

KUULOLIITON JULKAISU 3 • 2017

kuuloviesti

**KIMMO KUUNTELEE
LINTUJEN LAULUA**

**SILJALLA PYSYY
PALLO HALLUSSA**

**HARVINAISUUS ON
SUHTEELLISTA**

Eri kuulovammaisryhmät

Hyvinvointi

KUULOVIEСТИ 3 • 2017

12



ERKKI AHONEN

18



ANNETTE FAGERSTRÖM

20



ERKKI AHONEN

KANNEN KUVA: LAURA HEIMONEN

- 3 Pääkirjoitus
- 4 Lyhyesti
- 5 Puheenjohtajan palsta
- 6 Terveysteksti
- 8 Valtuusto kokoontui
- 12 Siljalla pysyy pallo hallussa
- 14 Voimaa vertaisilta
- 16 Harvinaisuus on suhteellista
- 17 Kolumni: Korvantauksia
- 18 Mielentaitoharjoituksia metsän siimeksessä
- 21 Pakina: Dolce vita
- 22 Reportteri: Kimmo Ohtonen
- 24 Teknoviesti
- 26 Kentältä
- 30 Kuntoutuskurssit
- 30 Kopola tiedottaa
- 33 Kirjat: Puolijumalien armoilla
- 34 Ilmoitukset
- 38 Ristikko
- 39 Ledaren

SEURAAVAN LEHDEN
TEEMANA ON
**ELÄMÄÄ MAALLAJA KAU-
PUNGISSA.**
LEHTEÄ VARTEN
TOIMITETTAVAN AINEISTON
TULEE OLLA TOIMITUKSESSA
VIIMEISTÄÄN
14.8.2017.

Kuuloliitto ry:n julkaisu
82. vuosikerta, 6 kertaa
vuodessa.

Kuuloliitto ry
Ilkantie 4, 00400 Helsinki
Puh. (09) 5803 830
kuuloviesti@kuuloliitto.fi

Vastaava päätoimittaja
Pekka Lapinleimu
p. 040 8232 471

Päätoimittaja
Juha Hietala
p. 050 569 7978

Toimitus
Erkki Ahonen, p. 040 5608 322

Toimitusneuvosto
Merja Mäkinen pj.
Erja Linkki
Leena Olsbo-Rusanen

Kuuloviestin tilaukset ja osoitteenmuutokset

044 752 5565 tai
www.kuuloliitto.fi
Tilaushinta 35 € vsk muille kuin
jäsenille, kappalehinta 6 €

Ilmoitusmyynti

Tuplas Oy, p. 0400 955 295
Ilmoitusaineistot:
info@tuplas.fi

Sivunvalmistus

Joutsen Media Oy/Mira Tuovinen

Kuuloliitto ry

www.kuuloliitto.fi
www.kuulosuoja.fi
www.kuulokynnys.fi
www.moottorikorvat.net

ISSN-L 0023-5741
ISSN 0023-5741 (painettu)
ISSN 2242-6752 (verkkolehti)

Painopaikka:

Erweko Oulu



Pääkirjoitus

”Yksin emme voi mitään, tuloksemme perustuvat yhteistoimintaan.”

Monenlaista kuulovammaa

Kuuloliiton jäsenistöön kuuluu monenlaisia kuulovammaisia. Osalla on ollut kuulovamma jo syntyessään – toisille meistä se on tullut elämän myötä.

Yhdistyksissä on niin ikäkuuloisia, sisäkorvaistutteen käyttäjiä, tinnitusta ja akustikusneurinoomaa sairastavia kuin täysin kuurojaakin.

Meitä kaikkia yhdistää kuitenkin yksi asia. Kaikki me tarvitsemme vertaistukea. Tarvitsemme tietoa, voidaksemme paremmin elämän eri tilanteissa.

Me Kuuloliiton yhdistystoiminnassa mukana olevat annamme toisillemme tätä arvokasta vertaistukea ja sen lisäksi viemme toiveita, tietoa ja vaatimuksia yhteiskunnan eri tasoilla toimiville päättäjille.

Jokainen meistä voi pyrkiä vaikuttamaan kotikaupunkimme kuulemisympäristöön kuten induktiosilmukoiden toimintaan teattereissa, konserttitaloissa ja kaikissa julkisissa rakennuksissa. Jokaisella meistä on oikeus vaatia mikrofonin käyttöä aina, kun se on mahdollista. Vammaisneuvostojen kautta voi osallistua kuunteluolosuhteiden parantamiseen. Erilaisilla kuuntelun apuvälineillä voidaan helpottaa kuulemistä, mutta esteettömälle kuulemiselle on hyvä akustiikka tärkeää.

Kuulemisen apuvälineitä on monenlaisia ja tekniikka kehittyy kaiken aikaa. Apuvälineet eivät tee meistä täysin kuulevia, mutta ne helpottavat jatkuvaa pinnistelyä pysyä mukana kuulevien äänimaailmassa.

Kuulolähipalvelu on yhdistyksissä aktiivista. Kuuloauto on tuonut kuulolähipalvelun rinnalle erinomaisen lisäpalvelun, jonka kautta yhdistykset ovat saaneet lisäjäseniä ja suoran yhteyden huonokuuloisiin. Lisätutkimusta tarvitseville annamme ohjeita jatkoa varten. Kuuloauto kiertää eri puolella Suomea huh-tikuulta lokakuulle. Yhdistykset ilmoittavat paikallisissa lehdissä alueensa aikataulun.

Kuulovamma on minulle tärkeä aihe, sillä 16 vuotta sitten elämä pysähtyi hetkeksi. Sain akustikusneurinoomadiagnoosin. Kasvain leikattiin ja menetin kuulon toisesta korvastani. Oli kaksi vaihtoehtoa: jäädä suremaan tai jatkaa elämää uusilla pelimerkeillä. Valitsin elämisen. Liityin akustikusneurinoomayhdistykseen. Sain yhdistykseltä kaipaamaani vertaistukea, paljon tietoa ja monia hyviä ystäviä. Olemme yhdessä pohtineet, kuinka parhaiten voisimme auttaa jokaista sairastunutta.

Akustikusneurinoomayhdistys, Sany ry toimii aktiivisesti ympäri Suomea ja on Kuuloliiton toimialayhdistys. Kuuloliiton jäsenten tuella Sany on mahdollistanut minulle matkan Kuuloliiton liittohallitukseen.

Elämä muuttaa joskus suuntaa. Minulle yksikorvaisuus on tuonut elämäni paljon uutta ja jopa ihanaa. Rajoitteet pitää ottaa huomioon, mutta en ole ajatellut pysähtyä niiden edessä, vaan elää elämäni täysillä, rajoitteiden kanssa.

Yksin me emme voi mitään, tuloksemme perustuvat yhteistoimintaan. Ulkopuolisten on, luonnollisesti, vaikea ymmärtää ongelmiamme, vaikka he sitä haluaisivatkin.

Tulethan mukaan yhdistystoimintaan. Yhdessä olemme enemmän!

TUULA AAVAMÄKI



TEKSTI JA KUVA: JUHA HIETALA

EFHOHille uusi rahastonhoitaja

Eurooppalaisen kuulovammaisalan kattojärjestö EFHOHin vuosikokous pidettiin Lontoossa 6.5. Järjestön uudeksi rahastonhoitajaksi valittiin **Darja Pajk** Sloveniasta. **Marcel Bobeldijk** Alankomaista jatkaa puheenjohtajana ja **Aida Regel-Poulsen** Tanskasta sihteerinä.

Kokous hyväksyi pohjoismaisten kuulovammaisalan järjestöjen, NHS:n tekemän aloitteen, joka pyytää Euroopan komissiota nostamaan kuulovammaisuuteen liittyvät kysymykset entistä näkyvämmiin poliittiselle agendalle ja ottamaan kuulovammaisuuden huomioon myös tutkimuksissa.

Kokouksen yhteydessä kerrottiin alustavia tuloksia EFHOHin kuuroutuneiden kyselystä, johon vastasi lähes 400 henkilöä 21:stä Euroopan maasta. Valtaosa vastaajista on kuuroutunut vähitellen ja käyttää kommunikaation apuna huulilukua sekä kirjoitustulkkauksia.

Marie Denninghaus Euroopan vammaisfoorumista (EDF) kertoi järjestön toiminnasta ja haasteista, joita liittyy erityisesti eurooppalaiseen esteettömyysnäkökulmaan. Kuuloliiton delegaatti **Liisa Sammalpenger** esitteli kokousväelle kuuroutuneiden työryhmän toimintaa ja taktiisia eli kosketukseen perustuvia kuulemisen apuvälineitä.



Liisa Sammalpenger EFHOHin kokouksessa.

Vuoden 2017 kokous ja seminaari järjestetään Ljubljana Sloveniassa, ja samassa yhteydessä järjestetään myös IFHOHin (kansainvälinen kattojärjestö) kokous.

Hallituksen päätöksiä

Maaliskuun kokouksessa hallitus hyväksyi tilinpäätöksen esittäväksi liittovaltuustolle. Alijäämä vuodelle 2016 oli 103 852 euroa.

Hallitus hyväksyi vuosikertomuksen esittäväksi liittovaltuustolle sekä vuoden 2017 täsmennetyn toimintasuunnitelman ja talousarvion. Hallitus päätti esittää liittovaltuustolle, että jäsenyhdistysten alustava jäsenmaksu vuodelle 2018 säilyy entisellään kuten myös kannatusjäsenmaksu. Hallitus hyväksyi luottamushenkilöiden palkkiomäärät valtuustolle esittäväksi ja käsitteli vastaukset syysvaltuustossa annettuihin aloitteisiin.

Hallitus päätti, että Kuuloliitto hakee STEA:lta 150 000 euron suuruista avustusta *Toimintakyky kuntoon* -avustusohjelmasta. Lisäksi hallitus päätti, että Kuuloliitto korvaa jokaisen vuoden 2017 liittokokoukseen osallistuvan virallisen kokousedustajan matkasta julkisen kulkuneuvon mukaan 100 euroa ylittävän osuuden yhdistykseltä saadun laskun mukaisesti.

Yle kokeili kirjoitustulkkauksia suorien tv-ohjelmien tekstitykseen

Yleisradio kokeili huhtikuussa suorien ohjelmien tekstittämistä kirjoitustulkkauksella ja arvioi menetelmän laatua. Suurimmaksi ongelmaksi koettiin tekstityksen viive, vaikka kirjoitustulkkauksella onkin perinteistä tekstitystä nopeampaa. Katsojaraati oli Kuuloliiton ja Kuurojen liiton kokoama. Ylen mukaan se tulee jatkamaan kokeiluja kuluvan vuoden aikana.

Kuuloliitto huolissaan tulkkiresurssin pienenemisestä

Kelan tulee uudistamaan tulkkaukspalvelujen käytäntöjä meillä olevan kilpailutuksen seurauksena. Kuuloliitto on yhteistyössä Kuurojen Liiton ja Suomen Kuurosokeiden kanssa kommentoinut palveluiden järjestämistä. Suurin huoli kohdistuu tulkkiresurssin pienenemiseen, joka voi jatkossa vaarantaa tulkin saamisen. Kuuloliitto esitti omassa kannanotossaan myös, että tulkkaukspalveluiden tuottajilla on oltava tekniset valmiudet tallentaa kirjoitustulkkauksessa syntynyt tulke ja luovuttaa se asiakkaalle.

Puheenjohtaja

”Ilman vapaaehtoisten työpanosta emme voi toimia, eikä sanallamme ole painoarvoa.”

KUULOLIITTO OLEMME ME

Luin alkuvuodella Pekka Paateron kirjoituksen Turun Sanomista, missä hän kirjoitti kuulokojeen tärkeydestä. Hän luonnosteli hyvinkin ansiokkaasti vanhenevan miehen HÄH-asennetta kuulemiseen. Hän oli saanut avun yksityisesti, mutta malttoi mainita myös julkisen terveydenhuollon, missä saa ”ei niin viimeistä huutoa olevia kuulokojeita pienen jonotuksen jälkeen”. Itse taas seurasin viime viikonloppuna, miten sisareni kommunikoi puolisonsa kanssa Google-kääntäjän avulla. Hikipäinen maatyöläinen oli ottanut kuulokojeet pois, ja puoliso toi puhelimen kirjoitustulvikiksi. Googlen kääntäjä kirjoitti sille saneltua suomea aivan sujuvasti matkapuhelimen näytölle. Itse kokeilin puhua kuulovammaisen handsfreen kautta Google- kääntäjälle kevytvaltuuston yhteydessä, hyvin toimi.

Toisaalla Kelan kilpailutuskierros uhkaa oikeuttamme kirjoitustulkkaukseen. Televisiotekstityksissä sakkaa varsinkin kaupallisten kanavien kanssa, kun toisaalla taas Yleisradio parantaa palveluitaan. Suurimpien kaupunkien elokuvateattereissa on ollut suomen kielen tekstityskokeiluja suomeksi puhuttuihin elokuviin. Myös useille verkkosivuille on ilmestynyt suomeksi tekstitettyjä mainoksia, näistä mainittakoon esimerkiksi Valio tai Telia. Eduskunnan oikeusasiamies kiinnostui vammaisjärjestöjen viimesykyisen seminaarin jälkeen 112-hätätekstiviestin lähetyismahdollisuuden hitaasta etenemisestä.

Liittovaltuuston kokouksen yhteydessä saimme kuulla, miten Kuuloliitto ”katseellaan seuraa”, miten induktiokelan tärkeyttä kuulokojeissa ei riittävästi korosteta. Kyllä siihen kiinnitetään koko ajan huomiota. Muun muas-

sa kuulovammaisten maailmanliitto IFHOH otti vuoden 2016 vuosikokouksessaan tämän huolenaiheen julkilausumansa toiseksi pääaiheeksi. Kuuloliitto seuraa tarkkaan maailmanjärjestönsä kannanottoja ja toteuttaa niitä monin eri keinoin.

Tekeminen ei lopu koskaan, ja aina maailmassa on parannettavaa. Mutta, arvoisat lukijat, Kuuloliitto olemme me. Vaatikaa parempia kuulokojeita julkisesta terveydenhuollosta. Vaatikaa paremmat säädöt, jos ne eivät heti ole hyvät. Vaatikaa kuulokojeisiin induktiokela. Hankkikaa kirjoitustulkkipäätös. Käyttäkää tulkkituntejanne. Kysykää elokuvateatterissa ”onko tämä tekstitetty elokuva”. Ja kokeilkaa Googlen kääntäjää. Ilman teidän vapaaehtoisten työpanosta emme voi toimia, eikä sanallamme ole painoarvoa.

Tarmokasta kesää!

EIJA ISAKSSON



Terveydeksi-palsta tarjoaa ajankohtaista tietoa kuulosta ja terveydestä. Kokonaisvaltainen hyvinvointi on monen tekijän summa, johon vaikuttavat muun muassa ihmissuhteet, uni, ravinto ja liikunta.

TUHKAROKKOA POIKKEUKSELLISEN PALJON EUROOPASSA

Tuhkarokko on virusinfektio. Useimmiten se alkaa hengitystieinfektion oirein ja silmän verkkokalvon tulehduksella. Seuraava oire on kasvoista vartalolle leviävä ihottuma. Tuhkarokon tyypillisiä jälkitauteja ovat keuhkokuume ja välikorvantulehdus; harvoissa tapauksissa siitä kehittyvä vaarallinen aivotulehdus.

Tuhkarokko tarttuu huomattavan herkästi. Yli 90-prosenttia vasta-aineettomista sairastuu oltuaan kontaktissa sairaan kanssa – keskimäärin yksi sairastunut tartuttaa 15–17 muuta. Suomessa tautitapauksia on siitä huolimatta vuosittain vain muutamia.

Sen sijaan eräissä Euroopan maissa, joissa rokotuskattavuus on liian matala, tuhkarokko on yltenyt jälleen epidemiaksi. Eniten tartuntoja on Romaniassa, Italiassa ja Iso-Britanniassa, mutta jopa kymmenessä maassa tautitapauksia on ollut vuoden alussa yli kaksinkertainen määrä edellisen vuoden tilanteeseen verrattuna. Epidemiat ovat johtaneet myös kuolemantapauksiin.

Suomesta tuhkarokko lähestulkoon katosi 90-luvulla. Rokotuskattavuus alittaa kuitenkin 61 terveyskeskuksen alueella suojarajana pidetyn 95 % väestöstä, mikä kasvattaa paikallisten tuhkarokkoepidemioiden uhkaa Suomessakin. Jos rokotuskattavuus on useana vuonna liian matala alueellisesti tai jonkin väestöryh-

män osalta, tuhkarokolle alttiita ryhmiä voi syntyä esimerkiksi päiväkodeihin ja kouluihin.

Tuhkarokkosuoja syntyy joko taudin sairastamisen tai rokotuksen myötä. Suomessa tuhkarokolta, sikotaudilta ja vihuritaudilta suojaava MPR-rokotus kuuluu kansalliseen rokotusohjelmaan, ja lähes jokainen vuonna 1982 tai sen jälkeen syntynyt on saanut rokotuksen neuvolassa tai koulussa; tuhkarokkorokotukset aloitettiin jo vuonna 1974. MPR-rokotus annetaan kahdessa osassa, yleensä ensin 12 kuukauden ja toisen kerran kuuden vuoden iässä.

Jos aikuisella on joko sairastettujen tautien tai kahden MPR-rokoteannoksen antama suoja, täydennysrokotusta ei aikuisiällä tarvita. Jos aikuisen MPR-rokotussuoja on puutteellinen, se täydennetään. Ainoa aikuisten rokotusohjelmaan jokaisen aikuisen kohdalla kuuluva rokote on kurkkumätä-jäykkäkouristusrokotteen perussarjan tehosterokotus 10 vuoden välein; sen saannista huolehtimiseksi jokaisella kannattaisi olla rokotuskortti. Aikuisille suositellaan lisäksi poliorokotusta, jos he ovat lähdössä riskialueelle tai saapuvat sieltä; poliorokotusta suositellaan tällöin myös heidän lähipiirilleen. Lisäksi 65 vuotta täyttäneille suositellaan influenssarokotusta.

LÄHDE: THL



VERI JA VERENSIIRROT

Veren tehtävä on kuljettaa happea sekä ravinteita kudoksille eri puolilla kehoa sekä kuona-aineita niiden poistosta vastaaviin kehon osiin, esimerkiksi munuaisiin. Koska veri kuljettaa aineita kaikkialle elimistöön, myös nestettä ja lääkkeitä voidaan antaa elimistölle tiputtamalla ne verisuoneen. Veri pitää lisäksi elimistön lämpötilan tasaisena ja antaa iholle väriä.

Toisen ihmisen verta saatetaan joutua siirtämään onnettomuudessa tai synnytyksessä verta menettäneelle, leukemiaa sairastavalle tai isossa leikkauksessa olevalle. Vapaaehtoinen verenluovuttaminen onkin tärkeä osa turvallista ja luotettavaa veripalvelujärjestelmää. Koska kaikki veri ei sovi kaikille, luovuttajia tarvitaan jokaisesta veriryhmästä. Verestä tehdään esimerkiksi punasoluvalmisteita, verihiutalevalmisteita, plasmavalmisteita ja valkosoluvalmisteita.

Pääasiassa veri on punasoluja ja plasmaa. Punasolut kuljettavat happea keuhkoista kudoksiin. Keuhkoihin palatessaan punasolut tuovat uloshengitettäväksi hiilidioksidia. Punasoluja tarvitaan esimerkiksi suurissa leikkauksissa ja onnettomuuksien uhrien hoidossa.

Plasma on pääasiassa vettä. Plasma kuljettaa ravintoaineita kudoksiin ja kuona-aineita poistettaviksi maksaan ja munuaisiin sekä säätelee kehon neste- ja lämpötasapainoa. Plasmasta voidaan erotella ainesosia lääkkeiksi: esimerkiksi verenvuototautia sairastaville voidaan antaa siitä tiivistettyjä hyytymistekijöitä. Luovutettua plasmaa tarvitaan myös paljon verta menettäneille potilaille ja vastasyntyneiden verenvaihtoihin.

Verihiutaleet auttavat elimistöä verenvuotojen tyrehtyttämiseksi. Ne muodostavat plasman hyytymistekijöiden kanssa kiinteän verihiutaletulpan. Luovutettuja verihiutaleita tarvitaan sekä estämään että hoitamaan verenvuotoja. Verihiutaleita voidaan antaa suurten verenvuotojen yhteydessä tai esimerkiksi verisyöpäpotilaille, joiden oma luuydin ei syöpähoitojen vuoksi niitä tuota.

Valkosolut auttavat elimistöä torjumaan taudinaiheuttajia. Valkosoluvalmisteita tehdään vain tilauksesta. Niillä hoidetaan esimerkiksi henkeä uhkaavia tulehduksia, joihin antibiootit hoito ei tehoa.

Vapaaehtoinen verenluovutus: turvallisen veripalvelujärjestelmän tärkeä osa

- Verta voivat luovuttaa perusterveet 18–70-vuotiaat; ensiluovuttajan täytyy olla alle 60-vuotias.
- Verenluovutuskertojen välillä täytyy olla yli 61 vrk (miehet) tai yli 91 vrk (naiset).
- Jos olet sairastanut syövän, aivoinfarktin tai sydäninfarktin, et voi luovuttaa verta.
- Et voi luovuttaa verta myöskään, jos olet saanut elinsiirron tai käyttänyt suonensisäisiä huumeita.
- Luovutuskelpoisuuteen ja -ajankohtaan vaikuttavat lisäksi esimerkiksi eräät muut sairaudet, lääkkeet ja rokotukset sekä matkat. Lisäksi esimerkiksi uusi seksikumppani, tatuointi, lävistys ja tähytys estävät verenluovutuksen neljän kuukauden ajaksi.
- Luovutuksessa käyntiin kannattaa kaikkienensa varata aikaa puolesta tunnista tuntiin.
- Verenluovutuksessa verta otetaan noin puoli litraa. Sen ei ole turvallista ylittää 10 prosenttia veren kokonaismäärästä. Alle 50 kiloa painavat eivät siksi saa luovuttaa verta – heidän verimääränsä on niin vähäinen, että riski verenluovutuksen jälkeisille haitoille (heikotukselle, h uonovointisuudelle tai pyörtymiselle) kasvaa.
- Kaikkien veriryhmien verta tarvitaan. Sekä yleisimpien (A+, O+ ja B+) että harvinaisimpien (AB+, A-, O-, B- ja AB-) veriryhmien verta saatetaan tarvita akuutisti. Hätäverenä käytetään O- -ryhmän verta, jota kuluukin suhteessa veriryhmäjakaumaan muiden veriryhmien verta enemmän.

Maailman verenluovuttajien päivää vietetään 14.6.

LÄHDE: Suomen Punaisen Ristin veripalvelu: www.veripalvelu.fi



JARI HÄRKÖNEN LÄHDE: SPRN VERIPALVELU

Valtuusto kokoontui hotelli Haagassa

Valtuusto keskusteli aktiivisesti tilinpäätöksestä ja teki runsaasti aloitteita. Valtuutettuja oli kokouksessa paikalla yhteensä 37.

Valtuuston puheenjohtaja **Eila Heinonen** korosti avauspuheenvuorossaan, että Kuuloliiton on oltava aktiivisesti mukana sote-uudistuksessa ja liiton uudella strategialla pyritään vastaamaan uudistuksen tuomiin haasteisiin.

– Muutoksista huolimatta vastuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä säilyy edelleen kunnilla ja näin myös yhdistysten toiminta säilynee muutoksista huolimatta tältä osin en-

tisenlaisena, Heinonen arvioi.

Kopolan kannatusyhdistyksen **Maire Pal-tare** kertoi valtuutetuille yhdistyksen aktiivisesta talkotoiminnasta ja mainitsi tulevista tapahtumista erityisesti Elokuvapäivät.

Titta Väisänen Itä-Suomen kuulopiiristä arvosteli vuoden 2016 tilinpäätöstä huolimattomasti tehdyksi. Toiminnanjohtaja **Pekka Lapinleimu** kertoi, että vuoden 2016 aikana kirjanpitolaki muuttui, taloushallinnon ohjelmistot uudistettiin ja lisäksi henkilöstössä tapahtui muutoksia, mikä aiheutti haasteita. Myös Kopolan kurssikeskuksen tulos herätti keskustelua. **Meria Mäkinen** Lounais-Suomen kuulopiiristä korosti, että viimeisen kolmen vuoden aikana tappiota on syntynyt run-



Seminaariväkeä Haagassa auditoriossa.



Seminaaria alkuun valmistelevat vas. erityisasiantuntija Esa Kalela, aluetoiminnan päällikkö Anne Wicht-Kvarnström ja Juhani Tuure.

saasti. Puheenjohtaja **Eija Isaksson** painotti, että kurssikeskuksen henkilöstömäärään on tehty runsaasti kipeitäkin muutoksia säästöjen aikaansaamiseksi. Valtuusto vahvisti keskustelun jälkeen tilinpäätöksen ja myönsi hallitukselle vastuuvapauden.

Valtuustossa hyväksyi vastaukset syksyllä hallituksen valmisteluun annettuihin evästyksiin ja aloitteisiin.

Outi Liuska Uudenmaan kuulopiiristä ehdotti, että jäsenmaksua vuodelle 2018 laskettaisiin yhdellä eurolla pois lukien sotaveteraanit. Taluspäällikkö **Ilkka Sivula** toi esiin, että liitto on velkaantunut ja alennus vähentäisi tulosta noin 16 000 euroa. Äänestyksen tuloksena hallituksen pohjaesitys voitti äänin 25–12. Jäsenmaksun suuruudeksi päätettiin alustavasti 15 euroa varsinaiselta jäseneltä, 8 euroa nuoriso-, perhe-, vapaa-, kunnia- ja ainaisjäseniltä sekä sotaveteraaneilta 1 euro. Liiton kannatusjäsenmaksujen päätettiin säilyvän myös ennallaan.

Kokouksessa kuultiin runsaasti evästyksiä ja aloitteita. Outi Liuska ehdotti, että Kuuloliitto perustaisi oman vuosittain jaettavan vapaaehtoistoiminnan palkintonsa. Titta Väisänen ehdotti, että Kun keskustelukumppani ei kuule-kortista tehtäisiin venäjänkielinen versio.

Kalle Tervaskari Uudenmaan kuulopiiristä peräänkuulutti liitolta toimenpiteitä huulil-

taluvun arvon palauttamiseksi. **Kaisa Saari** Lounais-Suomen kuulopiiristä teki aloitteen, että Kuuloliitossa selvitetäisiin kuulovammaisen mahdollisuuksia asioida tekstiviestitse terveydenhuollossa. Meria Mäkinen teki aloitteen luottamusjohdon matkustusohjeen uusimisesta niin, että maksettava kilometrikorvaus olisi jatkossa 30 senttiä kilometriltä.

Pekka Tikka Kaakkois-Suomen kuulopiiristä muistutti, että hallituksen on tehtävä liittokokoukselle ehdotus siitä, mitä se tulee teemmään Kopolan taloustilanteen kehittämiseksi. **Janne Alkki** Lapin kuulopiiristä toivoi, ettei yrityksiä esitettäisi sote-keskustelun yhteydessä pelkästään negatiivisessa valossa.

Kokouksen päätteeksi kiitettiin valtuuston puheenjohtajia **Eila Heinosta** ja **Jaakko Alammommoa** kuluneesta kolmivuotiskaudesta.



TAUKOPUHETTA

1. Mistä saadaan jäseniä yhdistykseen?
2. Mikä pohdituttaa valtuuston seminaarissa?

Pirkko Kuorikoski, Kajaanin Seudun Kuulo ry

1. Jäsenmäärä on yhdistyksessämme laskenut. Uudellaisia työmuotoja tarvitaan. Vapaaehtoistyötä tekeviä järjestöjä on paljon. Uudelle jäsenelle tulee olla tarjottavaa, uutta jäsentä ei saa uuvuttaa kauhialla työmäärällä. Kuuloauton avulla voidaan saada jäseniä, varsinkin jos auto tulee paikkakunnalle, jossa ei ole ennestään kuulolähipalvelua.

2. Minua puhututtaa ihmisten arvot ja yhteiset asiat. Suvaitsevaisuus myös mietityttää.

Päivi Pöntys, Helsingin Kuuloyhdistys ry

1. Kokemukseni mukaan vetävästi vedetyt luennot veto-voimaisista aiheista, ovat houkuttelleet salin täyteen. Tänä päivänä aika monet saattavat innostua sosiaalisen median kautta lähtemään johonkin yhdistyksen järjestämään tilaisuuteen.

Nuoret eivät ehkä kaipaa niinkään vanhan ajan säännöllisiä kerhoja yhdistyksen tiloissa, vaan enemmänkin erilaisia happeningeja eri paikoissa. Hyvät, sitoutuneet vetäjät ja nykyaikainen aktiivinen toiminta on se täky, jolla saadaan nuoret ja työikäiset osallistumaan. – Niin, ja uusia jäseniä saadaan tulemaan yhdistyksen tapahtumiin uudelleen, jos edes joku on huolehtinut uudesta jäsenestä koko vierailun ajan!

2. Mielestäni toisen ihmisen kohtaamisessa empaattisuus, kuunteleminen ja läsnäolo luovat sellaista mennekeä, jossa toinen ihminen tuntee olevansa yhdenver-

tainen ja hyväksytty. Jäsenet ystävystyvät ja haluavat yleensä silloin entistä innokkaammin tehdä ”kimppakivaa” yhdessä yhteisten asioiden hyväksi. Vuoropuhelu on välittämistä, ei vain jäsenten vaan myös yhdistysten kesken. Kuuloliiton uusilta nettisivustolta löytyy paljon hyvää tietoa ja ohjeita, mutta ne eivät riitä. Kuuloliiton pitäisi aiempaa enemmän tukea yhdistyksiä myös kentällä. Liiton täytyy priorisoida ja antaa tukea ensisijaisesti harvaanasutuilla alueilla sijaitsevia yhdistyksiä.

Pitkät maantieteelliset etäisyydet vaikeuttavat kuulovammaisia saamasta tarvitsemaansa apua. Olen skeptinen maakuntien toimivuudesta. Mitenkähän nykyiset kuulopiirit mahtavat sopia 18 maakunnan raameihin? Se jää nähtäväksi!

Markku Toukola, Suomen Tinnitusyhdistys ry

1. Uusia jäseniä saadaan jalkautumalla erilaisiin tapahtumiin, jossa saa näkyvyyttä ja pääsee keskustelemaan yleisön kanssa. Tinnitusyhdistyksen tinnitusryhmät järjestävät myös eri paikkakunnilla tinnitusiltoja säännöllisesti. Lisäksi toimimme monilla paikkakunnilla yhteistyössä kuuloyhdistysten kanssa. Näissä tilaisuuksissa yritämme kalastella uusia jäseniä. Olemme myös aktiivisia netissä ja Facebook-ryhmissä.

2. Valtuuston kokouksessa kovin pohdittiin arvoja ja paljon niitä tulikin hallitukselle evääksi. Lisäksi Kopolan kohtalo jäi pohdituttamaan. Toivottavasti paikalle löytyy paljon tilaisuuksia ja niihin tulijoita. Myös tinnitussopeutumiskurssien määrä ja niiden jatkuvuus jäi mietityttämään. Tinnittäjien määrä Suomessa on lisääntynyt runsaasti, varsinkin nuoria tinnittäjiä on tullut paljon lisää. Riittääkö kaikille halukkaille kursseja?



Kahvitauolla vas. Pirkko Kuorikoski ja Päivi Pöntys



Markku Toukola Tinnitusyhdistyksestä

Euro-CIU 2017 -symposium Helsingissä

Euro-CIU 2017 -symposiumin perjantaina avannut sosiaali- ja terveysministeri Pirkko Mattila korosti esteettömyyden merkitystä kuulovammaisille. Suurin este osallisuudelle on hänen mukaansa negatiiviset asenteet.

– Vartuin 90-luvulla viittomakielisessä yhteisössä. Sisäkorvaistutteen merkitys on suuri, sillä se mahdollistaa lapsille opiskelun ja myöhemmin työelämään osallistumisen.

Mattilan mukaan sote-uudistuksessa on tärkeää, että kuntoutus on oikea-aikaista ja kohderyhmälle sopivaa. Kuuloliiton toiminnanjohtaja **Pekka Lapinleimu** toi esiin kuulovammaisalan järjestöjen näkemyksen siitä, että pienten ryhmien kuntoutus tulisi hoitaa keskitetysti. Mattila vastasi, että kuntoutuspalveluja kehitettäessä yliopistosairaalat ovat avaintoimijoita, johon vaikuttamistyötä kannattaa kohdistaa.

Lauantain englanninkielisen osuuden avannut Euro-CIU:n puheenjohtaja **Teresa Amat** korosti, että eurooppalaisella yhteistyöllä on saatu paljon aikaan. Esimerkkinä hän mainitsi molemminpuolisten sisäkorvaistutteen määrän kasvun eri Euroopan maissa. Amat korosti kasvatuksen ja koulutuksen merkitystä paitsi lapsille niin myös aikuisille sisäkorvaistutteen käyttäjille.

Symposiumissa kuultiin useita luentoja musiikista ja sen hyödyistä kuulovammaisille. Aivotutkija **Minna Huotilaisen** mukaan musiikin harrastaminen kehittää aivoja niin, että puheen erottaminen onnistuu entistä paremmin. Lukuisissa työpajoissa tutustuttiin käytännössä siihen, miten kuulovammaisille voidaan opettaa musiikkia ja esimerkiksi sävelkorkeuden hahmottamista.

Yksi symposiumin keskeisistä teemoista oli monikielisyys. Jyväskylän yliopiston professori **Åsa Palviainen** kertoi, että monikielisyys on yleistä, vaikka nykyään yhteiskunnassa vallitsee erittäin voimakas yksikielinen stereotypia. Ihmiset eivät tiedosta olevansa tosiasiaa monikielisiä eli kykeneviä puhumaan useampaa kuin yhtä kieltä.

Audiologi **Sari Mykkänen** Tampereen yliopistollisesta sairaalasta korosti vertaistuen merkitystä sisäkorvaistuteleikkauksen jälkeen,



Kuuloliiton toiminnanjohtaja Pekka Lapinleimu avasi symposiumin. Vieressä LapCI ry:n toiminnanjohtaja Ulla Konkari Koski.

mutta piti tärkeänä, ettei vertaistoiminnassa nosteta esiin jonkin tuotemerkin erinomaisuutta, sillä leikkaus ja apuväline harkitaan aina tapauskohtaisesti.

Kuuloliiton tutkija **Anniina Lavikainen** ja projektikoordinaattori **Ilona Maula-Tervo** kertoivat, että tieto sisäkorvaistutekäyttäjistä Suomessa on tähän asti nojautunut pitkälti lääketieteelliseen tutkimukseen ja toisaalta kokemustietoon. Vuonna 2015 projektissa tehty alkukartoitus toi esiin, että vertaistukea tarvitaan selvästi koko sisäkorvaistuteleikkausprosessin ajan. Projektissa tehdään parhaillaan sekä haastattelututkimusta että kerätään kirjallisia kertomuksia hoitopolun eri vaiheista.

Euro-CIU -symposium järjestettiin ensimmäistä kertaa Suomessa ja sen järjestivät yhteistyössä LapCI ry, Kuuloliiton kuuroutuneiden toimikunta ja EURO-CIU. Tapahtuman suojelijana toimi rouva **Jenni Haukio**.

Sisäkorvaistute eli implantti on sähköinen kuulokoje henkilöille, joille vahvinkaan akustinen kuulokoje ei enää tuo riittävää apua kuulemiseen tai puheen erottamiseen.

EURO-CIU (The European Association of Cochlear Implant Users) perustettiin vuonna 1995 Luxemburgissa. Jäsenenä on 21 maasta kansalliset sisäkorvaistutekäyttäjien järjestöt.

Siljalla pysyy pallo hallussa



Silja on pienestä pitäen elänyt pallon kanssa. Hän meni Lapuan Korikobrien koripallokouluun 5-vuotiaana. Kova fyysinen laji vaatii nopeutta, pelisilmää ja tekniikan hallintaa.

Lupaava lapualainen nuori lahjakkuus **Silja Viita** saapuu haastatteluun yhdessä äitinsä **Ritvan** kanssa. Siljalla on pituutta 182 cm. Hänellä on korvien molemmiin puolin sisäkorvaistutteen.

– Sain ensimmäisen istutteen 1 ½-vuotiaana. Sitä ennen olivat jo kuulokojeet, Silja kertoo.

Viidan perheen kolmesta lapsesta kaksi on syntynyt kuurona. Myös 3 ½ vuotta vanhempi isovelji on sisäkorvaistutteen käyttäjä.

– Silja ei ole koskaan ollut kieleton. Ensimmäiseltä kieleltään hän on viittomakielinen. Jo puolitoistavuotiaana vuotiaana hän viittoi lauseita. Viittomakieli on siellä alla ja tämä on mahdollistanut nopeasti puhekielen oppimisen. Silja on tehnyt näiden eteen kovasti työtä. Silja valitsi puhumisen, äiti sanoo.

– Opin lukemaan jo 4-vuotiaana, Silja toteaa. 16-vuotias Silja on käynyt tavallisen peruskoulun ja hän menestyy koulussa huippuhyvin. Apuvälineitä ei ole tarvittu kuin joskus alakoulussa. Kielten kuuntelutkin ovat sujuneet loistavasti.

– Nyt pelaan koripalloa. Tulevista ammattihaaveista en vielä tiedä, hän sanoo.

LAPUAN KORIKOBRIEN KASVATTI pelaa Vimpelin Vedon paidassa, jossa tuli juuri hopeaa valtakunnallisessa A-tyttöjen 1. divisioonassa. Harrastus on tuonut Siljalle valtavasti kavereita ympäri Suomen. Koripalloilu vaatii aikaa myös kotiväeltä.

– Onhan tämä perheellekin yksi harrastus. Olemme kiertäneet melkein kaikki koulut ja tiedämme mistä ovesta mennään liikuntasaliin. Niin monella koululla olemme käyneet, äiti kertoo hymyillen.

– Siljan aika menee täydellisesti urheiluun ja kouluun. Levättäväkin on. Tänä vuonna on tullut kускаamiset Vimpeliin harjoituksiin kolme kertaa viikossa, hän jatkaa.

– Harrastus ei ole kalleimmasta päästä, kuluja kertyy lisenssi- ja joukkuemaksuista, kengät, pallot ja maajoukkueleirien omavastuut, Silja kertoo.

Pelin aikana kuuluu monenlaista kuhinaa ympärillä; yleisö taputtaa, huutaa ja rummuttaa. Kun yleisö mylvii, voi joskus olla vaikeampi kuulla valmentajaa, kun on keskittynyt peliin.

– Huulilukutaitoni on aika hyvä, joten voin kauempaakin jo lukea. Kaverit joskus kokeileekin, että miten hyvin mä osaan lukea huulilta.

– Kuuloasiani ei ole mitenkään erityisesti esillä joukkuekavereiden kanssa, joskus on joku kysellyt – eikä he huomaa tai muista edes koko asiaa.

– Peleissä ei saa olla koruja. Joskus on tuomareille joutunut selittämään, mikä on sisäkorvaistute.

Siljan pelipaikka on laituri, välillä hän on sentterikin. Siljalla on ollut hyvä kausi takana. Viikossa on treenejä viisi kertaa viikossa, johon tulevat pelireissut päälle.

– Noin 20 tuntia menee viikossa treeneihin, hän paljastaa.

Siljalla kytee unelma pelata joskus yliopistojoukkueessa ulkomailla lukion jälkeen. Liigajoukkueet USA:ssa tai Saksassa kiinnostavat.

– Ei minulla niin kauheasti ole esikuvia. Lempipelajaani on ehkäpä Amerikassa NBA-joukkueessa pelaava **Kyrie Irving**. Naisista en tiedä sanoa, hän miettii.

Mikä on ollut paras pelisi?

– Paljon on ollut hyviä pelejä. 12-vuotiaana pääsin Suomen Biddy korisjoukkueeseen ja kävimme pelaamassa Espanjassa. Pari vuotta sitten sain pelata turnauksen USA:ssa. Ensimmäisen maajoukkuepelin pelasimme tammikuussa Tallinnassa. Pelasimme Latviaa vastaan. Tein silloin Suomen joukkueen ensimmäisen korin, hän selostaa.

SILJA OSALLISTUI keväällä Kuulovammaisten Lasten Vanhempien Liiton (KLVL) nuorten toiminnalliseen viikonloppuun Tampereella.

– Tapahtumissa näkee kuulokavereita ja saa vertaistukea.

Viime kesänä hän yhdisti koripallotreeneit ja rippikoulun ja kävi koripallorippikoulun Italiassa. Alkanut kesä on täynnä vipinää. Koripaloleirejä on tuloksi koko kesäksi ja hän hieman epäilee, ehtiikö Kuuloliiton nuorten leireille lainkaan.

– 46 leiripäivää, jos kaikille pääsen mukaan. Leirejä pidetään kotimassa, Liettuassa ja Kreikassa.

Pohjoismaiset kisat järjestetään Lohjalla ja EM-kisat Makedoniassa, korikuningatar kertoo.

Syksyllä Siljalla on edessä opinnot koripallolukiossa.



Vaasan tinnitusryhmäläisiä toukokuun 2017 tapaamisessa.

Voimaa vertaisilta

Veikko yrittää olla stressaantumatta. Raimolla loppui tinnitus hetkeksi Espanjassa. Liisa kiertää kaukaa yleisötapahtumat. Jokaisella heistä on oma tarina. Jokainen heistä on löytänyt omat keinonsa selviytyä. Vaasan kuuloyhdistyksen tinnitusryhmästä he ovat saaneet jaksamista jokapäiväiseen arkeen.

Vuosien aikana ryhmässä on käynyt 620 henkilöä. Joka kokoontumiskerralla saapuu paikalle 12 – 15 henkilöä.

Mitkä keinot helpottavat sinun tinnitustasi?

Olle:

– Laitan pompan päälle ja lähden ulos liikkumaan! Joskus se helpottaa. Ryhmässä tinnitus unohtuu hetkeksi.

Reijo:

– Vältän jäähalleja. Yleisötilaisuuksien jälkeen on päässä pörinää ja huminaa.

Armas:

– Kotona on helppo olla. Kotona on hyvä nukahtaa. Jos lähden matkoille, otan oman herätyskellon pään viereen raksuttamaan. Joudun käyttämään nukahtamislääkkeitä.

Liisa:

– Minulle tinnitus tulee hetkellisesti melussa olon jälkeen. Tämä porukka on niin kivaa, sen takia viihdyn täällä.

Eero:

– Olen kuunnellut tinnitusta lähes 30 vuotta. Olen saanut tinnitusnoiserin, joka on digitaalinen laite. Siinä kuuluu erilaista kohinaa ja suhinaa. Unensaantini rauhoittuu laitteella.

Raimo:

– Huomasin, että Espanjassa minulla ei tinnittänyt yhtään. Välimeren ilmastolla oli ihmeellinen vaikutus, kun lämmintä oli +28 c. Korvien soimistani helpottaa myös laulaminen. Laulan useissa eri lauluryhmissä.

Liisa 2:

– Olen ollut töissä sairaalan pesulassa ja olen saanut jokailtaisen tiputanssin korviini. Vältän suurta yleisömäärää. Viihdyn mökillä ja kuulen siellä linnun laulun.

Marja-Liisa:

– Laitan rauhallista ja miellyttävää musiikkia soimaan. Cd-levyjen kuuntelu rentouttaa ja helpottaa. Usein unohdetaan, että jotkut lääkkeet voivat aiheuttaa korvien soimista.

Tuula-Marjatta:

– Minulla tinnitus voi olla monta päivää pois. Harmittaa kaupungin keskustassa mopopojien ja moottoripyörien kaasutukset.

Veikko:

– Liikun luonnossa. Koetan olla stressaantumatta. Yöt ovat minulle pahimmat. Käytän tinnitusmaskeria, se rauhoittaa. Vältän ihmisjoukkoja ja melua.

Mitä vertaistoiminta antaa?

– Mukana on monenlaista osajajaa. Meillä on mukana tiedonkerääjänä henkilö, joka kaivaa internetistä tutkimustietoa tinnituksesta. Sitä tietoa aina odotamme kuin kuuta nousevaa. Ryhmässä on mukana myös työuran tehnyt kuulontutkija.

– Kun avaa suunsa, voi kertoa muille ryhmäläisille omista vaikeuksista. Helpottaa oloa, ettei ole vaivan kanssa yksin ja täällä huomio kiinnittyy muihin asioihin.

– Jotkut hakevat tiedon täältä ja saavat huojennusta, kun huomaavat, että meitä on paljon. Kerromme ja jaamme omia kokemuksia.

– Meillä on mahdollisuus jakaa infoa. Yritämme kertoa nuorille tinnituksesta. He saavat jo koulussakin kuulonsuojelutietoa. Valistusta tulee myös kuuloyhdistyksen ja Kuuloliiton kautta.

– Olemme käyneet Länsi-Suomen alueella kuuloyhdistyksissä ja -kerhoissa. Kokkolassa toimii tinnitusryhmä **Seija Haapalehdon** vetämänä. Saamme vinkkejä toisista ryhmistä.

– Ei ole tilatakseja, joka kerää porukan ja tuo tänne. Tarve on itse huomattava!

– Täällä on mahtavia ihmisiä, tulkaa mu-

kaan! Armas houkuttelee.

– Onneksi meillä on Vaasassa rantaa. Monella vaasalaisella on mökki meren rannalla. Laineen liplatus rauhoittaa, ryhmäläiset toteavat kuin yhdestä suusta.

Vaasan kuuloyhdistyksen puheenjohtaja **Markku Kallio** kertoo taustaa ryhmän perustamiselle:

– Korvalääkäri **Osmo Niemi** piti yleisöluennon ja sen jälkeen mietimme, miten jatketaan. Silloinen kuntoutusohjaaja **Miia Hautamäki** järjesti tinnitusväelle kaksi kuntoutusryhmää. Ne kokoontuivat kymmenen kerran sarjana. Olin mukana yhdistyksen puolesta. Vuonna 1999 tuli ehdotus ryhmän perustamisesta. Olemme kokoontuneet jo 18 vuotta.

Vaasan tinnitusryhmä kokoontuu joka kuukausi torstaisin klo 18:00 osoitteessa Korsholmanpuistikko 44.

7.9. 2017 ryhmässä vierailee korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkäri Osmo Niemi.

www.vaasanseudunkuulo.yhdistysavain.fi

www.tinnitusyhdistys.fi

Eero Pitkänen luotsaa Vaasan tinnitusryhmää

– Olen Kuuloliiton kokemustoimija ja käyn myös puhumassa eri ryhmille. Seuraavaksi menen kertomaan tinnituksesta ruotsinkieliseen maatalousoppilaitokseen. Vedän ryhmää kuudetta vuotta.

Korvien soiminen vaivaa Suomessa arviolta puolta miljoonaa kansalaista. Pitkäsellä itsellään kuului korvissa kohinaa, mutta lopullinen tinnitus laukesi teräväksi vinkunaksi runsaat parikymmentä vuotta sitten työtehtävissä aamuvuorossa. Hänen ajamansa linja-auton kaasupoljin alkoi temppuilla. Hän koetti saada moottorin kuntoon omatoimisesti, mutta satuiinkin niin, että hurja äänenpaine tuli moottorista suoraan hänen korviin. Siitä seurasi ikävää. Korvat alkoivat soida ja nukkuminen oli vaikeaa. Myöhemmin hän sai avuksi tinnitusnoiserin, joka lähettää eri taajuuksilla tinnituksen peittävää pihinää ja suhinaa.

– Olen huolestunut nuoremista ikäluokista, jotka pilaavat hirveillä äänenpaineilla kuulonsa. Autoihin asennetaan lisäboostereita, että saadaan bassot kunnolla jytäämään. Poikani on hevirumpali ja hän palasi juuri keikalta Kiinasta. Onneksi hän neuvostani suojaa kuuloaan.

Tinnitusryhmässä mukanaolijat ovat huolissaan etenkin nuorten kuulosta, koska tinnitus



Vas. kuuloyhdistyksen puheenjohtaja Markku Kallio ja tinnitusryhmän vetäjä Eero Pitkänen.

voi hiipiä salakavalasti. Pitkänen on soittanut rumpuja tanssimusiikin puolella 45 vuotta ja jazz-rumpalina noin 15 vuotta, joten hän tietää mistä puhuu.

– Ottakaa korvatulpat käyttöön! hän korostaa.

Harvinaisuus on suhteellista

Sitooko harvinainen diagnoosi osaksi harvinaisten ryhmää? Onko "harvinaisuus" identiteetti? Joskus harvinaissairaus tuottaa yhteenkuuluvuuden tunnetta suhteessa muihin harvinaisen diagnoosin saaneisiin ja on identiteetin merkityksellinen osa, joskus taas ei, vastaa Kuuloliiton Harvinaiset-toiminnan suunnittelija Päivi Vataja.

Suomessa sairaus katsotaan harvinaiseksi kun sitä sairastaa enintään viisi henkilöä 10 000 asukasta kohden. Jokin harvinaissairaus on 300 000 ihmisellä Suomessa, ja maailman väestöstä 6–8 % luokitellaan harvinaiseksi. Toisaalta harvinaisryhmät ovat keskenään erikokoisia: diagnoosin saaneita saattaa olla 2 700 tai kymmenen. Osaan harvinaissairauksista liittyy myös kuulovamma.

Joskus harvinaisuus erottaa muista huonokuuloisista. Harvinaisuuteen liittyy problematiikkaa, jota muut eivät kohtaa. Siksi harvinaisuudesta voi kehittyä merkityksellinen ja erityinen elämän osa.

– Harvinaisiin diagnooseihin liittyviä ongelmia kohdatessaan jotkut muodostavat harvinaisidentiteetin, Päivi Vataja sanoo.

Harvinaisproblematiikka on tyypillisesti esimerkiksi diagnoosien viivästyminen ja tiedonsaannin ongelmia. Sairautta ei välttämättä tunnisteta oireiden yhdistelmästä. Joskus oikean diagnoosin saa vasta vuosikymmenien oireilun jälkeen.

– Ihmiset reagoivat silloin eri tavoin. Yleensä oireita selittävä diagnoosi on helpotus, mutta toisaalta voi hämmästyttää sitä, ettei saanut oikeaa diagnoosia aiemmin, Vataja kuvailee.

Tiedon puutteen ja diagnoosin viivästyksen taustalla saattaa olla myös se, ettei oikeaa diagnoosia ole yksinkertaisesti ollut olemassa. Uusia harvinaisia sairauksia tunnistetaan vuosittain lukuisia.

Harvinaisidentiteetti on kontekstisidonnainen: se voi korostua tai tulla tärkeäksi tietynlaisissa tilanteissa.

– Harvinaisuus korostuu esimerkiksi silloin, kun tarvitsee hoitoa moniin vaivoihin yhtäaikaaisesti, Vataja arvioi.

Monitarpeisuus kuvaakin harvinaisten joukkoa melko kattavasti, ainakin hetkittäin. Vertaistukea voidaan hakea useasta eri järjestöstä. Sekä paikallinen toiminta että keskitetyt osaamiskeskukset ja harvinaisyksiköt tarjoavat oleellisia palveluja.

Myös oikean diagnoosin merkitys korostuu yleensä silloin, kun vaikeita tai häiritseviä oireita on useita samanaikaisesti. Muulloin diagnoosilla ei välttämättä

ole yhtä laajaa ja painavaa merkitystä kuin vaikkapa sairauden yksittäisenä piirteenä ilmenevällä aistivam- malla.

Jatkuvuuden ja soljuvien polkujen luominen muuttu- vien ja ambivalenttien identiteettien, ryhmien ja diag- noosien keskellä on Päivi Vatajan mielestä järjestöjen keskeisiä tehtäviä.

– Sairaalat ovat olleet valmiita muuttamaan toiminta- tapojaan niin, ettei harvinaisten tukeen tule ratkeamia, vaan palveluja tuotetaan samassa yksikössä esimerkiksi iästä riippumatta. Se on vaikuttavaa, Vataja kehuu.

Elämänkulun jatkuvuus saattaa olla haastettuna esi- merkiksi nuoren aikuisuuden ja omaan kotiin muutta- misen vaiheessa. Moniulotteinen erilaisuuden kokemus saattaa tuottaa siinä vaiheessa laajaa kuulumattomuus- tunnetta.

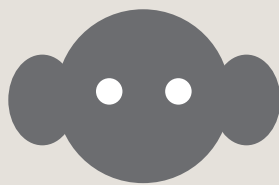
Toisaalta ikääntyminen saattaa aikaistaa ja vahvis- taa moninaisia oireita tai vaivoja niin, että niiden oi- kein tulkitsemisen merkitys korostuu nimenomaan iän karttuessa. Monioireisuutta saatetaan kuitenkin pitää ikään kuuluvana toimintakyvyn heikkenemisenä. Vaik- ka oikea diagnoosi ja sen varmistama oikea hoito paitsi tukisivat yksilön hyvinvointia niin myös pienentäisivät vääristä tutkimuksista ja diagnoosin viivästyisestä kertyviä kustannuksia, ikääntyvien henkilöiden harvi- naisuus tulkitaan usein virheellisesti "vanhenemiseksi".

Harvinaisuus sinänsä on yleistä – kasvava joukko eri- laisten oireiden yhtymiä ja kirjoja saa taustalleen harvi- naisen diagnoosin.

– Diagnoosilla on merkitystä ja joskus se on itseisarvo, jotta esimerkiksi saatava hoito on oikeanlaista. Harvi- nainen voi kuitenkin olla myös terve, esimerkiksi ais- tivammainen henkilö. Erilaiset elämäntilanteet täytyy nähdä yhdessä ja erilaiset näkemykset sulauttaa yh- teen, jotta voidaan tukea harvinaisen mahdollisimman hyvää elämää, Päivi Vataja tiivistää.

Kuuloliiton Harvinaiset toimintaa voit seurata Facebook-sivulla Kuuloliitto Harvinaiset. Harvinaiset- toiminnan HAIKU-uutiskirjeen voi tilata sähköpostiisi osoitteesta: <http://kuuloliitto-harvinaiset.mailpv.net/> Lisää tietoa toiminnasta löytyy Kuuloliiton verkko- sivuilta: www.kuuloliitto.fi/toiminta/vertaisuki-ja-vertaistoiminta sekä www.kuuloliitto.fi/toiminta/ohjelmat

1.–3.9. Helsingin Valkeassa talossa järjestetään mik- rotia-lasten vertaisperhekurssi. Peruutuspaikoista saa tietoa ilmoittautumalla jonoon osoitteessa www.klvi.org/toimintaa/lomakkeet/kurssille-haku



Korvantauksia

*37-vuotiaan keskivaikeasti
kuulovammaisen naisen
merkintöjä.
korvantauksia@suomi24.fi*

IHMISEN LUONTO

Monissa perheissä lapset ovat parhaiten perillä kierrättämisestä ja energian säästämisestä. Koulussa opetetaan mihin lokeroon mikäkin roska laitetaan. Kotona nuoriso kulkee vanhempien perässä sammuttelmassa valoja. Autojen joutokäynnin haitat ja lihansyönnin vaarat tiedostetaan tarkasti.

Itse olen ollut aina jonkin verran kiinnostunut ympäristöasioista, mutta elänyt kuitenkin tavanomaisesti, lihaa syöden ja sen kummemmin vaivaa näkemättä. Olen nauttinut luonnosta ja sen antimista, tekemättä mitään kovin konkreettista sen hyväksi.

Ennen pelättiin kasvihuoneilmiötä ja otsonikatoa. Ilmastomuutos on iskeytynyt tajuntaan niiden jälkeen ja pysynyt siellä monia kalvavana huolena. Ilmastomuutos tuntuu konkreettiselta, sen voi nähdä tapahtumassa jo ihan oikeasti, niin oudoiksi ja oikullisiksi säät ovat muuttuneet. Suomi on päässyt vähällä ainakin toistaiseksi, muualla maailmassa mm. kuivuus aiheuttaa paljon kärsimystä.

Nuorten kiinnostus ja heidän valistuneisuutensa ympäristöön liittyvissä asioissa tuntuu hyvältä, vaikka onhan se väärin, että he joutuvat siivoamaan sotkuja, joita eivät ole itse aiheuttaneet. Elintason nousu ja tekniikan kehitys ovat antaneet paljon hyvää varsinkin meille, jotka tarvitsemme erilaisia apuvälineitä. Koska ihminen on onnistunut keksimään kosolti elämisen edellytyksiä parantavia asioita, täytyy myös ilmastoasioihin löytyä ratkaisu. Ainoastaan optimismi tässä asiassa kannattaa. Ja toimeliaisuus.

Omalta osaltani olen pyrkinyt vähentämään lihan syömistä, siihen kannustaa myös huoli eläinten oloista sekä pyrkimys terveelliseen syömiseen. Mikä sopii yhdelle, ei sovi kaikille. Siksi olen sitä mieltä, että jokaisen täytyy saada tehdä omat ilmastotekonsa, kunhan ne johtavat ilmastoa hyödyntävään suuntaan. On tärkeää, että tarjolla on tietoa, jonka pohjalta asioita voi ajatella ja tehdä valintoja. Lisäksi on hienoa, että myös todellisia vaihtoehtoja on yhä enemmän tarjolla. Hyviä esimerkkejä ovat Härkis, nyhtökaura sekä houkuttelevien

kasviskeittokirjojen hyvä valikoima, sähkö- ja kaasuautot. Toivottavasti keksintöjä tulee lisää ja keksintöjen tekemistä tuetaan. Ympäristön hyvinvointia parantava keksintö voi olla myös hyvä bisnes.

Ympäristötekojen suhteen on hassun ristiriitaista, että myös tekemättömyys voi olla teko luonnon suhteen. Jos asuu kaupungissa pienessä keskuslämmitetyssä asunnossa, ei aja autoa ja lennä lentokoneella, on jo tosi ympäristöystävällinen. Toisaalta länsimainen elämäntapa on kehitysmaiden elämäntapaan verrattuna joka tapauksessa kuormittava, vaikka kyllä meilläkin on valtavia keskinäisiä eroja.

Kaikilla eläjillä on vastuu ympäristöstä, mutta suurin vastuu on niillä, jotka voivat vaikuttaa. Jos elää kädestä suuhun, ei ole niin paljon mahdollisuuksia valita. Jos on varaa kuluttaa paljon, pitäisi olla varaa myös hienosäätää toimintatapoja kestävämpään suuntaan.

Käsitykset eläinten ja jopa puiden ja kasvien älyllisistä kyvyistä ovat muuttuneet paljon viime vuosina tutkimusmenetelmien kehittyessä. Samalla keskusteluun nousee yhä enemmän ihmisen vastuu toiminnastaan. Vaatii rohkeutta ajatella näitä ajatuksia loppuun. Kaikki maapallolla elävä on tänä päivänä tavalla tai toisella kytkettyä ihmisen toimintaan. Ilmastomuutos koskettaa niin merien pohjassa eläviä otuksia kuin sääilmiöiden sekoittamia lintujakin. Eläimet eivät pysty pitämään puoliaan meidän säännöillämme, siksi niiden elämisen edellytyksiin pitäisi kiinnittää vielä nykyistä enemmän huomiota.

Huonokuuloisena ymmärrän hyvin että maailmassa on asioita, joita en pysty kuulemaan. Osa ihmisistä saa vaikkapa musiikista jotakin sellaista, jota minä en ole ikinä tavoittanut. Jos minulle ei olisi kerrottu, että heinäsiirakat pitävät ääntä, en tietäisi siitä mitään. Oman rajallisuuden ymmärtäminen tekee nöyryksi, toivottavasti meiltä ihmisiltä löytyy nöyryyttä myös omien jälkien siivoamiseen. Maapallo ei ole pelkästään meitä varten.

TARJA PAJUNEN



Mielentaitoharjoituksia metsän siimeksessä

Metsä tunnetaan terveysvaikutuksistaan. Luonto sellaisenaan lataa meihin hyvinvointia. Metsämieli-menetelmä yhdistää luonnossa oleiluun rentoutus- ja mielentaitoharjoituksia.

HYVINVOINTIVALMENTAJA SIRPA ARVOSEN kehittämä menetelmä perustuu luonnon terveysvaikutuksiin.

– Luonto luo olosuhteen, jossa on luontaista ja helppoa tehdä mielentaitoharjoituksia. Metsän terveysvaikutukset ovat kiistattomat. Jo 5-10 minuutin oleilu luonnossa laskee verenpainetta, sykettä ja hengitystiheyttä sekä stressihormonien määrää. Mieliala kohenee ja positiiviset tunteet lisääntyvät 20 minuutin jälkeen. Viiden tunnin luontoaltistus kuukau-

dessä nostaa immuniteettia eli valkosolujen määrää, Arvonen listaa.

Mistä sitten ajatus menetelmästä on saanut alkunsa?

– Olen itse saanut viettää lapsesta saakka paljon aikaa luonnossa. Nuorena ja nuorena äitinäkin purin tuntojani ja koin oloni helpottuvan siellä. Kun sitten tutustuin mindfulness-menetelmään 20 vuotta myöhemmin, ja osallistuin ohjaajakoulutukseen, huomasin tehneeni luonnossa jo nuorena vastaavia harjoituksia.

Vuosina 1998-2006 Arvonen työskenteli Suomen ladussa, jossa luontoa hyödynnettiin koko-ustilana.

– Kävelykokoukset huomasin erittäin toimiviksi. Pidin koulutuksiakin luonnossa. Sitten min työskentelin työhyvinvoinnin parissa ja valmensin yritysjohtoa. Ehdotin aina luonnossa työskentelyä, mistä sai hyvää palautetta. Kun

sairastin välissä vakavasti, ajattelin heti, että nyt pitää mennä mahdollisimman paljon luontoon. Kirjoitin kokemuksistani Metsämielikirjan (2014) ja keräsin siihen 30 vuoden ajalta hyväksi koettuja harjoituksia.

TOINEN METSÄMIELI-KIRJA julkaistiin 2015 (Metsäkustannus Oy).

– Kirjojen harjoituksilla kehitetään tietoisesti ja tavoitteellisesti oman mielen sisäisiä, hyvinvointia tukevia taitoja. Yli 50 harjoituksen joukosta voi valita itselleen sopivimmat ja tehdä niitä joko ulkona tai sisällä, yksin tai yhdessä. Samalla voi löytää uusia, omaan arkeen mahduttavia hyvinvointitottumuksia.

Kiireinen elämäntahtimme tarvitsee vastapainoa. Luonnossa ärsykeitä on vähemmän.

– Erityisesti suosittelen harjoituksia perheille ja työikäisille palautumisen mahdollisuudeksi. Harjoituksia voi tehdä missä vain: parvekkeella, pihalla, puistossa, luontokuvia katsellen tai lähimetsässä. Vihreä ympärillä riittää.

Suomalaisilla on keskimäärin 200 metriä metsään tai puistoon. Mitä vihreämpi asuinympäristö on, sitä terveempiä ihmiset ovat. Puistot voivat olla kaupungissa asuvalle voimaannuttavia paikkoja.

LUONNON HILJAISUUS ja luonnon omat äänet ovat yksi elpymisen ja lumoutumisen lähde.

– Metsämielessä avataan aistit, kuunnellaan ja tunnistetaan myös hiljaisuutta. Mutta koska useimmat suomalaiset asuvat kaupunkiympäristössä, on hiljaisuuden odottaminen ja edellyttäminen usein haasteellista. Jos antaa esimerkiksi lentokoneen äänen tai jostain kaukaa kuuluvien kulkuneuvojen äänten häiritä

keskittymistä, hyväksymisen ja tunnetaitojen harjoitukset ovat paikallaan.

– Luonnossahan ei oikeastaan ole koskaan täysin hiljaista. Talvisessa metsässä hiljaisinta on vastasataneen lumen peittäessä puut. Muuten luonnon äänet elävät ja vaihtuvat kokoajan. Metsä humisee, säätilat muuttuvat ja lintujen äänet vaihtelevat eri vuoden aikoina. Nämä äänet ovat minulle henkilökohtaisesti tärkeitä. Lähden aina hälystä ja metelistä luontoon, Arvonen kertoo.

Harjoituksia voi tehdä omien tarpeiden mukaisesti, mutta säännöllisyys on kuitenkin parasta.

– Kerran viikossa tuottaa jo hyviä vaikutuksia: aistit heräävät, rentoutuu olemaan tässä hetkessä, keskittymiskyky ja tarkkaavaisuus lisääntyvät, omien tunteiden ja kehon kuulumisten tunnistaminen helpottuu. Harjoituksia kokeilleet kertovat, että on upeaa huomata luonto, keskittyä siihen pakottamatta, aistia ja kuulla, nähdä tai nuuskia sellaista mitä ei ole aiemmin huomannut. Kokee olevansa osa luonnon jatkumoa, isoa kuvaa ja vuodenaikojen vaihtelua. Voi saada uusia näkökulmia omaan elämäänsä, lisää itsetuntemusta, helpotusta huoliin tai suruun ja toiveikkuuden tuntemuksia.

Metsämieli-tapahtumia järjestetään eri puolilla Suomea.

– Yli 90 kouluttamani ohjaajan yhteystiedot löytyvät osoitteesta www.metsamieli.fi

Ohjaajien kautta saa kiinnostuksen herätessä lisätietoja tapahtumista.

Kokemukseni Metsämieli-illasta

”Osallistuin toukokuun alkupuolella Veikkolassa järjestettyyn Metsämieli-iltaan. Ilma oli todella kolea ja vaihteleva. Välillä aurinko paistoi ja välillä satoi lumihitaleita. Ryhmän oli määrä kokoontua säästä riippumatta; Metsämieli-menetelmä ei ole sääsidonnainen.

Ilta lähti käyntiin kehon ja mielen kuntosalilla. Lämmittelimme keppijumpaten ja venytellen. Etenimme kävellen harjoituksesta toiseen.

Tietoisen kävelyn harjoituksessa edettiin hiljaa itsekseen ja kiinnitettiin huomio askeliin ja tuntuun jalkojen alla. Tärkeää oli myös keskittää ajatuksensa rauhalliseen hengittämiseen ja pyrkiä avaamaan aistit luonnolle.

Kiitollisuusharjoituksessa maisemasta etsittiin itselle mieluinen puu. Sen oksille kuviteltiin sijoitettavan asioita, joista kokee omassa elämässään kiitollisuutta. Kiitollisuuden on todettu lisäävän hyvinvointia.

Osa harjoituksista tehtiin parin kanssa keskustellen. Kerroimme muun muassa oman hy-

vinvointilupauksen; minkä päätöksen voin itse tehdä voidakseni paremmin.

Hetkeen pysähtyminen vaatii harjoittelua, ja ajatukset voivat helposti lähteä harhailemaan. Toiset harjoitukset oli helpompi tehdä kuin toiset.

Kokonaisuutena ilta oli kuitenkin rentouttava kokemus. Melkein kolmen tunnin retken jälkeen unta ei tarvinnut illalla houkutella. Ja aamullakin olo oli mukavan levännyt ja virkistynyt.

Metsämieli-menetelmä sopii kaikille; erityistä pohjakuntaa ei tarvita. Jos kaipaat elämäsi uutta suuntaa tai vireyttä, menetelmä on ehdottomasti kokeilemisen arvoinen. Olen aiemminkin liikkunut luonnossa, mutta aion jatkossa yhdistää siihen oppimiani mielentaitoharjoituksia.”

ANNETTE FAGERSTRÖM



→ Metsämieli-harjoituksia

Maisemasta vahvuutta 5min.

1. Pysähdy avaraan maisemaan. Kiipeä kalliolle tai tunturiin. Seisahda rannalle tai pellon tai mäen reunaan.
2. Huokaise rennosti ja tunne maa jalkojesi alla. Keskity hetkeen.
3. Kuvittele itsesi tärkeäksi osaksi maisemaa. Mitä näet, kun katsot itseäsi maiseman silmin?
4. Millaista hyväksyntää ja arvostusta tunnet ollessasi osa maisemaa?
5. Mitä vahvuuksia maisema sinussa tunnistaa?
6. Huokaise, kiitä hetkestä ja jatka matkaa.

Sammalten säihke 10min.

1. Kuinka monta erilaista sammallajia tunnistat metsäkävelylläsi?
2. Tarkkaile erilaisten metsien ja maastojen sammalten eroja.
3. Pysähdy ihailemaan sammalmattojen värejä ja muotoja.
4. Keskitä koko huomiosi jonkin yksittäisen sammallehvän yksityiskohtiin.
5. Tutki uteliaasti sammaleen muotoja, kosteutta ja tuoksua.
6. Anna aistiesi levätä sammalten maailmassa.
7. Huomaatko kuinka aika menettää merkityksensä ja olet täydellisesti läsnä hetkessä?

Harjoita havaintoja 2min.

1. Pysähdy metsässä ja tarkastele ympäristöä.
2. Keskitä näkö-, kuulo-, ja hajuaisti tarkkailemaan luontoa.
3. Kiinnitä koko huomiosi yhteen sinua kiinnostavaan kohteeseen. Mitä näet, kuulet, haistat ja tunnet?
4. Tarkenna havaintoja ja keskity yhteen aistiin. Jos vaikka katselet puuta, anna katseesi kiertää puu alhaalta ylös, kokonaisuudesta yksityiskohtiin ja yksityiskohdista kokonaisuuteen ja taustalla olevaan maisemaan.
5. Pyri pitämään huomiosi pelkässä aistimuksessa.
6. Kun tunnistat, että mielesi sanoittaa, selittää tai arvottaa aistimusta, palauta mielesi ystävällisesti takaisin tutkimaan aistimusta ilman sanoja.
7. Jatka matkaa ja palauta mieleesi äskeiset aistimukset. Miltä keskittyminen tuntui? Mikä teki siitä helppoa tai vaikeata? Miltä hetkessä oleminen tuntui?



YKSIN YKSINÄINEN

Yksinäisyys on eräänlainen sairaus, möllytti kerran eräs ystäväni isossa lounas-seurueessa. Ehdin vilkaista noin kymmenen ihmisen ilmeitä ja reaktioita suorasukaisen kommentin jälkeen.

Itse kukin kumartui lusikoimaan kevytlounastaan. Kukaan ei vastannut yhtikäs mitään. Itse keskityin mietiskelemään, vai että siis sairautta. Kuka viisas sitten määrittelee, milloin ihminen on niin sulkeutunut umpioonsa, että yksinolo on muuttunut tosi vakavaksi...että joku voisi diagnosoida sen sairaudeksi?

Tohtoroin valelääkärinä, että yksinäisyyteen johtaa monta polkua, mutta syrjäytyminen on niistä yleisin. Yksin jääneet vanhukset ovat selkeä yksinäisten ryhmä. Puolison kuolema, sukulaisten ja lasten muutto toiselle paikkakunnalle, vaikea sairaus ja ystävien karsiutuminen aiheuttavat yksinäisyyttä. Puhekumppaneiden puuttuminen on kuja eristäytymiseen.

Seurasin silloisen työni puolesta tunnetun lastenpsykiatri Jari Sinkkosen tutkimuksia 90-luvulla. Hyvin mielenkiintoista oli kuunnella kuulovammaisena syntyneen lapsen kehitystarinaa. Valitettavasti en voi avata aihetta enempää, mutta pidin sitä hienona esimerkkinä siitä, miten lasta voidaan auttaa välttämään yksin jäämistä ja syrjäytymistä, jos hän saa jo vauvana lääketieteellistä ja teknistä apua.

Näkövamma, kuulovamma ja mikä tahansa aistien heikkous aiheuttavat ilman läheisten ja esimerkiksi koulun turvaverkkoa ihmisille yksinäisyyttä.

Ongelma on enemmän yhteisöllinen ja yhteiskunnallinen. Miten hyvin kykenemme kertoamaan päiväkotiryhmissä ja kouluissa, kuinka kaikki kaverit on otettava leikkeihin tasavertaisesti huomaten.

Olen jo aiemmin maininnut hienon esimerkin nuoresta maajoukkueen lentopalloilijasta. Voi olettaa hänen päässeensä muiden mukaan jo esikoulussa, kun on pärjännyt aikuisena.

Kuulin jokin aika sitten tarinan, jonka mukaan koulukiusaaja oli jatkuvasti ilveillyt huonokuuloiselle luokan parhaalle oppilaalle. Kiusaaja ja kiusattu olivat sitten keskustelussa opettajan ja terveydenhoitajan kanssa. Kiusaaja oli pitänyt kiusattua hassuna huitojana, kun tämä oli viittonut opettajalle. Kiusattu tyttö oli sanonut: huitojaksi saat haukkua, mutta tyhmäksi et.

Kiusaaminen oli päättynyt siihen.

DOLCE VITA



Kiertävä reportteri kohtaa matkatessaan monia tuttuja kasvoja julkisuudesta ja kyselee mitä heille kuuluu ja kuinka he huoltavat kuuloaan.

Kimmo kuuntelee lintujen laulua ja korppien kommunikointia

– Vaikka olen asunut ja työskennellyt Manchesterissa ja Lontoossa ja sitä kautta tottunut olemaan hälyn keskellä, silti mieluisin minulle on rauhallinen paikka. Hälyisässä paikassa on vaikea keskittyä esimerkiksi kirjoittamiseen, minkä takia kirjoitan seuraavaa kirjaani hiljaisessa työympäristössä, sekä tietenkin mökillä luonnon rauhassa, sanoo toimittaja – niin luontotoimittaja kuin luontokuvaajakin **Kimmo Ohtonen**.

– Asumme Helsingissä, joten melua riittää liikenteestä lähtien. Onneksi asumme Viikin luonnonsuojelun alueen vieressä, minne pääsemme koiramme kanssa lenkille joka päivä. Siellä äänimaailma on paikoin aivan erilainen kuin betoniviidakossa.

Kimmo Ohtoselle on tärkeää luonto, elinympäristö ja planeettamme. Kimmo tuli kansan tietoisuuteen *Puoli Seitsemän* –ohjelmasta, jossa hän teki luontoaiheisia juttuja. Tätä ennen hän oli saanut jo vankkaa kokemusta toimituksesta tv-työssä Iso-Britanniassa BBC:llä ja ITV:llä. Vuonna 2012 hän ui saimaannorppien puolesta Saimaan päästä päähän. Hurja tempaus palkittiin vuonna 2013 *Kultaisella Venlalla* vuoden tv-tekona.

KIMMO ON KAUPUNGIN KASVATTI, mutta hän on löytänyt itselleen suosikkipaikkoja, jossa korvat saavat olla levossa.

– Helsingissä hiljaisen paikan löytäminen ei ole helppoa. Viikin luonnonsuojelun alueella niitä kuitenkin on, varsinkin iltaisin, kun ei ole niin paljon ihmisiä. Sipoonkorven kansallispuisto on aivan kaupungin kupeessa, mutta on aivan upea ja kaunis paikka. Siellä on vanhaa metsää, jossa tarpoessa voi tuntea olevansa kaukana korvessa osa luontoa.

– Suomessa löytyy hiljaisia paikkoja. Esimerkiksi Elimyssalon luonnonsuojelun alue Kainuussa on mielettömän hieno paikka. Olen vieraillut siellä puolisoni ja koiramme kanssa



lukuisia kertoja. Elimyssalossa pääsee kokemaan ja näkemään, minkälainen on vanha luonnonmukainen metsä. Erämaa on itselleni se rakkain “luontokohde”.

Vuonna 1981 syntyneen luontotoimittajan teos *Karhu – voimaeläin* oli vuoden 2016 ehdokkaana Tieto-Finlandia –palkinnon saajaksi. Kirjassa seurataan mesikämmenten elämää

Kainuussa. Lukijat äänestivät teoksen omaksi suosikikseen. Kimmolla on mielipiteitä eri eläinlajien kuulosta ja melusaasteiden vaikutuksesta eläinten elämään. Huonosti kuulevaa eläintä hän ei ole kohdannut. Viestin kuuleminen ja äänensävyyn ymmärrys on eläimillä herkkää.

– Eläimillä on erittäin hyvä kuulo. Esimerkiksi karhun näkö ei ole erityisen hyvä, vaan se luottaa näkö- ja hajuaistoihin. Se kuulee metsässä kävelevän ihmisen jopa satojen metrien päästä. Tämä on yksi syy, miksi ihminen näkee karhun metsässä niin harvoin, vaikka maamme metsissä liikkuu lukematon määrä ihmisiä joka päivä. Karhu pelkää meitä ja kun se havaitsee meidät, pakenee se paikalta tai piiloutuu metsän uumeniin.

– Jotkut tutkimukset ovat osoittaneet, että rauhallinen musiikki, kuten vaikka klassinen voi rauhoittaa kotieläimiä ja lemmikkejä siinä missä meitä ihmisiäkin. Itse ajattelen niin, että tuotantoeläimet ja lemmikit tarvitsevat mahdollisimman luontaisen elinympäristön. Esimerkiksi lehmille ideaaleinta olisi, että niillä on tilaa liikkua ja olla. Pieni metsäpläntti, jossa lehmä voi viettää päivät, olisi paljon parempi kuin musiikin soittaminen navetassa. Viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että melusaasteet haittaavat luonnonvaraisen eläinten elämää. Melusaaste on niille vakava stressitekijä, sekä häiritsevät villien eläinten elämää, esim. saaliseläimet eivät tietyissä paikoissa kuule kunnolla, kun peto tai vaara lähestyy niitä.

– Koirien kohdalla on tieteellisestikin selvää, että ne lukevat äänensävyjä ja tulkitsevat mielialojamme sitä kautta. Kun koiralle puhuu rauhassa, sekin on rauhallinen. Koiralle huutaminen on täysin hyödytöntä ja vain haitallista, sillä ei saada toivottua käyttäytymistä aikaa, vaan stressataan eläintä. Rauhallisuus ja selkeät ohjeet ja palkitseminen ovat koiran kanssa parhaat kommunikointitavat, sekä ihmisen että koiran kannalta. Tämä sama pätee myös villeihin eläimiin. Karhun kohdatessa

olisi hyvä jutella sille ihan rauhassa pehmeällä äänellä, pitää katse alhaana ja peruuttaa rauhakseen. Äänensävy on yksi tärkeä tapa viestittää karhulle, jolle ihmisen kohtaaminen on pelottava kokemus, ettei sinusta ole sille vaaraa.

KUULOKOJE ON Kimmo Ohtoselle vieras, mutta kuulonsuojaimet ovat hänellä aina käytössä keikoilla. Hän iloitsee, että tulppia jaetaan myös ilmaiseksi keikka-paikoilla ja kuulonsuojaus on yleistynyt. Kimmo pyrkii välttämään liiallista musiikin kuuntelemista kuulokkeilla.

– Olen aika tarkkakuuloinen, mikä on hyvä asia ajatellen ammattiani toimittajana. Meluisassa ympäristössä jutteleminen on juuri sen takia ikävää, kun ei meinaa kuulla toista. Yritän muistuttaa itseäni siitä usein, että kiireen keskellä tulee keskittyä, että on läsnä ja todella kuuntelee mitä toisella on sanottavana. Harjoitan kuuloni paljon luonnossa, kun kuuntelen esimerkiksi lintujen ääniä tai mitä korppien kommunikointi viestittää.

– Onneksi minulla ei ole tinnitusta ollut koskaan. Kop,kop – koputan puuta.

Kimolla on hiljaista puurtamista juuri nyt menossa, kun toinen metsäluonnosta ja ihmisen suhteesta metsään kertova kirja on ihan hyvällä mallilla.

– Kun se menee painoon, voin pitää parin viikon loman heinäkuussa ja sitten siirryn seuraavan fiktiivisen kirjaprojektin kimppuun. Lisäksi monenmoiset mielenkiintoiset projektit pitävät kiireisenä.

– Kesälomalla aiomme nauttia Suomen luonnosta, mökkeillä ja vaellella mm. Kainuun erämaissa.

– Olen kova lukemaan, mutta luen mieluiten hiljaisessa ympäristössä. Sama juttu on työni, kirjoittamisen kanssa. **Akseli Gallen-Kallelan** tavoin haaveilen omasta korpimökistä jossain kaukana erämaan keskellä.

Mieleen pälkähtää – Kimmo vastaa

Desibeli Kun niitä on liian vähän, ei kuule mitään. Kun niitä on liikaa, pää meinaa räjähtää.

Formulakisat En ole ikinä katsonut kokonaista kisaa telkkarista, mutta tietenkin toivon suomalaisille kuskeille onnea ja menestystä.

Korvasärky Kun ollut konsertissa ilman kuulonsuojaimia. Koko päässä vinkuu jälkikäteen.

Jarrujen kirsunta Akkijarrutus ruuhkassa, sydän pomppaa kurkkuun..
Kommunikaatio Ihmiselon yksi kulmakivistä. Monet ongelmat syntyvät osittain siitä, kun emme osaa tai kykene kommunikoida toistemme kanssa.

Elokuvateatterit Minulle rakkaita paikkoja lapsuudesta asti.

Kaikuminen Kuikan laulu öisellä järvellä kesäyönä.

Kesäfestarit En ole koskaan käynyt. Muistakaa käyttää kuulonsuojaimia ja muita asianmukaisia suojia, hyvät nuoret!

Puheesta tekstiksi

Puheentunnistuksesta on puhuttu jo vuosia, mutta se on ollut vaikeaa, ainakin suomen kielellä. Kokeilin joskus 90-luvulla Philipsin puheentunnistusohjelmaa nimeltä FreeSpeech. Ohjelma piti opettaa jokaisen puhujan puhetyylille erikseen, mutta silti se kuuli aika paljon väärin. Sen jälkeen on ollut jonkun aikaa hiljaista tällä rintamalla. Nyt kuitenkin näyttää siltä, että läpimurto on saavutettu ja uusia sovelluksia on kehitteillä, ainakin Aalto-yliopistossa. Puheentunnistustekniikkaa ja Keskusteluavustin-ohjelman demoa esiteltiin kuuroutuneiden viikonlopussa 6.5.2017. Sovelluksesta tulee luultavasti maksullinen.

Näin televisiossa talvella esittelyn puheentunnistuksesta, joka näytti toimivan hienosti, jopa suomen kielellä. Selvisi, että puhekirjoitus toimii Ilmaisella Googlen sovelluksella Google dokumentit (Google Docs), joka sisältyy Chrome-selaimeen. Kaikilla, joilla on selain asennettuna, on siis jo valmiina puhekirjoitukseen kykenevä ohjelma. Mikäli Google dokumentit -ohjelmaa ei kuitenkaan ole asennettu, se löytyy Google-kaupasta klikkaamalla web store -painiketta sovellukset-sivulla. Lisäksi sovelluksen käyttöön tarvitaan Google-tili, esim. Gmail-sähköpostitili ja tietokoneessa pitää olla myös mikrofoni, joko sisäinen tai ulkoinen.

Näin otat puhekirjoituksen käyttöön Google dokumenteissa:

1. Käynnistä Chrome-selain, selaimen osoiterivin alla on palkki, jonka

Kuva 1



vasemmassa päässä on sovellukset-painike (katso kuva 1). Sitä klikkaamalla saat esiin sovelluskuvakkeet. 2. Klikkaa Google-dokumentit painiketta, Docs-sovellus käynnistyy. Ellei siinä ole avoinna valmiiksi asiakirjapohjaa, sen saa klikkaamalla ruudun alareunasta oikealla punaista pyöreää painiketta, jossa on risti.

3. Tämän jälkeen klikkaa työkaluvalikkoa (katso kuva 2) ja sieltä kohtaa: puhekirjoitus, josta saadaan mikrofoni kuvake asiakirjan viereen. Kuvake on ensin musta, mutta se muuttuu klikattaessa punaiseksi, jolloin voit alkaa puhua.

4. On hyvä muistaa, että kyse on koneesta, joka kirjoittaa sen mukaan mitä kuulee. Jos puhut huolimattomasti, niin tekstikin on sen mukaisena. Parhaan tuloksen saa puhumalla rauhallisesti ja selvästi.

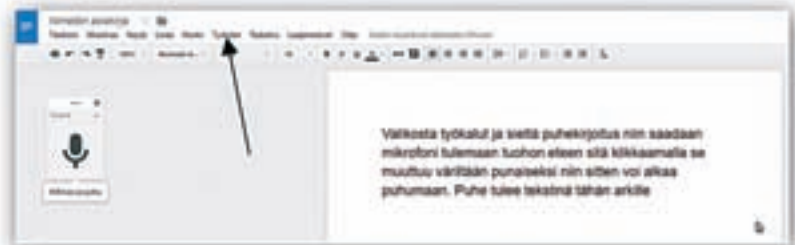
Mihin sovellusta sitten voi käyttää? Kuulovammaisen kannalta

puhekirjoitus soveltuu kirjoitustulokauksen korvikkeeksi, ainakin tilapäisesti kahdenkeskisessä keskustelussa. Kone ei korjaa väärinkuultua kirjoitusta, vaan virheet täytyy korjata normaalisti näppäimistöllä.

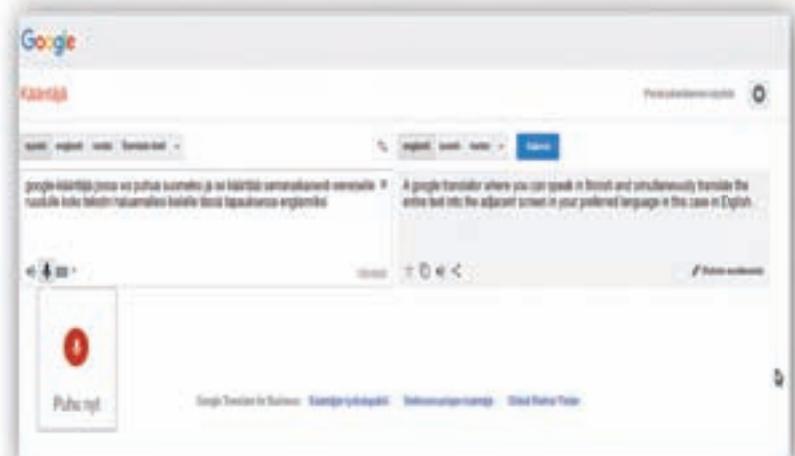
Ohjelmasta on hyötyä myös silloin, kun haluaa kirjoittaa tekstiä, eikä kymmensormijärjestelmä ole vielä täysin näpeissä. Tällöin voi sanella tekstin ja korjata mahdolliset virheet jälkikäteen.

Ei tässä vielä kaikki. Ota Chromessa esille Google kääntäjä (katso kuva 3) ja valitse kielet. Klikkaa tekstiruudussa näkyvää mikrofoni kuvaa ja aloita puhuminen. Puhe tulee vasemman puoleiseen tekstikenttään ja käännös suoraan oikealle puolelle. Näin voit keskustella myös vieraalla kielellä. Puhujan vuoroa voi vaihtaa painamalla painiketta, jossa on eri suuntiin osoittavat nuolet. Vaihtopainike ei ole käytössä (on harmaa) mikrofoni ollessa päällä, vaan se pitää välillä sulkea.

Kuva 2



Kuva 3



Induktiosilmukalla varustetut kypäräpuhelimet

Osa 2

Moottoripyörämatkamme on nyt toteutettu ja käyttökokemuksia induktiosilmukoilla varustetuista kypäristä on saatu. Ensin kuitenkin muutama sana moottoripyörämatkasta. Matkamme suuntautui Keski-Eurooppaan ja reittimme kierteli Travemündesta Dusseldorfia kautta Mosel-joen viinialueille ja sieltä edelleen Ranskaan. Eteläisin kohteemme oli Grenoblen kaupunki, jossa oli vanhaa kulttuuria ja hienoja nähtävyyksiä. Vaikka olimme etelässä, sattui matkallemme todella kylmää. Paikalliset kertoivat kevään olevan kuu-kauden myöhässä ja sen kyllä lämpötiloissa huomasi. Alimmillaan lämpötila kävi nollassa ja enimmilläänkin oli vain noin 21 astetta plussaa. Ranskasta palasimme Saksan kautta takaisin Travemündeen ja laivalla Helsinkiin.

Sitten induktiosilmukoilla ja puhelimilla varustettujen kypärien käyttökokemuksiin. Induktiosilmukan toiminta perustuu sähkömagneettiseen ilmiöön. Kun sähköjohdossa kulkee sähkövirta, syntyy sähköjohdon ympärille sähkömagneettinen kenttä. Tätä kenttää käytetään informaation siirtämiseen silmukasta kuulokojeessa olevaan pieneen kelaan, joka aistii magneettikentässä tapahtuvat vaihtelut. Vaikka tämä analoginen tiedonsiirto on teknisessä mielessä erittäin yksinkertaista, on tällaisessa tekniikassa monenlaisia tekijöitä, jotka vaikuttavat tiedon siirtymiseen induktiosilmukasta kuulokojeeseen kelaan.

Näitä muuttuvia tekijöitä ovat muun muassa kuulokojeen etäisyys induktiosilmukasta, magneettikentän voimakkuus, kuulokojeen kelan ominaisuudet ja ulkoiset häiriötekijät. Häiriötekijöitä voivat olla esimerkiksi raitiovaunujen ajojohtimet, suurjännitteiset sähkölinjat ynnä muut sellaiset. Tässä mielessä kuulokojeen käyttäminen T-asennolla on häiriöltäistä, mutta helppoa käyttää. Uudemmat tekniikat informaation siirtämiseksi äänilähteestä kuulokojeeseen ovat jo tulleet saataville ja se on ihan tervetullutta, vaikka erilaisten tiedonsiirtoon tarvittavien menettelytapojen (protokollien) standardoinnissa on vielä monta asiaa sopimatta. Aika näyttää, miten eri laitevalmistajat pääsevät sopuun yhteisistä tiedonsiirtoprotokollista.

Meillä oli siis hyvin perinteiset apuvälineet matkassa: tuttua induktiosilmukka- ja kuulokojeen T-asentotekniikkaa. Kypärien välinen informaationsiirto toteutettiin normaaleilla kypäräpuhelimilla ja tuo tekniikka toimi loistavasti! Kuuluvuus matkustajan ja ajajan välillä oli varsinkin kaupunkialueella hyvä. Ajonopeuden kasvaessa ulkopuolelta tuleva melu nousi ja tuli jonkin verran häiritseväksi erilaisina suhinoina. Samoin aiemmin mainitsemani ympäristössä olevat magneettikentät kuuluivat myös ”läpi”, koska tässä induktiosilmukkamenetelmässä ei ole minkäänlaista suodatusta ulkopuolisia häiriöitä vastaan. Oli todella mukavaa, kun pystyi vaimon kanssa keskustelemaan ilman, että tarvitsi pysähtyä erikseen. Toinen hauskuus oli, että jos toinen oli esimerkiksi kaupassa ja toinen ulkona, säilyi yhteys mainiosti, kunhan vaan kypärä oli päässä.

Nyt tuli todistettua tällaisen teknisen ratkaisun toimivuus. Jos tarvetta on, voi kypäräpuhelimiin liittää esimerkiksi kännykän tai navigaattorin. Tulevaisuudessa todennäköisesti käytetään yhä enemmän sellaisia kuulokojeita, joilla on mahdollista vastaanottaa digitaalista signaalia. Tällöin ei tarvitse rakentaa kypärän sisään minkäänlaista silmukkaa, joten ratkaisu tulee olemaan yksinkertaisempi.

KESÄTERVEISIN,
JOUNI JA TIINA AALTO



TEKSTI JA KUVA: RAIMO HEIKKILÄ

Vertaistukikoulutus tuli tarpeeseen

Täysi oppilasmäärä tinnitysryhmien vetäjiä oli kokoontunut Tampereelle 6-7. toukokuuta pidetyille tukikoulutuspäiville. Koulutus oli tarkoitettu henkilöille, joilla on omakohtaista kokemusta tinnituksesta ja jotka olivat kiinnostuneita toimimaan tinnitusryhmän vetäjänä.

Tilaisuus tuli tarpeeseen, sillä oman jaksamisen lisäksi puheena oli eri keinojen päivittäminen tinnituksen vertaistuessa ja harjoiteltiin tinnituksesta poisoppimista.

Vaikuttaminen yhdessä samoja tavoitteita ajavien kanssa on useinmiten tehokkaampaa ja monien mielestä myös mukavampaa kuin yksin toimiminen. Yhdessä toimiminen ihmisten erilaiset tiedot ja taidot tulevat kaikkien hyödyksi.

Tilaisuuden vetäjinä toimivat asiantuntevasti **Anna-Maija Tolonen**, **Paula Hesso** ja **Olavi Rantanen**. Korvasairaudesta ja korvan anatomiasta kertoi korvalääkäri **Elina Rytsölä**.

Tärkeänä asiana olivat vertaistuen periaatteet ja toisen henkilön kohtaaminen ja vuorovaikutus. Jokainen koulutettava kertoi omista vahvuuksistaan ja kehittämiskohteistaan.



Omakohtaisilla kokemuksilla ja kertomuksilla saatiin uskoa, toivoa ja hieman sitä tarvittavaa rakkauttakin omaan toimintaan. Porukka puhui rohkeasti omasta tinnituksestaan ja olivat hyvin asioista perillä. Mm. stressiä tulee välttää, sillä sen on tutkitusti todettu lisäävän tinnitusta.

Luontoretellä testattiin eri aistejamme ja miten luontoa ja luonnonääniä voi käyttää apuna tinnituksessa. Retken päätteeksi oli kilpailuhenkinen mölkkypelituokio. Ryhmä kakkosesta tuli kilpailun ykkönen.

TEKSTI JA KUVA: ERKKI AHONEN

Viestintätyöryhmä hämmästeli puhekirjoitusta

– Iso askel on menty taas eteenpäin, hämmästelivät Lounais-Suomen viestintätyöryhmän puheenjohtaja **Meria Mäkinen** ja työryhmän jäsen **Erja Linkki** Tampereella.

Jouko Halonen näytti Google Chromen kautta, miten mikrofoniin puhumalla puhe muuttui tekstiksi tv-näytölle.

– Telkkarissa tuli pari kuukautta sitten ohjelma, jossa tätä esiteltiin. Aloin etsiä ja löysin tietoa. Kokeilin.

Näin se toimii, esitteli Halonen ja työryhmäläiset kokivat ahaa-elämyksen.

Mäkinen puolestaan oli juuri käynyt tulevaisuusseminaarissa, jossa oli esitelty tulevaisuuden teknologiaa.



Työryhmän jäsenet vas. Jouko Halonen, Erja Linkki ja Meria Mäkinen tutkivat miten puhe muuttuu tekstiksi.

Kuulopäivä Sodankylässä



Sodankylän Kuulo ry:n järjestämä **Kuulopäivä** pidettiin 20.3.2017 Sodankylän seurakuntatalolla. Kuntoutussihteeri **Päivi Väänänen** Kuuloliitosta luennoi mielenkiintoisesta aiheesta ”Ikäkuulon kuntoutus”. Esille tuli uutta tietoa, miten monet asiat vaikuttavat kuulon alenemiseen ja miten antamalla virikkeitä aivoille, ne auttavat moneen asiaan. Kuulolaitte tulisi hankkia heti kun kuulo alenee eikä vastaa sitten, kun ei enää kuule.

Kokemuskouluttaja **Marjatta Nyman** piti esitelmän aiheesta ”vertaistuki” kertoen oma-kohtaisia kokemuksia kuulon heikentymisestä ja miten se vaatii sopeutumista jokapäiväiseen elämään sekä minkälaista apua kuulolaitteen lisäksi on saatavilla. Molemmissa esitelmissä tuli selkeästi esille, että kuulon alenemista ei tule salata eikä eristäytyä kanssaihmisistä. Myöskään hankittua kuulolaitetta ei saa jättää käyttämättä piirongin laatikkoon.

Kauniita lauluja esittivät Duo Virve & Pertti (**Virve Kangas** ja **Pertti Niemelä**). Kemistä yhdistys oli saanut vieraiksi Iloiset Viittojat (**Marjatta ja Lauri Nyman** sekä **Kyösti Hoppula**), jotka esittivät viittoen lauluja ja huipentumana herkkä Jari Sillanpään ”Aliina”, laulu kuurona syntyneestä tytöstä, joka *laulaa käsillään ja kuulee sydäntään*.

Kirjoitustulkit **Mia Sivula** ja **Nina Mikkola** kirjoittivat näppärästi puheet ja laulujen sanat seinälle kaikkien luettavaksi. Yhdistyksen puheenjohtaja Viljo Poikela kiitteli Kuulopäivän esiintyjä ja osanottajia sekä toivotti kaikki maukkaalle lihakeitolle kakkukahvien kera. Iloinen puheensorina täytti salin, kun tavattiin tuttuja ja solmittiin uusia ystävyksiä.

”Kultainen nuoruus” yhteislauluna päätti tilaisuuden. Kiitos kaikille! Tämä oli vertaistukea parhaimmillaan.

Pääsetkö pakenemaan 60 minuutissa?

Helsingin ja Oulun nuoret kokoontuivat kevät-rientoihin ja lähtivät kummassakin kaupungissa samaan aikaan kokeilemaan pakopelejä. Helsingissä nuoret kokoontuivat Punavuorella Truescapeen ja Oulussa Exitiin.

Pakopelit eli escape roomit ovat uutta viihdetarjontaa. Ryhmä lukitaan huoneeseen, josta on vain yksi tie ulos. Huoneesta ulospääsemiseksi on aikaa annettu 60 minuuttia. Matkan varrella on ratkaistava arvoituksia ja tehtäviä, jotta ulospääsy onnistuu – hoksottomia siis tarvitaan! Pohjoisessa oli koolla 6 ja Helsingissä 19 nuorta.

Huoneesta pakenemisen jälkeen nuoret kävivät kummassakin kaupungissa yhdessä herkuttelemassa.

– Pakohuonepelejä oli monelle uusi kokemus, josta kovasti tykättiin. Ravintolassa oli nuorilla hyvät porinat. Kouluasiat ja tulevaisuuden suunnitelmat keskusteluttivat, kertoo nuorisosihteerin **Taneli Ojala**.



Oulun nuoria kokoontui päivän päätteeksi Hagia Sofiaan.

TEKSTI: ARJA TAPANINEN

KUVA: JOHANNA TAPANINEN

Ménièreen tauti esillä Suonenjoella

Sisä-Savon Kuulo ry:n lähipalvelupäivän vierailijana 2.5 oli **Tuulikki Hartikainen** Keski-Suomen Meniere-yhdistyksestä Jyväskylästä. Aiheena tietenkin ménièreen tauti. Kuulijoita oli salin täydeltä. Kiinnostusta, kysymyksiä ja keskustelua olisi riittänyt pitempäänkin.



Huonokuuloinen vastaanotolla

Olen Kaisa Saari, seitsemänkymppinen, keskivaikeasti huonokuuloinen. Olen käyttänyt kuulokojeita 12 vuotta ja tästä ajasta viimeiset neljä vuotta kojeet ovat olleet käytössä molemmissa korvissa. Kuulen kahdella kojeella suhteellisen normaalisti puhetta, jos vertaan aikaan, jolloin käytössäni oli vain yksi koje oikeassa korvassa. Kerron tässä kirjoituksessa kokemuksiani ja tuntojani lääkäri- ja terveydenhuoltopalvelujen vastaanottotilanteista.

Tulen usein etuajassa vastaanotolle. Silloin on aikaa etsiä sopiva odotuspaikka, josta näkee ja kuulee useaan suuntaan, eikä televisio ole lähellä sekoittamassa ääniä. Hiljainen kutsu tai kaukaa huudettukin voi mennä korvieni ohitse. On noloa, jos minua joudutaan etsimään odotusaulasta ja joudun selittelemään huonokuuloisuuttani.

Tervehtiessä on mukava kiittää lääkäriä kuuluvasta äänestä ja siinä samalla voin kertoa huonokuuloisuudestani ja kuulokojeistani. Silloin hän osaa huomioda kuuloni puutteet. Puhuessaan minulle hän kääntyy minuun päin, kasvot, katse ja huulio näkyvillä, rauhallisesti puhuen, katse minuun suunnattuna. Rauhallinen puhe ja ote auttavat minua potilaana keskittymään kuunteluun.

Paperien ja tietokoneen samanaikaisen käytön seurauksena puhe sivusuunnasta jää minulta helposti kuulematta. Toki ääni kuuluu, mutta asia ei tule selväksi. Toivoisin huonokuuloisena asiakkaana saavani itselleni kirjallisenä tärkeimmät asiakohdat, ajat ja päivämäärät, jos kuitenkin keskittyessäni kuuntelemiseen en muistakaan kotona kaikkea.

On helppoa olla potilaana, kun huomaa että lääkärin on vaivatonta kommunikoida huonokuuloisen kanssa vastaanottotilanteessa. Onnistunut vuorovaikutus myös vahvistaa ja auttaa minua sopeutumaan alentuneen kuuloni tuomiin haasteisiin. Minulle on kuitenkin joskus tullut eteen päinvastainen tilanne, onneksi harvinainen, jolloin huonokuuloinen ohitetaan ikään kuin hän olisi täysin kuulematon ja ymmärtämätön.

Joskus ajattelen, miten arkoja me huonokuuloiset olemme huonokuuloisuutemme suhteen ja miten vähän tiedämme kojeitemme mahdollisuuksista. Emme esimerkiksi osaa pyytää laitoksessa olevia kuulon apuvälineitä infopisteestä mukaan lääkärin vastaanotolle, esimerkiksi kannettavaa silmukkaa huonokuuloiselle kuulokojeenkäyttäjille, joilla on kuulokojeensa T-asento tai kommunikaattoria huonokuuloisille, joilla ei ole kuulokojetta. Monesta huonokuuloisesta saattaa tuntua, että hän vie liikaa huomiota lääkäriltä ja vaatii erikoiskohdetelua. Näinhän asia onkin. Huonokuuloisuus tulee lääkärin taholta kuitenkin ottaa huomioon vastaanottotilanteessa.

Huonokuuloisen omalla vastuulla on rohjeta ilmoittaa alentuneesta kuulostaan lääkärille, eikä yrittää esittää kuulevansa paremmin kuin kuuleekaan. Meidän huonokuuloisten pitäisi myös itse osata pyytää lääkäriä laittamaan selvä merkintä huonokuuloisuudesta ja kojeista potilastietolomakkeisiin. Osa huonokuuloisista potilaista häpeilee turhaan huonoa kuuloansa, mutta hyötyisi itse tästä maininnasta hoitotilanteessa. Lääkärin ja hoitohenkilökunnan olisi helpompi suhtautua ja asennoitua potilaaseen alentunut kuulo huomioon ottaen.

Huonokuuloisen kannalta tärkeitä asioita vastaanotto- ja hoitotilanteissa:

- Selkeä, rauhallinen kommunikaatio, ei liikaa puhetta
- Kasvot, katse ja huulio potilaan suuntaan puhuessa
- Hyvä valaistus lääkärin kasvoille
- Tilan akustiikka kaiuton, taustahäly pois.
- Tärkeää olisi saada kirjallisenä kaikki tarpeelliset ohjeet, ajat ja päivämäärät. Usein keskittyminen kuunteluun vie aikaa muistiin painamiselta, varsinkin jos uutta informaatiota tulee kerralla paljon.

Kuntoutuskurssit 2017

www.kuuloliitto.fi/fin/kuntoutus



Lasten ja nuorten kuntoutus

Sopeutumisvalmennuskurssit, perhekurssit/ Kela

Kuulovammaisten alakoululaisten lasten perhekurssi, sopeutumisvalmennuskurssi (5 vrk) Kelan kurssi nro 61904, jakso 24.- 28.7.2017

Kuulovammaisten alle kouluikäisten lasten perhekurssi, sopeutumisvalmennuskurssi (5 vrk) Kelan kurssi nro 61902, jakso 6.- 10.11.2017

Kuntoutuskurssit, perhekurssit/ Kela

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 60889 (5+5+5 vrk) jaksot: 3. jakso 18.-23.9.2017

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 61886 (5+5+5 vrk) jaksot: 2. jakso 28.8.- 1.9.2017 ja 3. jakso 19.-23.3.2018

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 61888 (5+5+5 vrk) jaksot: 2. jakso 2.-6.10.2017 ja 3. jakso 14.-18.5.2018

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 61889 (5+5+5 vrk) jaksot: 2. jakso 20.-24.11.2017 ja 3. jakso 4.-8.6.2018

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 61890 (5+5+5 vrk) jaksot: 1. jakso 23.-27.10.2017, 2. jakso 26.2.-2.3.2018 ja 3. jakso 8.-12.10.2018

Yksilölliset kuntoutusjaksot koko perheelle: Perheet voivat hakea Kelalta myös harkinnanvaraisen tai vaikeavammaisen kuntoutujan yksi-

öllisiä kuntoutusjaksoja. Kela tekee harkinnanvaraisen tai vaativan kuntoutuksen päätöksen vuodeksi eteenpäin ja Kuulo-Auris räätälöi jaksoiden ajankohdat perheen kanssa.

Monimuotoryhmäterapia: Kyseessä ryhmämuotoinen avoterapia, jota puheterapeutti + musiikkiterapeutti ohjaavat yhdessä Kelan kuntoutusena. Yli 4-vuotiaat kuulovammaiset lapset, joilla on Kelan vaativan kuntoutuksen status. Ryhmä kootaan eri lasten kuntoutuspäätöksistä. Ryhmässä on 4-6 lasta 10 - 40 kertaa á 60-90 min. Kuntoutukseen haetaan Kelan päätös kuntoutusvastuutahon suosittelemana kuntoutussuunnitelman ja kuntoutustarpeen mukaan. Kuntoutuksen aikana kuntoutujille on tarjolla puhe-musiikkikuntoutusta kuuntelun ja kielellisten taitojen tueksi sekä vertaistukea ja vanhemmille omaa ohjausta.

Aikuisten kuntoutus

Aikuisten yksilölliset kuntoutusjaksot kuulo- ja kuulonäkövammaisille kuntoutujille: Asiakkaat voivat hakea Kelalta **harkinnanvaraisen** kuntoutujan moniammatillisia yksilökuntoutusjaksoja. Kela tekee kuntoutuspäätöksen vuodeksi eteenpäin. Jaksojen ajankohdat sovitaan asiakkaan ja Kuulo-Auriksen kanssa yhdessä siten, että Kuulo-Auris kokoo harkinnanvaraisista aikuisista kuntoutujista ryhmiä, jotta vertaistuki jaksoilla toteutuu. Omainen/ omaiset voivat osittain osallistua kuntoutukseen. Omaisen nimi ja perusteet omaisen osallistumiselle tulee mainita Kelan hakemuslomakkeessa.

Lomatoimintaa

Kuulo-Auris järjestää vuoden 2017 aikana 9 MTHL:n tuettua lomajak-

soa Helsingissä. Lomat ovat yleislomia, jotka on suunnattu eri ikäryhmille; lapsiperheille, työikäisille sekä eläkeikäisille.
<http://www.auris.fi/mtlhn-lomat>

Koulutus

Kuulo-Auris kouluttaa ammattihenkilöitä tilauksesta. Koulutuksen sisältö suunnitellaan yhdessä tilaajan kanssa.

Lisätietoja: Kristiina Laakso p. 050 5118 046, Leena Krohn 040 5908 293
kristiina.laakso@auris.fi, leena.krohn@auris.fi
Kuulo-Auris Oy
Ilkantie 4, 00400 Helsinki
<http://www.auris.fi>
Kelan sivut: www.kela.fi

Kopolan kurssikeskus

Huonokuuloisten eläkeläisten sopeutumisvalmennuskurssit

* 21.-25.8.2017
* 25.-29.9.2017
* 16.-20.10.2017
* 30.10.-3.11.2017

Kurssi on tarkoitettu kuulokojetta käyttäville kuulonkuntoutusta tarvitseville huonokuuloisille eläkeläisille ja heidän perheenjäsenilleen. Kurssi pyrkii edistämään huonokuuloisen toimintakykyä ja kuulovamman huomioimista jokapäiväisessä elämässä. Ohjelma sisältää kojeen käytön opetusta, apuväline-esittelyä, kommunikaatio-opetusta, ryhmäkeskusteluja ja kuulovammaan liittyviä luentoja. Valinnassa etusijalla ovat ensikertalaiset. Kurssille haetaan Kopolan omalla hakemuslomakkeella. Kurssin kustantaa STEA/SVOL

Viitotun puheen ja kokonais-kommunikaation kehittämis-kurssi.

* 13.-17.11.2017

Kurssi on tarkoitettu vaikeasti huo-nokuuloisille ja kuuroutuneille ja heidän omaiselleen, jotka tahtovat oppia viitottua puhetta huulitalu-vun tueksi. Kurssille haetaan Kopo-lan omalla hakemuslomakkeella. Kurssin kus-tantaa STEA.

Lomatoimintaa Kopolassa

Tuetut lomamatteemalla: Virkis-tystä, vertaistukea ja elämänvoi-maa

* 7.-12.8.2017

* 11.-16.9.2017

* 2.-7.10.2017

Tuetut lomamatteet on tarkoitettu huo-nokuuloisille aikuisille ja heidän omaiselleen. Tavoitteena on kuulo-vammaan liittyvän tiedon ja ver-taistuen tarjoaminen, liikunnallinen aktiivointi, virkistys, retket, käden-taidot ja lepo. Omavastuuosuus on 50 euroa/hlö/lomapaketti. Hintaan kuuluu täysihoidto ja ohjelma. Mat-kat omakustanteisesti. Tuetulle lomalle haetaan Maaseudun Ter-veys- ja Lomahuolto ry:n kautta (Mannerheimintie 31 B 20, 00250 Helsinki), p. 010 2193 460, lomat@mtlh.fi Hakemuksen tulee olla pe-rillä kolme kuukautta ennen loman alkua ja omavastuuosuus tulee olla maksettuna eräpäivän mukaan.

Itsemaksettavat lomamatteet ja viikonloput

Nämä on tarkoitettu kaikille kiin-nostuneille. Lomatapahtumien hin-taan kuuluvat ruokailut, majoitus ja opetus. Hinta vaihtelee 100 ja 200 euron välillä riippuen tapahtuman kestosta ja tyylistä. Ilmoittautumi-nen Kopolaan. Kesäpäivät sisältävät liinavaatteet. Viikonloppuihin ei sisälly liinavaatteita mutta ne voi saada 15 euron lisähintaan Kopolas-ta tai tuoda itse. Viikonloput alkavat perjantai-iltana, jolloin on iltapala ja saunominen.

KKY:n elokuvaviikko

1.8.-6.8.2017 (ks. erillinen ilmoitus)

Viitotun puheen kesäpäivät

15.-18.8.2017, 200 €

Vetäjänä Sanna Lehtoväre

Frisbeegolfviikonloppu

18.-20.8.2017, 100 €

vetäjänä Jorma Räikkönen

Tinnitus tutuksi ja turvalliseksi koulutus

18.-20.8.2017 200 €

Kouluttajana korvalääkäri Elina Rytsölä.

Kädentaitokesäpäivät

28.-31.8.2017, 200 €

Vetäjänä Pirjo Hakanen

Retkeilyviikonloppu

8.-10.9.2017 100 €

Vetäjänä Kaija ja Pentti Latva-Koi-visto.

Viitotun puheen viikonloppu

27.-29.10.2017, 100 €

Vetäjänä Sanna Lehtoväre

Some-viikonloppu

10.-12.11.2017, 100 €

Vetäjänä Eija Isaksson

Neulontaviikonloppu

17.-19.11.2017,

Vetäjänä Irma Liimatainen

Kekri (Sadonkorjuun juhla)

24.-26.11.2017 100 €

Vetäjänä Kaija Latva-Koivisto.

Jouluaskarteluviiikonloppu

8.-10.12.2017 100 €

Vetäjänä Pirjo Hakanen.

Yhteystiedot

Kuuloliitto ry,
Kopolan kurssikeskus,
johtaja Satu Laitinen
Velisjärventie 50, PL 11,
17801 Kuhmoinen, 03 5522 111,
040 7703803,
ulla.salonen@kuuloliitto.fi
satu.laitinen@kuuloliitto.fi
Kotisivut: www.kopolakuhmoinen.fi
Facebook sivut: Kopola Kuhmoinen

Alueelliset sopeutumis-valmennuskurssit

Kuuloliitto järjestää vuonna 2017 ikääntyneille kuulokojeen käyttäjille ja heidän läheisilleen kuusi alueel-lista sopeutumisvalmennuskurssia ja yhden tinnituspainotteisen kurs-sin. Kurssipaikkakunnat ovat:

- Turussa 12.- 13.9.2017
- Kalajoella 17.- 18.10.2017
- Järvenpäässä 7.- 8.11.2017 ja
- Vantaalla 29.- 30.11.2017, joka on tinnituspainotteinen kurssi.

Kursseilla käsitellään kuuloa ja sen vaikutusta toimintakykyyn. Osallistujat saavat tietoa kuulosta, kuulokojeen käytöstä, kuulon apuvä-lineistä ja kommunikaatiomenetel-mistä sekä valmiuksia kuulokojeen käyttöön. Vertaiskeskustelut ovat olennainen osa kurssiohjelmaa. Kurssit sisältävät kahden päivän kurssiohjelman ja puolen vuoden ku-luttua järjestettävän jatkotapaami-sen, jonka ajankohta sovitaan kurs-silla. Kurssit järjestetään STEA:n tuella ja ne ovat osallistujille mak-suttomia. Matkakuluista osallistujat vastaavat itse.

Lisätietoa ja hakemukset:

Kuuloliiton verkkosivut: <https://www.kuuloliitto.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>

Kuuloliiton aluetyöntekijät: <https://www.kuuloliitto.fi/yhteystiedot/toimihenkilot/>

Kuntoutussihteeri Maria Timonen
p. 0400 903 407, maria.timonen@kuuloliitto.fi

Hakemukset tulee lähettää viimeis-tään kolme viikkoa ennen kurssin ajankohtaa osoitteella:
Kuuloliitto ry, PL 1188,
70211 Kuopio.

Kaikille hakijoille ilmoitetaan kurs-sivalinnasta kirjeellä. Valinnassa etusijalla ovat hakijat, jotka eivät aikaisemmin ole osallistuneet kuu-lon sopeutumisvalmennukseen.



tiedottaa

Kopolan toiminta jatkuu totutulla tavalla

Kopolan henkilöstöresurssit vähenevät syksystä alkaen ja jatkossa esimerkiksi kurssien suunnittelu hoidetaan tuntiperusteisesti. Rekrytointi uuteen tehtävään on parhaillaan käynnissä. Toiminnanjohtaja **Pekka Lapinleimu** vastaa Kopolan toiminnasta ja käytännön kysymyksiin vastaa **Ulla Salonen**. Tavoitteena on, että kurssikeskuksen toiminta jatkuu entisellään muutoksista huolimatta. Kevät jatkuu monin kurssein ja kesäkuussa rippileiriläiset valtaavat talon. Syksyn suosittuihin kuntotuskursseihin ja tuettuihin lomiin kannattaa hakeutua ajoissa jo keväällä.

Talkoot äitienpäivänä perinne

– Ainako se pitää olla äitienpäivänä, eikö mitään muuta päivää löydy, kertoi **Kirsi Mikkonen** äitien murisseen, kun he nuorisotoimikunnan nimissä monesti olivat Kopolan kevättalkoissa juuri äitienpäivänä.

Äitienpäiväksi osui tämänkeväinen talkoot, mutta kaikkiaan 23 talkoolaista lähtivät kuitenkin talkoihin. Työlista oli haastava, suuritöisin oli uuden puuvajan pystyttäminen. Myös raivattiin maastoa, tyhjennettiin navettasali rippikoululaisten kesäkirkoksi, asennettiin laituripaikalleen, siivottiin nurkat vanhentuneista romuista ja kesäkalusteet paikoilleen kylmää uhmaten nurmikolle. Jospa kesä tänäkin kesänä kuitenkin koittaisi. Sunnuntai olikin sään puolesta lupaavin. Lauantaina suruliputus Kopolan salossa muistutti historiallisesta päivästä, presidentti **Mauno Koiviston** poismenosta.

Talkoot ovat eräs merkittävä yhteistyömuoto Kuuloliiton ja Kopolan Kannatusyhdistyksen kesken. Yhdistys korvaa jäsenilleen talkoomatka, Kuulolitto antaa vapaaehtoisille majoituksen ja yöspidon. Tällä kertaa kannatusyhdistys on myös tarvikkeiden rahoittamisessa mukana: puuvaja maksetaan puoliksi.

Elokuun elokuvafestivaalit

1.-6. elokuuta on Kannatusyhdistyksen kannalta merkittävä. Silloin järjestetään toiset vanhaan suomalaiseen elokuvaan keskittyvä tapahtuma.

Uutta on myös 1.-3. 8. järjestettävä elokuvapaja, elokuvan tekemisen kurssi, jossa opettajana on tunnettu elokuvaohjaaja ja elokuvatuottaja **Jorma K. Lehtonen**, edesmenneen **Mikko Niskasen** työtoveri ja Niskasen elokuvastudion jatkaja. Pihlajakosken elokuvakylässä hän on jatkanut elokuvatuotantoa ja -koulutusta. Hän on tuottanut mm. **Koivusalon** Pekko-elokuvia. Mutta hän on pitkän linjan elokuvaosaaja, joka taitaa mm. kuvauksen ja leikkauksen niksit. Hänen avulla voi kolmen päivän aikana perehtyä elokuvateon nikseihin, jotta pystyy vaikka omalla kännykkäällänsä kuvaamaan laadukkaita kohtauksia omasta perhepiiristään.

Toivomme elokuvapajan kiinnostavan kaikenikäisiä elokuvaajia.

Toinen osa festivaalista on viikonlopun mittainen elokuvaseminaari 4.-6.8. jolloin tällä kertaa mietitään suomalaisen elokuvan kehittymistä **Teuvo Tuliosta** Mikko Niskasen kautta **Aki Kaurismäkeen**. Viimevuotiseen elokuvapäiviin verrattuna nyt lisätty erityisesti elokuvan katselua ja elokuvakokemusta, jota yleisö voi pohtia yhdessä panelistien kanssa. Tunnettuja paneelisteja on käsikirjoittaja **Risto Hakola**, pukusuunnittelija **Mariella Rauhala**, joka on puvustanut muutaman vuoden mm. *Salatut elämät*-televisiosarjaa, Niskasen ”Nuoruuteni Savotat”-elokuvan nuorta Kallea esittänyt näyttelijä **Ari-Kyösti Seppo** ja Aki Kaurismäen luottonäyttelijä **Kati Outinen**.

Toivomme elokuvista kiinnostuneita lähtemään koko seminaaritapahtumaan tai vaikka päivävierailijana. Tarkempi ilmoitus on toisaalla lehdessä.



Melkein valmis. Pekka (oik.), Reijo ja Jarmo asentavat kattolevyä.



Lapiohommia. Hannu (vas) ja Kari lapioivat, Arja kuljettaa.

Puolijumalien armoilla

MAALIS-HUHTIKUUSSA oli Gallerie Forsblomin studiossa esillä Hannu Väisäsen Esi-isät -näyttely. Kevättalvella ilmestyi hänen kertomuskokoelmansa, jonka tekijä on sekä kirjoittanut että kuvittanut. Näyttelyssä nähtiin kuvituksen originaaleja, omalaatuisia hahmoja maalauksina ja tussipiirroksina. Käsissä on kokonaistaideteos: kuva ja sana ruokkivat toisiaan.

Hannu Väisänen on monipuolinen tekijä: kuvataiteilija, kirjailija, lavastaja, puvustaja ja kuvittaja. Tuotannossaan hän leikittelee piilotajunnassa vaikuttavilla, kaikille yhteisillä arkityypeillä. Esi-isät tuo mieleen hänen kuvittamansa Kalevalan vuodelta 1999. Väisäseltä on ilmestynyt toistaiseksi viisiosainen romaanisarja, joka kuvaa Anteroksi nimetyn alter egon kasvamista taiteilijaksi, tietä Oulun kasarmiympäristöstä Helsinkiin ja Ranskaan. Sarjan toinen osa Toiset kengät sai vuonna 2007 kirjallisuuden Finlandia-palkinnon; samana vuonna hän sai Taiteen valtionpalkinnon. Väisänen on asunut vuodesta 1989 alkaen Ranskassa, nykyisin Lounais-Ranskan Souillacissa. Hänellä on Suomen ja Ranskan kaksoiskansalaisuus.

Tarinakokoelman johdannossa kirjailija kysyy, miksi ihmiset mukiloivat toisiaan, varastelevat, juopottelevat, kavaltavat kassan, harjoittavat orjakauppaa... Lista on pitkä. Hän esittää selityksen: syyllisiä ovat esi-isät, joita ihmisten tulisi kumartaa. Kuuliainen alamaian tekee ylemmästään ihanteen; ihmiset jäljittelevät idoliensa heikkouksia. Tekijän tar-

koittamat esi-isät eivät ole ihmisten esivanhempia.

Aikuisille suunnattu satukirja esittelee muun muassa rehvas-televen tyrannin Puutiaisen, humaltuneen Hiprakka-hyppyheikin ja salarakkaan Kurmitsa-esiäidin. Heidän sekoilunsa muistuttaa antiikin oikuttelevia jumalia. Taustalla voi

nähdä myös suomalaisten kansanperinnettä ja esimerkiksi japanilaisten kulttuuriin kuuluvaa esi-isien kunnioittamista. Mielessä käyvät myös Tove Janssonin muumikirjoissa uunin päällä motkottavat esi-isät. Väisäsen hahmot ovat ajattomia olentoja, jotka ovat alistaneet ihmiset palvelijoikseen. Heidän kaltaisiaan hahmoja vilahtaa ympärillämme, tämän päivän uutisissa.

Samat hahmot toistuvat tarinoissa, ja niiden jatkumosta muodostuu teoksen juoni. Esi-isät ovat syntyneet Suuresta Kurakosta, kun jäälohkareet ovat sulaneet ja alkaneet liikkua. Koominen dystopia maalaa siis ilmastomuutoksen jälkeisen tilan: kulttuuri on romahtanut, ihmiset asuvat hatarissa tölleissä ja ovat palanneet keräilykauteen.

Dystopia on kuvattu leikittelevällä ironialla, joten tarinaa voisi lukea myös lapsille; he ymmärtävät siitä sen minkä tunnistavat. Figuraatiiviset ja mielikuvitukselliset kuvat siivittävät kerrontaa.

Toukokuussa Väisänen promovoitiin kunniatohtoriksi Oulun yliopistossa. Otava teki keväällä kustannussopimuksen Antero-romaanisarjan kuudennesta osasta. Helmikuussa avautuu Väinö Aaltosen museossa Turussa Väisäsen kokoama näyttely venäläisestä runoilijasta Anna Ahmatovasta.

Hannu Väisänen: Esi-isät. Otava 2017



OTAVA / JOUNI HARALA

Ilmoitustaulu

Kutsu Kuuloliitto ry:n liittokokoukseen 21. - 22.10.2017

Kuuloliitto ry:n varsinainen liittokokous pidetään 21. - 22.10.2017 Helsingissä Valkeassa talossa, Ilkantie 4. Kokouksessa käsitellään liiton sääntöjen 14 §:ssä mainitut asiat. Kokousedustajien valtakirjat tarkastetaan kokouspaikalla lauantaina 21.10. klo 9.00 -12.00. Kokous alkaa klo 13.00. Sitä ennen on Valkean talon ravintolassa tarjolla lounas klo 11.00 alkaen. Kokouksen arvioidaan päättyvän lauantaina noin klo 17.30. Sunnuntaina 22.10. kokous alkaa klo 10.00 ja sen arvioidaan päättyvän klo 16.00 mennessä. Kokouksen asiapaperit lähetetään yhdistyksille viikolla 38.

Ilmoittautuminen kokoukseen

Ilmoittautuminen kokoukseen ja ruokailuvaraukset tehdään ilmoittautumislomakkeella. Lomakkeen voi tulostaa liiton verkkosivuilta www.kuuloliitto.fi/liittokokous 2017. Virallisen kokousedustajan ilmoittautumislomakkeen allekirjoittavat yhdistyksen viralliset nimenkirjoittajat. Ilmoittautumislomakkeet lähetetään Kuuloliittoon 31.8 mennessä osoitteeseen: Kuuloliitto ry, Tarja Kaikkonen, PL 51, 00401 Helsinki.

Majoittuminen ja illallinen hotelli Haagassa

Majoittuminen ja lauantapäivän illallinen järjestetään hotelli

Haagassa, lähellä Valkeaa taloa. Majoitusvaraukset tehdään viimeistään 19.9. suoraan hotelli Haagaan puhelimitse 09 580 7877 tai sähköpostitse hotel@haaga.fi. Varaukskoodina on Kuuloliiton liittokokous. Majoituskulut jäävät yhdistysten kustannettavaksi.

Liitto tarjoaa kokouspäivien lounaat ja kahvit kaikille kokoukseen osallistujille. Lauantain illallisen liitto kustantaa vain kokouksen virallisille edustajille. Muut kokoukseen osallistujat voivat ostaa illallislippuja kokouspaikalla.

Liitto osallistuu kokousedustajien matkakulujen korvaamiseen

Kuuloliitto korvaa jokaisen virallisen kokousedustajan matkasta julkisen kulkuneuvon mukaan 100 euroa ylittävän osuuden yhdistykseltä saadun laskun mukaisesti. Tämä liittohallituksen tekemä päätös koskee vain vuoden 2017 liittokokousta.

Tervetuloa liittokokoukseen!

Kuuloliitto ry
Liittohallitus

KOPOLAN ELOKUVAFESTIVAALI 1. - 6.8.2017

Suomi 100 vuotta - elokuva osana kansallisen kulttuurin, historian ja muistin perintöä



Kopolan kurssikeskus
Velisjärventie 50
Kuhmoinen

Kaksiosainen kulttuuritapahtuma
Kuhmoisissa perinteikkäässä
kauniissa ympäristössä.

II ELOKUVASEMINAARI

pe-su 4.- 6.8.2017

Perehdytään luennoin ja elokuvaesityksin suomalaisen elokuvan piirteisiin erityisesti kolmen huomattavan ohjaajan töiden kautta. Pe 4.8. aiheena vanhan suomalaisen elokuvan vaikutus 100-vuotiaan Suomen historiaan. La 5.8. katsotaan Teuvo Tulion ja Aki Kaunismäen ja su 6.8. Mikko Niskasen tuotantoa. Sunnuntaina tava-taan myös Nuoruuteni savotat -elokuvassa Kallea näytellyt Ari-Kyösti Seppo ja Niskasen elokuvien teossa mukana olleita kuhmoislaisia harrastajanäyttelijöitä. Kurssimaksu 3 päivältä 230 e/hlö, sis. majoitus 2 hengen huoneessa, täysihoito ja ohjelma. Päiväosallistujalta 25 e, ruokailuineen 50 e.

Koko viikon ajan näytetään Kuhmolassa klo 19
ILTAELOKUVA teemana "mielielokuvani".
Valinnan tehnyt esittelee elokuvan.
Esityksen hinta 5 e.

I ELOKUVAPAJA ti-to 1.- 3.8.2017

Opetellaan elokuvan tekoa käytännön harjoituksin. Opettajana kokenut elokuvaohjaaja Jorma K. Lehtonen, legendaarisen Mikko Niskasen työtoveri. Osallistujat asuvat Kopolassa, osa kurssista pidetään Pihlajakosken elokuvakylässä, entisessä Mikko Niskasen studiossa. Kurssimaksu 230 e/hlö, sis. majoitus 2 hengen huoneessa, täysihoito ja opetus. Maksu ilman majoitusta 120 e. Mukaan otetaan 25 osallistujaa.

Osallistuminen molemmille kursseille yhteishintaan 400 e. Ilmoittautumiset ja lisätiedot: Kopolan kurssikeskus, p. (03) 5522 111, ulla.salonen@kuuloliitto.fi tai Maire Paltare, puh. 0440 500 974, maire.paltare@gmail.com.

Järj. Kopolan Kannatusyhdistys ry yhteistyökumppaneina Kuhmoisten kunta, Kuuloliitto ry ja Kopolan kurssikeskus, Kuhmoisten kulttuuriyhdistys ry, Kuhmoisten kotiseutuyhdistys ry, Kuhmoisten Harrastajateatteriyhdistys ry, Elokuvatuotanto Pihlajakoski Oy



Suuri CI-vertaisviikonloppu 25.-27.8.17 Valkea talo, Helsinki

Olet sydämellisesti tervetullut Suureen CI-viikonloppuun Valkeaan taloon 25.-27.8.17. Sinä, jolla on sisäkorvaistute, olet saamassa istutteen, harkitset istutetta, olet omainen tai lähipiiriläinen, joka kaipaa tietoa ja tutustumista vertaisiin. Tämä tilaisuus on juuri sinulle, älä jää paitsi mahtavasta tilaisuudesta!

Luvassa on huikeaa virkistysohjelmaa ja toivottuja asiantuntijaluentoja sekä CI-maahantuojiin luentoja tuote-esittelyineen. Paikalle saapuu mm. Topi Jutila, HUS, Niina Hänninen, HUS, Riitta Lahtinen, Suomen Kuurosokeat ry, Piia Koponen, Kulttuuriosuuskunta Kaje, MED-EL, Cochlear, AB ja Kuulotekniikka. Sunnuntaina kaiken päätteeksi on mahdollisuus osallistua Fazerilan kierrokselle, josta saamme makeaa kotimatkan varalle.

Lauantaina 26.8. kello 15.00 alkaen pidetään CiTo:n yleiskokous.

Äläkä unohda vertaistuen suurta voimaa, joka on luonnollisesti läsnä tapahtumassa!

Voit halutessasi majoittua Valkeassa talossa Hostel Auriksesa tai tulla päiväselti ohjelmaan mukaan. Majoituspaikkoja on rajatusti, toimi nopeasti. Mikäli sinulla on erikoistoiveita majoitusjärjestelyiden suhteen, ole ystävällisesti yhteydessä järjestäjiin.

Osallistumishinnat
koko viikonloppu: 115 euroa
lauantai-sunnuntai: 85 euroa
lauantai: 25 euroa
sunnuntai: 20 euroa
Fazerilan kierros: 12 euroa

Kuuloliiton jäsenyhdistyksen jäsenille matkat korvataan 30 € ylittävältä osalta julkisten kulkuneuvojen taksan mukaan. Osallistumismaksut laskutetaan jälkikäteen. Sitovat ilmoittautumiset aivan viimeistään 7.8.17 mennessä Kuuloliittoon. Ensisijaisesti ilmoittautuminen <http://kilta.kuuloliitto.fi/kotisivut/> tai sähköpostilla Margit Hassiselle margit.hassinen@kuuloliitto.fi samoin puhelin 0400 802 669. Ilmoittautuneille lähetetään tarkempia tietoja lähempänä tilaisuutta. Peruutusehdot: Ilmoittautuminen on sitova ja laskutetaan osallistujilta (pl. sairastapaukset lääkärintodistuksella).

Lisätietoja

Mari Myllymäki puh. 045 678 1479, mari.myllymaki@iki.fi
Margit Hassinen puh. 0400 802 669, margit.hassinen@kuuloliitto.fi

Kutsu Kuuloliiton CI-toimikunnan yleiskokoukseen

Yleiskokous pidetään CI-viikonlopun yhteydessä 26.8.2017 klo 15.15, Valkea talo, Ilkantie 4, 00400 HELSINKI

Kokouksessa keskustellaan CI-toiminnan vuosien 2018 – 2020 toimintalinjoista ja toimenpiteistä. Lisäksi valitaan CI-toimikunnalle puheenjohtaja ja toimikunnan jäsenet. Kuuloliiton johtosäännön mukaan äänioikeus kokouksessa on paikalla olevilla liiton jäsenyhdistysten jäsenillä. Tervetuloa!
CI-toimikunta

Kuuloliiton valtakunnalliset kesäpäivät 16.-18.6.2017 Leppävirta

Kuuloliiton valtakunnalliset kesäpäivät 16.-18.6.2017 Leppävirralla ovat valmiina vastaanottamaan osallistujat. Valmistelutyöt ovat sujuneet hyvin. Huikean suosion saanut jääveistos- ja liukumäkikuula Ice Cave Vesileppiksen jääareenalla on avoinna vielä kesäpäivien aikaan, joten pientä ohjelmamuu- tosta on tämän vuoksi tehty. Kesäpäivien osallistujat pääse- vät ihailemaan upeita jääveistoksia ohjelmapakettiin kuulu- en kelkkakisan aikana. Muun aikana käynti on maksullinen. Päivien monipuolisesta ohjelmasta osallistujat voivat valita itseään kiinnostavat osuudet. Lauantain alkuillan konsertissa esiintyy maailmankuulu oopperalaulaja baritoni Jorma Hyn- ninen säestäjänään pianisti Jouni Kuronen. Konsertin toises- sa osuudessa esiintyy sellokvartetti Koposten perheyhtye Kuopiosta. Konsertti on ilmainen, avoin tilaisuus läheisessä Leppävirran upeassa Carl Ludvig Engelin suunnittelemassa, vuonna 1846 valmistuneessa kirkossa.

Päivien aikana esteettömyyttä induktiosilmukan ja kirjoitus- tulkkauksen osalta on huomioitu erityisesti niissä ohjelma- osuuksissa, jotka ovat suunnattu koko osallistujajoukolle. Myös joitakin pienempiä ohjelmatilanteissa on varustettu omalla induktiosilmukalla. Nämä tiedot ovat nähtävillä oh- jelmakartassa.

Kesäpäivien valmistelutyöt on tehty ja odotamme Teitä osallistujia paikalle - juhlat alkavat, kun vieraat saapuvat! Tule nauttimaan yhteisestä hauskanpidosta monipuolisen ohjelman merkeissä ja tapaamaan tuttuja sekä tutustumaan uusiin ystäviin. Järjestelytyöryhmän puolesta toivotamme kaikki lämpimästi tervetulleeksi!

Seuraa Kuuloliittoa Facebookissa



Kuulolaiteparistokauppa.fi

– asiantuntijasi kuulolaiteparistoissa!

✓ **Nopea toimitus!**
3-4 päivää.

✓ **30 päivän avokauppa/**
vaihto-oikeus!

✓ **Ei laskutusmaksua!**

✓ **Toimituskulut 1,95 €**

Sähköposti:
info@kuulolaiteparistokauppa.fi
www.kuulolaiteparistokauppa.fi



TILAA NÄIN: Täytä tämän sivun lomake. Leikkaa se irti ja postita. Et tarvitse kirjekuorta.
Voi tehdä tilauksen myös sivulla www.kuulolaiteparistokauppa.fi

1 Ilmoita montako pakkausta kutakin mallia haluat tilata. Hinnat sisältävät alv:n.
(1 pakkaus = 6 paristoa)



Malli: A10
Värikoodi: keltainen
2,95 €
Lkm: ____ pakk



Malli: A312
Värikoodi: ruskea
2,95 €
Lkm: ____ pakk



Malli: A13
Värikoodi: oranssi
2,95 €
Lkm: ____ pakk



Malli: A675
Värikoodi: sininen
2,95 €
Lkm: ____ pakk



Malli: A675P
(implantti)
3,95 €
Lkm: ____ pakk

2 Täytä nimi, osoite ja henkilötunnus.

Henkilötunnus vaaditaan laskulla ostamiseen.
Jos tilaat sivustoltamme, valittavanasi on eri maksuvaihtoehtoja.

Henkilötunnus: -

Nimi: _____ Puh. _____

Osoite: _____

Postinumero ja -toimipaikka: _____

A PRIORITERT
PRIORITAIRE

IBRS/CCRI NO: 20444882

NE PAS AFFRANCHIR
NO STAMP REQUIRED

REPLY PAID/RÉSPONSE PAYÉE
SWEDEN/SUÈDE

Accessory Line International Sweden AB
SE-802 08 Gävle
Sweden

**Eivät
sisällä
elohopeaa**

TV-tekstitys kuntoon!

Digitaalinen tekstitys:

Valitse television tai digiboksin asetuksista tekstityskieliksi hollanti. Tallentavat digiboksit mahdollistavat tallennuksen tekstityksen kanssa. Tämä koskettaa erityisesti seuraavia kanavia:

- YLE 1 (myös YLE Uutisten tekstitys klo 15.00, 17.00, 19.10, 20.30 ja 21.50)
- YLE 2
- YLE Teema
- YLE FEM (ruotsinkieliset ohjelmat ruotsiksi)
- MTV3

Perinteinen teksti-tv:n tekstitys:

Valitse tällöin tekstitys seuraavilta sivuilta:

- YLE 1 sivu 333
- YLE 2 sivu 334
- Yle Teema sivu 336
- NELONEN sivu 333

Tekstityksestä kertovat tiedot näkyvät:

YLE: Oikeassa yläkulmassa näkyvä teksti. Suomenkielisillä kanavilla YLE 1, YLE 2 ja YLE Teema teksti on: **Tekstitetty suomeksi** ja ruotsinkielisellä YLE FEM -kanavalla: **Svensk textning**.

Tulevat suomenkieliset tekstitetyt ohjelmat voi tarkistaa tästä osoitteesta: <http://yle.fi/ohjelmaopas/tekstitys/>

NELONEN: Ohjelman alkaessa ja mainoskatkon jälkeen näkyy ilmoitus: "Ohjelma on nähtävissä tekstitettynä sivulla 333".

NETTI-TV:

Yle AREENAssa mahdollisen ohjelmatekstityksen saa näkyviin, kun vie ohjelman alettua hiiren kuvan päälle, klikkaa ruutuun ilmestyvää TXT-ikonia ja valitsee kieleksi "suomi (ohjelmatekstitys)".

LISÄTIETOJA TEKSTITYKSESTÄ:

YLE: www.yle.fi/ohjelmatekstitys ja

Facebookista: www.facebook.com/yleohjelmatekstitys.

Kattava TV-opas, jossa kerrotaan kaikkien pääkanavien kotimaisten ohjelmien tekstityksestä löytyy verkko-osoitteesta: <http://www.ampparit.com/tv-opas> --> klikkaa hiirellä ohjelman kohdalle, niin avautuu ohjelmatiedosta kertova ikkuna ja samalla kertoo, onko ohjelma tekstitetty.

Seuraa Kuuloliittoa Facebookissa



Palautetta Kuuloviesti-

lehdestä voit antaa

verkossa osoitteessa:

www.kuuloliitto.fi ->

Yhteystiedot.

Toimituksen yhteystiedot

löytyvät lisäksi lehden

sisäkannesta.

RISTIKON 1/2017 RATKAISU

M
KAIKUA
ISTUIN
PESULA
UNETUS
T T
KIRVOTA TOIPUA
ASIA ELIA LISA
MOSS AUKEAMA V
AJATUKSET INTE
TATAR TAAJA A
KIVA NAPA
UKAASI ISONTAA
PIKI R LAHOT M
ESIKKO VOITELU
ASTUA WEST A
O I A SAATE
LAJITTELUKESKUS
RATA KERA KARI
M KUVISSA ENIN
OTUS TAAS LATE

**Keskustele
luottamuksellisesti
kirjoittaen**



Viittomakielisille,
kirjoittaen kommunikoiville
ja omaisille

Tekstiviestit 050 575 2266

Chat

Sähköposti

<http://aidtools.com/auttavalinja/>
auttavalinja.paivystys@gmail.com

Päivystysajat

ma, ke, pe

klo 19 - 22

RAY tukee toimintaamme

Lähetä ristikon ratkaisu **14.8.2017** mennessä
Kuuloviestin toimitukseen os. Ilkantie 4, 00400 Helsinki.
Litä mukaan nimesi ja osoitteesi.

Oikein vastanneiden kesken arvotaan Otavamedian
lentäjäkortti. Edellisemmän ristikon voittaja oli
Eero Karjalainen Oulusta.

					Lauda	lumi- naali		nihkeä	valo- kuva	 2x
				väitit vastaan!						vilja- laji
										
				hilpeät						
Thompson		makei- nen	Ladd		raajan tueksi				papit	pankki- tileiltä
Eronen				asua			taju			
pens- selöidä						kovet- tumat veri-				
				step Drei				kame- rassa	FI-rata	
YYA										
lasite			muurausaineet voi uraputkessa						laulu- ääni	Ranin
sävel- lys har- joitte- lijalle					kunta-		pohjaan valuva juhannus-			
				lepäillä etelän naisia						
tykistö						tariota ostokeskukset				
				tu- keille				pois- tatus	lain	
Intia ja Pakis- tan						hartia- viitta Martin				
		valtoi- menaan		koro- tukset				"Ahti- saari"		
roh- muta				Tea			rima nurin			
sän- tilliset						-noja- puut				
							Leon			
Hirvosen kaimat						prepo- sitio				

Laadinta: Kirppu Ristikot

Ledaren

”Ensamma kan ingen av oss uppnå något, resultaten utgår från att vi samarbetar.”

Hörselskador av olika slag

Bland Hörselförbundets medlemmar finns hörselskadade av alla slag. En del har varit hörselskadade redan när de föddes, andra av oss har blivit hörselskadade under livets gång. Föreningarna har medlemmar med åldersrelaterad hörselskada, ci-användare, personer som lider av tinnitus eller sådana som insjuknat i akustikusneurinom, men även helt döva ingår i medlemskåren.

En sak är dock gemensam för oss alla. Vi behöver alla få stöd från andra i samma situation, alltså kamrattstöd. Vi behöver information för att bättre kunna leva med i alla livets olika situationer.

Vi som deltar i verksamheten i Hörselförbundets föreningar ger varandra detta viktiga kamrattstöd och dessutom för vi vidare önskemål, information och krav till de beslutsfattare som verkar på olika nivåer i samhället.

Var och en av oss kan arbeta för att påverka hörselmiljöerna på hemorten, t.ex. när det gäller hur induktionsslingorna fungerar i teatrar, konserter och alla offentliga byggnader. Alla har vi rätt att kräva att mikrofonen används i alla situationer där det bara är möjligt. Via handikappråden kan vi delta i arbetet med att förbättra hörselförhållandena. Genom användningen av olika slags hörselhjälpmiddel kan man underlätta möjligheterna att höra och uppfatta, men för att man ska kunna höra helt obehindrat förutsätts verkligt goda akustiska förhållanden.

Det finns många olika slag av hörseltekniska hjälpmedel och tekniken utvecklas hela tiden. Hjälpmedlen gör inte att vi hör fullkomligt, men de underlättar våra konstanta ansträngningar för att hänga med i de hörandes ljudvärld.

Föreningarnas hörselnärsservice är av aktivt slag. Hörselbilen har kommit att utgöra ett utmärkt komplement till hörselnärsservicen och via den har föreningarna fått flera medlemmar och en direkt kontakt till människor med nedsatt hörsel. För dem som behöver ytterligare undersökningar ger vi anvisningar för hur de ska gå vidare. Hörselbilen rör sig i olika delar av Finland från april till oktober. Föreningarna meddelar i lokalpressen om tidtabellen för respektive område.

För mig är hörselskador ett viktigt ämnesområde, eftersom min tillvaro stannade upp för stunden för 16 år sedan. Då diagnostiserades jag med akustikusneurinom. Tumören opererades och hörseln på ena örat försvann. Jag stod inför två olika alternativ: att gräva ner mig i sorgen eller fortsätta mitt liv med de nya spelpjäserna. Jag valde det livsbejakande alternativet och anslöt mig till akustikusneurinomföreningen. Föreningen gav mig det kamrattstöd jag var i behov av, mycket kunskap och många goda vänner. Tillsammans har vi ventilerat hur vi bäst kunde hjälpa alla insjuknade.

Akustikusneurinomföreningen, Sany ry, verkar aktivt runtom i Finland och är en av Hörselförbundets sektorföreningar. Med stöd av Hörselförbundets medlemskår har Sany gjort det möjligt för mig att anträda färden till Hörselförbundets förbundsstyrelse.

Emellanåt byter livet riktning. För mig har min ensidiga hörsel fört med sig en massa nytt i mitt liv, till och med nya underbara upplevelser. Begränsningarna måste tas i beaktande, men jag har inte tänkt bli hejdad av dem, utan leva livet fullt ut, inklusive begränsningarna.

Ensamma kan ingen av oss uppnå något, resultaten utgår från att vi samarbetar. Utomstående har av naturliga skäl svårt att förstå våra problem, även om de skulle vilja det.

Du kommer väl med i föreningsverksamheten. Tillsammans är vi mer!

TUULA AAVAMÄKI





Posti Green

*Kuuloviesti
toivottaa
lukijoilleen
kaunista
kesää!*

