

Vuoden Kirjoittaja Vieno Hyttinen

Vuoden Kirjoittaja 1996 –kilpailun voittajaksi on valittu tamperelainen Vieno Hyttinen. Vienolle itselleen valinta Vuoden Kirjoittajaksi tuli suurena yllätyksenä. Hän oli voitosta vilpittömän onnellinen, sillä kirjoittaminen on tärkeä osa hänen elämäänsä.

Vieno on kirjoittanut paljon runoja, joista muutamia on julkaistu Kuurosokeiden kahdessa runokokoelmassa. Hän on julkaissut myös oman runokokoelmansa. Vihkonen nimeltä Sanat mielen tavoittaa sisältää 41 runoa, julkaisuvuosi on 1991. Haaveena on myös uuden runokirjan kokoaminen, Vieno paljastaa.

Kirjoittamisen ja lukemisen lisäksi Vieno harrastaa liikuntaa. – On tärkeää liikkua, että lihasten kunto säilyy ja ajatukset pysyvät virkeinä,



Vieno toteaa. Hän kertoo juuri hankkineensa oman kuntopyörän ja aikoo alkaa ahkerasti harjoittelemaan.

Vuoden Kirjoittaja –kiertopalkinto luovutettiin Vienolle Tampereella 18. huhtikuuta. Lämminhenkinen tilaisuus oli järjestetty Kuurosokeiden toimintakeskukseen. Vieraina olivat talon asukkaat ja työntekijät sekä Tampereen kerholaisia. Paikalla oli myös Raimo Korpela, tuolloin vielä varapuheenjohtajan ominaisuudessa.

Vieno sai paljon onnitteluja ja sylin täydeltä kukkia. Vastalahjaksi hän lupasi kirjoittaa lisää runoja kaikkien Tuntosarven lukijoiden iloksi. RK

TUNTOSARVI 23.vuosikerta, ISSN 0358-2280

Julkaisija: Suomen Kuurosokeat ry, Uudenmaankatu 28, 00120 Helsinki.
Puhelin (09) 5495 350. Tekstipuhelin (09) 5495 3526. Fax (09) 5495 3517.

Päätoimittaja: Anu-Liisa Rönkä **Toimittaja:** Raili Karisaari

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

Vuosikerta 150 mk. Lehti ilmestyy 11 kertaa vuodessa isokirjoituksella, pisteillä, äänitteinä, videona, ruotsinkielisenä käännöksenä ja sähköpostina.

TUNTOSARVI

Suomen Kuurosokeat ry



Toukokuu 5/1997



Kevätkokous muisti
97 vuotta täyttävää
Antti Jäkälää.

- * Kevätkokouksesta sivuilla 4-9.
- * Pohjoismaiden kuurosokeustyöntekijöitä vierailulla Suomessa, sivu 10.
- * Tunnista rintasyövän oireet, sivu 14.
- * Vuoden Kirjoittaja Vieno, sivu 20.
- * Lukijoiden postia alkaen sivulta 16.

Sisällys:

Vuoden Veistos valitaan Tampereella	2
Pääkirjoitus: Solmuja avaamassa Anu-Liisa Rönkä	3
Kevätkokous 25.-26.4.1997	
Laivakokous sujui sutjakasti	4
Raimo uskoo yhteistyöhön	5
Pirkko tyytyväinen	6
Eila Särkimäki hallitukseen	7
Vuosikokouksen järjestämisessä on iso työ	8
Pioneeri on poissa	9
Tanskalaiset vierailulla	10
Arlainstituuttiin ryhmä kuurosokeille	12
Terapiaa hevosen selässä	13
Rintasyövän oireet voi itse todeta	14
Ritva Sandelin lähtee	15
Lukijoiden postia	
Pääsiäismuistoja	16
Kevät-iltana mökillä	17
Sukset luistaa	17
Arvaa kuka?	18
Muutto edessä	18
Touhunen torstai	19
Vieno on vuoden kirjoittaja	20
Seuraava lehti ilmestyy 27.6.1997	

Vuoden Veistos valitaan Tampereella

Vuoden Veistos -kilpailu ja kosketeltavan taiteen näyttely järjestetään tänä vuonna Tampereella, Kuurosokeiden toimintakeskuksessa. Perinteisen pienoiveistos-kilpailun järjestävät Suomen Kuvanveistäjäliitto ry ja Suomen Kuurosokeat ry. Kysymyksessä on yhdeksäs kuurosokeiden valitsema Vuoden Veistos.

Kilpailutyöt ovat esillä Kuurosokeiden toimintakeskuksessa 13.-27. kesäkuuta. Samaan aikaan talossa vietetään uusien tilojen vihkiäisiä. Johtaja **Kirsti Tammisen** mielestä ajankohta on erittäin sopiva näyttelyn ja kilpailun järjestämiseksi, sillä talossa käy paljon kutsuvieraita tutustumassa uuteen rakennukseen. Toimintakeskuksen uudet avarat tilat sopivat hyvin näyttelyn kulliseksi. Myös Suomen Kuvanveistäjäliitto suhtautui ehdotukseen innostuneesti.

Voittajaveistoksen valintaan saavat osallistua kaikki talossa asuvat ja talossa vierailevat kuurosokeat. Myös voittajaveistoksen julkistaminen järjestetään Tampereella näyttelyn kuluessa. RK

Solmuja avaamassa

Ensimmäinen kuukausi on tullut täyteen työssäni Suomen Kuurosokeat ry:n tiedottajana. Tänä aikana olen oppinut monta asiaa. Vielä kuukausi sitten olin ymmälläni, kun halusin tervehtiä heikosti kuulevaa ja näkevää ihmistä. En oikein tiennyt mitä tehdä. Nyt osaan koskettaa kyynänpäähän ja siitä alkaa keskustelu. Se tuntuu nyt helpolta.

Olen myös oppinut, että on hyvä keskustella pienen välimatkan takaa ihmisen kanssa, jolla on putkinäkö. Tekstipuhelimella soittaminen ei ole vaikeaa - se on hauskaa. Kevätkokouksen illanvietossa sain todeta, ettei tanssimiseen tarvita kuuloa.

Olen saanut kuulla monia tarinoita siitä, miten kuurosokeat selviävät. Jotkut selviävät huonommin, jotkut paremmin. Jotkut ovat suorastaan sankareita. Minusta on ihmeellistä, että kuurosokea lapsi voi oppia puhumaan tunnustelemalla kaulan värinää ja suusta tulevia ilmavirtoja. On myös hämmästyttävää kuulla, että kuurosokea matkustelee

yksinään jossakin kaukomailla tai pitää polkupyöräkorjaamo. Itse olen tehnyt vain suhteellisen turvallisia matkoja. Pyörästä osaan korjata puhjenneet kumit, en muuta.

Ajattelen että tiedottajan työssäni minun on pysähdyttävä tarkastelemaan kaikkia niitä asioita, jotka hätkähdyttävät. Olivatpa ne pieniä tai suuria asioita, ne ovat niitä solmuja, joiden avaaminen on tiedonvälitystä.

Sisäisen tiedonvälityksen tehtävänä on ylläpitää yhteyksiä. Se on kuin pöytä, jonka ääressä voimme kokoontua. Ulkoinen tiedotus taas kertoo asioista ulospäin, jotta päätöksien tekijöillä olisi tarvittavaa tietoa. Julkisuus voi samalla ajaa ja vahtia kuurosokeiden oikeuksien toteutumista.

Minulla on vielä tuoreessa muistissa se, ettei kuurosokeiden asioista tiedetä kovin paljoa. Jopa perusasiat, kuten toisen ihmisen tervehtiminen, voivat olla vaikeita ilman tietoa.

Anu-Liisa Rönkä
Tiedottaja

Laivakokous sujui sutjakasti

Kevätkokous 25.-26. huhtikuuta oli yhdistyksen historian ensimmäinen laivakokous. Mukana reissussa oli yhteensä satakunta ihmistä. Raimo Korpela valittiin yksimielisesti hallituksen puheenjohtajaksi ja hänen tilalleen hallitukseen Eila Särkimäki.

Turun satama oli hiljainen lähtöiltana kello kuusi. Aurinko paistoi ja merituuli puhalsi. Tuulella oli keväistä pehmeyttä. Sisällä satamahallissa istui muutamia ihmisiä. Meidän porukkaakin oli jo paikalla.

Vähitellen satamahalli alkoi täytyä. Vilinä vilkastui entisestään, kun laiva saapui satamaan ja edelliset matkustajat astuivat maihin. Aika moni tulija veti perässään kärriä, jotka oli lastattu täyteen verovapaa-olutta. Lähtijät katselivat himoitte kärrien perään. Pian olisi heidän vuoronsa.

Marja Korteniemi oli lähtenyt kevätkokoukseen Kittilästä, Lapista. Hän oli siis taittanut jo pitkän matkan lentokoneella ennen risteilyä. Turussa hän hämmästeli, ettei maassa ole enää lunta.

– Hauskaa lähteä laivalle, Marja vakuutti.

Anita Palo lähti reissuun Helsingistä. Hänestä oli kiva tulla kevätkokoukseen ja tavata tuttuja.

– Tämä on ensimmäinen kerta, kun kokous on laivalla. Se on mukavaa vaihtelua, Anita sanoi.

Kun vihdoinkin päästiin laivaan, päivällinen oli jo katettu. Jokainen haki noutopöydästä lautasensa täyteen monta kertaa – ja voivotteli sen jälkeen vatsaansa. Yhteistä ohjelmaa ei ollut, mutta aika moni lähti ruokailun jälkeen ostoksille. Loppuilta kului virkeimmiltä tanssiravintolassa.

Korpela puheenjohtajaksi

Lauantaiaamuna alkoi itse kokous. Kokouksen puheenjohtajana toimi Pekka Juusola. Viime vuoden tiilinpäätöstä käsiteltäessä puhetta johti Seppo Jurvanen.

Asiat etenivät sujuvasti ja hallituksen uuden puheenjohtajan valintakin kävi nopeasti. Raimo Korpela ei saanut kilpailijoita, joten kokous päätti yksimielisesti, että Korpela on yhdistyksen hallituksen puheenjohtaja kuluvan vuoden loppuun saakka. Kiitospuheenvuorossaan Kor-

pela totesi tulleen valituksi vaikeaan tehtävään.

– Yritän taitoni ja ymmärrykseni mukaan toimia niin, että voitte olla työhöni tyytyväisiä. Ja silloin kun ette ole tyytyväisiä, ilmoittakaa siitä, jotta voimme yhdessä yrittää toimia paremmin, Korpela sanoi.

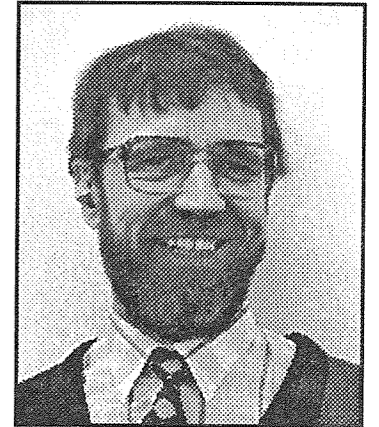
Korpelan tilalle hallitukseen valittiin Eila Särkimäki. Särkimäki istuu hallituksessa vuoden 1998 loppuun.

Vanhin jäsen mukana

Kokouksessa oli mukana myös yhdistyksen vanhin jäsen, 97 vuotta täyttänyt Antti Jäkälä. Yhdistys ojensi Jäkälälle juhlan kunniaksi konjakkipullon. Resepti kuului: tilkanen tarpeen mukaan sydämentykytykseen.

Virallinen kokous oli ohi jo puolilta päivin. Iltapäivällä muun muassa Tampereen ja Jyväskylän yksiköt kertovat toiminnastaan. Seija Troyano esitteli työparitoimintaa, jossa työntekijä ja kuurosokea toimivat yhdessä.

– Työparitoiminnassa kuurosokean käytännön kokemus yhdistyy työntekijän tietotaitoon. Molemmat voivat antaa ja saada ja oppia paljon toisiltaan, Troyano kertoo. Työparitoiminnasta kuullaan myöhemmin enemmän tässä lehdessä.



Raimo uskoo yhteistyöhön

Raimo Korpela aloittaa hallituksen uutena puheenjohtajana työn, joka on hänelle tuttu. Hän on saanut varapuheenjohtajana ja puheenjohtajan sijaisena verryttää tehtävää varten. Silti vastuu painaa nyt uudella tavalla.

– Tämä vaatii entistä enemmän asioihin paneutumista ja yhteistyötä sekä kuurosokeiden että henkilöstön kanssa. Meidän pitää yhdessä miettiä keinoja, joilla kuurosokeiden asemaa parannetaan ja pidetään oikeuksista kiinni. Myös kuurosokeiden itse pitää olla aktiivisia, Raimo sanoo.

Raimon mielestä kuurosokeiden asioista on Suomessa huolehdittu lainsäädännöllisesti hyvin. Ongelma on siinä, ettei lakia aina noudateta.

– Esimerkiksi kuljetus- ja tulkkipalveluista keskustellaan jatkuvasti. Ne toteutuvat kovin epätasa-arvoisesti eri puolilla Suomea tai jopa saman kaupungin eri osissa.

Tietokone on hyvä apuväline

Tietokone on Raimon mielestä hyvä tiedonsaannin ja kommunikoinnin apuväline. Toistaiseksi tietokoneen hankkimiseen on ollut vaikea saada tukea.

– Tahot joille apuvälineiden järjestäminen kuuluu, eivät ole toimineet. Kansaneläkelaitos myöntää tukea tietokonetta varten vain niille, jotka ovat työssä. Keskussairaalat eivät ole juuri tukia myöntäneet.

Raimo pitää työllistymistä yhtenä tärkeänä alueena kuurosokeustyössä.

– Ihmisellä täytyy olla mielekästä tekemistä. Lääkäri sanoi minullekin eläkkeelle jäädessäni, että aivoilla pitää olla tekemistä. Työn tekeminen on terapeutista, ja samalla siitä saa käyttörahaa.

Lama ja työttömyys ovat valitettavasti vaikeuttaneet vammaisen työllistymistä. Raimo muistuttaa, että monet kuurosokeat ovat kuitenkin mukana työelämässä hierojina, kuntohoitajina tai käsityöläisinä. Apuvälineiden avulla kuurosokea voi tietysti edetä opinnoissaan ja työurallaan vaikka kuinka pitkälle. Yhdistyksessäkin on esimerkkejä akateemisen tutkinnon suorittaneista.

Pirkko tyytyväinen aluesihteerin

Entinen puheenjohtaja Pirkko Virtanen jatkaa työtään Joensuun aluesihteerin sijaisena heinäkuun loppuun saakka. Sen jälkeen kaikki mahdollisuudet ovat avoinna. Pirkko ei vielä sano, mihin hän aikoo tarttua.

Aluesihteerin työ oli Pirkolle haaste, jonka hän otti innokkaasti vastaan.

– Minulla oli halu nähdä, pitävätkö omat ajatukseni aluesihteerin työstä paikkaansa, Pirkko sanoo.

Pirkon mielestä aluesihteerin on tehtävä ennen kaikkea henkilökohtaista asiakastyötä. Työn keskipisteenä on kuurosokea ja hänen perheensä. Perheelle on opetettava kommunikaatitaitoja, ettei kuurosokea perheenjäsen jäisi yksin.

Pitää kannustaa osallistumaan

Aluesihteerin pitää vaikuttaa niin, että kuurosokea osallistuu toimintaan ja onnistuu luomaan ja ylläpitämään ihmissuhteita. Osallistuminen ja ihmissuhteiden luominen vaatii yritystä myös kuurosokealta. – Pitäisi olla halua opetella uudenlaisia tapoja toimia ihmisten kans-

sa. Ellei yksi kommunikaatitapa toimi, tilalle pitäisi jaksaa opetella toinen, Pirkko sanoo.

Pirkon mielestä mahdollisuus keskustella muiden kanssa on kaikkein tärkeintä. Kukaan ei jaksa elää yksin.

– Jokaisella pitää olla keinot, joiden avulla pystyy vaihtamaan mielipiteitä muiden kanssa.

Työkokemus on muuttanut Pirkon näkökulmaa työsuhdepoliittisiin asioihin.

Luottamushenkilön on taipumus asettaa turhia rajoituksia. Työntekijänä huomaa, kuinka tärkeää on, että työnantaja on joustava ja luottaa työntekijän omaan luovuuteen.

Puheenjohtajana 11 vuotta

Pirkko Virtanen toimi Suomen Kuurosokeat ry:n hallituksen puheenjohtajana 11 vuotta. Viimeiset vuodet kaikkine muutoksineen olivat raskaita. Suurta vastuuta kantanut puheenjohtaja paloi loppuun. Hän kertoo kuitenkin vähitellen toipuneensa ja huomanneensa elämässä uusia, mielenkiintoisia asioita.

– Sen olen ainakin oppinut, että pitää hyväksyä itsensä ennen kuin voi antaa muille mitään hyvää. Vain sitä kautta voi kasvaa ihmisenä ja se on minulle kaikkein tärkeintä.

Eila Särkimäki hallitukseen

Helsingiläinen Eila Särkimäki on hallituksen uusi jäsen, joka valittiin puheenjohtajaksi siirtyneen Raimo Korpelan tilalle. Eila on ollut jo yli kymmenen vuotta aktiivisesti mukana yhdistyksen toiminnassa. Jäsenyys hallituksessa on kuitenkin hänen ensimmäinen luottamustoimensa.

Eilalla on mielessään kolme tärkeää asiaa, kun hän aloittaa uudessa tehtävässään.

– Päällimmäisenä ovat aikuiset, jotka ovat lapsesta saakka eläneet vammaisina ilman kuntoutusta, Eila sanoo.

Eila toteaa, että nykyaikana lapsia ja nuoria kuntoutetaan tehokkaasti. Myös asumis- ja palvelukeskuksissa elävät kuurosokeat ovat kuntoutuksen piirissä. Itsenäisesti selviytyvien aikuisten kuurosokeiden ryhmä on jäänyt paitsioon.

– He tarvitsevat kuntoutusta, joka ylläpitää ja syventää heidän tietojaan ja taitojaan pärjätä yksin.

Vanhuksista huolehdittava

Toinen tärkeä asia on kuuloaan ja näköään menettävät vanhukset.

– Miten yhdistys ottaa heidät huomioon? Eila miettii.

Eila arvelee että vanhukset tarvitsevat erilaista tukea kuin lapsena vammautuneet kuurosokeat.

– Tärkeintä olisi ehkä ohjata apuvälineiden käyttöön.

Kolmas tärkeä asia on tietotekniikka. Eilan mielestä pitäisi selkiyttää tilannetta: mitä mahdollisuuksia kuurosokeilla on hyödyntää tietotekniikkaa ja mitä kautta apuvälineitä saa?

Keskustelua kuurojen ja huonokuuloisten välille

Eila on iloinen siitä, että hänellä on tällä hetkellä mahdollisuus elää aktiivista elämää ja vaikuttaa asioihin yhdistyksessä. Hänestä tuntuu, että kesti kauan ennen kuin hän pääsi sisään toimintaan.

– Me tulemme niin erilaisista kielikulttuureista. Ehkä se hidastaa tutustumista, Eila arvelee.

Eila muistuttaa, että hänellä ja monella muulla huonokuuloisella on yhteisissä tapaamisissa aina tulkkimukanaan. Tulkin avulla onnistuu myös huonokuuloisten ja kuurojen välinen kommunikointi. Eila toivoo keskustelua ja molemminpuolisia yhteydenottoja kuurojen ja huonokuuloisten välille.

Vuosikokous on ison työn tulos

Toimistosihteeri Riitta Kärki-Karpila astui kevätkokouksen jälkeen maihin huojentunein mielin. Iso työ oli takana, kun kokous oli ohi. Ja kaikki oli sujunut suurin piirtein suunnitelmien mukaan.

Kevät- ja syyskokousten järjestäminen on yksi toimistosihteerin tärkeimpiä töitä. Riitta sanoo itsekin ihmettelevänsä, miten paljon työtä ja aikaa niiden valmistelu vie. Jokainen yksityiskohta on etukäteen mietittävä, tiedettävä ja sovittava.

Kokouksen järjestäminen alkaa kokouspaikan varaamisesta. Esimerkiksi seuraavan syyskokouksen paikka, oululainen hotelli Rantasiipi, on varattu jo viime syksynä. Kohta Riitta rupeaa etsimään paikkaa seuraavalle kevätkokoukselle. – Otan mielelläni vastaan vinkkejä sopivista paikoista, joissa on riittävän iso kokoustila, Riitta sanoo.

Lomakkeet pitäisi täyttää huolella

Kun kokouspaikka on selvillä, alkaa toimistosihteerin paperisota. Esityslistat, kokouskutsut, ilmoitautumislomakkeet ja ohjelmat on

tehtävä hyvissä ajoin, jotta yhdistyksen hallitus ehtii hyväksyä ne ennen postitusta. Kun paperit on postitettu jäsenille, Riitta toivoo että ne luettaisiin ja täytettäisiin huolellisesti.

– Yleensä kaikki tiedot selviävät niistä papereista. Ja vastauslomakkeet pitäisi täyttää täydellisesti. Kun tiedot on paperilla, niitä ei turhaan tarvitse selvittää puhelimesta eikä tule väärinkäsityksiä, Riitta sanoo.

Riitta sopii asioista myös kokouspaikan ja yleistulkien kanssa. Suunnitelmissa tapahtuu kaiken aikaa pieniä muutoksia, joten samoja asioita on tavallaan tehtävä monen kertaan.

Palapeli loksahtaa kohdalleen

– Kokousta järjestetään pikkuhiljaa muun työn ohella. Pala palalta se loksahtaa yhteen. Ja sitten kokous on ohi muutamassa tunnissa. Silloin sitä aina vähän ihmettelee, että tässäkö tämä nyt oli.

Kokouksen jälkeen Riitta tekee vielä pari kolme viikkoa jälkitöitä: huolehtii kokouspöytäkirjasta, laskuista, käy asioita läpi kokouspaikan kanssa ja ottaa vastaan palautetta. Ja käy pian seuraavan vuosikokouksen kimppuun. (A-LR)

Pioneereri on poissa

Pelastusarmeijan upseeri, everstiluutnantti Meri Krushe kuoli Helsingissä 15.2.1997.

Meri Krushe on tehnyt merkittävää työtä kuurojen, sokeiden ja kuurosokeiden auttamiseksi. Vuosina 1940–1970 hän yhdessä lähimmän työtoverinsa Alli Timosen kanssa kierteli Suomea ristiin rastiin etsimässä avun tarpeessa olevia. He tapasivat monia kuurosokeita, jotka olivat eläneet vuosikautia yksinäisyydessä, ilman normaalia kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa. Näiden tarmokkaiden naisten ansiosta monet syrjäseuduilla eläneistä kuurosokeista saatiin sokeain ammattikouluun ja sitä tietä ihmisarvoiseen elämään.

Yli 30 vuotta jatkuneesta työstään Meri Krushe sai paljon arvostusta sekä yksityisiltä henkilöiltä että vammaisjärjestöiltä. Vuonna 1971 hänelle myönnettiin Kuurojen Liiton anomuksesta Suomen Valkoisen ruusun ritarikunnan ensimmäisen luokan mitali kultaristein varustettuna.

Tanskalainen Peter ja suomalaiset kuurosokeat löysivät yhteisen kielen

Suomen Kuurosokeat ry:llä oli huhtikuun alkupuolella ulkomaalaisia vieraita. He olivat kuurosokeutuneiden henkilöstön peruskursseilaisia Tanskan koulutuskeskuksesta NUD:sta.

Seitsemän ulkomaalaista opiskelijaa tutustui viiden päivän ajan kuurosokeiden palvelujärjestelmään Suomessa. Vieraat vakuuttivat, että viikon reissulta jäi mieleen monta ajatusta ja ideaa kotiin viettäväksi.

Vierailulla Sampolassa

Islantilaiset Lilja Thorhallsdottir, Vala Jona Gardarsdottir sekä tulkina toiminut Oddny Frederiksen tutustuivat muun muassa työkeskus Sampolaan. Sampola on Kuurojen Palvelusäätiön työ-, kuntoutus- ja asumispalveluyksikkö Hämeenlinnassa. Isäntänä ja oppaana toimi Sampolan johtaja Valde Räsänen.

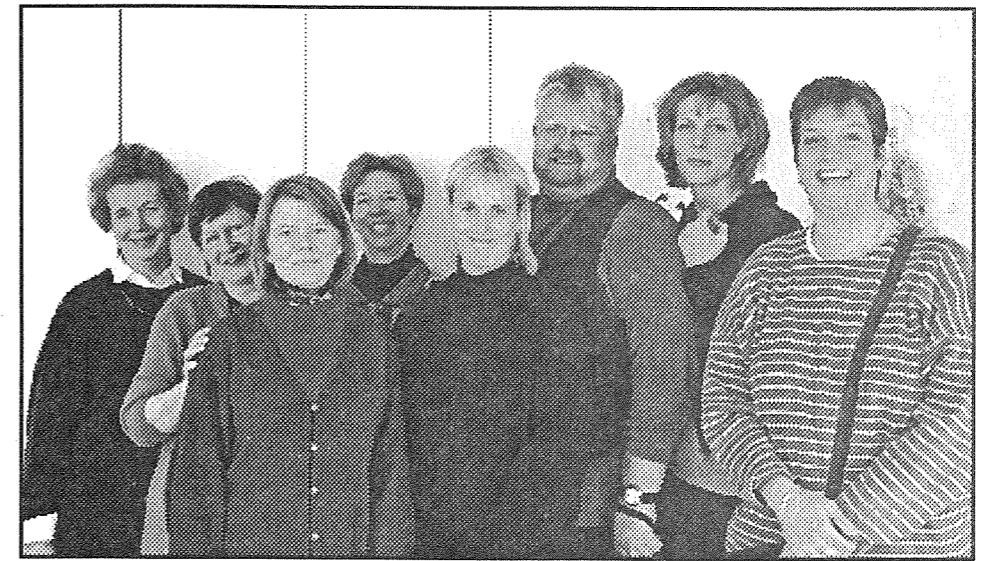
Alkajaisiksi islantilaiset piipahtivat Sampolan myymälässä, joka sijaitsee Hämeenlinnan keskustassa.

Kaupun hyllyiltä löytyy koriste-esineitä, käsitöitä, lasten leluja, harjoja, mattopiiskoja, huonekaluja ja paljon muuta tavaraa. Islantilaiset ihastelivat myymälän tuotteita. – Upeaa käsityötä. Todella taitavaa työtä! Lilja ja Vala sanoivat.

Sampolan työkeskuksessa Valde Räsänen esitteli paikkoja ruokalista työtiloihin. Lilja ja Vala olivat erityisen kiinnostuneita siitä, mitä kuurosokeat tekevät Sampolassa. Lilja on nimittäin Islannin kuurosokeiden aluesihteerin. Vala taas työskentelee sokeiden ja heikkonäköisten pienryhmäkodissa, jossa on yksi kuurosokea asukas.

Sampolan eri työpisteissä vieraat tapasivatkin myös kuurosokeita. Keskustelut käytiin kämmeneen kirjoittamalla ja Valde Räsänen avustuksella.

Lilja ja Vala pitivät Sampolaa kodikkaana työkeskuksena. He pitivät erityisen hyvänä sitä, että ympäristö on täysin viittomakielinen. – Meillä on monta hyvää ajatusta kotinvietäväksi, he vakuuttivat.



Irma Svahn-Valkonen (vas.) emännöi Åvikissa, kun Aila, Vala, Oddny, Lilja, Peter, Pernille ja Inge kävivät tutustumassa taloon.

Åvikissa on kissoja!

Sampolasta islantilaiset jatkoivat matkaa Kuurojenkoti Åvikiin Hyvinkäälle. Joukkoon liittyivät tanskalaiset Pernille Roikjer, Peter Mathiasen ja Peterin viittomakielen tulkki Inge Jensen sekä suomitanska -tulkkina toiminut Aila Öhman.

Pernille ja Peter työskentelevät Åvikin tapaisessa kuurojenkodissa Kööpenhaminassa. Pernille ja Peter olivatkin innostuneita tutustumaan Åvikin asukkaisiin. Puhemiehenä toimi Peter, joka on kuuro. Peter ymmärsi mainiosti suomalaisia viittomia, ja Åvikin asukkaat ymmärsivät Peterin tanskalaisia viittomia. He ihmettelivät miten Peter voi osata niin hyvin suomea!

Tanskalaiset kiinnostuivat kuulles-

saan, että joillakin asukkailla Åvikissa on kotieläimiä, kissa tai koira.

– Meillä on juuri keskusteltu tästä aiheesta ja päädytty siihen, ettei kotieläimiä saa olla, Pernille kertoi.

Pernille ja Peter olisivat halunneet viettää enemmän aikaa Åvikin asukkaiden kanssa. Siitä huolimatta vieraat olivat kokemuksiinsa tyytyväisiä.

Peter aikoo ruveta askartelemaan omien asiakkaidensa kanssa paperitöitä, joita hän näki Åvikissa. Ja Pernille aikoo uudistaa työtiloja: enemmän valoa ja kontrasteja sisätiloihin liikkumisen helpottamiseksi.

Kaiken huipuksi vierailu johti alustavaan suunnitelmaan siitä, että joku tanskalainen kuurosokea voisi tulla lomamatkalle Åvikiin. (A-LR)

Arlainstituuttiin ryhmä kuurosokeille

Arlainstituutti tarjoaa ensi elokuusta lähtien valmentavaa koulutusta kuulonäkövammaisille ja kuurosokeille. Siinä jokainen voi rakentaa itselleen sopivan opiskelu- tai työllistymissuunnitelman.

Arlainstituutti ei ole aiemmin kohdistanut opetusta erityisesti kuurosokeille. Kuurosokeat ovat saaneet ja saavat edelleen hakea kaikille Arlainstituutin kursseille. Nyt halutaan kuitenkin luoda myös erityinen opiskeluryhmä kuulonäkövammaisille. Tavoitteena on oppia yhdessä enemmän kuin eri kursseilla yksinään.

– Ryhmä voi tukea yksilöä. Tavoitteena on lisäksi opetella taitoja, joita voi oppia vain ryhmässä: ryhmätyöskentelyn menetelmiä ja kommunikointia ryhmässä ilman tulkkia, kertoo rehtori Jouni Onnela.

Monipuolista opetusta

Ryhmän on tarkoitus pysyä yhdessä vuoden kestävästi valmentavan jakson ajan. Sen jälkeen kukin jatkaa opintojaan tai pyrkii työelämään omien suunnitelmiansa mukaisesti. Opiskelu voi jatkua esimerkiksi

Arlainstituutin ammatillisena koulutuksena, muissa oppilaitoksissa, korkeakoulussa tai yliopistossa. Valmentavan jakson aikana voidaan rakentaa myös hyvin yksilöllisesti työllistymiseen tähtäävä suunnitelma.

Valmentavan jakson aikana kehitetään perustaitoja, joita tarvitaan itsenäistä elämää, opiskelua ja työelämää varten. Ohjelmassa on myös kommunikaatiotaitojen kehittäminen sekä opiskelutekniset taidot. Jakson aikana pyritään myös kokonaisvaltaiseen itsensä kehittämiseen.

Valmentavalle jaksolle toivotaan noin 6–8 opiskelijaa. Hakemukset pitäisi lähettää Arlainstituuttiin mahdollisimman nopeasti, sillä tavoitteena on tavata opiskelijat jo kesäkuun alussa.

Arlainstituutti toimii Espoon Leppävaarassa. Siellä opiskelee noin 150–180 opiskelijaa.

Yhteystiedot: oppilasohjaaja Irmeli Hirvelä puh. 09–511 08244. Rehtori Jouni Onnela puh. (09) 511 08200 ja fax (09) 511 08300. (A–LR)

Terapiaa hevosen selässä

Suomen Kuntoutusliitto järjestää ensi kesänä eri puolilla Suomea ratsastusterapiakursseja. Ratsastusterapia on kuntoutusta, joka tapahtuu yhdessä ratsastusterapeutin ja hevosen kanssa. Siihen voivat osallistua kaikenikäiset ja eri tavoin vammautuneet ihmiset.

– Kursseille tulee henkilökuntaa tulee sen mukaan, mikä on tarve. Kuurosokeat tietysti tarvitsevat lähinnä tulkkia, sanoo järjestösihteeri Taavetti Paavilainen Suomen Kuntoutusliitosta.

Hevonen herättää ihailua

Hevosella on erityisominaisuuksia, joita ratsastusterapiassa hyödynnetään. Hevonen on yhteistyöhaluinen ja sosiaalinen olento. Se vastaa aina jollain tavoin, kun sitä lähestyy. Se on kärsivällinen ja sieittää ärsytystä.

Hevosessa on myös jännittävää vetovoimaa. Se herättää kunnioitusta ja ihailua voimakkaalla olemuksellaan ja nopeudellaan. Hevosella on lisäksi erityisominaisuus: se pystyy kantamaan ratsastajaa.

Hevosen selässä istuvaan ratsastajaan välittyy moniulotteisia ja rytmisiä liikeitä, jotka ovat samantyyppisiä kuin ihmisen kävelyssä. Ratsastaja harjoittaa tasapainoaan luonnollisesti. Liikekokemusten lisäksi hevonen tarjoaa monipuolisia tunto-, haju-, kuulo- ja näköaistikokemuksia.

Vammaisen on usein tottunut siihen, että häntä autetaan. Ratsastusterapiassa hän on kuitenkin se, joka hoitaa, suunnittelee ja toteuttaa. Pelon voittaminen, onnistumisen elämykset ja luottamus omiin kykyihin vahvistavat omaa minää ja itsetuntoa.

Suomen Kuntoutusliiton ensi kesän kursseille voi vielä kysellä paikkoja, vaikka hakuajat ovat jo umpeutuneet. Järjestösihteeri Taavetti Paavilainen lupaa, että mukaan pääsee mikäli tilaa on. Kurssit ovat RAY-rahoitteisia ja KELA-kustanteisia.

Tiedustelut: Suomen Kuntoutusliitto, Oltermannintie 8, 00620 Helsinki, puh. (09) 7527 5156.

Lähde: Ratsastusterapia, julk. Suomen Kuntoutusliitto. (A–LR)

Rintasyövän oireet voi itse todeta

Rintasyöpä on naisten yleisin syöpä. Suomessa siihen sairastuu vuosittain yli 2800 naista. Arvioiden mukaan joka kymmenes nainen sairastuu siihen jossain vaiheessa elämänsä.

Rintasyövästä voi kuitenkin parantua. Mitä varhaisemmassa vaiheessa syöpä todetaan, sitä paremmat mahdollisuudet siitä on parantua. Rintasyövän tavallisin oire on kyhmy rinnassa.

Syövästä johtuvien oireiden löytämiseksi on järjestetty seulontaa eli joukkotarkastuksia. Yksi seulontatapa on rintojen röntgenkuvaus eli mammografia. Sitä järjestetään 50–59-vuotiaille naisille. Toinen seulontatapa on se, että gynekologi tutkii naisen rinnat kerran vuodessa.

Mamaohjelma

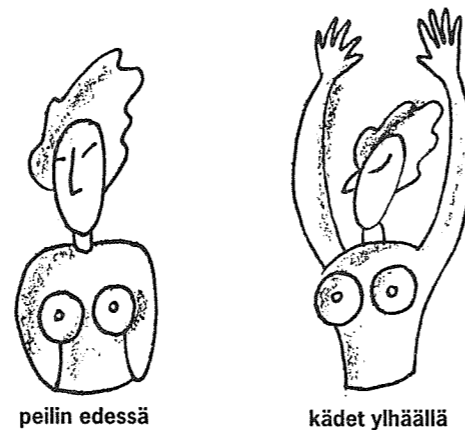
Kolmas tapa perustuu naisen omaan aktiivisuuteen. Kyseessä on mamaohjelma, jonka on kehittänyt suomalainen lääketieteen tohtori Gisela Gästrin.

Mamaohjelma toimii niin, että nainen itse tutkii rintansa säännöllisesti

kerran kuussa. Omatoimisen tarkkailun tukena on mamakortti ja tarkkailupäiväkirja. Jokainen nainen opastetaan henkilökohtaisesti niiden jatkuvaan käyttöön.

Mamaohjelma on siis jotain muuta kuin pelkästään kehoitus tarkkailla rintoja. Pelkkä valistus ei nimittäin johda käytännön tuloksiin. Naiset eivät jaksaa tarkkailla rintojaan alkuinnostusta kauempaa.

– Mamaohjelmaan kuuluu opastus, jossa terveydenhuollon ammattilainen tai muu mamavalmennuksen saanut henkilö kertoo naiselle rintojen tarkkailusta ja ohjelman toteuttamisesta. Jokainen opastettu saa mamakortin ja tarkkailupäiväkirjan, sekä ohjeet miten niitä käytetään, Gisela Gästrin kertoo.



Piirroskuva: Suomen Syöpäyhdistyksen julkaisu Tietoa rintasyöpäseulonnasta.

Mamaohjelma on osoittanut tehokkuutensa. Ohjelmaan osallistuneista peräti 55 prosenttia teki tarkkailusta pysyvän osan elämänsä. Ilman mamaohjelmaa vastaava luku oli vain 2 prosenttia. Mamaohjelmaa noudattavien naisten rintasyöpäkuolleisuus aleni kolmanneksella.

Pieni kasvain paranee

Säännöllisen omatoimisen rintojen tarkkailun idea on siinä, että naiset oppivat tuntemaan rintansa – he tietävät miltä omat rinnat tuntuvat terveinä. Jos muutoksia tapahtuu, ne on helppo huomata.

Rintasyöpä voidaan yleensä parantaa täysin, mikäli kasvain löydetään 1,5 sentin kokoisena ja paikallisena.

– Jos nainen on oppinut tuntemaan rintansa terveinä, hän on hyvin taitava löytämään 1,5 sentin mittaisen syövän aiheuttamien muutosten oireita, Gisella Gästrin sanoo.

Rintasyövän vaaratekijöitä ei tunneta vielä tarkasti. Syöpään sairastumisen riskiä lisäävät etenkin hormonitoimintaan liittyvät tekijät. Tärkein hoitomuoto on leikkaus.

Yhteystietoja:

ProMama ry, puh. (09) 504 1190.
Suomen Syöpäyhdistys ry puh. (09) 135 331 (A–LR)

Ritva Sandelin lähtee

Olen lopettelemassa työtäni kuurosokeiden aluesihteerinä Uudellamaalla. Aluesihteerin työ on ollut mielenkiintoista ja haastavaa. Kahden vuoden aikana olen tutustunut mukaviin ihmisiin ja ollut kanssanne monenlaisissa asioissa mukana.

Olen hakenut perhesyiden takia työhön kotipaikkakunnalleni Hyvinkäälle. Minulla on kaksi pientä poikaa (Arttu 3 v ja Juuso 5 v). Poikien hoitopäivät lyhenevät parilla tunnilla päivittäin äidin uuden työn myötä.

Elokuussa aloitan työni Kuurojenkoti Ävikissä. Tervetuloa Äviikkiin tapaamaan kuurosokeita ja kuuroja asukkaita sekä minua.

On aina opittava luopumaan jostakin, uskoen, että tilalle tulee jotakin uutta.

Irja Kilpeläinen

Pääsiäismuistoja

Ritva Väisänen

Lapsuudessani Pitkäperjantai oli todella pitkä ja synkkä päivä. Silloin piti pysytellä kotona. Ei voinut mennä naapurin lasten kanssa leikkimään. Mutta jos ei olisi Pitkäperjantaita, ei olisi Pääsiäistäkään. Pääsiäinen on iloinen juhla.

Erään Pitkäperjantain muistan erikoisen hyvin. Silloin 8-vuotias pikkuveljeni katosi. Joku oli nähnyt hänet ja hänen kaverinsa leikkimässä lähistöllä virtaavan Kymijoen rannalla. Etsimme heitä kaikkialta. Isä kulki pitkin rantoja, äiti itki kotona, siskoni ja minä etsimme ja huhuilimme läheisestä metsiköstä. Mutta turhaan, poikia ei näkynyt eikä kuulunut.

Tilanne tuntui jo aivan toivottomalta, kunnes pojat tulla tallustelivat kotipolkua pitkin, kaikessa rauhassa. – Missä olette olleet? huusimme yhdestä suusta. – Kirkossa, pojat vastasivat viattomin ilmein. He olivat olleet rannalla leikkimässä. Kun kirkonkellot alkoivat soida, niin pojille tuli mieleen, että lähdetään päs kirkkoon, koska on Pitkäper-

jantai. Ja sen he myös tekivät, ei ollut aikaa käydä kotona lupaa kysymässä.

Eiväthän vanhemmat voineet olla vihaisia, kun saivat lapsensa terveinä takaisin – ja kun vielä kirkossa.

Pääsiäislauantaina eli lankalauantaina olivat noidat liikkeellä. Ne kävivät keräämässä Palmusunnuntaina hankittuja virpomispalkkoja. Mekin naapurin tytön kanssa laitauduimme noidiksi. Vähän nokea poskiin, huivi päähän ja äidin hame päälle. Pieni kori käteen ja matkaan. Kiersimme talosta taloon ja saimme palkaksi kiiltokuvia, makeisia, kananmunia ja rahaa – kolikoita – jotka laitoimme koriin.

Kotimatalla meidän oli ylitettävä joen yli johtava silta. Sillalla korin kantaja kompastui, kori lensi hänen kädestään ja sen sisältö ympäri siltaa. Sinne vierivät kananmunat, makeiset ja monta kolikkoa puto sillanraoista jokeen. Siinä polvilamme katselimme alas sillanraoista, mutta eihän siellä näkynyt kuin virtaavaa vettä.

Kyöneleet nousivat noidille silmiin ja valuivat alas nokisia poskia. Kotona äiti antoi meille makeaa mämmiä, jota hän oli itse tehnyt. Laittoi päälle kermaa ja sokeria. Murheet unohtuivat ja jäihän meille sentään jotakin jaettavaakin.

Pääsiäinen on liikkuva juhla. Joskus se on maaliskuussa, joskus vasta huhtikuun loppupuolella.

Usein lapsuuteni pääsiäisinä pihamaa oli jo ihan kuiva. Silloin hypäsimme lautaa. Se tapahtui siten, että pitkä leveähkö lauta laitettiin poikittain olevan halon päälle ja hyppääjät asettuivat laudan molempiin päihin. Vuorotellen hypättiin ja kukutettiin (lennätettiin) toinen korkealle ilmaan. Se oli hauskaa.

Hypättiin myös ruutua eli kinkattiin. Piirrettiin tikulla hiekkaan ruudukko, ja yhdellä jalalla hypättiin ruudusta toiseen. Jos astui viivalle, piti hypätä takaisin ja aloittaa alusta. Tytöt pelasivat palloa ja hyppäsivät narua. Pojat kaivoivat esille polttolasit ja kortit ja käry kävi seinustalla.

Kevät-iltana mökillä

*Kullan keltaista, purppuraa auringon laskua katson.
Sitä hiljaisuus ympärillään tuulen vire keinuttaa.*

*Kaislikko, sorsan poikue lahden pohjukassa.
Pian on kevätyö tullut,
olen mökillä ja katselen sen kauneutta.*

Hilkka Nieminen

Sukset luistaa

Juhani Ylläsjärvi

Aloitin hiihtämisen ennen joulua. Tavoitteeni oli, että ennen joulua hiihdän 20 kilometriä. Olen tyytyväinen, sillä harrastus on edennyt tavoitteen mukaisesti. Aloitin varovasti, ettei innostus lopu kesken.

Hiihdin 11-vuotiaana 30 kilometriä päivässä ja 12-vuotiaana 20 kilometriä päivässä. Sen jälkeen into melkein loppui kokonaan. Harjoittelu oli liian rankkaa ja kyllästyin. Hiihtomatkat lyhenivät muutamaankilometriin päivässä. Meni vuosia, etten hiihtänyt ollenkaan. Joskus tein lyhyitä kävelylenkkejä, kun kävin ystävien luona kylässä.

Kolme vuotta sitten Ylläsjärven kylässä entinen kilpahiihtäjä neuvoi, miten pitää aloittaa. Hänkin varoitti liian rajusta harjoittelusta.

Viime keväänä, 30 vuoden tauon jälkeen, aloin taas tehdä pitkiä hiihtolenkkejä. Matkat olivat 20–30 kilometriä päivässä. Ensi talvena aloitan vieläkin varovasti, ettei käy niinkuin aikaisemmin, että innostus loppuu kesken. Mietin, että mistä löytyisi hyväkuntoisia tukihenkilöitä. Tarvitsen myös oikeaa valmennusta. Olen jo keskustellut asiasta erään liikunnanohjaajan kanssa.

Arvaa kuka?

Hilkka Hyötylä

Olen usean kerran ollut muutamien henkilöiden kanssa samassa tilanteessa. Tervehdimme ja minulta kysytään: Arvaa kuka minä olen?

Tuntuu pahalta, kun en näe enkä voi arvata. Olisi hyvin tärkeää, että kun tapaamme, voisi henkilö sanoa nimensä heti ja sitten vaikka halataan. Tapaaminen on iloinen asia. Siis toivon, että kerrot heti nimesi, että tiedän ketä halaan.

Asun Hämeenlinnassa, Sampolan palvelutalossa. Sampolassa on kymmenen kuulevaa/näkevää työssä. Heillä tieto kulkee ja rikastuttaa elämää. Sampolan kuurotkin tietävät paljon asioista. Itse olen kuurosokea ja tiedonsaantini on tosi köyhää. Tiedot ja juorut eivät tavoita kuin pieninä murusina. Ehkä kuulevat ja kuurot eivät viitsi kertoa asioita tai juoruja kuurosokeille. Ehkä kertominen myös kielletään, koska ne eivät sovi kuurosokeille.

Muutto edessä

Ossi Rajala

Kesällä 1995 oli Tuntosarven etusivulla komean näköinen kuva talosta, joka on saanut lempinimekseen Kulkurin kartano. Nyt tämä talo on vaihtanut omistajaa. Minä muutan täällä Vääksyssä lähellä linja-autoasemaa olevaan kerrostaloasuntoon, sen ensimmäiseen kerrokseen. Siellä minulla on 58 neliötä käsittävä huoneisto. Talossa on mm. seitsemän metrin uimaallas, takkahuone ja kellari, kylmiö ja muuta tilaa. Huoneiston parvekkeelta avautuu mukavat maisemat kanavalle ja Vesijärvelle ja tanssiravintolan alueelle, jonka nimi on nykyisin Impivaara. Onpahan oltava varovainen, vaaroja on näköjään tarjolla.

Nyt tuntuu paremmalta, kun pääsee paremmin mukaan yhdistyksen toimintaan, lomaleireille ja muuallekin. Ei tarvitse aina olla varasarakädessä ravaamassa ympäri taloa. Nyt alkaa jälleen kuulumaan tuttu laulu ja harmonikan soitto aina siellä missä liikun. Kesäkuun ensimmäisestä päivästä alkaen osoitteeni on: Härjutie 1 B 7, 17200 Vääksy.

Touhunen torstai ja perjantai

Vieno Hyttinen

Meninpä sosiaalityöntekijämme Kaija Pekkasen luo sovittuun aikaan. Koputin oveen. Ei avaudu. Odotin vähän aikaa. Kaija tulee ruokalasta kahvitauoltaan. Hän avaa oven. Hämmästyin, kun Kaija kertoo, että tänään on muuttopäivä. Vanhat huonekalut oli viety pois. Vain pyörillä varustettu tuoli oli huoneessa ja kaikki muu oli lattialla odottamassa uusia säilytystiloja, pöytää ja kaappeja. Mutta asia hoidettiin näissäkin puitteissa. Illansuussa menin tapamaan tulkinvälittäjää. Hän löytyi ruokasalista. Matkalla sinne käteni kosketti paperilappuja, jotka oli laitettu jokaisen oven viereen, merkiksi minne tulee uudet huonekalut.

Perjantaina oli lappuja enemmän ja kiirettä työntekijöillä niin, että aikaluihin tuli pieniä muutoksia. Lauantainakin oli lappuja tangoilla; huomasi sen, kun liikunnanohjajamme Pentti Pietiläinen ohjasi minua liikkumaan vasenta laitaa pitkin neuvontapisteeseen. Kuljin reittiä keppini kanssa. Mutta en pääsyt perille kun neuvontapisteen edessä oli joukko purkamattomia

huonekalupakkauksia. Käännös takaisin. Vuorossa oli oikea laita.

Sunnuntai-ilta ja lappuja riittää vieläkin. Nyt huonekalut on paikallaan. Mutta koneita ja nimikilpiä vielä puuttuu. Johtajamme Kirsti Tamminenkin oli järjestämässä tavarointaan. Järjestelyjä ja suunnitelmia riittää kyllä kevään aikana ennenkuin toiminta alkaa sujua joustavasti ja suunnitelmien mukaan. Uudisrakennus on nykyaikaisen hieno ja tilava – kiitos ahkerien rakentajien.

Kiitos!

Lämpimät kiitokseni Suomen Kuurosokeat ry:lle, Kuurosokeiden toimintakeskuksen työntekijöille ja asukkaille sekä Tampereen kuurosokeiden kerholaisille. Yhdessä järjestitte minulle ikimuistaisen juhlahetken, kun sain vastaanottaa Vuoden Kirjoittajan kiertopalkinnon 18.4.1997.

Se oli minulle täydellinen yllätys, sillä en osannut ajatellakaan, että tulisin valituksi niin monen kirjoittajan joukosta. Toivon osaavani kirjoittaa rakentavasti tulevaisuudessakin.

Kiitos kaikille asiaan vaikuttaneille!

Vieno Hyttinen