

Tue Suomen Kuurosokeat ry:n toimintaa

Voit tukea toimintaamme itsellesi sopivalla tavalla:

- tule mukaan vapaaehtoistoimintaan
- tee kertalahjoitus
- tee testamenttilahjoitus
- tee merkkipäivälahjoitus
- tee säännöllinen kuukausilahjoitus



Tili: FI56 5541 2820 0125 82, OKOYFIHH

Rahankeräyslupa: RA/2018/719, lupa on voimassa 01.01.2019-31.12.2021
koko Suomen alueella Ahvenanmaata lukuun ottamatta.

Kysy lisätietoja Janikalta: janika.lanne@kuurosokeat.fi tai 040-6512511



Tuntosarvi

Suomen Kuurosokeat ry:n järjestö- ja jäsenlehti
4/2019



Tietoa Kuulon ja näön päiviltä
Keilaharrastus vei mukanaan

Pääkirjoitus.....	3
Tietoa Kuulon ja näön päiviltä.....	4
Näkövammaisten palveluopas 2019.....	6
Etäyhteydellä nopea ratkaisu tietokoneongelmiin	7
Työharjoittelussa Kuurosokeiden Toimintakeskuksella	8
Saavutettavuus-teema kiinnosti Helsingissä	10
Viittomia kuntosalille	12
Asiakaskyselyn tulokset	13
Keilaharrastus vei mukanaan.....	14
Ilmoitukset.....	17

Kansikuva: Ossi Jalo kuurosokeiden kuntosalivuorolla Tampereella. Tulkki kertoo olkapäätä koskettamalla, että liikkeen suoritus voi alkaa. Lisää aiheesta s. 12. Kuva: Jaakko Evonen.

Takakannen kuva: Kevään kukkaloistoa. Kuva: Pentti Pietiläinen.

Tuntosarvi
45. vuosikerta
ISSN 0358-2280

Julkaisija
Suomen Kuurosokeat ry

Taitto
Heidi Häyrynen

Päätoimittaja
Heidi Häyrynen
p. 040 753 2026
viestinta@kuurosokeat.fi

Viestinnän työryhmä 2019
Leila Rytimaa ja Sanna Paasonen.
Työntekijöiden edustajat
Heidi Häyrynen, Jaakko Evonen

Yhteinen sähköposti
viestintaryhma@kuurosokeat.fi

Hinta
Vuosikerta 25 euroa. Suomen Kuurosokeat ry:n jäsenille ja asiakkaille ilmainen. 11 numeroa vuodessa printtilehtenä, pistekirjoituksella, Daisy-äänilehtenä, sähköisenä Lue-tus-ohjelmassa ja pdf-näköislehtenä verkossa.

Tilaukset ja osoitteenmuutokset
Suomen Kuurosokeat ry,
Insinöörinkatu 10, 33720 Tampere.
s-posti:osoitteenmuutos@kuuroso-
keat.fi

Toimiston aukioloaika
ma-pe klo 9.00–15.00

Painopaikka
Grano Oy, Vantaa

Toimituksella on oikeus käyttää lehden juttuja yhdistyksen internet-sivuilla www.kuurosokeat.fi.



Visuaalinen ilme uudistuu

Suomen Kuurosokeat ry:n visuaalinen ilme uudistuu. Se tulee jatkossa näky-mään kaikkialla yhdistyksen ulkoasussa, esimerkiksi verkkosivuilla, markki-nointimateriaaleissa ja tapahtumissa.

Yhdistyksen uusi ilme on kaunis, lämmin ja raikas. Värimaailmaan kuuluvat sini-nen, oranssi, keltainen ja valkoinen. Värit viestivät turvallisuutta, elämänmyön-teisyyttä ja ihmisläheisyyttä. Kuvissa tuodaan esiin kuurosokeiden yhteisölli-syyttä, itsenäistä tekemistä ja kommunikaatiota. Tekstien kirjaintyytit, eli fontit, ovat selkeämpiä ja helpommin luettavia. Tärkeää on myös saavutettavuus. Uu-den ilmeen suunnittelussa on ollut mukana heikkonäköisiä.

Suomen Kuurosokeat ry on Suomen ainoa kuurosokeusalan valtakunnallinen asiantuntijaorganisaatio. Päivitetty ilme tukee kuvaa yhdistyksestä aikaansa seuraavana järjestönä. Uudella visuaalisella ilmeellä ja viestinnällä markkinoi-daan järjestöä ja sen palveluita pitkäjänteisesti. Kasvatamme järjestön yhteis-kunnallista näkyvyyttä ja tunnettuutta. Omalla ilmeellä erotutaan muista toimi-joista.

Tavoitteena on, että kuulonäkövammaiset osaavat hakeutua yhdistyksen palve-luiden piiriin. Yhteistyökumppanit, uudet työntekijät, media ja suuri yleisö löy-tävät järjestön. Positiivinen näkyvyys ja toiminnasta tiedottaminen on tärkeää myös rahoituksen kannalta.

Minkälaisia ajatuksia uusi ilme sinussa herätti? Viestintä ottaa mielellään ai-heesta palautetta. Voit lähettää viestin osoitteeseen: viestinta@kuurosokeat.fi. Palautteen voi välittää myös yhdistyksen työntekijän kautta.

Heidi Häyrynen, päätoimittaja ■

Tietoa Kuulon ja näön päiviltä

Teksti: Anne Ylitalo, Heidi Häyrynen
Kuvat: Anne Ylitalo

Huhtikuun Kuulon ja näön päivät kosivat runsaasti kiinnostuneita. Tällä kertaa tapahtumat järjestettiin Pohjois-Pohjanmaalla huhtikuun alussa. Oulun tilaisuudessa osallistujia oli



Apuvälinenäyttely.

arviolta 100, Nivalassa 60 ja Ylivieskassa 130.

Nivalan ohjelmaan kuului asiantuntijaluentoja ikäkuulosta, ikääntyneen näöstä sekä kuulonäkövammaisuudesta. Paikalla oli kuulon ja näön asiantuntijoita sekä vapaaehtoisia esittelemässä palveluitaan ja toimintaansa.

Vierailijoilla oli lisäksi mahdollisuus kokeilla ja tilata erilaisia apuvälineitä apuvälinenäyttelyssä.

Suomen Kuurosokeat ry:tä tilaisuudessa edusti palveluasiantuntija **Anne Ylitalo**.

– Omasta mielestäni päivät olivat hyvät, koska saimme yhdistyksenä uusia asiakaskontakteja, hän kertoo.

Tapahtumien järjestäjinä toimivat Suomen Kuurosokeat ry, Kuuloliitto ry, Kalajokilaakson Kuulo ry, Näkövammaisten liitto ry, Pohjois-Pohjanmaan Näkövammaiset ry ja Nivalan Seurakunta.

Vertaistukea

Raija Saariaho oli saapunut Nivalan tapahtumaan seurakuntatalolle



Leena Toivainen.

ystävänsä kutsumana. Raijalla on kuulonäkövamma, ja tapahtuma oli hänelle jo entuudestaan tuttu.

– Odotan saavani uutta tietoa apuvälineistä ja meille järjestettävistä kursseista. Tarvitsen sekä kuulon että näön apuvälineitä. Nyt toivon saavani niitä erityisesti näölle. Eihän tälle mitään voida valitettavasti, mutta onneksi (näkö) on pysynyt monta vuotta samanlaisena, hän pohtii.

Leena Arvola on käynyt Nivalan näkövammaisten kerhossa. Hän toivoi saavansa tilaisuudessa muun muassa vertaistukea.



Leena Arvola ja Raija Saariaho Nivalan seurakuntatalossa.

– Minulta lähti näkö vuonna 2016 ja 2017. Se meni aivan pimeäksi. Nämä ovat melko uusia asioita minulle. Haluan tutustua näihin laite-esittelijöiden laitteisiin ja myöskin koulutuksiin ja kursseihin, joita yhdistykset ja liitot järjestävät. Haluaisin myös saada virkistystä ja vertaistukea. Olen 90 % näkövammainen, ja minulla on kuulokin heikentynyt samanaikaisesti. Kuulolaitetta minulla ei vielä ole.

Leena Toivainen oli mukana tapahtumassa ensi kertaa. Häntä oli kiinnostunut monipuolisesti kaikesta, mitä tilaisuudessa oli tarjolla.

– Tulin tänne, koska haluan uutta tietoa kuulon ja näön apuvälineistä sekä myös kursseista ja kerhoista. Löysin täältä myös hyvän kuvaston, josta voi katsella ja tilata näön apuvälineitä, hän iloitsee.

Leena kertoo, että on osallistunut Suomen Kuurosokeat ry:n tietokonekursseille ja valokuvakursseille viime syksynä.

– Koin ne erittäin hyväksi. ■

Pekka Jaakola ja tulkki/opas Maija Laurila Ylivieskan seurakuntatalossa. Pekka esittelee sisäkorvaistutettaan eli implanttia.



Näkövammaisen palveluopas 2019

Näkövammaisen palveluopas 2019 on ilmestynyt. Oppaassa on ajankohtaista tietoa esimerkiksi erilaisista tukimahdollisuuksista, kuntoutuksesta, näkövammarekisteristä ja yhdenvertaisuudesta.

Oppaasta on netissä sähköinen versio PDF- ja tekstimuodossa, sekä Lue-tus-julkaisuna Näkövammaisten liiton Tiedonhallintapalveluissa (THP).

Lisäksi opas on tilattavissa suoraan Näkövammaisten liitosta printtinä, Daisy-äänitteenä ja pisteillä. Yhteystiedot: aineistotilaukset@nkl.fi tai puhelimen 09 396 041.

Nettiversio löytyy Näkövammaisten liiton verkkosivujen kautta. Osoite on www.nkl.fi. ■

Etäyhteydellä nopea ratkaisu tietokoneongelmiin

Teksti: Maarit Patrikainen, Marko Vainioma

Etäohjaus on nopein tapa saada apua pulmatilanteisiin kotona oman tietokoneen kanssa.

Etähallinta on tuttua useimmille ICT-palvelujen asiakkaille. Pienet korjaukset, päivitykset ja säätämiset onnistuvat nopeasti ja kustannustehokkaasti ilman, että ICT-asiantuntijan tarvitsee saapua paikalle. Tällä säävutetaan kustannussäästöjä ja nopeampaa palvelua. Myös koulutusta voidaan toteuttaa etähallintamenetelmien. Parhaiten tämä soveltuu pienten, yksittäisten uusien asioiden opetteluun. Asiakas saa nopeasti tarvitsemansa koulutuksen, eikä matkustamista Kuurosokeiden Toimintakeskukselle Tampereelle tarvita.

ICT-koulutus aloitetaan ottamalla yhteyttä ICT-kouluttaja **Maarit Patrikaiseen**. Etäkoulutukseen tarvitaan tietokoneella Team Viewer -ohjelma sekä mikrofoni ja kuulokkeet tai kaiuttimet. Näin saadaan ääni kulkemaan molempiin suuntiin. Mikrofonin saattaa löytyä myös verkkokamerasta, mutta kamera ei ole pakollinen. Kannettavissa

tietokoneissa kaikki on valmiina eikä lisälaitteita tarvita. Vaihtoehtoisesti puhelinta voi käyttää keskusteluun ja ohjeistukseen. Useimmat etäkoulutusoppilaat haluavatkin käyttää puhelinta, koska sen kanssa on helpompaa toimia.

Ohjaus kestää yleensä korkeintaan tunnin, useimmin sitäkin lyhyemmän ajan. Sinä aikana ehtii käydä läpi 1-3 asiaa. Oppilas saa itse tehdä, mutta koska kouluttaja näkee koko ajan, mitä tapahtuu, voi hän neuvoa vaihe vaiheelta. Tarvittaessa asiat voi kerrata niin monta kertaa, että oppilas tuntee osaavansa. Jälkikäteen saa vielä ohjeet sähköpostina tai kirjeitse muistutukseksi. Sitten uusia asioita voi harjoitella itsenäisesti. Ja ainahan koko homman voi uusia.

Ne, jotka ovat etäopetusta uskaltaneet kokeilla, ovat olleet tyytyväisiä mahdollisuuteen saada ohjausta omaan pulmaan nopeasti. Kotona voi harjoitella oman koneen äärellä, mutta saa samalla tukea. Etäopetus onnistuu myös tulkin välityksellä, kunhan toimintatavat sovitaan etukäteen. Ja sitten vain uutta oppimaan! ■



Sandra Santamäki (oikealla) keskustelee Paula Lahtin kanssa käsityöpiirissä.

Työharjoittelussa selvisi, miten kuurosokea valitsee värit

Teksti ja kuva: Heidi Häyrynen

Sandra Santamäki tutustui Suomen Kuurosokeat ry:n toimintaan viikon työharjoittelujaksolla maaliskuussa. Jakson vastuuhenkilönä toimi järjestöohjaaja **Milla Lindh**.

Sandra on viittomakielinen Usher ja kotoisin Raumalta. Hän opiskelee Ammattiopisto Spesian Turun toimipisteessä, opintolinja VALMAssa. Se on tarkoitettu opiskelijoille, jotka

kaipaavat tukea ammatinvalintaan ja itsenäistymiseen.

Taide sopii kaikille

Sandra perehtyi viikon aikana monipuolisesti yhdistyksen toimintaan, työntekijöihin, Kuurosokeiden Toimintakeskukseen ja Toimintapäivien opintopiireihin.

– Maanantaina tutustuin eri paikkoihin talossa. Tiistaina aamulla olin savipiirissä ja iltapäivällä Tampereen kerhossa. Keskiviikkona aamulla olin

taidepiirissä ja iltapäivällä omppupiirissä.

Opintopiireissä hän pääsi seuraamaan tulkkien, ohjaajien ja asiakkaiden työskentelyä. Savipiiriä ohjasi keraamikko **Riitta Mustakoski**, taidepiiriä kuvataiteilija **Sini Kallio**, kudontapiiriä **Sirpa Meronen** ja käsityöpiiriä **Sari Haavisto**.

– Taide on ollut mielenkiintoista, ja se että olen saanut jutella ihmisten kanssa. Siitä olen tykännyt.

Sandrasta on ollut kiinnostava nähdä, mitä eri tapoja kuurosokeilla on tehdä taidetta ja että sen tekemisessä käytetään erilaisia apuvälineitä. Heille sopivat hyvin kaikki taiteen muodot. Yksi asia on kuitenkin jäänyt arvoitukseksi.

– Jos näkee vähän, voi valita värit, mutta miten täysin kuurosokea voi valita värit?

Milla kertoo, että kuurosokea on voinut nähdä joskus, jolloin muisto väreistä on vielä tallella. Silloin värit pitää vain kuvailla hyvin tarkasti.

– Ushereilla näkö häviää, mutta silti hän muistaa värit, kun vain selittää ne, onko väri keväänvihreä tai havumetsänvihreä. Muistia pitää käyttää paljon.

Syntymäsokeilla tilanne on eri, sillä he eivät ole koskaan nähneet värejä. Värit eivät silloin merkitse mitään. Heillä on usein tuntoaistiin perustuva mielikuva väreistä.

– Jos opaskoiran on sanottu olevan keltainen, keltainen värinä mielletään keltaiseksi, lämpimäksi ja karvaiseksi, Milla sanoo.

Eroja kommunikaatiossa

Sandra on ollut aiemmin tekemisissä lähinnä kuurojen kanssa. Täysin kuurosokeita hän tapasi nyt ensimmäisen kerran. Kommunikaatiossa on eroja.

– Kuurot, kun näkee, heille riittää, että voi vain alkaa viittoja. Kuurosokeat viittovat enemmän taktiilisti käteen. Sitten on sellaisia kuurosokeita, jotka tarvitsevat tulkin, joka kertoo, mitä ympärillä tapahtuu, kuka menee ja tulee.

On myös tilanteita, joissa toinen kuurosokea osaa taktiilista viittomista ja toinen ei. Silloin kommunikointiin tarvitaan tulkki.

Sandra on oppinut työharjoittelun aikana erilaisia sosiaalisia pikaviestejä, haptiiseja.

– Tiesin esimerkiksi kahvin pikaviestin, että se tehdään olkaan, mutta en muita. Nyt olen oppinut. Jos myöhemmin sokeutuu, ne on hyvä tietää.

Työharjoittelun päätyttyä Sandra jatkaa harjoittelua Ravattulan toimintakeskuksessa. Hän valmistuu keväällä 2019. Jatkosuunnitelmat ovat selvät.

– Syksyllä, jos pääsen, menen Jyväskylään ammattiopisto Spesiaan opiskelemaan lasi- ja keramiikka-alaa. ■

Saavutettavuus-teema kiinnosti Helsingissä

Teksti ja kuva: Jaakko Evonen

Huhtikuun 1. päivänä koettiin suuri hetki, kun uusi saavutettavuus-laki astui voimaan Suomessa. Päivän aikana keskusteltiin myös saavutettavuuteen liittyvistä aiheista Ymmärän 2019 -seminaarissa, jonka järjesti

Celia-kirjasto Kuntatalolla Helsingissä. Ohjelmassa oli luentojen lisäksi työpajatyöskentelyä. Yleisöllä oli mahdollisuus esittää kysymyksiä Etelä-Suomen aluehallintovirastolle saavutettavuuteen liittyvistä asioista.

Luennoissa saavutettavuutta lähestyttiin monista näkökulmista. Esimerkiksi **Minna Karhunen** Kuntaliitosta

totesi, että viestinnän eräs tehtävä on lisätä ihmisten välistä ymmärrettävyyttä. Tärkeätä on pitää sanoma yksinkertaisena.

Kaksikielisyyden merkitys saavutettavuusasioissa on myös huomioitava, totesi **Vava Lunabba** oikeusministeriöstä. Tärkeätä on osaltaan edistää erityisryhmien edellytyksiä käyttää julkisen sektorin digitaalisia palveluita. Lunabba mainitsi myös viittomakielilain.

Celian **Kirsi Ylänteen** ja **Johannes Kosken** esitelmässä käsiteltiin saavutettavien tiedostojen tekemistä. Esimerkiksi dokumenttien rakenteen tulisi olla selkeitä ja otsikoiden kuvaavia. Otsikot kannattaa merkitä tyyleillä, jotta niiden löytäminen ruudunlukuohjelmilla olisi helpompaa. Kielen tulisi olla selkeää ja lyhenteiden avattuja. Jos dokumentissa on kuvia, voi niiden sisältöä avata vaihtoehtoisilla teksteillä. Tiedosto kannattaa nimetä kuvaavasti. Esimerkiksi PDF-dokumentit voi lopuksi tarkistaa esteettömyys työkalulla. Mahdollisuus on myös käyttää saavutettavaa EPUB3-formaattia.

Johanna Nurmi valtiovarainministeriöstä ja **Kirsi Ylännä** kertoivat kyselyiden saavutettavuudesta. Sähköiset kyselyt osaltaan parantavat saavutettavuutta, sillä niihin voi vastata ajasta ja paikasta riippumatta. Esille tuotiin tapaus, jossa sähköiseen kyselyyn vastaaminen koettiin kuitenkin vaikeaksi. Tällöin vanhusjärjestöt olivat järjestäneet tilaisuuksia, joissa

kyselyyn oli mahdollisuus osallistua. Luennoissa nousi esille myös, että verkossa tehtäviin sähköisiin kyselyihin kohdistuu erilaisia saavutettavuusvaatimuksia, kuten toimivuus ruudunlukuohjelmilla. Kyselyiden tulee olla selkeitä. Tärkeää olisi käytettävyyttä arvioitaessa ottaa erityisryhmien edustajia mukaan.

Ylen selkokielisestä vaalikeskustelusta oli kertomassa **Petri Kejonen** Yleisradiosta. Hän mainitsi, että selkokielen tarve on kasvanut viime aikoina. Eräs tästä hyötyvä ryhmä ovat maahanmuuttajat. Yhteistyötä selkokielisen vaalikeskustelun tiimoilta on tehty Kehitysvammaliiton kanssa. Tällaisuuksessa yleisöllä on mahdollisuus esittää tarkentavia kysymyksiä. He voivat kertoa vihreiden ja punaisten lappujen kanssa, ymmärsivätkö panelistin vastauksen. Itse vaalikeskustelu tekstitehtään ja laitetaan Areenaan.

Lopuksi Etelä-Suomen aluehallintoviraston saavutettavuustiimi vastasi yleisön kysymyksiin. Esille nousivat esimerkiksi videoiden tekstittäminen ja aluehallintoviraston tehtävät. Tiimi muistutti, että heihin voi ottaa yhteyttä, jos jonkin sivuston saavutettavuudessa on ongelmia. Tällöin on mahdollista tehdä kantelu. ■

Aluehallintoviraston saavutettavuustiimi: vasemmalla ylitarkastaja Johanna Koskela, keskellä lakimies Emilia Ojala ja oikealla ylitarkastaja Viena Rainio.

Viittomia kuntosalille

**Teksti: Henri Lauritsalo,
tulkkiopiskelija, Humak**
Kuva: Jaakko Evonen

Toteutin opinnäytetyönäni viitotun videon, johon on kerätty viittomia kuntosaliliikkeille. Opinnäytetyön tilaajana oli Suomen Kuurosokeat ry:n kommunikaatiopalvelut. **Riitta Lahtinen** toimi työelämäohjaajana.

Työni tavoitteena on tarjota kuurosokeiden kanssa toimiville henkilöille sanastoa, jotta he voivat toimia paremmin kuntosalilla yhdessä kuurosokeiden kanssa.

Keräsin materiaalin haastatteleamalla kuurosokeaa henkilöä. Tapasimme kuntosalilla, jossa hän näytti minulle erilaisia liikkeitä sekä niiden viittomia. Minä kuvasin videolle viittomat sekä otin valokuvia liikkeiden alusta ja lopusta.

Koska kerättyä materiaalia oli paljon, ei kaikkia liikkeitä ollut mahdollista laittaa videolle. Rajasin Riitan ohjeituksen mukaan ne liikkeet, jotka sitten toimivat parhaiten lopullisella videolla.

Materiaalin avulla tuotin lopullisen videon Mikko Palon ja Tomas Uusimäen kanssa. Minä suunnittelin

videon käsikirjoituksen sekä alku- ja lopputekstit. Tomas viittoi viittomat ja Mikko kuvasi sekä editoi videon. Minä olin kuvaustilanteessa ohjaamassa viittojaa, että kaikki viittomat tulevat videolle sellaisina kuin halusin.



Kuntosalilla voi ylittää itsensä. Aarne Pirkola treenaamassa. Kuvituskuva.

Video löytyy Suomen Kuurosokeat ry:n verkkosivuilta, kommunikaatiopalveluista ja sieltä edelleen viittomia-sivulta. Samalta sivulta löytyy vastaavia videoita eri aiheista.

Valmiilla videolla on yhteensä 19 viittomaa erilaisille kuntosaliliikkeille. Osa viittomista on vaihtoehtoja samalle liikkeelle. Kuntosaliliikkeestä

esitellään sen suomenkielinen nimi sekä kuvat liikkeen alusta ja lopusta. Kuvien jälkeen tulee viittoma sekä mahdolliset vaihtoehdot. Verkkosivuilla videon alapuolelta löytyy suomenkielisten termien selitykset. ■

Asiakaskysely: suurin osa kommunikoi puheella

Suomen Kuurosokeat ry:n toteutti asiakaskyselyn alkukevästä 2019. Kysely koski kohdennettuja avustuksia. Niihin kuuluvat viriketoiminta sekä alue-, kommunikaatio- ja ICT-palvelut.

Kysely lähetettiin sähköisesti arviolta 350 henkilölle ja paperisena 317 henkilölle. Yhteensä vastaanottajia oli noin 667.

Vastauksia saatiin 140 kappaletta. Sähköisiä vastauksia tuli 93 ja paperisia 47.

Vastaajista naisia oli 64,3% ja miehiä 35,7%. Ikäjakaumassa 7-17 -vuotiaita oli 3,7%, 18-29-vuotiaita 2,1%, 30-62 -vuotiaita 45,7%, 63-79 -vuotiaita 32,1% ja yli 80-vuotiaita 16,4%.

Pääasialliseksi kommunikaatiotavakseen 77,9% vastasi puheen, 13,6% viittomakielen ja 8,6% taktiilimenetelmät. Vastauksista kuitenkin havaittiin, että kommunikaatiotapa vaihteli tilanteen mukaan. Useat puheen pääasialliseksi kommunikaatiotavakseen määritelleet käyttivät lisäksi viittomakieltä ja taktiilimenetelmiä.

Järjestön palveluja käytettiin seuraavasti: aluepalveluja käytti 70,7% vastaajista, kommunikaatiopalveluja 25,0%, ICT-palveluja 47,1%, sopeutumisvalmennusta 24,3% ja viriketoimintaa 37,9%.

Kyselyn tuloksia käytetään apuna toiminnan ja asiakaspalvelujen parantamisessa sekä kehittämisessä. ■

Keilaharrastus vei mukanaan

Teksti: Paula Valminen

Kuva: Jaakko Evonen

Vuosi sitten kaivoin varastosta sinne unohtamani kassin. Toin sen päivänvaloon ja tutkin sisältöä uteliaana kuin pieni lapsi. Siinä silmiäni edessä odotti kenkien kaverina ikioma keilapalloni. Suihkautin hiukan puhdistusainetta pallon pintaan ja pyyhin sitä pehmeällä mikrokuituliinalla.

Näin valmistauduin lähes kymmenen vuoden tauon jälkeen yhteisiin koitoksiin keiloja kaatamaan. Paikallisen näkövammaisyhdistyksen liikuntatoukunta antoi sysäyksen tähän. Se järjestää keilavuorot keväisin ja syksyisin tasapuolisesti sekä Porin että Rauman keilahalleissa.

Keilakärpänen puraisi

Nälkä kasvaa syödessä, kuten sanotaan. Kun Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n ja Suomen Keilailuliiton yhteinen keilacup järjestettiin helmikuun alussa Porissa, lähdin vain seuraamaan Kuurosokeat Keilailijat (KSK) -kerhon keilaajien pärjäämistä. Oma rohkeus ja heikot tulokset eivät riittäneet osallistumaan kisaan.

Silti keilakärpänen puraisi ja tempaisi

mukaansa. Keilakärpänen paljastui **Jäntin Eskoksi**, joka houkutteli osallistumaan Kuortaneen Urheiluopistolla huhtikuussa järjestettävälle keilaleirille.

Niin tätä mummua vietiin Porista Tampereelle. Matka jatkui juna vaihtamalla Seinäjoelle. Samassa vaunussa sattui matkustamaan myös muita leirille menijöitä, joten puhe keilailusta alkoi heti. Junamatka sujui nopeasti, vaikka kulkupeli olikin puoli tuntia myöhässä, ja jännitys linja-autoon ehtimistä nosti verenpainetta. Ajoissa ehdimme autoon ja Urheiluopistolle. Perillä ei ehtinyt kissaa sanoa, kun löysin jo itseni hierontapöydältä. Sain tehokkaan käsittelyn jumiutuneisiin hartialiaksiini.

Hieronnansta päästyäni oli majoittumisen vuoro. Matkalaukku Matintupaan, keilakassi mukaan ja suunta keilailuvälineiden katsastukseen.

Valmentaja **Piritta Maja** hoiti pallot kuntoon. Omaan pallooni pistettiin sormitutit. Sitten pääsin muutaman kerran ottamaan uutta tuntumaa palloon ja rataa. Vauhdikas meno jatkui ruokailun jälkeen, kun vuorossa oli keilakerhon kevätkokous. Uni maistui oudossa pedissä ihmeen hyvin.



Edessä keskellä Esko Jäntti. Vieressä valmentaja Piritta Maja. Takana Martti Avila.

Kaatoja radalla

Aamulla kokoonnuttiin Matintuvan pihaan ennen aamupalaa. Hiukan kroppa ihmetteli kahvitonta aamua, mutta reippaan kävelyn jälkeen päästiin tankkaamaan.

Teoriatunnilla Piritta kertoi niin paljon asiaa keilailusta, että pelkäsin pääni muuttuvan öljyiseksi keilapalloksi. Tuli vähän pöljä olo, kun puhuttiin paikkopalloista ynnä muista. Niistä monista palloista, joita keilausta harrastavat ja ammatikseen tekevät mukanaan kulljettavat. Arvatkaas, tuntuiko nololta, kun taapersin vain yhden pallon kanssa eteenpäin.

Teorian jälkeen lähdettiin jälleen ulkoilemaan, sillä keilahallilla olleen kilpailuvuoron takia sinne ei päästy. Mais-tuihan se kävely. Kävimme katsomassa Kuortaneen kirkon ympäristöä. Kaunis punainen puukirkko valkoisin ikkunapokakoristein somistettuna keväisessä auringonpaisteessa loi mahtipontisen pohjalaisen tunnelman. Pian oli aika palata takaisin opistolle syömään. Ruoasta riittäisi puhetta, mutta enempää ei tähän, kuin että herkullista oli.

Pienen lepotauon jälkeen pääsimme itse asiaan eli keilaamaan. Leirille osallistuneet 12 henkilöä jaettiin pareittain kuudelle radalle. Keilaukseni

sujui joten kuten, vaikka Piritta kävi ohjaamassa kädestä pitäen keilaus-tekniikkaa. Porukan vanhat konkarit osasivat jo pallon vierityksen, saaton sun muut hienoudet, jotka vain sanoina pyörivät päässäni. Muutama tunti vierähti lähes huomaamatta keiloja kolistellen ja palloja pallonpulausautomaateista odottaen. Pallonpulausautomaatti välähti mieleeni, kun kaupoissa on vastaavasti pullonpulausautomaatti.

Itselläni keilauksesta ei tahtonut tulla mitään, sillä niin huonosti tuntui homma toimivan. Tuli sellainen tunne, että miksi tulin leirille. Ihmeellisesti Piritta tämän vaistosi ja kävi välillä neuvomassa oikeaa keilausasetusta ja tsemppaamassa uuteen yritykseen. Ja niin siitä vaan kaato syntyi. Kovin harvoin kaatoa sain onnistumaan, mutta väliäkö sillä. Ainakin kokemusta tuli ihan roppakaupalla.

Päivällisen jälkeen jatkettiin vielä puolentoista tunnin keilailulla ja puolen tunnin venyttelyillä jumppasalissa. Hieman siinä jo väsy alkoi painaa ja päätin suihkun jälkeen painua unten maille. Uni antoi odottaa itseään, ja pistekirja kaverina hetken Nukkumattia odottelin.

Vaikka viimeinen aamu valkeni pilvisenä, meininki oli sama: reippailun jälkeen aamupalalle. Parin tunnin keilailun aikana käytiin läpi paikkoheitoja. Hyvin ne sujuivat ja pian saatiin jatkaa vapaasti keilausta.

Kaikki hyvä loppuu kuitenkin aikaan. Keilauksen jälkeen pakattiin tavarat ja luovutettiin huoneet. Lounaan jälkeen kokoonnuttiin vielä loppupalaveriin. Saatiin antaa Piritalle ja Eskolle ruusut ja risut. Palautteesta päätellen Piritta sai kauniin ja tuoksuvan ruusukimpun. Loppuvinkkinä, että puolen vuoden kuluttua järjestettävälle keilaleirille toivotaan myös uusia tulokkaita.

Leiristä jäi hyvä mieli, ja mahdollisuuksien mukaan jatkan uusin ajatuksin vanhaa harrastustani. ■



Paula Valminen keilaamassa.

Ilmoitukset

Kuurosokeiden kerhot

Lahti

Kerho kokoontuu 29.5. klo 10–13. Puistokatu 9, Lahti. Aiheena henkilökohtainen apu. Paikalla palveluasiantuntija Heli Lappalainen, aluepalvelupäällikkö Taru Kaaja ja Lahden vammaispalvelutyöntekijä.

Ilmoittautumiset 24.5. mennessä kerhonvetäjä Irja Rantatalolle: 046 54 68 298, rantatalo.irja@gmail.com.

Oulu

Tapaaminen ti 28.5. klo 13–16 Oulun Kuurojen yhdistyksellä. Koskitie 19 A. Retki Kuusisaaren ulkoilualueelle. Makkaranpaistoa. Ulkoiluvaatetus sään mukaan.

Kesäkuun ohjelmasta ilmoitetaan myöhemmin. Leila Rytimaa ja suunnittelutiimi.

Tampereen kerho

Kokoontuminen ti 28.5. klo 13–16, VTS Ristontalon katutasen monitoimitilassa. Valtaraitti 9, Tampere. Aiheena kuntoutus. Vierailijana sosiaalityöntekijä Kaija Pekkanen.

Satakunnan kerho

Kerhopäivä pidetään 8.5. klo 12–15

Satakunnan näkövammaisyhdistyksen toimintakeskuksella. Otavankatu 4 C 49, Pori.

Luennoitsijana fysioterapeutti, Ikäinstituutin aluekouluttaja Anne Setälä. Aiheet: toimintakyvyn ylläpitäminen ikääntyessä ja ravinnon tärkeys.

Lisätiedot: puh. 0400 532 413 tai s-posti: saini.lepisto@gmail.com.

Tapahtumat

Vertaistukiviikonloppu kuurosokeille työikäisille

Aika ja paikka: 7.–9.6. Kuurosokeiden Toimintakeskus, Insinöörinkatu 10, Tampere

Sisältö: Vertaistukea, keskustelua, apuvälinekokemuksia, toimintaa.

Hinta 30 e. Sisältää majoituksen ja ateriat.

Ilmoittautumiset 6.5. mennessä: milla.lindh@kuurosokeat.fi, 040 774 9207.

Kerhotoimintaa lapsille ja nuorille

Kuulovammaisille, kuuroille ja kuulonäkövammaisille lapsille ja nuorille (7–17-v.) järjestetään kerhotoimintaa Tampereella.

Kokoonnumme lauantaina 4.5. klo 12–15 Kuurosokeiden

Toimintakeskuksella, VTS Ristontalossa (6. krs). Paikalla viittomakielen taitoisia vapaaehtoisia. Teemana leivonta.

Ilmoittaudu 1.5. mennessä: milla.lindh@kuurosokeat.fi tai puh 040 774 9207.

Helsingin viriketoiminta

Toukokuun toimintaa:

Kuntopiiri

To 9.5. ja 16.5. kello 13–16 liris, 2. krs. Ohjaajana Jaana Marttila. Kuntoharjoittelua, vesijumppaa, uintia ja saunomista. Paikalla kaksi yleistulkkia. Pyyhe mukaan. Huom! To 2.5. ei ole kuntopiiriä. Kevään viimeinen to 16.5. Syksyllä jatketaan torstaisin 5.9. alkaen.

Apuväline-päivä

Ti 14.5. klo 10–15 Näkövammaisten palvelu- ja toimintakeskus liris. Marjaniementie 74, Helsinki. Suomen Kuurosokeat ry:n Helsingin viriketoiminta ja ICT-palvelut järjestävät kuulon ja näön apuvälinenäyttelyn lirkksen infon vieressä aulatilassa.

Esittelyssä mukana Näköpiste Polarprint ja Audienta. Apuvälineitä mahdollisuus kokeilla, ostaa ja tilata.

Asiakkaille tarjotaan kahvi ja pulla lirkksen ravintola Antellissa kahvilippua vastaan. Paikalla ei yleistulkkauksia. Näyttely maksuton ja avoin kaikille.

Ilmoittaudu Anitalle viimeistään ke 8.5. kahvitarjoilun vuoksi. Ilmoita samalla erikoisruokavaliosi.

Harrastuspiiri: Japani ja kirsikkapuisto

Ke 15.5. klo 10–16 liris, Suomen Kuurosokeat ry:n Helsingin aluetoimisto, 4. krs. Järjestäjät kommunikaatiopalvelut ja Helsingin viriketoiminta. Tilassa induktio. Aamukahvit (1 e). Vierailijana Suomi-Japani yhdistys. Omakustanteinen lounas. Vierailu Roihuvuoren japanilaisessa kirsikkapuistossa. HSL:n bussikortti varmuudeksi mukaan. Mukana virikeohjaaja Anita Palo ja kommunikaatiotyöntekijä Sanna Nuutinen. Paluu lirkseen klo 16 mennessä. Paikalla ei yleistulkkauksia. Tilaa tarvittaessa tulkki.

Ilmoittaudu Sannalle viimeistään pe 10.5. Yhteystiedot: sanna.nuutinen@kuurosokeat.fi tai 044 7380 191.

(Toinen teema: Avaruus ja 50 vuotta Apollo-ohjelmasta to 13.6. Lisätietoja myöhemmin).

Pannu kuumana

To 16.5. klo 10–12 liris, Suomen Kuurosokeat ry:n Helsingin aluetoimisto,

4. krs. Yhdessäoloa, keskustelua, kahvittelua. Paikalla virikeohjaaja Anita Palo ja palveluasiantuntija Heli Lappalainen. Kahvitarjoilu (1 e). Paikalla ei yleistulkkauksia. Tämän jälkeen voi jatkaa kuntopiiriin.

Japanilainen ravintola Itsudemo

Ti 28.5. klo 16–20. Salomonkatu 3, Helsinki. Ruokailut ym. omankustanteisia. Paikalla ei yleistulkkauksia.

Ilmoittaudu Anitalle viimeistään ke 15.5.

Kommunikaatiopiiri: Retki Kuurojen palvelusäätiön Ävikin palvelukeskukseen

Ke 29.5. klo 7.45–18.15 Hyvinkää. Järjestäjät: kommunikaatiopalvelut ja Helsingin viriketoiminta. Kokoon-tuminen klo 7.45 Helsingin päärautatie-asemalla, sisätiloissa ison aikataulun alla. Lähijuna Hyvinkäälle klo 8.10–8.54. Kerro, mikäli tulet muilla kyydeillä.

Tutustumiskierros klo 10 alkaen. Lounas. Iltapäivällä mahdollisuus keskustella asukkaiden kanssa. Tarkempi ohjelma ilmoittautuneille. Ei yleistulkkauksia, tilaa tarvittaessa tulkki. Matkat ja ruokailu omakustanteisia. Mukana virikeohjaaja Anita Palo, kommunikaatiotyöntekijä Sanna Nuutinen ja kommunikaatiopäällikkö KT Riitta Lahtinen.

Ilmoittautumiset ja tiedot erikoisruokavaliosta Anitalle tai Sannalle viimeistään ti 30.4. Yhteystiedot: sanna.nuutinen@kuurosokeat.fi ja 044 7380191.

Virikeohjaaja Anita Palo on lomalla 1.–12.5. (ke–su) ja työmatkalla 19.–26.5. (su–su). Yhteystiedot: anita.palo@kuurosokeat.fi, tekstiviestit / WhatsApp 040 837 7896

Sekalaista

Toukokuun Tuntosarven viimeinen ilmoitusten jättöpäivä on 1.5. klo 12. Ilmoitukset voi lähettää osoitteeseen viestinta@kuurosokeat.fi.

Päivyri

Europarlamenttivaalien ennakkoäänestys kotimaassa 15.–21.5. Ennakkoäänestys ulkomailla 15.–18.5. Suomessa vaalipäivä on 26.5.2019. ■