

kuuloviesti

KUULOLIITON JULKAISU 6 • 2016

PENTTI NIKKARO
KOTIVERSTAALLAAN

SELKEÄ PUHUJA
MARIANNE HEIKKILÄ

REPORTTERI:
HEIDI PAKARINEN

Harrastukset



Vapaaehtoistoiminta

KUULOVIEСТИ 5 • 2016



- 3 Pääkirjoitus
- 4 Lyhyesti
- 5 Puheenjohtajan palsta
- 6 Terveystietä
- 8 Valtuusto keskusteli toiminnan haasteista
- 10 Marianne Heikkilä on Selkeä puhuja
- 12 Omin käsin tehty - Pentti nikkaroi kotiverstaallaan
- 14 Lotta harrastaa taidoa
- 16 Nuottiaarteet esille
- 18 Dolce Vita
- 19 Kirjat: Selviytyjät murtavat yhteiskunnan asenteita
- 20 Reportteri: Heidi Pakarinen
- 22 Suomenkielistä tekstitystä suomalaisiin elokuviin
- 23 Kentältä
- 26 Kuntoutuskurssit
- 28 Joulusta saapuu Kopolaan
- 30 Ristikko
- 31 Ledaren

Seuraavan
lehden teemana on
HYVINVOINTI.
Lehteä varten toimitetta-
van aineiston tulee olla
toimituksessa
viimeistään
16.1.2016.

Kuuloliitto ry:n julkaisu
81. 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
VKK-Media Oy/Eila Lahtinen

 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



Harrastukset ja kuulokyky

Tmän lehden teemana on harrastukset. Kun kuulovammaisten lehdessä kirjoitetaan harrastuksista, tulee mieleen, mitkä ovat kuulovammaiselle sopivia harrastuksia tai rajoittaako kuulovamma jotenkin harrastusmahdollisuuksia.

Nuorempana harrastin jonkin verran musiikin kuuntelua. Silloin 70-luvulla ei ollut mp3-soittimia, internetiä tai Spotify-suoratoistopalvelua. Kaupasta sai vinyylilevyjä, jos oli riittävästi rahaa. Musiikkia tuli myös radiosta, jossa oli peräti kaksi kanavaa, yleinen ja rinnakkainen. Käsi avokelanauhurin nauhoitusnupilla odotettiin, olisiko alkava soittokappale tallentamisen arvoinen.

Nykyisin aktiivinen musiikinkuuntelu on jäänyt. Voisi helposti ajatella, että kuulon huononeminen on siihen vaikuttanut, mutta ehkä vain aika on mennyt tämän harrastuksen ohi. Toisaalta kuuntelen edelleenkin mielelläni ”Muistojen bulevardia” työn teon lomassa. Muistojen bulevardia on radio-ohjelma, jossa soitetaan niitä nuoruuteni aikaisia nostalgisia levyjä.

Kirjojen lukeminen on myös harrastus, johon kuulokyvyllä ei ole mitään vaikutusta. Itse luen mielelläni, harmi vaan, että aikaa lukemiseen on niin vähän. Illalla nukkumaan mennessä on kiva nollata ajatuksia kirjan parissa ja bussimatkat sujuvat joutuisasti kirjaa lukien.

Nyt iltalukemisena on menossa Dostojevskin Karamazovin veljekset. Se on erittäin suositeltava kirja nimenomaan iltalukemiseksi. Ainakin minua alkaa nukuttaa jo parin sivun jälkeen. Ja kun sivuja kirjassa on toista tuhatta, niin siinä riittää unilääkettä pitkäksi aikaa.

Aina välillä iskee tarve lukea jotain sellaista, joka luokitellaan ns. parempaan kirjallisuuteen. Dostojevskin kohdalla kävi juuri näin. Mieluummin kyllä lukee jotain uudempaa ja kevyempää kirjallisuutta. Sujuvasti kirjoitettu tarina imaisee heti mukaansa ja lukemista ei maltaisi jättää.

Elokuvien katselu on myös helppo harrastus. Elokuvia voi käydä katsomassa elokuvateatterissa, vaikka itse pidän enemmän kotioiloissa television kautta katsomisesta. Uutuuselokuvatkin tulevat hyvin pian levyversiona ja viimeistään parin vuoden sisällä televisiosta. Tässä iässä kaksi vuotta kuluu nopeasti, enkä koe uutuuksien näkemistä niin

tärkeänä, että sen takia menisin jonottamaan ensi-iltalippuja jo viikkoa ennen näytöstä.

Ulkomaiden elokuvat, jotka ovat tekstitetyjä, sopivat hyvin kuulovammaiselle. Tällöin ei tarvitse television ääntä huudattaa niin, että naapuritkin tietävät, mikä elokuva on menossa. Ilahduttavaa on se, että myös suomalaisia elokuvia on alettu tekstittää.

Muutama vuosi sitten ryhdyin kirjaamaan ruutuvihkoon katsomani elokuvat ja antamaan niille tähtiä, kuten lehtien elokuva-arvostelijat. Vihkosta on sitten kiva vertailla eri elokuvien saamia arvosteluja. Pari kertaa on tullut katsottua joku elokuva uudemman kerran, ja mielenkiintoista on se, että tähti-arvostelu saattaa olla aivan erilainen eri katselukerroilla.

Edellä kerroin kolmesta omasta harrastuksestani. Harrastuksia löytyy varmasti jokaiselle. Valinnan varaa on aerobicista öljyvärimaalaamiseen. Loppujen lopuksi harrastaminen taitaa olla enemmän kiinni monesta muusta asiasta kuin kuulokyvystä.

JUKKA RASA



Esittelyssä uudet työntekijät

Taneli Ojala

Nuorisosihteeri

Oulun aluetoimisto



1. Mistä olet kotoisin?

Koti on siellä missä perhekin, eli Oulussa. Lapsuudenkotini on Haukiputaalla.

2. Miten päädyit töihin Kuuloliittoon?

Kuuloliiton leiritoiminnan kautta: Karinin ja Jannen opissa on tullut oltua jo pitkään (iso kiitos siitä heille). Viimeisimmät vuodet leirit ovat toimineet minun johdollani.

3. Mitä olet tehnyt aiemmin työurallasi?

Olen toiminut Kehitysvammaisten hoitajana tai ohjaajana mm. PPSHP:ssa ja Nuorten ystä-

vissä. Lisäksi olen tehnyt luokanopettajan sijaisuuksia, vetänyt leirejä eri järjestöille... onpa tuota tullut toimittua portsarinakin.

4. Mikä on koulutuksesi?

Oulun yliopistossa luokanopettajan opintoni ovat vielä kesken.

5. Mitä kaikkea toimenkuvasi sisältää?

Valtakunnallinen lasten- ja nuortentoiminta on päätehtäväni. Lyhyesti sanottuna tehtäviini kuuluu tapahtumien, leirien ja kurssien suunnittelu ja toteutus.

6. Miten työt ovat lähteneet käyntiin?

Työt ovat lähteneet käyntiin vauhdikkaasti. Haasteellista on ollut uuden opettelu ja itse itsensä perehdyttäminen. Erittäin positiivisin mielin olen kuitenkin, haasteet on tarkoitettu nujerrettaviksi.

7. Mitä odotat työskentelyltä Kuuloliitos-

sa? Toivon hedelmällistä ja tuottoisaa uraa huo-
nokuuloisten lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisessä. Toiveena on myös tavoittaa ne lapset ja nuoret, jotka eivät ole vielä löytäneet Kuuloliiton toimintaa.

8. Mitä harrastat vapaa-ajalla?

Kotoa löytyy puoliso Milla sekä pojat Antto 1 vuotta ja Eero 6 vuotta, joten vapaa-aika täyttyy enimmäkseen aktiivisesta perhe-elämästä. Joskus jos aikaa jää, kollautan puntteja ja lenkkeilen. Pidän kovasti myös lukemisesta ja ruoanlaitosta.

Millaista on olla kuulovammainen?

Lappeenrannan Uutisten toimittaja **Heikki Kemppainen** testasi korvatulppien avulla syksyllä, millaista on olla kuulovammainen. Testi oli osa Etelä-karjalan neurologisten vammaisjärjestöjen Amazing Race tapahtumaa.

Kemppainen liikkuu Lappeenrannan kaup-
pakeskus Iso-Kristiinassa elokuvateatteri-
työntekijä **Isa Räihän** ja Kaakkois-Suomen
epilepsiayhdistyksen puheenjohtaja **Minna
Haakanan** kanssa yrittäen saada selvää hei-
dän puheestaan ja kauppakeskuksen äänistä.

”Mies kävelee vastaan kahden pienen lapsensa kanssa... Hän sanoo jotain lapsilleen. Minua kiinnostaa, mitä, mutta tuijotan hämmästyneenä tätä mykkäelokuvaa.”

Elokuvateatteriin siirryttäessä tilanne alkaa ahdistamaan toimittajaa, eikä suun liikkeiden seuraaminen auta tilannetta.

”Onpa todella kiusallista, jos ei kuule ihmisten ääniä, kommentteja, vitsejä, naurua, heit-toja.”

Kemppainen yrittää kysyä seuralaisiltaan elokuvateatterin invavessan toimivuudesta, muttei ole varma, kuultiinko kysymys.

”Korvatulpat korvillani taidan huutaa. Ei ole suurempia puutteita, he taitavat vastata. Mutta en kuule.”

Heikki Kemppaisen juttu ”Pyörätuoli juuttui kiinni leffateatterin kynnykseen” julkaistiin Lappeenrannan uutisissa 10/2016.

"Kiitos teille, jotka olette jaksaneet pyörittää yhdistyksen ja liiton vapaaehtoistoimintaa."

Vuoden päättyessä

Tulin mukaan kuulonhuoltotyöhön tasan 30 vuotta sitten. Olisin voinut tulla aiemminkin, koska kuulovammani todettiin noin 45 vuotta sitten, ollessani alle kouluikäinen. Toiseen korvaani sovitettiin kuulokoje ja jäätiin seuraamaan tilannetta. Kuulovammani oli vielä silloin melko lievä, ja halu samaistua normaalisti kuuleviin suuri, joten kuulokoje jäi piironginlaatikkoon. Suljin korvani kaikilta hyvää tarkoittavilta yhteydenottoyrityksiltä ja olin erilainen nuori.

Vasta 20-vuotiaana oli pakko muuttaa mieltään, kun ympäröivä maailma kävi äänimaailmaltaan liian pumpulinpehmeäksi. Sain kuulokojeet molempiin korviin, ja samalla annettiin käteen paikallisen kuuloyhdistyksen esitteet. Tilanne oli monimutkainen: piti sopeutua kuulokojeisiin ja vielä uskaltautua vertaisten seuraan. Kaikki yhdellä iskulla. Ei helppoa. Saatan ymmärtää jokaista, joka kiipulee oman piironginlaatikkonsa kanssa. Silti tilanteeseen on oikeastaan vain yksi lääke: juuri se vertaisseura. Itselläni oli suunnattoman hyvä onni lukea paikallisen kuuloyhdistyksen nuortenkerhon merkkipäiväjuhlasta. Suureen laumaan oli helppo soluttautua huomaamattomasti. Silti pois lähtiessä joku lausui kohtalokkaat sanat: "Älä karkaa..." Loppu onkin historiaa.

Kuulovamman kanssa eläminen on niin monipolvista touhua, että kyllä se harrastuksesta käy, ainakin minulle. Sen myötä olen löytänyt hyviä ystäviä, mielekästä tekemistä ja parhaat neuvot. Kuulevien seura on toki terveellistä vaihtelua, mutta on tärkeätä saada ammentaa välillä vertaispiirin voimavaroista. Silloin pystyy paremmin menemään pää pystyssä kuulevien maailmaan kysymään, miksi tämä on näin? Miksei täällä ole induktiosilmukkaa? Mikset puhu mikrofoniniin? Puhu niin, että kirjoitustulkit pysyvät perässä! Ehkä voisin jo vähitellen sanoa, että kuulovammaisuudesta on tullut minulle elämäntehtävä.

Vuoden lähestyessä loppuaan on levähtämisen ja myös kiitoksen aika. Kiitos teille kaikille, jotka olette jaksaneet pyörittää yhdistyksen ja liiton vapaaehtoistoimintaa, ja jatkatte sitä vielä ensi vuonnakin. Yhtä lailla kiitos teille, jotka nyt vetäydytte oloneuvoksen päiville. Kiitos kuuluu yhtä suurena sekä Kuuloliiton vapaaehtoisille että toimihenkilöille.

Olen monesta suusta kuullut vuoden 2017 olevan arvoitus. Ennen sen tuloa, laskeutukaamme välillä ansaittuun lepoon, voidaksemme kukin omalla panoksellamme vaikuttaa sen muotoutumiseen ja lopputulokseen.

Rauhallista joulun aikaa ja
KIITOS vuodesta 2016!

EIJA ISAKSSON



ANNETTE FAGERSTRÖM

”Kipu on mielipide”

Kipu on monimutkainen ja pitkälle kehittynyt suojausmekanismi. Sen sijaan se ei ole yksiselitteisesti viesti siitä, että jokin elimistössä on pielessä.

Sanotaan, että kipu on merkki siitä, että jokin on pielessä. Entä vakavasti loukkaantunut henkilö, joka ei tunne kipua? Tai haamusärky raajassa, jota ei enää ole? Entä mustelma, jota emme muista saaneemme, tai viiltävä kipu laasiin astuneessa jalassa ennen kuin huomaamme, etteivät sirpaleet ole edes rikkoneet ihoa?

Neurologi ja tutkija VS Ramachandran kirjoittaa kivun olevan mielipide siitä, mikä elion terveydentila on. Toisin sanoen kipu ei ole aistimusvastine elimistön haavoittumiselle. Kun vihannesveitsi sivaltaa kynnenviertä, sormemme ei tunne kipua: kipu ei ole tuntoaistimus vaan aivojen tulkinnan perusteella syntyvä tunne. Emme voi myöskään päätellä, että kipu joka kerta kertoo jonkin kehossamme olevan pielessä. Kaikista suurimmat vauriot kehossamme eivät välttämättä edes aiheuta kipua.

Vaaran reseptorit, nosiseptorit, ovat erikoistuneet havaitsemaan kudoksille mahdollisesti vaarallisia muutoksia esimerkiksi lämpötilassa tai paineessa. Nosiseptorien aivoille lähettämä vaarahälytys on osa informaatiota, jonka perusteella aivot arvioivat, pitääkö niiden tuottaa kipua. Lisäksi aivot arvioivat kontekstista riippuen tietoa esimerkiksi aiemmista samankaltaisista tapahtumista tai kulttuurisista normeista sekä muita aistihavaintoja. Nosiseptorien lähettämä hälytys ei siis riitä kivun kokemuksen aiheuttajaksi. Toisaalta saatamme kokea kipua, vaikka nosiseptorit eivät aktivoitu. Yleensä näin ei kuitenkaan ole.

Kipu on yksi niistä tuntemuksista – esimerkiksi kutinan ja pahoinvoinnin rinnalla – jotka yleensä suojelevat joltain. Kaikki näistä tuntemuksista voivat kuitenkin alkaa elää omaa elämäänsä ilman lähettä fysiologisessa maailmassa. Kutina saattaa jatkua alueella, jossa suurin osa hermopäätteistä on tuhoutunut, eikä mikään määrä rapsuttamista hillitse sitä. Myös kipu saattaa jatkua, vaikka kaikki sen mahdolliset syyt olisi saatu eliminoidua.

Vaikka kipu onkin mielen tuotosta, se ei ole hallittavissa mielellä eikä sitä voida jättää huomiotta. Jatkuva ja krooninen kipu, joka erkaantuu fysiologisesta todellisuudesta, tarkoittaa monesti taloudellista, sosiaalista ja terveydellistä ahdinkoa. Kroonisen kivun hoitomuodot eivät ole vielä kovin tehokkaita. Kivun ymmärtäminen auttaa kuitenkin analy-

soimaan jatkuvan kivun syitä ja, kenties, tulevaisuudessa puuttumaan niihin.

Lisäksi kivun ymmärtäminen – tai kipun liittyvien väärinymmärrysten oikaiseminen – saattaa auttaa aivoja tulkitsemaan tilanteita toisella, kipua hillitsevällä tavalla. Kun kipu ei hellitä, nosiseptorit toimivat aiempaa herkemmin. Aivoihin tulee siis vaarahälytyksiä tiheämmin kuin mitä todellinen vaara vaatisi. Aivot puolestaan tulkitsevat tilanteen muun muassa siinä valossa, mitä oletamme kivusta tietävämme, eli usein niin, että vauriot pahe-nevat koko ajan kivun kestäessä. Jatkuva kipua saattaa joissain tapauksissa kuvata kierre, jossa kivun lisääntyminen tulkitaan vaurion kasvamiseksi, se edelleen suuremmaksi vaaraksi, ja vaara taas koetaan kasvavana kipuna. Tutkimusten perusteella kivun mekaniikan ymmärtäminen auttaa vähentämään kipua ja sen tuottamaa toimintakyvyttömyyttä. Kroonisesta kivusta toipumiseen kuluu kuitenkin useimmiten pitkään, eikä toipuminen tapahdu välttämättä täydellisesti. Kivun ymmärtäminen on joka tapauksessa helpotukseksi niin hoitajalle kuin toipujallekin.

VS Ramachandran ja Sandra Blakeslee:
Phantoms in the Brain, 1998.
www.painscience.com

”KIPU ON YKSI NIISTÄ
TUNTEMUKSISTA – ESIMERKIKSI
KUTINAN JA PAHOINVONNIN
RINNALLA – JOTKA YLEENSÄ
SUOJELEVAT JOLTAIN. MYÖS
KIPU SAATTAA JATKUA, VAIKKA
KAIKKI SEN MAHDOLLISET
SYYT OLISI SAATU
ELIMINOITUA.”

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/CCR 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**

Valtuusto keskusteli toiminnan haasteista

Liittovaltuuston kokouksessa keskustelun aiheiksi nousivat jäsenyhdistysten toimintaedellytysten turvaaminen ja sääntöjen uudistaminen.

Valtuuston kokouksen aluksi liittovaltuuston puheenjohtaja **Eila Heinonen** ja liittohallituksen puheenjohtaja **Eija Isaksson** luovuttivat vuoden 2016 Selkeä puhuja -palkinnon Marttaliiton toiminnanjohtajalle **Marianne Heikkilälle** (haastattelu sivulla 10).

Valtuusto hyväksyi toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2017. **Kalle Tervaskari** Uudenmaan kuulopiiristä peräänkuulutti kuulokojeiden t-asennon säilyttämistä tukevia toimenpiteitä. **Meria Mäkinen** Lounais-Suomen kuulopiiristä tiedusteli Valkean talon tilojen käyttöastetta. Taluspäällikkö **Ilkka Sivula** kertoi suunnitelmista tilojen käytön tehostamiseksi.

Valtuusto päätti, että varsinainen jäsenmaksu vuonna 2017 on 15 euroa, nuoriso-, perhe-, vapaa-, kunnia- ja ainaisjäseniltä 8 euroa ja sotaveteraanijäseneltä 1 euro. Kannatusjäsenmaksut säilyivät ennallaan: yhteisöltä maksu on 250 euroa ja yksittäiseltä henkilöltä 50 euroa.

Matti Huhtinen Kaakkois-Suomen piiristä oli jättänyt liittovaltuustolle aloitteen sääntömuutoksesta, jotta liittokokousmateriaalit voitaisiin lähettää yhdistyksille haluttaessa

pelkästään sähköpostitse. Nykyisten sääntöjen mukaan sähköpostilähetys on mahdollista maapostin ohella. Valtuusto hyväksyi hallituksen vastauksen, jonka mukaan asia otetaan huomioon sääntöjä uudistettaessa.

Valtuusto hyväksyi vastaukset myös kevätkokouksessa tehtyihin aloitteisiin koskien varsinaista jäsenyyttä useassa yhdistyksessä, jäsenmaksujen perimisen aikaistamista ja toimihenkilön palkkaamista induktiosilmukoihin liittyvän teknisen tuen antamiseen.

Valtuutetut tekivät kokouksessa runsaasti uusia evästyksiä ja aloitteita. **Outi Liуска** Uudenmaan kuulopiiristä muistutti, että valtuuston kokoukset tulee järjestää kuunteluym-päristöltään esteettömissä tiloissa. **Birgitta Paanila** Keski-Suomen kuulopiiristä ehdotti, että vapaaehtoisten matkakorvausten maksupäivät olisivat säännöllisiä. Lisäksi Paanila toivoi, että piirien ja yhdistysten toiminta-alueet tarkistettaisiin maakuntaudistuksen johdosta. **Janne Alkki** Lapin kuulopiiristä ehdotti, että vapaaehtoisten ja aluetoiminnan resurssit turvattaisiin liiton strategian tavoitteiden toteuttamiseksi alueilla.



Seminaariin osallistujia

Valtuuston seminaari

Helsingin yliopiston biotieteiden laitoksen lehtori **Ulla Pirvola** kertoi valtuutetuille kuulovammoista ja uusista hoitomuodoista. Geeniterapian suurimpana haasteena on kantasolujen kuljettaminen oikeaan paikkaan sisäkorvassa. Pirvola piti lupaavampana vaihtoehtona kuulovamman lääkehoitoa. Jo nyt on kehitetty lääkkeitä, joilla voidaan vähentää aistisolujen kuolemaa meluallistuksen jälkeen.

Talouspäällikkö **Ilkka Sivula** totesi, että liiton taloustilanne on hyvä. Suurimpina haasteina ovat Kopolan ja varainhankinnan alijäämät. Sivula arvioi, että Kopolaan tehtyjen henkilöstömuutosten seurauksena säästetään vuonna 2017 noin 50 000 euroa. Vuoden 2016 tulos jää Sivulan mukaan noin 50 000 euroa alijäämäiseksi, mutta vuoden 2017 tulossennuste on sen sijaan hiukan positiivinen. Kuuloliiton tytäryhtiöt tuottavat tällä hetkellä hyvin. Kuulo-Auriksen toiminnan haasteena on riip-

puvuus Kelan kurssitoiminnasta.

Seminaarissa kuultiin katsaus Kuuloliiton tulevan strategian ympäristöanalyysiin: keskeiset haasteet liittyvät teknologiaan, sosiaalipolitiikkaan ja alueellisuuteen sekä työelämään ja koulutukseen.

Strategian valmistelua varten on Kuuloliitossa toteutettu sidosryhmäkysely, jossa on selvitetty eri toimijoiden näkemyksiä Kuuloliitosta. Tutkija **Anniina Lavikainen** ja projektikoordinaattori **Ilona Maula-Tervo** kertoivat, että kyselyyn saatiin 60 vastausta, ja Kuuloliitto oli jokseenkin tuttu suurimmalle osalle vastaajista. Vastaajat arvioivat, että Kuuloliitto on onnistunut luomaan uskottavan imagon sekä toimimaan asiantuntevasti. Suuren yleisön tavoittaminen ei sen sijaan ole onnistunut yhtä hyvin. Uhkina Kuuloliitolle nähtiin rahoituksen epävarmuus ja leimautuminen liaksi ikäihmisten järjestöksi.

Taukopuhetta



Raili Aho ja Kaarina Myllymäki.



Antti Jokinen.

1. Mikä seminaarin aihe sinua puhuttaa?
2. Miltä Kuuloliiton lähivuodet näyttävät?
3. Mihin asioihin Kuuloliiton tulisi keskittyä tulevaisuudessa?

Kaarina Myllymäki,
Espoon Kuuloyhdistys ry

1. Seminaarin aiheet ovat kiinnostavia. Yleisesti minua askarruttaa monet asiat, koska ne jäävät yhdistyksessä harvojen kontolle.

2. Minulla on tunne, että muutoksia tulee – en tosin tiedä mihin suuntaan. Mikä on tulevaisuuden sote ja kenen kanssa tehdään yhteistyötä. Luotan, että ne asiat selviävät.

3. Jäsenetuihin ja kuulolähipalveluun. Yhteistyön luomiseen.

Raili Aho,
Keski-Uudenmaan Kuulo ry

1. Luento ikäkuulosta ja ikäkuulon uudet hoitomuodot kiinnostavat.

2. Sanoisin, että aika hyvältä. Kuulolähipalvelutoimijana näen, että kuulolähipalvelu on tuottanut hedelmää. Se on toiminnan selkäranka ja on tuonut jäseniä.

3. Kuulolähipalveluun ilman muuta. Sote, jos se joskus tulee, se voi muuttaa rakenteellisesti

aluejakoa niin kuulopiireissä kuin yhdistyksissäkin.

Antti Jokinen,
Helsingin Kuuloyhdistys ry

1. Seminaarissa minua kiinnostavat ympäristöanalyysi sekä dosentti Ulla Pirvolan esitelmä Ikäkuulon uusista hoitomuodoista. Ympäristöanalyysi on osa ensi vuonna liittokouksessa käsiteltävään strategiaa. Ikäkuulo on tärkeä asia monelle ikäihmiselle ja vaikuttaa heidän jokapäiväiseen elämään.

2. Lähivuodet ovat haastavia. Sote-uudistus tuo suuria muutoksia. On tärkeää seurata ja vaikuttaa tuleviin yhteiskunnan muutoksiin.

3. Kuuloliiton on oltava mukana sote-uudistuksen tuomissa muutoksissa. Sillä on seurausta kuulopiireihin. Yhdistystoimijoiden jaksamista on tuettava. Nuorisotoiminta olisi saatava kasvuun ja ottavan uutta jalansijaa Kuuloliitossa.

Marianne Heikkilä on Selkeä puhuja

Kuuloliitto valitsi vuoden 2016 Selkeäksi puhujaksi Marttaliiton toiminnanjohtaja Marianne Heikkilän. Perusteina valinnalle olivat Heikkilän selkeä ääntämys ja hänen kykynsä ottaa yleisö huomioon puheessaan.

– Puhuja on aina yleisönsä ja kuulijoidensa palvelija. Läsnäolo, rauhallinen puhetyyli, yksinkertainen rakenne ja yleisön kuuntelu sekä tunteminen ovat avainasemassa kaikkien puheiden pitämiselle, Heikkilä totesi kiitospuheenvuorossaan.

Heikkilä kertoo olevansa kiitollinen ja yllätynyt palkinnosta. Hän toivoo, että palkinto osaltaan rohkaisee järjestötoimijoita puhumaan selkeästi.

– Kyseessä on hienoimpia tunnustuksia, joita olen saanut, varsinkin kun se tulee järjestöltä, joka on alan ammattilainen.

Heikkilä on koulutukseltaan teologian maisteri.

Hän kertoo, ettei opintoihin sisältynyt puheviestintää kovinkaan paljon, ja pu-

humista joutuikin opettelemaan käytännön työssä.

– Jouduin muuttamaan omaa puhetapaani työuran alussa pitkälti kirkkojen akustiikan takia.

– Olen oppinut selkeän puhumisen käytännössä pitämällä lukuisia koulutuksia. Siirryttyäni järjestötyöhön yleisöt muuttuivat ja tämä vaati myös puhettavan muuttamista.

Heikkilä korostaa, että omaa puhetapaa joutuu usein muuttamaan tilanteeseen sopivaksi, varsinkin erityisryhmille pidettävillä kursseilla.

– Esimerkiksi huostaan otettujen lasten kurssilla luottamuksen syntyminen vaatii rauhallista kommunikaatiota.

Heikkilän mukaan viestintää kehitetään Marttaliitossa järjestelmällisesti. Marttaliitto järjestää piirien vapaaehtoisille viestinnän

koulutusta esimerkiksi siitä, miten puhutaan erilaisissa medioissa. Marttaliiton piirit vastaavat omista koulutuksistaan pitkälti itse, ja jäseniä pyritään tavoittamaan myös järjestämällä webinaareja eli verkkoseminaareja.

Selkeän puhujan palkinto luovutettiin liitovaltuuston kokouksen alussa 26.11. Aikaisempina vuosina palkinnon ovat saaneet **meteorologi Pekka Pouta** (2014), toimittaja **Baba Lybeck** (2012), näyttelijä **Jukka Puotila** (2010), toimittaja **Hilla Blomberg** (2008) ja toimittaja **Tommy Fränti** (2006). Selkeä puhuja valittiin Kuuloliiton kuuroutuneiden toimikunnan esityksen perusteella.

Haaste yhdistyksille

Marttaliitto on mukana Suomen 100-vuotisjuhlaan liittyvässä Syödään yhdessä -hankkeessa, joka pyrkii edistämään suomalaista ruokakulttuuria. Marianne Heikkilä haastaa kuuloyhdistyksiä järjestämään yhdessä paikkakuntiansa marttayhdistysten kanssa avoimien ovien ruokatilaisuuksia.

– Ottakaa yhteyttä Marttoihin ja kehittäkää yhteisiä tapahtumia, Heikkilä toivoo.



Marjukka Havumäki Pienen eleen uutisankkurina

110-vuotias keräys juhlii omilla uutisilla. Kuuloyhdistysten vapaaehtoiset ovat aktiivisesti mukana keräyksessä.

Pieni ele -keräys täyttää ensi vuonna 110 vuotta. Synttäreitä juhlustetaan muun muassa omilla uutisvideoilla, joiden uutisankkurina toimii Ylen **Marjukka Havumäki**. Hän lähti yhteistyöhön Pieni ele -keräyksen kanssa, koska tahtoo käyttää tunnettuuttaan tärkeiksi kokemiansa asioiden hyväksi. Tällaisia ovat esimerkiksi erilaisuuden hyväksyminen ja heikompien auttaminen.

”Ei minua kauheasti tarvinnut houkutella. Vaalien aikaan on paljon ihmisiä liikkeellä, joten se on erittäin hyvä tilaisuus tuoda esiin tällaisia asioita, jotka muuten jäävät jalkoihin.”

Pieni ele -keräykseen osallistuminen kuuluu Havumäen perheen vaaliperinteeseen siinä missä pullakahvitkin. Rahan pudottaminen lippaaseen on Kalle-pojan homma.

”Kalle on kehitysvammainen. Hänessä olen nähnyt, että pienellä avulla ja tuella voi oppia monenlaista ja tulla aktiiviseksi yhteiskunnan jäseneksi. Samaan tapaan toimii Pieni ele -keräyskin: Yksittäisen ihmisen lahjoitus on pieni, mutta kokonaisuudella voidaan saada paljon hyvää aikaan.”

Pienen eleen uutisstudioissa ei ammattilaisen nokka kauaa tuhise. Keräysuutiset luetaan taattuun tyyliin ja ankkurin asut vaihtuvat vauhdilla, mitä nyt mikrofonin lähetin tahtoo tarrata nahkahousujen kaulukseen.

Mikä olisi paras mahdollinen uutinen? Se, jonka Havumäki kaikkein mieluiten tahtoi julistaa kaikelle kansalle? Nyt vauhti hiljenee ja Marjukka miettii hyvän tovin.

”Yksi uutistoimittajan unelma olisi sanoa, että tämän päivän jälkeen maailmassa ei ole



yhtään sotaa eikä asevarustelua. Aseiden sijaan rahat käytettäisiin siihen, että missään ei olisi pulaa ruuasta ja puhtaasta juomavedestä.”

Havumäki tietää, että hyviäkin uutisia kyllä kerrotaan. Ne vain tuppaaavat jäämään surulisten uutisten jalkoihin. Ja toisaalta ei sekään olisi hyvä, että kerrottaisiin pelkkiä iloisia uutisia.

”Sitten ei tapahtuisi mitään kehitystä. Kun tuodaan epäkohtia pintaan, voidaan saada isojakin asioita liikkumaan. Sen ainakin on tässä vuosien varrella oppinut, että asiat eivät ole mustavalkoisia ja erilaiset äänet pitää saada uutisissa kuuluviin.”

Pienen eleen ääni alkaa kuulua maailman uutisvirrassa heti vuoden 2017 alussa. Keräysuutisia julkaistaan sosiaalisessa mediassa kevään vaaleihin asti.

Lyhyesti

Hallituksen päätöksiä

Lokakuun kokouksessa hallitus päätti säilyttää Kopolan Kuuloliiton omana yksikkönä ja velvoitti toiminnanjohtajan ryhtymään toimenpiteisiin lokakuun 2016 loppuun mennessä Kopolan taloudellisen tilanteen tervehtyttämiseksi.

Hallitus hyväksyi toimintasuunnitelman sekä vastaukset aloitteisiin liittovaltuustolle esitettäväksi. Hallitus päätti käynnistää liiton sääntöjen muutosprosessin ja jatkaa sääntötyöryhmän toimikautta vuoden 2017 loppuun asti.

Eija Isaksson valittiin Kuuloliiton ehdokkaaksi YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimuksen koordinaatiomekanismin puheenjohtajistoon tai jäseneksi.

Hallitus päätti myöntää VaTa Järjestöpalvelu Oy:lle 50 000 euron pääomalan.

Hallitus oli pyytänyt Keski-Suomen piirille osoitetusta testamenttilahjoituksesta päätösehdotusta piirin neuvottelukunnalta. Hallitus päätti neuvottelukunnan esityksen mukaisesti, että saatu summa jaetaan tasan Keski-Suomen seitsemän yhdistyksen kesken.

Omin käsin tehty – Pentti nikkaroi kotiverstaallaan



Luukäsitöitä

Puhdasta luontoa, erämaata, maaperän rikkauksia, kesällä vietetään yötöntä yötä, revontuletkin räiskyvät. Olemme Kersilön kylässä Sodankylässä. Pentti Aikio asuu täällä. Hänen kotiverstaassa on valmistunut käyttöesine jos toinenkin.

Pentti Aikio asuu omatoimisesti öljylämmitteisessä isossa omakotitalossa. Maiseman ja tien peittää luminen hunttu ja luonnon rauha. Olohuoneen takan nurkalta kurkistaa täytetty minkki ja orava. Huoneissa on esillä lukuisia valokuvia. Liinavaatteet ovat silitettynä siistissä pinossa.

– Pesen ja silitän itse vaatheni, onneksi luoja on antanut Pentille hyvän kunnon, hän aloittaa.

Pentti on humoristinen ja sosiaalinen. Hän kuuntelee tarkasti ja miettii asioita ennen kuin sanoo mielipiteensä. Aktiivinen elämäntyyli ja ystävät pitävät Pentin valppaana ja nuorekkaana, joten häntä ei uskoisi 87-vuotiaaksi. Kolme tytärtä asuu Sodankylän kirkonkylällä ja yksi tytär pääkaupunkiseudulla. Aino-vaimo on nukkunut pois vuonna 1998 ja ainut poika kolme vuotta sitten.

– Elämäni pysähtyi. En oikein saanut otetta verstaassa työskentelyynkään kun vasta viime aikoina, hän sanoo hiljaa.

– Tyttäret käyvät välillä auttamassa. Traktori on huollettu ja siinä on lumilinko perässä, teen lumityöt itse.

Keittiössä soi radiokanava YleX. Suomen pystykorva Tessu haukahtelee pihalla. Pentti katsoo ikkunasta ulos.

– Kato, kettu tuolla!

– Asun täällä herran kukkarossa. Kävin muistitestissä ja onnekseni olen täydellä järellä. Muistitestit menivät hyvin, hän sanoo ja luettelee numerosarjaa ulkoa.

– Niskakulumaa on. Sain lapsiltani isänpäi-

välajaksi neljä hierontaa ja jalkahoidon.

Pentti seuraa tarkasti elämänmenoa. Hän sanoo olevansa auttavainen ja kuunteleva luonne.

– Olen ollut erilaisissa toimikunnissa ja lautakunnissa, mutta valtuutetuksi en ole ha-
lunnut enkä ole ollut vaaleissa ehdollakaan. Seurannut olen. Puoluekokousedustajana olen ollut mukana ympäri maata pienen ikäni.

Suomalaisen yhteiskunnan tilaa Pentti on tuumaillut itseksensä ja muiden ihmisten kanssa kylillä, jossa välillä purnataan maan asioita.

– Kaikki politiikotkin ovat vain ihmisiä ja jokainen puolue saa olla vuorollaan huipulla Suomen etuja hoitamassa. Ihmettelen, kun kuntatasollakin näkyy pientä syrjintää tai eripuraisuutta. Nyt on tokka miehiä ja naisia päättämässä asioista, ennen pärjättiin pienemällä porukalla. Laki on tullut mukaan, että pitää olla riittävästi päättäjiä.

Omaan eläkkeeseensä hän on suhteellisen tyytyväinen, mutta sanoo sen kuukaudessa murenevan.

– Jos eläke ei riitä kuukaudessa, niin kyllä se panee kauppvoja kiertämään, mitä suuhunsa laittaa, hän pohtii.

Pentin kuulo alkoi heiketä vähitellen 1980-luvulla. Hän on tottunut kuulokojeen-käyttäjäksi erilaisiin tilanteisiin. Puheissa vilistää usein sana ”kylillä”, jolla hän tarkoittaa Sodankylän kirkonkylää.

– Kylillä näen ihmisiä, jotka sanovat ”On se Pentti mullakin kuulolaite, mutten käytä sitä” tai sitten on heitä, jotka eivät lähde millään



Pentti pylväsporakoneen äärellä



Aktiivinen elämäntyyli ja ystävät pitävät Pentin valppaana ja nuorekkaana.



Metsästyks ja kalastus on ollut Pentille tärkeä harrastus, kuten myös seuralainen Tessu.

konstin kuuloa tutkituttamaan. Arvaa mitä sanon? Kysyn, onko se korva varmasti puhdas? Vetoan siihen, että siellä saattaa olla vahatulppa. Muistakaa ihmiset puhdistaa korvat, koska hyviä nestemäisiä puhdistusaineita löytyy, hän sanoo päättäväisesti.

– Verstaassa pärjään ilman kuulokojeitakin, mutta laitan sen heti korvaan, kun on keskustelutilanne.

Pentti on ollut Sodankylän Kuulon jäsenenä 15 vuotta ja hän käy yhdistyksen tapahtumissa. Reissuilla ja eri tapahtumissa kysytään: Onko sinulla Pentti soittoväline mukana?

– Mun pitää vähän soittaa sulle!

Pentti ottaa esille Hohner-merkkisen huuliharpun ja soittaa Kevät toi, kevät toi muurarin...

Soitettuaan hän jatkaa elämäntarinaansa.

Pentti kohtasi savottatöiden aikaan Ainon, jonka kanssa hän meni naimisiin vuonna 1948. Ainolla oli 30 poroa.

– Toimin nuoruudessani kuusi vuotta poroisäntänä. Isävainaa antoi kahden hehtaarin tontin, jonne asutustila rakentui. Nyt olen luovuttanut tilan lapsilleni.

– Ajoin kymmenen vuotta Osuuskaupan kuorma-autoa ja sitten minua kysyttiin Postille. Vuonna 1964 ennen kuljettajaksi ryhtymistä minun täytyi saada jatkokoulun päästötodistus, kun koulu oli keskeytynyt sodan aikana. Sain linjakortin ja olin vakiokuskina Rovaniemi – Ivalo – Savukoski linjalla ja tilausajaja ajoin 20 vuotta.

– Olisin mielelläni jatkanut ajoa, mutta ”jouduin” vasten tahtoaani eläkkeelle 55-vuotiaana, kun sen aikainen laki sanoi niin. Laiskana en ollut koskaan, Pentti kertoo.

Siirrymme verstaalle, jossa näkyy Pentin käden jälki. Esillä on pahkatöitä; isoja kuksia, pieniä kuksia ja napsukuksia. Honkapöytiä ja –penkkejä on valmistunut usealle. Linnunpönttöjä on tekeillä pikkulinnuille, suurempia

pönttöjä telkille.

– Poron sarvista ja sääriluista voi tehdä mitä vain, teen niistä yleensä paperiveitsiä, hän näyttää porosta tehtyjä luutoita.

– Innostuin jo pikkupoikana, kun näin koiravessa pahkamurikan. Pahkoja tuodaan minulle ja joskus haen itsekin niitä omilta mailta. Haapakin käy, mutta se ei ole niin kestävä. Tässä harrastuksessa aika kuluu nopeasti.

– Alkusijoituksena koneet ja laitteet maksoivat. Epäillen suhtaudun siihen, että nuorisoa pahkatöiden tekeminen tulevaisuudessa kiinnostaisi, Pentti sanoo pylväsporakoneen ääressä.

Verstaalla kelon oksalla katselee metsoja kärppä. Eläinten konservointi eli kansankielellä täyttäminen on taitolaji, joka Pentti Aikion mukaan vaatii harjoitusta siinä missä monet muutkin kädentaidot. Aikio on täyttänyt etupäässä siipien päällä olevaa pienriistaa ja nisäkkäitä.

– Lyöttäydyin aikoinaan mukaan eläinten-täyttökurssille. Täyttäminen on monivaiheista. Nykyisin saa valmiita muovirunkoja ja styroxytätettä ja vedetään nahka tai talja päälle. Loppusilauksena laitetaan silmät ja harjataan karva oikeaan suuntaan. Yhden pienen nisäkkään täyttöön menee useampi päivä, Pentti kertoo.

– Laitan pyydyksen kairoille tai purojen varteen. Sillä saan kenties riekon, teeren, minikin...

– Joku tätä arvostaa, joku toinen ei. Minusta tämä on taidetta. Vivahteet paranevat ja taito kehittyy kokemuksen kautta. Tämä on vertauskuvainnollisesti kuin itsensä pukemista!

Pentti laittaa takin ylle ja näyttää vintti-kaivoaan. Ford on lämpimässä. Tottunut ratinkääntäjä on lähdössä asioille Sodankylän keskustaan, jonne on matkaa 26 km. Etäisyyttä Rovaniemelle on 155 km, Inariin 175 km. Helsinki siintää 1 000 km päässä.

”JATKUVA UUDEN OPPIMISEN
JA ITSENSÄ HAASTAMISEN
MAHDOLLISUUS ON OSA
TAIDON MIELEKKYYTTÄ.
LAJIA VOI HARRASTAA
PITKÄÄN EIKÄ SEN OPPEJA
SAA AMMENNETTUA
TYHJIIN.”

Lotta harrastaa taidoa

Kaksi vuotta sitten Lotta Salmelan kaveri sai Lotan mukaansa taido-kurssille. Sitten harrastuksesta on tullut tärkeä ja ryhmästä tuttu.

Taido on karaten sukulaislaji. Se on puolikon-taktilaji, jossa liikutaan paljon tilassa ja jossa on sijaa myös luovuudelle. 11-vuotias Lotta Salmela on harrastanut taidoa kaksi vuotta. Hän käy harjoituksissa kerran tai kaksi vii-kossa, osallistuu välillä kilpailuihin ja katsoo lajivideoita internetistä.

Mieluisimpia Lotta Salmelalle ovat har-rastukset, joissa ympärillä on muita. Lotta on aloittanut hiljattain myös show-tanssin. Toisaalta lukeminenkin kuuluu pienen tauon jälkeen jälleen Lotan nautintojen listalle, ja aiemmin hän on kuvannut myday-videoita – youtube-pätkiä, joissa päivän tapahtumista kerrotaan videolle, joka sitten julkaistaan.

– Harrastin myös luistelua, mutta hallissa kaikui liikaa, Lotta Salmela kertoo.

Taido-salin ääniympäristö on sen sijaan lempeä. Tatamien ansiosta harjoitustilassa ei

kaiu.

– Harjoituksissa on etupäässä kurinalaisen rauhallista, joten opettajan ääni kuuluu hyvin, Lotan äiti **Sanna Salmela** selittää harrastuk-sen miellyttävyyttä ja esteettömyyttä.

Lisäksi opetus perustuu näytetyn esimer-kin seuraamiseen ja yksilölliseen ohjaukseen. Vaikka korut ovat harjoituksissa kiellettyjä, Lotta pystyy käyttämään kuulolaitteitaan. Tai-dossa ei saa ottaa kontaktia pään alueelle.

Vuosi sitten Lotta Salmela halusi aloittaa musiikkiharrastuksen, mutta Tuusulasta ei löytynyt sopivaa tapaa tai paikkaa sille. Kuo-rossa ääniympäristö oli liian kakofoninen. Nyt Lotta harjoittelee pianonsoittoa Sannan oh-jauksessa kotonaan.

Kuunteluympäristöllä on merkitystä, sillä harrastuksen tarkoitus olla nautinto. Myös-kään vyöarvolla ja kilpailutuloksilla ei ole väliä, vaikka taidossa onkin mahdollista edetä ja haalia voittoja, Sanna Salmela korostaa. Toisaalta jatkuva uuden oppimisen ja itsensä haastamisen mahdollisuus on osa taidon mie-lekkyyttä. Lajia voi harrastaa pitkään eikä sen oppeja saa ammennettua tyhjiin. Jossain vai-heessa on myös mahdollista päästä ohjaamaan muita. Suunnitelma on käynyt myös Lotan mielessä.

Taido-harjoitukset alkavat salin ovella ku-marruksella hyvälle treenille. Ennen liikkei-siin siirtymistä kumarretaan opettajalle ja rauhoitutaan harjoitukseen. Harjoitus myös lopetetaan kaavanmukaisesti hengityshar-joituksiin, rauhoittumiseen ja kumarrukseen ovella. Salissa opittu jätetään sieltä lähdettä-essä taakse – tekniikoita ei saa käyttää har-rastuksen ulkopuolella.

– Vanhemman näkökulmasta säännöt teke-vät lajista kivan. Ne kehottavat yhteistyöhön ja toisten hyväksymiseen, eikä kenenkään vir-heille saa nauraa, Sanna Salmela kommentoi.

Lotta Salmela kertoo harjoitusten kulusta lisää:

– Aluksi lämmitellään karhukävelyllä, rapu-kävelyllä tai muuten, sitten harjoitellaan pe-rusasentoja sekä lyöntejä ja potkuja ja lopuksi venytellään.



Lotta Salmela ja temppuratapokaali vuonna 2014.

Yksi taidolle tyypillinen piirre on akrobaattisuus. Taidossa liikutaan paljon, ja tekniikoihin kuuluu käärynpöyriä, kuperkeikkoja ja voltteja.

Lotta Salmelan mielestä hienointa on oppia liikeyhdistelmiä ja -sarjoja. Lotta on juuri oppinut ensimmäisen puolikkaan hokeinsa. Taidon liikesarjat, hokeit, ovat poikkeus kamppailulajien joukossa, sillä niitä tehdessä saa olla luova ja liikkeitä saa muuttaa. Liikesarjaharjoittelu on kamppailulajien keskeisimpiä harjoittelumuotoja. Sarjojen tarkoituksena on toisaalta painaa liikeradat oppilaan muistiin ja toisaalta siirtää lajien tärkeimmät tekniikat tulevaisuuteen oppilaiden ketjua pitkin. Salmeloiden perheessäkin taido-harrastuksella on jatkuvuutta: myös Lotan pikkuveli **Aaro** harrastaa lajia.

Seuraavaksi Lotta Salmela haluaa oppia lisää liikesarjoja, tulevaisuudessa mahdollisesti myös opettaa pienimpiä taidokkaita. Ennen muuta taitaa kuitenkin olla tärkeintä, että harjoitukseen saa aina kerran viikossa uppoutua ja sieltä poistua innostuneena.

Lotta ja Aaro Salmela harrastavat taidoa samassa ryhmässä.



Terveysteksti

Jouluvieraan erityisruokavalio

Allergia- ja astmaliitto muistuttaa, että vakava ruoka-allergia tulee muistaa myös juhlapöydässä. Hyvällä ennakoinnilla kaikki nauttivat ruoasta turvallisista mielin.

Ruoka-allergiat ovat oireiltaan erilaisia. Joku saa lievää suun kutinaa, kun taas toinen voi saada vakavan allergisen reaktion murusetakin. Lievään allergiaan voidaan suhtautua huolettomammin, mutta vakava allergia pitää huomioda myös juhlan keskellä.

– Tärkeää on se, että läheiset ymmärtävät vakavan allergian ja ottavat asian todesta, kun siitä kerrotaan. Esimerkiksi voimakkaasti pähkinä- tai maitoallergiselle lapselle ei saa tarjota pientäkään palaa suklaata, painottaa allergia- ja astmaneuvoja **Anne Vuorenmaa** Allergia- ja astmaliitosta.

Jouluisin suositut pähkinät ja kala ovat tyyppisiä voimakkaan allergisen reaktion aiheuttajia. Kala-allergia voi olla niin voimakas, että allergiaoireita tulee jo pelkästä kalan hajusta.

– Jos joukossa on voimakkaasti allerginen, hänelle oireita aiheuttavat ruoat pidetään erillään muista ruoista niin valmistuksessa, tarjoilussa kuin säilytyksessä. Valmistusasiat ja ottimet pidetään myös toisistaan erillään, Anne Vuorenmaa Allergia- ja astmaliitosta toteaa.

Allergia- ja astmaliitto muistuttaa, että jou-

lun herkut on helppo tehdä myös korvaamalla oireita aiheuttavat ruoka-aineet. Joulupuuro voidaan valmistaa vaikka kookosmaidosta. Jos perinteinen manteli aiheuttaa oireita pähkinäallergiselle, puuroon voidaan lisätä mantelin sijasta makaroni.

ALLERGIA- JA ASTMALIITTO RY

”TÄRKEÄÄ ON SE, ETTÄ LÄHEISET YMMÄRTÄVÄT VAKAVAN ALLERGIAN JA OTTAVAT ASIAN TODESTA, KUN SIITÄ KERROTAAN.”

Nuottiaarteet esille!

Unohdettuja vanhoja nuotteja, musiikkia joka näkyy, kellastunutta nuottikirjoitusta, kauniita vanhoja kansikuvia. Niistä Turun kuuloyhdistyksen taidepiiriläiset tekivät taidetta.

"EIHÄN KUULOKOJE KORVASSA KAIKKIA KOMMUNIKAATIO-ONGELMIA KOKONAAN RATKAISE. KULTTUURIASIAT JA NIISSÄ YHDESSÄ TEKEMINEN VOI TUODA MEIDÄT NÄKYVÄMMIKSI."

Taidepiiriläisten töitä on ripustettu esille Turun Kynnys-Galleriaan. Nuottien matkassa -näyttelyn työt ovat viime kevään tekemisen satoa.

– Olemme vaikeasti huonokuuloisia emmekä kuule musiikkia, joten teemme taiteen keinon näkyvää, kertoo taidepiirin vetäjä **Liisa Vainio**.

– Käymme taidemuseoissa, retkillä, ulkona-kin olemme piirtäneet. Toiveenamme on saada taitelija, joka tulisi opettamaan meille tekniikkaa.

Vainio on vetänyt piiriä vuodesta 2014. Aiemmin taidepiirin luomuksia on ollut esillä kesänäyttelyssä ja Turun messukeskuksessa.

Liisa Vainiolla oli kotona iso pino nuotteja, jotka ovat 1920 – 1930 luvuilta. Hän nippusi nuotit ja kysyi lapsiltaan, haluaisivatko he niitä. Kukaan ei halunnut.

– Ehdotin taidepiirissä, että tekisimme nuottien kansilehdistä ja nuottikirjoituksesta taidetta paperikollaasitekniikalla. Aluksi taidepiiriläiset kuitenkin hieman epäröivät uskaltaako nuotteihin tarttua saksilla. Sanoin, että ne ovat minun – saatte toki! Jokainen heistä rupesi tekemään ja jokainen teki kuten itse tykkäsi.

Miten nuotit ovat päätyneet sinulle?

– Meillä oli lapsuudessaani kotona Raumalla piano. Isäni harrasti nuoruudessaan paljon musiikkia. Ei hän paljon puhunut omasta harrastuksestaan. Kun isäni kuoli vuonna 1983, sain nuotit. Isosiskoni tiesi kertoa, että hän soitti Rauman Kauppaseurassa taustamusiikkia nuoruudessaan. Hän soitti klassista, valssia ja populaarimusiikkia enkä tiennyt siitä mitään! Hänelle oli kertynyt nuotteja Ruotsista ja Saksasta saakka. Isäni kuuroutui vanhemmalla iällä ja hän lopetti harrastuksensa.

Sinulla on jäljellä iso pino nuotteja. Mitä aiot tehdä niille?

– Ne voisi viedä jonnekin, kenties Sibelius-museoon, Liisa Vainio miettii.

Yliopistolla tutkijan uran tehneelle Liisalle taide on ollut rakas harrastus vuosikymmenet.

– Kuuloliiton kuvioissa olen pyörinyt järjestötehtävissä monella tasolla jo pitkään, mutta nyt olen ikään kuin palannut takaisin nuoruden mielipuuhiin, Liisa tuumaa.

Hän haluaa tuoda esille myös laajemman näkökulman asiaan.

– Me kuuloyhdistyksissä toimijat olemme

usein vähän sisäänpäin kääntyneitä, puuhaamme paljon juuri kuuloon liittyvissä asioissa eikä se suoraan kiinnosta ei-kuulovammaisia ihmisiä. Kuitenkin kaipaamme kommunikaatiota normaalikuuloisen väestön kanssa, eihän kuulokoje korvassa kaikkia kommunikaatio-ongelmia kokonaan ratkaise. Kulttuuriasiat ja niissä yhdessä tekeminen voi tuoda meidät näkyvämmiksi. Musiikin käsitteleminen taiteen keinoin tuo Galleriaan myös normaalikuuloisia ihmisiä, Liisa pohtii.

– Minua kiehtoo akvarelli, koska se on vaikea tekniikka. Jos haluaa jotain ilmaista akvarellilla, idean tulee olla valmiina päässä, koska siinä ei voi muuttaa mitään. Se on kiehtovaa seikkailua. Öljyvärimaalausta voi korjata. Ihailen vaasalaisen taidemaalarin **Carl Warghin** taidetta.

– Akvarelli ei ole kallis harrastus. Jos haluaa korkeatasoista paperia, kannattaa satsata paperiin. Sellainen on esimerkiksi laadukas loppupaperi.

Liisa näkee, että paperikollaasista tehtävä taide on kuuloyhdistyksen kulttuurityötä parhaimmillaan.

– Taide on monelle henkireikä toteuttaa omaa sisintään, tuoda ideoita ja tarinaa esille. Tekemisen kautta tulee paljon asioita mieleen. Harrastus sopii erinomaisesti kuulovammaiselle.

– Taidepiiri kävi marraskuulla katsomassa Turun taidemuseossa yhden maamme tunnetuimman kuvataiteilijan **Helene Schjerfbeckin**



Liisa Vainion tekemää taidetta nimeltä Pianon henki.

kin näyttelyä. Katsoimme tauluja rauhassa ja keskustelimme niistä.

Kynnys-Galleria sijaitsee Turun keskustassa katutasossa Yliopistonkadulla. Galleristi-taiteilija **Hilkka Huotari** on saapunut paikalle. Hän pohtii Liisan kanssa Suomi-kuvaa.

– Ensi vuosi on Suomen juhluvuosi. Kenties

löydämme jonkun tarinan, josta voimme luoda taidetta juhluvuoteen.

– Ryhmästämmä löytyy lämmintä myötämieltä ja ihanaa kanssakäymistä. Se on samalla vertaisryhmä, Liisa kehuu taidepiiriläisiä.

Turun Kuuloyhdistyksen taidepiiri kokoontuu kuukausittain osoitteessa
Kauppiaskatu 21, Turku. Tapaamisissa on aina kirjoitustulkkauks.
Yhteystiedot: Liisa Vainio p. 040 595 8813 (vain tekstiviestit), liisa.vainio1@gmail.com

VIIVI KAAKINEN
KUVA: © WSOY

Kaikki joukolla suonsilmäkkeeseen

”Muista suo – suomista” on Kati Kovácsin uusimman sarjakuva-albumin ratkaiseva sanaleikki

On perhe, jossa kulkee perintönä suomutauti. Äidin suomut ovat maksassa, isän ihossa, ja Kamileella suomutauti on löytänyt tartunta-paikkansa sisäkorvasta: ”Suomuiset hermosteet estävät ärsykkeiden kulkeutumisen aivoihin. Sähköimpulssit rikkoutuvat ja katoavat.” Kamileen on ollut kuuro viisivuotiaasta.

Kati Kovácsin uusin sarjakuva-albumi Kamileen labyrintti kertoo siitä, miten reitti labyrintin keskusta raivataan suomista: miten Kamileen parantuu korvataudistaan, äiti alkoholismistaan ja isä psykosomaattisesta kutinastaan. Samalla perhe toipuu kehnon ja haavoittavan vuorovaikutuksen seurauksista. Kärsinyt ydinperheyksikkö löytää yhteytensä uudestaan.

Kirjaa ei sovi kuitenkaan lukea ydinperhemallin ylistykseksi. Kamileen perheen parantaja on ukin syrjähyppystä omaehtoisen Mariposan kanssa syntynyt, ”kaiken ulkopuolelle työnnetty” Ruben. Ruben on sokkeloterapeutti, suomujen silittäjä ja evoluutiotutkija. Hän tietää, miten perhe kehittyy, miten vuorovaikutusta karkeuttavat suomut silotetaan ja miten hukassa oleva perhe löytää jälleen yhteen.

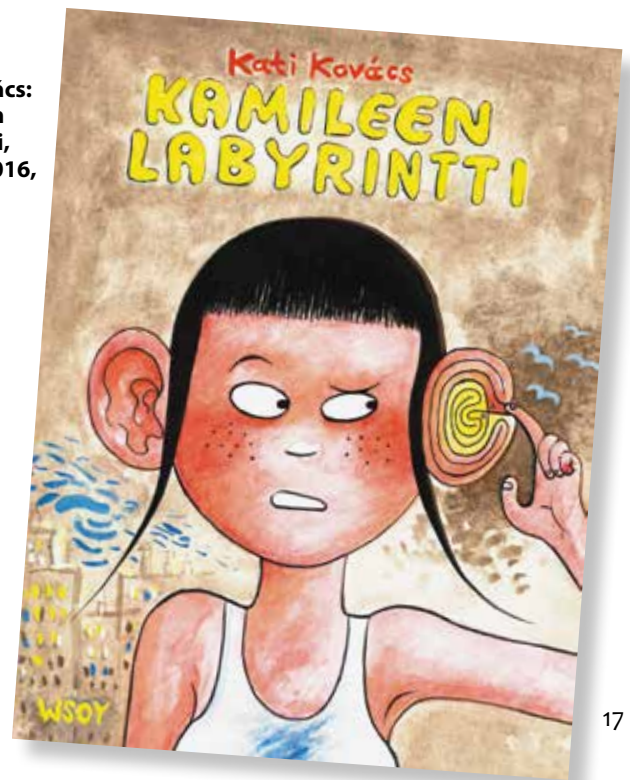
Ruben tekee rohdon suolintujen jaloista. Lääkkeeksi kelpaavat vain valioyksilöt, ne, jotka pysyvät suon pinnalla. Kamileen labyrintissa uhrataan kaikista terveimmät – maailmassa pärjäävät, ne, joille maailma sopii – jotta ulkopuolisilla, syrjässä, marginaaleissa ja maan alla elävillä olisi mahdollisuus voida hyvin.

Suolinnuissa paljastuu suomujen tarkoitus: suomujen ansiosta niiden jalat kannattelevat niitä suon pinnalla eivätkä ne uppoa. Kamileen perheen täytyy kuitenkin upota parantuaakseen. Kamileen labyrintti on ikään kuin eräänlaisen perheterapiakulminaation kuvaus. Perheenjäsenet kohtaavat toisensa vasta pinnan alla, missä tukahdutettua menneisyyttä voidaan havainnoida ja käsitellä.

Uppoaminen on läpi tarinan kuitenkin myös seksuaalisen rohkaistumisen ja avautumisen metafora. Sokkeloterapeutti-Rubenin äidillä Mariposalla on ollut suhde paitsi Kamileen ukin niin myös linnunluiseen rouva Flooran kanssa. Suhde elää muistoina ja ”upponautinnoiksi” kutsutuissa kirsikkapiiraissa, joita Floora syö (ehkä rakkauden-, nuoruuden- tai uskalluksennälkäänsä). Floora on sittemmin avioitunut miehen kanssa ja perustanut perheen, mutta suurimman osan elämästään hän vaikuttaa viettäneen uppoutuneena Mariposaa koskeviin muistoihin.

Kamileen labyrintissa yksinäisyydeltä, näkymättömyydeltä ja kuulumattomuudelta pelastutaan rohkeudella ja avoimuudella. Perusteita ja normeja on horjutettava ja tuntemattomalle antauduttava, jotta elämän sokkeloissa voi todella kohdata toisen ihmisen.

Kati Kovács:
Kamileen
labyrintti,
WSOY, 2016,
87 sivua.



Kielimuuri tuplana

Dolce Vita pääsi vierailemaan jo tasan vuosi sitten pakolaisten vastaanotokeskuksessa. Vein sinne pestyjä hyväkuntoisia vaatteita ja talvikenkiä.

Taannoin pääsin tutustumaan toiseen keskukseseen nähdäkseni, mitä työtä kuuluu tuttavani päivään. Työ on raskasta, mutta siitä en puhu nyt. Huomasin nimittäin nuoren äidin, jolla on kolme lasta. Äskettäin oli selvinnyt, että 4-vuotiaan tyttären lisäksi 1,5-vuotias poika on kuulovammainen.

Tuttavani selvitti, miten raskas tehtävä koko perheellä on edessään, jotta kuulovammaiset lapset osataan kasvattaa samalla tavoin kuin muut pakolaislapset. Heillä on kielimuuri, mutta se voidaan ylittää tulkkauksella ja oppimalla suomen kieli.

Mutta kuulovammaisella on kiivettävänään tuplamuuri, tuttavani muistutti. Mainitut lapsetkin tarvitsevat tulkkia ihan kaiken päivää. Tarvitaan kaiken lisäksi välitulkkausta eli reletulkkausta. Suomen kielelle, siitä suomalaiselle viittomakielelle ja käännetään vielä kerran eli kansainväliselle viittomakielelle. Jo tämä on Dolce Vitalle vaikea käsitellä, mutta vaikeudet keskustella oikein termein viranomaisen kanssa täytyy olla tosi hankalaa. Suomeen tulevat perheet eivät osaa heti mitään viittomakieltä.

Netistä löytyi hyvä opas, joka antaa tukea kuulovammaisille maahanmuuttajille. Se on nimeltään Kuuloavain.fi.

Kansainvälisiä tilastoja hyväksi käyttäen voi laskea suurin piirtein, kuinka paljon Suomessa on ulkomaataustaisia kuulovammaisia. 300 000 ihmisestä noin 16 000:lla on kuulovamma. Heistä lapsia noin 1500. Kuuloalan järjestöt, Kuuloliitto mukaan lukien, tekevät kaiken aikaa työtä tuon suuren ihmisjoukon auttamiseksi. Lapset ovat suurin haaste, kun yhteistä kieltä haetaan.

Tämä aihe ei uutiskevennyksiä kaipaa, mutta oheinen tarina on elävästä elämästä ja tapahtunut 30. marraskuuta. Kertoja on taksikuski, joka ei halua nimeään julkisuuteen. Tässä jutussa kaksi ihmistä on juuri tullut maahan.

”Ai herran jumala sentään... tuolla kaksi nuorta viittoi mua pysäyttämään Mannerheimintielle, messuhallia vastapäätä. Pysäytin auton ja huomasin, että he olivat aivan jäässä, tutisivat ja yrittivät lämmitellä toisiaan. Kysyin, mihin he olivat menossa. Tyttö osoitti puhelimen wi-fi-merkkiä. Ei yhteyttä. Loin yhteyden tytölle HOK Elannon avoimen verkon kautta”.

”Osoittautui, että molemmat ovat kuuromykkiä ja tulivat Iranista. Tyttö näytti kännykästään, mihin he olivat menossa. Mutta teksti oli HEB-REAKSI. Minuuttien hakemisten jälkeen tyttö osasi kääntää osoitteen englannin kielelle. Lopulta päästiin perille Pohjois-Helsinkiin ja siellä saatiin soitetuksi ystävä heitä vastaan. Kun sopiva raha oli löytynyt, mietin, mitä vaikeuksia nuori pari tulisi Suomessa kohtaamaan. Tuumin olevan heidän onnensa, kun päätyivät ystävälliseen maahan.”

Samoin ajattelee Teidän

DOLCE VITA

Selviytyjät murtavat yhteiskunnan asenteita



Tommi Kinnunen: *Lopotti*. WSOY 2016

Tommi Kinnusen esikoisromaani Neljäntienristeys sai ilmestyessään innostuneen vastaanoton; se on sittemmin käännetty 14 kielelle. Tänä vuonna sen jatko-osa *Lopotti* oli Finlandia-palkintoehdokkaana. Kuusamolaisen suvun tarinaa laajentavassa romaanissa päähenkilöt liikkuvat myös Helsingissä ja Turussa. Se on itsenäinen teos, joten tarinan lukemisen voi hyvin aloittaa siitä.

Romaanin tematiikka on kiinnostava: keskiössä on erilaisuuden kokemus ja suomalaisen yhteiskunnan asenteiden hidas muutos. Suvun vaiheita seurataan sotavuosista nykyaikaan asti. Lapsena sokeutunut Helena lähetetään 7-8 -vuotiaana Helsinkiin sokeainkoulun. Helenan veljenpoika Tuomas tunnistaa teini-ikäisenä olevansa homo ja hakeutuu sitten opiskelemaan kauppakorkeakouluun mahdollisimman kauas kotipaikkakunnalta, Turkuun. Toisilleen läheisten tädin ja pojan tarinat vuorottelevat teoksen luvuissa; Helenan jaksot on kirjoitettu minä-muodossa, Tuomaksen kolmannessa persoonassa.

1950-luvun sokeainkoulusta muodostuva kuva on järkyttävä. Sisäoppilaitoksen suurten makuusalien ilma on täynnä pidätettyä itkua. Peittojen alla kaivataan kotiin vanhempien ja sisarusten luo. Opettajat vaativat niin sanottua normaalia käyttäytymistä, varmaa liikkumista ilman valkoisten keppien tai opaskoirien tukea. Kaupungilla liikkumista opetellaan painamalla mieleen reitit, laskemalla askelia ja käännöksiä kadunkulmissa. Tärkeätä on pysyä mahdollisimman huomaamattomana. Kinnunen on lehtijutuissa kertonut haastatelleensa Näkövammaisten keskusliiton avulla tapaa-

miaan henkilöitä. Romaanissa kuvataan kiinnostavasti, miten sokea kokee ympäristön muiden aistiensa, äänien ja ilmapirran avulla. Voimakastahtoinen Helena päätyy opiskelemaan Sibelius-akatemiaan ja pätevöityy pianonvirittäjäksi.

Tuomas oppii elämään monessa roolissa yhtäaikaan, kätkemään homouden silloin kun se on välttämätöntä. Vuosien mittaan hän kokee yhteiskunnan asennemuutoksen: kertoo itseltään perheelleen, löytää pysyvän kumppanin ja solmii rekisteröidyn parisuhteen. Romaani kuvaa lapsettomuutta ja miesten kaipuuta tulla isäksi; sitä ei ehkä aikaisemmin ole näin tarkkaan kuvattu.

Helena ja Tuomas eivät halua tulla määriteltyiksi yhden ominaisuutensa perusteella, vaan toteuttaa itseään omien valintojensa avulla. Keskinäisistä loukkauksista ja pettymyksistä huolimatta Löytövaaran suku pitää yhtä: siitä ei pääse eroon, ja se tukee jäseniään vaikeissa tilanteissa.

Kuten esikoisromaanissa myös *Lopotissa* on episodimainen rakenne. Luvut ovat kuin albumista poimittuja valokuvia, eläviä hetkiä ja kohtauksia eri vuosilta. Tarina poukkoilee aikatasojen välillä; kokonaisuus muodostuu lukijalle vähitellen. Vastan tulee myös yllätyksiä: tapahtumat näyttävät uudessa valossa.

Romaanin lopussa kuvattu tilanteen perusteella veikkaan, että suvun tarina jatkuu kolmannessa romaanissa – ehkä vuosien kuluessa.

Tommi Kinnunen on syntynyt Kuusamossa. Hän toimii yläkoulun ja lukion äidinkielen ja kirjallisuuden opettajana Turussa.

Reportteri

Teksti: Erkki Ahonen

Kuvat: Pasi Liesimaa (joulunpunainen kuva),
Erkki Ahonen



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

Luonto on Heidille paras melunpakopaikka



Heidi Pakarinen tuli Suomen kansalle tutuksi voitettuaan Tangokuningatar 2013 – tittelin. Musiikiltaan hän haluaa selkeää, tunnelmallista ja melodista kulkua eikä hän pidä ”meluisasta musiikista” tai huutamisesta. Heidi kutsuu lapsiaan Helmiä ja Herttaa Timanteiksi. Heille hän on opettanut, että toisen henkilön puheen päälle ei saa puhua.

– Rakastan hiljaisuutta ja luonnon ääniä, ne ovat vastapainoa hyvinkin äänekkäälle työlle. Rakastan myös kuunnella musiikkia keikamatkoillani, teen musiikkimatkoja intuition johdattelamana, ja usein löytyy uusia (vanhoja) hienoja tanssi-iskelmiä omille keikoille esitettäväksi. Elävä musiikki on myös se mitä rakastan. Mikään ilta keikallamme ei ole samanlainen, tilanne ja hetki elää niin kovin eri paikoissa. Lasten äänissä on myös inspiroiva voima, energia, ilo ja hetkessä eläminen, ne tuottavat minullekin iloa ja onnellisuutta. Lapseni ovat elämäni tärkeimpiä.

Heidi Pakarinen on lähtöisin Siilinjärveltä, mutta hän asuu Lahdessa. Kuulontutki-

muksessa hän muistelee käyneensä viimeksi kouluaikana, mutta kokee kuulevansa hyvin. Heidillä oli muutama vuosi sitten tinnitus kiusana muutaman päivän ajan ja hän suosittelee kaivamaan kuulosuojaimet esiin.

– Työssäni käytän korvamonitoria, joka suojaa kuuloa lavalla olevalta äänimassalta. Ne sopivat korvaani, koska ne ovat muotoonvaletut. Kuuntelen paljon musiikkia vapaalla, mutta osaan myös olla hiljaisuudessa. Autossa tulee matkustettua ja vietettyä paljon aikaa, joten musiikki on hyvä matkakaveri - ja puhelimen, olen puhelimesta jonkin verran ja handsfree on ehdoton, ilman sitä en matkusta!

– Suojaan toki kuuloa, monin tavoin. Välillä

on kiva laittaa musiikit ja ”volyymit kaakoon”, niin että musiikki virtaa läpi kehon. Musiikki on minulle voimanlähde, ihan kuten ihmiset, elämä ja rakkauskin!

– Minua ärsyttää liian monta ääntä yhtä aikaa ja jos moni ihminen puhuu samaan aikaan. Olen opettanut lapsilleni, että jokaiselle pitää antaa oma puheenvuoro ja toisen päälle ei saa puhua. Haluan myös musiikilta selkeää, tunnelmallista ja melodista kulkua, en pidä ”melusta” tai huutamisesta. Haluan olla ja elää hetkessä ja olla läsnä, siksi taustamelukin häiritsee.

Tanssikansan hurmannut kuningatar käy ajoittain myös vanhainkodeissa ja palvelutaloissa laulamassa ja siellä hän on kohdannut monia kojeenkäyttäjiä.

– Vanhainkoteikoilla meillä on mukana pieni äänentoisto - on tärkeää, että kaikki kuulee musiikin, joka toimii taas omanlaisena terapia- ja hoitomuotona ihmisille.

– Äitini ja isäni ovat syntyneet vuonna 1939, ja totta kai siinä iässä jo vähän ”kuulokuoppia” on. Kuulokojetta heillä ei ole, olemme pärjänneet vielä ihan ilman vahvistuksia.

Pakarisen mottoina ovat tunne, vetovoima, ilo musiikkiin ja elämään. Hän on lanseerannut tangorakkauden ja toissavuonna hän toimi tangon lähettiläänä Argentiinassa Cumbre Mundial del Tango –tapahtumassa. Vuonna 2015 hän tavoitteli Suomen euroviisujen edustuspaikkaa Uuden Musiikin Kilpailuissa (UMK) sävelmällä Bon voyage.

– Äänityöläisenä paras äänenhuolto minulle henkilökohtaisesti on toki laulaminen, mutta myös hiljentyminen. Lepo on tärkeää tässä työssä, jossa joskus ollaan ääriarjoilla yöllisillä keikkamatkoilla. Lepo on toki tärkeää niin kuulolle, äänelle, kuin kaikelle muullekin. Hyvä elämä ja energiat luo balanssin omalle olemiselle, se on kaikkien huolenpitoa.

– Muista pitää hyvää huolta itsestäsi kaikin puolin. Syö hyvin (kannattaa löytää itselle sopiva ravinto!), liiku, lepää, nauti, ajattele valoisasti ja elä hetkessä! Ja käytä ääntä, se vahvistaa äänihuulia ja laulussa/ puhumisessa tarvittavia lihaksia. Ääni ei lähde vain kurkusta, vaan sen tuottamiseen liittyy koko keho ja sen huolto!

Joulun alla ilmoitettiin, että Suomi on valittu yhdeksi maailman parhaiksi matkailukohteeksi valttinaan meluttomuus ja hiljaisuus. Valinnan tekivät maailman suurimmat matkailulehdet National Geographic Traveler ja Lonely Planet. Nämä seikat tehoavat myös Heidiin.

– Luonto! Käyn Nestori-koirani kanssa lenkillä pari kertaa päivässä, ja usein löydämme itsemme metsästä, jossa Nestori saa kulkea vapaana. Valokuvaan mielelläni, vaikka teenkin sitä vain kännykällä, mutta se on hiljainen ja kaunis harrastus. Välillä täytyy antaa itselle myös mahdollisuus rentoutua, joten vapaapäivän soffahetketkin tuntuu ja kuulostaa hyvältä.

– Kaikki luonnon äänet, kuten linnunlaulu on kaunista kuultavaa ja rentouttavaa. Joskus



myös seinäkellon tikitys tuo mieleen lapsuuden ja mummolat, ne pysäyttää kuuntelemaan. Hiljaisuus luo rauhaa ja levollisuutta. Lasten ”unituhina” on myös kaunista.

– Isojen kaupunkien melutaso on suurta verrattuna maalaismaisemakuvaan, ja täytyy sanoa, vaikka elämästä pidänkin kaikkine äänineen, rakastan kovasti rauhaa ja hiljaisuutta!

Heidi Pakarinen, 40, kiertää ahkerasti kenttää Karavaanit-yhtyeensä kanssa. Kuninkaallinen joulukonsertti tuo hänet musiikkikeskisiin mm. Järvenpään ja Jyväskylään.

– Kirkot ovat hyviä esiintymispaikkoja. Tila on suuri, mikä on laulun kannalta mieluisaa, tilassa on ”tuki”; ääni kantaa hyvin eikä siellä tarvita niin suurta äänentoistokoneistoa. Monihan laulelee myös kylpyhuoneessa, mikä sekään ei ole huono paikka; kostea tila ja kaikeisat seinät.

– Meillä kuunnellaan paljon musiikkia, ja lapseni ovat myös tietoisia melusta, sen haittoista ja osaavat kyllä säädellä volyymeja. Lapset suhtautuvat hienosti kaikkeen, mistä on tietoa jaossa.

Tangokuningatar on syntynyt helmikuussa ja hän kokeekin olevansa aito talven lapsi.

– Kuinka odotankaan lumista ja pakkasentäyteistä talvea! Tulevana talvena on hienoja hetkiä luvassa. Saan esiintyä normaalieläimien lisäksi mm. Porin ja Kuopion kaupunginorkestereiden kanssa ja alkuvuodesta ilmestyy uusi pitkäsoittoalbumi, joka on tehty yhteistyössä **Esa Niemisen** kanssa. Ja onhan Lahdessa myös LAHTI2017- maailmanmestaruuskisat, joten tapahtumia riittää! Toki toiveissa olisi päästä myös matkalle aurinkoon ja lämpimään, siitä nautin myös.

– Haluan toivottaa kaikkea hyvää Kuuloviestilehden lukijoille, muistakaa nauttia elämästä!

Suomenkielistä tekstitystä suomalaisiin elokuviin

Suomen elokuvasäätiön ensi vuoden teemana on elokuvien saavutettavuus ja saatavuus, kertoi säätiön toimitusjohtaja **Lasse Saarinen** Esteettömyys elokuvateattereissa -työpajassa Mediakeskus Lumessa Helsingissä. Työpaja kuului osana Kulttuurin yhdenvertaisuus -foorumiin, jonka Kulttuuria kaikille -palvelu järjesti marraskuun alussa.

Tähän asti kuulovammaiset henkilöt ovat voineet valita elokuvateattereiden tarjonnasta vain vieraskielisiä esityksiä, sillä niissä on suomenkieliset käännöstekstitykset. Suomen elokuvasäätiössä luodaan nyt strategiaa, johon saavutettavuus kuuluu olennaisena osana. Siihen sisältyy myös sujuva kulku elokuvateattereihin. Säätiö tukee kiinteistöjen kunnostustoimintaa, johon kuuluvat induktiosilmukat kuulokojeiden käyttäjille.

Tekstitys kuulovammaisille ja kuvailutulkkaus näkövammaisille takaavat hyvän katsojakokemuksen kaikille. Säätiön tuki kattaa niiden kulut melkein sataprosenttisesti.

Tähän mennessä vain harvat tuotantoyhtiöt ovat tarttuneet tähän mahdollisuuteen.

– Vielä ensi vuonna tätä saavutettavuutta toteutetaan vapaaehtoispuolelta, Saarinen toteaa.

– Jos mahdollisuuksien käyttö ei laajene, harkitsemme seuraavana vuonna muita keinoja. Tämän ja ensi vuoden aikana kirjoitetaan uutta elokuvalakia, joka tulee määrittämään elokuvasäätiön toimintaa. Tukemamme lisäpalvelut voivat tulla myös muun jakelutoiminnan osaksi; niitä voidaan liittää dvd- ja tv-esityksiin.

Elokuvasäätiö on valmis toimimaan järjestöjen ja elokuva-alan yhteisen foorumin kokoukseksi. Yhteistyössä voidaan pohtia ja luoda käytäntöjä saavutettavuuden toteuttamiseksi.

Tällä hetkellä teattereissa pyörii kolme suomeksi tekstitettyä suomalaista elokuvaa: Hymyilevä mies, Kanelia kainaloon, Tatu ja Patu ja Luokkakokous 2. Yleisön tulee etukäteen tarkistaa paikkakunnan teatterin verkkosivulta, milloin elokuvaa näytetään tekstityksen kanssa; tarpeen vaatiessa tulee ottaa yhteyttä asiakaspalveluun. Kannattaa myös esittää toivomuksia esitysajoista, jotta tekstityksen käyttäjillä on valinnan mahdollisuuksia.

Tukholman Tekniska museetin MegaMind-näyttelyssä mennään ihmisen sisälle. Tämä idea on saatu eräältä lapsiasiakkaalta: yleisö kulkee ison korvan läpi. Foorumissa oli sekä suomen- että englanninkielinen kirjoitustulkkaus. Kuva: Rita Paqvalen

”SUOMEN ELOKUVASÄÄTIÖN ENSI VUODEN TEEMANA ON ELOKUVIEN SAAVUTETTAVUUS JA SAATAVUUS. TEKSTITYS KUULOVAMMAISILLE JA KUVAILUTULKKAUS NÄKÖVAMMAISILLE TAKAAVAT HYVÄN KATSOJAKOKEMUKSEN KAIKILLE. SÄÄTIÖN TUKI KATTAÄ NIIDEN KULUT MELKEIN SATAPROSENTTISESTI.”

Foorumin seminaarissa esiteltiin monipuolisesti erilaisia menetelmiä saavutettavuuden edistämiseksi. Ennakkotöypajoissa oli elokuvateattereiden lisäksi käsittely muun muassa museonäyttelyitä, sanataidepelejä ja tanssia. Ryhmissä, pyöreän pöydän keskusteluissa pohdittiin esimerkiksi kirjastojen e-palveluita, etäosallistumista ja opiskelumahdollisuuksien lisäämistä.

Pääpuhujina esiintyivät Tekniska museetin edustajat Tukholmasta: intendentti, kuraattori **Mariana Back**, yleisötyön päällikkö **Eva Gustafson** ja tiedottaja **Anna Velandér Gisslén**. Museo on kehittänyt MegaMind-näyttelyn, jossa pyritään sataprosenttiseen saavutettavuuteen. Näyttely stimuloi kiinnostusta tiedon hankintaan. Kohderyhminä ovat etenkin lapsiperheet, koulut ja opettajat, mutta myös aikuiset. Suunnittelussa huomioidaan ne lapset, joilla erityistarpeita. Aktiviteetteja luodaan käyttämällä hyväksi aivojen joustavuutta. Museo kerää kävijöiltä palautetta ja luo opetusohjelmia yhteistyössä koulujen kanssa. Lapset voivat esimerkiksi katsoa ihmisen sisälle ja avaruuteen. Ohjeistukset ovat tarjolla eri kielillä ja kommunikointimenetelmillä.



Arvon mekin ansaitsemme...

Yhdistysväki hyörii ja pyörii ja valmistelee musiikkipitoista päivätilaisuutta. Tornion Kuulo on saanut vieraakseen Eläkeliiton paikallisyhdistyksen. Ensimmäisen yhteisen tapaamisen tavoitteena on vahvistaa paikallistason yhteistyötä. Tornion Kuulo on yksi vapaaehtoiset huonokuuloisten tukena -projektin pilotti-paikkakunnista. Projektikoordinaattori **Tuija Tuormaa** Kuuloliitosta esitelmöi aiheesta.

Rauha Jussheikki toimii ensimmäisen kauden puheenjohtajana 45-vuotiaassa Eläkeliiton Tornion yhdistyksessä. Yhdistys kokoontuu kaksi kertaa kuukaudessa samoissa tiloissa kuin useat Torniossa toimivat järjestöt eli Åströmin kartanossa.

– Meitä yhdistää ikäkuulo, koska yhdistyksessämme on paljon ikäkuuloisia. Virkistystoiminta on meille kovin tärkeää. Minulla on omat konstini pitää vireyttä yllä. Vietän mökielämää kevästä syksyyn. Viljelen kasviksia ja kukkia on paljon, hän kertoo.

Torniolainen muusikko **Jorma Tuokko** kokoaa musiikkilaitteet ja laulattaa osallistujia. Kuuloyhdistyksen **Anneli Mattinen** tarttuu mikrofoniin.

– Musiikki koskettaa ja yhdistää. Laulusta saa lohtua, se tukee masentunutta ja yksinäistä. Jokaisella on laulu, joka koskettaa. Minulle se on Konsta Jylhän Vaiennut viulu. Saapi tanssia ja jaloilla tepsutella ja käsiä taputtaa, hän innostaa.

Laulu raikaa. Yhdessä lauletaan Katariinan kamarissa ja Mummon kaappikello. Tanssiaskeleita otetaan. Paikalla on 36 henkilöä.



Tanssin pyörteissä.



Tornion toimijoita vas. Raija Jussheikki eläkeyhdistyksestä ja Anneli Mattinen kuuloyhdistyksestä.



Vakka-Suomen Kuulory:n 35-vuotisjuhla

Kultaisen ansiomerkin saivat (vasemmalta oikealle) **Viljo Saari**, **Heikki Linkki** ja **Mauri Caselius**, hopeisen **Mirja Haapavuori** ja **Raili Nummenalusta** sekä pronssisen **Antti Haapavuori**.

TEKSTI JA KUVA: ARJA TAPANINEN

Yleisötapauhtuma marraskuussa

Sisä-Savon Kuulo ry järjesti yleisötapauhtuman 8.11. teemalla kuulemisen vaikutus hyvinvointiin. Vierailevana puhujana **Eila Heinonen**. Yleisöä oli runsaasti, mielenkiintoa riitti.



Yhteistyössä ytyä

Kuulovammaisten kuntoutusohjaaja **Tuula Heikkisen** ja audionomi **Mikko Järvisen** työpäivät ovat täynnä vipinää. Heiltä löytyi allakasta hetki aikaa miettiä kuulolähipalvelua Kymenlaakson sairaanhoitopiiriin (Carea) alueella.

Marraskuulla järjestettiin alueellinen koulutuspäivä kuulolähipalvelutoimijoille (= klp) Kouvolassa, jossa sairaalan työntekijät yhdessä Kuuloliiton suunnittelija **Riitta Pulkkinen** kanssa kouluttivat kuuloyhdistyksien vapaaehtoisia. Heikkinen ja Järvinen vannovat koulutuksen nimeen.

– Klp:n koulutuspäivillä me koulutamme ja vapaaehtoiset neuvovat edelleen. He ovat alueellaan lähellä olevia ihmisiä, koska etäisyydet ovat pitkät. Yhdistysten antama kuulolähipalvelu tukee terveydenhuollon kuulonkuntoutusta, siihen on matala kynnyks ja yhdistykset antavat runsaasti tietoa ja opastusta.

– Monella kuulolähipalvelutoimijalla on itsellään kuulokoje. Vertaisihminen on tärkeä, kun on saman tyyppisiä ongelmia ja vertaistuen avulla käytetään kojeitakin paremmin. Lähipalvelutoimijoiden työ helpottaa myös meitä. He soittavat meille, jos he kohtaavat jonkun,

”MONELLA KUULOLÄHIPALVELUTOIMIJALLA ON ITSELLÄÄN KUULOKOJE. VERTAISIHMINEN ON TÄRKEÄ, KUN ON SAMAN TYYPPISIÄ ONGELMIA JA VERTAISTUEN AVULLA KÄYTETÄÄN KOJEITAKIN PAREMMIN. KUULOLÄHIPALVELUN PÄÄMÄÄRÄNÄ ON EHKÄISTÄ ERITYISESTI IKÄÄNTYNEIDEN HUONOKUULOISTEN SYRJÄYTYMISTÄ JA TUKEA HEIDÄN SUORIUTUMISTAAN JOKAPÄIVÄISESSÄ ELÄMÄSSÄ.”

joka tarvitsee esimerkiksi kotikäyntiä.

– Esimerkiksi Kotkan Kuulossa toimii **Leena Heino** kuulolähipalvelun vastaavana ja **Helga Puranen** Kuusankoskella kuulolähipalvelua tekevien taustatukena ja tulee tarvittaessa apuun. Kumpikin on tehnyt työuransa kuulon-tutkijoina, he kertovat.

Kuulolähipalvelun päämääränä on ehkäistä erityisesti ikääntyneiden huonokuuloisten syrjäytymistä ja tukea heidän suoriutumistaan jokapäiväisessä elämässä. Kuulokojeet pyritään myös saamaan aktiiviseen käyttöön helpottamaan ikääntyneen kuulemista.

– Näemme tässä mielettömästi etuja. Haasteena on, että miten saamme toimijoille jaettua tieto-taitoa. Ainahan tämä on myös henkilön omasta mielenkiinnostakin kiinni, Heikkinen jatkaa.

Laitoksissa ja palvelutaloissa on koulutettuja kuuloyhdyshenkilöitä, jotka opastavat kuulokojeiden käytössä. Kouvolan kaupungin terveysasemilla toimii kuuloapuhenkilöitä lukuun ottamatta pääterveysasemaa. Koulutusten lisäksi yhteistyötä tehdään Kaakkois-Suomen kuulopiiriin kanssa mm. kuulopäivien muodossa ja maahantuojien tapaamisella.



Mikko Järvinen ja Tuula Heikkinen antavat arvoa vapaaehtoisten tekemälle kuulolähipalvelutoiminnalle.

Kymenlaakson keskussairaalassa Kotkassa työskentelee tällä hetkellä neljä audionomia, joista yksi on opintovapaalla. Ensikojeen saajille on neljän kuukauden jono. Mikko tekee audionomin työtä neljättä vuotta, Tuula on tehnyt kuntoutusohjausta viime vuosituhannelta saakka.

– Uusia haasteita on tullut vuosien saatossa. Ennen tinnituksestakin mainittiin esitteissä vain muutamalla rivillä. Ménièren taudista on tullut lisää tietoa. Sisäkorvaistutteen käyttäjät hoidetaan yliopistosairaaoloissa, mutta he ovat lisääntyvä potilasryhmä kuulovammaisten joukossa, joita kohtaan työssäni. 2000-luvulla alkoi apuvälineiden huima kehitys. Ihmisten motivoiminen on tullut entistä tärkeämmäksi, Tuula Heikkinen luettelee.

Kahden alan erikoissairaanhoitaja Mikko

Järvinen suoritti audionomin tutkinnon ja sai heti töitä.

– Minua kiinnosti pedagoginen puoli ja hie-
man tekniikkakin. Minulla on olo, että saan
oikeasti autettua ihmistä. Palaute tulee asiak-
kaalta heti. Se on työn jaksamisenkin kannalta
tärkeää.

Järvinen ja Heikkinen antavat tunnustusta korvapoliklinikalle ja ylilääkäri **Erkki Hop-
sulle** myötämielisestä suhtautumisesta työ-
kentelyyn kolmannen sektorin kanssa.

– Hyvä tiimityöskentely on kaiken a & o, he
toteavat.

Carean alueella sijaitsevat Kymenlaakson
keskussairaala Kotkassa ja Pohjois-Kymen sai-
raala Kouvolassa. Väestöä on alueella 180 000.

TEKSTI JA KUVA: RAIMO HEIKKILÄ

Kuuloyhdistysten yhteistyö lisääntyi Kouvolan seudulla

Kouvolan Kuulolla ja Suomen Tinnitusyhdistyksen Kouvolan toimintaryhmällä on hyvät ja toimivat suhteet. Tästä oli osoituksena yhteisen palaveri Kouvolan Tuulensuojassa syksyisenä iltana 21. syyskuuta.

Jos yhteistyöstä ei sovita, pahimmillaan voi käydä niin, että Kuuloliiton yhdistykset Kouvolassa kilpailevat keskenään jäsenistä tai kunnan jakamista toiminta-avustuksista. Pelkona oli osastojen näivettyminen aktiivien vanhetessa ja uusien toimijoiden rekrytoinnin vaikeus. Tinnituksen ja muun huonokuuloisuuden erot eivät olleet niin suuria, etteikö asioista voitu puhua niiden oikeilla nimillä. Halusta yhdessä hoitaa asioita oli kasvanut viime aikoina. Keskeiset henkilöt Kymenlaak-
sossa yhteistyötä tehtäessä olivat **Raija Peuhu, Seppo Levinsalo ja Raimo Heikkilä, Heli Tohka ja Jari Hietala.**

Tulevien SOTE-muutoksien edessä kaikkien paikkakunnan kuuloliittolaisten on puhallettava yhteiseen hiileen asuinpaikkaan katsomatta. Toivomuksena oli, että Kouvolan Kuulon ja Suomen Tinnitusyhdistyksen kautta kuulovammaiset tuovat oman näkökulmansa kunnan päättäjien tietoon niin, että kuulovammaisten tarpeet otetaan huomioon suunnittelussa ja päätöksenteossa. Jäsenkuntansa kautta yhdistykset saavat sanomalleen vaikuttavuutta ja painoarvoa sekä näkyvyyttä valtakunnallisesti. Suomen Tinnitusyhdistyksessä Kouvolan Kuulolla on paljon oman alansa asiantuntemusta, jota tulee hyödyntää mm. Kuuloliiton hallintoelinten päätösten val-

mistelussa. Onnistunut vaikuttamistoiminta vaatii usein julkisuutta. Tästä oltiin täysin yksimielisiä. Yhteisenä huolena oli terveystalveluiden saatavuus. Kouvolan Kuulo yhteistyössä Tinnitusyhdistyksen Kouvolan ryhmän kanssa jakavat lähiympäristölle tietoa kuulovammaisuudesta järjestämällä luentoja, kursseja ja muita yleisötilaisuuksia sekä pitämällä yhteyttä tiedotusvälineisiin. Kunnallisvaalien alla tuodaan esiin Kuuloliiton valittuja vaaliteemoja vaaliedokkaiden tietoon.



Yhteistyöpalaverissa Raija Peuhu ja Seppo Levinsalo.

Kuntoutuskurssit 2017

www.kuuloliitto.fi/fin/kuntoutus



Lasten ja nuorten kuntoutus

Sopeutumisvalmennuskurssit, perhekurssit/ Kela

Kuulovammaisten koulunsa aloittavien lasten perhekurssi, sopeutumisvalmennuskurssi (5 vrk) Kelan kurssi nro 61903, jakso 12.–16.6.2017

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 60886 (5+5+5 vrk) jaksot: 3. jakso 16.–20.1.2017

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 60888 (5+5+5 vrk) jaksot: 3. jakso 24.–28.4.2017

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 60889 (5+5+5 vrk) jaksot: 2. jakso 6.–10.3.2017 ja 3. jakso 18.–23.9.2017

Kuulovammaisten lasten perhekurssi, kuntoutuskurssi Kelan kurssi nro 61886 (5+5+5 vrk) jaksot: 1. jakso 27.–31.3.2017, 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: 1. jakso 15.–19.5.2017, 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: 1. jakso 5.–

9.6.2017, 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 yksilöllisiä kuntoutusjaksoja. Kela tekee harkinnanvaraisen tai vaativan kuntoutuksen päätöksen vuodeksi eteenpäin ja Kuulo-Auris räättälöi jaksojen ajankohdat perheen kanssa.

Monimuotoryhmäterapia:

Kyseessä ryhmämuotoinen avoterapia, jota puheterapeutti + musiikkiterapeutti ohjaavat yhdessä Kelan kuntoutuksena. 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 kokoa harkinnanvaraisista aikuisista kuntoutujista ryhmiä, jotta vertaistuki

jaksoilla toteutuu. Omainen/ omaiset voivat osittain osallistua kuntoutukseen. Omaisen nimi ja perusteet omaisen osallistumiselle tulee mainita Kelan hakemuslomakkeessa.

Vuonna 2017 alkavat aikuisten yksilölliset kuntoutusjaksot:

1. jakso: 6.–10.2.2017 ja 2. jakso 14.–18.8.2017 ja 3. jakso ilmoitetaan myöhemmin

1. jakso 29.5.–2.6.2017, 2. jakso ja 3. jakso ilmoitetaan myöhemmin

1. jakso 11.–15.9.2017, 2. jakso 11.–15.12.2017 ja 3. jakso ilmoitetaan myöhemmin

1. jakso 9.–13.10.2017, 2. jakso ja 3. jakso ilmoitetaan myöhemmin

Lomatoimintaa

Kuulo-Auris järjestää vuoden 2017 aikana 9 MTHL:n tuettua lomajaksoa Helsingissä. Lomat ovat yleislömiä, 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

20.–24.2.2017
6.–10.3.2017
20.–24.3.2017
24.–28.4.2017
8.–12.5.2017
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 kojeenkäytön opetusta, apuväline-esittelyä, kommunikaatio-opetusta, ryhmäkeskusteluja ja kuulovammaan liittyviä luentoja. Valinnassa etusijalla ovat ensikertalaiset. Kurssille haetaan Kopolan omalla hakemuslomakkeella. Kurssin kustantaa RAY/SVOL

Kuoroutuneiden ja vaikeasti huonokuuloisten kurssi.

3.-7.4.2017
Kurssi on tarkoitettu kuoroutuneille ja vaikeasti huonokuuloisille aikuisille ja heidän omaisilleen. Kurssi pyrkii edistämään vaikeasti kuulovammaisen sosiaalista toimintakykyä. Ohjelma sisältää kommunikaatio-opetusta ja harjoituksia (huulilentaluku, viittomat), ryhmäkeskusteluja yms., jolla parannetaan arjessa selviytymistä vaikeasti kuulovammaisena. Kurssille haetaan Kopolan omalla hakemuslomakkeella. Kurssin kustantaa RAY/SVOL.

Viitotun puheen ja kokonaiskommunikaation kehittämiskurssi.

13.-17.11.2017

Kurssi on tarkoitettu vaikeasti huonokuuloisille ja kuoroutuneille ja

heidän omaiselleen, jotka tahtovat oppia viitottua puhetta huulilentaluvun tueksi. Kurssille haetaan Kopolan omalla hakemuslomakkeella. Kurssin kustantaa RAY.

Lomatoimintaa Kopolassa

Tuetut lomiat teemalla: Virkistystä, vertaistukea ja elämänvoimaa

15.–20.5.2017

7.–12.8.2017

11.–16.9.2017

2.–7.10.2017

Tuetut lomiat on tarkoitettu huonokuuloisille aikuisille ja heidän omaisilleen. Tavoitteena on kuulovammaan liittyvän tiedon ja vertaistuen tarjoaminen, liikunnallinen aktivointi, virkistys, retket, kädentaidot ja lepo. Omavastuuosuus on 50 euroa/hlö/lomapaketti. Hintaan kuuluu täysihoito ja ohjelma. Matkat omakustanteisesti. Tuetulle lomalle haetaan Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry:n kautta (Mannerheimintie 31 B 20, 00250 Helsinki), p. 010 2193 460, lomamat@mtlh.fi Hakemuksen tulee olla perillä kolme kuukautta ennen loman alkua ja omavastuuosuus tulee olla maksettuna eräpäivän mukaan.

Itsemaksettavat lomiat ja viikonloput

Nämä on tarkoitettu kaikille kiinnostuneille. Lomatapahtumien hintaan kuuluvat ruokailut, majoitus ja opetus. Hinta vaihtelee 100 ja 200 euron välillä riippuen tapahtuman kestosta ja tyypistä. Ilmoittautuminen Kopolaan. Kesäpäivät sisältävät liinavaatteet. Viikonloppuihin ei sisälly liinavaatteita mutta ne voi saada 15 euron lisähintaan Kopolasta tai tuoda itse. Viikonloput alkavat perjantai-iltana, jolloin on iltapala ja saunominen.

Some-viikonloppu

10.–12.2.2017 100 €

Vetäjänä Eija Isaksson.

Vertaistukiviikonloppu

24.–26.2.2017 100 €

Vetäjänä Sanna Lehtoväre.

Neulonta viikonloppu

7.-9.4.2017 100 €

Vetäjänä Irma Liimatainen

Viitotun puheen viikonloppu

21.–23.4.2017 100 €

Vetäjänä Sanna Lehtoväre.

CI viikonloppu

26.-28.5.2017

KKY:n elokuvaviikko

Varaus ajalle 31.7.–6.8.2017

Tinnitus tutuksi ja turvalliseksi koulutus

18.–20.8.2017 200 €

Kouluttajana korvalääkäri Elina Rytölä.

Frisbee golf viikonloppu

18.–20.8.2017 100 €

Vetäjänä Jorma Räikkönen.

Retkeilyviikonloppu

8.–10.9.2017 100 €

Vetäjinä Kaija ja Pentti Latva-Koivisto.

Kekri (Sadonkorjuun juhla)

24.–26.11.2017 100 €

Vetäjänä Kaija Latva-Koivisto.

Jouluaskarteluviikonloppu

8.–10.12.2017 100 €

Vetäjinä 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



JOULU SAAPUU KOPOLAAN

Kopola valmistautuu ensimmäiseen vanhan ajan jouluun. Kun jouluihmoitus ilmestyi Kuuloviestissä, viikossa talo oli täytynyt, ja syksyn mittaan kysyjä on riittänyt ja valitettavasti on voinut vain kiittää kiinnostuksesta. Tulijoita olisi ollut kolmen Kopolan verran.

Toivomme, että joulu vastaa odotuksia. Ohjelma on rakennettu hyvin paljon viihtyisän yhdessäolon varaan. Ensimmäinen pettymys ohjelmassa koettiin jo: luvattua tapanajelua, rekiretkä ei pystytäkään järjestämään, sillä Kuhmoisista ei enää löytynyt yhtäkään vetohevosta eikä rekeä tai rattaita. Kuhmoisisissa on kaksi ratsutallia, mutta hekin ovat tänä vuonna myyneet suomenhevosensa ja ratsuhevoset eivät ole tottuneet vetämään kuormaa.

Vieraiden viihtyisyydestä vastaa viisihenkinen vapaaehtoistoimijoiden ryhmä, isäntäparina **Kirsi Mikkanen** ja **Hannu Nuuttila**. Emäntänä häärii elokuvapäivistä tuttu **Tiina Uotila**, joka vastaa taatusti maukkaasta joulumenystä.

Kesän 2017 elokuvafestivaali

Kopolan Kannatusyhdistyksen toista suur tapahtumaa, Kopolan elokuvafestivaalia valmistellaan viime kesän myönteisten kokemusten innoittamana. Yhteistyökumppanit kuten Kuuloliitto ovat mukana.

Elokuvafestivaali pidetään elokuun ensimmäisellä viikolla 1.-6.8.2017. Ohjelma on rakennettu kaksiosaiseksi. 1.-3.8. on elokuvapäivä, jota ohjaa elokuvaohjaaja **Jorma K. Lehtonen**. Elokuvapäivän aikana pyritään valmistamaan esittelyelokuva Kopolasta. Sitä valmistellaan jo joulun alla käsikirjoitusseminaarissa.

4.-6.8. pidetään elokuvaseminaarina, joka tietysti on sidottu Suomi 100 vuotta -teemaan, ja käymme suomalaisen elokuvan kehitystä merkittävien elokuvaohjaajien työn kautta. Ensi kesänä ohjelmaan pyritään lisäämään kokemuksellisuutta, siis katsotaan enemmän kokonaisuuksia elokuvia.

Kopola koskevat YT-neuvottelut

Kun Kopolalle annettiin 2014 liittokokouksessa kolmen vuoden aika, toiveena oli päästä taloudessa nollatulokseen. Tämä ei ole onnistunut henkilökunnan ja vapaaehtoisten ponnisteluista huolimatta. Lisäksi taloutta ylimääräisesti rasittivat vesivahingot, joista toista vakuutus ei korvaa.

Kuuloliiton liittohallitus velvoitti toimivan johdon saattamaan Kopolan talouden tasapainoon. YT-neuvotteluiden jälkeen toiminnanjohtaja päätti henkilökuntajärjestelyistä ja toiminnan uudelleen rytmittämistä tulevaisuudessa siten, että hiljaisina talvikukausina kurssi-toiminta olisi tauolla.

Järjestelyt eivät estä esim. Kopolan käyttöä juhlatilaisuuksiin, tapahtumiin jne. Ja neuvottelujen takana on lupauksena liittohallituksen päätös, että Kopola säilytetään Kuuloliiton yhteydessä.



HYVÄÄ JOULUA!

Sekä Kopolan henkilökunta että Kopolan Kannatusyhdistyksen hallitus ja vapaaehtoiset toimijat toivomme hyvää, toivottavasti valkeaa joulua. Tulokoon Kopolan vanhan ajan joulu!

Kopolan kurssikeskusta koskevat yt-neuvottelut päättyivät

Kuuloliiton yt-neuvottelut koskien Kopolan kurssikeskusta päättyivät 17.11.2016. Neuvottelujen tavoitteena oli selvittää

erilaisia vaihtoehtoja säästöjen aikaansaamiseksi.

Kuuloliitto päätti neuvottelujen jälkeen ulkois-

taa kurssikeskuksen kiinteistöhoitoon ja hankkia palveluita ainoastaan tarvittaessa. Lisäksi kurssikeskuksen kustannuksia

pienennetään siirtämällä työntekijöiden työpanosta Kuuloliiton muihin työtehtäviin.

Huonokuuloisten aikuisten ja läheisten virkistysloma 2017

Paikka: Lomakoti Onnela, Saarikankaantie 5, Oulu/Haukipudas

Loma-aika: 14. - 19.8.2017

Viimeinen hakupäivä: 14.5.

Omapastuuosuus: 90 e/hlö/5 vrk

Lomateema: Huonokuuloisten aikuisten ja läheisten virkistysloma Onnellassa

Järjestäjä: Hyvinvointilomat ry, www.hyvinvointilomat.fi

Loman sisältö: majoitus 2hh huoneessa, täysihoito, lomaohjaus

Lomajakson ohjelma: asiaa kuulosta, erilaisia aktiviteetteja kuten virkistystä, ulkoilua, pelejä, retki (pieni omapastuu) sekä mahdollisuus maksullisiin hoitoihin (mm. hieronta, kasvohoito, jalkahoito).

Loma alkaa tulopäivän lounaalla ja päättyy lähtöpäivän aamiaiseen. Matkakuuluista ja retken kustannuksista lomalaiset vastaavat itse.

Hakemuksen täyttäminen: on tärkeää täyttää lomahakemus täydellisesti, koska puutteellisesti täytettyjä hakemuksia ei käsitellä. Tuetun loman voi saada joka toinen vuosi. Hyvinvointilomat ilmoittaa valituille kirjeitse. Hakemuksia ei palauteta. Lomaviikolle voi osallistua myös omakustanteisesti.

Lomakoti Onnela sijaitsee Haukiputaan Asemakylässä Kiiminkijoen rannalla. Voit tutustua kotisivuihin: www.lomakotionnela.fi

Hakemuslomakkeet, hakemuksen palautus sekä lisätietoja:

Kuuloliitto ry, kuntoutussihtööri Tiina-Maija Leinonen,

Isokatu 47, 90100 Oulu, p. 0400 168 164 tai

tiina-maija.leinonen@kuuloliitto.fi

Hakulomakkeita saa Hyvinvointilomilta,

Kuuloliiton aluetyöntekijöiltä sekä paikallisyhdistyksiltä.

Hakulomakkeen voi täyttää myös netissä: <http://www.hyvinvointilomat.fi/>

(Lomaohjelma LOTUssa haku avoinna ajalla 14.3.-14.5.)

Lounais-Suomen piirin virkistyspäivä Kiikoisissa

Aika: la 10.6.2017 klo 10-17

Paikka: Kiikoisten Nuorisoseurantalo,
Kiikoistentie 47, 38360 Sastamala

Päivän hinta: 25 e

Ilmoittautuminen ja maksut omaan yhdistykseen,
joka välittää tiedot viimeistään pe 12.5. 2017

Kaisa Saarelle, 040 842 8131, kasari3@gmail.com

Tarkemmat tiedot vuoden 2017 toisessa Kuuloviestissä.

Tervetuloa maalle, satakuntalaiseen kansanperinnemiljööseen!

Lounais-Suomen kuulopiirin virkistystöryhmä

**Keskustele
luottamuksellisesti
kirjoittaen**

Viittomakielisille,
kirjoittaen kommunikoiville
ja omaisille

Tekstiviestit 050 575 2266

Chat <http://aidtools.com/auttavalinja/>

Sähköposti auttavalinja.paivystys@gmail.com

RAY tukee toimintaamme



**Päivystysajat
ma, ke, pe
klo 19 -22**



JOULUN PEILI

Ihminen saanut
aikaan tungoksen,
kaduilla, liikkeissä.

Herännyt viime hetkellä
– Joulua tulee.
Arkisia ilmeitä,
aikaa ei kenellekään.

Joulun peili,
lyö se rikki,
etsi rauha,
näet tähden.
Käy juhlaan syntymän!

**Ewe Uusitalo
Kokkola**

**Rauhallista Joulua ja
hyvää Uutta vuotta 2017
kaikille Kuuloviestin
lukijoille**



RISTIKON 5/2016 RATKAISU

EMIT ARJA
RETIISI L
PÄSSI EPU
TIET TAAS
A I T P
TAPPELU VALITUS
REIN KAALI I A
ARVOTON ATTIKA
MUOTI KATSOTUT
N LIER IMURI
NATAL AVATA K
Ä ANISTON ASKO
ENIN O NOITUUS
SANELU TAHTO T
U ILTA RITMO
EROTA U A A
SISÄMINISTERIT
RISAT SIMA ROSE
N KESÄKURPITSA
EDEN TATI KAIT

Palautetta Kuuloviesti-lehdestä voit antaa verkossa osoitteessa:
www.kuuloliitto.fi -> Kuuloviesti -> Anna palautetta. Toimituksen yhteystiedot löytyvät lisäksi lehden sisäkannesta.

Oikein vastanneiden kesken arvotaan Otavamedian lehtilahjakortti.
Edelliskerran ristikon voittaja oli **Heikki Nieminen** Vantaalta.

Lähetä ristikon ratkaisu 16.1.2016 mennessä Kuuloviestin toimitukseen
os. Ilkantie 4, 00400 Helsinki. Liitä mukaan nimesi ja osoitteesi.

											-pekka	sija- muoto		+t
										taru nurin				
										rasia				
	näkö-		sukuun tulleeita	mustia		x2	Chris				vaarat	uusi lumi		aistia
-koti											muru			
pää- kaupunki							elin- keinot juhla							
Engl. liiga- jouk- kue											Hautala mutsit			
	mies ilman ekaakin		vakoili	rauhat		tuittu mies					kaava		-i	muna- mittoja
ymmär- tää								vaarat						
					ei usko sekava raati								huma- laiset	
kuskit							moni- vuotinen							
pyykkää- miseen									LL lupa					
						maam- mot					innokas			
nainen			Simone	raam. mies		nouda- tettavia		asutti Perua		materia				
	+t													
aasi sekaisin														
					ees-						tasa- luku			

Hobbyerna och hörselförmågan

Hobbyer är temat för denna tidning. När man ska skriva om hobbyer i en tidning avsedd för hörselskadade, börjar man fundera över vilka hobbyer som lämpar sig för hörselskadade och om en hörselskada på något vis begränsar möjligheterna till hobbyutövning.

När jag var yngre sysslade jag i viss mån med att lyssna på musik. Dåfortiden på 70-talet fanns det varken mp3-spelare, internet eller strömning via Spotify. Du kunde köpa en vinylskiva i musikaffären om du hade tillräckligt med pengar. I radion fanns det också musik, via hela två kanaler, en allmän och en parallell kanal. Med handen på rullbandspelarens inspelningsknapp väntade man på om det musikstycke som skulle spelas upp var värt att bli inbandat.

I dag blir det inte av att lyssna aktivt på musik. Man kunde lätt tänka sig att den försämrade hörseln inverkar på detta, men det är kanske bara tiden som har gått förbi den här hobbyn. Å andra sidan lyssnar jag fortfarande gärna till ”Muistojen bulevardi” medan jag jobbar. Muistojen bulevardi (Minnenas bulevard) är ett radioprogram där man spelar de där nostalgiska skivorna från min ungdom.

Att läsa böcker är också en hobby, där förmågan att höra inte spelar någon roll. Självläser jag gärna, det är bara trist att det finns så lite tid till övers för läsning. När man går och lägger sig på kvällen är det trevligt att nollställa tankarna med en god bok och bussresor går som i ett huj medan man läser en bok.

Just nu har jag Bröderna Karamazov av Dostojevskij på gång som kvällslektyr. Den boken rekommenderar jag verkligen som kvällsläsning. Åtminstone undertecknad börjar nucka till redan efter ett par sidor. Boken omfattar ett halvtannat tusental sidor så den kommer att fungera som sömnmedel för en lång tid framöver.

Allt emellanåt drabbas man av lust att läsa något som räknas till s.k. bättre litteratur. Med Dostojevskij gick det till just på det här viset. Hellre skulle man vilja läsa litteratur av nyare och lättsammare slag. En berättelse som är smidigt skriven griper genast tag i en och man kan inte lägga boken ifrån sig. Att titta på filmer är också en hobby som är lätt att ta till sig. Filmer kan man se på biografen, även om jag själv hellre sitter hemma och tittar på film i tv. Även de nyaste filmerna ges strax ut på dvd och senast efter ett par år visas de på tv. I den här åldern går två år fort förbi och man

upplever det inte som så viktigt att få se de senaste filmerna att man för den skull vill köa för biljetter till premiären redan en vecka före filmvisningen.

Utländska filmer lämpar sig väl för den hörselskadade tack vare att de är textade. Då behöver man inte ha ljudet så högt på tv:n, att även grannarna kan följa med vilken film som är på gång. Det är mycket glädjande att man börjat förse även finländska filmer med text.

För några år sedan började jag skriva recensioner av filmer jag sett i ett rutigt häfte och förse dem med stjärnor, precis som tidningarnas filmkritiker. Det är roligt att senare jämföra recensionerna av olika filmer. Några gånger har det hänt att man sett en film på nytt och det är intressant att se att antalet stjärnor kan variera stort mellan de olika omgångarna.

Här har jag berättat om tre av mina egna hobbyer. Det finns helt garanterat en egen hobby för var och en. Det finns att välja på, allt från aerobic till oljemålning. Sist och slutligen är det väl så att utövandet av en hobby hänger på så mycket annat än hörselförmågan.

JUKKA RASA



