

KÄNSELSPRÖTET

Finlands Dövblinda rf.



Maj 5/1997



97-åriga Antti Jäkälä
och Raimo Korpela.

- * Om vårmötet på sidorna
- * Dövblindearbetare från Norden på besök i Finland
- * Känn igen symptomen på bröstcancer
- * Årets Skribent Vieno
- * Läsarnas post

Innehåll:

| | |
|--------------------------------------------------------|----|
| Årets skulptur väljs i Tammerfors..... | 2 |
| Ledaren: Öppnar knutar..... Anu-Liisa Rönkä | 3 |
| Vårmeetet 25.-26.4.1997 | |
| Mötet på fartyget förlöpte väl... 4 | 4 |
| Raimo tror på samarbete..... 5 | 5 |
| Pirkko är nöjd..... 6 | 6 |
| Eila Särkimäki valdes in i styrel- sen..... | 7 |
| Att arrangera ett årsmöte kräver mycket arbete..... | 8 |
| Pionjären är borta..... | 9 |
| Danskar på besök..... | 10 |
| En grupp för dövblinda till Arlain- stitutet..... | 12 |
| Terapi på hästryggen..... | 13 |
| Man kan själv upptäcka symptom på bröstcancer..... | 14 |
| Ritva Sandelin slutar..... | 15 |
| Läsarnas post | |
| Påskminnen..... | 16 |
| Skidorna glider..... | 17 |
| Gissa vem..... | 18 |
| Flyttning framför oss..... | 18 |
| En stökig torsdag..... | 19 |
| Vieno är årets skribent..... | 20 |
| Följande nummer av tidningen utkommer 27.6.1997 | |

Årets skulptur väljs i Tammerfors

Årets skulptur-tävlingen och utställningen av konstverken ordnas detta år i Tammerfors, i Dövblindas verksamhetscenter. Den traditionella tävlingen för små skulpturer arrangeras av Finlands Skulptörförbund rf och Finlands Dövblinda rf. Det är nionde gången Årets skulptur väljs.

Tävlingsarbetena är utställda i Dövblindas verksamhetscenter 13.-27.juni. Samtidigt firas invigningen av de nya utrymmena. Chefen Kirsti Tamminen anser att tidpunkten är mycket lämplig för utställningen och för att ordna tävlingen, eftersom många inbjudna gäster kommer och bekantar sig med de nya utrymmena. Verksamhetscentrets nya stora utrymmen passar bra som kulisser för utställningen. Även Finlands Skulptörförbund förhåller sig positivt till förslaget.

I valet av vinnarskulpturen får delta alla som bor på centret och alla dövblinda som besöker centret. Också offentliggörandet av vinnarskulpturen sker i Tammerfors i samband med utställningen. RK

Öppnar knutar

Den första månaden har gått i mitt arbete som informatör för Finlands Dövblinda rf. Under denna tid har jag lärt mig mycket. Ännu för en månad sedan var jag ifrån mig när jag skulle hälsa på en svagt hörande och seende människa. Jag visste inte riktigt vad jag skulle göra. Nu kan jag röra i armbågen och därifrån börjar diskussionen. Det känns nu lätt.

Jag har även lärt mig, att det är bra att diskutera på ett litet avstånd med en person som har rörsyn. Att ringa med texttelefon är inte svårt – det är roligt. Under vårmötet upptäckte jag, att man inte behöver hörsel för att dansa.

Jag har fått höra många historier om, hur dövblinda klarar sig. Endel klarar sig sämre, andra bättre. Vissa är rentav hjältar. Jag tycker det är förunderligt, att ett dövblint barn kan lära sig tala genom att känna igen rörelserna på halsen och luftströmmarna som kommer ut från munnen. Det förvånar mig också, när jag hör hur dövblinda reser ensamma i fjärran länder eller hur döv-

linda driver cykelreparationsverksamhet. Själv har jag endast gjort relativt trygga resor. På cykeln kan jag reparera hål i ringen, inget annat.

Jag anser att jag som informatör bör stanna upp och granska alla de saker, som verkar förunderliga och förvånande. De må vara stora eller små, men de är de knutar, vars öppnande är förmedling av information.

Uppgiften för den inre informationsförmedlingen är att upprätthålla kontakter. Det är som ett bord, runt vilket vi kan samlas. Den yttre informationsförmedlingen berättar å sin sida om saker utåt, så att beslutsfattarna skall ha nödvändig information. Offentligheten kan samtidigt trygga och förverkliga uppfyllandet av dövblindas rättigheter.

Jag har ännu i gott minne, att man inte vet så mycket om dövblinda. Till och med grundsaker, som att hälsa på en annan människa, kan vara svåra utan kunskap.

Anu-Liisa Rönkä
Informatör

Mötet på fartyget förlöpte väl

Vårmötet 25.–26. april var föreningens första fartygsmöte. Med på resan var sammanlagt ett hundratal människor. Raimo Korpela valdes enhälligt till styrelseordförande och Eila Särkimäki valdes i hans ställe in i styrelsen.

Hamnen i Åbo var stilla på avgångskvällen klockan sex. Solen sken och havsvinden ven. Vinden var full av vårlig mjukhet. Inne i hamnhallen satt några människor. Också vårt gäng var på plats.

Småningom började hallen fyllas. Ståhejet ökade när fartyget kom i land och passagerarna steg i land. Rätt många passagerare drog på kärror, som var fulla med skattefritt öl. De passagerare som skulle gå ombord såg med långa blickar på kärrorna. Snart skulle det vara deras tur.

Marja Korteniemi hade kommit till vårmötet ända från Kittilä i Lappland. Hon hade alltså rest en lång väg med flyg förrän det var dags för kryssningen. I Åbo förvånade hon sig, över att det inte var snö på marken.

– Roligt att fara på kryssning, sade Marja.

Anita Palo for på resa från Helsingfors. Hon tyckte det var roligt att komma på vårmöte och träffa bekanta.

– Detta är första gången, som mötet hålls på ett fartyg. Det är trevligt med omväxling, sade Anita.

När vi äntligen kom ombord, var middagen dukad. Var och en fyllde sin tallrik flera gånger vid smörgåsbordet – och klagade sedan över sin fulla mage. Gemensamt program hade vi inte, men många gick på uppköp efter maten. De mest pigga firade kvällen på dansrestaurangen.

Korpela till ordförande

På lördagsmorgonen började själva mötet. Som ordförande för mötet fungerade Pekka Juusola. När förra årets bokslut behandlades leddes ordet av Seppo Jurvanen.

Sakerna förlöpte väl ooh valet av ny ordförande för styrelsen gick snabbt. Raimo Korpela fick inte några konkurrenter, så mötet beslöt enhälligt, att Korpela är föreningens styrelseordförande till årets slut. I sitt tacktal konstaterade Korpela att han blivit vald till en svår uppgift.

– Jag ska med min bästa kunskap och förmåga handla så, att ni kan vara nöjda med mitt arbete. Och då ni inte är nöjda, sk ni säga till, så att vi kan fungera bättre tillsammans, sade Korpela.

På Korpelas ställe i styrelsen invaldes Eila Särkimäki. Särkimäki sitter i styrelsen till slutet av år 1998.

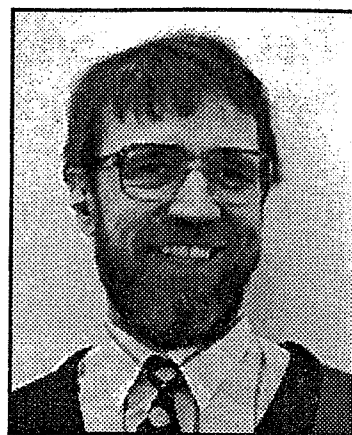
Äldsta medlemmen med

Föreningens äldsta medlem, 97-åriga Antti Jäkälä, var också med på mötet. Föreningen gav en konjakflaska åt Antti Jäkälä som en erkänsla för iver och ork Receptet löd: vid behov några droppar mot hjärklappning.

Det officiella mötet var över redan mitt på dagen. På eftermiddagen berättade bl.a. enheterna från Tammerfors och jvaskylä om sin verksamhet. Seija Troyano berättade om pararbetsverksamheten, där en arbetare och en dövblind fungerar tillsammans.

– I pararbetsverksamheten förenas dövblindas praktiska erfarenhet med arbetarens kunskap. Båda kan ge och få och lära sig mycket av varandra, berättar Troyano.

Vi kommer att berätta mera om pararbetsverksamheten senare i denna tidning.



Raimo tror på samarbete

Raimo Korpela börjar som styrelsens nya ordförande ett arbete som är känt för honom. Han har som viceordförande och tf.ordförande fått värma upp sig för uppgiften. Ändå är ansvaret ett annat nu.

– Det kräver att jag sätter mig in i sakerna allt mer och samarbete med både dövblinda och personal. Vi måste tillsammans finna medel, med vilka vi kan förbättra dövblindas ställning och hålla fast vid rättigheterna. Också de dövblinda själva bör vara aktiva, säger Raimo.

Raimo anser att man lagstiftsmässigt sätt skött väl om de dövblindas sak.

Problemet är att lagen inte alltid följs.

– Till exempel diskuteras allttjämt omtransport- och tolktjänsterna. De förverkligas väldigt ojämnt på olika ställen i Finland, t.o.m. på olika ställen inom en stad.

Datorn är ett bra hjälpmedel

Datorn är enligt Raimo ett bra hjälpmedel för information och kommunikation. Tillsvidare har det varit svårt att få finansiellt stöd för anskaffning av datorer.

– De som har hand om ordnandet av hjälpmedel, har inte fungerat. Folkpensionsanstalten beviljar stöd för dator åt de, som är i arbete. Centralsjukhusen har inte just beviljat stöd.

Raimo anser att sysselsättningen är ett av de viktigare områdena i dövblindearbetet.

– Människan måste ha något meningsfullt att göra. En läkare sade åt mig när jag pensionerades, att hjärnan bör få arbeta. Att arbeta är terapeutiskt, och samtidigt bringar det något att konsumera med.

Lågkonjunkturen och arbetslösheten har olyckligtvis försvårat sysselsättandet av handikappade. Raimo påminner, att många dövblinda är med i arbetslivet som massörer, konditionsskötare eller handarbetare. Med hjälp av hjälpmedel kan dövblinda gå framåt i sina studier och karriärer hur långt som helst. I föreningen finns det exempel på sådana med akademisk examen.

Pirkko är nöjd som regionsekreterare

Den förra ordföranden Pirkko Virtanen fortsätter sitt arbete som tf.regionsekreterare i Joensuu till slutet av juli. Efter det är allt möjligt. Pirkko säger inte ännu, vad hon tänker företa sig.

Arbetet som regionsekreterare var en utmaning för Pirkko, som hon tog emot inspirerat.

– Jag ville se, om mina tankar om regionsekreterarens arbete stämmer, säger Pirkko.

Pirkko anser att regionsekreteraren framförallt bör göra personligt kundarbete. I mittpunkten för arbetet är den dövblinda och hennes familj. Familjen bör läras kommunikationsfärdigheter, så att den dövblinda familjemedlemmen inte blir ensam.

Man bör uppmuntra till deltagande

Regionsekreteraren bör påverka så, att den dövblinda deltar i verksamheten och så att den dövblinda lyckas skapa och upprätthålla människakontakter. Deltagandet och skapandet av människokontakter kräver initiativ också av de dövblinda själva.

– Det borde finnas vilja att lära sig nya sätt att fungera bland människor. Om inte ett kommunikations-sätt fungerar, borde man orka lära sig ett annat, säger Pirkko.

Pirkko tycker att möjligheten att få diskutera med andra är det mest viktiga av allt. Ingen orkar leva ensam.

– Var och en bör ha medel, med vilka hon kan utbyta åsikter med andra.

Arbetsserfarenheten har förändrat Pirkkos syn på arbetspolitiska saker.

Förtroendemannen har en benägenhet att sätta upp onödiga begränsningar. Arbetstagaren märker, hur viktigt det är, att arbetsgivaren är flexibel och litar på arbetstagarens egna kreativitet.

Pirkko Virtanen fungerade som ordförande för styrelsen för Finlands Dövblinda rf. i 11 år. De sista åren med alla förändringar de förde med sig, var tunga. Ordföranden som hade ett stort ansvar blev utbränd. Hon säger att hon småningom kommit tillrätta och upptäckt nya, intressanta saker i livet.

– Det har jag åtminstone lärt mig, att man måste acceptera sig själv innan man kan ge något gott åt någon annan. Endast genom det kan man växa som människa och det är det viktigaste för mig.

Eila Särkimäki in i styrelsen

Eila Särkimäki från Helsingfors är ny medlem i styrelsen. Hon valdes i Raimo Korpelas ställe, eftersom han valdes till ordförande. Eila har i över tio år varit aktiv inom föreningen. Medlemskapet i styrelsen är dock hennes första förtroendeuppdrag.

Eila har tre saker i tankarna, när hon börjar med sin nya uppgift.

– Det första är de vuxna, som från barnsben levat som handikappade utan rehabilitering, säger Eila.

Hon konstaterar, att dagens barn och unga rehabiliteras effektivt. Även de dövblinda som lever i boende- och verksamhetscenter rehabiliteras. Den grupp dövblinda som består av vuxna dövblinda som lever självständigt, har hamnat i skuggan.

– De behöver rehabilitering, som upprätthåller och fördjupar deras kunskaper och färdigheter att klara sig själva.

Man bör ta hand om åldringarna

En annan viktig sak är åldringar som förlorar sin hörsel och syn.

– Hur tar föreningen dem i beaktande, funderar Eila.

Eila tror att åldringarna behöver ett annat stöd än dövblinda som blivit handikaappade som barn.

– Det viktigaste skulle vara att lära dem använda hjälpmedel.

En tredje viktig sak är informations-tekniken. Eila tycker att situationen bör klargöras: vilka möjligheter har dövblinda att utnyttja informations-tekniken och varifrån fås hjälpmedel?

Diskussion mellan döva och dåligt hörande

Eila är glad över det, att hon för tillfället har möjlighet att leva ett aktivt liv och påverka saker och ting inom föreningen. Hon anser att det tog länge för henne att komma in i verksamheten.

– Vi kommer från så olika språkkulturer. Kanske gör det bekantskapandet långsammare, gissar Eila.

Eila påminner, att hon och många andra dåligt hörande har tolk med sig vid officiella situationer. Med tolkens hjälp lyckas även kommunikationen mellan dåligthörande och döva. Eila hoppas på diskussion och kontakt mellan döva och dåligt hörande.

Årsmötet är resultat av ett hårt arbete

Byråsekreterare Riitta Kärki-Karppila steg efter årsmötet i land med lättad börda. Ett stort arbete var bakom, när mötet var över. Och allting hade förlöpt ungefär enligt planerna.

Att arrangera vår- och höstmötena hör till byråsekreterarens viktigaste uppgifter. Riitta förundrar sig, hur mycket arbete och tid det tar att förbereda dem. Varje detalj måste funderas över, måste kännas och måste uppklaras i förväg.

Att ordna ett möte börjar med att boka en plats för mötet. Till exempel platsen för kommande höstmöte, hotellet Rantasipi i Uleåborg, bokades redan förra hösten. Snart börjar Riitta söka efter en plats för följande vårmöte.

– Jag tar gärna emot tips om lämpliga platser, var det finns ett tillräckligt stort mötesutrymme, säger Riitta.

Blanketterna borde ifyllas noggrant

När mötesplatsen är klar, börjar papperskriget för byråsekreteraren. Framföringslistor, mötesinbjudningar, anmälningsblanketter och pro-

gram måste göras i tid, så att föreningens styrelse hinner godkänna dem förrän de postas. När pappren har postats åt medlemmarna, hoppas Riitta att de genom läses och ifylls noggrant.

– I allmänhet finns all information på dessa papper. Och svarsblanketterna borde ifyllas fullständigt. När informationen finns på pappren, behöver man inte klargöra uppgifterna i telefon och så undviks missförstånd, säger Riitta.

Riitta kommer även överens om sakerna med personalen på mötesplatsen och med tolkarna.

Det sker hela tiden små förändringar i planerna, så att man är tvungen att göra samma saker många gånger.

Pusselbitarna hamnar på sin plats

– Mötet ordnas vid sidan om allt annat arbete. Bit för bit kommer på sin plats. Och sedan är mötet över på några timmar. Då funderar man ofta, att vad det här nu allt.

Efter mötet gör Riitta ännu några veckors efterarbete: tar hand om mötesdagboken, räkningarna, går igenom sakerna med personalen på mötesplatsen och tar emot feedback. Och småningom är det sedan tid för att börja tänka på följande årsmöte. (A-LR)

En pionjär är borta

Officeren i Frälsningsarmén, överstelöjtnant Meri Krushe dog i Helsingfors 15.2.1997.

Meri Krushe har gjort ett betydande arbete för att hjälpa döva, blinda och dövblinda. Åren 1940–1970 åkte hon omkring i Finland med sin arbetskamrat Alli Timonen och letade efter hjälpbehövande.

De träffade många dövblinda som hade levt årtal i ensamhet, utan normal samvaro med andra människor. Tack vare dessa energiska damer kom många dövblinda som levde på landsbygden till Dövas yrkesskola och på det viset fick de ett människovärdigt liv.

Meri Krushe fick mycket erkänsla av enskilda och av handikapporganisationer för sitt över 30-åriga arbete. År 1971 beviljades hon på begäran av Dövas Förbund Finlands Vita kors` riddarorders medalj av första klass, utrustad med ett guld kors.

Dansken Peter och finländska dövblinda fann ett gemensamt språk

Finlands Dövblinda rf. hade i början av april utländska gäster. De var kursdeltagare från kursen för dövblind personal från skolningscentret i Danmark, NUD.

Sju utländska studerande bekantade sig i fem dagar med servicesystemet för dövblinda i Finland. Gästerna försäkrade, att många saker och idéer stannar i minnet från den veckolånga resan.

På besök i Sampola

Isländarna Lilja Thorhallsdottir, Vala Jona Gardarsdottir och Oddny Frederiksen som fungerade som tolk bekantade sig bl.a. med arbetscentret Sampola. Sampola är Dövas Sevicestiftelses arbets-, rehabiliterings- och boendeserviceenhet i Tavastehus. Som värd och guide fungerade Sampolas chef Valde Räisänen.

Till en början besökte islänningarna butiken i Sampola, som finns i centrum av Tavastehus. På butikshyllorna finns dekorationsföremål,

handarbeten, barnleksaker, bors-
tar, mattpiskor, möbler och mycket annat. Islänningarna var förtjusta i butikens föremål.

– Underbara hantverk. Våldigt skickliga arbeten!, sade Lilja och Vala.

ISampolas arbetscenter visade Valde Räisänen alla rum, från matsalen till arbetsutrymmena. Lilja och Vala var särskilt intresserade att få veta vad dövblinda gör på Sampola. Lilja är nämligen regionsekreterare för dövblinda på Island. Vala jobbar på ett hem för blinda och svagtseende, där det finns en dövblind invånare.

På Sampolas olika arbetspunkter träffade gästerna också dövblinda. Diskussionerna föregick genom att skriva i händerna och med Valde Räisänens hjälp.

Lilja och Vala tyckte att Sampola var hemtrvligt. De tyckte det vaar speciellt bra , att omgivningen är helt teckenspråkig.

– Vi har fått många goda idéer att föra med oss hem, försäkrade de.



Irma Svahn-Valkonen (vänster) från Åvik och gästerna Aila, Vala, Oddny, Lilja, Peter, Pernille och Inge.

Det finns katter i Åvik!

Från Sampola fortsatte islänningarna resan till hemmet för döva, Åvik, i Hyvinge. Med kom danskarna Pernille Roikjer, Peter Matthiasen och Peters teckenspråkstolk Inge Jensen samt Aila Öhman som fungerade som tolk mellan finländarna och danskarna.

Pernille och Peter arbetar i Köpenhamn på ett hem för döva som påminner om Åvik. Pernille och Peter var intresserade att bekanta sig med invånarna i Åvik. Peter, som är döv, fungerade som talman. Peter förstod bra finländska tecken, och invånarna i Åvik förstod de danska tecknen. De förundrade sig över hur Peter kunde så bra finska!

Danskarna blev intresserade när de

fick höra, att vissa invånare i Åvik har husdjur, katt eller hund.

– Vi har nyligen haft diskussion om saken och kommit fram till, att man inte får ha husdjur, berättade Pernille.

Pernille och Peter skulle ha velat tillbringa mera tid med invånarna i Åvik. Ändå var gästerna nöjda med de erfarenheter de fick.

Peter skall börja handarbete med sina egna kunder med sådana haandarbeten, som han såg i Åvik. Och Pernille skall förnya arbetsutrymmena: mera ljus och kontraster för att förbättra rörelserna inomhus.

Som pricken på i:et ledde besöket i Åvik till en plan på att någon dansk dövblind skulle kunna komma på semester till Åvik. (A-LR)

En grupp för dövblinda till Arlainstitutet

Arlainstitutet erbjuder från och med nästa augusti utbildning för hörsel- och synskadade och för dövblinda. I den kan var och en skapa sig ett lämpligt studie- eller sysselsättningsprogram.

Arlainstitutet har inte tidigare erbjudit utbildning som riktar sig direkt till dövblinda. Dövblinda har fått och får i fortsättningen söka direkt till alla kurser på Arlainstitutet. Nu vill man ända skapa en särskild studiegrupp för hördel- och synskadade. Målsättningen är att på en kurs lära sig mer än på olika, enskilda kurser.

– Gruppen kan stöda individen. Målet är att lära ut färdigheter, som bara kan läras i grupp: metoder för grupparbete och kommunikation i grupp utan tolk, säger rektor Jouni Onnela.

Mångsidig undervisning

Det är tänkt att gruppen skall arbeta tillsammans under ett års tid. Efter det kan var och en fortsätta sina studier eller försöka komma in i arbetslivet enligt egna planer. Studierna kan till exempel fortsätta i

Arlainstitutet som yrkesinriktad utbildning, i andra läroanstalter, i högskolor eller på universitet. Under den ettåriga förberedande perioden kan man skapa sig en individuell sysselsättningsplan.

Under den förberedande perioden utvecklar man grundfärdigheter, som behövs för ett självständigt liv, för studier och för arbetslivet. På programmet står utveckling av kommunikationsfärdigheter samt studietekniska färdigheter. Under perioden strävar man även till en helhetsmässig utveckling av individen.

6–8 studerande önskas till den förberedande perioden. Ansökningarna borde sändas så snabbt som möjligt till Arlainstitutet, då målsättningen är att träffa studerandena redan i början av juni.

Arlainstitutet fungerar i Alberga i Esbo. Där studerar ungefär 150–180 studerande.

Kontaktuppgifter: studievägledare Irmeli Hirvelä tel. 09–511 0824. Rektor Jouni Onnela tel. 09–511 08200 och fax. 09–511 08300.

Terapi på hästryggen

Finlands Rehabiliteringsförbund ordnar i sommar på olika ställen i Finland ridterapi kurser. Ridterapi är rehabilitering, som sker tillsammans med en ridterapeut och en häst. Människor av alla åldrar och med olika handikapp kan ta del av ridterapi.

– Till kursen kommer personal, enligt efter vad som behövs. Dövblanda behöver främst tolk, säger organisationssekreterare Taavetti Paavilainen från Finlands Rehabiliteringsförbund.

Hästen väcker beundran

Hästen har speciella egenskaper, som utnyttjas i ridterapi. Hästen är samarbetsvillig och social. Den svarar alltid på något sätt, när man närmar den. Den är tålmodig och klarar av press.

Hästen har också en stark dragningskraft. Den väcker respekt och beundran med sitt kraftiga väsen och sin snabbhet. Hästen har därtill en speciell egenskap: den kan bära en ryttare. Till ryttaren som sitter på hästryggen förmedlas mångdimensionella och rytmiska rörel-

ser, som påminner om dem i mänsklig gång. Ryttaren tränar sin balans naturligt. Förutom rörelseerfarenheterna erbjuder hästen mångsidiga känsel-, lukt-, hörsel- och synupplevelser.

Den handikappade har vant sig med att hon blir hjälpt. I ridterapi är det just hon som sköter, planerar och förverkligar. Att vinna över rädslan, upplevelserna av att lyckas och tilliten på den egna förmågan förstärker det egna självet och självförtroendet.

Man kan ännu fråga om platser till Finlands Rehabiliteringsförbunds sommarkurser, fastän anmälningstiderna har gått ut. Organisationssekreterare Taavetti Paavilainen lovar, att man ryms med om det bara finns plats. Kurserna är finansierade av Penningautomatföreningen och understöds av FPA.

Information: Finlands Rehabiliteringsförbund, Oltermannvägen 8, 00620 Helsingfors, tel 09-7527 5156.

Källa: Ridterapi, utgiven av Finlands Rehabiliteringsförbund. (A-LR)

Man kan själv känna igen symptomen på bröstcancer

Bröstcancer är den vanligaste cancer bland kvinnor. I Finland insjuknar varje år över 2800 kvinnor i bröstcancer. Enligt beräkningar insjuknar var tionde kvinna någon gång under sitt liv i bröstcancer.

Bröstcancer kan botas. Ju tidigare den upptäcks, desto bättre möjligheter finns det att bli frisk. Det vanligaste symptomet på bröstcancer är en knöl i bröstet.

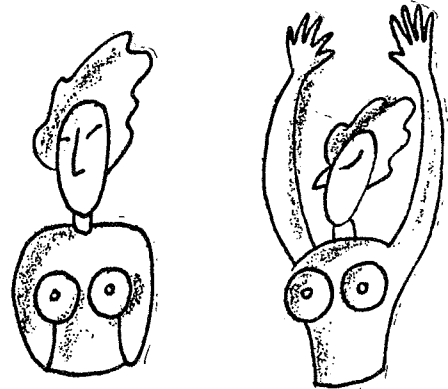
För att finna symptomen på cancer har det ordnats granskningar eller gruppundersökningar. Ett granskningssätt är röntgen av bröstet eller mammografi. Det ordnas åt 50–59-åriga kvinnor. Ett annat granskningssätt är det, att en gynekolog undersöker kvinnornas bröst en gång i året.

Mamaprogrammet

Ett tredje sätt baserar sig på kvinnans egen aktivitet. Det är fråga om mamaprogrammet, som har utvecklats av den finländska medicinske doktorn Gisela Gästrin.

Mamaprogrammet fungerar på så sätt, att kvinnan själv undersöker sina bröst regelbundet en gång i månaden. Som stöd för självgranskningen har hon ett mamakort och en undersökningsdagbok. Varje kvinna vägleds personligt i användningen av dem.

Mamaprogrammet är alltså något annat än bara en uppmaning att undersöka bröstet. Endast upplysning leder inte till konkreta resultat. Kvinnor orkar ofta inte undersöka sina bröst under en längre tid. – Till Mamaprogrammet hör vägledning, där en professionell hälsovårdare eller någon annan som har kunskap om Mamaprogrammet berättar om undersökningen av bröstet och om förverkligandet av programmet åt kvinnorna. Var och en som fått vägledning får ett mamakort och en undersökningsdagbok, samt instruktioner hur de skall



användas, berättar Gisela Gästrin. Mamaprogrammet har visat sin effektivitet. Av de som deltagit i programmet, gjorde 55% undersökningen till en del av sitt liv. Utan Mamaprogrammet var andelen endast 2%. Bröstcancerdödligheten bland de som följde Mamaprogrammet sjönk med en tredjedel.

En liten metastas kan botas

Idéen med en regelbunden undersökning av bröstet, är den att kvinnorna lär känna sina bröst – de vet hur de egna bröstet känns som friska. Om förändringar sker, är de lätta att upptäcka.

Bröstcancer kan oftast botas helt, om metastasen hittas vid en storlek av 1,5 cm och om den är lokal. – Om kvinnan lärt känna sina bröst som friska, är hon väldigt skicklig att finna symptom på en 1,5 centimeters cancermetastas, säger Gisela Gästrin.

Man känner inte så noga till riskfaktorerna för bröstcancer. Faktorer som hör till hormonverksamheten ökar risken att insjukna i cancer. Den viktigaste vårdmetoden är operation.

Kontaktuppgifter:

Pro Mama rf, tel. (09) 504 1190.
Finlands Cancerförening rf tel.
(09) 135 331. (A-LR)

Ritva Sandelin avgår

Jag håller på att avsluta mitt arbete som regionsekreterare för dövblinda i Nyland. Jobbet som regionsekreterare har varit intressant och utmanande. Under två år har jag blivit bekant med trevliga människor och varit med er i många saker.

Jag har p.g.a. familjescäl sökt arbete på min hemort Hyvinge. Jag har två små pojkar (Arttu 3 år och Juuso 5 år). Pojkarnas vårdagar förkortas med några timmar dagligen tack vare mammas nya jobb.

I augusti börjar jag mitt arbete på Dövas Hem i Åvik. Välkomna till Åvik för att träffa dövblinda och blinda invånare samt mig!

Man måste alltid lära sig att avstå från någonting, i tron, att det kommer någonting nytt istället.

Irja Kilpeläinen

Påskminnen

Ritva Väisänen

I min barndom var långfredagen verkligen en lång och trist dag. Då måste man hålla sig hemma. Man kunde inte gå ut och leka med grannens barn. Men om det inte fanns en långfredag, skulle påsken inte heller finnas. Påsken är en glädjens högtid.

En långfredag minns jag speciellt väl. Då försvann minn 8-åriga lillebror. Någon hade sett honom och hans kamrat leka i närheten av stranden till den forsande Kymmene älven. Vi letade efter dem överallt. Pappa gick längs med stränderna, mamma grät där hemma, jag och min syster sprang och kallade på dem i den närbeliggande skogen. Men förgäves, pojkarna varken syntes till eller hördes av.

Situationen verkade vara alldeles hopplös, tills pojkarna kom lunkande längs med gårdsstigen, i all sköns ro. – Var har ni varit? ropade alla med en mun. – I kyrkan svarade pojkarna med oskyldig min. De

hade lekt vid stranden, men då kyrkklockorna slog, slog det pojkarna i hågen, att de skulle gå till kyrkan då det är långfredag. Och det gjorde de också, de hade inte tid att komma hem och be om lov.

Och inte kunde föräldrarna vara arga då de hade fått sina barn friska tillbaka och att de dessutom hade besökt kyrkan.

På påsklördagen var påskhäxorna i farten. De samlade lön för påskriset. Med grannflickorna klädde vi också ut oss. Lite sot på kinderna, en duk på huvudet och mors kjol runt sig. En korg i handen och sen iväg. Vi vandrade från hus till hus och fick som lön glansbilder, sötsaker, ägg och pengar – mynt – vilka vi lade i korgen.

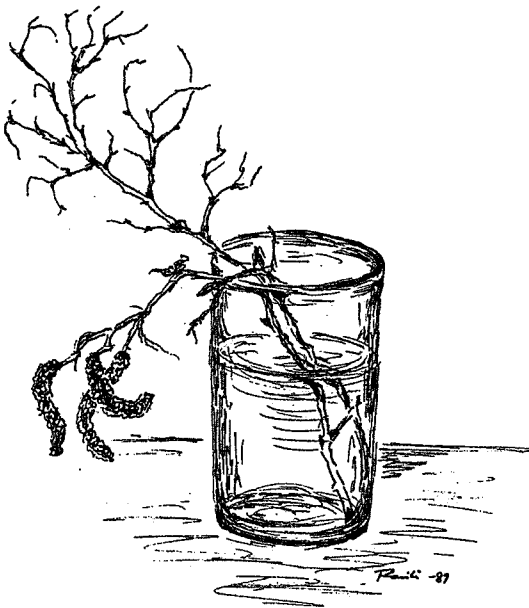
På hemvägen skulle vi gå över bron som leder över älven. På bron snubblade korgbärskan, korgen flög från handen och dess innehåll omkring på bron. mellan springorna i bron föll ägg, sötsaker och många slantar. På knäna tittade vi mellan springorna, men inte såg vi något annat än forsande vatten.

Tårarna steg upp i häxornas ögon och rann längs med kinderna. Hemma gav mamma åt oss söt memma, vilken hon själv tillverkat. Hon satte grädde och socker på.

Sorgerna glömdes och visst blev det ändå något kvar att dela på.

Påskan är en rörlig högtid. Ibland är den i mars, ibland i slutet av april. Ofta var gården torr och bar under min barndom. Då hoppade vi bräde. Det gick till på det sättet, att en bred bräda ställdes över en klabb och hopparna ställde sig på vardera ändan. Turvis hoppade man och då flög den andra högt i luften. Det var roligt.

Man hoppade också ruta. Man ritade rutor i sanden med en sticka och med ett ben hoppade man från en ruta till en annan. Om man hoppade på strecket måste man hoppa tillbaka och börja från början. Flickorna kastade boll och hoppade snöre. Pojkarna grävde fram sina brännglas och kort och det osade runt väggen.



Skidorna slinter

Juhani Ylläsjärvi

Jag började skida före julen. Mitt mål var att jag skidar 20 kilometer före julen. Jag är nöjd, för min hobby har framskridit enligt planerna. Jag började försiktigt, så att inte ibern försvinner.

Som 11-åring skidade jag 30 km per dag och som 12-åring 20 km per dag. Sedan försvann ibern helt. Träningen var för hård och jag fick nog. Skidfärderna minskade till en par kilometer per dag. Det gick år utan att jag skidade alls. Någon gång gjorde jag korta promenader, då jag besökte vänner i byn. För tre år sedan gav en tävlingsskidare i Ylläsjärvi råd om hur man borde börja. Han varnade också för för hård träning.

Senaste vår, efter en paus på trettio år, började jag igen göra långa skidfärder. Färderna var 20-30 kilometer om dagen. Nästa vinter börjar jag också försiktigt, att det inte går som tidigare, att ibern tar slut. Jag funderar var man kunde finna stödpersoner i god kondition. Jag behöver också rätt träning. Jag har redan diskuterat med en idrottsinstruktör.

Gissa vem?

Hilkka Hyötylä

Jag har ett flertal gånger varit i samma situation med några personer. Vi hälsar och så frågar man mig: Gissa vem jag är?

Det känns svårt, då jag inte ser och inte kan gissa. Det skulle vara viktigt, att personen ifråga kunde säga sitt namn genast då vi ses och att vi sedan kunde kramas. Det är trevligt att träffas. Jag önskar, att du genast säger ditt namn, så att jag vet vem som jag kramar.

Jag bor i Tavastehus i Sampola-servicehuset. I Sampola finns det tio seende/hörande personer i arbete. De får information som berikar livet. Sampolas döva vet också en hel del. Själv är jag dövblind, så mitt informationsflöde är ganska fattigt. Informationen och skvallret kommer endast i små smulor. Kanske hörande och seende ids inte berätta saker för dövblinda. Kanske man förbjuder att ge information, eftersom den inte passar åt dövblinda.

Flyttning framför

Ossi Rajala

På sommaren 1995 fanns det på Känselförbunds pärebygd en bild av en hus, som hade fått smeknamnet Vandrarens herrgård. Nu har detta hus bytt ägare. Jag flyttar till första våningen i ett höghus som ligger nära busstation. Där får jag en våning på 58 kvadratmeter.

I huset finns en simbassäng som är sju meter lång, ett brasrum och källare, frysrum och andra utrymmen. Från lägenhetens balkong öppnas en trevlig utsikt mot kanalen och Vesijärvi och dansrestaurangens område, som numera heter Impivaara. Man bör vara försiktig, faror bjuds ut.

Nu känns det bättre, då jag kommer med i föreningens verksamhet, på läger och annanstans. Jag behöver inte alltid ha hammaren i högsta hugg och rusa runt huset. Nu börjar man igen få höra en bekant sång och dragspel var än jag rör mig. Från och med den första juni är min adress: Harjutie 1 B 7, 17200 Vääksy.

En stokig torsdag och fredag

Vieno Hyttinen

Jag gick till vår socialarbetare Kaija Pekkanen på utsatt tid. Jag knackade på dörren. Ingen öppnade. Jag väntade en stund. Kaija kommer från matsalen från sin kaffe-paus. Hon öppnar dörren. Jag blir förvånad då Kaija berättar att det är en flytt dag i dag. De gamla möblerna hade förts bort. Bara en stol med hjul fanns i rummet och allt annat låg på golvet och väntade på nya förvaringsutrymmen, skåp och bord.

Men ärendena sköttes i dessa utrymmen. Mot kvällen gick jag för att träffa tolkförmedlaren. Hon var i matsalen. Min hand rörde vid lappar som fästs vid varje dörr för att markera vart de nya möblerna skulle komma.

På fredagen fanns det fler lappar och det var bråttom för de anställda så det blev viss tidsförskjutning. Också på lördagen fanns det lappar på en stång, det märkte jag då idrottsinstruktören Pentti Pietiläinen bad mig gå längs med den

vänstra kanten till infon. Jag gick färdleden med min käpp. Jag kom inte fram till infon, för framför mig fanns det en hel del öppnade möbelförpackningar. Det var att gå tillbaka. I turen var att försöka längs med den högra sidan.

Det är söndag kväll och lapparna finns kvar. Nu är möblerna på plats. Med maskiner och namnlappar fattas. Vår chef Kirsti Tamminen ordnar också sina saker. Det räcker till för hela våren innan allt löper smidigt igen enligt planerna.

Den nya byggnaden är fin och rymlig – tack ni alla flitiga byggare.

TACK!

Ett varmt tack till Finlands dö-vblinda rf och ni andra medverkande för att jag fick ta emot vandringspriset Årets skribent 18.4.1997.

Det var för mig en total överraskning, jag kunde inte ana att jag skulle väljas bland alla de andra skribenterna.

Vieno Hyttinen

Årets skribent Vieno Hyttinen

Till Årets Skribent 1996 har valts tammerforsbon Vieno Hyttinen. Till Vieno själv kom utnämningen som en total överraskning. Hon var lycklig över det, för skrivandet är en stor del av hennes liv.

Vieno har skrivit många dikter, en del har publicerats i Dövblindas båda diktsamlingar. Hon har också publicerat en egen diktsamling. Häftet med benämningen Ordet i hågen når innehåller 41 dikter, publiceringsår är 1991. Hon drömmer om att ge ut en ny diktsamling.

Förutom att skriva och läsa idkar Vieno sport. – Det är viktigt att röra på sig, så att musklerna hålls i trim och tanken klar, konstaterar Vieno. Hon berättar att hon just köpt en konditionscykel och tänker börja träna flitigt.



Åretsskribent-priset överräcktes åt Vieno i Tammerfors den 18.4. Den varma tillställningen gick av stapeln vid Dövblindas verksamhetscentral. Gäster var husets invånare och anställda och klubbmedlemmar från Tammerfors. På plats fanns också Raimo Korpela som då ännu var viceordförande.

Vieno fick många gratulationer och famnen full utav blommor. Som motprestation lovade hon skriva fler dikter till glädje för Känselförbundets läsare. RK.

TUNTOSARVI 23.årgången, ISBN 0358-2280

Utgivare: Finlands Dövblinda rf., Nylandsgatan 28, 00120 Helsingfors.
Telefon (09) 5495 350. Texttelefon (09) 5495 3526. Fax (09) 5495 3517.

Chefredaktör: Anu-Liisa Rönkä **Redaktör:** Raili Karisaari

Redaktionsråd: Eero Vartio, Martti Avila, Marja Heinonen, Maija-Leena Railo, Anita Palo, Marja-Leena Roponen, Anu-Liisa Rönkä, Raili Karisaari.

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