Syftet är att en person med missbrukarproblem kan söka sig till rehabilitering och få så högklassig vård som möjligt oberoende av sitt funktionshinder. Den grundläggande principen är en så självständig missbrukarvård som möjligt.

Projektet i funktion

Kalliola stödförening r.f. i samarbete

med SCF Finlands Dövblinda r.f. har kört i gång. Inom de olika missbruksenheterna har man i Kalliola gjort en kartläggning av situationen från de hörsel- och synskadades synvinkel. Rekommendationer för förändringar håller på att bli klara. Dessutom har man skaffat hjälpmedel för att underlätta en framgångsrik vård. En bärbar dator med talsyntes och förstöringsprogram har införskaffats. Likaså en lästelevision och en punktskriftsprinter. Till rehabiliteringsfastigheterna försöker man också få induktionsslingor.

En del av rehabiliteringsmaterialet har producerats såväl elektroniskt som på punkt, med stor skrift och som ljudupptagning. Det material som används produceras fortgående enligt klienternas behov. Klienternas erfarenheter har varit positiva och resultaten uppmuntrande. Betydelsen av Kalliola delprojektet har varit stort när syn- och hörselskadades missbrukartjänster utvecklats.

Såväl de anhöriga som de personer som misstänker att de använder för mycket alkohol e.dyl. kan med förtroende vända sig till:

Arja Talja, GSM 040-707 8524
e-post: arja.talja@kalliola.fi
Heidi Eriksson, GSM 040-700 6141
e-post: heidi.eriksson@kalliola.fi ■

Instruktioner för att öka brandsäkerheten

Raili Karisaari

Nödsituationer inträffar sällan i människans vardagsliv – lyckligtvis! Men de infinner sig överraskande när man minst anar. En brand kan uppstå i hemmet, ett vattenledningsrör springa läck och resultera i läckage osv.

Genom olika försiktighetsåtgärder kan var och en förhindra att en eldsvåda uppstår. Mången nattlig brand har börjat från ett levande ljus eller en cigaret. Det är farligt att röka i sängen. Rökaren kan somna och den brinnande cigaretten tända eld på sängkläderna. Ljus får inte lämnas att brinna under natten.

Många bränder har också förorsakats av hemelektronik. Det lönar sig att genast byta ut felaktiga ledningar. Likaså är det förnuftigt att låta en fackman ta hand om trasiga televisionsapparater och tvättmaskiner.

Man bör också se upp med eld i naturen. Särskilt på sommaren efter en varm torrperiod är risken för skogsbrand överhängande. Gräset eller

mosstäcket kan vara knastertorrt, och elden kan spridas i terrängen av en liten gnista.

Kontrollera att brandvarnaren fungerar

Lagen kräver att det finns en brandvarnare i alla hem. Den placeras i taket, minst en halv meter från väggen och belysningsanordningarna.

Brandvarnaren reagerar på röklukt avsevärt snabbare än ett djur eller en människa. Man kan också skaffa sig annan släckningsutrustning såsom pulversläckare eller släckningsfilt.

För de dövblinda har man utvecklat olika varningsanordningar som fogas till hemmets elnät. Dessa kan anslutas till dörrklockan, telefonen och brandvarnaren. Larmcentralens varnare är endera ett blinkljus eller en vibrator som bärs i fickan.

Läs säkerhetsföreskrifterna

När du tar in på ett hotell, ett kurscenter eller en semesterplats lönar det sig att först bekanta sig med rummet och dess närmaste omgivning. I varje rum bör det finnas säkerhetsföreskrifter och en plan så att du kan lokalisera ditt rum. Ta reda på i vilken riktning den närmaste trappuppgån-

gen finns, var man kommer ut och var närmaste reservutgång ligger. Om du har en egen tolk undersök säkerhetsföreskrifterna med honom/henne. Detsamma gäller övernattnig på båt.

I hotellets reception kan du framställa önskemål beträffande placeringen av ditt rum. Du kan t.ex. be om att få ett rum i första våningen och nära trapporna. I de flesta hotell finns det rum med specialutrustning t.ex. för syn- och hörselskådade, allergiker eller personer med rörelsehinder. För det mesta försöker hotellen tillfredsställa kundernas önskemål. På kurs- och semestercentren är inkvarteringsutrymmena mindre och därför lättare att överblicka. ■

Verksamhetscentret känns tryggt

Raili Karisaari

I de Dövblindas Verksamhetscenter i Tammerfors är brandsäkerheten i ordning, säger fastighetsskötare **Risto Salmela**. Automatiska brandvarnare som finns i alla lägenheter, förvarsutrymmen, kanslier och alla offentliga utrymmen, förmedlar information om eventuell rök eller eldsvåda direkt till Tammerfors brandstation. Dessutom larmar brandklockor personalen som är på plats. I år installerades dessutom en extra brandvarnare och vibrator i alla lägenheter, så att invånarna själva informeras om en eldsvåda i det egna rummet. För andra nödsituationer finns det en larmtelefon.

I huset är man också förberedd på vattenskador, gasläckage mm. Alla tänkbara försiktighetsåtgärder har vidtagit. Bl.a. har man bestämt till vilka ställen klienterna evakueras i en nödsituation. Musikrummet kan omvandlas till ett befolkningsskydd om situationen så kräver.

En brandbesiktningsman utför brandsyn en gång i året och avgör vilka förändringar och reparationer som behövs.

Säkerhetsplanering

Lagen om räddningsväsendet föreskriver att säkerhetsplaneringen måste vara i ordning. Enligt planen anordnas varje år skolning beträffande förebyggande åtgärder och räddningsplanen för invånarna och personalen.

I mars ordnades skolning med handsläckare och släckningsfilt för personalen, och i oktober har invånarna ett gemensamt evenemang där brandbesiktningsmannen talar om frågor som berör brandsäkerheten. Nya arbetstagare gör sig genast förtrogna med säkerhetsföreskrifterna.

Brandsäkerheten kunde också tas upp som ett ämne på klubbarnas program, menar Risto. Klubbarna kunde invitera brandbesiktningsmannen att berätta om brandsäkerheten i hemmet. ■

**Det allmänna
nödnumret är 112.**

Nödsignaler – stort X och litet X

Raili Karisaari

Brandalarm på hotellet! Hur berättar tolken eller ledsagaren snabbt för den dövblinda att nu är det alarm, fort ut härifrån! Eller om tolken eller ledsagaren upptäcker en annalkande fara. Hur säger man: ”Nu fort i väg, jag berättar senare varför.”

Vid de dövblindas regionkurs i Siilinjärvi diskuterade man nödsituationer och övade sig i användningen av korta nödmeddelanden. Kommunikationsprojektets ledare **Riitta Lehtinen** föreläste om ämnet. Hon har utvecklat och planerat detta ämnesområde tillsammans med regionsekreterarna **Kirsti Koponen** och **Marjatta Puromäki**.

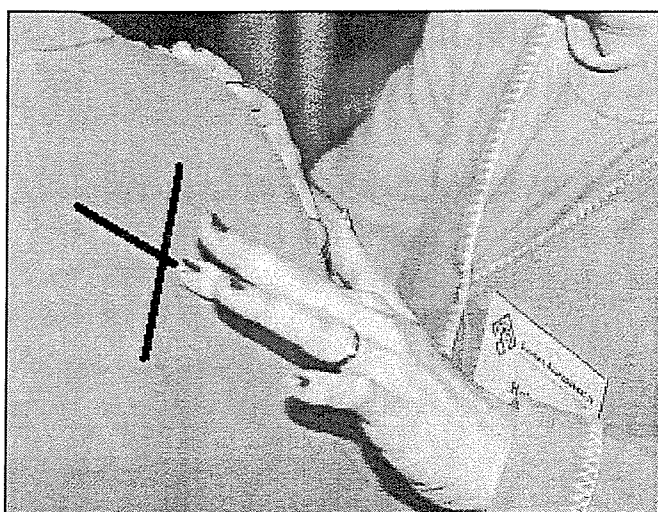
Nödsignal X och övriga nödsignaler

Ledsagaren eller tolken berättar för sin klient om alla situationer antingen via tal eller tecken. Ibland kan situationen vara sådan att man inte kan använda normalt tal eller teckenspråk. Klienten kan vara i bastun eller i sim-

bassängen och inte ha hörapparat i bruk. Eller också kan det vara fråga om en nödsituation, t.ex. en eldsvåda då man måste få information till klienten så snabbt som möjligt.

Den internationella nödsignalen är ett stort X som tolken, ledsagaren eller den som är tillsammans med den dövblinda skriver på den dövblindas kropp, t.ex. på ryggen. Senare då man är i trygghet förklarar man vad det är fråga om. Ett stort X är ett tecken

Det stora X-et på bilden kan skrivas som stor bokstav på ryggen. Det betyder att man nu måste ge sig av, och det snabbt.



som man kommit överens om internationellt och det används i de flesta länder.

En mindre nödsignal är ett litet X som man t.ex. kan skriva på övre sidan av handen eller på armen. Detta innebär att det finns någon farligt situation och att det lönar sig att avlägsna sig så snabbt som möjligt - man ger förklaringen senare. Det finns också andra korta tecken som tolken kan förmedla till den dövblinda i nödsituationer.

Ledsagaren/tolken lägger plötsligt handen framför klienten och hindrar honom att gå framåt. Detta tecken innebär att man stannar upp omedelbart. Detta tecken kan t.ex. användas då tolken/ledsagaren upptäcker att en djup grop eller ett hinder finns framför dem. Eller att en cykel eller bil kommer i hög fart emot dem då de är på väg ut på skyddsvägen.

Den beledsagades hand förs alltid nedifrån uppåt. I nödsituationer är det dock tillåtet att ta den beledsagades hand och föra den undan faran. Denna typ av faromoment är t.ex. de där den dövblindas hand närmar sig en het platta eller ett brinnande ljus. ■

Importrestriktioner från EU-länder och från länder utanför EU

Katri Pyykkö

Från andra länder inom den Europeiska unionen får man hämta in varor som presenter eller för eget bruk eller till sin familj utan restriktioner. Finland hör till den Europeiska unionen och man betalar mervärdesskatt till det land man köpt varorna i. Man har alltså inte skattefrihet eller tax free handel inom Europeiska unionen. Det innebär att man från EU-länder kan köpa så mycket varor man önskar och att man inte efter det måste betala mervärdesskatt. Skatten är redan betald i det land man köpt sin vara.

När det gäller Finland och Sverige har man dock importrestriktioner beträffande alkohol och tobaksprodukter. Man får endast föra in alkoholprodukter från länder utanför EU om resan varat över 20 timmar. Åland är ett skattefritt område och därför gäller denna regel också resor dit.

Varor från EU-länder

Grundregeln är att en resande får hämta med sig 1 liter starksprit och 3 liter aperitifer eller tre liter skumvin. Till aperitiferna hör t.ex. sherry och likörer. En person under 20 år får inte föra in starksprit. Dessutom får man föra in 5 liter lätta viner och 32 liter öl. Om man betalar skatten i Finland får man ta in alkoholdrycker utan begränsning. Då bör man gå genom den röda linjen i tullen och betala alkoholens skadeskatt samt mervärdesskatt.

Finland och Sverige har avvikande regler på grund av alkoholpolitiken. Dessa specialregler är i kraft till år 2004. Efter det bör reglerna vara de samma som i de övriga EU-länderna. Då skall man få föra in 10 liter starksprit och 20 liter aperitifer, 90 liter vin och 110 liter öl.

Man får föra in tobaksprodukter om man fyllt 17 år. Man får ha med sig 300 cigaretter eller 150 cigariller eller 75 cigarrer eller 400 gram pip- eller cigarrettobak.

Det finns skattefria områden inom Europeiska unionen. De varor som köpts där har samma status som om de införts från länder utanför EU. Dessa områden är Kanarieöarna, Helgoland, Büsingen, Ceuta, Melilla,

Livigno, Campione d'Italia, den italienska delen av Luganosjön, Franska områden utanför Europa samt Adio O'ros och Åland.

Införsel från länder utanför EU

Från länder utanför EU får man ta in 1 liter starksprit eller 2 liter aperitifer eller 2 liter skumviner. Dessutom får man föra in 2 liter lätta viner och 16 liter öl. Man får föra in 200 cigaretter eller 100 cigariller eller 50 cigarrer eller 250 gram pip- och cigarettobak.

Om man först varit i ett EU-land och köpt varor, alkohol och tobaksprodukter där men reser tillbaka till Finland via ett icke-EU-land får man dessutom köpa skattefria varor. Detta förutsätter att man har kvitton på de inköp man gjort i EU-landet. Då måste man försäkra sig om att man till det land man gör sin genomresa får ta in lika mycket skattefria varor som man får inom EU. Det lyckas t.ex. inte om man reser genom Estland. Man kan hämta med sig skattefria varor från färjor som lägger till på Åland.

Man får föra in 50 gram parfym eller 0,25 liter eau de toilette. Man får dessutom föra in 100 gram te och personer över 15 år får ta med 500 gram kaffe. Man får föra in varor och produkter till ett värde av högst 175 euro. Till denna summa räknas inte

alkohol förutom öl. Varornas värde räknas enligt detaljhandelspriset.

Vad innebär skattefrihet

Tax free eller tullfrihet innebär att man från ett land utanför Europeiska unionen kan köpa olika varor och få skatten tillbaka. När man köper en vara betalar man den enligt landets köpsumma som inkluderar landets mervärdesskatt. Kunden fyller i butiken i en skattefrihetsblankett där man räknar upp de varor man köpt och den skatt man betalat för dem. Efter det visar han upp papperet och får senare pengarna tillbaka.

Om man har varor för över 175 euro bör man i finländska tullen betala 22% mervärdesskatt för den del som överstiger denna summa. Om man har köpt varorna skattefritt bör man betala mervärdesskatt för det skattefria priset.

På tullens hemsida www.tulli.fi får man ytterligare information om restriktionerna beträffande t.ex. läkemedel, vapen och brännvätskor samt skatter och tullbehandling av bilar. ■

Urklipp

●Riku Virtanen har blivit antagen till juridiska fakulteten vid Turun yliopisto. Så här skriver tidningen Apu i början av augusti (2.8.2002). Riku berättar att han inte gjort för stort nummer av att han sökte inträde till universitetet. Det är så få personer som blir antagna att han inte ville ställa för stora förväntningar. Riku sökte inträde redan föregående år men det var för kort tid för studier inför inträdesproven efter studentskrivningarna. Enligt Apu finns det bara en synskadad jurist i Finland och en håller på att bli klar med sina studier. Döva jurister finns det veterligen inte.

●Enligt nummer 3 av tidningen Hiljainen Seurakunta avgick dövpräst Lauri Aaltonen med pension. Han skötte tjänsten som dövpräst i Lapu-anejden nästan 29 år. Tammerforsborna höll en välsignelseakt med anledning av hans pensionering. Han fick ett stort antal hälsningar från arbetskamrater, döva och hörselskadade. Vid avskedsfesten uppträdde bl.a. Vieno Hyttinen. ■

De dövas servicestiftelses nya servicecenter

De dövas servicestiftelses servicecenter i Helsingfors har inlett sin verksamhet i Botby i östra Helsingfors. Under deras öppna dörrars dag den 23.5. besökte Heikki Majava, Carita Halme och Hilikka Kasurinen centret.

Servicecentralen fungerar i de två nedersta våningarna av ett 5-vånings höghus. I gatuplanet finns utrymmena för dagsverksamheten samt kontorsutrymmena för Kotiväylä. I dessa samlingsutrymmen har man trevliga gula gardiner och bruna soffor och bord. Dessutom har man hobbyrum och bastu i bottenvåningen.

I andra våningen har man utrymmen för boendeservice. Servicecentret har 15 lägenheter. Lägenheterna har små balkonger med utsikt mot gårdsplanen. I andra våningen har man dessutom de gemensamma utrymmena för invånarna såsom en gemensam matsal och ett kök där man tillreder maten.

I detta skede bor 11 personer där. Boendet är organiserat på samma sätt som i ett servicehus. Kommu-

nen betalar servicekostnaderna och personen själv betalar hyran för den egna bostaden.

Servicecentret har goda trafikförbindelser. Det befinner sig precis bredvid Botby metrostation. Det är ungefär 50 meter från stationen till centret.

Det är ljust och enkelt att röra sig i de nya utrymmena. Det fanns ganska många vita väggar och för den skull inte tillräckligt färgskillnader som kunde ha underlättat seendet. Belysningen var god. Genom de stora fönstren får man dessutom tilläggslyset. Under besöksdagen sken solen klart.

Varje onsdag har man i nedre aulan dagsaktiviteter för äldre teckenspråkiga. Tidigare höll man dagsaktiviteterna i de Dövas servicestiftelses verksamhetscenter Iso-Antti. De gamla utrymmena var trivsamma men blev för trånga för större grupper. I detta skede verkar de nya utrymmena vara en aning anstaltsmässiga och de saknar hemtrevnad. Detta ändras rhoppningsvis så småningom. ■

Dressinkörning, paddling och golf

Text: Hilikka Kasurinen

Foto: K. Pyykkö

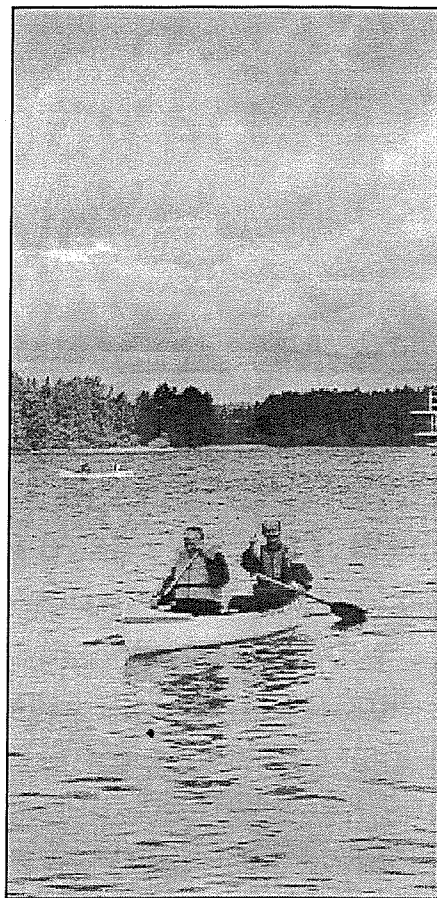
En grupp dövblinda tillbringade en trevlig vecka på ett semester- och motionsläger i Piispala, Kannonkoski. Vi bekantade oss med nya motionsformer.

Piispala är en natur-, motions- och ungdomsutfärdsplats. Den ligger i Mellersta Finland vid stranden av den rena Kivijärvi-sjön i Kannonkoski. Deet finns många möjligheter till olika aktiviteter. En ypperlig sandstrand och två strandbastur av vilka den ena

ären gammaldags rökbastu, just så mörk och het som den bör

vara. Alla i damgänget höll på att bli flådda och vi sprang ner till sjön utan en tråd på kroppen för att svalka av oss.

Vi var indelade i tre grupper. En semestergrupp och två motion-



På kanotbilden ovanför paddlar Kari och hans tolk närmast kameran.

Golfens hemligheter instrueras av Jarmo Kulmala från Piispala.

De dövas servicestiftelses nya servicecenter

De dövas servicestiftelses servicecenter i Helsingfors har inlett sin verksamhet i Botby i östra Helsingfors. Under deras öppna dörrars dag den 23.5. besökte Heikki Majava, Carita Halme och Hilikka Kasurinen centret.

Servicecentralen fungerar i de två nedersta våningarna av ett 5-vånings höghus. I gatuplanet finns utrymmena för dagsverksamheten samt kontorsutrymmena för Kotiväylä. I dessa samlingsutrymmen har man trevliga gula gardiner och bruna soffor och bord. Dessutom har man hobbyrum och bastu i bottenvåningen.

I andra våningen har man utrymmen för boendeservice. Servicecentret har 15 lägenheter. Lägenheterna har små balkonger med utsikt mot gårdsplanen. I andra våningen har man dessutom de gemensamma utrymmena för invånarna såsom en gemensam matsal och ett kök där man tillreder maten.

I detta skede bor 11 personer där. Boendet är organiserat på samma sätt som i ett servicehus. Kommu-

nen betalar servicekostnaderna och personen själv betalar hyran för den egna bostaden.

Servicecentret har goda trafikförbindelser. Det befinner sig precis bredvid Botby metrostation. Det är ungefär 50 meter från stationen till centret.

Det är ljus och enkelt att röra sig i de nya utrymmena. Det fanns ganska många vita väggar och för den skull inte tillräckligt färgskillnader som kunde ha underlättat seendet. Belysningen var god. Genom de stora fönstren får man dessutom tilläggsljus. Under besöksdagen sken solen klart.

Varje onsdag har man i nedre aulan dagsaktiviteter för äldre teckenspråkiga. Tidigare höll man dagsaktiviteterna i de Dövas servicestiftelses verksamhetscenter Iso-Antti. De gamla utrymmena var trivsamma men blev för trånga för större grupper. I detta skede verkar de nya utrymmena vara en aning anstaltsmässiga och de saknar hemtrevnad. Detta ändras rhoppningsvis så småningom. ■

sgrupper. På semestergruppens program stod teater och konst. Till motionsformerna hörde golf, paddling och dressinåkning. Jag är mycket förtjust i golf. Det är en lugn och inte alltför krävande sportform. Att paddla i en indiankanot var en så trevlig nyhet för mig att jag kunde ha tillbringat hela dagen på sjön. Man paddlade med bara en åra. Vi var två paddlare i båten, den ena paddlade på ena sidan och den andra på andra sidan. Mellan varven bytte vi sida.

Det var också nytt och trevligt att åka med dressin. Vi färdades en kilometer. Att dra i stången innebar en bra motion för armarna och stärkte andningsförmågan.

I konditionssalen fick vi pröva på många olika apparater. Man fick en bra resning på sin slappa hållning och ökade krafter. En 5 kilometers stavgång gav styrka. Joggingskorna var bra att ha. Jag förundrade mig att min liktorn klarade av promenaden. Utomhus hade vi stretchövningar och gymnastik. Vi fick spänst i lemmar och sinnen inför dagens program.

Vi gjorde också en utflykt till en stenåldersby i Saarijärvi. På detta sätt bodde vi för 6000 år sedan. Under besöket steg vi in i en annan tidsålder. Forntiden är förrunnen men den har lämnat spår efter sin existens. Kå-

torna var gjorda av näver. Inne i dem fanns ett stort antal föremål från stenåldern såsom yxor, kärl och djurhudar. Byn är en levande helhet bestående av tre kåtor vid den natursköna Sammajärvi stranden. Det brinner eldar utanför hemmen. Ökstockarna ligger uppdragna. Harpuner och nät hänger på ställningar för att torka. Det var intressant att se att man levtt ett mänskligt liv under så primitiva förhållanden.

Justiina köpte en 4 centimeter lång ovass stenåldersyxia i stenåldersbyn. I och med det fick kaveln en rejäl kamrat vid sin sida. Vi gjorde ytterligare uppköp i Kyyjärvi. Under bussresan sjöng jag i mikrofonen och berättade humoristiska historier och intervjuade busschauffören.

Som avslutning på lägret hade vi en lekfull olympiad och frågesport. Kvällsprogrammet utgjordes av ljungande danser där ett åskväder deltog. Elektriciteten och musiken slocknade under en kort stund men kom tillbaka. Maten var god. Semestern var lyckad. Tolken var till stor nytta. Programmet var mångsidigt och platsen obekant. Det är fint att resa tillsammans med en tolk. Man undviker svårigheter och hinder när man har stöd av tolken.

Det var fint att kunna utsätta sig för

en fotoperation då man var pigg och hade fått krafter. Jag visste att jag var i god form inför den långa konvalescensen.

Hemfärden var ändå tung. I solgass och med tungt bagage var det verkligt ansträngande att rusa för att köpa biljetter och hinna till tåget. I Tammerfors måste vi också springa då vi skulle byta tåg. I Helsingfors stannade tåget långt från stationsbyggnaden, och den sista rushen bestod i att ta sig till taxin. Men man klarade det ännu. Då jag kom till hemtrappan var hissen som på beställning trasig. Med uppbärande av mina sista krafter drog jag steg för steg kappsäckarna efter mig till tredje våningen. Då jag kom in bar det omedelbart av in i duschen! ■

Läsarbrev

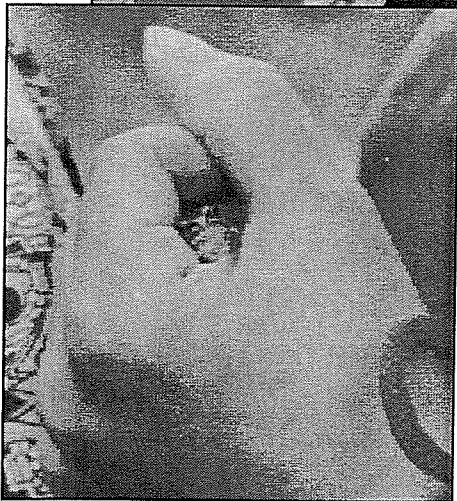
Sömnen har en läkande inverkan

Eila Särkimäki

I början av våren samlades en grupp dövblinda för att diskutera livets glädjeämnen och sorger i Koivupuisto i Ylöjärvi. Kursprogrammet var späckat men givande enligt alla kursdeltagare.

Ett viktigt glädjeämne ansåg man en annan människa vara. En annan persons närhet och beröring värmer nästan alltid ens sinne. Ensamhet och att lämnas ensam gör en sorgsen. Veckoslut och helger - de tider då familjerna av tradition är tillsammans - känns tunga och är de svåraste tiderna för den som är ensam. Kommunikationssvårigheterna ökar de dövblindas ensamhet t.o.m. i den egna familjen och tillsammans med andra dövblinda. Ensamhetskänslan lindras för många av trevliga aktiviteter och arbetsglädje.

Att fräntas hälsan, att förlora syn och hörsel medför sorg och förstämning. Dövblindheten ökar ensamheten. Att umgås med personer med likartade problem ger ett gott stöd och en känsla av förståelse. Att vara tillsammans och göra gemensamma saker underlättar mycket. Välbehag och en känsla av glädje får man ofta via vardagliga händelser, förutsätt att man märker dem. Naturen och konstupplevelser bereder många en stor glädje och utgör en kraftkälla. Man konstaterade också att sömnen har en läkande inverkan. ■





Du vackra bloddroppe

Vieno Hyttinen

Du underbara bloddroppe
Du vackraste av blommor
I vitt och rött
Barndomsminne

Har under årens lopp
Förädlats
Till ampelblomma
Du underbara bloddroppe.

KÄNSELSPRÖTET 28. årgången, ISBN 0358-2280,

Utgivare: Föreningen Finlands Dövblinda rf.

Redaktören: Chefredaktör Katri Pyykkö, tel. & texttel. (09) 54953521, Redaktör Raili Karisaari, tel. & texttel. (09) 54953521, email: tiedotus@kuurosokeat.fi och NKL frontdoor.

Redaktionsråd: Riitta Ruissalo (ordf.), Pekka Juusola, Pentti Kähkönen, Pekka Jaakola, Pirjo Aflecht, Raili Karisaari (sekr), Katri Pyykkö.

Årgång 150 mk. **Tidningen utkommer** 11 gånger om året med storskrift, punkter, som långsamt ljudband, som video samt, i NKL server och svenskspråkig översättning.

Abonemang och adressändring: Föreningen Finlands Dövblinda rf, Nylandsgatan 28, 00120 Helsingfors. Tel. (09)5495 350, texttel. (09)5495 3526, fax (09) 5495 3517, email: kuurosokeat@kuurosokeat.fi, Internet: <http://www.kuurosokeat.fi/se/>