

Tuntosarvi

Suomen Kuurosokeat ry:n järjestö- ja jäsenlehti
6/2024

Isät äänessä

**Tukea
vanhemmuuteen**



Sisältö

Pääkirjoitus: Palveluita perheille tasavertaisesti	3
Isillä on puheenvuoro!.....	4
Äiti on kuulonäkövammaisen, mitä sitten?	8
Varhainen vuorovaikutus ja vuorovaikutuskumppanuus	10
Vertaisuudesta voimaa vanhemmuuteen.....	13
Tukea ja apua lapsiperheille	14
Muista ennen lapsen syntymistä	15
Pieni tarina perhesuunnittelusta	16
Pirkola kuurosokeiden shakin PM-mestariksi	17
Puheenjohtajan palsta.....	18
Kolumni: Etenevän kuulonäkövammaisen kanssa voi elää.....	20
Kokemuksia harjoittelusta ja sen tärkeydestä	22
Avoimet ovet -tapahtuma yleisömenestys.....	24
Kolumni: Tulenko vanhaksi?.....	29
Pilkkimiehen uni.....	30
Suomen Järvet: kalojen koti ja kansallisaarre.....	31
Näkemiin järjestökentälle	32
Vesijuoksusta piristystä arkeen	33
Ilmoitukset.....	34

Etukansi: Onnittelukukat Kuurosokeiden Toimintakeskukselle.

Takakansi: Tue toimintaamme.

Tuntosarvi

50. vuosikerta
ISSN 2490-1695

Julkaisija

Suomen Kuurosokeat ry

Levikki

500

Toimitus

Päätoimittaja ja taitto Anne Met-
säpuro
Sisällöntuottaja Jaakko Evonen
p. 040 753 2026
viestinta@kuurosokeat.fi

Vuosikerran hinta

Vuosikerta 30 euroa. Suomen
Kuurosokeat ry:n jäsenille il-
mainen. Yhdeksän numeroa
vuodessa printtilehtenä, piste-
kirjoituksella, Daisy-äänileh-
tenä, sähköisenä Luetus-oh-
jelmassa ja pdf-näköislehtenä
verkossa.

Mainosten hinnat

puoli sivua 140 euroa
2 x 1/2 palstaa 70 euroa
1 palsta 60 euroa
1/2 palstaa 35 euroa
1/4 palsta 20 euroa

Tilaukset ja osoitteenmuutokset

Suomen Kuurosokeat ry,
Insinöörinkatu 10, 33720 Tampere.
s-posti:
osoitteenmuutos@kuurosokeat.fi

Toimiston aukioloaika

ma-pe klo 9.00–15.00

Painopaikka

Viestipaino Oy, Tampere

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

Palveluita perheille tasavertaisesti

Etsin materiaalia kuulonäkövammaisen vanhemmuudesta ja selvisi, ettei kuulo-, näkö- ja kuulonäkövammaisen vanhemmuuteen kohdistuvaa tukea ja materiaalia ole juuri tarjolla. Kokosimme teemanumeron, jossa kerromme eri näkökulmista, millaista vanhemmuus aistivammojen kanssa voi olla.

Toteutimme kyselyn kuulonäkövammaisille vanhemmille heidän kokemuksistaan vanhempina. Tuloksista kerromme lehdessä.

YK:n vammaissopimuksen 23. artiklan mukaan vammaisilla henkilöillä on oikeus perustaa perhe yhdenvertaisesti muiden kanssa sekä saada tukea kasvatustehtävässään.

Neuvoloiden tehtävänä on tukea perhesuunnittelussa. Vammaispalveluihin ja sairaalan kuntoutusohjaajiin kannattaa olla yhteydessä jo odotusaikana. Palvelusuunnitelman päivittäminen on suositeltavaa. Täytyykö kotona tehdä asunnonmuutostöitä, kuten parantaa valaistusta? Tarvitaanko lapsen synnyttyä avuksi perhetyötä? Liikkumistaidon ohjausta voi tarvita, kun kulkureitti muuttuu ja liikutaan rattaiden kanssa. Tarvittavat apuvälineet, esimerkiksi itkuhälytin on syytä pyytää sairaalasta ajoissa, jotta se ehditään asentamaan ennen vauvan syntymää.

Ennen synnyttämistä voi tehdä synnytystoivelistan. Siinä voi kertoa esimerkiksi millaista kokemusta toivoo, tarvitseeko tukihenkilöä tai tulkkia tai haluaako ohjausta imetykseen. Järjestömme kommunikaatiopalvelut ovat tarvittaessa sinun ja perheesi tukena varhaisen vuorovaikutuksen luomisessa.

Elämäntilanteen muuttuessa voi hakea Kelasta järjestömme toteuttamaa yksilöllistä, moniammatillista yksilökuntoutusta, jossa tuetaan perhettä.

Lastensuojelullisia toimia voi miettiä tilanteissa, kun voimat ovat koetuksella ja herää huoli lapsen hyvinvoinnista. Kotiin voidaan miettiä erilaisia tukitoimia ja palveluita oman jaksamisen tueksi.

Vanhempia on hyvin erilaisia. Toinen kaipaa omaa tilaa, eikä halua toisten apua, kun taas toinen kaipaa enemmän tukea ja ohjausta. Myös vertaisuella voi olla tärkeä rooli.

Joskus tulee tilanteita, ettei ammatillisilla ole tietoa kaksoisaistivammoista. Muistattehan järjestömme työntekijät, kuten palveluasiantuntijat, joilta voi saada monenlaista tukea vanhemmuuteen.

Kaisa Surakka

Kuntoutusohjaaja, näkövammaistaitojen ohjaaja ■

Isillä on puheenvuoro!

Teksti: Jaakko Evonen

Kuvat: haastateltujen perhealbumit

Haastattelin kolmea kuulonäkövamaisista/kuurosokeaa isää heidän perhekokemuksistaan. Seuraavaksi ääneen pääsevät **Vesa Pikkuhookana, Mika Laitinen** ja **Markku Kunnas**.

Monipuolista kommunikaatiota ja kulttuuria

Vesa Pikkuhookana on neljän lapsen isä. Perheessä on monenlaista kulttuuria, sillä hänen vaimonsa on kotoisin Afrikasta. Myös perheen kommunikaatio on rikas sekoitus viittoma kieltä ja suomen kieltä.

Kun lapset olivat pieniä, hoiti vaimo enemmän lapsia. Hän vastasi esimerkiksi ruokaostoksista ja lasten syöttämisistä. Vesa puolestaan toimi taustalla tukena. Avuksi olivatkin monet apuvälineet.

-Meillä olivat itkuhälytin ja väristin käytössä. Toiminta oli välillä epävarmaa, sillä joskus ne toimivat ja joskus eivät, kertoo Vesa Pikkuhookana.

Hänen mukaansa lasten kanssa oli joskus läheltä piti -tilanteita.



Vesa Pikkuhookanan perhe.

-Puistossa lapset lähtivät juoksemaan ja piti pysyä perässä. Kaikesta aina selvittiin kuitenkin.

Vesa muistelee, että kun lapset olivat nuorempia, he häpesivät hänen viittomakielisyyttään. Mutta nyt myöhemmin tilanne on muuttunut ja he viittovat itsekin.

-Viittomakieli on tärkein perheessämme. Lapsemme ovat oppineet viittomia. He puhuvat myös suomen kieltä.

Harrastukset ovat olleet tärkeä yhteinen hetki lapsille ja isälle. Vesa on ollut mukana tukemassa heitä.

-Olen ajatellut, että liikunta on hyväksi. Ja että lapset oppivat asioita ja pärjäävät elämässään.

Jälkikäteen Vesa on kokenut tarvinneensa enemmän vertaistukea. Kuuroja ystäviä hän tapasi harvoin, koska arki pyöri perheen ympärillä. Suomen Kuurosokeat ry:n perhekurssit toivat kuitenkin mukavia kohtaamisia vertaisten kanssa.

-Meillä oli perhekursseja ja -leirejä, jonne pääsi parin vuoden välein. Ne olivat tosi tärkeitä! Siellä oli muutamia kuurosokeita ja kuulonäkövammaisia. Lapset tapasivat muita lapsia!

Viittomakielestä voimaa

Mika Laitisen perheessä on vaimo ja 6-vuotias poika. Hän työskentelee nykyisin yrittäjänä aliura-koitsijana. Toimenkuvaan kuuluvat

valokuituhitsaukset, työjaksot ovat puolen vuoden mittaisia. Aikanaan hän kouluttautui sähkö- ja tietoliikenneasentajaksi.

Laitisella itsellään on KID-syndrooma, joka aiheuttaa sarveiskalvon kantasolupuutosta. Lisäksi hänellä on harmaakaihi. Apuvälineinä ovat piilolinsit ja silmälasit.

Mika ja **Lauri**-poikansa käyttävät kumpikin sisäkorvaistutteita. Lisäksi perheessä ovat tukena esimerkiksi itkuhälytin ja suurennoslaite. Kommunikointi tapahtuu täysin viittomakielellä.

-Ulkopuoliset ihmiset varmasti näkevät, miten toimimme eri tavalla. Äiti on myös kokonaan kuuro ja kommunikoimme viittomakielellä.

-Lauri viittoo todella pitkiä tarinoita ja hänellä on hyvä mielikuvitus. Hän on kehittynyt todella huimaavasti viittomakielessä. Laurin tarvitsee olla jonkun seurassa, hän tykkää olla isän tai äidin kanssa, kertoo Mika Laitinen.

Perheen perustamisesta Laitinen toteaa seuraavaa:

-Jokainen valitsee oman elämänpolunsa. Perheen perustaminen tuo paljon sisältöä elämään. Mutta myös vastuuta.

Sisäkorvaistute paransi kommunikaatiota

Markku Kunnas on nyt 11-vuotiaan **Voitto**-pojan isä. Kunnas on itse



Markku Kunnas ja Voitto Kolu.

kuulonäkövammaisen, diagnoosina on Usherin syndrooma. Hän on ollut lapsesta saakka vaikeasti huonokuuloisen. Hän kävi normaalikuuloisten koulun, valmistui ylioppilaaksi ja suoritti ATK-merkonomitutkinnon kauppaoppilaitoksessa. Työkokemustakin hänellä on monista tehtävistä, kuten esimerkiksi Kuuloliitto ry:ssä nuorisosihteerinä, mikrotukihenkilönä ja Nordean työntekijänä. Nordealla hän on nyt työskennellyt IT-tehtävissä 21 vuotta. Markku pääsi Nordealle työvoimakoulutuksen kautta, kun Microsoftin tutkinto vaati työharjoittelupaikan.

Perhe-elämään liittyvät asiat olivat olleet Kunnaksen mielessä jo aiemmin. Hän kertoo toivoneensa lasta, jos elämänkumppani löytyy.

-En ollut törmännyt mihinkään ennakkoluuloihin. Tietenkin itse ajattelin kovasti, miten pärjäisin huonon kuuloni ja näköni kanssa, kun lapseni kasvaa ja kokee uusia asioita.

Kuulonäkövammaisuus ei Kunnaksen mielestä määritä perheensä elämää. Joskus on erilaisia hetkiä, jotka johtuvat näkövammasta, mutta yhdessä asiat kuitenkin käydään läpi.

Kommunikointikielenä on puhe. Lapsen syntymän jälkeen Kunnas päätti, että nyt oli aika mennä sisäkorvaistuteleikkaukseen.

-Poikani oli melkein yksivuotias, kun kävin vasemman korvan sisäkorvaistuteleikkauksessa. Parin vuoden päästä oli oikean korvan vuoro.



Mika Laitinen ja Lauri Savonniemi.

-Kommunikaatio parantui huomattavasti, kun kuulin paremmin.

Kunnas muistelee vauva-ajan rooleja puolisonsa kanssa. Vauvaa hoidettiin yhdessä tai vuorotellen. Hän oli itse 7 kuukautta hoitovapaalla, joka oli hänen mielestään yksi elämänsä huipukokemuksista.

-Nukuin välillä kuuloimplantti korvasani, jotta heräisin yöllä, kun vauvani tarvitsi hoitoa / apua.

-Meillä oli käytössä itkuhälytin. Avustajia emme tarvinneet kotiimme. Helsingin Kuljetuspalvelun taksikyydit ovat helpottaneet kulkemista.

Markku Kunnaksella on viesti perheen perustamista harkitseville kuulonäkövammaisille:

-Kuulonäkövammaisuus ei estä vanhemmuutta. Erilaisia haasteita se tuo ihan varmasti. Kannattaa ottaa asioista selvää, mitä erilaisia ratkaisuja on olemassa, jotka auttavat lapsen/lasten kasvattamisessa.

-Kannattaa ehdottomasti osallistua lapsen elämään. Lapsi haluaa kokea, maistaa, haistaa, kuulla ja nähdä. Vaikka isällä ja/tai äidillä on kuulonäkövamma, se ei estä kokemasta lapsen rakkautta ja iloa, kun hän kokee kaikenlaista ja kasvaa.

-Uskon että Suomen Kuurosokeat ry:n kautta voisi saada yhteystietoja perheistä, jotka kertoisivat omista kokemuksistaan mielellään. Minuunkin voi ottaa yhteyttä! ■

Äiti on kuulonäkövammainen, mitä sitten?

Teksti: Riku Päiväniemi
Kuva: Milla Lindhin kuva-arkisto

Olen nyt 19-vuotias, varusmiespalvelukseni on päättymässä ja jatkan tästä syksyllä yliopistoon. Elämä on ollut samaa peruskauraa kuin kaikilla muillakin nuorilla: Koulunkäyntiä ja siinä välissä töitä, lomailua ja tässä kohtaa asepalvelus. Jotkut saattavat kuvitella elämäni olevan jotenkin erilaista, koska äitini sattuu olemaan vakavasti kuulonäkövammainen. Silti koen elämän kulkevan samaa rataa kuin kaikkien muidenkin.

Olen elänyt aina sen tosiasian kanssa, että äitini ei näe tai kuule niin kuin useimmat muut. Sen takia en ole koskaan todennut sitä oudoksi tai tavallisesta poikkeavaksi. Kun sisäkorvaistutukset ovat pois päältä, äitini ei kuule mitään. Silloin hänelle ei voi puhua, vaan pitää ensin taputtaa olkapäätä tai muuten ilmoittaa että olisi jotain kerrottavaa. Äitini ei näe kunnolla valoilla, ja on käytännössä täysin sokea hämärällä. Tällöin on parempi kuvaila nähtyä ilmiötä, jonka hän missasi.

Kun liikutaan, äitiä pitää opastaa, ja ympäristöä pitää tarkkailla, jotta reitti on selkeä ja voi kertoa ajoissa portaista, lätäköistä, koirista ynnä muista piirteistä reitillä. Nämä voivat

kuulostaa ylimääräiseltä kuormitukselta tai rankalta lapsuudelta, mutta ne ovat mielessäni vain elämän sääntöjä. Ei se tunnu raskaalta, eikä se kuormita mieltä ja kehoa. Se on osa elämää.

Kavereille asia ei ole koskaan ollut iso juttu. Ihmiset reagoivat ensin lievällä shokilla, mutta myöhemmin tajuvat ettei se ole mikään merkittävä asia. Kukaan ei ole koskaan kiusannut tai kysellyt suuresti äitini sairaudesta. Usherin syndrooma oli hyvä aihe biologian esitelmiin kun sain samalla oppia enemmän äitini tilasta. Millään osapuolella ei ole mitään syytä hävetä, sääliä tai surra kuurosokeutta. Keskustelen mielelläni asiasta jos joku kysyy.

Joskus ihmisiä kiinnostaa miten kuurosokea voi yksinkertaisesti elää itsenäisesti tässä yhteiskunnassa. Puhun mielelläni apuvälineistä ja palveluista, joita kuulonäkövammaiset henkilöt hyödyntävät. Sen lisäksi yritän saada ihmiset ymmärtämään että kuulonäkövammaiset eivät ole kädettömiä tai avuttomia. Keho keskittyy niihin aisteihin, jotka toimivat ja ne toimivat sitten varsin hyvin. Sen lisäksi ihmiset ovat kyllin älykkäitä pärjäämään

useimmissa perusaskareissa ilman kuulo- ja näköaistia.

Suurin ennakkoluulo kuulonäkövammaisuudesta on se, että näiden aistien puute lamauttaa ihmisen kokonaan. Joskus, kylläkin harvoin, tulee vastaan niitä jotka luulevat aistivamman vaikuttavan myös ihmisen älykkyyteen. Silloin pitää rauhallisesti selittää, että kuurosokeat ihmiset ovat ihmisiä kuin kaikki muutkin ja omaavat samat loogisen päättelyn, ongelmanratkaisun ja omaksumisen taidot. Olen itse todistanut, että aistien puute ei erityisesti vaikuta ihmisen kykyyn

suorittaa useimpia tehtäviä. Ainut asia mikä muuttuu, on se tapa, jolla tehtävä suoritetaan.

Olen vissiin elänyt erilaisen lapsuuden kuin moni muu, mutta ajatellessani lapsuutta en näe äitini kuulonäkövammaa sen määrittävänä, merkittävänä osana. Tein ehkä tavallista enemmän kotitöitä ja arkiaskareita lapsena. Konkreettisesti opin toimimaan itsenäisesti melko nuorena, ja samalla avustamaan äitiäni. Siitä olen kiitollinen. Olen nyt valmis pärjäämään omilani. Muuten asia ei ole aiheuttanut lapsuuteeni mitään oikkuja. ■



Jutun kirjoittaja Riku veljiensä kanssa.

Varhainen vuorovaikutus ja vuorovaikutuskumppanuus

**Teksti: Marianne Ojanen,
kommunikaation erityisasiantuntija**

Tutkimusten mukaan varhaisen vuorovaikutuksen merkitys on vauvalle elintärkeää aivojen kehityksen kannalta. Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan kaikkea yhdessä kokemista ja tekemistä, vauvan tarpeisiin vastaamista ja sen sanotaan olevan edellytys lapsen kielen kehitykselle.

Kuulonäkövammainen lapsi ja vuorovaikutus

Lapset, joilla toiminnan rajoite on ollut jo syntymästä alkaen tai ennen kielenkehitystä, voi heillä lisäksi olla jokin muu toiminnallinen haitta, kuten kehitysvamma. Kuulemisen ja näkemisen rajoitteet ovat hyvin yksilöllisiä ja voi olla, ettei näitä ole saatu tutkittua. On siis hyvin tärkeää tiedostaa mahdolliset aistivammat ja havainnoida niiden toimivuutta erilaisissa tilanteissa.

Kaksoisaistivamma vaikuttaa kaikkiin kehityksen osa-alueisiin. Kuulonäkövammaisuudesta johtuvat vuorovaikutus- ja kommunikaatiohaasteet saattavat hidastaa tai estää kehitystä, riippumatta lapsen kognitiivisesta kyvystä. Vammaisuudesta huolimatta, kaikilla lapsilla on mahdollisuus oppia

jonkinlaiseen vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon, tunnepainotteisessa vuorovaikutuksessa ihmisten kanssa.

Lapsen tapa tutkia ja ilmaista itseään saattaa näyttää erilaiselta kuin mitä havaitsemme tavallisessa kehityksessä. Siksi voi olla vaarana, että näitä erilaisia ilmaisuja pidetään merkityksettöminä, eikä lapsen aloitteeseen osata vastata. Voi myös olla, että lapsi on passiivinen ja omassa maailmassaan viihtyvä, koska puutteellisten aistien varassa on vaikeampaa vaikuttaa ympäristöön. Synnynnäiset tai varhaisessa vaiheessa saadut vammat vaikuttavat aktiivisuuden ja aloitteellisuuden kehitykseen. Vuorovaikutuskumppanuuteen pitääkin kiinnittää erityisen tarkkaa huomiota, koska hyvällä vuorovaikutuksella luodaan edellytyksiä kommunikaation kehittymiseen.

Samalla tavalla kuin kaikkien lasten kanssa, tavoitteena on luoda lapseen yhteys ja ylläpitää sitä. Keinot vaihtelevat aistivammojen ja muiden toiminnallisten haittojen mukaan. Lapsen aistikanava voi vaihdella erilaisissa

tilanteissa, siksi vuorovaikutustilanteissa on tärkeää huomioida kaikki aistit ja käyttää omassa ilmaisussaan monipuolisia keinoja. Erityisesti tuntoaistin käyttö korostuu, katsekontakti ja erilaiset ilmaisut voidaan vahvistaa kosketuksella lapsen keholle. Vuorovaikutustilanteissa on hyvä muistaa tauottaa omaa toimintaa ja antaa aikaa lapsen prosessoinnille ja vastaiselle.

Kuulonäkövammaisen vanhempi ja vuorovaikutus

Kuulonäkövamma on monimuotoinen kuulon ja näönvamma, mutta vammat ja niiden eteneminen on hyvin yksilöllistä. Erilaisilla kuulon ja näönpuvälaineilla voidaan helpottaa aistien

toimintaa, mutta on myös tilanteita, joissa apuvälaineet eivät voi olla käytössä.

Perheenlisäyksen myötä palvelutarpeet saattavat muuttua ja apua arjessa toimimiseen tarvitaan erilaisen palvelujen avulla. Näitä voivat olla henkilökohtainen apu, kuljetuspalvelut, asunnon muutostyöt ja perhetyö. Liikkumistaidon ohjaus voi olla paikallaan, kun pohditaan rattaiden kanssa kulkemista ja liikkumista valkoisen kepin kanssa.

Laadimme kuulonäkövammaisille vanhemmille kyselyn, jonka tarkoituksena oli kerätä tietoa, miten oma kuulonäkövamma on vaikuttanut lapsen tarpeisiin vastaamista ja vuorovaikutuksessa olemista. Millaisia keinoja vastaajat ovat keksineet oman kuulo- ja näköaistin tueksi. Kyselyssä selvitettiin myös perhesuunnitteluun ja synnytykseen liittyviä asioita, mm. miten vanhemman kuulonäkövamma on huomioitu erilaisissa tapaamisissa sekä millaista tukea ja ohjausta he ovat saaneet tai kokeneet tarvitsevänsä.

Tunto- ja hajuaistin käyttäminen vauvan tarpeisiin vastaamisessa sekä vuorovaikutuksessa korostuivat. Vaippaa voitiin tunnustella, haistella ja selvittää näin vaihdon tarpeellisuus. Tuntoaistin avulla tunnistettiin myös vauvan pienet eleet ja liikkeet. Vauvan lähellä ja sylissä oleminen koettiin tärkeäksi ja esim. kantoliina oli käytössä. Myös rutiinit koettiin hyvin



tärkeiksi. Herkkyys lapsen tarpeisiin vastaamisessa oli nähtävissä. Joissakin tilanteissa olisi myös kaivattu ulkopuolista apua, kuten kotipalvelua ja imetysohjausta, sekä tukea vanhemmuuteen, vuorovaikutustilanteisiin vauvan kanssa, sekä perheen sisäiseen vuorovaikutukseen. Osa koki, että heillä oli vahva tukiverkko ympärillä, mikä toi turvaa ja apua arjen erilaisiin tilanteisiin.

Vauvan kasvaessa, vanhemman ja lapsen kommunikaatio saattaa olla erilaista, vanhempi voi olla esimerkiksi viittomakielinen, lapsi taas puheella kommunikoiva. Tai vanhempi on sokea, puheella kommunikoiva, mutta lapsi tarvitsee omassa ilmaisussaan kuvia. Erityisesti näissä tilanteissa koettiin ohjauksen olevan puutteellista; miten tuetaan vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta ja kommunikaatiota sekä lapsen oman kommunikaation kehitystä.

Työssäni kommunikaatiopalveluissa koulutan ja ohjaan erilaisten kommunikaatio- ja ohjausmenetelmien käyttöä ja kuinka kosketusaistia voidaan hyödyntää näissä tilanteissa. Varhaisen vuorovaikutuksen kehittyminen, vuorovaikutuskumppanuus ja kuinka sitä voidaan tukea, ovat myös paljon kysytyjä ohjausaiheita. Minuun voit olla yhteydessä, mikäli koet näihin asioihin tarvetta saada ohjausta.

Marianne Ojanen
marianne.ojanen@kuurosokeat.fi
puh. 040 750 2715

Varhaista vuorovaikutusta vahvistavat:

- Vauvan sylissä pitäminen ja vauvaan keskittyminen
- Vauvan tunteiden jakaminen – lohduttelu, yhdessä ilottelu
- Vauvan tarpeisiin vastaaminen, vauva saattaa pyytää sitä äänellä, liikkeellä, katseella
- Vauvan viestien herkkä tulkinta, esimerkiksi nälkäitku, seurustelun tarve
- Katsekontakti ja kasvokkain oleminen
- Leikillisuus, käytä ääntelyä, eleitä ja ilmeitä rohkeasti vauvan kanssa
- Vuorovaikutukseen rohkaiseminen, äänellä, katseella, kosketuksella
- Vuorottelu vuorovaikutustilanteessa, oman toiminnan tauottaminen, odota vauvan reaktiota
- Jäljittele lapsen eleitä, ilmeitä ja ääntelyä ■

Vertaisuudesta voimaa vanhemmuuteen

**Teksti: Kaisa Surakka,
kuntoutusohjaaja**

Näkövammaisten liiton Minun näköinen elämä -toiminta käynnisti talven 2024 aikana puhelinringin 0–6-vuotiaiden lasten näkövammaisille vanhemmille. Puhelinringin ajatuksena on tarjota heille vertaistukea. Toimintaa toteuttavat koulutetut, vapaaehtoiset näkövammaiset henkilöt.

Ensimmäiseen puhelinrinkiin osallistui viiden viikon aikana viisi vanhempaa, niin äitejä kuin isiä. Vanhemmat vaihtoivat kokemuksia ja vinkkejä arkeen. Vertaisten kesken todettiin, että on paljon tilanteita, joita näkevät eivät ymmärrä ja selittäminen on raskasta. Vertaiset ymmärtävät tilanteesi heti.

Tällä hetkellä koetaan, että näkövammaisille lapsille on tarjolla paljon tukea, mutta näkövammaiset vanhemmat jäävät yksin. Eri palveluista saa tietoa, mutta itse vanhemmuuteen kaivataan tukea ja vahvistusta. Näkövamma-asioihin perehtyneen työntekijän tukea toivottiin mm. kotikunnassa asioimisessa. Järjestön työntekijälle ei tarvitse selittää omaa näkemistä ja sen aiheuttamaa arjen kuormittavuutta. Tämän lisäksi vertaistuki on tärkeää.

Puhelinrinki koettiin niin toimivana, että osallistujat jatkavat yhteydenpitoa

omassa WhatsApp-ryhmässä. Selvää on, että tämänkaltaista toimintaa kaivataan jatkossakin. Kiireisen lapsiperhearjen arjen keskellä lyhyt osallistuminen, tekniikkaa hyödyntäen, on helpompaa kuin matkustaminen kauemmas tapaamaan toisia.

Näkövammaisten liiton puhelinrinkitoiminta antaa myös meille Suomen Kuurosokeat ry:ssä arvokasta tietoa vanhempien vertaisuuden tärkeydestä. Myös oma kyselymme kuulonäkövammaisille vanhemmille osoitti, että vertaistukea voi olla vaikeaa löytää.

Keväällä järjestömme tarjosi kurssia perheille, joissa ainakin toinen vanhemmista on kuulonäkövammaisen. Kurssi ei toteutunut vähäisen hakijamäärän vuoksi. On mietittävä vaihtoehtoja, mikä olisi toimiva tapa tarjota vertaisuutta läpi Suomen, asuinpaikasta riippumatta. Voisiko se olla puhelinrinki, säännölliset Teams-koukukset vai jotain aivan muuta?

Avainasemassa ideoimaan olette Te, kuulonäkövammaiset vanhemmat. Jos sinulla herää tästä ajatus, ideoita ottaa vastaan järjestöohjaaja **Milla Lindh**: milla.lindh@kuurosokeat.fi Voit myös kertoa Millalle, jos olet halukas toimimaan vapaaehtoisena ryhmänvetäjänä.

*Lähteet: Mira Nieminen, Rauni Laiho-
nen, Päivi Vigg* ■

Tukea ja apua lapsiperheille

**Koonti: Kaisa Surakka,
kuntoutusohjaaja**

Minun näköinen elämä

Minun näköinen elämä- puhelinrinki 0-6-vuotiaiden lasten näkövammaisille vanhemmille. Samassa elämäntilanteessa olevia henkilöitä, jotka kaipaavat arkeensa vertaistukea, vinkkejä pienen lapsen arkeen ja uusia ystäviä.

Koordinaattori Mira Nieminen,
puh. 050 533 9491, mira.nieminen@
nakovammaistenliitto.fi

Äitiysopas Sivuvaunu - Rusetti ry

"Opas vammaisille äideille ja äitiydestä haaveileville sekä ammattilaisille".
Maksuton, ladattavissa netistä.

<https://www.rusettiry.fi/sivuvaunu/>

Tukiperhetoiminta - Pelastakaa lapset

Tukiperhetoiminta on tavoitteellista ja suunnitelmallista lastensuojelun palvelua, joka tukee lapsen ja perheen hyvinvointia. Lapsi viettää tukiperheessä tyypillisesti yhden viikonlopun kuukaudessa, mutta lapsen ja perheen yksilöllinen tarve määrittää aina tukiperheessä vietetyn ajan.

Minä ja me parisuhteessa -verkkokurssi on maksuton ja tarkoitettu pienten lasten vanhemmille. Vahvakin

parisuhte tarvitsee huomiota, kun perheeseen tulee lapsi. Pystyt tekemään kurssin myös ruudunlukijalla ja näppäinkomennoilla.

Lapsiperheiden kotipalvelu - Kuurojen Palvelusäätiö

"Lapsiperheiden kotipalvelua järjestetään perheille, joissa on kuuroja, kuurosokeita, viittomakieltä ja viittomakommunikaatiota käyttäviä tai muita kommunikoinnissa tukea tarvitsevia henkilöitä. Perheen avun ja tuen tarve voi liittyä esimerkiksi synnytykseen, sairauteen, vammaan tai erityiseen perhe- tai elämäntilanteeseen."

Kuurojen Palvelusäätiö sr
PL 62, 00401 HELSINKI
Puhelin: 050 433 7287
s.posti: info@kpsaatio.fi

Perhepulmapuhelin - Väestöliitto

Onko sinulla vanhemmuuteen, lasten kasvatukseen, ihmissuhteisiin tai seksuaalisuuteen liittyviä huolia, joista haluaisit jutella? Väestöliitto tarjoaa maksutonta ammatillista keskustelutukea lasta odottaville ja alle 18-vuotiaiden lasten vanhemmille. Perhepulmapuhelin palvelee numerossa 040 668 4101 takaisinsoittoperiaatteella. Perhepulma-chatiin voit varata

sinulle parhaiten sopivan keskusteluajan asiantuntijan kanssa.

Väitöskirja: Vammaisen vanhemman toimijuus – hyväksytyä ja kyseenalaista

Rasa, Marjukka: Vammaisen vanhemman toimijuus – hyväksytyä ja kyseenalaista. Kirjassa on kuvattu myös näkövammaisten vanhempien kokemuksia.

Vammaisen henkilö vanhempana - THL

Vammaispalvelujen käsikirja - Vammaisen henkilö vanhempana.

Tekstissä huomioidaan myös monitartpeiset vanhemmat.

Kantoliinayhdistys ry

Kantaminen voi parhaimmillaan sekä helpottaa arkea että vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä suhdetta - siksi pyrimme tekemään kantovälineistä ja kantamisesta arkipäiväisiä ja valtavirtaisia valintoja lapsiperheille.

<https://www.kantoliinayhdistys.fi/>

Simpukka ry

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry on tahattomasti lapsettomien yhteisö ja asiantuntijaorganisaatio.

<https://simpukka.info/> ■

Muista ennen lapsen syntymistä

Vertaisvinkkejä

Rusetti ry:n Sivuvaunu-oppaasta poimittua:

- Muuttunut elämäntilanne ja perheenlisäys on riittävä peruste päivittää palvelusuunnitelma ja toteuttaa tarpeelliset muutokset sujuvan arjen ja toimintakyvyn mahdollistamiseksi.

- Näkövammaisen äiti tarvitsee usein lapsen syntymän jälkeen liikkumistaidon ohjausta, koska mahdolliset vauvat ja rattaat saattavat muuttaa totuttuja reittejä ja vaativat uusien reittien opettelua. Myös julkisten liikennevälineiden käyttö vauvujen ja/tai rattaiden kanssa vaatii opettelua.

- Kodin muutostyöt Vauvan hoitaminen, hoitopöytä, kylvettäminen

- Erityisesti näkövammaiset äidit hyötyvät imetyksen yksilöohjauksesta ns. kädestä pitäen, jotta voidaan varmistaa oikeat ja turvalliset imetystavat ja -otteet vauvan kanssa.

Kodin muutostöistä ennen lapsen syntymää:

- liukastumista estävät materiaalit lattioihin (esim. kylppäri), valaistusmuutokset, itkuhälyttimet. Näistä olisi hyvä puhua esim. sairaalan kuntoutusohjaajan kanssa hyvissä ajoin ennen synnytystä, että muutokset ehtii tehdä. ■

Pieni tarina perhesuunnittelusta

Keskisuomalainen pariskunta meni naimisiin vuonna 2010. He ovat muuten kuin ketkä tahansa nuoret aikuiset, mutta vaimolla on harvinainen perinnöllinen sairaus. Axenfeld-Riegerin oireyhtymä aiheuttaa mm. kuulo- ja näkövamman yhdistelmän.

Lapsihaaveet olivat mukana alusta lähtien. Sairauden periytyvyys mietitty ja koska siitä ei löytynyt juuri mitään tietoa, he lähtivät Helsinkiin perinnöllisyysklinikalle. Siellä kerrottiin, että on 50 % mahdollisuus siihen, että lapsi perii saman sairauden. Tietoon oli jo varauduttu, eikä se muuttanut pariskunnan perhehaaveita.

"Käynnin jälkeen kävin kotikaupungissani gynekologilla rutiinitarkastuksessa muista syistä. Otin perhesuunnitelmat puheeksi. Sain täystyrmäyksen perhehaaveille." Gynekologi ilmoitti määräävänsä rouvalle abortin, mikäli tämä hankkiutuisi raskaaksi. Gynekologin mielestä vammaisten ei pitäisi lisääntyä lainkaan. "Säikähdin sen verran pahasti, ettei lapsista lopulta uskallettu enää haaveilla", sanoo vaimo.

Melkein kymmenen vuotta myöhemmin gynekologin sanat olivat jo painuneet taustalle, ja haave omista lapsista nousi taas esiin. "Tajusimme, että gynekologin sanat olivat hänen henkilökohtaista mielipidettä, eikä ammatillinen näkökulma" ja pariskunta jätti ehkäisyn pois. Kuukautisia ei näkynyt

vuoden aikana, eikä lastakaan. Jokin oli vialla. Julkisella puolella ei kuitenkaan otettu pariskuntaa vastaan ja he hakeutuivat Jyväskylässä yksityiselle lapsettomuusklinikalle. Asenne ja kohtelu siellä oli kuitenkin alentavaa ja käskettiin vain odottaa, josko kuukautiset ilmaantuisivat. Rahat menivät hukkaan eikä apua saanut. Pariskunta päätti kääntyä vielä toisen henkilön puoleen. Vihdoin lääkäri teki asianmukaiset tutkimukset ja syyksi kuukautisten puuttumiseen löytyi ovulaatiohäiriö. Hän myös suositteli lapsettomuushoitojen aloittamista.

"Otin asian esille taas julkisella, mutta olisi pitänyt odottaa taas vuosi. Päätimme lähteä yksityiseltä hakemaan apua. Tiesimme heti, että Jyväskylältä emme enää halua sitä pyytää." Pariskunta lähti Helsinkiin, missä kohtelu oli hyvää ja arvostavaa ja ovulaatioinduktiohoidot aloitettiin heti. Kuukautiset palasivat ja vuoden 2021 alussa raskaustesti näytti positiivista. Kovasti odotettu esikoispoika syntyi syyskuussa.

Elämä oli niin onnellista, että toinenkin lapsi saisi tulla pienellä ikäerolla. Lapsettomuustaustaa oli jo, joten raskauden alkaminen ei ollut itsestään selvää. "Juuri ja juuri meni vuosi, tein jälleen positiivisen raskaustestin. Ilman hoitojen aloitusta."

Nyt perheessä on kaksi suloista poikaa, joiden ikäero on vuosi ja 10 kuukautta. Lapset ovat energisiä ja arki vaatii välillä mielikuvitusta. Perheessä opetellaan tukiviittomia, sillä vaikka lapset ovat ihan kuulevia, voi äidin kuulolaite joskus olla pois käytöstä ja silloin tarvitaan vaihtoehtoinen

kommunikaatiotapa. Ulkoilu sujuu kuitenkin useimmilla perheillä, vaunuilla ja reppuvaljaissa yhdessä kulkien.

Juttu julkaistaan poikkeuksellisesti nimettömänä asian arkaluontoisuuden vuoksi. ■

Pirkola kuurosokeiden shakin PM-mestariksi

Ruotsin kuurosokeiden yhdistys järjesti Pohjoismaiden kuurosokeiden shakin mestaruuskisat 13.-16.6. Almásassa, lähellä Tukholmaa. Paikka oli hieno ja viihtyisä.

Kisoissa oli seitsemän osallistujaa. Suomalaiset pelaajat olivat **Aarne Pirkola** ja **Aladdin Delli**. Ruotsista oli kaksi ja Norjasta yksi pelaaja. Tuomari oli Islannista. Jokainen pelaaja pelasi viisi kierrosta. Jos voitti, sai pisteen. Tasapelistä sai puoli pistettä. Aarne voitti kaikki viisi kierrosta.

PM-shakin tulokset:

1. Aarne Pirkola, Suomi 5 p
2. Geir Jensen, Norja 3,5 p
3. Hassan Alsawadi, Ruotsi 3 p
4. Peter Rydberg, Tanska 3 p
5. Ferenc Molnar, Ruotsi 2,5 p
6. Aladdin Delli, Suomi 2 p
7. Bjarne Hvidsten, Tanska 1 p

Lähde: Aarne Pirkolan matkakertomus ■



Voittajakolmikko Geir Jensen, Aarne Pirkola ja Hassan Alsawadi mitalit kaulassa.

Kuva: Aarne Pirkolan kuva-arkisto



Puheenjohtajan palsta

Näin jälkikäteen mahtavat kiitokset teille kaikille, jotka osallistuite yhdistyksen avointen ovien päivään 19.6.! Päivä oli mieliin painuva ja se yhteishenki, joka ilmeni kaikkien mukana olleiden keskusteluista, halauksista ja iloisista ilmeistä! Tähän tapahtumaan sisältyi monta osiota, kuten 40-vuotias Kuurosokeiden Toimintakeskus ja Mestari Frans -kirjan suomennoksen julkistaminen. Tätä avointen ovien päivää voitaisiin kutsua myös yhdistyksen kesäjuhlaaksi!

Voimaannuttava kesä!

Kirjoitin tätä juttua kesäkuun lopulla. Tulen viettämään tulevan heinäkuun tammipuun siimeksessä, istuen ystäväni Annastiinan kesämökillä ja kirjoittaen tulevaa viidettä tietokirjaani.

Tammi on arvokas puu ja sen vieressä istuminen antaa voimia tekstin tuottamiseen.

Kesään kuuluu tietysti myös mansikoita, grillimakkaraa ja jäätelöä. Ehkä uimista ja riippumatossa loikoilua!

Oman kirjoitustyön ohessa on aikaa miettiä yhdistystämme. Etenkin nyt, kun tiedämme valtiovallan ja maamme hallituksen tahtotilan, järjestöjen avustusten leikkaamisen ja yleisen palveluiden supistamisen. Sitä emme tiedä, miten paljon se tulee vaikuttamaan vuosien 2026 ja 2027 rahoitukseen ja sitä kautta toimintaamme. Kaikkeen on varauduttava ja meidän onkin hyvä miettiä varautumistamme. Mitkä ovat ne tärkeimmät palvelut, joista emme saa supistaa? Mikä

on sellaista toimintaa, jonka toteuttamiseksi voimme etsiä yhteisesti muuta tapaa?

Säännöt päivittyvät

Elokuu näyttää jo kiireiseltä. Useita kokouksia on tiedossa. Muutama matkakin on tulossa, kuten käyntejä Tampereella, Porissa ja toivottavasti Jyväskylässä.

Syksyllä tulee muutama tärkeä asia pohdittavaksi. Hallituksen perustaman sääntöjen muutostyöryhmä on saanut työnsä siinä määrin valmiiksi, että hallitus tulee säännöt käsittelemään ja pyytää lausunnon Näkövammaisten liitosta. Tämän jälkeen tämä tärkein asiakirja tulee syyskokouksen asialistalle. Tästä tiedotetaan lisää myöhemmin.

Toinen tärkeä asia on yhdistyksen strategia eli tavoiteohjelma seuraavalle kolmelle vuodelle. Asiaa valmistelee hallituksen nimeämä työryhmä. Tätä asiakirjaa käydään sitten hallituksessa läpi ja tuodaan se jäsenten arvioitavaksi kevätkokoukseen 2025.

Keskustelukanava kommunikaatiosta

Kevään aikana on keskusteltu kommunikaation tärkeydestä. Tämä asia tullaan lisäämään tulevaan strategiaan, koska kommunikaatio on jokaiselle yhdistyksen jäsenelle ja asiakkaalle tärkeä, on käytössä sitten viittomakieli, puhe tai jokin muu menetelmä. Kommunikaatio on tärkeää

siksi, jotta pystymme ilmaisemaan itseämme ja saamaan tarvittavaa tietoa ympäristöstä. Oikea kommunikaatio toiminta vahvistaa osallisuutta.

Olen ehdottanut, että syksyllä avataisiin kaikille avoin keskustelukanava kommunikaatiosta. Siellä keskusteltaisiin kommunikaatiosta ja tähän osallistuisivat kommunikaation asiantuntijat. Tätä selvitetään ja luodaan toimiva keskustelualusta, johon jokaisella olisi helppo osallistua. Tällä kanavalla voi sitten kysyä ja kertoa omista osaamisestaan tai tuoda hyviä niksejä ja vinkkejä kaikille tiedoksi. Toivoisin, että tämä toisi avointa keskustelua palveluista, joita yhdistys tarjoaa. Tämä on ollut aiemmin so-messa, mutta nyt se siirtyisi keskustelualustaksi. Totta kai viestiä voisi välittää myös sähköpostilla, joka toimisi eri apuvälineillä.

Tahdon vahvistaa ja edistää yhdistyksessä yhteenkuuluvaisuutta. Olemme pieni järjestö, jossa tarvitaan jokaista! Meillä on ihan varmasti annettavaa ja opittavaa toisistamme, olemme sitten puheella toimivia tai esitämme ajatuksemme viittomalla.

Nähdään, kuunnellaan ja kommunikoitaan!

Lämmöllä puheenjohtaja **Timo Lehtonen**

Yhteystiedot:

puheenjohtaja@kuurosokeat.fi ■

Kolumni: Etenevän kuulonäkövamman kanssa voi elää

Silmälääkäri sanoi minulle vuonna 1980, että olet täysin sokea 80-luvun puoliväliin mennessä. En uskonut häntä. Nyt on vuosi 2024 ja näen vieläkin jonkin verran.

1970-luvun alkupuolella minulle kerrottiin, että minulla on Usherin syndrooma. Siitä ei silloin tiedetty paljoakaan, enkä itse siitä edes välittänyt. Kuulo oli tuossa vaiheessa heikentynyt niin paljon, että aloin käyttää kuulokojeita. Kävin peruskoulun normaali luokassa ja olin keskinkertainen oppilas.

Lentopalloa pelatessa pallo hävisi usein näkökentästäni ja se ihmetytti kovasti. Harrastin kuitenkin lajia koko 1970-luvun. Liikuin paljon ja harrastin jalkapalloa, jääkiekkoa, juoksin, hiihdin ja pyöräilin paljon. Koulun jälkeen olin melkein aina jotain lajia harrastamassa. 80-luvulla lajit vähenivät ja työelämä alkoi teknillisen koulun jälkeen.

Yksi laji vielä jäi, pyöräily. Kun ei ollut ajokorttia niin joka paikkaan menin pyörällä. Myös kilpapyöräily tuli kuvioihin 1985. Vuonna 1986 liityin näkövammaisyhdistykseen, kun näön haitta-asteeksi oli tullut 60 %. Kuulokojeita vaihdettiin uusiin 4–5 vuoden välein. Hämäräsokeus alkoi vaikeuttamaan näkemistä.



Olin harrastanut valokuvausta vuodesta 1975 vuodesta lähtien ja 80-luvun alkupuolella myös videokuvausta. LVI-tekniikan töitä tein yhden vuoden ja sitten harrastuksesta tuli työ eli pääsin videokuvaajaksi ja editoijaksi paikalliseen videofirmaan. Muutamassa vuodessa omistin koko firman ja nautin työstäni. 1992 lopetin pyöräilyn, kun näkökenttä oli supistunut jo alle 25 asteeseen. Liikenteessä pyöräily alkoi käydä vaaralliseksi, vaikkakin liikennemäärät olivat silloin huomattavasti pienemmät kuin nykyään. Näön tarkkuus alkoi myös heiketä vuosi vuodelta.

2003 tuli sitten tilanne, jolloin päätin lopettaa videotyöt kokonaan. Sen jälkeen olen ollut järjestötyössä eri yhdistyksissä.

Moni varmaan miettii, miten kuulonäkövammaisen voi työskennellä videoalalla, harrastaa joukkuepelejä tai peräti ajaa kilpaa polkupyörällä. Minulle on kotona sanottu jo pienenä, että kyllä sinä pystyt, jos haluat. Perheen tuki on ollut tärkeässä roolissa vielä aikuisiälläkin. On minulle sanottu myös, että käytä järkeäsi. Eli mihin tahansa ei kuitenkaan pysty. Omat rajansa on ymmärrettävä, joskus yrityksen ja erehdyksen kautta. Kun 2003 tajusin, että sokeatkin keilaavat, tuli halu kokeilla sitä ja koukkuun jäin.

Häikäistyminen alkoi 2000-luvulla pahenemaan. Kuulo heikkeni myös vuosi vuodelta ja 2014 sain ensimmäisen sisäkorvaistutteen ja toisen 2017. Niiden avulla olen selvinnyt vapaaehtoisessa järjestötyössä riittävän hyvin.

Itse korostan kaikenlaisen liikunnan merkitystä lapsena ja nuorena, koska tasapainon hallitseminen ja

ylläpitäminen onnistuu parhaiten monipuolisella liikunnalla. Pidän monipuolisen liikunnan ansiona myös liikumisnäön pysymisen kohtuullisena vielä tähän päivään saakka.

Kaikki on kuitenkin yksilöllistä. Tänä päivänä tiedetään Usherin syndroomasta paljon ja kuntoutusta on saatavilla. Perheen tuki on mielestäni kuitenkin se tärkein asia. Sitä kun ei tiedä mikä meistä tulee isona ja minä en tiedä sitä vieläkään!

Tieto lisää tuskaa -sanonta on kohdallani pitänyt joskus paikkansa. Elämässäni on ollut tilanteita, että olen tiedostanut näköni ja kuuloni olevan heikkoja. Silloin on saattanut mennä jonkin aikaa, etten ole osannut tehdä mitään. Mutta siitä olen aina ponnistanut ylös ja eteenpäin. Kyllä kuulonäkövammaisenakin voi elää täysipainoista elämää, sillä kaikilla ihmisillä elämä on omanlaisensa.

Esko-setä

Kirjoittaja on sopeutunut etenevään kuulonäkövammaan aika hyvin. ■

Kokemuksia harjoittelusta ja sen tärkeydestä

Teksti: Sanni Mäkinen ja Niina Rovio
Kuvat: Riitta Lahtinen

Olemme kaksi tulkkausalan opiskelijaa. Sanni opiskelee kolmatta vuotta Diakonia-ammattikorkeakoulussa viittomakielen tulkiksi. Niina valmistui viittomakielen tulkiksi keväällä 2023, ja jatko-opiskelee Monimuotoinen tulkkaus eri asiakasryhmille -opintokokonaisuutta Helsingin Humanistisessa ammattikorkeakoulussa. Olemme olleet harjoittelussa Suomen Kuurosokeat ry:ssä liriksessä tänä keväänä.

Harjoittelupäivät ovat olleet erilaisia ja olemme oppineet niistä paljon.



Erityisen hyvin on jäänyt mieleen maaliskuinen harjoittelupäivä Helsingissä Riitta Lahtisen ja Sanna Nuutisen kanssa. Tuo päivä vahvisti sitä, kuinka tärkeää opiskelijalle on harjoitteluaihana päästä mahdollisimman erilaisiin tilanteisiin ja harjoittelemaan asioita käytännössä.

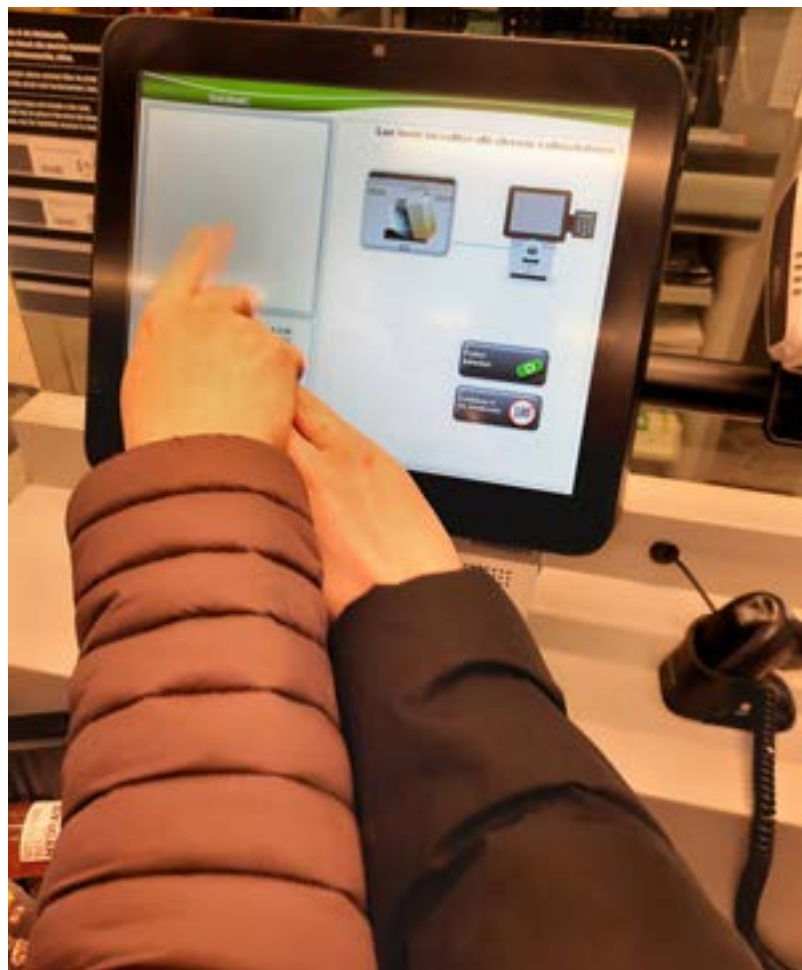
Päivä alkoi Iiris-keskuksella yhdeksän aikoihin. Tutkimme aluksi haptiiseja kirjojen kuvista ja kokeilimme niiden tuottamista toisillemme. Kokeilimme ilmaista muun muassa tunteita (ilo, itku) ja erilaisia paikalla olemisen ja liikkumisen ilmaisuja. Kuvista emme aina saaneet varmuutta haptiisin tuottamisesta, mutta onneksi pystyimme kysymään asiantuntijoilta. Saimme siis nopeasti vastauksia meitä askaruttaneisiin kysymyksiin, mikä on tärkeää oppimisen kannalta.

Seuraavaksi pääsimme näkemään, kuinka taktiileita sormiaakkosia opetetaan. Ne perustuvat viittomakielen sormiaakkosiin, mutta tuotetaan taktiiliotteessa. Siksi niitä ei ole helppo yksin harjoitella, ja niiden tuottaminen käytännössä tuntuu epävarmalta. Nyt saimme tarkat ohjeet niihin ja

pääsimme myös kokeilemaan niiden tuottamista ja vastaanottamista toisen kanssa.

Aamupäivä meni vauhdikkaasti, mutta vielä vauhdikkaammin meni iltapäivä. Pääsimme Riitan ja Sannan mukaan erääseen oppilaitokseen, joten saimme matkalla myös käytännössä harjoitella opastamista. Oppilaitoksella kuvattiin videota leipomiseen liittyvistä haptiiseista. Oli opettavaista päästä seuraamaan projektia, jossa tehtiin mahdollisimman monelle saavutettavaa videota. Me opiskelijat emme osallistuneet videon tekemiseen, mutta saimme seurata kuinka asetelmia ja tarvikkeita valittiin visuaalisin perustein. Oli myös hienoa seurata, kuinka sujuvasti työryhmä muokkasi alkupeleistä ideaa kohderyhmän tarpeiden mukaiseksi.

Opiskelijan näkökulmasta tällaiset harjoittelupäivät ovat kultaakin kalliimpia. Pääsimme keskustelemaan aiheesta ja kysymään asiantuntijoilta, saimme palautetta toiminnastamme, miettimisen aiheita sekä käytännön kokemusta. Käytännön harjoittelu antaa tärkeää itseluottamusta, kokemusta todellisista tilanteista ja rohkeutta kokeilla eri menetelmiä. Ammatillisen harjoittelun tarkoituksena on valmistaa opiskelijoita työelämään ja antaa heille niitä taitoja, joita työssä tarvitsee. Harjoittelu Suomen Kuu-rosokeat ry:ssä on antanut meille parimmat eväät astua työelämään. ■



Avoimet ovet -tapahtuma yleisömenestys

Teksti ja kuvat: Jaakko Evonen ja Anne Metsäpuro

Kuurosokeiden Toimintakeskuksen 40-vuotisjuhlavuosi huipentui Avoimet ovet -tapahtumaan 19. kesäkuuta, juuri juhannuksen alla. Tupa oli niin sanotusti aivan täynnä, arviolta paikalle oli saapunut 300 ihmistä. Päivän aikana julkistettiin myös **Anita Hellören** kirjoittaman, kuurosokeasta **Frans Leijonista** kertovan Mestari Frans -kirjan suomennos.

Tapahtuman avasivat toiminnanjohtaja **Risto Hoikkanen** ja puheenjohtaja **Timo Lehtonen**. **Martti Avila** toi tilaisuuteen tervehdyksen 80-luvun hallituksen jäsenenä. **Anne Metsäpuro** kertoi Frans Leijonin elämästä ja **Outi Ahonen** Fransin viittomanimistä, sekä haastatteli kirjan käännöksestä Anita, joka on erittäin tyytyväinen, että kirja on nyt käännetty suomeksi. Sen jälkeen **Ulla Kungas** julkisti Frans Leijon -salin viittomanimikilpailun voittajan.

Alkuesittelyjen jälkeen yleisö kiersi Toimintakeskuksen aluetta. Heille oli annettu sisääntulon yhteydessä kartta,

jonne oli merkitty eri pisteiden sijainnit. Tuttuun tapaan näytillä oli esimerkiksi ICT-koulutusta, asumispalvelut, kuntoutus, kommunikaatiopalvelut ja shakkia. Osa innostui kokeilemaan tandempyörällä ajoa ohjaajan johdolla. Lintuauraan oli koottu kuurosokean **Rauli Jalon** muistonäyttely hänen tekemistään monipuolisista töistään.

Syötävääkin oli tarjolla, sillä Ristontalossa oli kakkukahvit Toimintakeskuksen kunniaksi. Aistipuutarhassa Lions Club Harju oli paistamassa ja myymässä lettuja, makkaraa ja mehua. Puutarhassa soi tapahtuman ajan vapaaehtoisten Duo R&T:n musiikkiesitys.

Tapahtuman lopussa Anne Metsäpuro haastatteli **Pentti Pietiläistä**, **Ari Kääpää** ja **Mauno Kungasta**. He kertoivat muistojaan Toimintakeskuksen eri vaiheista. Naurukin raikui salissa, kun hauskat muistot saivat tunnelman nousemaan. ■

- Kiitos kaikille mukana olleille! -



Puheenjohtaja Timo Lehtonen ja hänen tulkkinsa, Martti Avila ja tulkki Jyri Huhtinen



Yleisöä oli sali täynnä.



Marita Vainio tutkii Rauli Jalon tekemää savipatsasta.



Milla Lindh esitteli Rauli Jalon muistonäyttelyä. Moni taideteos päätyi uuteen kotiin.



Aarne Pirkola esitteli shakkia.

Eveliina Järvenpää ajelutti tandemilla iloisia pyöräilijöitä.



Puutarhuri Veera Friis esitteli aistipuutarhaa.



Ari Kääpä, Mauno Kungas ja Pentti Pietiläinen.



Mestari Frans -kirjan suomentaja Aino Norrbacka ja toiminnanjohtaja Risto Hoikkanen.



Lions Club Harju oli paistamassa lettuja ja makkaraa aistipuutarhassa.



Duo R&T esiintymässä. Robert soittaa huilua ja Tuomo kitaraa.

Kolumni: Tulenko vanhaksi?

Teksti: ValmisPaula

Päivä kerrallaan me kaikki vanhenemme, sille emme mitään voi. Vai voimmeko? Piti istua miettimään, onko 65 vuotta se rajapyykki, jolloin vanhuus astuu kynnyksen yli. Ainakin Kelan mukaan on, sillä vanhuuseläke alkaa juosta tuon iän saavutettuaan.

Ja jos kuntoutusta aiot saada, on se harkinnanvaraista. Harkitsenko itse, haenko kuntoutusta vai harkitsevatko Kelan asiantuntijat, kannattaako kuntoutus enää, kun ei ole tuottoa tiedossa. Aivan oikein, en tuota enää yhteiskunnalle mitään. Pelkkä menoerä, mitäpä sitä kuntouttaa. Ja piupaut, sanon minä. Haen harkinnanvaraista kuntoutusta, jotta pysyn mukana tässä aina vaan digitaalisemmaksi muuttuvassa elämässä. Aika näyttää, montako kertaa joudun valittamaan kielteisestä päätöksestä.

Entäpä fysioterapia? Melkein 15 vuotta sain Kelan myöntämää yksilöllistä fysioterapiaa, mutta kun tuo 65

seuraavaksi täyttyy, niin loppuu tuo myönnytys. Meniköhän tuo homma ihan oikein? Tällä hetkellä odotan jostain maksusitoumusta hyvinvointialueelta, mutta uskon määrärahojen tässä vaiheessa loppuneen, tai sitten ne loppuvat silloin, kun paperini päättäjien pöydälle päätyvät. Jääkö odottamaan tumput suorina kielteisiä päätöksiä ja hiljalleen lähestyvää toimimattomuutta, joka iskee ensin naksuviin niveliin ja laiskistuviin lihaksiin, vai iskikö se jo korvien väliin?

Kylläpä auttoi, kun sain purkaa kaikki tähän ja nyt nostan peppuni penkistä ja ryhdyn toimeen. Hissukseen huushollia siivoten tulee venytystä, vunutusta, kyykkyä ja konttausta koko kroppaan. Hus hus, menetkös vanhuus siitä pois jaloista pyörimästä, minuun et vielä iske. ■

Pilkkimiehen uni

Teksti: Vesa Pikkuhookana

Esitetty Suomen Kuurosokeat ry:n kalakerhon 30-vuotisjuhlissa Vuokatis-
sa 23.2.2024

Kerron teille tässä kokeneen pilkkimiehen unen:

Pilkkijä istua kököttää järven jäällä, mutta kala ei nappaa. Kaikkialla on hiljaista. Mies kaivaa taskumat-
in ja hörppää huikan konjakkia.

Hän alkaa laulaa ja haaveilla. Hänen haaveissaan jään päältä usva



Pilkkimiehen unelma.

Kuva: Ulla Kungas

hävvenee ja näkyviin tulee jäisiä olen-
toja valkoisine suippohattuineen, jot-
ka näyttävät jääpuikoilta. Aamuaurin-
ko nousee niiden takaa.

Miehellä on pilkkihaalarin punttien
päälle vedettynä lännenmiestenkin
käyttämät chapsit. Hänellä on pääs-
sään vanha karvalakki, jonka läpät
on sidottu lakin päälle. Silmälasei-
hin lisätyt aurinkosuojat on nostettu
ylös. Miehen molemmilla puolilla sei-
soo nainen, joilla on päällään tummat
goottivaatteet kuin Lordi-bändin jäse-
nillä konsanaan – he ovat tulkkeja.

Jäiset olennot hyppivät pilkkijän edes-
sä rivissä ja puhaltavat kylmää huur-
retta. Yllättäen poppi raikaa! Pilkkijä
nappaa tulkit käsikynkkään ja yhdessä
he tanssivat ja laulavat jäisten olen-
tojen hyppiessä mukana kolmikon ta-
kana. Chapsit lepattavat ja korvaläpät
heiluvat heidän tanssiessaan. Kolmik-
ko jatkaa tanssien sekä nauraen kul-
kua mutkitellen jäällä eteenpäin. Rie-
mu on ylimmillään.

Yhtäkkiä pilkki nykäisee voimakkaas-
ti. Unen maailma häviää ympäriltä ja
pilkkijä herää. Hän alkaa kiskoa sii-
maa voimakkain vedoin. Reiästä nou-
see valtava kuha, jonka pilkkijä ylpeä-
nä hymyillen nostaa ilmaan. ■

Suomen Järvet: kalojen koti ja kansallisaarre

Jutun on laatinut Martti Avila ChatGPT-tekoälyn avulla.

- Suomi, tuhansien järvien maa, missä kalat kuhisevat kuin sopivasti maustettu kalakeitto. Järvemme eivät ole pelkästään sinivihreitä silmäniloja, vaan niissä asustaa kuhinaista kamppetta aina haukista ahveniin.

Hauki, tuo petokalan kuningas, joka on niin suuri, että se voisi huoletta syödä kaupunkilaisia aamupalaksi, on järvemme päättäväinen hallitsija. Sitä vastoin ahven, tuo pippurisen pieni otus, on kuin suomalainen: hiljainen ja vaatimaton, mutta syvällä sisimmässään täynnä sisua.

Kun kuha lepää pohjassa kuin sohvaan kaatunut kotikissa, siika liitelee järvien aaltojen halki kuin ilmassa tanssiva taituri. Ja made, tuo järvien Jekyll ja Hyde, joka päivällä piileskelee liejuissa ja yöllä nousee kuin vampyyri ruokaa etsimään.

Järvikalastus on suomalaisten pyhä toimitus, jossa kalastajat varustautuvat kuin soturit taisteluun saalista vastaan. Kesäisin järvenrannat täyttyvät mato-onkijoista ja heittouisteli-joista, kun taas talvisin avantouimarit

vaihtavat uimalakit pilkkivavoiksi ja avantoon pulahtamisen kylmyyden karkottaessa kaikki muut paitsi kovimmat konkarit.

Mutta vaikka suomalaiset ovatkin tunnetusti vakavia järvikalastuksen suhteen, he eivät ole välttämättä niin vakavia kalojen seurassa. Vitsit lentävät kuin ongessa hyppivät ahvenet, ja tarinat kasvavat kaloja suuremmiksi joka kerralla. Ja vaikka saalis olisi niukka, kalastajien mieliala pysyy korkealla kuin järven aallot myrskyisänä päivänä.

Suomen järvet ja niiden asukkaat ovat osa maan rikasta kulttuuria ja luontoa. Ne ovat niin arvokkaita, että jopa Suomen hymyilevä aurinko hymyilee kirkkaammin, kun se laskeutuu järvien ylle. Joten muista, kun seuraavan kerran suuntaat järvien rannoille, ota mukaan hymy, huumori ja hyvä mieli - ne ovat paras saalis, jonka voit saada.

Jännittäviä kalastushetkiä jokaiselle ■

Näkemiin järjestökentälle

Teksti: Sanna Nuutinen

Kuva: Jaakko Evonen

Aika on tullut sanoa näkemiin havaijilaisittain eli Aloha. Vaikka en ole ulkomaille lähdössä, olen toisinaan haaveillut uudesta maisemanvaihdosta. Koti-Suomi riittää hyvin, onhan täälläkin monenlaisia kohteita. Tätä kirjoittaessani laskin mielessäni, että aloittaessani yhdistyksessä vuonna 2006 kerhoavustajana ja nyt pois lähtiesäni, on aikaa vierähtänyt melkein 18 vuotta. Leikkisästi voisi sitten sanoa, että pääsin työurallani täysikäisyyteen asti. Tästä on hyvä jatkaa.

Kerhoavustajan tehtävien jälkeen toimin **Heikki Majavan** alaisuudessa järjestöohjaajan nimikkeellä. Nimike muuttui, kun valmistuin työn ohella oppisopimuksella nuoriso-ohjaajaksi. Jo silloin työkenttäni oli laaja: toimistotöiden lisäksi oli kommunikaatiopalveluja, kaikenikäisten leirit, kurssit ja kerhot niin kansainvälisesti kuin kotimaisesti. Vuonna 2017 jouduinkin sitten sivuun vuodeksi ja muihin tehtäviin silloisten muutosten vuoksi. Palasin yhdistykselle kesällä 2018 kommunikaatiopalvelujen tehtäviin.

Oppinut olen paljon ja monenlaisia kohtaamisia on koettu näiden vuosien varrella, kiitos siitä teille. Saavutuksina voisin mainita muun muassa useat artikkelit oppikirjoihin ja lehtiin,

materiaalien tuottaminen kommunikaation tueksi ja monenlaista edustamista kuurosokeille tuotettujen palvelujen näkökulmasta.

Nyt hyvillä mielin voin tosiaan sanoa kiitos ja näkemiin kaikille asiakkaille, työtovereille ja yhteistyökumppaneille. Teidän kanssanne on ollut ilo ja kunnia kohdata ja tehdä merkityksellistä työtä. Ehkä vielä jossain kohtaamme uudelleen ja voimme tervehtiä hymyillen. Iloa kaikille! ■



Sanna Nuutinen

Vesijuoksusta piristystä arkeen

Teksti: Jaakko Evonen
Kuva: Kuvatoimisto Rodeo Oy

Juosta voi kuivalla maalla, mutta miten se onnistuu vedessä? Tätä miehen aikoinaan, kun päätin kokeilla vesijuoksua ensimmäistä kertaa. Ajatus lajista kuulosti vähän hassulta; pysykö siinä pinnalla ja meneekö se vain paikoillaan räpiköimiseksi? Ei auttanut muu kuin suunnata lähimmälle uimahallille ja ottaa asiasta selvää.

Tuntuman haku ja sopivan vyön löytäminen kesti oman aikansa alussa. Mutta pian altaassa valtasi tunne, että tämähän onkin kivaa! Ja matkakin taittuu, toki hitaammin kuin uimareilla, mutta kuitenkin. Ja pian löysinkin itseni uimalasta useasti polskimassa.

Uimahalleissa on usein mahdollisuus kokeilla vesijuoksuvöitä. Itse vyö

kierretään vyötärön ympäri ja se säädetään sopivan tiukaksi. Oman vyön ja muitakin varusteita voi myös hankkia monista urheiluliikkeistä. Erillisillä jalkavastuksilla voi lisätä tehoa.

Miksi nostin lajin esiin? Mielestäni sitä voisivat kokeilla myös kuulonäkövammaiset ja kuurosokeat liikkujat. Jos on näköä jäljellä, voi altaassa ja uimahallissa käyttää hyödykseen kiintopisteitä, joita kohti suunnistaa. Avustajakin voi tarvittaessa auttaa radalla uimalla vieressä. Ja koska vauhti on sangen hidasta, ehtii yleensä radan tapahtumiin reagoida. Toki on hyvä kiinnittää huomiota turvaväleihin, ettei ihan toisen vesijuoksijan perässä liiku. Näin välttyy varmimmin ikäviltä yllätyksiltä, joista ei aina välttämättä selviä edes pelkällä hymyllä ja tervehdyksellä. Kun perusasiat pitää mielessä, voi keskittyä hyvään treeniin ja saada mielenvirkeyttä ympäri vuoden. ■



Kuurosokeiden kerhot

Hämeenlinna

Hämis-kerho tekee retken Hämeen Keskiaikafestivaaleille. Tapaaminen pe 16.8. klo 12 päälippuportin luona, Kustaa III:n kadun ja Niittykadun risteyksessä.

Jokainen voi itse päättää milloin lähtee pois. Seuraavat liput ovat voimassa klo 12–18. Perjantaina 16.8. aikuisten lippu Tiketistä 18,50 e ja portilta 22 e. Lapset ja eläkeläiset Tiketistä 12 e ja portilta 15 e.

Muualtakin saa tulla mukaan! Sähköpostilla ilmoittautuminen 9.8. mennessä: irja.rajala@gmail.com

Lahti

Lahden syksyn kerhojen ajat ovat seuraavat:

Ke 11.9. Ilmoittaudu 9.9. mennessä.

Ke 16.10. Ilmoittaudu 14.10. mennessä.

Ke 13.11. Ilmoittaudu 11.11. mennessä.

Kokoontuminen klo 10–13 osoitteessa Puistokatu 9, Lahti.

Ilmoittautumiset Annille:
annivirtalaakso@hotmail.com tai 040 723 60 35

Satakunta

Kerho järjestää ke 14.8. syysretken Pöytyään. Bussi lähtee Ulvilasta klo 8.45 ja Porista klo 9. Takaisin tulemme Poriin klo 19 ja Ulvilaan klo 19.25. Jos et ole vielä ilmoittanut tulostasi, ota yhteyttä Sainiin: puh. 040 053 2413 tai saini.lepisto@gmail.com. Tervetuloa retkelle!

Ke 11.9. klo 12.00–15.00. Suomen Kuurosokeat ry:n puheenjohtaja Timo Lehtonen tulee kerhoon kertomaan ja keskustelemaan yhdistyksen toiminnasta. Tervetuloa!

Ke 9.10. Kulttuurikerho. esim. Porin teatteri, Rauma tai Tampere? Paikka on vielä avoin. Kertokaa mihin teatteriin haluatte.

Terveisin Saini

Turku

Seuraava kerho on to 29.8. klo 12–15. Paikka: Turun Kuurojen yhdistyksen kesäpaikka Merimaja Kaksikerrassa. Osoite: Kesäniementie 40.

Paikalle pääsee ainakin Turun kuljetuspalvelukortilla ja bussilla 15a.

Kesäniementien risteyksessä on bus-sipysäkki. Kävellään Kesäniementietä ihan päähän asti. Perille voi tulla myös omalla autolla. Paikka on esteetön ja helppo liikkua rollaattorilla. Taksi pääsee ihan päärakennuksen viereen.

Ohjelma on vielä hieman avoin, mutta suunnitteilla on pari juttua. Olen kysynyt kuurojen yhdistykseltä henkilöä kertomaan Merimajasta ja heidän yhdistyksestään. Se on vanhin suomalainen vammaisjärjestö, jo 138 vuotta (perustettu 1886).

Muutakin ohjelmaa on kahvinjuonnin ja jutustelun lisäksi luvassa. Olen sopinut vuokrauksen kolme tuntia. On mahdollista olla ulkona ja ehkä uimaankin voi pulahtaa.

Paluukyyti kannattaa myös varata valmiiksi, koska taksi Turusta ajaa noin puoli tuntia Merimajalle.

Jos tarvitset tulkin tai avustajan, varaathan sen itse. Ota iloinen mieli mukaan ja lähde nauttimaan kauniista kesästä ja meren läheisyydestä!

Ilmoittautumiset viimeistään 20.8. mennessä Maritalle: puh: 040 513 8817, myös tekstiviestit. Kerro ilmoittautumisen yhteydessä myös ruokarajoituksistasi, niin tiedän kertoa Merimajan väelle.

Tampere

Tampereen kuurosokeiden kerho tekee ti 27.8. retken Eräjärvelle, Erätuvalla.

Osoite: Tuulantie 34, Orivesi.

Jokainen tulee omalla kyydillä. Perillä tavataan klo 13. Takaisin lähdetään klo 16.30.

Erätuvalla tarjolla makkaraa, kahvia ja pullaa. Hinta 8 euroa. Varaa tasaraha, maksu Aarnelle. Mahdollisuus käydä saunassa ja uimassa.

Varaa tarvittaessa tulkki tai avustaja.

Ilmoittaudu 25.8. mennessä Aarnelle aarnepirkola@gmail.com tai 045 6190 685.

Uusimaa

Retki Hankoon

Aika: Ke 7.8. Lähtö Helsingistä H-junalla(lähijuna) klo 11.23. Perillä Hangossa klo 13.15. Paluu Hangosta H-junalla klo 20.05. Perillä Helsingissä klo 21.35. Jokainen ostaa matkaliput itse.

Retkelle kannattaa pukeutua sään mukaan. Ota mukaan myös uimapuku, mikäli haluat pulahtaa meren aaltoihin. Saunakin sieltä löytyy.

Tilaa myös oma tulkki, mikäli sellaista tarvitset.

Ilmoittautumiset 6.8. mennessä kerhon vetäjälle: martti.avila@kolumbus.fi, puhelin/tekstiviestit: 040 757 5179

Syksyllä kerhopäivät ovat joka kuukauden kolmas keskiviikko Helkan tuvalla. Syyskuun kerho on 18.9. Ohjelmasta tarkemmin syyskuun Tuntosarvi-lehdessä.

ICT-koulutus

Hoidetaan asioita Internetissä

Aika: 19.–23.8. (viikko 34)

Kohderyhmä: Viikko soveltuu sekä viittomakielisille että puheella kommunikoiville henkilöille, viittomakielisillä oppilailla on oltava oma tulkki.

Sisältö: Internetin käytön ABC. Tutustumme Internet-sivujen rakenteeseen ja niillä liikkumiseen, erilaisiin hakupalveluihin ja teemme hakuharjoituksia. Tutustumme erilaisiin sivustoihin ja sähköisiin asiointipalveluihin.

Ilmoittaudu mukaan viimeistään 5.8. osoitteessa ict-koulutus@kuurosokeat.fi

Lähdössä matkalle?

Aika: 3.–6.9. (viikko 36)

Kohderyhmä: Viikko soveltuu sekä viittomakielisille että puheella kommunikoiville henkilöille, viittomakielisillä oppilailla on oltava oma tulkki.

Sisältö: Tutustumme ulkomaille suuntautuvan matkan hakuun ja matkalippujen ostamiseen, majoituksen varaamiseen ja matkakohteen palveluihin tutustumiseen Internetissä. Jos haluat viikon aikana ostaa omia

lippuja, varaa maksukorttisi mukaan. HUOM! Koulutus on poikkeuksellisesti nelipäiväinen!)

Ilmoittaudu mukaan viimeistään 19.8. osoitteessa ict-koulutus@kuurosokeat.fi

Teemapäivät asiakkaiden toivomista aiheista (3 pv)

Aika: 8.–10.10. (viikko 41)

Tiistai 8.10. klo 9–16

Tietoturvaa tietokoneelle. Käymme läpi tietoturvan perusteita, miten tunnistaa haitalliset sähköpostit ja huijausviestit sekä ohjeet turvalliseen liikkumiseen internetissä.

Keskiviikko 9.10. klo 9–16

Tekoäly. Tutustumme tekoälyyn ja erilaisiin tekoälyä hyödyntäviin sovelluksiin ja kuinka niitä käytetään.

Torstai 10.10. klo 9–16

Windows 11-näppäinkomennot.

Tietokoneen ja sen ohjelmien käyttö näppäinkomennoilla. Windows-työpöytä, tehtäväpalkki, internet-selaimia ja muita ohjelmia toiveiden mukaisesti.

Kohderyhmä: Teemapäivät soveltuvat sekä viittomakielisille että puheella kommunikoiville henkilöille, viittomakielisillä oppilailla on oltava oma

tulkki. Oppilaat voivat osallistua yhteen tai useampaan päivään. Päivien aikana on aikaa oppilaiden kysymyksille.

Ilmoittaudu mukaan viimeistään 16.9. osoitteessa ict-koulutus@kuurosokeat.fi

Puhelinpiirit

Robotti- ja Omppupiirit yhdistyvät syksyllä yhteiseksi puhelinpiiriksi, johon kaikki puhelinten käyttäjät ovat tervetulleita! Piireihin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, mutta jos sinulla on mielessäsi aihe, jota haluaisit käsiteltävän piirissä, voit olla yhteydessä ICT-kouluttajiin sähköpostilla ict-koulutus@kuurosokeat.fi

Piirien ajankohdat:

pe 16.8. klo 12:30–15:00
ti 24.9. klo 12:30–15:00
ti 15.10. klo 12:30–15:00
ti 5.11. klo 12:30–15:00
pe 29.11. klo 12:30–15:00

Tietoiskut

ICT-palvelut järjestää lyhyitä etäkoulutuksia erilaisista tietokoneen ja puhelimen käytön aiheista. Tietoisku ja järjestetään Teams-alustalla ja ne ovat avoimia kaikille! Koulutuksiin voi osallistua Teams-linkin välityksellä, jonka löytää Suomen Kuurosokeat ry:n nettisivujen tapahtumakalenterista. Saat linkin myös ilmoittautumalla

osoitteeseen ict-koulutus@kuurosokeat.fi

Tietoisku: Mistä tunnistan huijausviestit?

Aika: 29.8. klo 13–14

ICT ilmoittaa tulevista koulutuksista tarkemmin syksyn aikana.

Kurssit

Kurssi viittomakielisille

Ajankohta: tiistai–perjantai 17.–20.9.

Paikka: Kuurosokeiden Toimintakeskus, Tampere

Kohderyhmä: Viittomakieltä käyttävät aikuiset kuurosokeat ja kuulonäkövammaiset henkilöt

Tavoite ja sisältö: Kurssilla on suomen kielen opetusta sekä asiaa taktiiliviittomista. Vinkkejä kehon huoltoon ja hyvinvointiin.

Hakuaika päättyy tiistaina 13.8.

Pohjoisen syystapahtuma

Ajankohta: tiistai–torstai 24.–26.9.

Paikka: Leirikeskus Norvajärvi, Rovaniemi

Kohderyhmä: kuurosokeat ja kuulonäkövammaiset henkilöt

Tavoite ja sisältö: Vertaisryhmässä liikutaan syksyisessä luonnossa. Tavoitteena on rohkaistua liikkumaan eri vuoden aikoina. Liikkumistaitoa harjoitellaan sekä luonnossa että sisätiloissa.

Hakuaika päättyy tiistaina 20.8.

Vaikea kuulla, vaikea nähdä

Ajankohta: tiistai–perjantai 12.–15.11.

Paikka: Kuurosokeiden Toimintakeskus, Tampere

Kohderyhmä: Kuulonäkövammaiset henkilöt, joilla kuulon ja näön tilanne on muuttunut ja arki tuottaa haasteita.

Tavoite ja sisältö: Tavoitteena on lisätä tietoa kuulonäkövammaisten palveluista ja apuvälineistä. Kurssilla jaetaan kokemuksia vertaisryhmässä. Aiheina turvallinen liikkuminen, tiedonsaanti ja arjen vinkit.

Hakuaika päättyy tiistaina 8.10.

Kursseille ja tapahtumiin haetaan sähköisen linkin kautta verkkosivujen osoitteessa www.kuurosokeat.fi/kurssit. Vaihtoehtoisesti voi hakea paperilomakkeella, joka lähetetään osoitteeseen Suomen Kuurosokeat ry, Sanna Säämäki, Insinöörinkatu 10, 33720 Tampere.

Lisätiedot: www.kuurosokeat.fi/kurssit tai kurssisuunnittelija Sanna Säämäki, 044 491 6495, sanna.saamaki@kuurosokeat.fi.

Tapahdumia

Pääkaupunkiseudun ulkoilupäiviä

Sipoo

Ma 12.8. Kaunissaari, Sipoo klo 9.40–15

Kokoontumispaikka ja päivän päätös: Aurinkoranta 7, Helsinki

Kaunissaari sijaitsee luonnonkauniissa Sipoon ulkosaaristossa, 10 km päässä Aurinkolahdesta itään. Saareen mennään veneellä. Lipun voi ostaa suoraan veneestä. Meno-paluu lippu aikuinen 16,50 e ja eläkeläinen 9,50 e.

Huom! Tule ajoissa, sillä vene lähtee klo 10:00. Lähdemme saaresta klo 14:00 lähtevällä veneellä. Venematka kestää noin 50–60 minuuttia yhteen suuntaan.

Saarella on reilun 4 km pituinen luontopolku. Ota mukaan omat eväät ja grillattavaa. Myös kahvila ja WC-tilat löytyvät saarelta.

Ilmoittaudu ohjaaja Marialle pe 9.8. mennessä: puh. 044 2194 797 tai maria.lebedeva23@outlook.com.

Ei yleistulkkauksia, joten tilaa tarvittaessa oma tulkki tai avustaja mukaan.

Espoo

Ke 28.8. Luukin Kaitalampi, Espoo klo 10–14

Kokoontuminen ja päivän päätös: Kaitalampi P, Espoo

Kävelemme noin kilometrin pituisen matkan Kaitalammen grillikatokselle, missä on mahdollisuus grillata ja pu-lahtaa Kaitalampeen. Voit napata mukaan oman vesijuoksuvyön, jos sinulta sellainen löytyy. Rannalta löytyy pukukoppeja. Päivän päätteeksi kävelemme takaisin parkkipaikalle.

Ilmoittaudu ohjaaja Marialle ti 27.8. mennessä: puh. 044 2194 797 tai maria.lebedeva23@outlook.com. Ei yleistulkkauksia, joten tilaa tarvittaessa oma tulkki tai avustaja mukaan.

Korjaus

Lehdessä 5/24 sivulla 26–29 oli juttu nuorten tapaamisesta. Siihen oli lipsahtanut pari pientä virhettä, joten tässä juttuun korjaus:

"Korealaisessa ravintolassa oli mukana Santerin avustaja, ei Sandra. Luonnontieteellisessä museossa kävivät yhdessä Santeri, Aarne ja Valer. Roberta ei ollut mukana museossa."

Tule mukaan hallitukseen!

Kiinnostaako yhdistystoiminta? Entä hallitustyöskentely? Ajattelitko olla ehdolla syyskokouksessa yhdistyksen hallitukseen?

Tee lyhyt esittely, jossa kerrot itsestäsi ja mitä asioita haluaisit ajaa yhdistyksessä. Lopullinen ehdokasasettelu vahvistetaan syyskokouksessa, mutta voit kertoa halukkuudestasi ja esitellä itsesi jo etukäteen. Halutessasi voit lisätä esittelyyn myös kuvasi.

Lähetä esittelysi 12.8. mennessä: viestinta@kuurosokeat.fi tai postitse Suomen Kuurosokeat ry / viestintä, Insinöörinkatu 10, 33720 Tampere. Esittelyt julkaistaan syyskuun alussa ilmestyvässä Tuntosarvessa. ■

Seuraava Tuntosarvi ilmestyy viikolla 36/2024. Aineisto pyydetään toimittamaan toimitukseen 12.8. mennessä.

Haluatko tukea toimintaamme?

- tule mukaan vapaaehtoistoimintaan
- tee kertalahjoitus
- tee testamenttilahjoitus
- tee merkkipäivälahjoitus
- tee säännöllinen kuukausilahjoitus
- MobilePay numero 38111

Tili: FI56 5541 2820 0125 82, OKOYFIHH

Kuukausilahjoittajaksi voi ryhtyä kahdella eri tavalla. Voitte maksaa säännöllisesti haluamanne summan varainhankinnan tilillemme OP FI56 5541 2820 0125 82 viesti-tiedolla "Kuukausilahjoitus" tai viitenumera 19716.

Voitte myös lähettää meille laskutustiedot eli nimi ja yhteystiedot sekä toivottu kuukausilahjoituksen summa ja eräpäivä. Näillä tiedoilla lähetämme laskun, jonka voi lisätä eLaskuksi omassa verkkopankissa.

Rahankeräyslupa: RA/2021/1740 on voimassa 1.1.2022 alkaen toistaiseksi koko Suomen alueella Ahvenanmaata lukuun ottamatta.

Kysy lisätietoja Janikalta: janika.lanne@kuurosokeat.fi tai 040 651 2511

