

Näkökentältä

Näin äsken pellon laidassa ko-mean pajupensaan. Se oli täynnä valkoisia »pajunkissoja». Siitä muistin pääsiäisajat lapsuuteni kotikylässä Karjalassa. Muistin »virpoma-lauantain», joka aloitti pääsiäisajan. Päivä oli meille kylän lapsille kevään iloisin päivä! Se oli viikkoa ennen pääsiäistä, Palmusunnuntain aattona. Kun täytin kuusi vuotta pääsin joukkoon, joka kulki silloin »virpomassa» talosta taloon.

Isommat lapset menivät naapurikyläänkin virpomaan. Samasta kylästä saattoi olla kuusikin lasta, jotka kuljivat talosta taloon. Tein äidin avulla ison kasan kauniita »virpomavitsoja» pajun oksista. Kylän kaupasta ostimme monen väristä kreppipaperia. Koko vuoden olimme säästäneet kaikki kauneimmat karamellipaperit. Niistä tehtiin vitsoihin kauniita koristeita. Oli sinikelloja, ruusuja ja perhosia. Niitä oli kaunis kasa valmiina, kun virpoma-lauantai koitti. Jo aikaisin lähdimme kiertämään taloja. Paljon saimme virpomispalkkaa, eli »kuostia». Illalla kotiin tullessa kelkka oli täynnä tavaraa; piirakoita ja muuta ruokaa! Isoimmista taloista saimme rahaakin.

Muistan vielä virpomisloruni. Se kuului:

»Virpoi, varpoi, vitsat käyvät.
Tuoreeks', terveeks',
tulevaksi vuodeksi!
Vitsa Siul' ja kuosti Miul!»



Usein myös toivoteltiin:

»Mie se virvon viisahasti!
Taputtelen taitavasti!
Rikkahaksi, rakkahaksi
suuren talon Emännäksi
(tai Isännäksi)!»

Vitsat saivat olla talojen ulko-oven pielessä syksyyn asti. Oli mukavaa katsoa, kenellä oli kaunein vitsa!

Virpoma-lauantaista alkoi pääsiäinen. Muistot siitä säilyy aina!

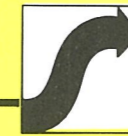
Hauskaa Pääsiäistä!

Hilkka Nieminen



TUNTOSARVI

Selkolehti



huhtikuu 4/1992



*Hyvää Pääsiäistä
rakkaat lukijat!*

TUNTOSARVI

Huhtikuu n:o 4/1992
18. vuosikerta

Julkaisija

Suomen Kuurosokeat ry
Ilmestyy 11 kertaa vuodessa
iso- ja pistekirjoituksella
sekä video- ja äänikasettina.

Päätoimittaja

Leena Turunen

Toimittaja

Raili Karisaari

Toimitus, tilaukset ja osoitteenmuutokset

Mäkelänkatu 52 A
00510 Helsinki
Puhelin: 90-39604 674
Tekstipuhelin: 90-39604 677

Tilaushinta

Kuurosokeille lehti on maksuton.
Muut: 150 mk/12 kk

Sisällys

Unohtiko kirkko	2
Kevätkokous	3
Hämeenlinnan kerho	5
Pääsiäinen	6
Kysy lääkäriltä	8
Kuurojenkoti	9
Tuumasta toimeen	10
Mukavissa vaatteissa	12
Pirkko EBU:ssa	14
Tekstipuhelin	15
Näkökentältä	16

Seuraava lehti ilmestyy 14.5.1992

Unohtiko kirkko kuurosokeat?

Valtio on palkannut kuuroja varten pappeja. Hiippakunnissa ja rovastikunnissa on kuurojen työntekijöitä. Työn pohjana on Kuurojen kulttuurin ja kielen tunnustaminen omana alueenaan. Viittomakielinen kuurosokea voi periaatteessa osallistua tämän yhteisön toimintaan.

— Mihin hengelliseen yhteisöön kuuluvat ne kuurosokeat, jotka eivät ole viittomakielisiä?

— Tietääkö seurakunta alueellaan olevista kuurosokeista? Tietääkö se, mitä nämä ihmiset odottavat ja toivovat seurakunnaltaan?

— Kenen puoleen heidän pitää kääntyä hengellisessä yksinäisyydessään. Mistä hakea apua ja lohdutusta silloin, kun Jumalakin tuntuu unohtaneen?

— Miten saada tietoa ja miten mennä mukaan tilaisuuksiin?

— Onko seurakunnalla mahdollisuuksia tarjota erityisryhmille jotakin heitä varten suunniteltua?



Uspenski-katedraali on ortodoksinen pääkirkko. Se on Helsingissä.

Tieto kuurosokeiden papin saamisesta oli iloinen asia. Olimme henkilökohtaisesti pettynneitä ja loukkaantuneita, kun meidän asiamme jätettiin sivuun papin toimenkuvasta.

Hengellinen työ kuurosokeiden parissa on tärkeää. Se vaatii työntekijöille oman koulutuksen kuurosokeudesta. Kirkon organisaatio ja päätöstenteko pitää tuntea.

Pienten erityisryhmien tarpeet kuuluvat järjestössä. Me olemme moraalisesti vastuussa siitä, että nämä tarpeet viedään kirkon päättäjien tietoon.

Järjestöelämässä ei voi sivuuttaa hengellisiä tarpeita. Ne ovat kiinteä osa ihmisen elämää, samoin kuin aineelliset tarpeetkin. Se puolesta kannattaa toimia. Kuurosokeat tarvitsevat omaa seurakuntaansa ja papin, joka on perehtynyt kuurosokeiden ongelmiin.

—Pirkko Virtanen

Kevätkokous — yhteistä asiaa

Yhdistyksen kevätkokous lähestyy. Kokouksessa tehdään tärkeitä päätöksiä. Valmistaudu sen vuoksi kokoukseen huolellisesti. Silloin jää enemmän aikaa yhteiselle keskustelulle ja ystävien tapaamiselle.

Täytä ilmoittautumislomake huolellisesti. Kerro siinä erityistarpeitasi: allergia-huoneesta ja erikoisruokavaliosta. Kerro myös tarvitsetko apuvälineitä kokouksen seuraamiseen. Jos tarvitset tulkin, varaa se jo hyvissä ajoin. Viime hetkellä se saattaa olla vaikeaa. Sovi sosiaalitoimiston kanssa tulkin kustannuksista.

Tutustu kokousaineistoon jo kotona

Kokousaineisto lähetetään osanottajille hyvissä ajoin ennen kokousta. Tutustu siihen huolellisesti jo kotona. Muista, että voit pyytää tulkin avuksesi kokouspapereiden tutkimiseen. Aineiston lukeminen kokouksessa vie paljon aikaa. Merkitse muistiin, mistä haluat puhua. Silloin ne on helppo ottaa kokouksessa esille.

Kokouskäytäntö

Asioiden käsittelyjärjestys selvi-

ää esityslistasta. Syyskokouksessa suunnitellaan tulevaisuutta ja tehdään henkilövalintoja.

Kevätkokouksessa käsitellään menneen vuoden toimintaa ja raha-asioita.

Yhdistyksen puheenjohtaja avaa kokouksen. Sen jälkeen on nimenhuuto. Sen jälkeen todetaan, että kokous on kutsuttu koolle yhdistyksen sääntöjen mukaisesti. Kokoukselle valitaan puheenjohtaja. Hän kiittää osanottajia luottamuksesta ja ryhtyy johtamaan kokousta. Sitten ovat vuorossa sihteeri, pöytäkirjan tarkastajien ja ääntenlaskijoiden valinnat. Esityslistan hyväksymisen jälkeen alkaa varsinaisten kokousasioiden käsittely.

Puheenvuorot

Kokouksen osanottajat päättävät asioista. Osallistuja pyytää puheenvuoron ja saa esittää mielipiteensä asiasta. Puhu siitä asiasta, jota käsitellään. Puheenjohtaja huomauttaa, jos puhut muita asioita. Useimmat kuurosokeat seuraavat kokouksen kulkua tulkin avulla. Siksi on tärkeää, että puheenvuorot ovat lyhyitä ja selkeitä.

Kannatus-puheenvuoro tarkoittaa sitä, että haluaa esittää oman mielipiteensä jostakin asiasta. Kannatus-puheenvuoro on hyvä asia. Kokous venyy pitkäksi, jos kovin moni haluaa kertoa ääneen, että on samaa mieltä.

Äänestäminen

Asiasta äänestetään, kun päätösehdotuksia on useita. Henkilövalinnat ovat sellaisia asioita, joissa usein äänestetään. Ennen äänestystä on keskustelu, jossa mainitaan tai kerrotaan ehdokaiden nimet ja perustellaan ehdotuksia. Sen jälkeen jaetaan äänestysliput, joihin jäsenet kirjoittavat oman ehdotuksensa.

Äänestysliput kerätään. Samalla tarkastetaan, että äänestäjät ovat äänivaltaisia jäseniä. Ääntenlaskijat tarkastavat äänestysliput ja ilmoittavat äänestystuloksen puheenjohtajalle. Äänestäminen vie yleensä paljon aikaa.

Ystävien tapaaminen — tärkeä osa kevätkokousta

Tällä kerralla kevätkokous pidetään loma- ja kurssikeskus Onnelassa, Tuusulassa. Paikka on jo monelle tuttu. Järjestä matkasi niin, että olet paikalla jo muutama tunti ennen kokouksen alkua. Silloin jää aikaa tervehtiä ystäviä ja tuttuja. Kokouksen ei tarvitse odotella Matti-myöhäisiä, etkä jää pois nimenhuudosta (= läsnäolevien toteaminen).

Kun tärkeät kevätkokous-asiat on saatu päätökseen hyvissä ajoin, jää enemmän aikaa vapaalle keskustelulle. Aikaa jää myös ystäville, kun taas ollaan yhdessä. -RK



Hämeenlinnan kerholaisia. Vas. Hilikka Hyötylä

Hämeenlinnan kerho aloitti

Kerhoja on syntynyt kuin sieniä sateella: nyt meillä on jo 14 kerhoa eri puolilla Suomea. Nuorin niistä on Hämeenlinnan kerho joka aloitti toiminnan syksyllä 1991.

Muut kerhot ovat: Helsinki, Oulu, Joensuu, Turku, Vaasa, Pori, Kuopio, Tampere, Jyväskylä, Haapajärvi, Kouvola, Kajaani ja Rovaniemi.

Hämeenlinnan kerhoa vetää Hilikka Hyötylä ja kerho kokoontuu kaksi kertaa kuukaudessa, kuukauden toinen ja neljäs tiistai. Toisen tiistain vieraana on aluesihteeri ja silloin kerhossa voi myös olla muita vieraita. Neljäs tiistai on sitten kerholaisten

oma kokoontuminen, jolloin istutaan kahvikupin ääressä juttelemassa.

Kerhossa on noin 10 jäsentä, jotka kaikki kommunikoivat viittomalla. Suurimmalla osalla on mukanaan henkilökohtainen tulkki. Tulkkiapua on saatu myös Kuurojen Yhdistykseltä.

Tukihenkilöitä puuttuu

Hilikka kaipaa kerholleen tukihenkilöitä ja oppaita. Kahvin keittäminen vieraassa keittiössä on vaikeaa, kun ei näe. Kerhon emäntä tarvitsee rinnalleen näkevän apu-emännän.

Vapaaehtoista väkeä tarvitaan. Erityisen tärkeää se on Hämeenlinnan kerholle. Nuori kerho tahtoo toimia, kun vain löytäisi auttavia käsiä. -LT

Pääsiäinen — ortodoksien suurin juhla

Vajaa 60 000 ihmistä kuuluu Suomen ortodoksiseen kirkkoon. Pääsiäinen on ortodokseille vuoden suurin juhla. Kirkkoherra Veikko Purmonen kertoo, miten ortodoksit viettävät pääsiäistä.

— Laskiaissunnuntaina, 40 päivää ennen pääsiäistä, aloitamme paastoajan. Se päättyy pääsiäisenä. Paastoaikana ihmisen hengellinen elämä on tärkeämpi kuin maallinen hyvinvointi. Paastoaikana syöminen ja juhliminen eivät ole tärkeitä asioita. Silloin ei saa syödä liharuokia, vaan ainoastaan kala- ja kasvisruokia. Paastoaikana ei käydä kylässä tai juhlimassa.

Kirkko toivoo, että ihmiset antavat toisilleen kristillistä rakautta.

Suuri viikko

Palmusunnuntaista alkaa Suuri viikko, jota luterilaiset sanovat piinaviikoksi. Ortodoksisissa kirkkoissa on jumalanpalveluksia joka päivä ja ilta. Seurakunta hiljentyy, rukoilee ja paastoo. Silloin muistellaan Kristuksen kärsimyksiä ja kuolemaa. Suuren

viikon liturginen väri on tumman-sininen tai musta. Liturginen väri tarkoittaa, että kirkon alttari ja papin asu ovat tummat. Surumusiikki soi jumalanpalveluksissa. Kirkossa on hämärä valaistus.

Suuri perjantai tarkoittaa ortodokseilla luterilaista pitkäperjantaita. Se on tärkein ja ankarin paastopäivä. Jumalanpalvelus alkaa kello 18. Silloin kirkkoissa luetaan kaksitoista kärsimys-evankeliumia. Kirkkoon tuodaan koristeellinen arkku, joka kuvaa Kristuksen hautausarkkia.

Pääsiäisjuhla kestää kahdeksan päivää

Lauantaina alkaa ortodoksien pääsiäisen vietto, jota kestää kahdeksan päivää. Lauantai-ilta kello 23 alkaa pääsiäisyön jumalanpalvelus. Kirkot ovat täynnä. Papit pukeutuvat pääsiäisyönä valkoisiin kirkkovaatteisiin, joissa on kultakoristeita. Kirkot ovat nyt kirkaasti valaistuja.

Pääsiäisyön vaikuttavin tapahtuma on ristisaatto. Ristisaatossa kulkee ensimmäisenä lyhdynkantaja. Sitten tulee ristinkantaja, hänen vieressään molemmin puolin kirkkolippujen kantajat. Heidän jälkeensä tulevat papit ja kuorolaiset, jotka laulavat.

Pääsiäisenä ortodoksit tervehtivät toisiaan kolminkertaisella poskisuudelmalla. Tervehtiessään he sanovat: »Kristus nousi kuolleista» ja »totisesti nousi».



Pääsiäisyön jumalanpalvelus

Pääsiäiseen kuuluvia ruokia

Pääsiäisyönä syödään juhla-ateria. Ennen ateriaa ruuat pitää siunata. Ruuat tuodaan kirkkoon, jossa pappi siunaa ne jumalanpalveluksen jälkeen. Pitkä paasto aika päättyy pääsiäisyönä ja kansa voi taas syödä liharuokia.

Punaiset kananmunat kuuluvat ortodoksiseen pääsiäiseen. Punainen väri symbolisoi (kuvaa) verta, jonka Jeesus vuodatti ristillä.

Muita perinteisiä pääsiäisruokia ovat pasha ja kulitsa. Pasha on makea jälkiruoka. Sen valmistukseen käytetään maitorahkaa ja kananmunaa. Kulitsa on pääsiäisleipä, joka maustetaan saharilla, mantelilastuilla ja muskotilla. Taikina laitetaan vuokaan ja paistetaan.

Pääsiäislammas on ollut juutalaisten pääsiäisruoka. Lammas on usein myös ortodoksien pääsiäispöydässä. Mämmi on suomalainen pääsiäisruoka. Ortodoksit syövät mämmiä paaston aikana. -RK

Näin valmistat pashan

2 dl sulatettua voita
2 dl sokeria
2 dl maitorahkaa
1 munankeltuainen
1,5 dl kuohukermaa
mausteeksi:
— vaniljasokeria
— sitruunanmehua
2 ruokalusikallista manteli-rouhetta
saman verran rusinoita

• • •

— Vatkaa voi ja sokeri.
— Lisää munankeltuainen ja vaahdota vatkattu kerma.
— Sekoita seos rahkan joukkoon.
— Mausta vaniljasokerilla, sitruunanmehulla ja rusinoilla.
— Kaada seos valumaan sideharsolla vuorattuun pashamuotiin.
Muottina voit käyttää myös kahvinsuodatinta jossa on suodatinpussi. Pashasta tulee tiiviimpi, jos laitat päälle pienen painon.
— Anna valua seuraavaan päivään.
— Kumoa pasha lautaselle. Koristele se esimerkiksi hedelmälohkoilla ja kirsikoilla.



Kysy lääkäriltä

Dosentti Lea Hyvärinen ja dosentti Martti Sorri ovat Suomen Kuurosokeat ry:n asiantuntijalääkärit. Kysy kuulon ja näön asioista. Kirjoita tai soita Tuntosarven toimitukseen ja kerro mitä haluat kysyä. Lea vastaa silmiä koskeviin kysymyksiin ja Martti korvia koskeviin kysymyksiin.

Kysymys:

Kuuloni on huonontunut iän myötä. Voiko kuuloani parantaa tai voiko kuulon huononemista pysäyttää?

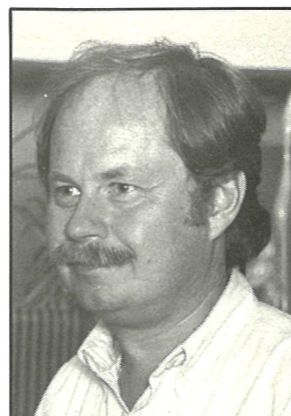
Martti Sorri vastaa:

Valitettavasti kuuloasi ei voi parantaa. Mutta jäljellä olevan kuulon käyttämistä voi tehostaa, parantaa. Siihen voivat auttaa sopivat apuvälineet (kuulokojeet ja muut apuvälineet) sekä kuulon kuntouttaminen.

Kuulon huononemista ei voi pysäyttää, mutta sitä voi yrittää hidastaa. Tutkimuksissa on käynyt ilmi, että terveet elämäntavat voivat hidastaa kuulon heikkonemistä. On osoitettu että sydän- ja verisuonitauteja vähentävä dieetti saattaa vaikuttaa. Vaihda voi kasvisrasvoinen kuten erilaisiin margariineihin ja öljyihin. Älä rasita kuuloa, kova melu on aina huono asia.



Lea Hyvärinen



Martti Sorri

Kysymys:

Kevätaurinko häikäisee. Miten löydän itselleni sopivat aurinkolasit?

Lea Hyvärinen vastaa:

Mene aurinkoisena päivänä optikon luo. Pyydä häneltä useita erilaisia laseja ja kokeile niitä ulkoilmassa. Optikot sanovat, että parhaan häikäisysojan antavan Ray Ban- ja Serengeti-merkkiset lasit. Monia muitakin merkkejä on. Lasien valinta on hyvin yksilöllinen asia.

Lea Hyvärinen

**SILMÄT
JA
NÄKEMINEN**

Osta — lue.

*Lukijoiden
postia*

Kumpi parempi?

Sota-aikana olimme hankkineet sianporsaansa kasvamaan perunan lisukkeeksi. Eräänä kauniina pyhäamuna satuin katselemaan keittion ikkunasta naapurin vastakylvetyille viljapelille päin. Rupesin ihmettelemään että mikä vaalea läiskä siellä liikkuu? En saa selvää mikä siellä on ja menen lopulta katsomaan possun karsinaan ja se on tyhjä. Possu mokoma oli työntänyt ruokakaukalonsa aidan läpi ja karannut siitä. Lähden possun perään joka painelee viljapellon yli vastapäiseen mäenrinteeseen, jossa on lähellä pellon reunaa kyläläisten käyttämä lähde. Possu painelee polkua ylös mäkeen ja sieltä tulee vastaan lomalla oleva naapurin poika vesiämpärin kanssa. Naapuri pudottaa ämpärin maahan ja kyykistyy porsaansa eteen kädet levällään. Porsas pyörähtääkin ympäri ja painelee minun jalkojen välistä pikavauhtia myötämäkeen.

Possu pinkoo ensimmäisenä, naapuri toisena ja minä kolmantena. Menen naapurin ohi ja saavutan possua joka sitten hätäpäissään hyppäsi vasta-kaivettuun pellonojaan joka päättyi pystysuoraan seinämään johon juoksu loppui ja itse heittäydyin mahalleni possun päälle. No, possu pääsi sylissäni takaisin karsinaansa ja kiilasin kaukalon kunnolla kiinni. Vähän myöhemmin kuulin että tuo uusi naapuri kuului myös urheiluseuraan ja oli pitäjän mestari sadalla metrillä ja minä menin ohitse! Näin muisteli sota-aikaa Risto Ruusunen.

VYÖHYKETERAPIA

Olen pitkään ollut kiinnostunut luontaislääketieteestä. Niinpä päädyin opiskelemaan vyöhyketerapiaa. Mitä on vyöhyketerapia?

Vyöhyketerapia perustuu siihen, että ihmisen koko keho heijastuu pienoiskoossa jalkapohjiin ja jalkateriin. Jokaisella elimellä ja kehonosalla on jalassa oma heijastusalueensa. Jos jossakin kehon osassa on häiriö, se tuntuu arkuutena (kipuna) jalan heijastuskohdassa.

Vyöhyketerapia tarkoittaa sitä, että hieromalla poistetaan arkuus (kipu) jalan heijastuskohdasta. Sitä kautta poistuu häiriö myös vastaavasta kohde-eli-

mestä. Kun kipukohtaa hierotaan, kuona-aineet lähtevät liikkeelle ja kehon luonnollinen paraneminen alkaa.

Vyöhyketerapia on hyvä keino pitää yllä terveyttä. Sillä voi hoitaa esimerkiksi vatsavaivoja, flunssaa, allergiaa, keuhkoputkentulehdusta. On hyvin vähän sairauksia, joihin vyöhyketerapia ei auta.

Minulle tästä on tullut elämäntehtävä. On ilo saada tehdä jotakin hyödyllistä. Olen pitkään miettinyt, soveltuisiko tämän työ muillekin kuurosokeille. En ole keksinyt esteitä. Kipupisteet oppii tuntemaan pelkällä sormituntumalla.

- Siitä vaan opiskelemaan vyöhyketerapiaa!

Marja-Leena Roponen

Tarramerkki

Muistan ottaneeni puheeksi syyskokouksessa valkoisen kepin käytön. Keppi on merkki vaikeasta näkövammaisuudesta. Lisänä on kuuroja korvia se ei korvaa ei edes oranssinvärillä tarralla keppiin kiedottuna, jos sitä ei tunneta eikä keppiä käytetä ahkerasti. Toiset näkivät liikua päivänvalossa ilman keppiä mutta illanhämärtyessä keppi on tarpeen myös yksin liikkeessä liikenteessä. Kuulonäkövammaisella kuurosokealla jolla on vammansa piilossa olisi hyvä olla erillinen

tarramerkkinsä lisänä, jotta vamma selviäisi kanssaihmisille silloinkun vaikeudet tulevat eteen. Liikennevälineet ovat niitä vaikeampia, jossa kynä ja paperinkäyttö on mahdotonta. Onnettomuuden sattua on hyvä olla tarramerkki joka selvittää henkilö on tällainen vammaisen. Tuntuu hassulta toisten ajatukset siitä merkistä, että se rumentaa tai tekee muuten ahdistavaksi ihmisten silmissä.

Kaikkeen tottuu jos omatunto sen sallii. Mitä sitten, jos huonosti käy ei ole millä puolustaa itseään erehdystään tai onnettomuuttaan siitä ei voi muita syyttää. Aina sanotaan itseltään on vastuussa totta on se on vammaiselle uhkarohkeasana, josta hän itse on vastuussa; kun vaara sattuu. Minä ainakin haluan turvautua ja terveeseen elämään suokoon tarran minulle. Tarra voisi olla mukavasti suunniteltu joka miellyttäisi kaikkia. Helppo irroitettava myssyyn, takkiin kuitenkin näkyväälle paikalle myös pesunkestävä. Kaikella on merkkinsä tässä maailmassa. Urheilijoilla, liikenteessä, kaupoilla, poliiseilla, sotilashenkilöillä, ja monilla muilla toimihenkilöillä viroissaan.

Siis tarramerkki näkyville turvaksi ja tiedoksi muillekin.

Toivoa se on ikä kaikki.

Hilkka Kasurinen

Elämää saarella

Hailuodossa pidettiin taas elokuun alussa yksilö- ja ryhmätaitojen kurssi (ohjaajana Heleena Välkkiö) sekä ryhmänohjaajien kurssi (ohjaajana Olavi Tähtelä) Kurssit kuuluvat kiinteästi yhteen. Ryhmätaitojen kurssilaiset käsittelevät ongelmiaan. Ryhmänohjauskurssilaiset opiskelevat ohjaamaan näiden ongelmien ratkaisemisessa. He käsittelevät työnohjausryhmissä vaikeuksia, joita ohjaustilanteissa kohtaavat. Kauko Kokkonen kertoo kokemuksistaan ohjauskurssilta.

Nimi "Hailuoto" on kiehtonut minua. Siinä on ollut pohjoisen, meren ja jäkälän makua - ja jotain muuta. Kaksi ohjaajakurssia tuossa meren saarella ovat todellistaneet paikan viehätyksen. Hailuodon lautalla siirryn toiseen aikaan ja paikkaan.

Ensimmäinen ohjaajakurssini Sammatissa pari vuotta sitten oli haaste. Ohjaajatoverini oli ajatellut mielessään: "Kuurosokea - ja ohjaajakurssilla! Tästä ei kyllä tule yhtään mitään. Kyllä, jumalauta, jossain pitäis olla raja!" Käytän kuulolaitetta ja olen sokea. Ensimmäisen harjoituksen jälkeen hän sanoi tuntevansa minut tasavertaiseksi kanssaan. Omien rajojen kolkuttelu on jännää hommaa. Ohjaajan asemaan asettu-

minen on avartanut ja kasvattanut luonnetta.

Tällä kurssilla ohjasin yhtä ryhmää ihan yksin. Jännitin vähän. Kahdestaan ohjaamisessa on se hyvä puoli, että virheet voi panna kaverin syyksi. Palautteen ja oman harkintani mukaan homma sujui. Sain tuntea, että ohjaajana ole harjoittelija. Toivottavasti tämä tunne säilyy jatkossakin.

Selostin perhekarttaani ohjaajien iltaryhmässä. "Sihteerini" oli edellisenä iltana lukenut minulle paperin, jossa kyseltiin lapsuuden ihmissuhteita ja olosuhteita. Kysyttiin myös, miten nykyään sijoitan lapsuuden tärkeät ihmiset elämässäni. Sen jälkeen Olavilla oli vielä kolme kysymystä. Ne olivat kenkuja kysymyksiä: varsinkin viimeinen. "Missä määrin sinä käytät virheiden hakua toisista ihmisistä pinnalla pysymisen välineenä?" Kysymys tuikkasi niin, että lähdin tyhjäin huoneeseen sitä mutustelemaan.

Monilla kursseilla on kyllä käsitelty taipumustani antaa negatiivista palautetta. Tällä kertaa, jostain syystä, suojaus petti. Jouduin näkemään rakenteitani uudelta kantilta. Eikä se ollut mitään kevyttä kesälomahommaa. Seuraavassa päivänavauksessa totesin, etten saata kuvitella käyttäväni ko. menetelmää yhtä antaumuksellisesti kuin

ennen. En ole sokkona käynyt hölkkäämässä. Saan sen sortin liikuntaa riittävästi, kun jaan sanomalehtiä. Kuuden kilometrin lenkki sihteeri-Pirkon kanssa osoitti, että juostakin voi. Pirkkokin ihmetteli opastuksen helppoutta. Samalla reissulla "näin" omakätisesti, että Hailuodossa on jäkälää.

Majapaikasta on rantaan joitakin satoja metrejä. Rannalla Kim sanoi minulle: "Seiso tässä, kun minä käyn katsomassa, mistä pääsee uimaan." Minulle sanotaan usein, että "seiso siinä" tai "älä mene sinne"!

Mutta minäkin halusin katsoa – omalla tavallani. Sanoin Kimille: "Minä tulen mukaan." Hoiperdelimme rantakivikossa, kuin humalaiset kurjet. Pohjanlahdessa tuntuu olevan kovin matalaa.

Keskiviikko-illan kekkerit pidettiin takkatuvalla, koska koko päivän satoi. Viinit kyllä juotiin loppuun, mutta savusiikaa lämmitettiin vielä seuraavana iltana nuotiolla. Jäin yhden naispuolisen lääkärin kanssa kahden nuotiolle juttelemaan. Hän alkoi tuntua ihmiseltä. Viisi elokuun päivää Hailuodossa taitavat tulla hyväksi tavaksi.

Kauko Kokkonen

Valoa ikkunassa

Istun kotini olohuoneen sohvalle ja mietin syntyjä syviä. Miten saisin valoa joskus niin harmaaseen ja ankeaan elämään. Sitten se välähti, valoa ikkunassa! – Lähdän ulos lenkille.

Soitin ystävälleni, jos tulisi kaveriksi. Teimme pitkän lenkin. Kävimme myös kirjastossa ja lainasimme muutamia äänikirjoja. Matkalla rupattelimme niitä näitä. Kotiin palattuamme keitimme pullakahvit. Mieli oli hyvä, kun sai henkistä ja fyysistä virkistystä.

Vielä oli seuraavana päivänä mukava olo, kun taas mentiin, tällä kerralla uimahallille. Uimahallilla oli muitakin tuttuja. Aistin heräävän kevään. Auringon valo tulvi sisään uimahallin suurista ikkunoista.

Sitä valoa elämään pitää hakea, ei se ainakaan hölmöläisten säkissä tule.

Kaija Ruponen



Kuurojenkoti Ävik ei lamasta tiedä

Kuurojenkoti Ävikin johtaja Heikki Lehtonen ei pelkää tulevaisuutta. Hän sanoo rohkeasti: »Sellaisia vaikeuksia ei voi tulla, ettei me pärjätä».

Ävikillä menee hyvin. Meillä on hyvä, taitava henkilökunta. Rakennukset ja tilat on vasta saneerattu. Ävikin talous on kunnossa, Heikki Lehtonen luettelee.

Viittomakielinen ympäristö tuntuu kodilta

Ävikissä on aina lähellä ihminen, joka on valmis auttamaan. — Tämän talon asukkailla on turvallinen olo, Heikki sanoo. Ävikissä asuu nyt 68 ihmistä. Keski-ikä on 65 vuotta. Nuorin asukas on 23 vuotias ja vanhin 94 vuotias.

Tavallinen hoitopaikka maksaa 273 markkaa kuukaudessa ja hoivaosastolla 428 markkaa. Asukas maksaa asunnostaan vuokraa ja sähkökorvauksen. Hän voi saada huoneenvuokralain mukaan asuntotukea. Ruoastaan hän maksaa raaka-ainekustannukset. Muun osan hoidosta maksaa jokaisen asukkaan kotikunta.

Kunnat säästävät — mikä on tulevaisuus?

Kuntien säästötoimet tuntuvat kaikessa. Suuntana on ihmisen oikeus asua kotikunnassaan. Vammaisen hoitaminen tulee näin kunnalle halvemmaksi. Moni kunta pyrkii lisäämään avohoittoa. Se pitää myös vammaiset kotikunnassa. Omia palvelutaloja on rakennettu monissa kunnissa.

— Sinänsä suunta on oikea. Mutta se tarkoittaa valitettavasti myös: moni kuuro ja kuurosokea asuu sellaisessa paikassa, jossa ei puhuta hänen kieltään.

— Kun ei ole tulkkeja, niin kuurot ja kuurosokeat jäävät ilman peruspalveluitaan. Ilman tulkkia on vaikea hoitaa omia asioitaan.

— Ävikissä kuurosokea on tasavaroisempi kuin monessa muussa paikassa, Heikki Lehtonen uskoo.

Työ on ilo

— Teemme lujasti työtä ja uskomme parempaan huomiseen, Lehtonen mieltii.

— Kysyn, että mitä se tarkoittaa? Onko se vain kaunis lause. — Me teemme työtä ihan tosisaan. Myös asiakkaat tekevät työtä ja useilla on omat tehtävänsä: yksi hoitaa pöytien kattamisen, toinen auttaa keittiössä. Kolmas jakaa postia, neljäs mankeloi ja silittää. Tästä työstä tulee aina pieni rahallinen tunnustuspalkinto.

Jatkuu seur. sivulla

Nimismiehen asunnosta kuurojen kodiksi

Ävik tuli Kuurojen Huoltokotisäätiön omistukseen 1962. Mutta Ävikin historia on paljon värikämpi. Kaikki alkoi siitä kun Kuuromykkäin auttajien yhdistys sai avustusta, jotta se voi perustaa koulukodin. Tuo raha riitti käsirahaksi Ävikin tilan ostoon.

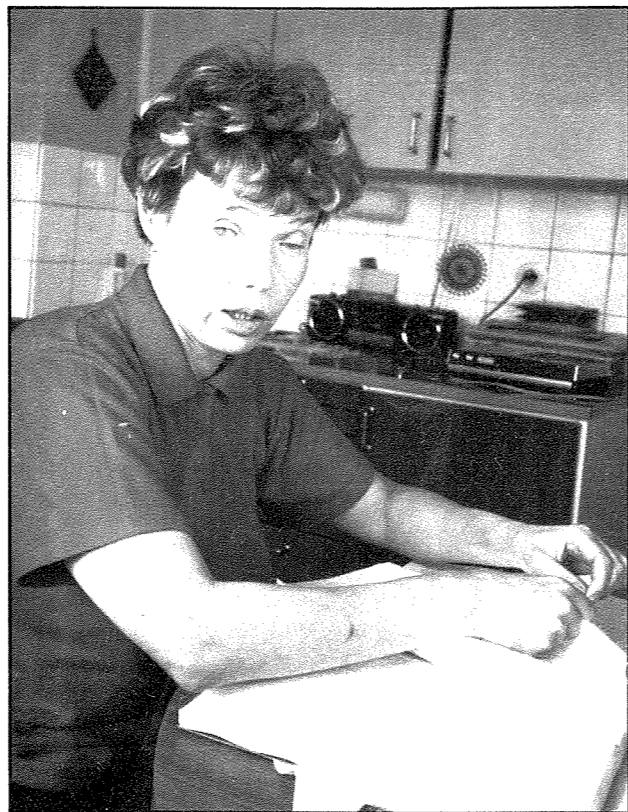
Elettiin vuotta 1911. Muutamaa vuotta myöhemmin, 1915 aloitti Ävikin tilan pihamökissä Kuuromykkien naisten vanhainkoti 1915. Sen toiminta lakkasi 1962. -LT



Lumeton laskiaistiistai

Luoja säättää niin erilaisia vuodenaikoja maamme eri osiin. Täällä Turun puolella on vuosi vuodelta vähemmän lunta.

Tänä vuonna laskiaistiistai oli vesisateen sävyttämä. Perinteiseen tapaan söimme hernesoppaa ja laskiaispullia. Mutta tunnelma ulkona ei ollut niinkään ihanteellinen. Yöllisen sateen jäljiltä maa oli pehmennyt ja aamulenkillä kengänkannat upposivat pehmeään hiekkaan. Päiväkahvilta palatessani satoi rankasti ja minä tallasin liejuun. Asuntoon päästyäni oli edessä saappaiden pesu.



Seija Kallio

»Tuumasta toimeen» -kurssi kuurosokeille

Näkövammaisten Keskusliitto järjesti kuntoutuskurssin kuurosokeille. Kurssilaiset saivat tietoa NKL:n toiminnasta ja palveluista. Kurssilaiset opettelivat arkielämän perustaitoja. He tapasivat silmälääkärin, optikon ja näönkuntoutus-henkilön.

Ohjelmassa oli liikkumistaitoa, pistekirjoitusta, päivittäistoimintojen harjoittelua, kommunikatioharjoituksia ja paljon muuta.

Kurssilla arvioitiin jokaisen osanottajan kuntoututarve ja mietittiin jatkosuunnitelmaa.

Kurssilla oli neljä osallistujaa. Miksi näin vähän? Vetäjä Heli Mikkola kertoi:

— Olimme varautuneet kuuden hengen ryhmään. Kaksi hakijaa jäi pois, koska kotikunnat eivät halunneet maksaa kurssia.

— Ovatko oppilaat olleet ahkeria?

— Täällä ei ole oppilaita vaan asiakkaita, Heli sanoo hymyillen. Innokkaasti kurssilaiset ovat olleet mukana.

Seija Kallio on kotoisin Kuusankoskelta. Seija soittaa pianoa ja täällä hän on harjoitellut nuottikirjoitusta pisteille.

— Mitä hyvää kurssissa?

— Täällä on paljon hyvää. On päästy silmälääkärin vastaanotolle, harjoiteltu päivittäistaitoja. Ohjelmaa on ollut riittävästi ja ruoka on erityisen hyvää. Olen saanut puhua psykologin ja lääkärin kanssa.

— Huonoja asioita en keksi yhtään.

Aarne Ahonen on tullut Lieksasta ja puhuu leppoisaan Savon murretta. Aarne sairastui kesken kurssin ja vietti pari päivää sai-

raalassa. — Sanoivat, että täällä kurssilla oli ikävä, kun olin pois.

— Mitä hyvää kurssissa?

Mukavaahan täällä on: paljon ohjelmaa, hyvää ruokaa ja uusia asioita. Olen leiponut sämpylöitä ja tiikerikakun. Mielellään tänne tulee! Sairastuminen oli huono asia. Meni kaksi kallista kurssipäivää hukkaan.

Teuvo Hietala Kuopiosta on aikaisemmin ollut Kuulonhuoltoliiton kursseilla. Hän on nyt tutustumassa NKL:n toimintaan.

— Täällä on melko kiivas tahti ja paljon ohjelmaa. Olemme harjoitelleet päivittäistoimintoja ja kaikille on riittänyt taloustöitä. Minä otin vapaaehtoisesti kaikki tiskausvuorot. Iltaisin olen kuunnellut äänikirjoja, Teuvo kertoo.

Kauko Lahti on kurssin »mestarikokki». Hän on valmistanut aamupalat toistenkin puolesta. Kalasoppa ja salaatti syntyvät Kaukolta näppärästi.

— Harrastatko ruuanlaittoa?

— Pakko harrastaa, kun ei ole kotona ketään muuta ruuanlaittajaa. Kauko on kotoisin Porista. Omalla paikkakunnalla ei saa tarpeeksi asiantuntevaa näönkuntoutusta. Siksi tällaiset kurssit ovat meille hyvin tarpeellisia. -RK

Mukavissa vaatteissa on hyvä liikkua

Kevät ja kesä ovat erilaisten kesäleirien aikaa. Silloin haluamme pukeutua iloisein ja mukaviin vapaa-ajan vaatteisiin. Niissä on hyvä liikkua. Toimittaja kävi katselemassa helsinkiläisessä tavaratalossa, millaisia vaatteita tänä keväänä on tarjolla vapaa-aikaa varten?

Mitä varusteita otan leirille mukaan?

Leireillä liikutaan luonnossa, käydään uimassa, pelataan pallopelejä ja istutaan iltaa ulkona grillin tai nuorion ääressä. On tärkeää, että mukana on kunnolliset varusteet. Ennenkuin alat pakata matkalaukkuja, tutustu huolellisesti leiriohjelmaan.

Jos ohjelmaan kuuluu retkeilyä luonnossa, varaa mukaan kevyt tuulipuku. Sen pitää olla reilun väljä, sillä alle pitää mahtua viileällä ilmalla lisävaatteita. Kumi-saappaat ovat sopivat retkeilyjalakineet. Kuntopolkuja varten varaa kunnolliset lenkkiosut.

Entä jos sataa?

Älä anna sateen pilata leiripäiviäsi. Nykyiset sadeasut ovat

yhtä kevyitä ja mukavia kuin tuulipuvut. Asuun kuuluu yleensä hupullinen takki ja housut. Niitä myyvät samat kaupat, kuin muitakin urheiluvarusteita. Hinnat vaihtelevat 300 markasta ylöspäin. Parhaat, mutta myös kalleimmat sadeasut löytyvät veneilytarvikekaupoista.

Sisäliikuntaan

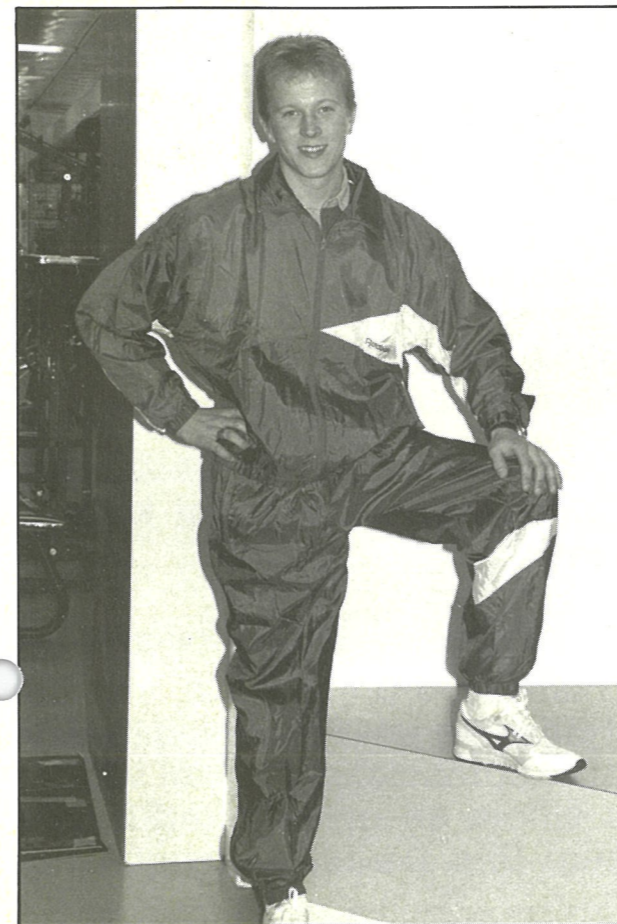
T-paidat ja shortsit ovat mukavia vaatteita, kun olet kuntosalilla tai voimistelet. Shortsien alla voit käyttää pitkälahkeisia voimisteluhousuja eli trikoita.

Kuntosaleissa ja palloiluhalleissa ei saa käyttää ulkokenkiä. Sisäliikuntaa varten pitää olla omat lenkkiosut. Ne ovat yleensä matalapohjaisia ja niiden varsi tukee hyvin nilkkaa. Ne ovat hiukan kalliimpia kuin lenkkeilykengät. Kuntosalien yhteydessä on usein uima-allas. Ota mukaan kaiken varalta myös uimahousut tai uimapuku.

Jos haluat olla huippumuodikas, voit vetää jalkaasi polvipituiset pyöräilyhousut. Niiden kanssa voi käyttää T-paitaa tai jumppapukua eli bodya. Pyöräilyhousuja ja body-asuja on monia eri värejä.

Veryttelypuku

Mukavin ja monikäyttöisin oloasu on veryttelypuku eli verkkari. Nykypäivän veryttelypuvut ovat iloisen värisiä ja niiden mallit ovat reilun väljät. Veryttelypuku



»Henkka» valitsi voimakkaan sinisen tuulipuvun. Puvussa on puuvillatrikoovuori. Päällinen on kiiltävää, vettä hylkivää nailon kangasta.

voi olla kokonaan puuvillaa eli college-kangasta. Puuvillaisessa veryttelypuvussa on mukavampi liikkua ja se on miellyttävämpi iholla. Monissa malleissa on myös muodikas huppu. Näiden »verkkareiden» hinta on noin 500 markasta ylöspäin.

Halvemmat veryttelypuvut on valmistettu keinokuitukankaasta, jossa on pehmeäksi käsitelty eli »raapattu» sisäpinta. Niitä voi löytää jopa alle 300 markkaa.

Millainen on hyvä tuulipuku?

Tuulipuvut tehdään tiiviistä kankaasta, josta ei pääse tuuli läpi. Siksi niitä kutsutaankin tuulipuvuiksi. Kankaat ovat osaksi puuvillaa ja osaksi nailonia.

Hyvä tuulipuku on reilun kokoinen, jotta sen alle mahtuu viileällä ilmalla lisävaatteita. Tuulipuvun pitää »hengittää». Se tarkoittaa, että ihmisen iholta nousevan kostean ilman pitää päästä kankaan läpi. Silloin vaatteet eivät tunnu epämiellyttävän kosteilta. Hyvässä tuulipuvussa on myös suojaava huppu ja tilavat taskut. Tuulipukujen hinnat vaihtelevat 300 markasta ylöspäin.

Hyvästä tuulipuvusta joudut maksamaan jopa yli 1.000 markkaa.

Vaatteetkin tarvitsevat hoitoa

Vapaa-ajan vaatteet ovat yleensä kovassa käytössä ja joudut pesemään niitä usein. Hyvällä hoidolla saat ne kestävämmän kauemmin. Varsinkin sisäliikunnassa vaatteet likaantuvat nopeasti. Pese vaatteet aina käytön jälkeen. Useimmat vapaa-ajan vaatteet pestään 30—40 asteisessa vedessä. Noudata pesuohjeita. Jos vaatteet kaipaavat silitystä, silitä ne varovaisesti nurjalta puolelta. Tiesitkö muuten, että useimpia kangaspäälysteisiä lenkkiosuja voi pestä myös pesukoneessa? -RK

Pirkko EBU:n kokouksessa

● EBU:n eli Euroopan Sokeiden Liiton kuurosokeiden komissio piti kuudennen kokouksensa Tanskassa 13.—17.2. Kokous oli Tanskan Sokeiden keskuksessa, Fredericiassa.

Komission puheenjohtaja on englantilainen Patric Murphy ja varapuheenjohtaja Josef Mendrun, Puola. Jäseninä ovat Sergei Sirotkin Venäjä, Nicole Levy, Ranska, Daniel Alvarez, Espanja ja Horst Stolper, Saksa sekä Ove Bejsnap, Tanska ja Pirkko Virtanen, Suomi.

Kokouksessa oli myös oppaita ja tulkkeja, ihmisiä yhteensä 23. Järjestäjä oli tällä kertaa Tanskan Kuurosokeiden yhdistys. Tulkkien pitää olla kielitaitoisia. Kokouskieli oli englantia, mutta myös muita kieliä puhuttiin. Pirkko kertoi että viittomakielellä tulee toimeen niiden kanssa jotka sitä osaavat. Sergei, Daniel, Ove ja Pirkko pystyivät viittomaan keskenään.

Kokouksessa valittiin nyt jäsen-ten varaedustajat. Pirkon varalla on Seija Troyano. Keskustelua herättivät myös EBU:n säännöt, joissa ei mainita ollenkaan kuurosokeista. Kolmas kuurosokeiden Eurooppa-konferenssi järjestetään Ranskassa Strasbourgissa kesäkuussa. Pirkkoa pyydettiin olemaan konferenssin toisen päivän puheenjohtaja. Hän pitää

myös luennon omasta projektityöstään. Pirkko kerää ja tallettaa tärkeitä osoitteita, jotka koskevat kuurosokeita Euroopassa. Työ on vasta alussa.

Pohjoismailla on virallisesti hyväksytty kuurosokeuden määrittelmä. Muualla Euroopassa selaista ei vielä ole.

Kuurosokea — yksi vai kaksi sanaa?

Monissa maissa kuurosokea yhdyssanassa on väliviiva, siis Deaf-Blind (engl). Komissio päätti, että kuurosokeus on yksi vamma ja silloin se on kirjoitettava yhteen. Siis Deafblind (engl).

Seuraava komission kokous on todennäköisesti Moskovassa 1993.

Tanskassa kokeillaan puhelimia

Tanskassa on aloitettu kokeilu, jossa kuurosokeat saavat kokeilla erilaisia puhelinjärjestelmiä. Kokeilussa on DiaLogos. Toisena on tekstipuhelin, jossa on isonäyttö ja kolmantena puheliimeen liitetty mikrotietokone, jossa pisteillä toimiva rivinäyttö. Kokeilu kestää 7 kuukautta. Sen maksaa Tanskan puhelinyhdistys.

Nils, Torsten, Ove ja Carsten sekä Albert ja Martha lähettävät terveisiä kaikille ystävilleen Suomessa. ■

Pirkko Virtanen



Pirkko ja Sergei — EBU:n kuurosokeiden komission jäsenet.

Tekstipuhelinpalvelu 92028

Kuuleva voi soittaa tekstipuhelimen omistajalle 92028 kautta. Samoin tekstipuhelimen tai Dialogoksen omistaja voi soittaa kenelle tahansa tavallisen puhelimen omistajalle numeron 92028 ja lukijan avulla.

Palvelukeskuksen välittäjät toimivat »korvina». He kirjoittavat viestin, joka siirtyy tekstipuhelimen omistajan ruutuun. He lukevat tarvittaessa tekstipuhelimen omistajan viestin kuulevalle osapuolelle.

Valitsen numeron 92028 ja odotan sieltä vastausta. Pian ruutuun ilmestyy TTP/välittäjän nimi ja tähti (*), joka on vuoromerkki minulle. Kirjoitan ruutuun numeron johon haluan soittaa, sekä henkilön kenen kanssa haluan keskustella. Kirjoitan vielä pe-

rään, että haluan itse puhua. Painan vuoromerkkin eli tähden (*) ja odotan. Ruutuun ilmestyy tieto, kuka vastaa puhelimeen ja vuoromerkki (*).

Kun puhun kuulevalle, otan luurin käteeni. Toisella kädellä painan linja-nappulan ylös. Nyt puhelin toimii kuten tavallinen puhelin. Kun annan vuoron toiselle, painan linja-nappulan alas ja laske luurin pöydälle; ei puhelin-koneeseen, koska silloin puhelu katkeaa. Joskus en halua puhua itse. Silloin kirjoitan omat vastaukseni ruutuun ja välittäjä lukee ne kuulevalle osapuolelle.

Tekstipuhelimen avulla voi tosiaankin hoitaa itse omia asioitaan ja kysellä tietoja eri paikoista. On tärkeää saada itse hoitaa asiat. Kiinnostus kasvaa ja oma itsetunto säilyy paremmin.

Tekstipuhelimen käyttöön tottuu nopeasti. Taito ja kirjoitusnopeus kasvavat käytön mukana. Kannattaa harjoitella koneen käyttöä. Myös kirjoitustaitoa voit opetella kursseilla. Arlainsstituutti järjestää näppäilytaidon kursseja.

Palvelukeskuksesta voi kysellä myös puhelinnumeroita, jos et itse näe lukea. Yhdistyksen kautta voit saada osoitehakemiston, jossa on muutamia tärkeitä puhelinnumeroita.

Todella suuriin puhelinkuluihin voit anoa Kelasta eläkeläisille tarkoitettua vaikeavammaisten erityishoitotukea. — Soitellaan!

Pirkko Virtanen