

# TUNTOSARVI

N:o 7 1981



## TUNTOSARVI

Kuulonäkövammaisten lehti  
ilmestyy 22 kertaa vuodessa

N:o 7

15. p:nä huhtikuuta 1981

7. vuosikerta

## JULKAISIJA

Näkövammaisten Keskusliitto ry.

Varat tämän lehden kustannuksiin on lahjoittanut  
Lions-piiri 107 N

## PÄÄTOIMITTAJA

Pirjo Rissanen

## TOIMITUKSEN OSOITE

35400 Länkipohja  
puh. 935-31357

## SISÄLLYS

Kuurosokeatietoisuus .....	1
Ilmoitusasiat .....	3
Kuulonäkövammaiset lapset .....	4
Ajankohtaista .....	8
Suomen Kuurosokeat ry:n toimintaa v. 1980 ..	11
Säännöistä puheenollen .....	13
Urheilutapahtumia .....	19

## KUUROSOKEATIETOISUUS

Pirjo Rissanen

Kirjoitin viime numerossa kuurotietoisuudesta. Olen ajatellut kuurosokeita ja kuurosokeatietoisuutta. Voisiko sellaista kuurosokeatietoisuutta olla olemassa. Miten kuurosokeat saataisiin itse tietoisiksi itsestään eri tavalla kuin ennen. Me kaikki tiedämme kuurosokean aseman yhteiskunnassamme. Kuurosokea jää monista asioista osattomaksi. Koulutus on puutteellinen, työtä on vaikea saada, aviopuolisoa ei löydy, on vaikea harrastaa mitään, koska ei ole opasta eikä aina mahdollisuuksia omalla paikkakunnalla. Kuurosokea alistuu vammaansa. Kuurosokea luulee ettei voi tehdä mitään, koska on niin vaikeavammaisen. Kuurosokea alistetaan ja alistuu. Millainen on kuurosokean itsetunto?

Meistä kuulevista riippuu hyvin paljon millaisia kuurosokeita meillä on. Me elämme kiireistä aikaa. Me olemme kiireisiä ja »tehokkaita». Kaikki tekemisemme ja tapahtumat ovat aikaa: Vain aika merkitsee ja se ettei sitä aikaa kulu yhteen tekemiseen kauan. Kaikissa tekemisissämme on usein oman erinomaisuuden henki. Minä teen kuurosokean puolesta

asioita, koska minä osaan paremmin ja nopeammin. Kuurosokeiden itsetunto ei voi olla kovin hyvä, koska kuurosokeat joutuvat kilpailemaan meidän kuulevien kanssa. Kuurosokeat vertaavat jatkuvasti itseään meihin tietäviin ja osaaviin ja tehokkaiisiin ihmisiin. Moni kuurosokea osaa **★**kattaa pöydän, mutta me teemme sen kuurosokean puolesta. Usein emme anna edes yrittää, koska voi sattua vahinko ja työ on hidasta kun ei näe. Me teemme ja päätämme kuurosokean puolesta koska »haluamme auttaa kuurosokeita».

Kuurosokeiden itsetunnon muuttuminen on meistä kuulevista paljon riippuvainen. Meidän jokaisen, jotka olemme lähellä kuurosokeita, meidän pitäisi alkaa ajattelemaan. Meidän pitäisi ajatella mikä on apua ja mikä alistamista. Meidän kuulevien pitäisi kokoontua yhteen miettimään asioita. Keskustelemalla voisimme löytää yhteisen periaatteen mikä on auttamista mikä alistamista. Jos me alkaisimme selvittämään kuurosokeille asioita. . . jos meillä on aikaa toimia kuurosokeiden ehdoilla. Sen jälkeen vasta voimme jakaa tietoa muille, miten kuurosokeat tulisi ottaa huomioon. Kuurosokeiden itsetuntoon vaikuttaa ympäristön asenteet ja kohtelu. Jos me omalla esimerkillämme ja jakamalla tietoa saamme

ihmiset ymmärtämään kuurosokeita, olemme mukana kasvattamassa kuurosokeille tervettä itsetuntoa. Sellaisia kuurosokeita, jotka haluavat yrittää ja haluavat tietää asioista. Osaavat päättää omista teke- misistään ja oppivat itse hoitamaan omia asioitaan ja ajamaan omia asioitaan. Voisimme jopa toivoa, että meillä on kuurosokeatietoisuutta tulevaisuudessa.

---

## ILMOITUSASIAT

Minut (Pirjo Rissanen) on valittu kuurosokeiden työntekijöiden Pohjoismaiseen koulutukseen. Koulutuksen ensimmäinen osa kestää neljä viikkoa. Koulutuspaikka on Ruotsissa Uddevallan kaupungissa. Tuntosarven päätoimittajana toimii väliaikaisesti Kai Leinonen.

Kai on 25 vuotias nuorimies. Kain vanhemmat ovat kuuroja. Kain kotikaupunki on Hämeenlinna. Hämeenlinnassa Kai kirjoitti ylioppilaaksi. Tällä hetkellä Kai on töissä Turun Kuulovammaisten Ammatikoululla asuntolanvalvojana. Hän opettaa myös

viittomakieltä tuntiopettajana. Monet teistä tuntevatkin jo Kai. Hän oli kuurosokeiden vuosikokouksessa yleistulkkinä. Istui pianon päällä ja tulkitsi kokouksen. Kai on ollut muissakin kuurosokeiden tilaisuuksissa mukana kuten aikaisemmin vuosikokouksessa, pikkujouluissa ja ulkomaanmatkalla oppaana. Hämeenlinnan kuurosokeiden kanssa Kai on toiminut mm. järjestäen uimahallissakäyntejä.

Toimituksen väliaikainen osoite on Kai Leinonen, Vähäheikkiläntie 50, 20810 Turku 81. Toivon, että lähetätte kaikki kirjoituksenne Kaille Turkuun. Kai toimittaa lehdet no: 8, 9, 10 ja 11.

---

## KUULONÄKÖVAMMAISET LAPSET

Marja-Leena Saarinen

Kuulonäkövammaisia lapsia on Suomessa noin 70. Yli puolet lapsista käyvät kuulovammaisten koulua. Kehitysvammalaitoksissa on noin 20 lasta. Loput 10 lasta ovat vielä alle kouluikäisiä ja ovat kotona.

Kuulonäkövammaiset lapset jakautuvat kahteen selvään ryhmään. Usher-syndroomaa sairastaviin lap-

siin ja Rubeola-syndroomaa sairastaviin lapsiin.

Usher-syndrooma on perinnöllinen tauti. Lapsi syntyy kuulovammaisena. Näkövammaa ei vielä ole, vaan näkökenttä alkaa pienentyä vasta paljon myöhemmin. Tavallisesti opettaja huomaa ensin, että oppilaalla on vaikeuksia ja näkö ei ole sama kuin ennen. Näkövamma etenee jokaisella eri tavalla. Eri ihmisiä ei voi verrata toisiinsa. Kukaan ei voi etukäteen sanoa minkälainen näkö lopulta tulee olemaan. Kukaan ei voi myöskään sanoa milloin näkö huonontuu. Usher-lapset käyvät kuulovammaisten koulua. Jos lapsi on kuuro tai vaikeasti kuulovammainen hän käyttää viittomakieltä. Huonokuuloisen lapsi kuuntelee kuulokojeensa avulla ja lukee sanat toisen huulilta. Jotkut huonokuuloiset osaavat viittomakieltä, jotkut eivät osaa. Kun lapsi tai nuori ei enää näe viittomia tai toisen ihmisen huulia hämärässä, on alettava harjoitella kädestä käteen viittomista. Jos näkökenttä on kapea eikä viittomat mahdu näkökenttään on silloinkin parasta viittoa kädestä käteen. Huonokuuloisen on opetettava viittomakieli ja sormiaakkoset kun näkö alkaa huonontua. Pelkillä sormiaakkosilla voi myös keskustella. Pistekirjoitus on myös hyvä osata. Tärkeintä Usher-lapsen kuntoutuksessa on tukea ja neuvoa isää ja äitiä. Kun isä ja

äiti tietävät taudista mahdollisimman paljon, niin he suhtautuvat tulevaan näkövammaan rauhallisemmin. Rauhalliset ja turvalliset vanhemmat ovat kuulonäkövammaisen lapsen paras tuki silloin, kun näkö alkaa huonontua. Tärkeä henkilö lapsen elämässä on myös opettaja. Opettajalle täytyy myös kertoa millainen näkövamma lapsella on ja miten se vaikuttaa. Opettajan täytyy muuttaa entistä opetustapaa niin, ettei näkövamma vaikeuta oppimista. Oppilaan ja opettajan on hyvä käydä Näönkuntoutuskeskuksessa. Näönkuntoutuskeskuksesta opettaja saa hyviä neuvoja ja ohjausta apuvälineiden käytössä.

Rubeola-syndrooma aiheutuu siitä, kun äiti sairastaa raskauden aikana vihurirokon. Laboratoriotestin avulla saa selville onko nainen sairastanut vihurirokon vai ei. Tämä testi kannattaa tehdä ennen vauvan hankkimista. Nykyään rokotetaan kaikki nuoret tytöt vihurirokkoa vastaan. Toivottavasti tulevaisuudessa vihurirokon aiheuttamien kuurosokeiden lasten määrä vähenee.

Rubeola-lapsella on synnynnäinen kuulovamma ja kaihit silmissä. Lisäksi monella lapsella on myös sydänvika. Syntymästään kuurosokeiden lasten kanssa keskustellaan viittomalla kädestä käteen, tai tehdään viittomamerkit aivan lapsen silmien edessä.

Vaikeinta kielen opetuksessa on alku. Lapsen täytyy ensin oppia, että asialla ja esineellä on oma merkki. Merkki voi olla viittoma, kuva tai kirjoitettu sana. Toinen ongelma on se, että nämä lapset haluavat olla yksin ja kieltäytyvät keskustelemasta (yhteydenotosta), koska ympärillä oleva maailma tuntuu pelottavalta. Aikuisilla, isällä ja äidillä on tärkeä tehtävä. Aikuisten täytyy pitää lasta jatkuvasti mukana kotitöissä ja vapaa-aikana. Tärkein asia tässäkin on isän ja äidin tukeminen. Jos lapsi saa olla muun perheen kanssa, niin lapsi oppii koko ajan uusia asioita ja hänellä on turvallinen olo. Syntymästään asti kuurosokeat lapset käyvät myös kuulovammaisten koulua. Jyväskylän kuulovikaisten koulussa on kuurosokeille lapsille oma opetusryhmä. Osa rubeola-lapsista on kehitysvammalaitoksissa. Nykyään lasten hoitajat ovat innokkaita oppimaan viittomakieltä. Joissakin laitoksissa kuulovammaisille lapsille onkin perustettu oma osasto.

Kuulonäkövammaisen lapsen kuntoutuksessa täytyy tukea koko perhettä. Vammaisen lapsen syntyminen perheeseen on aina vaikea asia. Kestää kauan ennenkuin isä ja äiti pystyvät elämään ilman jatkuvaa surua. Kriisiaikana (alkuaikana) on ulkopuolinen keskusteluapu helpottavaa. Kuulonäkö-

vammaisen lapsen perhettä ei saa jättää yksin. Kotikäynneille ja kursseille perhettä tuetaan ja ohjataan lapsen hoidossa.

Perheiden tukeminen tehostuu, kun kuulonäkövammaisten lasten kuntoutuskeskus aloittaa toimintansa. Keskus on Näkövammaisten koulussa Jyväskylässä. Toiminta alkaa keskikesällä -81. Toiminta on kurssimuotoista.

## AJANKOHTAISTA

Maaliskuun 30 päivä Yhdysvaltain presidentti Ronald Reagan yritettiin murhata. Coloradolaisen öljyjohtajan poika John Warnock Hickey ampui useita laukauksia presidenttiä kohti. Reagan oli poistumassa eräästä Washingtonin hotellista, kun ampuminen tapahtui. Reagan ja kolme muuta henkilöä loukkaantuivat. Luoti osui presidenttiä toiseen keuhkoon. Presidentille tehtiin kahden tunnin leikkaus. Hän toipui hyvin, mutta muutaman päivän kuluttua tehtiin presidentille uusi leikkaus. Hänen keuhkoistaan

poistettiin hyytynyttä verta. Toisesta leikkauksesta presidentti on toipunut myös hyvin. Hän hoitaa virkatehtäviään sairaalasta. Muut haavoittuneet olivat kaksi turvallisuusmiestä ja presidentin lehdistösihtööri. Vaikeimmin loukkaantui lehdistösihtööri, sillä luoti meni aivoihin. Hänkin on leikkauksen jälkeen toipumassa. Ampuja, 25-vuotias nuorukainen pidätettiin. Hänen sanotaan olleen mielenhäiriössä ampu-mahetkellä.

Puolan sisäinen tilanne on edelleen sekava. Bydgoszczin kaupungissa sattui, jokunen aika sitten, poliisin ja solidaarisuusliikkeen välinen yhteenotto. Yhteenotossa muutama ihminen loukkaantui. Solidaarisuusliike uhkasi yleislakolla. Yleislakko olisi saanut maan sisäisesti kriisitilanteeseen. Yhdysvaltain presidentti ja Neuvostoliiton presidentti seuraavat tilannetta jatkuvasti. Kirjeenvaihto presidenttien välillä on myös ollut vilkasta Puolan tilanteen vuoksi. He varoittavat vuoronperään että ulkopuoliset eivät saa puuttua Puolan tilanteeseen. Puolan on itse ratkaistava sisäiset ongelmansa. Puolan velka länsimaihin on suuri. Sokerista, kanasta, suklaasta ja lihasta on jatkuvasti puutetta. Puolassa on otettu käyttöön elintarvikekortti. Esimerkiksi lihaa voi yksi henkilö

ostaa vain yhden kilon ja 50 grammaa kuukaudessa. Enempää ei myydä. Ruokakauppojen edessä on kadulle ulottuvat pitkät jonot. Aika näyttää antavatko suurvallat Puolan itse hoitaa sisäiset asiansa vai puutuvatko he tilanteeseen.

Huhtikuun alussa nousivat taas muutamien tuotteiden hinnat.

- margariini kallistui 5,9 % (76-110 penniä)
- purkitetut lastenruoat, lasten velli- ja puurojauheet ja äidinmaidonvastikkeet n. 4 %
- kahvileivät 5,7 %
- ulkomaanlennot 4-7 %
- parturi ja kampaamomaksut nousivat 5 %
- kodinhoitajien ja kotiaivustajien palveluista perittävät maksut nousivat 8 mk:sta 10 mk:aan tunti.

Asumistuki nousee 30 mk kuukaudessa.

Tänä talvena on salmonellatauti tappanut paljon pikkulintuja koko maassa. Eniten on kuollut punatulkkuja. Myös talitiaisia, keltasirkkuja, varpusia ja viherpeippoja on kuollut. Salmonellatartunnan linnut saavat lintulaudoilta. Jos on paljon lunta, niin linnut

syövät lintulaudoilta. Monet lintulaudat ovat sellaisia, että linnut ulostavat ruuan päälle. Ulostuksen kautta salmonella-tauti tarttuu linnusta toiseen. Valtion eläinlääketieteellinen laitos sanoo, että ihmisten pitäisi käyttää roikkuvia lintulautoja, etteivät linnut voisi ulostaa ruuan päälle. Esimerkiksi talin palanen riippumaan narulla puunoksaan. On myös sellaisia lintulautoja minne lintu ei mahdu kokonaan vaan nokkii reunalta. Kannattaa harkita millaisen lintulaudan seuraavana syksynä laittaa omille linnuilleen.

---

## SUOMEN KUUROSOKEAT RY:N TOIMINTAA VUODELTA 1980

Pirjo Rissanen

Vuonna 1980 yhdistys täytti 10 vuotta. Yhdistyksen toiminta on ollut pääasiassa virkistystoiminnan järjestäminen kuurosokeille. Viime vuosi oli kuitenkin tapahtumien aikaa. Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmä »K u u r o s o k e a t S u o m e s s a», jätti muistionsa ministeri Katri-Helena Eskeliselle. Ensimmäisen kerran k u u r o s o k e a t

saivat Raha-automaattiyhdistykseltä rahaa. Raha-automaattiyhdistyksen avulla saatiin yhdistykselle ensimmäinen toiminnanjohtaja 1.9. Kuurosokeiden tukihenkilökoulutuskokeilu aloitettiin syksyllä -80. Viimevuonna järjestettiin 6 kurssia ja 3 leiriä, joista kaksi viikonloppuleiriä. Ulkomaanmatkoja oli yksi, kuurosokeiden maailmankonferenssiin Saksaan.

#### TIEDOTUSTOIMINTA

Viime vuonna sokeain viikon teemana oli kuurosokeat. Näkövammaisten Ammattikoululla järjestettiin teemapäivä. Lähes kaikki kutsutut tulivat ja koulun juhlasali oli välillä täynnä. Kuurosokeista kirjoitettiin viikko- ja päivälehdissä. Myös television »Avoin kanava» lähetti lyhyen ohjelman kuurosokeista.

#### SÄÄNNÖISTÄ PUHEENOLLEN

Pirjo Rissanen

Moni kuurosokea on jo pitkään puhunut yhdistyksen sääntöjen kirjoittamisesta Tuntosarvessa. Tarkoitukseni oli painaa säännöt ennen vuosikokousta. Vuosikokous tuli ja meni mutta säännöt tulevat vasta nyt. Teillä jokaisella on nyt hyvää aikaa paneutua oman yhdistyksenne sääntöihin. Teillä on aikaa ottaa asioista selvää. Kysykää tulkeilta ja omaisiltanne mitä ette ymmärrä. Vuoden kuluttua kun te tulette vuosikokoukseen, niin tiedätte mitä asioita kokouksessa käsitellään sääntömääräisesti. Moni teistä luki joista ei kuulu Suomen Kuurosokeat ry:n yhdistykseen. Ehkä moni teistä ja omaisistanne harkitsee liittymistä. Liittyminen on vapaaehtoinen. Jos haluat liittyä jäseneksi, niin kirjoita siitä Suomen Kuurosokeat ry:lle.

#### SUOMEN KUUROSOKEAT ry:N SÄÄNNÖT

§ 1 Yhdistyksen nimi on Suomen Kuurosokeat ry, ruotsiksi käännettynä Finlands Dövblin-da rf. Sen kotipaikka on Helsinki ja toimialueena koko maa.



- § 2 Yhdistyksen tarkoituksena on:
- olla toimialueellaan asuvien kuurosokeiden yhdyssiteenä,
  - pyrkii kohottamaan jäsentensä henkistä tasoa eri muodoissa tapahtuvan valistustoiminnan avulla,
  - edistää jäsentensä sosiaalisen ja taloudellisen aseman edistämisyrittämiä.
  - antaa mahdollisuuksien mukaan tilapäisapua taloudelliseen ahdinkoon joutuneille jäsenilleen.
- § 3 Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys toimeenpanee arpajaisia, harjoittaa julkaisutoimintaa ja julkaisujen ja kirjallisten tuotteiden myyntiä sekä kuurosokeiden töiden markkinointia ym. edelliseen verrattavaa toimintaa.
- § 4 Toimivaksi varsinaiseksi jäseneksi yhdistykseen voi liittyä jokainen kuurosokea, hänen puolisonsa tai joku hänen lähiomaisensa. Kannattavaksi jäseneksi voi liittyä jokainen hyvämaineinen Suomen kansalainen, joka haluaa edistää yhdistyksen tarkoitusta. Varsinaiset kannattavat jäsenet suorittavat yh-

- distykselle jäsenmaksun, jonka suuruus määrätään vuosikokouksessa.
- § 5 Yhdistyksen hallituksena toimii johtokunta. Johtokuntaan kuuluu puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, kuusi (6) varsinaista jäsentä sekä kaksi (2) varajäsentä. Johtokunnan puheenjohtajasta ja varapuheenjohtajasta toinen on kuurosokea, toinen kuuleva ja näkevä.
- Varsinaisista jäsenistä neljä on kuurosokeita, kaksi ns. asiantuntijajäseniä, joilla on myös äänioikeus.
- Varajäsenistä toinen on kuurosokea, toinen ns. asiantuntijajäsen.
- Johtokunnan puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan valitsee vuosikokous vuodeksi kerrallaan. Muut jäsenet valitaan kahdeksi vuodeksi kerrallaan. Heistä puolet eroaa vuosittain. Ensi kerran arvan perusteella.
- Johtokunta on päätösvaltainen, jos puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja ja vähintään neljä jäsentä on saapuvilla, kuitenkin niin, että kuurosokeilla on enemmistö. Äänten mennessä tasan ratkaisee puheenjohtajan ääni.

Johtokunnan sihteerinä toimii Suomen Kuu-rosokeat ry:n toiminnanjohtaja.

Johtokunta valitsee vuodeksi kerrallaan rahastonhoitajan sekä muut tarpeelliset virkailijat.

Juoksevien asioiden hoitoa varten johtokunta asettaa työvaliokunnan. Työvaliokunnan valtuudet määrää johtokunta.

- § 6 Yhdistyksen nimen kirjoittavat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja sihteeri, kaksi yhdessä.
- § 7 Yhdistyksen hallintoa ja tilejä tarkastamaan valitaan vuosikokouksessa vuodeksi kerrallaan kaksi tilintarkastajaa ja heille varamiehet.
- § 8 Yhdistyksen toiminta- ja tilivuosi on kalenterivuosi. Tilit ja vuosikertomus on jätettävä tilintarkastajille viimeistään kaksi viikkoa ennen vuosikokousta.
- § 9 Yhdistyksen vuosikokous pidetään maaliskuun aikana. Yhdistyksen kokoukset kutsutaan koolle kirjallisesti vähintään kaksikymmentä päivää ennen kokousta.

- § 10 Vuosikokouksessa käsitellään seuraavat asiat:
- 1) valitaan kokoukselle puheenjohtaja ja sihteeri sekä kaksi pöytäkirjantarkastajaa,
  - 2) esitetään yhdistyksen vuosikertomus.
  - 3) esitetään yhdistyksen tilit ja tilintarkastajien lausunto sekä päätetään tilien hyväksymisestä ja tili- ja vastuuvapauden myöntämisestä johtokunnalle ja rahastonhoitajalle.
  - 4) päätetään jäsenmaksuun suuruudesta,
  - 5) hyväksytään tulo- ja menoarvio alkanutta vuotta varten,
  - 6) valitaan johtokunnan puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja,
  - 7) valitaan 3 varsinaista jäsentä ja yksi varajäsen johtokuntaan erovuoroisten tilalle,
  - 8) valitaan kaksi tilintarkastajaa ja heille kaksi varamiestä kuluvan vuoden tilejä tarkastamaan,
  - 9) päätetään muista johtokunnan tai jäsenten esittämistä asioista ottaen huomioon näiden sääntöjen 11 §:n ja yhdistyslain 14 §:n määräykset.

§ 11 Jäsenten kokouksissa esittämät asiat voidaan ottaa niissä käsiteltäviksi, ei kuitenkaan päätettäväksi.

Jos jäsen haluaa jonkin asian yhdistyksen kokouksessa päätettäväksi, tehköön siitä kirjallisen esityksen johtokunnalle vähintään kuusikymmentä päivää ennen kokousta.

§ 12 Päätökset yhdistyksen kokouksissa tehdään yksinkertaisella ääntenemmistöllä, paitsi milloin on kysymys sääntöjen 14 ja 15 pykälissä mainituista asioista.

§ 13 Yhdistys on oikeutettu vastaanottamaan lahjoja ja testamentteja, jotka lankeavat yhdistyksen rahastoon, ellei lahjoittaja toisin määrää.

§ 14 Näitä sääntöjä voidaan muuttaa yhdistyksen kokouksessa, jos muutoksesta on kokouksutussa mainittu ja jos muutosta kannattaa vähintään 3/4 annetuista äänistä.

§ 15 Päätös yhdistyksen purkamisesta on tehtävä kahdessa vähintään kuukauden väliajoin pidetyssä yhdistyksen kokouksessa, vähintään 3/4 enemmistöllä annetuista äänistä.

Yhdistyksen purkautuessa lankeavat sen va-

rat Näkövammaisten Keskusliitto ry:n välityksellä käytettäväksi kuurosokeain henkisen ja taloudellisen aseman tukemiseksi.

---

## URHEILUTAPAHTUMIA

Kari Ilmonen

Urheilutapahtumissa eletään parhaillaan siirtymäkautta talviurheilusta kesäurheiluun. ★Siirtymäkausi on näkynyt myös tapahtumien ja kilpailujen määrän vähenemisenä ennen kesäurheilun alkua. Hiihtokilpailujen aika on melkein jo ohi. Viimeisimmät kansainväliset hiihtokilpailut oli Lahden Salpauselälä ja Oslon Holmenkollenilla maaliskuussa. Molemmissa kisoissa suomalaiset eivät oikein menestyneet. Ainut suomalaisvoittaja oli Jouko Karjalainen. Karjalainen voitti Holmenkollenilla yhdistetyn kilpailut.

Kotimaan urheilussa on pelattu joukkuepelisarjojen loppuotteluta ja selvitetty Suomen mestaruudet. Naisten koripalloilun Suomen mestaruuden voitti Nokian urheilijat. Nokialaiset voittivat mesta-

ruuden jo neljännen kerran peräkkäin. Jääpalloilun Suomen mestari on Porvoon Akilleen joukkue. Miesten koripalloilun mestaruuden voitti Torpan Pojat Helsingistä. Toiseksi sijoittui Tampereen Pyrintö ja kolmanneksi Hyvinkään Tahko. Lentopalloilun Suomen mestaruuden voitti Pieksämäen Nuorten Miesten Kristillisen Yhdistyksen joukkue (NMKY) voittamalla loppuotteluissa Raision Loimun. Lentopalloilun pronssi meni Rantaperkiön Iskulle Tampereelle. Jääkiekon Suomen mestari on Oulun Kärpät, toiseksi tuli Tampereen Tappara ja pronssimitalli meni Turkuun Turun Palloseuralle. Suomalaisen uinnin nousua kansainväliselle tasolle on odotettu pitkään. Nyt on uusia toiveita olemassa, sillä uinnin SM-hallikisoissa maaliskuun lopulla uitiin yhteensä 32 uutta Suomen ennätystä.

## MITÄ SANA TARKOITTAÄ

alistuu (alistua) = tyytyy siihen elämään mitä on eikä yritä muuttaa elämänsä paremmaksi

hyvä itsetunto = hyväksyy itsensä sellaisena kuin on, esimerkiksi kuuro-sokeana

kattaa pöytä = laittaa lautaset ja ruoka pöytään

siirtymäkausi = esim. kevät, siirrytään talviurheilusta kesäurheiluu

huono itsetunto = ei hyväksy itseään eikä usko että pystyy tekemään erilaisia tehtäviä hyvin voi olla esim. arka ja vetäytyvä