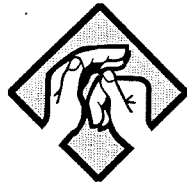


KÄNSELSPRÖTET

Föreningen Finlands
Dövblinda rf



Nov - Dec 5-6/2003



*God jul och Gott Nytt år och
en Hjärtlig kram åt Dig*

Innehåll:

- 2.... Inga meddelar
- 2.... Känselfrågan tidsschema 2004
- 3.... En kram ökar känslan av samhörighet: K. Leinonen
- 4.... Åren går och arbetet fortsätter: U. Kungas
- 5.... En "julich" tomteberättelse: J. Valonen
- 8.... Rekordhög mötesdeltagarantal i Uleåborg: K. Pyykkö
- 11... Behärska julens läckerhet: S. Koskinen
- 13... Brandalarm! Fara å färde! Avlägsna er snabbt! De dövblindas internationella nödsignal X: R. Laitinen
- 15... Runola bjuder på en trygg teckenspråkig miljö: R. Karisaari
- 17... Arbete och hobbyn nära till hands: R. Karisaari
- 18... "Wanha albumi" tjusar – Hilkkas dikter lever genom melodier: K. Pyykkö
- 20... Teckenspråkiga terapitjänster är nödvändiga: K. Pyykkö
- 21... Dövblindas Förbund i Europa grundades i Danmark: K. Pyykkö
- 22 Utvecklingsprojektet för rehabilitering har inletts – ett nytt ansikte
- 23 Stämningen på fiskkursen: A Käätä
- 24 Semesterhälsningar från Polen: S. Kamppinen
- 26 Förändringar i kommunikationsmetoden påverkar tolkverksamheten: P. Pölönen
- 27 Välskötta händer en glädje att visa och använda: S. Koskinen
- 29 Fem frågor
- 30 Dikt: Det största i livet: J. Kukkonen

Inga meddelar

Nu är julen snart här och jag vill önska er alla en fridfull Jul och ett riktigt Gott Nytt År!

Vi har vattenskadorna i kontorets båda samlingsrummen. Vi hoppas att reparationerna i det ena rummet kommer igång, så att vi får äta julgröt tillsammans 12. december kl. 12:00. Anmäl om Du kommer.

Jag är ledig från och med den 22.12.2003 till 11.1.2004.

Inga ■

Känselfrågan - tidsschema 2004

Nummer 1 - ut 23.2.2004

Nummer 2 - ut 13.4.2004

Nummer 3 - ut 14.6.2004

Nummer 4 - ut 30.8.2004

Nummer 5 - ut 18.10.2004

Nummer 6 - ut 13.12.2004 ■

En kram ökar känslan av samhörighet

Julen är tiden för nytt liv, ljus och kärlek samt en tid att minnas och uppleva frid. Människorna har en god vilja. De är vänliga mot varandra.

Det gångna året har varit mångsidigt och arbetsdrygt i vår förening. De stora och viktiga beslut som tagits kräver ännu mycket arbete för att genomföras. Våra nya stadgar är alla vår gemensamma julklapp. Vi kan alla samarbeta för att få till stånd en ny och bättre förening. De dövblindas ömsesidiga tillit och samarbete är värdefulla egenskaper. De förutsätter ett samförstånd med vilket vi tillsammans åstadkommer ett bättre liv för de dövblinda och syn- och hörselskadade.

Julen är också ljusets och kärlekens högtid. Var och en av oss har behov av ljus i våra liv. Ett nytt ljus ger nytt hopp. En omfamning ger ljus. Den har ett mångfaldigt innehåll och känns skön. Den minskar känslan av ensamhet, den befriar våra känslor och höjer vår självkänsla. Omfamningen är osjälvisk. Den får oss att slappna av och minska muskelspänningarna. Den minskar sömnlösheten. Omfam-

ningen kräver ingen speciell omgivning. Vi kan krama varandra var som helst - vid hemdörren, i mötessalen, framför kyrkan eller på gatan. En kram gör dagarna lyckligare. Den ökar känslan av samhörighet.

Finlands Dövblinda r.f. är en organisation för samhörighet. Då vi omfamnar varandra ökar vi vår egen förmåga att dela med oss och att älska. Då vi rör vid varandra finner vi medkänsla och förmåga till kärlek. Vi har behov av en känsla av säkerhet. Utan denna säkerhet blir vår existens, vår verksamhet ineffektiv och vårt umgänge med andra känns glädjelöst. Omfamningen utvecklar en varm sfär omkring oss. Den stöder oss och ger oss säkerhet. Den skapar trygghet och stärker vår självkänsla. Jag anser att en kram visar att ditt unika jag och mitt unika jag skapar någonting speciellt och underbart till denna vår egna grupp. Denna samhörighet ger innehåll i mitt liv. God jul och Gott Nytt år och en Hjärtlig kram åt Dig.

Kai Leinonen

Verksamhetsledare ■

Aren går och arbetet fortsätter

Denna gråa höstdag när detta skrivs ansluter jag mig till en skrivelse i föregående tidning "De handikappades år lider mot sitt slut – arbetet fortsätter" och också till väntan på julen. Julen är en tid för stillhet och väntan på det nya året. Var och en av oss undrar säkert vad det skall föra med sig då de gångna årens gemensamma saker alltid följer med oss.

Arbetet fortsätter. Vi utvecklar och för sakerna framåt med tillförsikt. Vi har nu höstmötet i Uleåborg framför oss. Där bygger vi upp nästa års verksamhetsplan enligt önskemål och behov, men också med beaktandet av resurser och ekonomi.

De nya stadgarna från vårmötet som också föreningsregistret godkände trädde i kraft 26.9.03. Dem följer vi redan under höstmötet. Styrelsens sammansättning minskar med en medlem. Teckenspråket beaktas ännu mera än förut. Personalen skolas i enlighet med befattningsbeskrivningen. Denna utveckling har framskridit. Själv tror jag på en bättre framtid.

Hur skall få vi vår röst hörd ute på arenorna? Ännu återstår en hel del att göra i vårt finländska samhälle. Det viktigaste är att vi som förening är med och driver våra egna rättigheter och kan undvika större problem i de dövblindas och de syn- och hörselskadades vardagsliv.

Vi har kompetent personal, samarbetspartner och som sakkunniga dövblinda och syn- och hörselskadade. Vi behöver varandra i ett föränderligt samhälle. Någon har sagt att vi bör kunna vänta oss goodwill av samhället gentemot de handikappades behov. I dagens attityder finns det mycket rum för förbättringar. I samhället finns det inte tillräcklig politisk vilja för att säkerställa de handikappades behov.

Tillsammans skall vi lyckas. Det är bara vi som vet vad vi behöver och vilken hjälp vi förväntar oss av samhället och vår egen förening. Andra utvägar har vi väl inte. Med gemensamma krafter går vi framåt.

Ulla Kungas
Ordförande ■

En "julig" tomteberättelse

Jouni Valonen

Julen närmar sig igen och julgubben i Korvatunturi intervjuar en mängd tomtekandidater som ivrigt söker plats för att uppfylla miljontals barns önskemål om gåvor. Det är många unga flickor och pojkar som vill bli tomtar. Julgubben har igen ett hårt arbete framför sig för att bestämma sig för vilka som bäst lämpar sig för uppdraget.

Arbetet är populärt. Kön ringlar sig nedför sluttningen mellan Korvatunturis lågväxta björkar och den lav som just täckts av vit snö. Julgubbens gåvoverkstad befinner sig på toppen av Korvatunturi där det inte finns en enda väg i närheten. Julgubben har under alla dessa år rört sig med renen Rudolf och tiotals andra renar så det har inte varit nödvändigt att bygga någon väg dit upp.

Viivi och Taavi söker arbete

Julgubben har redan hunnit intervjuar ett stort antal sökande till tomtejobbet. Då stiger två helt annorlunda nya sökande in till julgubbens verkstad. "Följande tomtekandidat" hördes inifrån ett annat rum då julgubben

med vänlig och bestämd röst bad nya intervjuobjekt att stiga in.

Framför julgubben stod Viivi och Taavi. Julgubben var verkligen förvånad eftersom båda stod med ryggen åt honom. Han bad dem slå sig ned. Viivi trillade satte sig pladask ned på golvet och Taavi satte sig rakt på en glasskål full med karameller som stod på bordet. Efter en stunds funderande fräste julgubben till: "Har ni inte fått någon uppfostran!"

Viivi uppfattade nätt och jämt vad julgubben sade och berättade att de båda var syn- och hörselskadade. Rummet var ganska dunkelt. En oljelampa gav ett gulaktigt sken längs de tjocka stockväggarna. Viivi och Taavi kunde inte urskilja stolarna i rummet och satte sig därför på fel plats.

"Vad kan ni göra om ni knappast ser eller hör någonting?" frågade julgubben med hög röst. Viivi tecknade diskussionen med julgubben i Taavis hand. "Vi är skickliga hantverkare och till det behöver man varken syn eller hörsel" sade Taavi åt julgubben. De hade rätt för båda hade fått en gedigen hantverksutbildning.

Diskussionen fortsatte ännu en stund och julgubben funderade över Viivi och Taavis arbetsförmåga. Sedan insåg julgubben att det kunde vara nyttigt för de övriga tomtarna verkstaden att avveckla deras fördomar mot handikappade personer. Det finns många barn i världen som inte kan läsa vanlig text och då kunde man ju skriva julkhälsningen på paketen med punktskrift. Julgubben tyckte att han gjort ett gott val då han anställde Viivi och Taavi.



Viivi och Taavi i arbete

Den övriga tomtarna trodde inte sina ögon när Viivi och Taavi packade in klappar i snabb takt. Tomtarna viskade med varandra och förundrade sig över hur snabbt de klarade av sitt arbete. Jere frågade julgubben om han vågade prata med Viivi och Taavi för han var rädd att han kunde få dålig syn och hörsel. "Inte smittar ju blindhet och dövhet som influensa", konstaterade julgubben och uppmanade honom att modigt bekanta sig med Viivi och Taavi.

De tre diskuterade livligt medan de arbetade och utbytte åsikter om nästan alla intressanta ämnen. Efter arbetsdagens slut berättade Jere för sina rumskamrater om diskussionerna med Viivi och Taavi. "Nog har jag haft helt fel uppfattning om handikap-

pade människor för jag har alltid trott att de var dumma och okunniga", sade Jere. Han funderade ännu över hur samhället har stämplat dem som endast "parasiter" som konsumerar pengar. Julgubben hade lyckats i sitt mål att avveckla fördomarna mot handikappade.

Hjälpredor på julaftonen

Årets mest brådskande dag är julaftonen då alla klappar skall delas ut till barnen. Julgubben väljer på morgonen ut två tomtar som får resa med honom för att dela ut julklapparna. Han valde Viivi och Taavi. Klockan är sex på julaftonen då julgubben och tomtarna kommer fram till en stor lantgård.

Den stjärnklara himlen och den vita snön skapar en fullkomlig julstämning. Gården består av tre byggnader som bildar en rätvinklig gårdsplan. Byggnaderna som är målade med rödmyllefärg och belysta med många stockfacklor leder julgubben och tomtarna till rätt adress. Inne från huset hörs glada julsånger och doften av skinka och julbröd når julgubbens och tomtarnas näsor.

Julgubben knackar på ytterdörren med sin käpp och dörren öppnas. Husets värdinna står i dörren iklädd en strålände röd aftonklänning och med en tomteluva på huvudet. Bakom henne står värden iklädd mörk kostym och han följer Viivi och Taavi med blicken då de snavar på yttertrappan. Värden ber gästerna stiga in och värdinnans svärmor bär fram en bricka med julglögg åt de nya gästerna som småfrysande stiger in i huset. Taavi sträcker ut handen mot brickan och stöter till glaset på brickan så att de faller omull. Den röda heta vätskan rinner ut över brickans kanter och ned på golvet där en vit lammskinnsmatta färgas röd av glöggen. "Sådant händer" sade värdinnan åt julgubben men var irriterad över att hennes matta blivit smutsig.

Husfolket satt i spänning i vardagsrummet då julgubben och tomtarna steg in i rummet. Till väster om dör-

ren stod en enorm julgran. Granen var prydd med lampor och guldgirlander. Viivi steg in i rummet och stötte mot granen. Stöten var så häftig att stjärnan i granens topp föll ned på golvet.

Värdinnan frågade julgubben om tomtarna var berusade eftersom den ena fällde glöggen på golvet och den andra stötte till granen. Julgubben berättade om tomtarnas dåliga syn och hörsel. Svärmodern som nästan fått glöggen över sig undrade om julgubben inte hade friska tomtar till sitt förfogande. Julgubben berättade att han valt ut just dessa tomtar så att han samtidigt kunde lära människorna att få en välvilligare inställning till handikappade personer.

Efter julklappsutdelningen då julgubben och tomtarna gjorde sig redo att fortsätta sin färd bad värdinnan om ursäkt för sin okunskap om Viivi och Taavi. Hon uppmanade dem att vara modiga och visa andra att dålig syn och hörsel inte är ett hinder för att klara sig i livet. ■



Uleåborgs vice stadsdirektör Silja Hiironiemi öppnade höstmötet. (Bild: KP.)

Rekordhögst mötesdeltagarantal i Uleåborg

Under höstmötet i Uleåborg deltog 75 ordinarie medlemmar, 14 anhörigmedlemmar och 1 hedersmedlem. Med tolkar och personal inräknade var närmare 180 personer på plats.

Möteslokalen var nästan för liten för en så stor skara men vi rymdes trots allt. Platsen var Uleåborgs Hotell och Bad Eden. Många hann också besöka badet för att koppla av. I början av mötet hade man beskrivningstolkning

som leddes av **Jaana Rantalainen** från Tolkanvändningsprojektet. En nyhet var också kontroll av deltagarna så att alla fick veta var i salen de olika deltagarna satt.

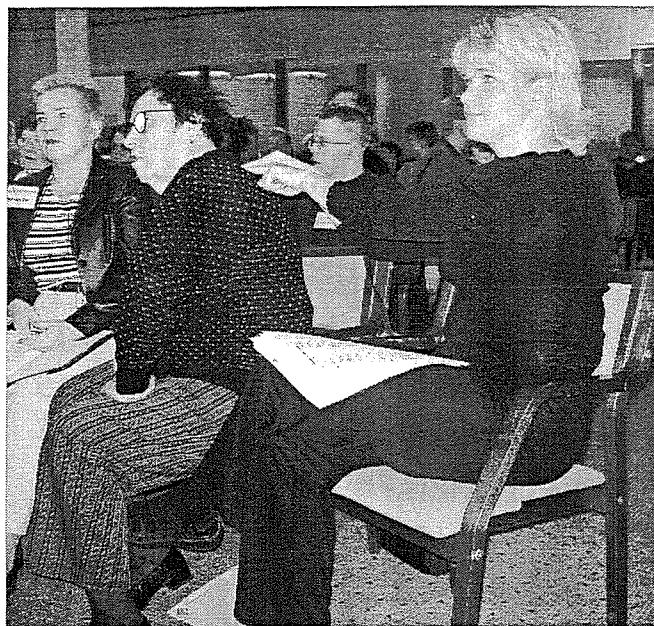
Lördagen inleddes med personval. Man hann välja styrelsens ordinarie medlemmar på lördagen. Av dem som var i tur att avgå återvaldes **Seppo Jurvanen** och **Seija Troyano**. Ett nytt ansikte är **Kauko Ronkainen**. Deras mandatperiod är två år.

På söndagen valdes två sakkunnigmedlemmar. Tidigare var dessa tre till antalet men enligt de nya stadgarna endast två. Till sakkunnigmedlemmar i styrelsen valdes **Terhi Heikkilä** och **Pauli Kelander**. Deras mandatperiod är ett år.

På lördagen beslöt man också om föreningens resolution. Den berörde barnens och ungdomarnas möjligheter. Ämnet gav upphov till livliga diskussioner. En god språkkunskap är viktig för alla barn och ungdomar med syn- och hörselskada. Man bör lära dem teckenspråk i tid. Också kunskaper i finska respektive svenska är viktiga. Det är också viktigt att lära sig punktskrift och att använda olika hjälpmedel såsom den vita käppen. I ett uttalande poängterades också samhällets ansvar att arrangera rehabilitering. Två meningar lades till resolutionen innan den godkändes.

Lördag kväll var det lillajul. Till programmet hörde stjärngossar. Sedan åt vi skinka och pariserpotatis. Uleåborgsklubben hade arrangerat programmet. **Päivi El Gharb** läste en juldikt och tolkarna **Tuuli Kilpelä** och **Jarkko Köyk-**

Stjärngossor sjunger.
(Bild: RK)



Justiinas tolk beskriver på hennes rygg det som sker. (Bild: KP.)

kä sjöng. **Esa Kauppinen** var julgubbe. Han är De Dövas Förbunds organisationsledare i Uleåborg. Utdelningen av julklappar fungerade bra också på teckenspråk.

Lotterivinsterna var fina. Huvudvinsten var en liten badsemester för två på vilken som helst av Edens badin-



rättningar. Den vanns av **Liisa Hut-**
tunen.

Man delade igen ut julkort till vänner och bekanta. Antalet kort är redan ganska stort. Nästa år måste vi fundera ut hur utdelningen kan ske smidigare. Bland julkorten fanns också hemgjorda kort. Några fick också julkort med punktskrift.



Seija Troyano läser julkort tillsammans med teckenspråksstuderande Heidi Syrjälä. (Bild: RK)

På söndagen gick man igenom målsättningsprogrammet. Mötesdeltagarna delades upp i två grupper. De teckenspråkiga och de som utnyttjade induktion behandlade förslaget i egna grupper.

Diskussonen var livlig. Man tog fram många olika aspekter gällande de inledande punkterna i målsättningsprogrammet. De ger en god bas för fortsatta diskussioner kring målsättningsprogrammet. Den diskussionen

kommer snart att föras punkt för punkt via e-post.

Efter mötet inleddes hemfärden. Helsingforsborna hade kommit med buss från Helsingfors och plockat upp deltagare från Tavastehus, Tammerfors och Jyväskylä. Vi reste tillbaka samma väg. ■

Det var stämningsfullt i bussen. Belysningen var inte tillräcklig så diskussionen fördes emellanåt taktilt. Främst Ulla Kungas och Ilpo Pirhonen. I bakgrunden till vänster Pentti Kähkönen, Lauri Mäkinen och en tolk. På andra sidan gången Saimi Ristinen med Stina Ojala som fungerat som guide och frivillig i föreningen och bredvid henne Martti Pääkkönen. (Bild: KP)



Behärska julens läckerhet

Sointu Koskinen

Snart dukar vi julbordet. Välkända dofter väcker aptiten och de traditionella juldelikatesserna får tungan att slinka ned för de smakar så gott. Det är inget under att byxornas och kjolarnas linningar spänner efter julen.

Räddar bantningskurer midjan?

Efter julen funderar många människor på att inleda ett hälsosammare liv - och många till och med gör det. I praktiken innebär det en bantningskur i januari. Samma sak upprepas år efter år. Kålsoppsdiet och andra dieter sänker vikten till och med 3-4 kilo i veckan. De drar närmast ut vätska ur kroppen. När bantningskuren avslutas och man återgår till sin vanliga diet ökar vikten igen långsamt till det normala. På så sätt finns det inget slut på bantningscirkeln.

Under ett antal år har man talat om viktkontroll. Enligt den lyckas man med bantningen om man helt ställer om sina levnadsvanor. Dietmaten

avviker mycket från vanlig mat. Avsikten är inte att den skall utgöra en fortgående matordning. Via nya levnadsvanor förblir vikten stabil. Man behöver inga bantningskurer.

Viktkontroll under julen

Julmaten är hälsosam. Idag är skinkorna nästan fettfria. Kalkonen är ett gott alternativ till skinkan. Man har kommit till att fiskens fettsyror är hälsosamma. Lådor och sillsallader görs av finländska rötter. Efterrätterna tillverkas för det mesta av bär eller frukter. Tidigare åt man traditionellt risgrynsgröt till efterrätt men idag äter man den ofta till frukost.

Många julbakverk innehåller mycket fett och socker. Detsamma gäller choklad. En stor chokladkaka (170 g) innehåller nästan 7 smörknappar och 35 sockerbitar. Om man vill smaka i sig någonting är det bra att komma ihåg att marmelad och lakrits knappast innehåller någon form av fett.

Viktkontroll som vana

Man ökar i vikt om man äter mera än man gör av med. Och julens delikatesser står hela tiden till förfogande. Man äter mycket år gången och efter maten är det skönt att ta sig en tupplur. På så sätt gör man av med så lite energi som möjligt. Och mellan varven sätter man i sig litet av gåvochokladen. Man ger inte matsmältningen en sekunds vila.

För viktkontrollen rekommenderar man att man äter frukost, ett eventuellt mellanmål, lunch, mellanmål (kaffe), middag och kvällsvard. Det är bra att äta måltider och mellanmål med 2-4 timmars mellanrum. För långa pauser gör en hungrig. Då man är hungrig äter man för stora portioner.

Tallriksmodellen som vana

Tallriksmodellen utgör ett enkelt sätt att välja och lägga upp mat på tallriken. Man kan dela upp tallriken i fyra delar. Hälften av tallriken (kl. 12-6) består av grönsaker eller sallad, antingen kalla eller varma. En fjärdedel (6-9) är kött, fisk eller höna. Den sista fjärdedelen (9-12) är potatis eller ris. Dessutom hör två skivor bröd (helst rågbröd) till en hälsosam och mångsidig måltid samt naturligtvis en dryck.

Tillräckligt intag av vatten eller fettfri mjölk är en del av en lyckad viktkontroll. Från frukt och grönskar får vi fibrer som är viktiga för vårt välbefinnande. Vår mage mår inte bra om vi äter stora fiberfattiga måltider.

Julmiddagen är någonting vi väntar på och som dessutom är delikat. Vi äter utan brådska och sitter länge vid bordet. Vi vill smaka på alla de olika delikatesserna på bordet. På så sätt äter vi för mycket utan att tänka på det. Vi är mera än mätta - magen är sprickfärdig.

Glöm inte motionen

Viktkontroll innebär inte att vi hela tiden måste fundera på vad vi äter. Regelbundna måltider, lämpliga portioner, fettsnål mat, fibrer, tillräcklig intag av drycker och motion håller vikten i styr. En halv timmes motion per dag är bra för hälsan. Man kan motionera 10 minuter per gång. Vardagsmotion liksom all motion konsumerar energi.

Viktkontrollen tar inte skada av en matexcess i veckan. På julaftonen kan man äta så mycket man vill, men på juldagen är det förnuftigt att tänka på vad man äter.

Min artikelserie avslutas här. Jag önskar er alla en God Jul och ett Gott Nytt År. ■

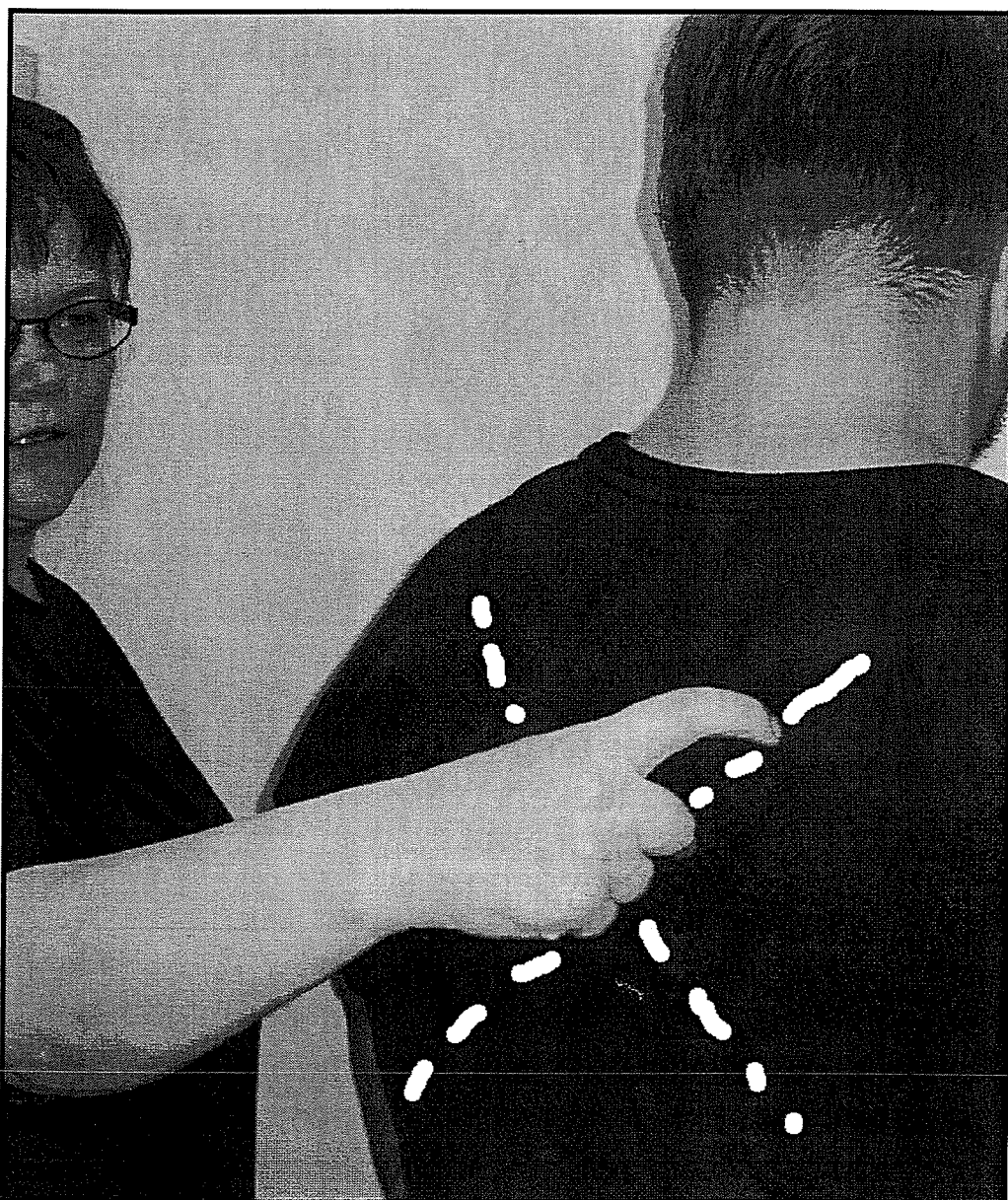
Brandalarm! Fara å färde! Avlägsna er snabbt!

De dövblindas internationella nödsignal X

Riitta Lahtinen

Ibland kan en nödsituation uppstå. Situationen kan vara sådan att man inte hör nödsignalen, inte förstår tal, inte ser tecknen eller inte vara i stånd att ta emot upplysning från hand till

hand. I sådana fall kan man snabbt ge den dövblinda eller syn- och hörselskadades ett tecken som betyder fara. Detta gör man genom att med pekfingret kraftigt trycka ett stort X



Bildtext: Nödsignalen görs som ett stort X med krokigt pekfinger på den dövblindas rygg.

på den synskadades rygg eller någon annanstans på kroppen.

Det betyder att nu är det fara å färde. Man bör omedelbart avlägsna sig från platsen.

I en farlig situation strävar man alltid först till att informera genom tal eller tecken. Ett snabbt mottagande av information lyckas dock inte alltid. Hörrapparatens är inte påkopplad t.ex. i simbassängen eller bastun. Det kan finnas för mycket bakgrundsljud som t.ex. på en konsert eller järnvägsstation. Eller om man först har börjat med fingeralfabetet så är mottagandet helt enkelt för långsamt i ett nödläge. I en sådan situation kan t.ex. meddelandet om ett brandalarm ta många dyrbara minuter i anspråk. I handen kan man snabbt teckna "brand – bråttom – spring". Om sammanhanget saknas kan mottagaren vara osäker på meddelandet. Han ber om närmare förklaring och dyrbar tid går förlorad.

Personerna i den dövblindas eller syn- och hörselskadades omgivning kan inte nödvändigtvis teckenspråk eller teckna i handen. Då har de ingen annan möjlighet än att ta den dövblinda i handen eller kläderna och dra personen i fråga bort från faran. Den dövblinda har då svårt att förstå vad saken gäller. Om någon utan föregående varning drar en i kläderna

är det svårt att avgöra om det är fråga om en fara eller om någon angriper en. Om den som närmar sig gör nödsignalen vet den dövblinda genast vad det är fråga om: man bör avlägsna sig omedelbart. Saken klaras upp senare. Nu iväg!

Öva identifiering av nödsignalen

Det lönar sig att öva igenkännandet av nödsignalen. Denna är ett stort X som kan tecknas på hela ryggen. Det trycks hårt och kännbart med pekfingeret så att inget misstag är möjligt.

X-tecknet har använts internationellt bland dövblinda redan under flera år. Samma tecken används också i en mindre version t.ex. i handen eller på axeln. Det betyder att det i närheten finns någon farlig situation. Då är det skäl att snabbt avlägsna sig. Det kan vara fråga om ett hotfullt gäng eller någon berusad i närheten. Det vore bra att hotell- och lägerpersonal kände till tecknet där dövblinda samlats. ■

Runola bjuder på en trygg teckenspråkig miljö

Text: Raili Karisaari, bilder: Katri Pyykkö

De Dövas Servicestiftelse grundade Servicecentret Runola i Uleåborg för 23 år sedan. Servicecentret erbjuder döva och dövblinda boendetjänster och verksamhet på teckenspråk. Det erbjuder en omgivning där man kan leva tryggt och självständigt – var och en enligt önskemål, förmåga och möjligheter.

Föreståndaren för Runola **Inkeri Heiskanen** berättade om husets historia och verksamhet. Hon presen-

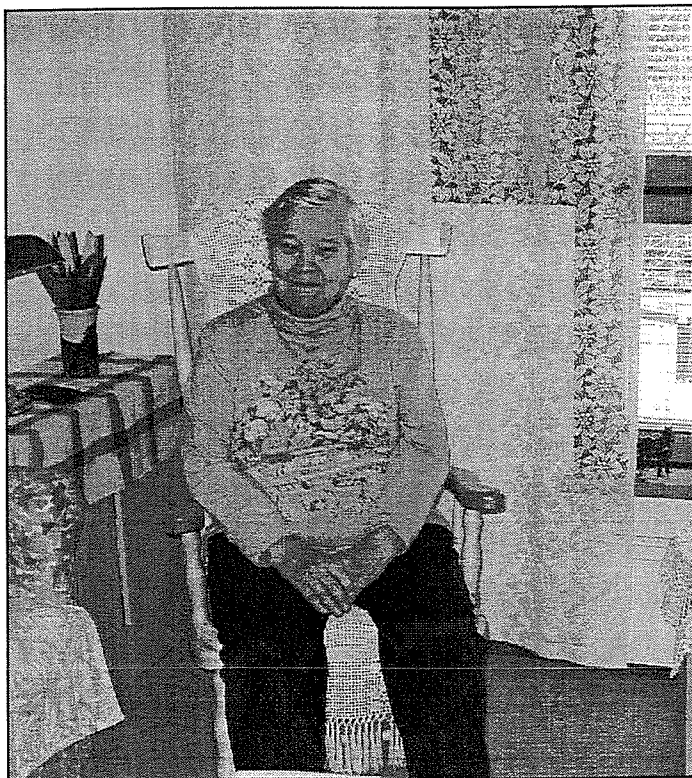
terade verksamheten i de olika enheterna för Finlands Dövblindas redaktionsråd. Inkeri har förestått servicecentret i fem år. Hon har funnits i huset i 23 år. Inkeri har gått den långa vägen. Hon började som husmor i köket.

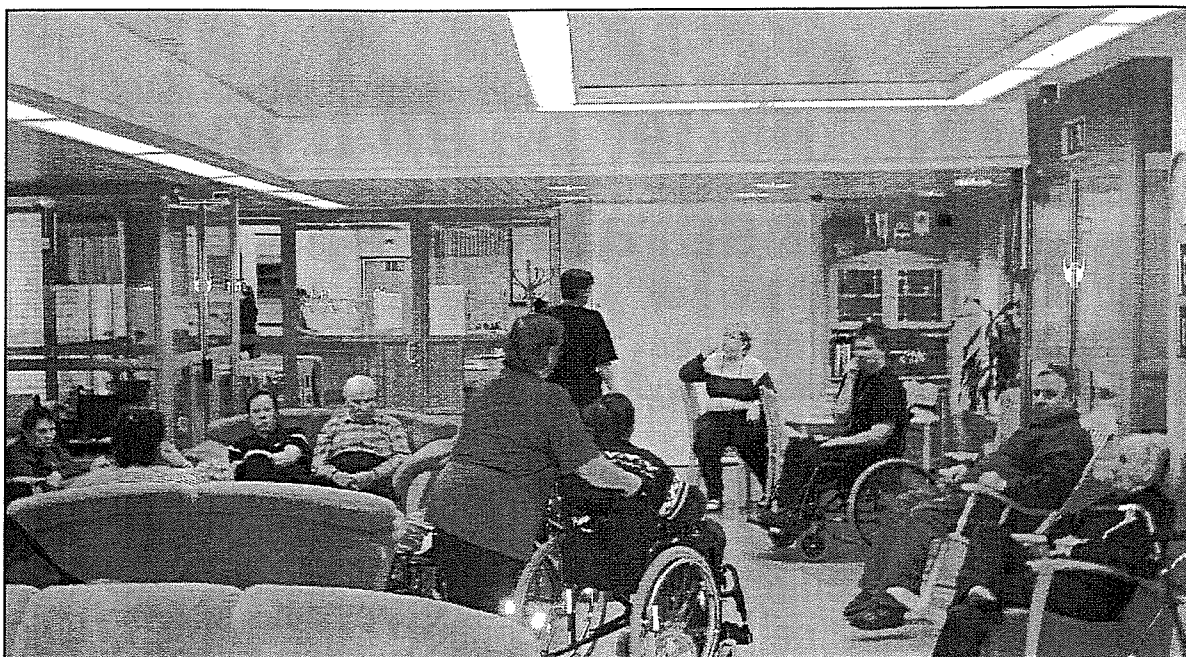
Inkeri Heiskanen säger att all personal kan teckna tillfredsställande. Hon själv lärde sig i tiden teckenspråket när hon arbetade med klienterna. I arbetsavtalet för varje arbetstagare i Servicestiftelsen står det att personen i fråga förbinder sig att avlägga ett teckenspråkstest på A-nivå inom två år. "Och invånarna sköter om att färdigheten inte rostar", säger Inkeri.

Majoriteten är teckenspråkig

Servicecentret har för närvarande 36 invånare. Nästan alla är teckenspråkiga. Inkeri berättar att servicehuset just nu är fullbelagt, men att ett par stödbostäder blir lediga inom kort.

Vilma Toljamo bor i Runola.





I Runola du kan diskutera med teckenspråk.

Invånarna kommer i huvudsak från norra Finland och Österbotten men också från andra delar av Finland. Medelåldern är 55 år. Bland invånarna finns det åldringar som är i behov av vård, men också teckenspråkiga ungdomar som lär sig att leva självständigt.

I omedelbar närhet av servicecentret finns 25 stödbostäder. Deras invånare väljer de tjänster de behöver i Runola. Stödbostäderna är trygga. De är försedda med alarmsystem. Man får hjälp så snart man behöver det. Klientens boende och tjänster betalas av dessas hemkommun, men klienten betalar själv betalar hyran och de normala utgifterna.

För att man skall få bo permanent i Runola krävs en anpassningsprövotid på 2-4 månader. Samtidigt kartläggs vilka tjänster klienten behöver.

Mycket görs i samarbete med de anhöriga. Dessa kan komma till huset när som helst för att fortbilda sig eller träffa sina närmaste.

Mångfaldiga tjänster

Centret erbjuder bl.a. vård- och hälsovårdstjänster dygnet runt. Allmänläkaren kommer på besök tre gånger per månad och psykiatern två gånger. Hälsovårds- och läkartjänster finns också till hands.

Det egna köket betjänar invånarna i Runola. Det erbjuder också måltidstjänst åt utomstående. Många invånare i stödbostäderna äter middag i Runola men lagar sin egen frukost och kvällsmat.

Kotiväyläs hemtjänst står till Uleåborgarnas förfogande 7 dagar i veckan

till kl. 23. Den används av stödbostädernas invånare och andra teckenspråkiga från Uleåborg.

Arbete är terapi

Arbete håller en alert och ger rytm åt dagen. Runola erbjuder alla villiga arbete och sysselsättning. I de olika enheterna består personalen av ca 60 personer. Av dem är 5 döva eller dövblinda som också bor på Runola eller i dess stödbostäder. De arbetar bl.a. i köket, tvätteriet och med fastighetsunderhåll.

Det finns också utomstående uppdragsgivare. Fyra män arbetar som underleverantörer och avlägsnar elektriska anordningar som inte längre är i bruk. Unga personer arbetar också utanför huset i Tervatulli och Ratmotie trädgård. Tervatulli Oy är det första sociala företaget i Finland. Ratamoties trädgård verkar i samarbete med Kempele trädgårdsskola. En av de unga dövblinda klienterna studerade trädgårdsskötsel inom läroavtalsutbildningen.

Till invånarnas förfogande finns hobbyutrymmen och hantverksverkstäder. På hyllorna finns redan högar av strumpor, vantar, pannlappar och andra handarbeten. De traditionella julbasarerna är igen på kommande. ■

Arbete och hobbyn nära till hands

Raili Karisaari

Olika livssituationer har fört **Virve Salmela** från en boplatz till en annan. Till Uleåborg flyttade hon för åtta år sedan. Virve blev döv som 5-åring. Hon kommer från Pyhäsalmi, där hon också började sin skolgång. Den fortsatte i Dövskolan i Uleåborg och avslutades vid De Synskadades yrkesskola i Esbo. Där utbildade hon sig till massör.



Arbete och hobbyn finns i närheten

Nu har Virve en egen stödbostad på gångavstånd från Runola. På vardagarna arbetar Virve i husets kök. In-vånarna får varje dag nygräddat bröd som Virve bakat. Virve berättar att arbetet är viktigt för henne. Tiden går fort. Arbetet förorsakar inga problem eftersom alla i köket kan teckna. Virve arbetar också som massör i Runola.

För ett par år sedan försämrades Virves syn, så att hon nu endast har en liten kikarsyn. Det är t.ex. svårt för henne att röra sig i stormarknader och hitta det hon vill ha. När hon handlar eller uträttar ärenden får hon alltid vid behov med sig en assistent från Runola som kan teckenspråk.

Så här säger Virve: ”Det är tryggt att bo här. Omgivningen är lugn, man vågar röra sig ute också på kvällarna. Man får hjälp med teckenspråk alltid när man behöver det. Hemma har jag en larmtelefon.”

Det finns också möjligheter att utöva hobbyn. I närheten finns det bl.a. ett bibliotek där Virve kan läsa och låna böcker. Hemma har hon en lästelevision. På torsdagarna går hon på vattengymnastik i Raksila simhall. I närmiljön finns också möjligheter att idka friluftsliv. ■

”Wanha albumi”

tjusar –

Hilkkas dikter lever genom melodier

Katri Pyykkö

De dövblinda i Tammerfors har besökt Katinhännän Kievari i Loimaa ett par gånger. Första gången reciterade **Hilkka Nieminen** sina dikter år 2001. Värden, **Jukka Ollila**, frågade om Hilkkas dikter hade tonsatts. Hilkka kom ihåg detta och nästa gång när tammerforsborna stack sig in i Kievari gav hon Jukka diktboken med önskemålet att han skulle tonsätta dem.

Jukka sade att komponerandet först var mödosamt. Han förde många telefonsamtal med Hilkka. Arbetsstress förde också med sig tidsbrist. Men sen när inspirationen slog till tillbragte Jukka också nätterna med att tonsätta. Hilkka och hennes dotter deltog i arbetsprocessen och kommenterade melodierna. Kommunikationen med Hilkka fördes med hjälp av textmeddelanden. På skivan sjunger förutom Jukka hans hustru **Marketta Joutsu** och deras dotter **Riikka Ollila**.

Jukka berättar att komponerandet var svårt. Dikterna var ursprungligen inte ämnade som sånger. T.ex. saknades refränger. De kan närmast kallas visor. De har en säregen stämning som vidarebefordras till lyssnaren.

Minnenas visor

Till en början valde Jukka ut 25 dikter som han ville tonsätta. Av dessa hamnade 10 på skivan "Wanha Albumi". Jukka strävade till att få med den karelska andan, eftersom Hilikka är hemma från Karelen. Skivan har mycket att ge också andra som vill återvända till sina minnen. Marketta påpekar att skivan är full av liv och minnen.

"Wanha albumi" är en förtjusande skiva. Dess visor kommer säkert att spelas i Gåvan i toner och annans tans, ty så starkt ljuder minnena i dem. Det är också trevligt att dikterna är tonsatta på olika sätt: calypso, vals, polka, blues och en massa annat.

"Där borta i skogen står gamla träd, de står där sedan länge".

Valsen Gamla träd minner om parken Monrepos i Viborg kanske för att Hilikka härstammar från Karelen. Marketta Joutsu har en mörk och vacker stämning. Den uttrycker finstämt längtan till det förflutna.

Dikten Skogens vår är en blues. Blues är sorgsen musik. Riikka Ollilas stämning är stark och kraftig. Fastän diktens ord är glada får bluesen oss att tänka på Hilikkas dövhet. För den som blivit döv minner våren om värme, färger men också ljud. – "Forsen brusar, vårens dikt ljuder i öronen".

Vi funderade tillsammans med tonsättaren och sångarna hurudan Hilikkas gamla kyrka är. Alla kom att tänka på de gamla medeltida gråstenskyrkorna. Riikka berättade att hon hade sjungit sången om kyrkan för dem som gjorde talkoarbete i Tyrvis gamla nedbrända kyrka. Den passade bra in i stämningen. De gamla männen hade haft tårar i ögonen.

Karelens stränder är en glättig polka. Jukka Ollila sjunger den choseritt. På skivan finns dessutom dikterna Sång till kärleken, Till minnet av en vän, Det gamla albumet, Skogens sånger, Julen är här och Gammel-mors bön för barnet. Flera av dessa har redan tidigare publicerats i Kän-selsprötet.

Hilikka deltar i höstmötet Hon har skivor med sig till försäljning, 10 € stycket. En bra julklappsidé. Skivorna kan också beställas per post, men då tillkommer portot. ■

Teckenspråkiga terapitjänster är nödvändiga

Katri Pyykkö

Terapitjänsterna på teckenspråket har en kort historia. Det första försöket gjordes år 1986. Efter det har man grundat en psykiatrisk poliklinik för döva vid Helsingfors universitets centralsjukhus. De Dövas Förbund har också ett projekt för att förhindra utslagning av unga döva med mångsidiga problem. För närvarande pågår ett projekt som kallas Teckenspråkig familjeterapi, Ripa.

De dövas förbund lät göra en kartläggning via Inter-Psyko Oy av behovet av teckenspråkig psykoterapi. Enligt resultatet hade en tredjedel av de insända som intervjuats för få arbets- och studiemöjligheter, kommunikationsproblem med sina närstående, problem med att finna lämplig hobbyverksamhet och att få kontakt med det hörande samhället. De flesta har personer de kan vända sig till i problemsituationer, men det gäller inte alla.

26 procent av dem som svarat på intervjun hade i något skede envänt sig av psykvårdens tjänster. Av dessa hade endast 36 procent fått ser-

vice av en teckenspråkskunnig fackman. Behovet av terapitjänster på det egna språket är stort. Den bästa förutsättningen för att en lyckad vård skall fås till stånd om personalen behärskar teckenspråk. Det underlättar användningen av terapimetoder och visuell kommunikation. Med hjälp av språket når man också klienten via hans språk och kulturbakgrund.

Enligt de Dövas förbunds Ripa-projekts psykoterapeut **Pirjo Leino** är det viktigt att få terapi så att tolken inte fungerar som en länk emellan. De döva är inte vana vid att tala om sina känslor och problem. I sådana fall är det svårt att känna igen tecken på depression hos sig själv.

Leino berättar att de dövas fördomar mot Ripa-projektet var stora till en början. Under andra året kom allt flera till terapin. Under det tredje året var ökningen explosionsartad. För en del av besökarna räcker det med ett eller ett par besök. De finner lösningen på sina problem. Andra återigen behöver en betydligt långvarigare terapi, ibland flera år. ■

Dövblindas förbund i Europa grundades

Katri Pyykkö

EDBU, det vill säga European Deafblind Union har nu grundats. Förbundets för Europas dövblindas konstituerande möte hölls i Danmark 22.10. Mötet hölls i samband med Europas dövas förbunds (EBU) konferens.

Hela 17 länder godkändes som medlemmar av vilka 16 var representerade på mötet. Finlands deltagare från Finlands Dövblinda r.f. var ordförande **Ulla Kungas** och viceordförande **Seppo Jurvanen**.

Till ordförande för EDBU valdes Ove Bejsnap från Danmark. Övriga medlemmar i styrelsen kommer från Ryssland, Polen, Sverige, Tjeckien och Schweiz. Styrelsen beslutar i vilket land sekretariatet skall placeras.

EDBU arbetar för de dövblindas jämställdhet och rätt att delta i samhällslivet. Som mål har man att öka kunskapen om dövblindheten som ett eget specifikt handikapp.

EDBU är ett organ där man utväxlar kunskap och erfarenheter om dövblindheten. Man ökar de dövblindas

organisatoriska europeiska solidaritet. EDBU samarbetar också med de dövas, synskadades och övriga handikappades organisationer. Man ordnar konferenser, seminarier och workshoppar.

EDBU är de dövblindas internationella representant på europeisk nivå. I många länder finns det ännu inte en organisation där de dövblinda själva är i majoritet och kan avgöra sina egna ärenden. EDBU stöder och övervakar grundandet av organisationer i de länder som ännu inte har en sådan. Om det i ett land inte finns en egen dövblindorganisation kan som nationell representant godkännas landets organisation för döva eller synskadade som också handhar de dövblindas angelägenheter. De nationella medlemmarna har yttranderätt, förslagsrätt samt rösträtt. Övriga grupper och organisationer av dövblinda kan ansöka om medlemskap som extra medlem i EDBU. Medlemskapet ger rätt till att erhålla allt informationsmaterial från förbundet. Extra medlemmar kan delta i ordinarie möten i egenskap av observatörer. ■

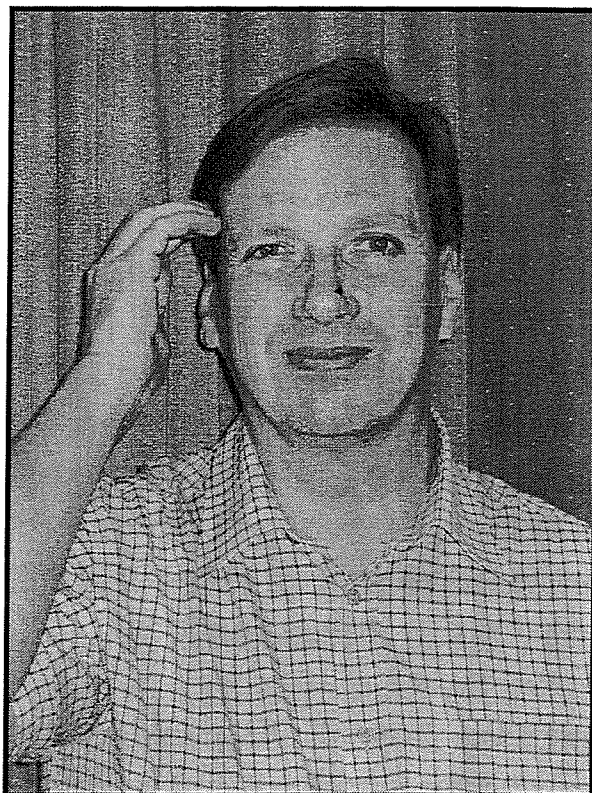
Utvecklingsprojektet för rehabilitering har inletts

Ett nytt ansikte

Pol.mag. **Kari Korhonen** inledde sitt arbete som projektansvarig vid de Dövblindas Verksamhetscenter i början av september. Utvecklingsprojektet är femårigt. Som inledning för projektet kartlägger man först de dövblindas behov av rehabilitering i hela landet. Dessutom samlar man in dövblindrelaterad information inom rehabiliteringen och utvecklar metoder för dövblindrehabilitering.

Kari har studerat vid Tammerfors universitet med socialpsykologi som huvudämne. Han har sedan år 1989 arbetat som rehabiliteringshandledare för hörselskadade och dövblivna på Hörcentralen vid Tammerfors universitets centralsjukhus. År 1998 hade hans syn försämrats så mycket att han måste lämna sitt arbete. Men han fortsatte ändå vid TAYS som arbetsledare på deltid. Nu är han tjänstledig därifrån.

Arbetet som projektansvarig tilltalade Kari eftersom han är intresserad av rehabilitering. Han har arbetat med



rehabilitering både bland de hörselskadade och synskadade. Också hans egen erfarenhet på grund av hans synskada inverkade på hans beslut.

Kari är gift. Kari's hustru är Tammerfors regionsekreterare Marjatta Puronmäki som vi ju alla känner. De har två döttrar och bor i Ylöjärvi.

Kari har kort brunt hår och är 183 cm lång. ■

Stämningen på fiskkursen

Ari Kääpä



Fiskkursen hölls 21-23.8. på Otonsaari i Lempäälä. Vi var sammanlagt 6 kursdeltagare. Vi delades in i två trepersoners grupper.

Under kursen fick vi höra vilka gäddans, abborrens och gösens minimimått bör vara enligt lagen. Man får inte fiska för små fiskar. Man berättade också om fiskekort och -tillstånd. Priset på fisketillståndet varierar på olika orter. Det bestäms olika för olika sjöar och orter.

På fredagen hade vi också "potatis-teater", d.v.s. vi skalade potatis. Vi gjorde en sallad, gjorde en paj och rensade fisk. Vi tillredde också en fisksoppa som vi lade mjölk i, men jag vet inte om den också innehöll lök.

På lördagen tog vi ut inkråmet ur fiskarna, tog av huvudet på dem och fileade dem så att vi avlägsnade be-

nen. Det här övade vi oss på. Man berättade också för oss om olika fiskemetoder och -redskap. Hit hör nät, mjärde, ryssja, kräftbur. Vi övade oss också i att reparera nät och i telning eftersom näten lätt går sönder då man tar upp dem ur sjön och fisken lösgörs från nätet.

Jag är verkligen nöjd med kursen. Den var i en trivsam miljö: skog och sjöar - vi var på en holme. Stuginkvarteringen var helt bra. Det var trivsamt där och jag njöt i fulla drag av vistelsen. Också tankarna fick ro och avkoppling. Jag har diskuterat med de övriga deltagarna och alla hade njutit av vistelsen. Vi hoppas att man också nästa år kunde ha en liknande kurs och en möjlighet att få komma till en så underbar plats och miljö. Jag vill framföra ett varmt tack till **Mauno** för att han organiserade kursen. ■

Semesterhälsningar från Polen

Seppo Kamppinen

Semesterträffen för Europas dövblinda ordnades detta år i Polen. Från Finland deltog 6 dövblinda och 5 tolkar. Vi reste från Helsingfors med flyg till Warszawa. Flygresan räckte 1 timme och 20 minuter. Vi reste med det polska flygbolaget Aeroflot.

På flygstationen i Warszawa stötte vi på den svenska gruppen som bestod av 13 personer. I Warszawa övernattade vi två nätter i den katolska

kyrkans härbärke. Vi bekantade oss med Warszawa. Söndagen 17.8. reste vi mot Östersjön och Ursonie Morsk. Sträckan var 568 km och det tog oss 16 timmar att komma fram. De polska vägarna är i dåligt skick så bilarna kunde inte ta sig fram särdeles snabbt. På natten kom vi fram till vårt härbärke och vi var verkligen trötta. Då vi kom fram serverades vi små matportioner. De synskadade i Polen har sitt semesterhem i Ursonie Mosk.



Finska deltagarna i Polen



Seppo och Justiina i deras teaterföreställningen.

Under semestern bekantade vi oss med krigsmuseet. Vi åkte med gamla krigstida bussar och krigsfartyg. Vi tittade på andra sevärdheter och under kvällarna hade vi gemensamma samkväm där vi grillade och dansade. En kväll dansade jag en lugn dans med svenskan Maj-Britt. Hon är en äldre dam, 72 år gammal.

Vi besökte också en indianby och jag provade på att rida på en kamel. Kamelen hade två pucklar. Jag höll i den främre puckeln med båda händerna och försökte hålla mig kvar på kamelens rygg. Kamelen skriade högt. Tur nog ledde någon hela tiden kamelen. Jag provade också på kajakpaddling och att åka med vatten-cykel.

En dag insjuknade min tolk och jag fick service och tolkhjälp av de övriga finländarna.

Under kvällsprogrammen presenterade vi oss för varandra och framförde hälsningar från våra respektive länder. En kväll uppförde Hilikka Kasurinen och jag en teaterföreställning. Vi var en gumma och en gubbe på basturesa. Allä skrattade åt vår föreställning - det gick bra.

Den sista kvällen hade vi avskedsmiddag i Warszawa. Man hade organiserat en fin fest för oss. Vi smakade på Nastrova vodka ur små glas.

I Warszawa gick vi ännu till ett stort varuhus och jag åt en verkligt läcker pizza. Under veckan blev det ett stort antal ändringar i programmet och dagarna blev långa. Trots dessa förändringar var jag mycket nöjd med resan för min egen del.

Nästa år samlas Europeiska Semestern i södra Sverige i Mullsjö. Frankrike blir mötesplats 2005. ■

Förändring i kommunikationsmetoden påverkar tolkverksamheten

Pirkko Pölönen

Jag har fått ett implantat i innerörat och resultatet var omedelbart gott. Det har också påverkat min användning av tolk.

Mitt minimala synfält medför att jag inte i tillräcklig utsträckning kan ta in intressanta saker och händelser via synen. För tolkens del ökar behovet av och kvaliteten på miljöinformation i takt med att min syn försämras. Den talande tolken eller ledsagaren bör alltid vara placerad på den sidan där öronmikrofonen är eftersom rösten bäst kan fångas upp därifrån.

Det är endast i bullerfria miljöer som det är möjligt att förstå tal. Jag har varit tvungen att be om tolkens hjälp eller upprepning av det sagda i bullriga miljöer, på gatan, i varuhus, i restauranger, på platser där det rör sig många människor.

Jag tycker att det är trevligt att dela tankar och erfarenheter med människor av alla slag. Jag blir glad varje

gång tolken berättar om saker hon upptäcker eller annars bara konverserar med mig medan vi rör oss tillsammans.

På medborgarinstitutet provade jag senaste vinter tilläggsapparat till talprocessorn, bl.a. en miniatyrmikrofon. Jag hade nytta av den också fast kursdeltagarna inte alltid kom ihåg att börja tala först då de fått den i handen.

Vid föreningens höstmöte provade jag att lyssna med hjälp av induktions slinga. Jag saknade extra syninformation eftersom det är svårt att uppfatta hur situationen verkligen är utan den. Denna erfarenhet för fram hur viktig den information man fångar upp är för ett optimalt deltagande. Denna synpunkt anser jag vara viktig med tanke på undervisningen av tolkarna.

På eget ansvar ut i världen! ■

Välskötta händer är en glädje att visa och använda

Sointu Koskinen

Man kommunicerar, berör, kramas, utforskar omgivningen och gör ett stort antal av dagens sysslor med händerna. Man sköter ofta händerna endast genom att tvätta dem och att vid behov klippa naglarna. Att tvätta dem är en självklarhet.

Men bara handhygien räcker inte alltid till. Om huden är torr spricker långa naglar och i nagelbanden finns nagelstickor. Då är det dags att utföra en mera grundlig nagelvård.

Torr hud kan förorsaka tvättmedelseksem

Svett och talg bildar ett skyddande fettlager på huden. Lagret håller huden len och smidig. Den skyddar mot sjukdomsalstrande mikrober. Ett alltför flitigt tvättande och för starka tvättmedel löser upp det fett som skyddar huden. Huden börjar torka.

En del människor har tvättmedelseksem, ett problem som delvis är ärft-

ligt. Till en början är huden verkligt torr och den kliar. Om några dagar rodnar huden och börjar fjälla. Om man inte omedelbart börjar sköta eksemet förvärras det och läkningen tar längre tid.

Man sköter tvättmedelseksem genom att hålla händerna torra. Man kan tvätta händerna normalt om man kommer ihåg att torka dem ordentligt. Men man kan inte tvätta byk för hand och inte göra storstädning eller diska. Man smörjer in händerna med en mild hydrokortisonsalva en gång per dag under 2 - 3 veckor. För övrigt smörjer man in händerna med bassalva. Om situationen inte förbättras bör man uppsöka läkare för att få råd.

Man bör inte glömma att använda handkräm också om huden är i gott skick. Eksemet kommer lätt tillbaka speciellt under de tre första månaderna efter läkningen. En regelbunden användning av handkräm eller bassalva förhindrar att hudproblem uppstår.

Att korta av naglarna

Naglarna består av samma ämnen som håret. Naglarna är uppbyggda av tre keratinskikt. Detta märker man speciellt på naglar i dåligt skick. Naglarna växer 3-4 mm i månaden. Om man vill hålla dem snygga bör man korta av dem med två veckors mellanrum. Det sämsta sättet att göra det på är att bita på dem. Det är enklast att använda sax eller nagelklippare efter tvätt eller bastubad. Då är naglarna mjuka.

Efter det att man klippt naglarna med sax eller nagelklippare jämnar man dem med en fil. Man håller filen i 45 graders vinkel. Det innebär att fingret och filen bildar bokstaven T där filen lutar en aning nedåt.

Att fila med en för effektiv metallfil fram och tillbaka kan föra med sig att nagelskikten lossnar från varandra. Det är bättre att använda en sandpappersfil. Det är bättre för nageln om man filar från båda sidorna upp mot mitten. Man kan också hålla filen stilla i ena handen och röra den andra handens nagel mot filen.

Man kan kontrollera slutresultatet mot sina kläder. Om nageln fastnar bör man fortsätta att fila. De vassa hörnen på nageln kan gå av eller rivas.

Det är också ett bra och säkert sätt att använda en nagelfil om man inte

kan använda nagelsax eller nagelklippare. Man kan också klippa naglarna då när det passar en själv.

Också nagelbanden behöver vård

Torra och trasiga nagelband som omger naglarna kräver verkligen vård. De växer med nageln. I något skede töjer de inte längre utan brister. I det skedet uppstår nagelstickor som utgörs av skinnbitar. Man har lust att riva eller klippa av dem. Om man gör det kan man i värsta fall åstadkomma en inflammation i nagelvallen.

Man placerar en liten klick nagelbandskräm eller handkräm på nagelbandet. Man sköter t.ex. vänstra handens pekfinger med högra handens tumme genom små cirkelrörelser. Ju lugnare massagen är, desto mera njuter man av den. Redan den egna beröringen känns avslappnande.

På samma sätt masserar man sedan alla fingrar ett och ett. Innan du börjar massagen kan du ta fram ett par tomma filburkar eller kvargburkar. Lägg i en aning tvål eller tvättmedel och varmt vatten. Lägg efter massagen fingrarna i vattnet i fem minuter. Efter det torkar du händerna ordentligt och skjuter upp nagelbanden försiktigt med handduken mot första fingerleden.

Då man masserar alla fingrar regelbundet hålls de fina och man undviker inflammationer. Dessutom inverkar massagen på blodomloppet så att fingrarna känns varma. Den tredje effekten är att naglarna förstärks.

Efter det man klippt, filat, masserat nagelbanden och blötlagt naglarna smörjer man in händerna med handkräm.

Nagellack är pricken på i vid nagelvård

Det är bra att avlägsna gammalt nagellack redan innan man inleder handvården. Innan man lackar naglarna rengör man dem med nagelborttagningsmedel. På så sätt håller lacket bättre.

Först lägger man på ett lager underlack och efter det färgat lack. Ett ofärgat lack skyddar naglarna. Man kan också endast använda ofärgat lack eftersom det ger naglarna en vacker glans.

För att vårda naglarna behöver man endast en sax eller nagelklippare, nagelfil, handduk, ett par filburkar, tvål, handkräm och kvinnorna dessutom nagelborttagningsmedel och nagellack. Där har vi nagelvården i ett nötskal. ■

Fem frågor:

1. Vad heter Nepals huvudstad?
2. Vem gjorde Finlands första teckenspråkliga bildlexikon?
3. Vem var USA:s första president?
4. Vem är EDBU-organisationens ordförande på europeisk nivå?
5. Vad är en taikonaut?

Svar:

1. Katmandu är huvudstad i Nepal
2. Det första teckenspråkliga bildlexikonet gjorde D.F. Hirn tillsammans med sin hustru Maria. Det publicerades år 1910. Det innehåller inalles 344 tecken.
3. Förenta staternas första president var **George Washington** Han var president 1789-1797.
4. Dansken **Ove Bejsnap** valdes till EDBU:s första ordförande. European Deafblind Union grundades 22.10.2003 i Danmark.
5. En taikonaut är en kinesisk rymdfarare, astronaut är en amerikansk rymdfarare, och en rysk rymdfarare kallas kosmonaut. Kina är det tredje landet i världen som har sänt en egen bemannad rymdfarkost i rymden. Amerikanerna är de enda som har besökt månen. ■

Det största i livet

Juha Kukkonen

Stort är att födas till världen
Att leva, och känna i sitt bröst
Livets under och dess skuggsida
Och så evigt födas på nytt

Större är själens värme
Och de ideal den föder
Ur dess kraft får vi ljuset
Livets problem i skuggan förblir

Störst är dock att vandra den stig
Som kravfylld kraft av oss kräver
Som genom livet som bäst oss för
Mot en evigt ljusnande klarhet
Så önskar vi vår vandring skall bli

KÄNSELSPRÖTET 29. 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: Pirjo Aflecht, Tuula Hartikainen, Pekka Juusola, Anu Mikkola, 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/>