

Parransänki naurattaa

Eila Särkimäki

Suven lämpöiseen
ota syliin.
Saanhan, taimi kultainen
ikioma pulunen,
Sinun olla,
yksinoikeudella kehrätä,
tulenpunaisena hehkua,
riemuita - rakkauden liekissä
kera kissankellojen.
Hellyyttä, huolenpitoa,
syleilyssä lohtua.
Elämän hunajaa tovin,
virtojen pauhut
menneet jo ohi,
kyyneleet haihtuneet.
Elon mansikoita
läheisyytesi tuoksuinen.

TUNTOSARVI 26.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: Katri Pyykkö **Toimittaja:** Raili Karisaari

Toimitusneuvosto: Heli Huotarinen, Pekka Juusola, Ulla Kungas, Pentti Kähkönen (pj),
Riitta Ruissalo, Raili Karisaari (siht), Katri Pyykkö.

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

TUNTOSARVI

Suomen Kuurosokeat ry  Kesä-heinäkuu 6-7/2000



Matkoilla



**Kuulonhuoltoliitto 70 v,
Näkövammaisten kirjasto 110 v.**



Muotia ja aurinkoa

Sisältö

Kuurosokeiden matkailu- kokemuksista kerätään tietoa..	2
Pääkirjoitus	3
Kokemuksia ja näkemyksiä Intiasta	4
Sauna tekee vaelluksella hyvää	7
Retki Turkuun ja Naantaliin	9
Viisi kysymystä	10
Hugon taidetta Ateneumissa	11
Kuulonhuoltoliitto täytti 70-vuotta	13
Esteetön Helsinki	14
Näkövammaisten kirjasto juhli 110-vuottaan	15
Tänä kesänä pukeudutaan värikkäästi	16
Kerro, auttaako kulttuuri?.....	17
Itämainen tanssi on myös näkö- ja kuulonäkövammaisille	18
Kesä, aurinko ja itikat	20
Helsingissä puhuttiin tulkkipalveluista	22
Leikkeitä eri lehdistä	23
Runo: Parransänki kutittaa	24

Kansi: Lapissa on käyty myös kuurosokeiden yhteisellä vaelluksella. Kuvassa Seija Troyano, Juho Virtanen ja Paavo Korhonen. (Kuva: J.Säynäjäkangas)

Seuraava Tuntosarvi ilmestyy 23.8. Aineiston on oltava toimituksessa 11.8.2000

Kuurosokeiden matkailu- kokemuksista kerätään tietoa

Tämän lehden teemana on matkailu. Vaikka kuulonäkövammaiset matkustelevat aika paljonkin, juttuja matkustamisesta ei tullut montaa.

Tiedoksi kuitenkin kaikille, että **Eija Könönen** kerää tietoa siitä, millaista kuulonäkövammaisten matkustaminen on. Mitä asioita pitäisi ottaa huomioon, kun tarjotaan kuulonäkövammaisille matkailupalveluita. Varmasti Eijaa kiinnostaa niin hyvät kuin huonotkin kokemukset. Eijalle voi lähettää postia osoitteeseen Eija Könönen, Näkinkuja 6 B 44, 00530 Helsinki. Postia voi lähettää myös äänikasetilla, tavallisella C-kasetilla.

Henkilö kertoi fysioterapeutille, että hänellä on pissankarkailu ongelma ja kysyi: "Mitä suosittelette?" Huonokuuloinen fysioterapeutti vastasi. "Teidän tulisi hankkia kissalle talutusvaljaat." (Vitsin kertoi teille Pentti Lehtinen) ■

Historialla on merkitys

Ensi vuoden juhluvuotta valmistellaan jo. Tuntosarvessakin on peräänkuulutettu tarinoita järjestön historiasta, erityisesti kerhojen toiminnasta. Tämä kuulutus tuotti mielenkiintoisen tuloksen.

- Helsingiläinen **Aatu Moilanen** tuli järjestömme tiedotukseen yhdessä vaimonsa kanssa. Aatu on nykyään itsekin sokea. Aatu kertoi meille **Maria Siirtosesta**. Hän oli kuurosokea, joka kirjoitti runoja ja oli paljon kirjeenvaihdossa muiden kuurosokeiden kanssa. Hän oli aktiivinen kaikin puolin ja tunsu monia muita kuurosokeita. Maria Siirtonen kuoli jo vuonna 1972. Nyt toivoisimmekin, että hänen kanssaan kirjeenvaihdossa olleet henkilöt voisivat kertoa hänestä enemmän. Jos Marian kirjeitä on tallella, niitä voisi lähettää järjestön tiedotukseen. Voisimme arkistoida ne tulevaisuutta varten.

Kuurosokeiden kirjeiden ja muistojen arkistointi tuo mahdollisuuden siihen, että tulevaisuudessa on mahdollisuus tutkia kuurosokeiden

elämää ennen vanhaan. Mitkä asiat ovat merkinneet ihmisille paljon ja millaista arki on ollut.

Juhlavuoden suunnittelu on meneillään ja sen rahoitusta mietitään. Ajatuksia ja ideoita juhluvuoden viestosta voi lähettää tiedotukseen. Sieltä ne viedään eteenpäin eri työryhmille. Yhteystiedot löytyvät lehden lopusta. Juhlavuoden teema on "**Kommunikaatio - avain elämään**". Suunnitelmissa on jo kulttuuria, vakavampaa juhlintaa, historiikki ja korttisarja tänä vuonna toteutettavan taidekilpailun sadosta.

Maria Siirtonen osallistui aikoinaan Hämeenlinnassa Ilonpisarassa kesällä pidetyille kuurojen leirille. Leiri innoitti hänet kirjoittamaan runoja. Toivottavasti tänä vuonna kesäpäivät ja kesäkisat saavat ihmiset innostumaan, harrastamaan ja tekemään erilaisia asioita. Mutta tärkeintähän on tavata tuttuja kauniissa, kesäisessä ympäristössä, vai mitä?

Katri Pyykkö
päätoimittaja

Kokemuksia ja näkemyksiä Intiasta

Matkusti Oiva Hellman

Oli kummallista, kun lähdimme Intian matkalle vaimoni kanssa, en tuntenut matkakuumetta. Lähtö sujui tavanomaisella rutiinilla, juna- ja lentoaikataulut pitivät kutinsa. Lensemme Goaan, Intiaan yöllä ja saavuimme kello seitsemän paikallista aikaa. Aika on siellä kolme ja puoli tuntia edellä Suomen aikaa. Meitä tervehti pehmeä unelias trooppinen lämpö kaikkine erilaisine tuoksuihin. Bussimatka hotelliin oli kokemus. Vanhanaikainen ja jämäkkä bussi ajoi läpi tiheästi asutun maakunnan. Liikenne oli kaoottista. Autot, moottoripyörät, pyöräilijät, jalan-kulkijat ja lehmät liikkuvat teillä ja kaduilla. Minkäänlaisia liikennesääntöjä ei näyttänyt olevan.

Yllätyimme, kun hotellissa kahden hengen huoneen sijasta meillä oli kahden huoneen ja parvekkeen huoneisto. Huoneet oli kalustettu persoonallisesti ja miellyttävästi, joskin niukasti. Huoneistomme sijaitsi kolmannessa kerroksessa, se oli kulmahuoneisto. Parveke oli iso ja erittäin siististi kalustettu, ja se

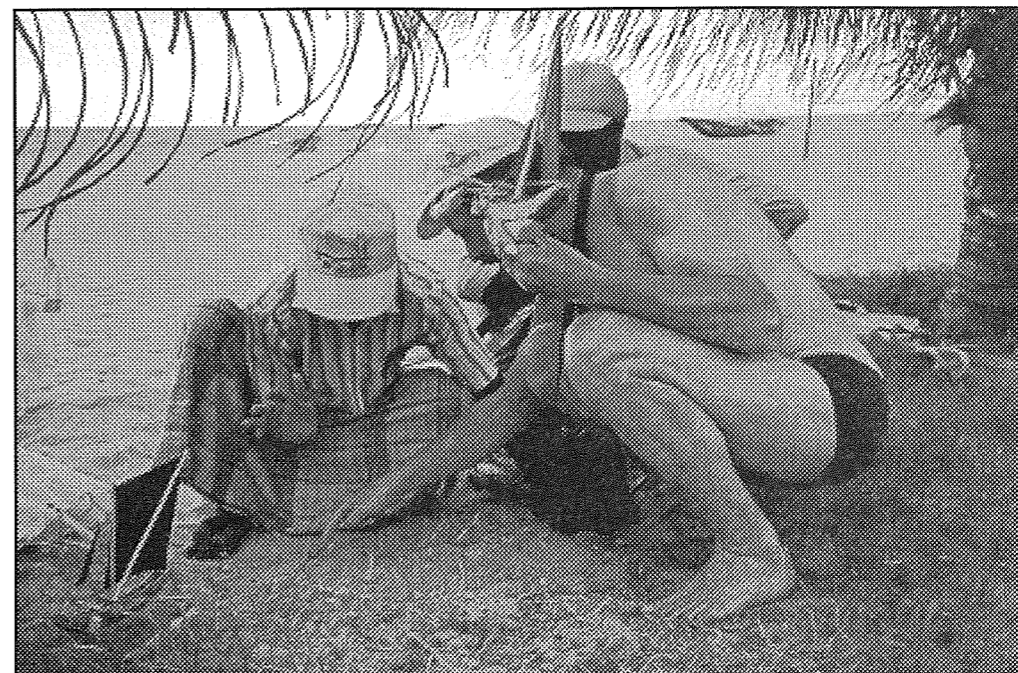
avautui kahteen suuntaan. Suuri puu varjosti parvekettä.

Goa

Goan alue on luonnonantimiltaan hyvin monipuolinen. Kilometrien mittaisia hiekkarantoja reunustavat palmumetsät. Viljavalla seudulla viljellään riisiä, maissia, sokeriruokoa, perunaa ja monia muita viljakasveja. Sisämaassa vuorilla ja kukkuloilla viljellään hedelmiä, pähkinöitä, mausteita ja teetä. Vuoristosta löytyy rautamalmia. Aivan Mandowijoen suulla sijaitsee vuosisatoja vanha kauppapaikka, Old Goa. Sen kautta ovat vuosisatojen aikana Intian silkit ja mausteet lähteneet maailmalle.

Nobelin palkinnon saaneen **Äiti Teresan** hoitokoti oli hyvin mieleenpainuva kokemus. Vaikka paikka yksinkertaisuudessaan ja karuudessaan oli monelle meistä järkytys, huomaa monista vanhuksista, että se on heille koti. Ympäristö on hyvin siisti, makuusalien vuoteita

Palmujen alla Arabianmeren äärellä. Takana hiekkarantaa ja meri. (Kuva: O.Hellman)



myöten. Kaikki, jotka pystyvät jotain tekemään, huolehtivat päivittäisten töiden tekemisestä.

Retkiä

Matkan aikana teimme retkiä. Panajin kaupunki oli viehättävä. Rakennukset ovat matalia. Sen kaduilla ei turistikaan eksy. Siellä on isoja vihreitä puistoja. Iltavalauksen aikaan Mandowijoen kilometrien pituinen ranta on kaupungin nähtävyys. Kaupungissa on rauhallista. Kaikkialla on melko siistiä ja rakennuksetkin on hyvin hoidettuja.

Teimme myös päivän laivamatkan Mandowijokea ylös sisämaahan. Silloin näki kunnolla, millainen on yltäkyläisen vihreä trooppinen maisema. Kun pääsimme pois suistoalueelta, rannan metsiköt muuttivat tiheiksi ja korkeiksi. Joella ei ol-

lut enää tuulenvirettä. Oli tulikuuma. Rannoilla näkyi välillä laiturin tapainen, olkikattoisia asumuksia, yksittäisiä kotieläimiä ja jopa ihmisiä. Siirryimme laivasta pois ja lounaan jälkeen jatkoimme matkaa vuorille. Tutustuimme mausteviljelmään ja pippurin kuivaukseen ja muihin työvaiheisiin.

Basaarissa

Kävimme erään pohjoisen pikkukaupungin markkinoille. Paikalla oli jo satoja busseja ja lisää tuli. Ajauimme muiden mukana basaarin (markkinoiden) syövereihin. Näkymä oli kuin tuhannen ja yhden yön saduista. Myynnissä oli kaikkea, mitä voi kuvitella.

Jäimme vaimoni kanssa seuraamaan tapahtumia varjoisaan nurkkaukseen. Kadulla käveli varakkaan

näköinen maharadja tyyppinen mies. Hänellä on tyyppinen asu. Asusteet paitsi päähine, olivat hillitysti somistettu helmillä ja jalokivillä. Jalassa hänellä on kultasomisteiset pölyttömät nahkasandaalit. Kaikkia vaatekappaleita yhdisti harmonia ja kauneus. Paikalliset eivät noteeranneet häntä näkyvästi. Turistit katselivat hieman kummastellen. Ymmärsin, että hän kuului siihen kirjajaan joukkoon juuri sillä hetkellä.

Ihmisiä liikkui kuin muurahaisia ahtaalla kauppakujalla. Puolialastomat kauppa-apulaiset ja kauppiat kantoivat säkkejä, koreja, mattoja ja mitä mielikuvituksellisempia nyyttejä ja nyssyköitä. He levittivät niiden sisällön myytäväksi. Helle oli miltei sietämätön. Punainen pöly kohosi maasta. Siihen sekoittui mausteiden, hajusteiden, lian, hien ja mitä ihmeellisempien tuoksujen sinfonia.

Merellä

Meriretkellä meidänkin veneemme viereen ilmaantuu parvi delfiinejä. Ihmiset ovat ahneita ja julmia. Opas kertoi, että delfiinit ovat suosittu salametsästyksen kohde.

Tulimme veneellä hienohiekkaisen saaren rantaan. Ranta oli palmujen reunustama ja se oli kilometrien pi-

tuinen. Intiassa rannat omistaa valtio, ja ne ovat kaikkien käytössä. Osa ryhmästä lähti kalastamaan, me jäimme muiden kanssa pystyttämään keittiötä, aurinkosuojaa ja kenttäkäymälää. Uimme myös Arabianmeren aalloissa. Vesi oli kirkasta ja lämmintä, noin 27 asteista. Merituuli ja vuorovesi sai aikaan pieniä maininkeja. Uiminen oli nautinto. Ihminen kellui kuin korkki, koska meri on niin suolainen. Kalastajat palasivat ja toivat saaliin, josta tunnistin ainoastaan kampelan. Lounaana oli foliossa haudutettuja perunoita, vihreää salaattia, grillattua kalaa, erilaista leipää pienine lisukkeineen.

Yö olkimajassa

Eräällä retkellä vietimme ikimuistaisen yön majoissa palmujen alla suuren meren äärellä. Palvelu toimi täälläkin hyvin. Majat oli rakennettu bambusta ja olijista. Niiden seinistä näki läpi. Paikka oli pienen kalastajakylän lähellä rauhallisessa lahdenpoukamassa. Kävelimme sinne kilometrin verran läpi tiheän palmumetsän. Palmumetsässä ei ole aluskasvillisuutta, ei ruohoa. On vain vaalea hieno hiekka.

Seurasimme illalla auringonlaskua Arabianmereen. Sitten huomiomme kiinnittyi ”palmunlypsyyn”. Vik-

keläjalkainen paikallinen poika kiiptesi astian kanssa palmuun ketterästi. Ruokailun jälkeen vielä parakas kitaransoittaja esiintyi meille. Samalla katselimme tulikärpästen tanssia sysimustassa yössä.

Intian ruokakulttuuri

Ruoka Intiassa on monipuolista. Intian oma ruokakulttuuri on rikas ja useampi siirtomaavalta on jättänyt myös omat ruokatottumuksensa. Majaretkellä söimme rannalla. Listalla oli lihaa, kanaa, kalaa ja erilaisia äyriäisiä. Niitä oli grillattuna, paistettuna ja tandoor-uunissa haudutettuna. Lisukkeina perunaa, riisiä, herneitä ja erilaisia keitetyjä ja raakoja vihanneksia sekä intialaista ohutta Khali-leipää. Jälkiruoksi oli liekitettyjä banaaneja. Ruoka on yleensä aina hyvää Intiassa.

Intia on pohjattoman mielenkiintoinen maa. Jos minulla vain on mahdollisuuksia menen sinne vielä uudestaan. Menen ehkä katsomaan yhtä maailman kauneimmista rakennuksista, Taj Mahalia, joka on Agran kaupungin lähistöllä. ■

AINAA VÄSYTTÄÄ, VÄSYTTÄÄKÖ LAIMEA? Vitsin kirjoitti P.Lehtinen ■

Sauna tekee vaelluksella hyvää

Kauko Kokkosen haastattelu

Katri Pyykkö

Kauko Kokkonen on matkustellut paljon. Ensimmäisen kerran hän kävi Lapissa 70-luvun lopulla. Silloin hän oli vaeltamassa viikon Saariselällä Urho Kekkosen puistossa yhden kaverinsa kanssa. Hän oli innostunut vaeltamisesta jo aikaisemmin, mutta ei ollut vain saanut lähdettyä.

Kauko on käynyt Lapissa vaeltamassa monta kertaa, ehkä viisitoista. Tarkkaa lukua hän ei muista. Hän saattoi käydä Lapissa parikin kertaa vuodessa. Kaukon vaellukset ovat olleet pitkiä, viikon tai kahden mittaisia. Muutamaksi päiväksi hän ei Lappiin asti lähde.

Alkuaikoina Kauko vielä näki jonkin verran ja hän kävi vaeltamassa myös yksin. Hän halusi näyttää, että pystyy vaeltamaan myös itseksensä käsikopelolla. Yksin vaeltamista Kauko ei suosittelen muille. Se vaatii aika paljon viitseliäisyyttä.

Kaukosta yksin vaeltaminen oli haastavaa. Tunturissa sai olla täysin yksin. Kerran Ounas-Pallastunturin reitillä hän tapasi vain kerran muita ihmisiä. "Jokaisella pyöri oma sisäinen hyrrä. Se hiljenee vasta parin päivän kuluttua yksinäisyydessä. Se on monelle outo kokemus."

Kunnianhimo ajoi vaeltamaan yksin. Enää ei näyttämisen tarvetta Kaukolla ole. Puolet reissuistaan hän on tehnyt yksin, mutta nyt hän on käynyt tauon jälkeen vaeltamassa kaverin kanssa. He ovat taas menossa syksyllä. Kauko ei vaella isossa ryhmässä. Yksi kaveri riittää, sillä tuntureiden vaelluskämpillä on joskus laverinalusetkin täynnä ihmisiä.

Kauko on kuuluisuus. Kun hän tullut kämpälle, siellä on jo tiedetty, että sieltä on joku tulossa käsikopelolla. Kämpillä ihmisiä tapaa, vaikka yksin olisikin vaeltamassa. Ja tuttuihinkin törmää jo. Samat ihmiset käyvät vaeltamassa. Heitä tapaa vuosienkin jälkeen.

Kauko kertoo, että Lapissa näkee kauas toisin kuin etelässä. Lapissa eivät risut ole tiellä. Kun hiihtelee keväthangilla tai vaeltaa ruska-aikaan syksyllä, eivät hyttysenkään kiusaa. Kauko on ollut Lapissa pari kertaa pahimpaan hyttysaikaan. Heti kun teltasta tuli ulos, sai ruveta huitomaan hyttysiä.

Varusteina Kaukolla on rinka, teltta, makuupussi ja spriikeitin. Kauko suunnistaa sokeiden kompassin avulla. Viimeisellä yksinvaelluksellaan vuonna 1987 hän vielä näki kompassin neulan joten kuten, mutta vettä, puita ja kiviä hän ei erottanut.

Sattumuksia

Kauko ei suositteleni yksin lähtemistä muille, koska se on vaativaa ja jotain voi aina sattua. Ruuanlaitto on jännittävää. Pakkasella ruokailuvälineet tarttuvat sormiin ja spriitä pitää kaataa varovasti keittimeen, ettei ihan kaikki pala. Kauko on yöpynyt lumihangessa kuusen alla korvessa. Kauko kertoo, että Saariselällä on saunoja muutamassa kämpässä. A vot, sauna tekee vaelluksella hyvää!

Kerran talvisella vaelluksella, Kauko hiihti tunturin laelle. Hänellä oli pitkät sukset, jotka piti ottaa pois, kun alkoi laskeutua. Yhtäkkiä hän kaatui ja laski mäkeä alas takapuolellaan. Sukset ja sauvat olivat kadoksissa, mutta silloin hän vielä näki jonkin verran putkinäöllä. Toisen kerran, kun hän kaivoi kuoppaa yötä varten, hän tökkäsi sauvalla itseään silmään. Onneksi ei käynyt pahemmin. Niin ja on Kauko eksynytkin, mutta ei pahemmin, koska kerran Jyväskylässä on. ■

Retki Turkuun ja Naantaliin

Riku Virtanen

Tampereen Toimintakeskus järjesti yhteistyössä Frans Leijon-projektin kanssa kesän alussa kesäretken rannikolle. Retkellä oli mukana kuurosokeita, kuuroja ja työntekijöitä yhteensä 36. Matkaa teimme Pounun linja-autolla.

Naantalissa matkanjohtaja **Pentti Pietiläinen** kertoi kylpylästä. Näimme vilaukselta myös Masa-Yardsin telakat, joilla rakennetaan suuria valtameriristeilijöitä. Ensimmäinen pysähdys oli tasavallan presidentin kesäasunto Kultaranta. Kultaranta on presidentin yksityiskoti. Matkailijat eivät pääse Kultarannan päärakennukseen sisälle, mutta valtava ja hyvin hoidettu puutarha on auki yleisölle. Kultarannan on rakennuttanut raumalainen suurliikemies **Alfred Kordelin**. Hän oli Suomen rikkain mies 1900-luvun alussa. Huvilan suunnitteli arkkitehti **Lars Sonck**, joka on suunnitellut myös Tampereen Tuomiokirkon ja monia muita kuuluisia rakennuksia Suomessa. Kultarannan päärakennus muistuttaa keskiaikaista ritarilinnaa. Siinä on korkea torni ja se on ra-

kennettu graniitista. Kultarannasta piti tulla Kordelinin koti, mutta tämä kuoli ennen sen valmistumista. Kultarannan puutarha on Versaillesin puutarhan pienoismalli. Versailles on Ranskan Aurinkokuninkaan 1600-luvulla rakennuttama valtava linna, jonka puutarha on kuuluisa.

Presidentti **Tarja Halonen** muuttaa Kultarantaan viikkoa ennen juhannusta. Hänellä on kissa ja kilpikonna. Olisi hauska tietää, miten Tarjan kissa viihtyy Kultarannassa tulevana kesänä. Ainakin kissalla on iso tila, missä juosta karkuun emäntäänsä.

Menimme syömään Turun Enkeliravintolaan. Enkelitalossa oli sisustuksena enkelinkuvia ja enkelipatsaita seinillä. Jokaisessa pöydässä yksi ruokailija sai enkelilasin. Enkelilasin jalka oli enkelin muotoinen. Sen saaja sai kruunun päähänsä kotimatalla. Ei missä tahansa ravintolassa saa näin hyvää palvelua! Lounaan aikana meille lauloi ranskan kielellä **Iris-laulajatar**. Hänellä oli erikoinen käheä ääni. Ruoka-

na oli porsaankyljystä ja timjamiperunoita. Jälkiruoaksi oli kuohukakua. Lounas oli herkullinen ja hyvää vaihtelua hampurilaisille.

Tutustuimme myös purjelaiva Suomen Joutseneen. Siinä on kolme mastoa ja se on lähes 100 metriä pitkä. Laivassa on kaksi ruoria ohjaukseen. Se hankittiin Suomeen koululaivaksi vuonna 1930. Suomen Joutsen teki kahdeksan valtameripurjehdusta 1930-luvulla. Sodan jälkeen laiva toimi merimiesammattikouluna. Vuodesta 1988 lähtien laiva on ollut Aurajoen rannassa. Laivaa korjataan vuoteen 2002, jolloin se täyttää 100 vuotta. Silloin se otetaan uudelleen museokäyttöön. Näin suuressa purjelaivassa en ole käynyt koskaan. Yläkannelta tuntuu hurjalta katsoa alas. Mastoineen laiva on yli 50 metriä korkea. Sisätiloissa ei korjauksen takia ollut paljon nähtävää. Ankkurikettinki oli miehen jalan paksuista rautakiskoa ja painaa varmasti tuhansia kiloja. Millainen hirvitys onkaan ankkuri?

Kävimme vielä Leafin karamellitehtaan myymälässä ostamassa makeisia. Makeiset olivat niin halpoja, että mahaa alkoi vääntää jo ennen kuin söi mitään. Kotimatalla retkeiläiset olivat väsyneitä. He kertoivat innokkaasti retkestä ja kehuivat sitä. Enkelitalosta ja Kultarannan puutarhasta pidettiin erityisen paljon. ■

Viisi kysymystä

1. Kuka on Venäjän uusi presidentti?
2. Missä on Huippuvuoret?
3. Mitä tarkoittaa sana symboli?
4. Mikä järjestö on Unicef?
5. Kuka kansanedustaja voitti 1972 Münchenin olympialaisissa 10 000 juoksussa kultamitalin?

Vastaukset:

1. Venäjän uusi presidentti on Vladimir Putin.
2. Huippuvuoret ovat Jäämeren saariryhmä. Saaret ovat mannerjään peittämät. Niiden pinta-ala on 62 000 neliökilometriä. Ne kuuluvat Norjalle ja sijaitsevat 600 kilometrin päässä Norjan rannikosta pohjoiseen.
3. Symboli on vertauskuva. Esimerkiksi rauhan symboli on valkoinen kyyhkynen. Taiteessa symboleja käytetään paljon. Näitä symboleja tulkitsemalla voi selvittää taiteeteoksen tai vaikkapa runon merkityksen.
4. Unicef on Yhdistyneitten Kansakuntien kansainvälinen lasten hätäapujärjestö. Se perustettiin 11.12.1946.
5. Kultamitalin voitti Münchenissä Lasse Viren. ■

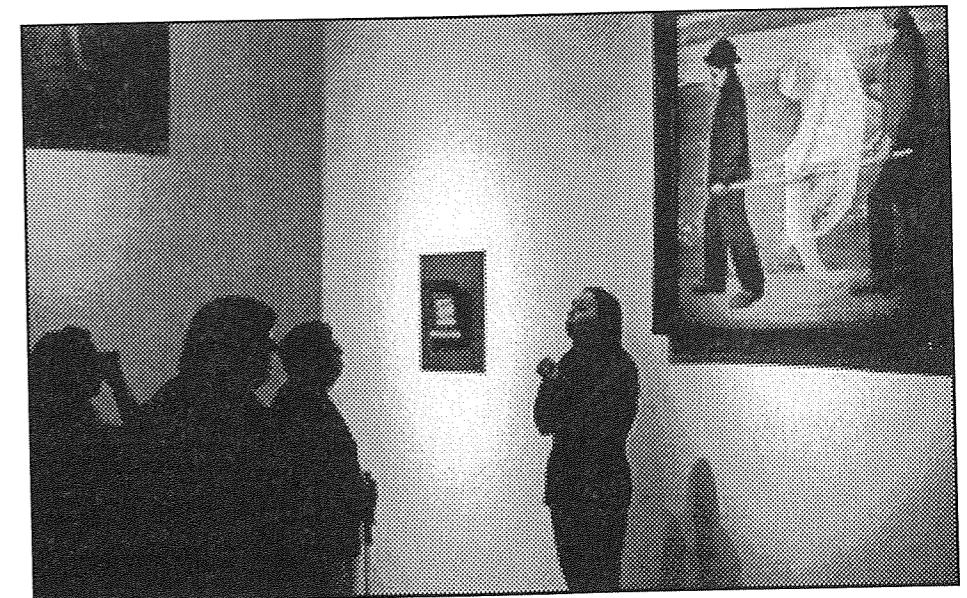
Hugon taidetta Ateneumissa

Hilkka Kasurinen

Hugo Simbergin taide on omalaa-tuista, taiteilijan sisältä tulevaa. Se elää nykyaikanakin. Hugo Simberg eli vuosina 1873-1917. Hän oli taiteilija, jota ei kiinnostanut tehdä tavallisia kuvia arkisista asioista. Paljon tärkeämpää oli maalata kuvia jostain, joka jäi elämään mielessä, piti otteessaan ja avasi ovia toisenlaiseen maailmaan. Taideteoksen täytyy sanoa jotain niin lujasti, että kaikki tempautuvat mukaan. Tämä on sitä taiteilijaa, josta minäkin pidän.

Hugon elämä kulki synnyinkaupungista Haminasta Viipuriin ja sieltä opiskelemaan Helsinkiin. Hugo oli myös **Akseli Gallen-Kallelan** oppilaana Ruovedellä syystalvella,

Haavoittuneen enkelin äärellä. Suomen Kuurosokeat ry:n oppaana Ateneumissa oli Hanna-Leena Rissanen. Hän veti viittomakielisen ryhmän ja toisen ryhmän viitotulla suomen kielellä ja puheella. (Kuva: K.Pyykkö)



vuoden pimeimpänä aikana. Valon vähäisyys ja alituinen hämärä toivat kuoleman kuvat Hugon taiteeseen. Pienten lasten kuolleisuus oli tuohon aikaan maaseudulla korkea.

Hugo Simbergin kuolemasta on yli kahdeksankymmentä vuotta. Ateneumin näyttely oli ensimmäinen, jossa hänen töitään esitellään kattavasti. Näyttely on esillä myös Tampereen taidemuseossa 17.6.-27.8.2000, sen jälkeen Vaasassa Pohjanmaan museossa 22.9.-26.11, ja Turun Taidemuseossa 15.12.-25.2.2001.

Hugolla on ollut paljon luomisvoimaa. Kuoleman, pirujen, Hallan ja

Syksyn ja Haavoittuneen enkelin rinnalla Ateneumin seiniltä katsovat monet muotokuvat, monet vaihtelevat maisemat, kuun nousut, hämärät hetket, järven selät ja purjeheneet kaukana ulapalla.

Hugon oli vaikea ymmärtää elämää. Vielä vaikeampaa hänen oli alistua käyttäytymisen tiukkaan kaavaan. Hän kaipasi vapaampaa elämää. Hugon taide liittyi symbolismiin, kauas arkipäivästä huolettoman pիրuparan, lempeää kuoleman, satujen ja tonttukuninkaan maailmaan.

Hugo ei tykännyt värikkäistä, kiiltelevistä maalauksista tai koreista, kullatuista kehyksistä. Vain rakkaus tekee taideteoksista rehellisiä ja kelpollisia. Hugo on sanonut: ”Jos rakkaus puuttuu, kun synnytystuskat alkavat, lapsesta tulee onneton.”

Minun mielestäni Hugo oli aika vekuli mieheksi. Hän maalasi, mitä mieleen; tuli kuten luuranko kiipeilemässä puussa, toinen makaa massassa ruohomaastossa jalat ristissä autuaassa unessa nälkään kuolleenä. Hugon pirut taas ovat hyvin henkeviä ja elävät keskuudessamme. Hugo rakasti karnevaaleja, näytelmiä ja naamiaisia. Hän eli henkevästi taiteelleen ja antoi ihmisille kuvauksia elämästä. Kouluista Hugo ei välittänyt. Elämä oli koulu.

Meillä olisi paljon opittavaa Hugolta. Meillä on paljon ahdistusta, me emme vaan rohkene sitä kertoa. Yksikään haavoittunut enkeli ei voi sitä kätkeä vaan sitä on kaikilla. Se on totista totta. Tosielämällä ei pidä leikkiä. Se antaa vaan takapakkia ja lyö takaisin. Siinä on se pirun ydin.

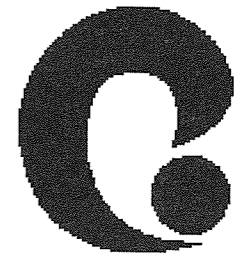
Ateneum-rakennuksesta

Vuonna 1846 perustettiin Suomen Taideyhdistys. Se oli aloittanut pienimuotoisen näyttelytoiminnan jo aikaisemmin. Se rakensi Ateneumin. Ateneum-rakennus oli sadan vuoden takaisessa Suomessa suuri saavutus. Kansakunnan nuori kulttuuri oli ilolla valmis panostamaan Taiteiden taloon. Ateneum vihittiin juhlallisesti marraskuun 18. päivänä vuonna 1887. Rakennuksen suunnitteli Theodor Höjer.

Ateneum on nyt peruskorjattu nykyaikaiseksi taidemuseoksi, mutta on siellä vielä muistoja minun lapsuudestani. Kävin siellä koululuokkani kanssa. Mieleen olivat jääneet suuret portaikot, koristeveistokset ja suuret taulut seinillä.

Peruskorjauksen myötä on tullut muutoksia kuten auditoriotilat, luovaan toimintaan tarkoitettu työpaja. Kirjakauppa ja kahvila ovat molemmat laajentuneet. ■

Kuulonhuoltoliitto täytti 70-vuotta



Katri Pyykkö

Kuulonhuoltoliitto perustettiin vuonna 1930. Liitto on huonokuuloisten ja kuuroutuneiden järjestö. Nykyään liitossa on 90 paikallisyhdistystä, jotka järjestävät erilaista toimintaa ja neuvontaa. Liittoon kuuluu myös kolme erityisyhdistystä. Ne ovat Suomen Tinnitusyhdistys ry, Suomen Meniere-liitto ja Suomen Akustikusneurinoomayhdistys. Jäseniä liitolla on kaikkiaan 16 000.

Järjestö vaikuttaa yhteiskunnan päätöksentekoon ja yleiseen mieliteeseen aktiivisesti. Kuulonsuojelutyö on yhä tärkeämpää liiton toiminnassa ympäristön ja vapaa-ajan melun lisääntymisen takia. Kuulonhuoltoliitto järjestää valtakunnallisia kampanjoita. Tällä hetkellä liitto jakaa ilmaisia korvatulppia musiikkifestivaaleilla, mittaa konserttien äänenpaineita sekä jakaa tietoa, miten nuorison kuulovammariskiä voidaan vähentää konserteissa.

Kuulonhuoltoliiton kuntoutuspalvelut ovat laajat. Liitto tarjoaa kuntoutuskursseja ja pienryhmätoimintaa, ammatillista kuntoutusta, kuulontut-

kimuksia ja kuulokojesovituksia. Se ohjaa, neuvoa ja kouluttaa alalla työskenteleviä ja alaa opiskeleviä.

Monet Suomen Kuurosokeat ry:n asiakkaista ja jäsenistä ovat mukana myös Kuulonhuoltoliiton toiminnassa. Yksi aktiiveista on järjestöme jäsen **Pekka Juusola**. Hän on ollut Oulunseudun Kuulovammaiset ry:n hallituksessa 30 vuoden aikana välillä jäsenenä, puheenjohtajana ja varapuheenjohtajana. Oulun paikallisyhdistys täyttää kahden vuoden päästä 50 vuotta. Se käyttää toiminnassaan Oulun kaupungin omistamia kerhotiloja.

Oulunseudun Kuulovammaiset ry pitää kerhotilaisuuksia ja seuraa paikallisten julkisten tilojen induktiosilmukoiden toimivuutta. Yksi tärkeimmistä tehtävistä on myydä jäsenille kuulokojeen paristoja edullisesti. Kerran viikossa niitä myydään vapaaehtoisvoimin. Pekka kertoo vielä, että retkeily ja tutustumiskäynnit toisiin paikallisyhdistyksiin ovat aina ajankohtaisia. ■

Esteetön Helsinki

Katri Pyykkö

Helsingin kaupunkisuunnitteluvirasto on julkaissut **Esteetön Helsinki** -oppaan. Oppaasta selviää, miten helppo eri vammaisryhmien edustajien on päästä eri paikkoihin ja rakennuksiin Helsingissä.

Oppaassa esitellään, kuinka helpposti pääsee julkisiin rakennuksiin kuten eduskuntaan, kaupungin rakennuksiin sekä pankkeihin yms. Oppaasta selviää myös miten helppo on liikkua sairaaloissa, lääkärin asemilla, apteekkeissa yms. sekä kulttuuri- ja vapaa-ajan rakennuksissa, ravintoloissa, kahviloissa ja hotelleissa, suurissa kauppakeskuksissa ja erityisliikkeissä sekä isoilla asemilla kuten rautatie- ja linja-autoasemalla.

Jokaisen paikan tai rakennuksen kohdalla oppaassa kerrotaan erilaisin merkein, kuinka helppo sinne on päästä ja miten helppo siellä on liikkua.

Näkövammaismerkillä kerrotaan, että rakennuksen sisäänkäynti on helppo löytää, sisäänkäynnissä ei ole orientoitumisvaikeuksia, rakennuksessa on hyvä valaistus eikä

siellä ole vaarallisia tasoeroja tai odottamattomia esteitä.

Oppaassa ilmaistaan valaistuksen voimakkuus luxeinä. Tiedot koskevat päätiloja, joissa varsinainen toiminta tapahtuu. Jos sisääntuloau-
lassa on huono valaistus, siitä kerrotaan kohdassa "muuta".

Muitakin mielenkiintoisia tietoja oppaasta löytyy. Lamppumerkillä kerrotaan häikäisyhaitasta. Viittoma-
kielen opastuksesta ja tekstipuhe-
limesta kerrotaan myös merkillä. Merkillä kerrotaan myös, onko tiloissa tele- ja induktiosilmukka.

Eri paikoista kerrotaan myös mielenkiintoisia yksityiskohtia. Esimerkiksi Luonnontieteellisessä museossa on näkövammaisille lapsille oma huone. He voivat siellä tunnistella täytettyjä eläimiä. Monien museoiden kohdalla on maininta, että valaistukset ovat erilaisia eri näyttelyissä. Korkeasaarella on tarjolla näkövammaisille omia elämyksellisiä opastuskierroksia. Linnanmäellä avustaja pääsee ilmaiseksi laitteisiin. ■

Näkövammaisten kirjasto juhli 110-vuottaan

Näkövammaisten kirjasto juhlisti 110-vuottaan toukokuun 10. päivä. Kirjaston johtaja Marketta Ryömä olisi halunnut kutsua juhliin kaikki asiakkaat ja yhteistyökumppanit, mutta nykyiset tilat ovat liian pienet. Mutta suuret juhlat ovat odotettavissa sitten, kun kirjasto muuttaa uusiin tiloihin Itäkeskukseen syksyllä vuonna 2002.

"Föreningen Böcker åt de Blinda" (Kirjoja sokeille) perustettiin huhtikuun 1. päivä 1890. Yhdistyksen tehtävä oli perustaa ja ylläpitää sokeiden kirjastoa. Yhdistys sai vuodesta 1922 valtion tukea. Vuonna 1961 uusi kirjastolaki sisälsi säännöksen myös Sokeain Kirjaston valtionavusta. Näin toiminta vakiintui. Kirjasto siirtyi kokonaan valtion omistukseen vuonna 1978. Samalla sen nimi muutettiin Näkövammaisten kirjastoksi. Kirjaston peruspalvelut ovat ilmaisia kuten yleisten kirjastojen.

Alussa kirjasto tarjosi pistekirjoja, mutta tekninen myllerrys toi 50-luvulla äänikirjat kirjaston kokoelmiin. Kirjaston lainaus kasvoi huomasti.

1990-luvulla murroksen ovat tuoneet elektroniset kirjat ja tietoverkot.

Näkövammaisten kirjastolla on nykyään lainauspalvelut, oppimateriaalipalvelut, erilaisia kehittämishankkeita sekä asiantuntijapalveluita. Kirjastolla on Braille neuvottelukunta, joka kehittää suomalaista pistekirjoitusta. Kirjasto tuottaa myös julkaisuja pisteillä ja äänikirjoina.

Tällä hetkellä kirjasto on mukana kehittämässä digitaalista äänikirjaa. Tarkoitus on saada aikaan yhteinen äänikirjastandardi kaikissa maailman maissa. Digitaalisten kirjojen lukemiseen tarvitaan tietokone tai erityinen kuuntelulaite. CD-Levyllä mahtuu 16 tuntia tekstiä, mutta sitä ei voi kuunnella tavallisella CD-soittimella. Kuuntelulaitteiden saaminen ja rahoitus onkin ongelma.

Näkövammaisten kirjasto on vuodesta 1995 antanut tunnustuksen parhaalle lukijalle. Tänä vuonna palkinto myönnettiin Ull-Britt Gustafsson-Pensarille. ■

Tänä kesänä pukeudutaan värikkäästi

Raili Karisaari

Nyt on jo kesä. Tänä kesänä tavaratalot pursuavat värejä ja pellavaa. Stockman-tavaratalon pukeutumiskonsultti kertoi, että tarjolla on nyt entistä linjakkaampia ja naisellisempia vaatteita. Naisellisuus ja linjakuus näkyy myös urheilu- ja vapaa-ajan vaatteissa. Hameita on kaiken pituisia. On minihameita, polven peittäviä suorja hameita sekä liehuvia nilkkapituisia hameita.

Vaatteiden värit ovat puhtaita ja kirkkaita pastelleja. Kaikkein muodikkein on valkoinen eri sävyissä, mutta paljon on myös vihreää, sinistä ja keltaista. Pellava on tämän kesän muotimateriaali. Tarjolla on paljon jakkuja, hameita ja housuja, joiden kangas on joko pellavaa tai sitä muistuttavaa puuvillakangasta.

Tämän kesän erikoisuus on 3/4-hiha, joka ylittää vain vähän kyynärpään alapuolelle. 3/4-hihoa käytetään neuleissa, kangaspuseroissa ja jopa takeissa. Myös puuvillahousuissa on 3/4-pituus. Niitä sanotaan capri-housuiksi. Nuorisolla housut voivat olla tiukasti vartalon myötä-

set. Aikuisten naisten housumalli on suora ja väljästi laskeutuva. Lahkeet ovat ilman prääsiä (taitetta).

Vaatetusta täydennetään asusteilla, jotka muistuttavat 70-luvun hippimuotia. On erivärisiä huiveja, vöitä ja isoja koruja. Korut voivat olla puuta tai muovia.

Takit ovat lyhyitä tai 3/4-pituisia. Trenssi-takki on tulossa uudelleen käyttöön. Takkien kankaat ovat puuvillapopliinia tai mikrokuitua. Mikrokuitu on keinotekoisesti kehitetty kuitu. Se on kestävä ja siitä voidaan tehdä vaatteita moneen eri tarkoitukseen. Erikoiskäsittelyllä mikrokuitukangas saadaan myös tuulen ja kosteuden pitäväksi.

Kesäkengät ovat sirompia ja kapeakärkisempiä kuin viime kesänä. Korkokin on kapeampi. Uutta ovat pistokkaat, eli kengät, joissa kanta on kokonaan auki.

Kesälaukku on värikkäästä kankaasta tehty reppu tai kassi, joka on mukava ja kevyt kantaa. Vanhan nahkaisen olkalaukun voi jättää ko-

meroon odottamaan myöhempää käyttöä.

Miehillekin pellavaa

Miesten kesämuoti ei kovin paljon heilahtele, mutta joitakin erityispiirteitä sentään löytyy miestenkin kesäpukeutumiseen. Pellavamaisuus on tämän kevään erikoisuus myös miesten vaateuksessa. Pellavamaisuutta on neuleissa, takkien kankaissa, jopa housuissa.

Arkipaidat ovat yksivärisiä tai korkeintaan pieniruutuisia. Värit ovat murrettua harmaata, beigeä, jonkin verran sinistä. Miesten vaatteissa ei käytetä niin kirkkaita värejä kuin naisten vaatteissa.

Miesten arkikengät ovat tänä kesänä lenkkitossumaisia. Tämä lenkkitosutyylillä on aivan uutta. Ainakin kengät ovat mukavat jaloille. Muotikengän kärki on kulmikkaan leveä. Ruskeaa on enemmän kuin aikaisemmin.

Nuoriso pukeutuu edelleenkin väliin housuihin. Aikuisen miehen vapaa-ajan housut ovat melko suorja ja väljiä. Pukuhousut ovat kapeampia ja lahkeet ovat ilman käänteitä. Pukupaidat ovat väreiltään hentoja - on vaaleansinistä, vaalean keltaista, hentoa helmenharmaata. ■

Kerro auttaako kulttuuri?

Onko kulttuuri, taiteet, ympäristö tai luonto auttanut sinua vaikeissa elämäntilanteissasi? Mitä ne merkitsevät sinun elämässäsi? Antavatko ne elämällesi sisältöä? Onko laitoksesasi saatu kulttuurin avulla myönteistä aikaa – tai ehkä kielteistä? Minkälaisia kulttuurihetkiä ja –helmiä teillä on ollut?

Kerrothan ja kirjoitat tästä minulle kirjeitse tai sähköpostilla. Olisin hyvin kiinnostunut ja kiitollinen kaikista kokemuksista, pienistä ja suurista. Kokoamme niistä myöhemmin kirjasta, jolloin yhteisiä kokemuksia voidaan jakaa ja niistä oppia.

1-2 liuskaa riittää. Lähetäthän kirjoituksesi minulle syyskuun 2000 loppuun mennessä.

Laittakaamme luovat prosessit liikkeelle kirjalliseen muotoon, kukin omalla tavallaan. KIITOS!

Yhteistyöterveisin

Assi Liikanen

Suomen Mielenterveysseura

Maistraatinportti 4 A

00240 Helsinki

sähköposti: hanna-liisa.liikanen@mielenterveysseura.fi ■

Itämainen tanssi on myös näkö- ja kuulonäkövammaisille

Katri Pyykkö

Kirsi Bergdahl on fysioterapeutti ja itämaisen tanssin opettaja. Hän on opettanut itämaista tanssia ja sen eri tyylejä yli kymmenen vuotta. Hänen näkökulmansa tanssiin on fysioterapeuttinen. Hän on käynyt Egyptissä kymmeniä kertoja.

Kirsin ensimmäinen opettaja oli marokkolainen vanha nainen lomamatkalla. Heillä ei ollut yhteistä kieltä, joten opetus tapahtui kosketuksen avulla. Samaa tekniikkaa Kirsi käyttää edelleen. Tämä opetustapa sopii erittäin hyvin myös näkövammaisten ja kuulonäkövammaisten tanssin opetukseen.

Tukeva ote auttaa oppimista

Haastattelin Kirsiä hänen fysikaalisessa hoitolaitoksessaan Helsingin Itäkeskuksessa, Puotinharjun ostoskeskuksessa. Kirsi sanoi minulle, että kyllä hän selittää, miten näkövammaisia opetetaan tanssimaan ja pyysi minua laittamaan kynän ja paperin pois. Sitten hän tarttui minua lanteilta, käski minun tarttua

Kirsi tanssii upeassa puvussa.



hänen lanteiltaan kunnolla. Sitten lähdimme pyörittämään lantioillamme kahdeksikkoa vaakatasossa.

Olen itse tanssinut jo pitkään itämaista tanssia. Etsin itse liikkeet katseen avulla, teen niitä ja opettaja saattaa tulla korjaamaan jotain. Kirsin opetustavassa on se hyvä puoli, että kun itse hakee liikettä opettajan käsien ohjauksessa, samalla tuntee omilla käsillään, miten opettaja tekee liikkeen. Alkeiden opettelussa ja oikeiden asentojen oppimisessa tämä on tärkeää.

Kirsi kertoo, että opetuksessa tärkeintä on vahva ote. Ihmistä ei saa tökkiä ja pistellä vaan otteen pitää

olla luja ja pitävä. Näin liikkeet on helpompi oppia.

Ensimmäiseksi Kirsi opettaa aina perusasennon. Siinä seistään polvet hiukan koukussa ja lantio vedettynä tukevasti ylävartalon alle, selkä on aika suora ja vatsa vedettynä sisään. Tässä asennossa selkä toimii kuin vipuvarsi ja lantio liikkuu eri suuntiin helposti polvien avulla. Perusasennon oppimisen jälkeen aletaan tehdä perusliikkeitä kuten kahdeksikkoa lantiolla vaakatasossa eteen ja taakse sekä ylhäältä alas ja alhaalta ylös.

Kirsi opettaa kaikkia samalla tavalla. Hänen ryhmissään eri puolilla Suomea on ollut paljon selkäkipuisia, liikuntavammaisia ja reumaa sairastavia. Lisäksi Kirsi on opettanut myös näkövammaisia kursseilla. Hän on opettanut myös pyörätuolissa olevia henkilöitä tanssiin. Tanssin opetuksen lisäksi hän opettaa itämaisen tanssin opettajia. Hän on perehtynyt selän ongelmiin ja siihen, miten itämainen tanssi parantaa selkävaivoja.

Tanssin vaikutus selkään

Kirsi on selvittänyt itämaisen tanssin vaikutuksia selkärangan liikuvuuteen ja koettuun selkäkipuun yhdessä Tero Harjulan ja Minna

Kuokan kanssa. Selvitys on päätötyö Helsingin IV terveydenhuolto-oppilaitokselle. Vääränlainen lihasten kuormitus ja asentovirheet ovat usein selkärangan nivelten toimintahäiriöiden syinä. Itämaisen tanssin avulla lihaksia kuormitetaan oikein ja korjataan samalla asentovirheitä. Näin nivelten toiminta paranee.

Itämaisessa tanssissa liikkeet saadaan aikaan pinnallisten ja syvien selkä ja vatsalihasten avulla. Lihasten käyttö on koordinoitua ja lantion käyttö korostuu. Itämaista tanssia voidaan käyttää fysioterapiassa osana asiakkaan hoitoa. Silloin tanssista valitaan osioita, jotka soveltuvat asiakkaan ongelmiin. Itämainen tanssi parantaa myös niska- ja hartiaseudun vaivoja.

Kuulonäkövammaisilla hyvä lihaskunto parantaa tasapainoaistia.

Huivi lanteille!

Itämaisen tanssin esiintymisasut ovat upeita. Niissä on uskomaton määrä kiiltäviä koristeita: strasseja, helmiä, helminauhoja ja paljetteja. Malleja on monenlaisia yksiosaisista kaksiosaisiin. Mutta itämaisen tanssin harjoittelu ei vaadi kummoisia varusteita. Huivi vain lanteille ja tanssiin. ■

Kesä, aurinko ja itikat

Raili Karisaari

Kesällä haluamme nauttia liikunnasta, ulkoilmasta, auringosta ja lämmöstä. Tuntuu mukavalta olla paljain jaloin, lekotella rannalla vähissä vaatteissa.

Mutta kesälläkin on varjopuolensa. Sääsket, mäkärät ja muut itikat vaativat paljasta ihoamme. Ne istuvat ateriomaan paljaille käsivarsille tai etsivät piilopaikkaa hiusten alta ja korvien takaa.

Lääkärit muistuttavat auringonoton vaaroista. Liiallinen auringossa oleskelu kuivattaa ja vanhentaa ihoa ja lisää ihosyöpään sairastumisen riskiä. Ihon suojaaminen UV-säteiden haitoilta on siis tärkeää, vaikka se saattaa joistakin tuntua turhanpäiväiseltä.

Luonnollisin aurinkosuoja on kevyt ilmava vaate ja hellehattu. Uimaranalle ei ole syytä mennä makoilemaan keskipäivällä, jolloin aurinko paahtaa kuumimmillaan. On myös hyvä muistaa, että liikkuminen auringossa on terveellisempää kuin paikoillaan makoilu.

Aurinkovoiteet suojaavat myös, mutta niitä täytyy käyttää oikein. Voiteen suojakerroin kertoo, kuinka hyvin se suojaa UV-säteiltä. Suomessa yleisimpien myynnissä olevien voiteiden suojakerroimet ovat 2 - 25. Suojakerroin 8 antaa normaalille iholle melko hyvän suojan. Erittäin herkkäihoisen kannattaa valita suojakerroin 15 tai jopa 20. Voiteen käytössä ei kannata säästää. Voidetta pitää lisätä aina uinnin jälkeen, ja muutenkin noin tunnin välein. Huuliin, nenään, silmäluomiin ja korviin kannattaa sipaista voidetta aina silloin tällöin.

Pistävät kiusankappaleet

Sääsket, mäkäräiset, ampiaiset ja kärpäset ovat kiusallisia kesävieraita. Ne kuuluvat kuitenkin kesään yhtä luonnollisesti kuin kukat ja muuttolinnut.

Suomessa elää yli 30 sääskilajia. Niistä vain naaraat imevät verta. Ne tarvitsevat sitä munien tuottamiseen. Sääsken pistojälki jättää iholle vaalean kutiavan kohouman.

Mäkärät ovat pienempiä kuin sääsket, mutta vähintään yhtä kiusallisia. Mäkäräparven hyökkäyksen kohteeksi voit joutua kostealla niityllä tai tuulelta suojaisessa koivikossa. Eniten mäkärät kiusaavat Lapissa heinä-elokuun aikana.

Mäkärät ja sääsket pistävät mielellään paikkoihin, joissa on paljon pintaverisuonia. Niiden mielipaikkoja ovat erityisesti korvat ja korvien taustat, kaula, hiusrajat ja nilkat. Mäkärän syljessä on ainetta, joka hidastaa veren hyytymistä. Siksi puremajäljestä tihkuu verta. Herkimille mäkäränpurema voi aiheuttaa turvotusta ja allergisia oireita.

Ampiainen on monille tuttu kesänaapuri. Ampiaisen pesä saattaa löytyä ihmisen kannalta hyvin harmillisista paikoista; mökin räystäään alta tai vaikkapa saunan terassilta.

Ampiaisella on voimakas myrkkypistin, jolla se puolustaa itseään tai pesäänsä. Sen pistosjälki on usein hyvin arka ja turvonnut. Pienille lapsille ja allergikoille pisto voi olla vaarallinen.

Suojaan itikoilta

Mäkärä on siitä kiusallinen, että siltä on vaikea suojautua. Sääskiä vastaan on sen sijaan olemassa monia tehokkaita karkotteita. Niitä

ei kuitenkaan suositella käytettäväksi pienille lapsille, koska ne voivat aiheuttaa herkistymistä ja kulkeutuvat helposti silmiin.

Hyttyskarkotteita on monen merkisiä. Yleisin niistä on Off, jota voi ostaa suihkeena, voiteena, öljynä tai kosteuspyyhkeinä. Hyttyskarkotteet auttavat korkeintaan tunnin ajan, sen jälkeen käsittely pitää uusia. Entisajan pikiöljy on taas tullut arvoonsa. Sitä löytyy kesäisin useimpien päivittäistavarakauppojen hyllyiltä. Jos et pelkää tervan tuoksua, voit sekoittaa sitä muutaman pisaran vaikkapa aurinkovoiteeseen ja sivellä sillä ihosi.

On olemassa myös muita keinoja. Jotkut ihmiset kertovat, että kun syö B-vitamiinitabletteja, itikat eivät kiusaa.

Lääkkeistä apua

Mäkärän ja sääsken puremia voi hoitaa kortisonivoiteilla, joissa on tulehdusta estäviä aineita. Esimerkiksi Pantyson emulsiovoide soveltuu hyttysten puremiin, sillä sen sisältämä hydrokortisoni vähentää kutinaa, punoitusta ja turvotusta. Pantyson soveltuu hyvin myös allergisiin ihottumiin ja auringon polttamalle iholle.

Lähde: Hyvä Terveys, 6-7/1999 ■

Helsingissä puhuttiin tulkkipalveluista

Hilkka Kasurinen

Vuosi vuodelta tulkkipalvelut huononevat. Samalla meidänkin elämä tulee vaikeammaksi. Tulkkien huono palkka ei vastaa työtä. Se ei elätä. Meidänkin on ymmärrettävä, että kuinka kallista elämä on.

Nyt olikin oikea aika päästä kertomaan Helsingin kaupungin sosiaaliviraston toimitusjohtajalle vaikeuksistaamme. Myös minun ja **Pentti Kähkösen** panosta tarvittiin nyt asioiden korjaamisessa ja uusien parempien palvelujen saamisessa. Kerroimme toimitusjohtaja **Aulikki Kananojalle** kuulonäkövammaisten tulkin tarpeesta.

Tulkki on meille molemmille tärkeä kommunikoinnissa. Ilman heitä emme voi osallistua emmekä toimia missään toisten ihmisten kanssa tasavertaisesti. Tulkkien avulla pysymme elämässä mukana emmekä jää ilman ihmisläheisyyttä, ystäviä ja maailman nähtävyyksiä.

Me olemme kaikki tavalla tai toisella vaikeasti kuulonäkövammaisia.

Jokainen on vammansa kanssa yksilö ja me käytämme monia erilaisia kommunikointitapoja. Mekin haluamme matkustella niin Suomessa kuin ulkomailla. Haluamme olla mukana kaikessa niin kuin muutkin. Tulkit ovat meille silminä ja korvina. He ovat erittäin monipuolisia työssään. Heillä on myös vastuutakin, kun he ohjaavat ja opastavat meitä turvallisesti. He keskustelevat yksinäisen kanssa tarvittaessa, kun asiat niin vaativat.

Toivoimme päättäjiltä ymmärrystä, että he ottaisivat sydämenasiakseen parantaa tulkkipalveluja ja tulkkien toimeentuloa. Samalla parantaisivat kuulonäkövammaisten elämää kohti valoisampaa tulevaisuutta. ■

Tiemestari sanoi miehilleen: "Mäen päältä näytti, että miehet makaavat sammalikossa. Tästä läheltä katsoen he ovat täydessä työn touhussa. Onkohan silmissäni vikaa? Täytyy tarkistaa näkö." (Vitsaili P.Lehtinen)

Leikkeitä eri lehdistä

Leikepalstalle voi lähettää vinkkejä ja vihjeitä kuurosokeita kiinnostavista lehtiartikkeleista Tuntosarven toimitukseen. Katso osoitetiedot lehden takasivulta alhaalta.

- Lukion toisluokkalainen **Riku Virtanen** kertoo elämästään kuulonäkövammaisena ja opiskelijana Kodin Kuvalehdessä numero 10. Riku ei mieti sitä, onko koulussa kivaa vai tyhmää. Hän pitää sitä työnä, josta on pitkällä tähtäyksellä hyötyä.

Riku on nyt ensimmäinen vaikeasti kuulonäkövammaisen nuori Suomessa, joka on siirtynyt suoraan erityiskoulusta tavalliseen lukioon. Lukion löytyminen Tampereelta oli aluksi ongelma. Moni koulu antoi hienovaraisesti ymmärtää, että kuurosokea oppilas ei ole tervetullut. Tampereen Klassillinen lukio otti Rikun innokkaasti vastaan. Rikulle ei ollut yllätys se, että luokkatoverit eivät tulleet juttelemaan ensimmäisenä opiskeluvuonna lainkaan. Se ei haitannut, koska Rikulla on paljon eri-ikäisiä ystäviä shakinpelaajissa ja kuulonäkövammaisissa nuorissa.

○ Etelä-Suomen Sanomat kertoi 1.6.2000 tamperelaisesta taitelijasta **Tiina Poutasesta**. Tämä yhdistää maalaustaitteeseensa sanat viittomakielen avulla. Kipinän hän sai bussissa, kun pieni tyttö teki käsillään liikkeitä, jotka toivat mieleen kukkia ja pieniä hedelmiä.

Tiina opiskeli viittomakieltä sen verran, että voi käyttää sitä teoksissaan. Hän sanoi, että kielivirheitä hänen töissään saattaa olla, mutta ei hänen Viittomia-näyttelynsä Galleria Kipinässä Lahdessa ollut oppikirja. Poutanen käyttää töissään suomenkielisiä viittomia.

○ Etelä-Suomen Sanomat käsitelivät myös laajasti kuulonäkövammaisten kommunikaatiotapoja 30. huhtikuuta 2000. Järjestön kevätkokous oli tuolloin Lappeenrannassa. Artikkelissa oli kaikki kommunikaatioon liittyvät termit oikein. Se olikin hyvä korjaus, koska 23.4. lehti julkaisi ison jutun **Antti Jäkälästä**. Jutussa sanottiin, että Antti on kuuromykkä, mutta kuten suurin osa tietää, Antti on kaikkea muuta kuin mykkä. ■