

# Poliolihti

2/2006

Julkaisija: Suomen Polioliitto ry



INVALIDILIITON  
LAHDEN KUNTOUTUSKESKUS  
Launeenkatu 10, 15100 LAHTI  
puh. (03) 812 811, fax (03) 783 0250  
lahden.kuntoutuskeskus@invalidiliitto.fi

Invalidiliiton Lahden kuntoutuskeskus on valtakunnallinen kuntoutuslaitos. Järjestämme sopeutumisvalmennus- ja kuntoutuskursseja liikuntavammaisille henkilöille ja heidän perheilleen sekä läheisilleen. Lisäksi järjestämme yksilöllisiä sopeutumisvalmennus- ja kuntoutusjaksoja vaikeasti vammaisille henkilöille.

### Poliovammaisten kurssi 28.09. - 07.10. (10 pv)

- \* kurssi on kokonaisvaltaisen kuntoutuksen kurssi aikuisille, joilla on polion aiheuttama liikuntavamma
- \* kurssin tavoitteena on osanottajien fyysisen kunnan kohentuminen ja psyykkisten ja sosiaalisten voimavarojen lisääntyminen
- \* kurssi toteutetaan yhteistyössä Suomen Polioliitto ry:n kanssa  
Hakemukset 28.08. mennessä Polioliitto ry,  
Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki

Lisätietoja antaa Birgitta Oksa, puh. 09-686 0990 tai  
Lahden kuntoutuskeskuksen kuntoutussihteerit,  
puh. 03-812 8207

**TERVETULOA  
KUNTOUTUMAAN JA VIRKISTYMÄÄN**

Helsingin lyhytaikaiskoti ja työpaja  
**Lyhty ry** on kehitysvammaisille  
palveluja tarjoava yhdistys Helsingissä.

Tarjoamme asumispalveluja pienryhmäkodeissa, opetus-  
palveluja ja erilaisia työpajapalveluja kehitysvammaisille.  
Henkilökunta koostuu eri alojen ammattilaisista mm.  
sairaanhoitajista, fysioterapeuteista, artemomista, opettajasta  
ja musiikkiterapeuteista.

Moniammatilliset tiimit eri yksiköissä mahdollistavat yksilö-  
vastuisten hoitotyön kehittämisen, vaihtoehtoisen palvelun  
vammaisille ja heidän perheilleen sekä kehitysvammahuol-  
lolle. Palvelun laadun takaamiseksi teemme työtä yksilövas-  
tuisen hoitotyön näkökulmasta, joka vaatii henkilöstöltä  
mm. joustavuutta, itsenäisyyttä, iloisuutta, kykyä itsenäi-  
seen ajatteluun ja luovuuteen.

Kysy meiltä suoraan tai omalta sosiaalityöntekijältäsi  
vapaista asumispalvelu- ja päivätoimintapaikoista.

Lyhty ry  
helka.liimatta@lyhty.net  
tai Eljaksentie 9, 00370 Helsinki  
Tiedustelut puh. 040 50 70 126  
[www.lyhty.fi](http://www.lyhty.fi)



## LEHTIMÄEN OPISTO

vammaisten kansanopisto  
PL 13, 63501 LEHTIMÄKI  
Puh. 06-522 0245, faksi: 06-522 0290

❖ Poliolaisten kesäkurssi 24.7. - 5.8.2006  
raha-automaattiyhdistyksen rahoittamana.

❖ Polioliiton Uskallusta elämään -kurssi  
29.10. - 3.11.2006.

❖ Poliolaisten talvikurssi 5.2. - 17.2.2007,  
mikäli rahoitus edelleen saadaan raha-  
automaattiyhdistyksen kautta.

❖ "Hoitava yhteys" - raamattu- ja ihmis-  
suhdekurssi 8.8. - 13.8.2006 yhteistyössä  
Kristillisten Invalidien kanssa.

❖ Mittatilaustyönä muunmuassa atk-,  
kädentaito- ja taidekurseja.

❖ Tilaa esite - päivitettyt tiedot löytyvät  
kotisivuiltamme  
<http://www.lehtimaki.fi/opisto>

❁ TERVETULOA LEHTIMÄELLE!

## KUNTOUTUSKURSSEJA POLION SAIRASTANEILLE

### Polio-kurssi 1 (Knro 14995)

työelämästä poissaolevat

- 1. jakso 24.09. - 07.10.2006 (14 vrk)
- 2. jakso 31.01. - 06.02.2007 ( 7 vrk)

### Polio-kurssi 2 (Knro 14833)

aktiivipainotteinen, työikäiset

- 1. jakso 08.11. - 14.11.2006 ( 7 vrk)
- 2. jakso 21.02. - 06.03.2007 (14 vrk)

**Kurssien tavoitteena** on antaa tukea ja ohjausta  
itsehoitoon ja edistää kuntoutujan toimintakykyä.

**Hakeutuminen:** kurseille voi hakea koko Suomen  
alueelta Kelan paikallistoimiston kautta ja hakemuk-  
seen liitteeksi tarvitaan lääkärin B-lausunto (tai kun-  
toutussuunnitelma). Kelan kuntoutuskurssit ovat  
kuntoutujille maksuttomia ja sisältävät kuntoutus-  
ohjelman ja täysihoidon.



### Lisätietoja:

kuntoutussuunnittelija Helena Kangasniemi  
puhelin (016) 3329 289 ja 040 544 9968  
[helena.kangasniemi@invalidiliitto.fi](mailto:helena.kangasniemi@invalidiliitto.fi)  
Invalidiliiton Lapin kuntoutuskeskus  
Porokatu 32, 96400 Rovaniemi



Kannen kuva:  
A.Karjalainen Marjolan  
rannasta

**Lehti ilmestyy  
4 kertaa vuodessa**

**Ilmoitusmyynti**

Ritva Helander

Puh. (019) 345 1360

Fax (019) 345 1524

**Mainosilmoitusaineistot**

TJM-Systems Oy/  
Eija Lindroos

PL 75

02921 ESPOO

Puh. (09) 849 2770

Fax (09) 852 1377

Email: eija.lindroos@  
tjm-systems.fi

**Taitto**

Antero Karjalainen  
www.akarjalainen.net

**Paino**

Kirjapaino  
JAARLI Oy

ISSN 1237-2781

**Suomen  
POLIO  
liitto ry**

**Julkaisija:**

Suomen Polioliitto ry

**Toimitus:**

Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki  
puh. 09 - 686 0990 , fax 09 - 6860 9960  
sähköposti: birgitta.oksa@polioliitto.com

**Päätoimittaja:** Birgitta Oksa

## Sisältö

Kesäpäiviä jo 48 vuotta!	4
Meirän sakille	7
Uutisia	8
Taekwondo kohentaa kuntoa	20
Kaislarannan lomat kesällä 2006	21
Matkapäiväkirja Australian kesästä osa 2	22
Kurssikalenteri 2006	25
Kirjaesittely	26
Ruudukko	28
Oliko tämä kaiken loppu	32
Poliöjärjestöjen toimintakertomukset ja -suunnitelmat	34
Suomen Polioliiton kuntoutuskursseista vuonna 2006	47
Kurssihakulomake	49
Osastot	50
Merkkipäivät	55

## Odotellaan, vaan ei toimeettomana

”Vammaistuen ehdot eivät suosi pienituloisia. Vammaistuki ei kohdennu samoin pieni- ja suurituloisille hakijoille. Kelan tutkimusosaston selvityksen mukaan ongelmia tuottaa erityisesti vammaistukilain niin sanottu kustannuskriteeri.” Niinpä, nyt on sitten tutkittu ja todennettu tosiasia, joka Polioliiton neuvontapalveluissa on jo tiedetty kauan. ”Pienituloinen henkilö saattaa olla muihin verrattuna huonommassa asemassa, jos tulot kuluvat elämiseen – esim. ruokaan, vaatteisiin ja asumiseen, eikä hakijalla ole varaa ostaa palveluja. Näin hän ei pysty myöskään liittämään vammaistukihakemukseensa tositteita jatkuvista kustannuksista, joita Kela yleensä edellyttää.” Jäämme vain odottamaan, millaisia oikeita käytännön toimenpiteitä asian korjaamiseksi tehdään.

Kädet ristissä ei kannata jäädä odottelemaan. Niinpä jatkamme tätä sitkeää kamppailua hakemus hakemukselta ja lausunto ja huomautus kerrallaan.

Te, joilla on mahdollisuus käyttää internetiä, voitte käydä vilkaisemassa koko selvityksen (Virta L. Havainoja vammaistuen kohdentumisesta. Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan selosteita 53, 2006. ISBN 951-669-698-8 (nid.), 951-669-699-6) osoitteessa <http://www.kela.fi/tutkimus>.

Useimmissa kirjastoissa ja kesäkahviloissa on jo koneet ja henkilökunta, joka opastaa mielellään internetin käytössä. Samalla reissulla voitte käydä katsomassa vaikkapa sivut [www.poliotarinoita.net](http://www.poliotarinoita.net). Ette varmasti pety. Ehkäpä sieltä löytyisi innostus kirjoittaa omia elämäkokemuksia paperille. ”Moni tarinansa kirjoittanut on jälkepäin kiitellyt, miten oman tarinan kirjoittaminen on ollut vahva ja selkiyttävä kokemus. Polio on kirjoittamisen myötä asettunut omalle paikalleen elämän kokonaisuudessa.”

Tähän aikaan odotellaan kiihkeästi kesän aurinkoa ja lämpöä. Koska nyt näyttää, että siitä odottelusta on tulossa pitkä ja pahimmassa tapauksessa tulokseton, päätimme ryhtyä toimenpiteisiin. Kesävaatteet esille, jos ei muuta niin silmäniloksi vaatekaapista villapuseroita kaivettaessa. Toimiston ankealle asfaltti-pihalle pari pientä tuolia ja vieläkin pienempi pöytä. Pöydälle hehkuvan punainen pelargonia.

Tehdään kesä itse. Se on varmin tapa.

**Birgitta Oksa**





Harri Marstio aj Nipa Niilola viihdyttivät kuulijoita uusin ja tutuinkin sävelin.

Riitta-Liisa Kuusela lausui kirjoittamiaan runoja.



## Kesäpäiviä jo 48 vuotta!

**Ensimmäiset retkeilypäivät järjestettiin jo vuonna 1958 vain vajaa kaksi vuotta yhdistystoiminnan käynnistymisen jälkeen. Vuoden 1958 retkeilypäivät vietettiin Hämeenlinnassa. Kesäpäivien suosio on ollut vankkumatonta ja niitä on järjestetty jo lähes 50 vuoden ajan. Retkeilypäivien historiaan kuuluvat niin koti- kuin ulkomaan kohteetkin. Ensimmäiset kesäpäivät olivat usealle polion sairastaneelle ensimmäinen kunnan mahdollisuus lähteä kotipiiriin ulkopuolelle pitkä talven jälkeen. Joillekin jopa ainutkertainen mahdollisuus lähteä yksinkertaisesti ulkoilmaan. Tänä päivänä kesäpäivät ovat enemmänkin yhteinen vuosittainen tilaisuus tavata muita polion sairastaneita ja viettää yhteistä aikaa.**



**T**äällä ei tarvitse miettiä pysynkö ns. terveiden tahdissa tai herätänkö liikaa huomiota keppieni kanssa, totesi eräs kesäpäivien vakiovieras. Hän halusi vielä muistuttaa, että joskus kaikilla on lupa vain viihtyä ja jutustella tuttujen kanssa.

- Vaikka monastihan nämä jutut jotenkin liippaavat tätä poliota, kun se kumminkin meidän kaikkien yhteinen juttu on, hän vielä huikkasi ja kiirehti odottavaan kiertoajelu-bussiin.


jatkuu sivulla 27


Sunnuntaiaamuna Marjolaan tulijoita tervehti pilvipoutainen, mutta viileä sää.


Kesäpäivien ehdottomasti nuorin osanottaja oli Helenan Chihuahua Miska, joka hivenen arasteli Marjolan laiturilla.

Tapani Pajunen vastaanotti tuliaisina luovutetut linnunpöntöt. Linnunpöntöt luovuttivat puheenjohtaja Rauno Nieminen ja johtokunnan jäsen Pirjo Karin-Oka.



Marjolan maastoa rakennetaan sopimaan yhä paremmin liikuntaesteisillekin. Laavu, josta upeat näköalat oli vasta rakenteilla. 

Rohkeimmat uskaltuivat kokeilemaan myös mönkijää. Kuten tavallista eniten mönkijä kiinnosti kesäpäivien miespuolisia osanottajia. 

Vieraat ryhmittyyvät kuuntelemaan, kun Marjolan Tapani Pajunen kertoi mitä kaikkea heillä voi tehdä. Marjolan yhteystiedot saa vaikkapa [www.marjola.com](http://www.marjola.com). 



# Stop syysmasen- nukselle

Syystapahtuma

Turun Ruissalossa  
16-17. 9. 2006

*Luvassa mukavaa ohjelmaa  
ja yhdessäoloa!*

*Tulethan mukaan.*

*Varaa aika kalenteristasi.*

*Lisätietoja jäsenkirjeessä viikolla 32.*

*Kaikki ovat lämpimästi  
tervetulleita!*

*Suomen Polioliitto ry ja  
Poliinvalidit ry:n  
Varsinais-Suomen osasto*



*Lauri Jokinen ja Riitta Nissilä Varsinais-Suomen osastosta ovat käyneet toteamassa Rusissalon kylpylän tilat sopiviksi ja toivovat mahdollisimman monen osallistuvan syystapahtumaan: Tervetuloa Turkuun!*

Suomen  
**POLIO**  
liitto ry

## **SUOMEN POLIOLIITTO RY**

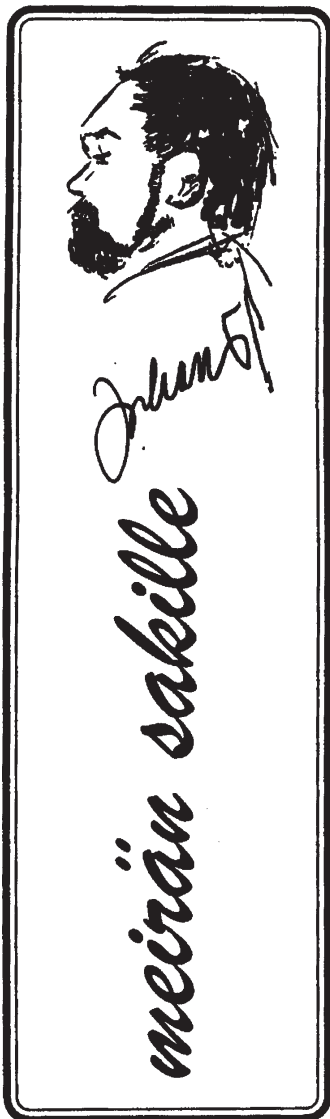
Toimisto/Poliiolehden toimitus: Luotsikatu 6 E 28  
00160 Helsinki  
Puhelin: 09-6860 990  
Fax: 09-6860 99 60  
Sähköposti: birgitta.oksa@polioliitto.com  
www-sivut: www.polioliitto.com  
Pankki: Sampo 800015-70432857

## **POLIOINVALIDIT RY**

Toimisto: Luotsikatu 6 E 28  
Postitoimipaikka: 00160 Helsinki  
Puhelin: 09-6860 990  
Fax: 09-6860 99 60  
Sähköposti: kirsti.paavola@polioliitto.com  
www-sivut: www.polioliitto.com  
Pankki: Sampo 800013-222875

## **SUOMEN POLIOHUOLTO RY**

Toimisto: Luotsikatu 6 E 28  
Postitoimipaikka: 00160 HELSINKI  
Puhelin: 09-6860 990  
Fax: 09-6860 99 60  
Sähköposti: leo.hanninen@pp1.inet.fi  
www-sivut: www.polioliitto.com  
Pankki: Sampo 800017-287221



**E**nsiksi nöyrä anteek-  
sipyöntöni. Kun Lap-  
peenrannan iltajuhlan  
alussa tulin maininneeksi,  
että Suomessa on kaikki pie-  
lessä. Jääkiekon MM-kultaa  
ei tule, maan hallitus ei tule  
antamaan mitään radikaalia  
parannusehdotuksia vammais-  
ten asioiden korjaami-  
seksi ja Suomen Euroviisun  
sijaluku on 10. Tietenkin  
minulla oli oikeat numerot,  
mutta siinä juhlahumussa  
tulini sanoneeksi ne väärin  
päin. Tietenkin tarkoitin,  
että Suomen Euroviisun sija-  
luku on 01. Kyllä me 100  
henkilöä sen tiesimme, kun  
jännitimme viisuja yökerhon  
puolella loppuun saakka.



Maan hallitus antoi sitten  
”Selonteon Vammaispoliitista  
ohjelmasta”. Selonteko  
käsittelee monipuolisesti vammais-  
ten ihmisten mahdollisuuksia  
selviytyä elämässään. Siinä oli  
monia hyviä kehittä-  
misehdotuksia.

Selvityksen mukaan tuki-  
toimilla pyritään vammais-  
ten elämäntilanne saattamaan  
mahdollisimman yhdenvertai-  
seksi muiden kansalaisten  
kanssa. Tavoitteena on siis  
edistää vammaisten ihmisten  
edellytyksiä elää ja toimia  
muiden kanssa yhdenvertai-  
sena ja tasa-arvoisena jäse-  
nenä sekä poistaa vammais-  
suuden aiheuttamia esteitä  
ihmisarvoiselle elämälle.

Ainut ongelma on se, että  
tällä hetkellä jokaisella kun-  
nalla näyttää olevan oma toi-  
mintapolitiikkansa suhtautu-

misessa vammaisiin. Aina  
ei ole kysymys rahastakaan  
vaan toimintakulttuurista.  
Ainut tapa lienee, että selvi-  
tyksessä mainitut tavoitteet  
ja määritelmät päätetään vel-  
voittaviksi. Niin kauan kuin  
ne ovat tavoitteita ei asiaan  
tule parannusta. Tavoitteiden  
toteutuksen valvonta jää siten  
vammaisjärjestöjen omien  
toimintojen varaan.



Oulun yliopistossa tarkas-  
tettiin väitöskirja. Väitöskir-  
jassa todettiin, että kylmyyden  
tunne voi parantaa psyykkistä  
toimintakykyä, sillä lievä kyl-  
mänaltistus parantaa älyllisten  
tehtävien ratkaisemista. Eli  
kaikki me poliitit, joilla jalkojen  
kylmäarkuutta ja –vaivaa  
olemme siis tavallista väkeä  
fiksumpia. Siitä on helppo  
olla yhtä mieltä. Samoin väi-  
töskirjassa todetaan, että kyl-  
myys heikentää tasapainoa.  
Tasapainon säätelyn heikke-  
neminen näkyy lisääntyneinä  
korjausliikkeinä. Ihmiset huo-  
juvat enemmän seisossaan ja  
kaatumista tapahtuu useam-  
min. Onpa hyvä tietään, ettei  
kaikki kompurointi johdukaan  
postpoliosta.



Kevään kynnyksellä meidän  
perheessämme oli viimeiset  
”suuret perhejuhlat”. Nimit-  
täin kolmas, ja viimeinen,  
lapsemme meni naimisiin.  
Vihkiminen tapahtui kotikir-  
kossamme Kurikassa. Oli  
suuri ilo katsoa kuinka lasten-  
lapsemme ottivat osaa tämän  
tapahtuman järjestelyyn.  
Parin kuukauden aikana he  
olivat tehneet erilaisia piirus-  
tuksia ja runoja. Valmistelleet  
ohjelmaa. Ilmoittaneet mitä  
haluavat syödä. Minkälai-  
set uudet vaatteet he halua-  
vat. Herra Nuorimmainen ei  
kyllä tiennyt mitä vihkiminen  
merkitsi, mutta innokkaasti  
hänkin toimintoihin osallis-  
tui. Kirkossa seurattiin sitten  
tarkasti mitä tapahtui. Vihki-  
misen kruunasi, kun Neiti 10 v  
sai lukea alttarilta vihkiparille  
vihkikaavan mukaisen lupa-  
uksen. Se oli mieliin painuva  
ja herkkä hetki.

Yksi ongelma Herra nuorim-  
maiselle tuli. Kun hän tapansa  
mukaan sitten huusi vessasta,  
toimituksen tultua suoritettua,  
että ”Rouva Kivipelto, pyyhki-  
mään”. Ja kun sitten kysyt-  
tiin, että kuka rouva Kivi-  
pelto neljästä vaihtoehdosta  
kelpaa? Hetken hiljaisuuden  
jälkeen tuli vastaus ”Se joka  
kerkiää”.

Aurinkoista kesää, ja muis-  
takaa: ”Vain kylmissämme  
kaadumme ja huojumme”.

**Jussi**

## Opaskirja polion sairastaneille ja terveydenhuollon ammattilaisille



Tämä opaskirja on tehty, jotta polion myöhäisoireet tunnistettaisiin paremmin ja polion sairastaneet saisivat oikeaa hoitoa, kuntoutusta ja tukea. Oppaassa käsitellään kyselyn perusteella tärkeiksi koettuja aihealueita. Opas on tarkoitettu niin poliovammaisten kuin terveydenhuollon ammattihenkilöstön käyttöön.

Kirjasta löytyvät mm. seuraavat otsikot:

- Poliorokotukset ja poliotilanne maailmalla, LKT Tapani Hovi
- Polion myöhäisoireyhtymä, Fysiatrian dosentti Hannu Alaranta
- Poliovammaisen liike- ja liikunta-hoidosta, LKT Matti Nykänen
- Polion myöhäisoireet ja kipu, neurologian dosentti Aki Hietaharju
- Polion sairastaneiden henkilöiden psyykinen sopeutuminen, FT, psykologian dosentti Vappu Viemerö

Kirjan ovat toimittaneet LL Kirsi Valtonen, LKT Hannu Alaranta ja ESH Ilse Uoti.

Kirjaa on saatavissa Suomen Polioliitto ry:n toimistolta.  
**Kirja maksaa 6,00 €.**

Hintaan lisätään postitettaessa toimituskulut.

Puh. 09- 686 0990 fax 09- 6860 9960

## Punkaharjun poliokurssi 02.04.-22.04.2006



*Pallolla tasapainoilua toinen toista tukien.*



*Keinunvaltaajat Punkaharjun kuntoutuskeskuksen (Kruunupuiston) poliokurssilla.*

Meitä oli yhdeksän hengen iloinen ja huumoria räiskyvä joukko Kruunupuiston kuntoutuskeskuksessa pääsiäisen molemmin puolin keväällä 2006.

Ihmisiä oli ympäri Suomea, Lapista Turkuun. Inkoosta Kajaaniin ja siltä väliltä. Ensikertalaisia oli seitsemän, ja meitä konkareita kaksi. Huvittuneena



## ...uutisia...

seurasin, kun taapersimme ryhmässä kuntoutuskeskuksen käytävillä: olimme kuin hanhilauma, jokaisen heiluessa vammasta johtuen vähän eri suuntiin.

Sää ei ehkä ollut paras mahdollinen ulkona liikkumiseen sateen ja liukkauden vuoksi, mutta kyllä meitä rohkeita ulkona liikkujiakin mukaan mahtui. Ei toivottu kevätflunssakin kävi vierailmassa joukossamme ja kaatoi meistä muutaman jopa vuodepotilaaksi.

Pahin flunssavaihe ajoittui juuri pääsiäisen aikaan. Pääsiäisen vietto Kruununpuistossa oli kotioloista poikkeavaa. Henkilökunta oli kiitettävästi asetellut pääsiäiskoristeita ja kukkia tunnelman luomiseksi. Osa meistä kävi Punkaharjun kauniissa kirkossa kuulemassa Pääsiäissanomaa.

### Tilauudistuksia ja vanhoja tuttuja

Tullessani Kruununpuistoon totesin vastaanottotilan täysin uudistetuksi. Hymyilevä vastaanottovirkailija ohjasi minut omalle osastolleni. Siellä jo ennestään tuttu osastonhoitaja otti minut avosylin vastaan. Tapasin ensimmäisenä päivänä vanhan ystäväni Antti Pastein, johon olin tutustunut aikaisemmilla käynneilläni Kruununpuistossa. Hän edustaa heimoveteraanejamme ja on tullut 1996 Kruununpuistoon, vaimon jäädessä hoitamaan heidän sairasta tyttärtään Inkerinmaalle. Antilla on aina iloinen pilke silmäkulmassa ja on mukavaa kuunnella hänen tarinoitaan vanhoilta ajoilta. Vierailin hänen asunnollaan useina iltoina. Heimoveteraaniemme tarinat pitäisi jonkun kirjoittaa talteen, sillä kohta ei ole kertojia. He kaikki ovat jo yli kahdeksankymmppisiä. Kruununpuistossa heitä asuu vielä 29.

Viikot lähtivät kulumaan nopeasti, hyvin järjestettyjen päiväohjelmien mukaisesti. Paulan ja Velman tuolijumput sekä vesisulkeiset ym. sujuivat huumorilla höystettynä iloisesti. Matti luennoi meille jälleen tutusta aiheesta: poliosta ja sen jälkitilasta uusien tutkimusten valossa. Oli ihan mielenkiintoista kuunnella, mutta eipä ne meitä enää paljonkaan auta.

Ruokasali oli muuttanut aivan uudele rakennettuun paikkaan suureksi



*Päivän kuntoilun jälkeen makkaranpaisto saa hymyn poikien huulille.*

ravintolasaliksi. Keittiöhenkilökunta on nyt suuren ravintolaketjun Amican alaisuudessa. Ruoka oli ihan hyvää, mutta ehkä vähän laitosmaisempaa kuin entinen kotikeittiö. Hoitajat avustivat vaikeavammaisia asiakkaita ruoka-annosten tuonnissa pöytiin ihailtavan avuliaasti ja aina hymyssä suin. Ravintolassa ja kahvilassa oli myös tarjolla alkoholi-juomia, mutta hinnat oli hinattu todella korkealle. Liekö kysymyksessä ravintoloitsijan ahneus vai kuntoutuslaitoksen sanelema kulutuspolitiikka? Oli niin tai näin myynti oli mielestäni vähäistä.

Kaipasin suurta kaunista kirjastoa, joka oli ennen Jugend-talon yläkerrassa. Nyt ”kirjasto” on kellarikerroksessa, kirjat oli tungettu pieneen koppiin melko sekavaan tilaan. Kirjasto on väärä sana tästä kellarikopista. Oleskelu siellä aiheutti päänsärkyä ja suljetun tilan kammaa. Lainasin mielenkiintoisen kirjan sota-ajalta Kruununpuiston kuntokeskuksen ollessa sotasairaala. Kirjan kirjoittaja lääkäri Rainer Nuutinen kertoo potilaistaan, esim. siitä kuinka Adolf Ehmrooth tuotiin vaikeasi haavoittuneena sotasairaalaan. Kenraalin voimakas elämänhalu pelasti kuolemalta, sanoo Nuutinen.

Uudistuksia oli tehty kuntoutuskeskuksen piha-alueillakin. Suuri vihreä hehtaarihalli oli pystytetty tanssitilaksi kesäajalle. Kauneus on katsojan silmässä sanotaan, minun silmissäni halli oli aivan

väärässä paikassa. Mitähän suunnittelija-arkkitehti oli ajatellut pilatessaan kansallismaisemaamme.

Aika kului ja viimeiset päivät olivat kolmesta viikosta käsillä. Tehtiin Paulan ja Velman ohjauksessa perinteinen rantasaunalenkki, kahvikuppeja kilistellen ja lähtöpuheita pitäen. Kaikki loppuu aikanaan, niin tämäkin hoitojakso.

Suuret kiitokset Kruununpuiston koko henkilökunnalle hyvästä hoidosta ja huolenpidosta.

### Hyvää kesää ja kireitä siimoja!

Lopuksi vähäisiä moitteita keventävä turkulainen tositarina.

Muuan Turkulainen poliisi saapui aamuyöllä alasti työpaikalleen. Kovasti työkaverit ihmettelivät.

- Kui sää ny noi munasill tänn tules?
- Mää oli illal yksil kutsuil. Kahrentoist aikka valo sammusiva ja joku huus, et ny äkki vaattee pois ja hommii.
- Ja tääl mää ny ole.

Et simmottis Turus!

**Teksti: Ahti Laakso**  
**Kuvat Veli-Matti Saukkonen**  
**(Kruununpuisto)**

## Hyssälä uskoo: - Avaimet hyvinvointiin löydettävissä

Sosiaali- ja terveysalan koulutus- ja messutapahtuman, TerveSOS 2006 Tampereella avannut peruspalveluministeri Liisa Hyssälä kysyy, kenellä ovat Suomessa hyvinvoinnin avaimet?

- Ovatko ne jokaisella itsellään, kunnalla vai valtiolla. Keskustelu hyvinvoinnista ja hyvinvointiyhteiskunnan tulevaisuudesta on aina ajankohtainen. Millaisia tulevat olemaan ne linjaukset, joiden avulla hyvinvointi Suomessa voidaan säilyttää ja sitä vielä lisätä, kysyi Hyssälä.

Hyssälä mainitsi, että sosiaali- ja terveysministeriössä uudistetaan parhailaan vuosikymmenen alussa valmisteltua sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiaa vuoteen 2015.

- Strategian peruslinjaukset ovat terveyden ja toimintakyvyn edistäminen, työelämän vetovoiman lisääminen, köyhyyden ja syrjäytymisen ehkäisy sekä toimivien palvelujen ja kohtuullisen toimeentuloturvan vahvistaminen.

Nämä linjaukset ovat hänen mukaansa edelleen ajankohtaisia, mutta painotuksia pitää tarkistaa. Vaikka suomalaisten terveys ja toimintakyky on parantunut, suuri huolenaihe meillä ministerin mielestä on väestöryhmien väliset terveyserot.

### **Kaikilla avaimet**

- On tärkeää saada koko yhteiskuntapolitiikka tukemaan terveyttä ja hyvinvointia. Tarvitsemme kansallisen terveyserojen kaventamisstrategian. Kaikilla yhteiskunnan toimijoilla on avaimet hyvinvointiin, ei pelkästään sosiaali- ja terveysväellä, muistutti Hyssälä.

Hänen mielestään erityisen ajankohdasta on nyt keskustelu hyvinvoinnin ja hyvinvointipolitiikan rakenteiden uudistamisesta, välittämisen ja huolenpidon vastuun jakamisesta uudella tavalla.



Sosiaali- ja terveysväki kohtasivat Tampereen Terve Sos –tapahtumassa.



Ministeri Liisa Hyssälä (kuva valtioneuvosto)

### **6 000 messuvierasta**

Kolmatta kertaa Tampereella järjestetty Terve-SOS 2006 keräsi sosiaali- ja terveysväelle suunnattuihin seminaareihin noin 1 200 osallistujaa, kaksipäiväisiin messuihin puolestaan tutustui 6 000 kävijää. Näytteilleasettajia oli tänä vuonna yli 120. Messuilla sosiaali- ja terveysalan eri toimijat esittelivät palvelutarjontaansa, tuotteitaan ja uusia innovaatioitaan laajasti ja monipuolisesti.

**Teksti ja kuva: Hannu Salonpää**

Lapsihalvaus ja minä  
-dokumentti  
Perhos-pinssi  
50-vuotisen toiminnan  
juhlapostimerkki

Tilaa puh. 09-6860990

## Invavarusteista kalustoa käyttöön VR:llä

**V**altionrautatiet on ryhtynyt palvelemaan vammaisia entistä paremmin ottamalla käyttöön uutta modernia kalustoa. Muutamassa yöpikajunassa voi nyt matkata invahytissä ja VR on tilannut 16 tsekkivalmisteista kiskobussia vähäliikenteisille rataosuuksille.

Kiskobussin toisen päädyn vaunuosastossa on paikat pyörätuolimatkustajille, lastenrattaille ja polkupyörille. Samassa osastossa on wc, johon pääsee myös pyörätuolilla. Kiskobussissa on invanostin, jonka akkujen tehossa on ilmennyt sikäli ongelmia, että useampi perättäinen nostokerta ei välttämättä onnistu.

Mutta miten luistaa matkustaminen invahytissä? Tästä toimittaja otti selkoa matkaamalla testimatkan Oulusta Helsinkiin. Ja näin sen näin!

### **Hytti on ahdas**

Makuuvaunun invahyttiin siirtyminen sujuu helposti korotettujen laiturien asemilla kuten Oulussa. Invahytti onkin sijoitettu heti ensimmäiseksi vaunuun tultaessa. Sähköovi avautuu napin painalluksella. Ensivaikutelma vetää pari kurttua otsalle: ahdasta taitaapi olla.

Kun ovi suljetaan sähköisesti, pyörätuoli mahtuu nippa nappa poikittain sisälle. Pelkkä ajatuskin, että olisin lähtenyt liikkeelle sähköpyörätuolin kera, saa lisäkurttuja. Niin mitenkähän tässä toimittaisiin, mietin ojennellessani tavaroita ja vaatteita avustajalle, jolle lattiasta jää vain hitusen omaa tilaa. Seinältä löytyy käännettävä istuin, mutta pyörätuoli vie niin tyystin tilan, että avustajan on helppointa toimia ikkunan luona seisten.

Katse kiertää hytissä. Verraten paljon systeemeitä pienessä tilassa. Tarkempi syynäys löytää kolme pistorasiaa, molemmille vuoteille lukuvalo, hätäkutsu, digitaalinen kello, hyttikohtainen lämpötilansäätö ja herätys. Kun pyörähdän ympäri, selkäni takaa paljastuu peilikaappi ja lavuaari. Tartuntakahvoja on ihan kiitettävästi. Tärkein niistä on pultattu alapetin seinän vierelle.



### **Virta ei riitä hengityslaitteelle**

Kellon lähestyessä ensimmäistä pikkutuntia on aika yöpuun. Tovin aikaa pohdimme avustajan kanssa, mihin sijoittaa hengityskone. Ainoa tila löytyy sängyn alta. Onneksi sähköjohdossa ja ilmaputkessa on pituutta, joten sijoittelu on ihan hyvä.

Sänkyyn siirtyminen käy helposti, koska vuoteen alusta on tyhjä ja pyörätuolin jalkalaudat voi työntää sinne. Vuode on hyvä, riittävästi leveyttä ja pehmeyttä. Loppujen iltatoimien jälkeen, ei kuin maski kasvoille ja unta odottelemaan. Ilma virtaa maskiin tasaisesti,

ja voin siis nukkua taas pitkästä ajasta junassa, uskottelen.

Parikymmentä minuuttia ja sähkö katkeaa hengityslaitteesta. Katkos kestää ehkä puoli minuuttia ja kone jatkaa taas työtään. Olen vaipumassa uneen, kun sama toistuu uudemman kerran. Arvioin, että katkos uusiutuu taas kahdenkymmenen minuutin kuluttua. Parin katkoksen jälkeen tiedän, että se tulee vieläkin. Juuri niin käy. Sama toistuu koko pitkän valvomani yön. Kelmeät kellon numerot kertovat, että virta loppuu tasan tarkkaan kolme kertaa tunnissa. Nukkumisesta ei siis tule mitään. Valvotun yön jälkeen mietin, mitähän olisi tapahtunut, jos laitteeni olisi ollut nk. hengitystä ylläpitävä kone. Oma koneeni oli sentään hengitystukilaitte. Yön yli menin, kun jaksoin valvoa enkä ottanut laitteen tukea.

Vielä ennen kuin juna ehtii Helsinkiin katsastan wc:n. Se onkin sijoitettu vastapäätä invahyttiä. Inva-wc on tilava ja käden ulottuvilla on kaikki tarpeellinen. Istuimen toiselle puolelle sentään lisäksi tukikaiteen. Toisin kuin yleensä, pyörätuolista näkee tässä vessassa jopa peiliin.

**Teksti ja kuvat: Hannu Salonpää**



## Reunakivien testausta

**P**olioinvalidit ry:n pääkaupunkiseudun osaston jäsenet saivat osastoltaan henkilökohtaisen kutsun saapua testaamaan ja sanomaan mielipiteensä erilaisista jalkakäytävien reunatukimalleista. Reunatukimalleista oli tehty näyttely Helsingin Kasarmintorille.

Tuotteita on kehitetty osana Liikenne- ja viestintäministeriön ELSA-kehittämishjelmaa, joka on jatkoa Helsingin ja viiden muun kaupungin yhteiselle SuRaKu-projektille, joka on valmistunut marraskuussa 2002. ”ELSATUOTE”-hankkeen tarkoituksena on kehittää ympäristörakentamisessa käytettäviä tuotteita ja tuotejärjestelmiä niin, että ne vastaavat SuRaKu-projektissa asetettuja vaatimuksia ja mahdollistavat esteettömien ulkotilojen rakentamisen tulevaisuudessa. Hankkeeseen sisältyy myös tuotteiden testaus niiden toimivuuden ja kestävyuden varmistamiseksi mahdollisimman oikeissa käyttöolosuhteissa. Kehiteltäviä tuoteryhmiä ovat mm. suojatien ja pysäkkien reunatukijärjestelmät, ulkoportaat, näkövammaisten opaslaatat, erottelu- ja varoitusmateriaalit sekä sadevesikourut.

Sää ei tuntunut suosivan testausta, sillä mereltä puhalsi viileä tuuli ja lunta pyrytti paikoin sakeastikin. Kadut olivat liukkaita. Onneksi paikalle sentään saapui kourallinen ihmisiä testaamaan ja kertomaan kokemuksiaan liikuntaesteisenä Helsingissä. Osa reunakivistä oli jo ehtinyt hautautua lumen alle ja niitä jouduttiin lapioidaan esiin. Siinä paljastui heti yksi arjen tilanteista: lumessa reunakivillä ei juurikaan ole toivottua merkitystä.

Testaajat kuljetettiin Kasarmintorilta Lasten Liikennekaupunkiin testaamaan reunakiviä, jotka oli valmistettu toisesta materiaalista. Siellä olleet reunakivet saivat jyrkän tuomion: ainakin talviolosuhteissa kivet olivat vaarallisen liukkaita.

Olisi erittäin tärkeää, että mahdollisimman moni pyrkisi osallistumaan ja vaikuttamaan esteettömän ympäristön saavuttamiseksi tehtyihin suunnitelmien tekoon ja testaukseen. Kun suunnitelmat on tehty, on niihin vaikuttaminen huomattavasti paljon vaikeampaa, jollei mahdotonta verrattuna suunnitteluvaiheeseen.

**Teksti: BO**

**Kuva: KP**

## Oman kaupungin patsaat tutuksi

**K**uinka moni lopulta tietää kaupunkinsa patsaista juurikaan mitään? Siihen kysymykseen lähti vastausta etsimään Polioinvalidit ry:n Pääkaupunkiseudun osasto huhtikuussa. Patsaalta patsaalle kuljettiin inva-bussilla ja osaa tyydyttiin tutkailemaan auton ikkunan läpi. Näin päivän aikana ehdittiin käydä läpi viitisen kymmentä patsasta. Patsaita kaupungissa riittää vielä muutamaaan muuhunkin päivän retkeen.

Nyt matkaan lähdettiin sateisissa merkeissä, mutta jo ensimmäisellä ”bussista ulos”-patsastarkasteluun tultaessa aurinko paistoi mukavan lämpimästi. Tarkasteluvuorossa oli tällöin patsas ”Haaksirikkoiset”, Tähtitornin mäellä. Ihan selvästi ainakin osalle 30 hengen tutkimusmatkalaisista tämä patsas oli kyllä toisaalta tuttu, mutta toisaalta...

### **Sibeliuksesta Nurmeen**

Selvästi tutuimpia Helsingin patsaista oli Eila Hiltusen Sibeliuksen monumentti. Sibeliuksen monumentti löytyy Taka-Töölössä sijaitsevasta Sibeliuksen puistosta. Sibeliuksen puisto sai nykyisen nimensä vuonna 1945 säveltäjämestari Jean Sibeliuksen 80-vuotissyntymäpäivän kunniaksi. Taiteilija Eila Hiltusen veistämä Sibeliuksen monumentti paljastettiin vuonna 1967. Se herätti silloin vilkasta keskustelua: oliko monumentti patsas ollenkaan?

Toinen tutuista patsaista oli Ville Vallgrenin suunnittelema Havis Amanda. Pronssinen suihkulähde valmistui Pariisissa 1906 ja pystytettiin Helsingin Kauppatorille 1908. Vallgrenin mukaan merestä nousseen nuoren naisen hahmo symboloi Helsinkiä ja sen syntyä. Opiskelijoiden suorittama ”Mantan” pesu ja lakitus, vapunaattona on vakiintunut osaksi kevään juhlintaa ja se kerää tuhansia ihmisiä Kauppatorille.

Tutuin patsas tälle porukalle löytyi Mäntymäen kentältä. Juoksija Paavo Nurmen patsas Olympia stadionin kupeessa on SE paikka. Paikka, josta invabussi lähtee liikkeelle kohti erilaisia yhteisiä seikkailuita. Niin tälläkin kertaa.



Jos ette tiedä, he tietävät kertoa Helsingin patsaista.

Suomen valtio tilasi Pariisin 1924 Olympialaisten jälkeen Wäinö Aaltoselta Paavo Nurmen kokovartaloveistoksen. Nurmi oli Aaltosen mallina, mutta he päätyivät yhdessä ratkaisuun, että Nurmesta ei tehdä naturalistista näköismuotokuvaa, vaan että veistoksesta tulee "suomalaisen juoksijan monumentti". Näköisyyteen yhdistettiin tietoisesti esteettisesti ihanteellisia piirteitä. Nurmesta tehtiin esimerkiksi varvasastuja, vaikka hän todellisuudessa astui tukevasti koko jalkapohjallaan. Varvasastunnalla veistokseen saatiin dynaamista linjakkuutta.

Paavo Nurmen patsaasta tuli nopeasti suomalaisen urheilun ja itsenäisen kansakunnan symboli ja sitä käytettiin laajalti Suomi-kuvan levittämiseen. Helsingin Olympiastadionin etukentän patsas paljastettiin 1952 Helsingin kisoja varten.

Patsaskierros herätti melkoista ihmetystä, kun siitä kertova kirje tavoitti osaston jäsenet. Osa osastolaisista tyrmäsi moisen ajatuksen täysin sopimattomana ja turhana. Osa innostui ikihyviksi ja kiitelti mukavaa ideaa. Kotikaupunki tahtoo jäädä nähtävyyksien osalta paitsioon.



Monet reliefit jäävät kokonaan huomiotta kiireisessä arjessa. Aina lähdetään ns. merta edemmäs kalaan. Patsaat ovat kuitenkin osa kaupunkien historiaa ja niiden synty tarinat ovat usein mieltä kutkuttavia ja yllättäviäkin. Patsaskierros sopii kaikille, kysymys on vain järjestelyistä ja seikkailutahdosta.

Patsasretkeläiset saivat tietää ja nähdä myös Helsingin pisimmän yhdellä katseella- kadun. Olisiko seuraavana vuorossa retki: kaupungin kadut tutuksi? Mikä on pisin, lyhin, mutkaisin, mäkisin, kuuluisin...

**Teksti: B0**

**Kuvat: KP**

## RAY-avustukset yhä selkeämmin kansalaisjärjestötoimintaan



Miksi raha-automaattivaroilla pitäisi subventoida julkisia hankintoja tai miksi pitäisi avustaa järjestöjä paikkaaman kuntien laiminlyöntejä, kun avustusvarat eivät riitä paikkaukseen tasapuolisesti koko maassa? Kuntien talous on tiukoilla, mutta RAY:n avustuksilla kunnallisen palvelutoiminnan mittakaava- ja priorisointiongelmia ei ratkaista, Raha-automaattiyhdistyksen toimitusjohtaja Markku Ruohonen muistuttaa.

Yleishyödyllisen kansalaisjärjestötoiminnan tukemiseen tarkoitettujen RAY-avustukset tuottavat Ruohosen mukaan parhaiten lisäarvoa, kun ne kohdennetaan sosiaalisten ja terveydellisten ongelmien ennaltaehkäisyyn ja heikoimmassa asemassa olevien kansalaisten auttamiseen vapaaehtoistoiminnan ja vertaistuen keinoin.

Toimitusjohtaja Markku Ruohonen puhui torstaina 23.3. seminaarissa, johon osallistui noin 150 sosiaali- ja terveysalan järjestön johtajat.

Markku Ruohonen on jäänyt eläkkeellä 1.4.2006 alkaen. RAY:n toimitusjohtajana aloitti 1.4.2006 entinen ministeri Sinikka Mönkäre.

## Kevään vuosikokoukset

Poliojärjestöt käyttävät päätöksenteossaan ns. yhden varsinaisen kokouksen mallia. Kaikkien järjestöjen varsinaista, ylintä päätösvaltaa käyttävä kokous pidetään huhti - toukokuussa. Kokouksissa jäsenistö vahvistaa (tai haluaa lisäselvityksiä) edellisen toimintavuoden tilinpäätöksen toimintakertomuksineen ja päättää kuluvan vuoden toiminnan suuntaviivoista ja rahoituksesta. Lisäksi kokouksissa valitaan sääntöjen mukaan tarvittavat johtokuntien ja hallitusten jäsenet.

### Polioinvalidit ry

#### **Yhteiskuljetukset toimivat**

Kevään kokoukset aloitti Polioinvalidit ry. Yhdistyksen vuosikokous pidettiin Helsingissä, Kuulovammaisten järjestöjen Valkean Talon auditoriossa. Polioinvalidit ry:n paikallisosastot olivat järjestäneet yhteiskuljetuksia kokouspaikalle.

- Kuljetuksesta peritään viiden euron suuruinen maksu. Todellisista kustannuksista se ei peitä kuin murtoosan, mutta tällä tavoin toivottavasti pystymme edes jotenkin madaltamaan osallistumiskynnystä, totesi yhdistyksen puheenjohtaja Rauno Nieminen saapessaan kokouspaikalle yhdessä muiden satakuntalaisten kanssa.

Vuosikokoukseen osallistui lähes 120 jäsentä eri puolilta Suomea. Paikalle saapuivat myös Pohjois-Suomen osastosta mm. Anna-Maria Alaluusua ja Ulla Kurvinen, osaston sihteeri ja rahastonhoitaja. He olivat muiden pohjoissuomalaisten tavoin matkanneet Kemijärveltä ja Oulusta junalla.

- Matka sujui ihan mukavasti olihan matkaseurana tuttua väkeä, totesi Ulla Kurvinen.

- Vuosikokoukseen osallistuminen on aina yksi tapa vaikuttaa yhdistyksen toi-



*Polioinvalidit ry:n vuosikokous kokosi paikalle 120 jäsentä eri puolilta maata.*

mintaan. Toki muitakin tapoja on, mutta miksipä jättää tämä mahdollisuus käyttämättä, totesi samassa junassa matkaa vuosikokoukseen tehnyt Aarni Luhtala. Aarni on useammalle tuttu poliojärjestöjen valokuvaajana.

#### **Voimamme löytyy jäsenistä**

Vuosikokouksen avauspuheessa puheenjohtaja Rauno Nieminen erityisesti kiitti jäsenten aktiivista osallistumista yhdistyksen toiminnan suunnitteluun ja käytännön toteuttamiseen.

- Ilman yksittäisten jäsenten panosta toimintamme ei olisi mahdollista. Viime vuoden mittavat 50-vuotisjuhlatapahtumat eri puolella Suomea olisivat jääneet ilman heitä toteuttamatta. Eri tiedotusvälineet huomioivat hyvin paikalliset tapahtumamme ja monen paikallislehden sivuilta saatoimme lukea polion sairastaneen elämäntapaileesta.

Nieminen muistutti vielä, että yhdistystä tarvitaan myös jatkossa osana suomalaista yhteiskuntaa.

Kokouksessa käytettiin useita puheenvuoroja, joissa otettiin kantaa paitsi yleisesti yhdistyksen toiminnan tavoitteisiin ja suuntaviivoihin kuin yksittäisiin kysymyksiin.

- Vuosikokous on ajallisesti rajallinen ja asioita on paljon, mutta johtokunta toki ottaa kaikki kommentit ja ehdotukset huomioon päätöksiä vuoden aikana tehdessään. Johtokuntaan voi ottaa yhteyttä

myös vuosikokousten välissä. Yhtälailla voi viedä ehdotuksensa ensin paikallisosaston tietoon, joka sitten kyllä viestittää asiasta johtokunnalle, totesi varapuheenjohtaja Kaarina Lappalainen.

#### **Pääoma toiminnan rahoittajaksi**

Polioinvalidit ry on jo useamman vuoden ajan rahoittanut toimintaansa myös aiemmin kerätyllä tai saadulla pääomalla.

- Polioinvalidit ry:n toimintaa rahoitetaan myös aiemmin kerätyllä pääomalla. Tarkoituksemme on käyttää saadut ja kerätyt varat nimenomaan jäsenistölle suunnattuun toimintaan, kertoi puheenjohtaja Rauno Nieminen. Hän korosti, että pääoman käytöstä ja ennen kaikkea käytettävän pääoman määrästä päätetään vuosittain vuosikokouksessa.

Tässä vuosikokouksessa vahvistettiin, että Rahasto Nirosesta rahoitetaan vuoden 2006 toimintaa 50 000:lla eurolla. Samassa yhteydessä vuosikokous antoi johtokunnalle valtuudet myydä rahastoon kuluvat As Oy Kela-kartanon osakkeet.

- Yhdistyksen kiinteän omaisuuden myynti on osa monivuotista rahoitus-suunnitelmaa, joka ulottuu jopa 15 vuoden päähän. Näin pystymme tarjoamaan jäsenistölle tärkeitä kuntoutuspalveluja, tukemaan paikallisosastojemme toimintaa ja maksamaan avustajista aiheutuvia kuluja, listasi Nieminen.

### Keinoja osallistumiseen

Pohjois-Suomen osaston aloite postiäänestyksen käytöstä valittaessa yhdistykselle puheenjohtajaa ja johtokuntaa herätti keskustelua.

- Postiäänestyksen kautta kaikki jäsenemme, myös iäkkäämmät ja vaikeavammaisetkin, voisivat vaikuttaa yhdistyksen toimintaan, perusteli osaston varapuheenjohtaja Sakari Mustanoja osastonsa tekemää aloitetta.

Toiminnanjohtaja Birgitta Oksa kertoi yhdistyslain vaatimuksista, joita postiäänestyskäytäntö vaatii.

- Hankalin asia on se, että postiäänestyksen käyttöönotto vaatisi uuden väliporrasorganisaation luomista, sillä yhdistyslaissa on säädetty asioista, joista ei voida tehdä päätöksiä erillisissä äänestystilaisuuksissa tai postitse. Näitä ovat mm. sääntöjen muuttaminen, tilinpäätöksen vahvistaminen ja johtokunnan tai sen jäsenen valitseminen.

Muutoinkin tällaisen muutoksen yhteydessä lienee syytä miettiä tarkasti mitä muita asioita on otettava huomioon muutosta mahdollisesti toteutettaessa, Oksa muistutti. Näiksi asioiksi hän luetteli mm. osastojen edustuksen säilymisen johtokunnassa, osastoihin kuulumattomien jäsenten huomioimisen, vaalimenettelyn käytännön järjestelyt ja kustannukset.

Keskustelun jälkeen vuosikokous päätyi hylkäämään tehdyn sääntömuutosaloitteen, mutta se velvoitti valittavan johtokunnan miettimään niitä keinoja, joilla jäsenten vaikutus- ja osallistumismahdollisuuksia voidaan tulevaisuudessa parantamaan.

- Postipolio ja ikääntyminen vaikeuttavat niin jaksamista kuin matkustamista. Eikö yhdistyksen osastojen yhteisillä neuvottelupäivillä voitaisi miettiä, mitä yhdistys voisi tehdä, jotta mahdollisimman monen jäsenen ääni kuuluttaisiin päätöksiä tehtäessä, evästi Seppo Utriainen, Tampereen osaston puheenjohtaja johtokuntaa ja sai ehdotukselle kaikkien tuen.

### Henkilövalinnat sopuisasti

Polioinvalidit ry:n johtokuntaan valitaan vuosittain neljä johtokunnan jäsentä ja heidän henkilökohtaista varamiestään erovuorossa olevien tilalle. Myös ero-



*Puheenjohtaja Rauno Nieminen.*

vuorossa olevat voidaan valita jatkamaan tehtävässä uuden kaksivuotiskauden.

Vuosikokous hyväksyi johtokunnan esityksen, jossa se toivoi, että jokainen yhdistyksen osastoista saisi jatkossakin oman edustajansa johtokuntaan. Samassa yhteydessä johtokunta esitti, että kukin osasto saisi nimetä omat edustajansa johtokuntaan, tämä käytäntö niinikään sai vuosikokouksen hyväksynnän.

Johtokunnan jäseneksi ja heidän varajäsenikseen valittiin vuosiksi 2006-2007 Heikki Heinonen varajäsenenä Erkki Patjas Lahden osastosta, Kaarina Lapalainen varajäsenenä Tapio Rantanen Pääkaupunkiseudun osastosta, Sakari Mustanoja varajäsenenä Anja Mölläri Pohjois-Suomen osastosta sekä Pertti Niemi varajäsenenä Pirkko Haakla Pohjanmaan osastosta.

Johtokunnassa jatkavat sääntöjen mukaisesti vuoden 2006 Sirpa Haapala varajäsenenä Lasse Santala Satakunnan osastosta, Lauri Jokinen varajäsenenä Jarkko Suominen Varsinais-Suomen osastosta, Pirjo Karin-Oka varajäsenenä Leila Lahti-Pätäri Tampereen osastosta sekä Iiris Karvinen varajäsenenä Kaija Karttunen Savon osastosta.

Puheenjohtajan yhdistyksen vuosikokous valitsee kahden vuoden välein. Seuraavan kerran puheenjohtaja valitaan keväällä 2007. Tehtävässä jatkaa vuoden 2006 Rauno Nieminen.

## Suomen Poliohuolto ry

### Lomailutoiminta jatkuu

Suomen Poliohuolto ry oli valinnut vuosikokouspaikakseen – jo perinteeksi muodostuvan – Ruskeasuon koulun ruokasalin. Kevään ensimmäisenä hellepäivänä paikalle saapui kolmisenkymmentä varsinaista jäsentä.

Poliohuollon toiminta painottuu Kaislarannan lomailutoiminnan pyörittämiseen. Yhdistys on jo useamman vuoden ajan joutunut ratkaisemaan ongelmaa: kuinka rahoittaa Kaislarannan ylläpito ja lomailutoiminnasta aiheutuvat muut kulut.

Kokouksen puheenjohtajana toiminut yhdistyksen kunniajäsen Martti Talja pyrki aktiivisesti herättämään jäsenistöä pohtimaan Kaislarannan tulevaisuutta. Vuosikokous tuntui kannattavan eneminkin Kaislarannan lomailutoiminnan jatkamista kuin tilan myyntiä.

- Jos ja kun myyntiin kuitenkin josakin vaiheessa päädytään pyritään Kaislarannasta saamaan tietysti mahdollisimman hyvä hinta. Tutkimme mm. mahdollisuutta saada alueelle ranta-asemakaava, totesi Suomen Poliohuolto ry:n sihteeri Leo Hänninen.

Kesän 2006 lomailutoiminnan jatkuminen on jo turvattu. Kaislarannan tilat on vuokrattu elokuusta 2005 alkaen määräaikaisella vuokrasopimuksella Kaislakoti ry:lle, joka järjestää ympärivuotisia asumispalveluja päihdeongelmallisille. Mökit ovat kesäisin Suomen Poliohuolto ry:n omassa lomailukäytössä ja lomalaisten ruoka ym palvelut yhdistys ostaa kesäisin Kaislakoti ry:ltä.

### Toiminnalle uusia haasteita?

Kysymys siitä, mitä jäsenet jatkossa yhdistykseltään toivoisivat, askarruttaa yhdistyksen hallintoa.

- Toimintaympäristömme ja toimintamme on kokenut rajun muutoksen palvelukotitoiminnan loppuessa. Tarvitsemme tietoa siitä, millaista toimintaa jäsenistö yhdistykseltään tulevaisuudessa odottaa, Leo Hänninen korosti ja toivoi, että jäsenet ottaisivat yhteyttä hallituksen jäseniin, kertoisivat ideoita



Suomen Poliohuolto ry:n vuosikokouksessa mukana olivat myös etualan (vas) Satu Wallin ja Pirkko Kortelainen.

ja ajatuksistaan siitä millaiselta Suomen Poliohuollon tulisi jatkossa näyttää.

- Hallitus kyllä käy ideoita läpi ja tuo niitä tarvittaessa vuosikokouksen päätettäväksi, lupasi Hänninen

Kaislarannan lisäksi vuosikokousväkeä kiinnostivat poliojärjestöjen yhteistyöhön liittyvät asiat.

- Suomen Polioliitto ei pysty eikä halua puuttua jäsenjärjestöjensä itsenäisyyteen. Jäsenjärjestöt määrittelevät Polioliiton toiminnan tavoitteet ja tavat, ei päinvastoin, totesi Polioliiton toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

Suomen Polioliitto ry:n hallituksen jäsenet ovat jäsenjärjestöjen valitsemia ja valvovat näin järjestöjensä etua myös Polioliiton toiminnassa.

Birgitta Oksa muistutti, että Polioliiton rooli on turvata jäsenjärjestöjen toiminnan tulevaisuus.

- Yksi tapa ovat järjestöpalvelut, joihin kuuluvat mm. kirjanpito, laskutus jne. Näin yhdistykselle jää enemmän aikaa keskittyä omaan varsinaiseen toimintaansa, Oksa jatkoi.

### **Puheenjohtaja Mäki-Petäys ei enää ehdolla**

Suomen Poliohuolto ry valitsee vuosikokouksessa vuosittain hallitukseen neljä jäsentä kulloinkin erovuorossa olevien tilalle. Erovuoroiset voidaan valita myös

uudelleen tehtävänsä. Valittu hallitus sitten järjestäytymiskokouksessaan valitsee joukostaan puheenjohtajan, varapuheenjohtajan ja sihteerin.

Kokouksen ehkäpä suurin yllätys koettiin, kun yhdistyksen pitkäaikainen puheenjohtaja Väinö J. Mäki-Petäys ilmoitti, ettei enää ole käytettävissä hallituksen jäseniä valittaessa. Mäki-Petäys ehti toimia Suomen Poliohuollon hallituksen puheenjohtajana kymmenkunta vuotta. Hän vetäytyy hallitustyöskentelystä, mutta jatkaa Kaislarannan isännän tehtävissä.

Poliohuollon hallituksen jäseniksi vuosiksi 2006-2007 valittiin Anna-Liisa Hillo, Elise Korelin, Antti Mettiäinen ja Arto Pätäri. Hallituksessa vuoden 2006 jatkavat Otso Forsman, Markku Huostila, Leo Hänninen ja Eira Tenhonen.

### **Suomen Poliohuollon hallitus järjestäytyi**

Suomen Poliohuolto r.y:n hallitus päätti Helsingissä 24.05.2006 pidetyssä järjestäytymiskokouksessa seuraavista henkilövalinnoista: Yhdistyksen ja sen hallituksen puheenjohtajaksi vuodelle 2006 valittiin Leo Hänninen varapuheenjohtajaksi Arto Pätäri ja sihteeriksi Elise Korelin.

## Suomen Polioliitto ry

### **Tiedotus ja edunvalvonta tärkeimmät**

Suomen Polioliitto ry päätti poliojärjestöjen vuosikokousten sarjan kokoontuessaan vuosikokoukseen 24.5.2006 Neurotalolle Helsinkiin. Paikalla olivat kaikki jäsenjärjestöjen valitsemat viisitoista vuosikokousedustajaa.

- Polioliiton toiminta on terävöitynyt edunvalvonnan ja tiedottamisen suhteen ihan uudelle tasolle sitten 1990-luvun puolivälin, jolloin itse liityin poliojärjestön jäseneksi., kommentoi Jarkko Suominen Salosta, kun käsittelyvuorossa oli Suomen Polioliiton toimintakertomus vuodelta 2005.

Polioliitto onkin panostanut viime vuosina nimenomaan tiedottamiseen sekä edunvalvontaan.

- Tässä olemme onnistuneet laajentamalla ja tiivistämällä yhteistyötämme niin muiden järjestöjen kuin erityisesti eri kuntoutuslaitosten ja asiantuntijoiden kanssa, totesi Polioliiton puheenjohtaja Juhani Kivipelto.

Polioliitto toimii yhä useammin asiantuntijana, kun on kysytään poliosta tai polion sairastaneiden hoidosta ja kuntoutuksesta.

### **Rahoittajana RAY**

Suomen Polioliiton toiminnasta valtaosan rahoittaa Raha-automaattiyhdistys. Liitto ei ole saanut viime vuosina toiminta-avustuksiinsa korotusta, joka olisi edes vastannut yleisiä hinnankorotuksia.

- Säästöt ovat löytyneet tähän asti lähinnä henkilöstömenoista. Nyt elämme jo niin tiukalla, että enempi säästöjä ei enää löydy, jollei toimintaan tehdä merkittäviä supistuksia tai uutta rahoitusta ei löydy, totesi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

- Edunvalvonnasta tai neuvontapalveluista ei haluta hevin tinkiä. Poliolehdin julkaiseminen on rajusti tappiollista, sillä järjestölehtien ilmoitushankinta elää jatkuvassa kriisissä, mutta teemme kaiken mitä vain voimme, huokaisi puheenjohtaja Kivipelto.





Suomen Polioliitto ry:n hallitus vuosina 2006-2007 : takarivissä vasemmalta Arto Pätäri, Kaarina Lappalainen, Rauno Nieminen, Lauri Jokinen. Eturivissä vasemmalta Elise Korelin, puheenjohtaja Juhani Kivipelto ja varapuheenjohtaja Leo Hänninen.

Vuodeksi 2006 Raha-automaattiyhdistys myönsi kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoimintaan peräti 30 prosentin korotuksen.

- Olemme siis pystyneet vakuuttamaan rahoittajamme siitä, että kuntoutus on polion sairastaneelle erittäin tärkeää. Saatu korotus myös kertoo, että kuntoutustoimintamme laatu ja kohdentaminen valintakriteereineen on hyvä, totesi Oksa. Hän myönsi olevansa iloinen pystyessään kertomaan, että Polioliitto pystyy korotuksen turvin järjestämään nyt 14 vuorokauden mittaisen kuntoutuskurssin Lehtimäen Opistolla myös kesäaikaan. Monelle polion sairastaneelle liikkuminen talvella on niin ongelmallista, etteivät he uskaltaneet lähtemään kuntoutuskurssille, vaikka sitä kipeästi tarvitsisivatkin. Oksa toivoi, että nyt saatu mahdollisuus osoittautuisi oikeaksi valinnaksi ja kurssille saataisiin rahoitusta myös jatkossa.

- Kuljemme aina nokka jo uusissa haasteissa. Toiminnanjohtajan näkökulmasta tämä kuluva vuosi on jo melkein historiaa ja katset jo tulevassa, hän ilmoitti nauraen.

Polioliitto etsii sekä uusia esteettömiä vuokratiloja että niille rahoitusta.

- Asia on koko ajan vireillä. Neuvottelemme sekä Raha-

automaattiyhdistyksen ja Invalidiliiton kanssa hankkeesta, jossa muuttaisimme vuokralle Invalidiliitolle rakennettavaan uuteen toimitaloon. Samanaikaisesti etsimme sopivia vuokratiloja myös muualta Pääkaupunkiseudulta, kertoi puheenjohtaja Kivipelto.

Toimiston väki on jo aloittanut muuttotouhuun valmistautumisen: he purkavat vuosikymmenten aikana kerääntyneitä mappivuoria ja paperikasoja. Mäpitystä, skannausta ja roskalavatouhua on luvassa niin kesä kuin syksykin aikana.

### Henkilövalinnat

Suomen Polioliiton puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja hallitus valitaan kahdeksi vuodeksi kerrallaan. Hallituksessa ovat edustettuna molemmat jäsenjärjestöt. Vuosiksi 2006-2007 Polioliiton puheenjohtajiston muodostavat puheenjohtaja Juhani Kivipelto (Polioinvalidit ry) ja varapuheenjohtaja Leo Hänninen (Suomen Poliohuolto ry). Polioinvalidit ry:tä hallituksessa edustavat Lauri Jokinen, Kaarina Lappalainen ja Rauno Nieminen. Suomen Poliohuollon edustajia ovat Elise Korelin ja Arto Pätäri.

**Teksti: BO**

**Kuva: KP ja AL**



Insinööriliitto on yli 56 000 insinöörin edunvalvoja, joka kehittää insinöörin lailla kestäviä ratkaisuja käytännön ongelmiin. Osaavien insinöörin yhteenliittymänä Insinööriliitto heijastaa jäsentensä vahvuutta: kantavana voimamme on ammatillinen ammattikuntahenki, kansainvälisesti korvatason koulutus ja terve yleisyys omasta osaamisesta.

**INSINÖÖRILIITTO**  
...että elämä olisi helpompaa.

Insinöörin arvostuksen, työehtojen ja koulutuksen puolesta jo vuodesta 1919.

## JYVÄSKYLÄN KRISTILLINEN OPISTO

Sulkulantie 28, 40520 Jyväskylä  
puh. 014-334 8000, fax 014-334 8001  
kurssi sihteeri 014-334 8026  
[www.jko.org](http://www.jko.org)



## Kainuussa hoivapalvelut netistä

**K**olmisen vuotta käynnissä Kollut KainuunHoiva-projekti on luonut uudentyypisen hoivapalvelujärjestelmän, jossa asiakas saa samasta pisteestä kuntien, yritysten ja yhdistysten hoivapalvelut. KainuunHoiva on kouluttanut noin 160 sijaisomaista sekä noin 20 hoivapalveluyrittäjää. Näin olemassa ollut hoivapalvelujen tarve on saatu samalla muodostumaan työpaikoiksi.

KainuunHoiva kuuluu kansainväliseen Take Care -kehittämiskumppanuuteen yhdessä belgialaisen, hollantilaisen ja itävaltalaisen hoivapalveluhankkeen kanssa. Kumppanuuden tavoitteena on hyvien käytäntöjen vaihtaminen. KainuunHoivan vastuuteemana on kumppanuus käytännössä eli julkisen sektorin, yritysten ja yhdistysten yhteistyö sekä yhteiset pelisäännöt hoivapalvelujen tuottamisessa.

Projektin johtaja Hannu Liljeblad sanoo Kainuussa luodun hoivapalvelujärjestelmän olevan lajissaan ensimmäinen Suomessa. Kokonaisvaltainen hoivapalvelujen tuottamisjärjestelmä on herättänyt Liljebladin mukaan kotimaan kiinnostuksen lisäksi laajasti huomiota Keski-Euroopassa, jossa hankkeen kehittämiskumppanit toimivat.

- Kumppanit ovat olleet erityisen kiinnostuneita Suomessa verotuksessa käytössä olevasta kotitalousvähennyksestä, palvelusetelijärjestelmästä ja interaktiivisesta varaussysteemistä, Liljeblad listaa.

Nämä ovatkin Liljebladin mukaan perustekijöitä Kainuun hoivamallissa.

Projektiin kuuluva sijaisomaispalvelu on saanut myös hyvän vastaanoton. Asiakslähtöisen sijaisomaispalvelun tavoitteena on palvella räätälöidysti eli tehtävät vaihtelevat aina tarpeen ja toiveiden mukaan. Liljeblad painottaa, että sijaisomaispalvelu on turvallista. Kaikki sijaisomaiset on koulutettu ja heidän



*Projektin johtaja Hannu Liljeblad sanoo Kainuun hoivapalvelun olevan lajissaan ensimmäinen Suomessa.*



*Liikkumisesteetön Willa Wanha palvelee -juttuun: Yrittäjä Tarja Tolonen esittelee mielellään palvelukodin esteetöntä saunaa.*

toiminnan laatua seurataan omavalvontajärjestelmällä.

### **Portaalista kaikki palvelut**

Käytännössä Kainuun hoivapalvelut on saatavissa helposti internetin kautta yhdestä pisteestä.

Hoivaportaalista löytyy yli 80 kainuulaista hoivapalvelun tuottajaa yhteys-

tietoineen ja esittelysivuineen. Varauksen voi tehdä suoraan portaaliin tai puhelimitse, jolloin on saatavissa henkilökohtaista neuvontaa. Hoivaportaaliiin on myös päivitetty muuta ajankohtaista tietoa hoiva-alasta. Palvelukeskukset kattavat koko Kainuun. Palvelukeskusyrittäjä tarjoaa markkinahintaisia hoivapalveluja sekä välittää muiden palvelutuottajien palveluja.

Liikkumisesteetön Willa Wanha palvelee KainuunHoivan aikana Ristijärven keskustaan viihtyisään luonnonläheiseen ympäristöön on avattu uudentyypinen ryhmäkoti Willa Wanha.

- Tarjoamme kodikkaassa ympäristössä ympärivuorokautisen asumismahdollisuuden ja monipuolisia, yksilöllisiä hoito- ja hoivapalveluita sekä virike- ja kuntoutustoimintaa vanhuksille ja vammaisille sekä heidän omaishoitajilleen tai puolisoilleen, yrittäjä Tarja Tolonen kertoo.

Palvelukodissa on hyödynnetty teknologian tuomia mahdollisuuksia turvallisuuden lisäämiseksi ja viriketoiminnan monipuolistamiseksi. Käytössä on myös monipuolisia kuntoutus- ja terapiamuotoja, joille on saneerattu tilat kiinteistön alakertaan. Toimintaa tukee läheisyyteen piakkoin valmistuva seniorimonitoimihalli, mikä mahdollistaa monipuolisemat kuntoutukset ja viriketoiminnan. Ryhmäkodin asukkailla on myös tilaisuus yliopisto-opiskeluun senioriakatemian kautta.

Noin 20-paikkainen palvelukoti on ensisijassa suunnattu vanhusväestölle, mutta kaikki tilat aina saunaa myöten on tehty pyörätuolimitoituksin. Tolonen muistuttaa lisäksi, että puoliset voivat molemmat tulla asukkaiksi, vaikka vain toinen olisi varsinaisesti hoidon ja huolenpidon tarpeessa.

**Teksti ja kuvat: Hannu Salonpää**

## Aurinko paistaa ja vettä sataa, taitaa tulla kesä...

**L**innutkin laulaa ja sirkat soittaa, taitaa tulla kesä. Tällainen laulu pyörii mielessä, kun vähän väliä sataa vettä ja välillä taas paistaa aurinko. Mitä tulee lintujen laulamiseen, kuulen sitä entistä vähemmän ja sirkat eivät siritä enää ollenkaan. Vaikka kuuloaisti on vuosien myötä heikentynyt, on kuitenkin näköaisti säilynyt, joten kyllä kesän tulon aistii ja näkee kaikista erilaisista luonnossa tapahtuvista muutoksista.

Itsessäkin tapahtuu kevään myötä muutoksia: mieliala nousee ja jotenkin tuntuu, että liikkuminenkin olisi helpompaa. Lämmin ilma auttaa ainakin minua ja helpottaa kaikin tavoin polion aiheuttamaa kipua, joka tuntuu yhä iän mukana vain pahe-nevan. Olen useasti miettinyt, pitäisikö hankkiutua talveksi jonnekin lämpimään paikkaan? Yleensä tällainen ajatus menee ohi nopeasti, sillä asiaan liittyy liian monta mutta- tai jos- sanoja.

### **Nyt vähän järjestö asiaa.**

Vuosikokous on pidetty. Kiitos jäsenistölle asiallisesta kokoustyöskentelystä. Kaikki ”pakolliset asiat” ehdittiin päättää. Toivottavasti ehditte myöskin vaihtaa kuulumisia keskenänne. Minulle on syntynyt sellainen käsitys, että kyllä vuosikokous on myös tärkeä vertaistapaamisen paikka. Ja sopiihan se hyvin siihenkin, vaikka yhdistyksen toiminnan kannalta on tietysti tärkeämpää, että vuosikoko-

uksessa päätetään tulevien vuosien suuntaviivoista ja tavoitteista.

Viime vuosi oli juhla vuosi, ja yhdistys tarjosi lukemattoman määrän erilaisia valtakunnallisia ja paikallisia tapahtumia. Tulevana toimintavuotena palaamme taas tältä osin ”normaaliin” päiväjärjestykseen. Valtakunnallisilla kesä- ja syyspäivillä jäsenillä on mahdollisuus tavata toisiaan, vaihtaa kuulumisia ja nauttia vertaisten seurasta.

Olen huomannut, että osastot järjestävät kesäisin useita retkiä ja tilaisuuksia. Tämä, jos mikä on erinomaista. Tulevaisuudessa meidän tulee suunnata toimintaamme yhä enemmän osastojen kautta, koska jäsenistömme liikkuminen ja matkustaminen näyttää yhä vain vaikeutuvan. Tapah- tumat siis lähelle jäsenistöä, eri puolille valtakuntaa!

On mainio asia, että muutama osastot ovat järjestämässä myös yhteisiä teatterimatkoja. Osastojen kerhotoiminta on vilkastunut, yhteiset osastojen väliset vierailut ja tapahtumat yhä yleisempiä. erilaisissa tilaisuuksissa. Tällaisen toiminnan soisi jatkuvan ja lisääntyvän. Osa toiminnastamme on sitä reilua vapaa-ajan viettoa: siinä saamme ladata akkujamme, vaihtaa kuulumisia ja tavata toisia polion sairastaneita. Epäilemättä samalla opimme lisää ja saamme tietoa, jota voimme sitten hyödyntää kotipaikkakunnallamme. Joskus yhteisestä tapaamisesta palatessa repussa on paljon käyttökeli-



poista tietoa, enemmän kuin olisi uskonutkaan. Ja aina siellä on eväitä taas jatkaa arjessa eteenpäin.

Kesä tulee: ne lämpimät ja kauniit ilmat, näin uskon. Kuten kirjoitukseni alussa totesin on lämpö hyväksi meille polioille. Nauttikaamme kesästä ja lämmöstä.

Kerätään voimia tulevia viimoja varten, että paremmin jaksaisimme. Pitäkäämme itsestämme ja toisistamme huolta!

Toivotan kaikille oikein kaudista ja virkistävästä kesästä!

**Rauno Nieminen**

# VIKING LINE

[www.vikingline.fi](http://www.vikingline.fi)

# Taekwondo kohentaa kuntoa

## Sisäinen tarve liikkua

Toukokuun lopulla Helsingin Voudintiellä tunnelma toi elävästi mieleen koulun kevätjuhlat. Juuri ansaittu kelmainen vyö ja taekwondopassi oli tungettu repun sivutaskuun ja talven yli yhdessä treenannut ryhmä heitti sekä toisilleen että opettajalle hyvän kesän toivotukset. Vain suvivirttä puuttui! Kovin haikeaa oli erota. Kun tulin ryhmään vuoden vaihteessa, välitin innostuneena jo aikuisille lapsilleni ensi vaikutelmia. Toinen oli tovin vaiti, katsoi sitten pitkään ja kysäisi vihdoin: ”Kuinka sinä nyt tulitkaan valinneeksi lajin, joka on niin potkuvoittainen?” Vastaukseksi kelpasi, ettei budolajien tarjonta liikuntavammaisille ole toistaiseksi ollut kovin runsasta. Pikemminkin siis taekwondo valitsi minut kuin päinvastoin! Koska poliovammaisena kävelen vain vähän ja senkin vastahankaisesti, olen kaihannut elämäni myös jotain rajumpaa liikuntaa. Sellaista, joka panee vipinää sydämeen ja hengityselimiini. Jotain kestävyyslajia siis - kesäisen kolmikkopyöräilyn ja talvisen potkuhihtelyn lisäksi.

## Erityisryhmä

Taekwondo harjoitellaan iloksemme lämpimästi sisätiloissa, poissa liikkailta. Ja sitä voi tosiaan tehdä vaikka istuallaan, jos tarve vaatii. Yksi tai kaksi ryhmästä näyttääkin istuvan pysyvästi pyörätuolissa. Meitä poliovammaisia on ryhmässä toistaiseksi ollut vain kaksi. Ryhmä aloitti toimintansa noin vuosi sitten ja jäseniä on parisenkymmentä. Heistä vähän toista



kymmentä on osallistunut aktiivisesti sekä jokaviikkosiin harjoituksiin että parin päivän leiriin toukokuussa. Ikäluokuma on ollut n. 13 - 75 vuotta, vaikkei tarkkoja vaatimuksia ikärajoista olekaan kukaan määritellyt. Helsingin Invalidien Yhdistyksen ryhmä on Suomessa ensimmäinen liikuntavammaisille suunnattu taekwondoryhmä. Siihen ovat tervetulleita muidenkin yhdistysten jäsenet. Vantaa ja Espoo ovat jo nyt hyvin edustettuina. Miehiä ryhmässä on kylläkin turhan vähän.

## Historiaa...

Etelä-Koreassa ja USA:ssa taekwondon avulla on jo vuosikymmeniä kuntoutettu invalideja ja muita erityisryhmiä. Tulokset ovat siellä olleet hyviä ja siksi opettajamme, suurmestari Dae Jin Hwang innostui alkamaan opetuksen myös täällä. Hän on juuri sama henkilö, joka aikanaan, v. 1979 toi taekwondon Suomeen. Opettajamme on siis

poikkeuksellisen ansioitunut. Arvostan suuresti tätä 9.danin mustan vyön haltijaa, joka on saavuttanut lukuisia kansainvälisiä voittoja ja ansainnut virallista arvostusta osoittavia kunniakirjoja pitkän uransa aikana.

## .... ja tavoitteita

Erityisryhmien harjoituksissa liikkeet ovat rajattuja, esimerkiksi potkuja ei harjoitella. Kukin tietenkin tekee liikkeet omien voimiensa ja kykyjensä mukaan. Ne tehdään pääasiassa käsillä, yleensä yksin mutta välillä myös parin kanssa. Osa tähtää kunnan kohottamiseen, osa on liikesarjoja, jossa harjaantuvat paitsi lihakset myös lihasliikkeiden yhteensovitus, monimutkainen koordinaatio. Kolmas osa-alue on itsepuolustus jota harjoitellaan yhdessä parin, kanssa. Kaukonäköisesti paria nimitetään ”ystäväksi”, ei suinkaan viholliseksi, vaikka hyökkäämisestä ja puolustautumisesta onkin kyse! Taekwondon esitte-

lyteksteissä annetaan myös ymmärtää, että taekwondo kehittää paitsi kuntoa, voimaa, nopeutta ja koordinaatiota, myös harjoittajansa ryhtiä ja nivelten liikkuvuutta. Yksi taekwondon perusideoista on henkisen tasapainon saavuttaminen. Meille vammaisillehan voi merkitä paljon jos se, että itseluottamus kohenee, kun alkaa onnistua paremmin liikesarjoissa, jotka aluksi tuntuivat vaikeilta. Tai kun oma fysioterapeutti huomaa kylkien voimistuneen tai jopa koko ylävartalon muokkautuneen toivottuun suuntaan. Kaikki tapahtuu sitä paitsi hyvillä mielin ja mukavassa seurassa. Varsinkin ne ”itsepuolustusharjoitukset” ovat olleet hilpeää puuhaa. Entä sitten se, että ”taistelupari” hieroo niskaa? Kerrassaan ihanaa!

## Miten laji soveltuu poliovammaisille?

Tämän selvittääkseni haastattelin myös Pekkaa, ryhmän toista poliovammaista. Yllättävän moni asia tuntui yhteiseltä, vaikka eroja vammoissamme onkin jonkin verran. Minusta poiketen hän tuskin lainkaan ontuu kävellessään, mutta on hänellä ollut heikkoutta myös käsissä. Varsinkin vuosien takaisen tapaturman jäljiltä hartioiden särkevät. Säännöllisen harjoittelun aikana kivut ovat pysyneet poissa ja lääkkeitä on voinut vähentää. Kivut tosin näyttävät palaavan aina, kun treeneissä on ollut pidempi tauko. Omat käteni ovat vahvat, mutta niska/hartiatseutu ja ristiselkä kipeytyvät helposti väärän kävelyasennon vuoksi. Myös toisessa lonkassa on ollut epä-

# Kaislarannan lomat kesällä 2006



lyttäviä tuntemuksia. Niska on nykyään erittäin joustava ja jokseenkin kivuton. Lonkan vaivoja taas tuntuu helpottavan kummasti se, että sitä, niin kuin muitakin raajojen niveliä harjoituksissa itse lätkitään avokämmenillä peräti voimaperäisesti! Hykertelen mielessäni hilpeästi ajatukselle, että vihdoinkin on tästä rajusta ”itsekurituksesta” löytynyt minullekin niin sanottu tärähtelyjumppa. Se kuuluu olevan a ja o ikääntyvä ihmistä, saatikka sitten poliovammaista, alati uhkaavan osteoporoosin ehkäisyssä! Kumpikin olemme havainneet kävelyn muuttuneen vakaammaksi. Huojahtelua ja tahattomia sivuaskelia tarvitaan nyt vähemmän, jos lainkaan. Pekalla rappujen kulkeminen alaspäin on muuttunut turvallisemmaksi, jopa kaiteesta pitelemättä. Itse kykenen nyt tekemään yhden jokapäiväisistä jumppaliikkeistäni polvilla seisten alusta loppuun, kaikki vaaditut 21 kertaa, rojahtamatta välillä takamuksilleni. Kaikessa vaatimattomuudessaankin nämä ovat meille hienoja saavutuksia! Vaikkemme siis harjoittele lainkaan jalkoja, kävely ja seisominen on nyt vakaampaa. Löytyisikö selitys siitä, että sekä keskivartalon että lantion pohjan lihakset ovat kuntoutuneet. Ja jos aikoo harjoitella pysyä tuolillaan, on jonkin verran pinnisteltävä myös niitä istuvia jalkojaan

- Pekka tosin myös seisoo useimmiten. Olisiko näitä piilolihaksia sitten kuitenkin vielä jossain käyttöä vailla, vaikka uskoimmekin kaiken mahdollisen lihasvoiman jo tulleen hyödynnetyksi liiankin kanssa?

## Opiksi tulevaisuudessa

No, myöntää täytyy, että se taekwondoleiri oli rankanpuoleinen. Harjoituksia oli kahdet - kolmet päivässä ja ne olivat tavallista pidempiä. Toipuminen kahden päivän leiristä kesti kaksi päivää. Toisaalta - kyselin vammattomalta mieheltäni, mihin tahtiin hänen palautumisensa tapahtuu vaikkapa pitemmän patikkavaelluksen jälkeen. Sanoi, että pari päiväähän siihen yleensä menee. Niin että mene ja tiedä mikä on mitäkin? Ehkä kuitenkin vastaisuudessa laiskottelen vähän enemmän leireillä, varmuuden vuoksi.

## Tervetuloa esittelyyn

Ryhmämme esittelee Hevos-salmessa taekwondo lauantaina, elokuun 26 päivänä n. klo 13. Jos et juuri silloin pääse, ryhmä kokoontuu säännöllisesti Voudintie 6:ssa torstaisin 24.8.2006 alkaen klo 18 - 19. Katsomaan ja kokeilemaan voi aina tulla, vaikka olisikin vielä epävarma omasta osallistumisestaan.

## Tuulikki Saaristo

**K**aislarannan lomailukausi ajoittuu tänä kesänä ajanjaksolle 01.06. - 31.07.2006. Mutta jos kysyntää ilmenee, niin lomailumahdollisuus järjestyy vielä myös elokuussa. Lomien kysyntä on ollut ilahduttavan hyvä. Lomat jakautuvat suhteellisen tasaisesti koko kaudelle, mutta vapaita lomailupaikkoja on vielä tarjolla. Vapaita paikkoja tiedustellaan lomailukauden aikana suoraan Kaislarannasta.

Kaislarannan lomat ovat täysihoitolomia, joihin sisältyy majoitus lomamökeissä (sähkölämmitys) liinavaatteineen, ruokailu ja asiakkaiden tarvitsemat avustajapalvelut. Suomen Poliohuolto r.y. ostaa lomalaistensa tarvitsemat palvelut Kaislakoti r.y:ltä. Suomen Poliohuolto r.y. laskuttaa asiakkaidensa lomat pankkisiirroilla, jotka annetaan heille mukaan Kaislarannasta poistuttaessa. Kaislarannassa ei pidetä käteiskassaa.

## Kaislarannan lomien hinnat:

Suomen Poliohuolto r.y:n varsinaiset jäsenet 15 €/vrk, Polioinvalidit r.y:n varsinaiset jäsenet 20 €/vrk, muut loma-

laiset (myös kannatusjäsenet) 26 €/vrk. Poliojärjestöjen jäsenten puoliset ja alaikäiset lapset, sekä vamman edellyttämät avustajat lomailevat Kaislarannassa ao. järjestöjen jäsenhinnoilla. Lapsialennus; alle 12 v. /. 50 %.

Suomen Poliohuolto r.y:n varsinaisille poliovammaisille jäsenille tarkoitettujen vapaaomien haku aika on päättynyt. Vapaaomat on myönnetty kaikille hakijoille.

**Kaislarannan lomiin liittyvät järjestelyt (varaukset, peruutukset, muutokset jne.) hoidetaan lomailukauden aikana soittamalla Kaislarantaan puh. (09) 222 2216.**

Lisätietoja Suomen Poliohuolto r.y:stä ja Kaislarannasta löydät kotisivuiltamme: <http://personal.inet.fi/koti/leo.hanninen/> tai <http://www.polioliitto.com/> jäsenjärjestöjen linkistä Suomen Poliohuolto r.y.

**SUOMEN POLIOHUOLTO R.Y. ja KAISLAKOTI R.Y. toivottavat lomalaisilleen hyvää ja virkistävää lomaa Kaislarannassa.**

**TERVETULOA!**

[www.poliotarinoita.net](http://www.poliotarinoita.net)

jo 600 kävijää  
käy sinäkin

# Matkapäiväkirja Australian kesästä

osa 2

## Retki Tasmanian saarelle

**U**uden vuoden päivänä lähdimme katsomaan Tasmanian saarta ja sen kuuluisinta eläintä Tasmanian tuholaista. Yksi koko matkan huimista kokemuksista oli uuden vuoden lämpötila, joka nousi 44 asteeseen. En ole milloinkaan kokenut moista hellettä. Kuuminta oli taksissa, joka vei meidät lentokentälle. Autossa oli kyllä ilmastointi, mutta se ei vaan toiminut. Onneksi matka ei kestänyt kuin parikymmentä minuuttia. Kun avasi auton ikkunan, oli kuin hiuksia olisi föönattu, lämmin tuuli puhalsi.

Kun saavuimme parin tunnin lentomatkan jälkeen Tasmaniaan Launcestonin kaupunkiin, saaren pohjoisosaan, niin siellä oli lämpöä vain 18 astetta. Pudotus oli melkoinen, mutta uskokaa pois: tuntui hyvältä hengittää vähän raikkaampaa ilmaa. Lentokentältä haimme vuokraamamme auton avaimet ja lähdimme etsimään hotellia. Launceston on noin 20.000 asukkaan kaupunki, ja koska oli juhlapyhä, se oli erittäin hiljainen. Hotelli löytyi helposti. Mennessämme hotellin vastaanottoon, niin ensimmäiseksi törmäsimme suomalaisen perheeseen, joka oli asunut siinä hotellissa jo syksystä lähtien ja asuvat toukokuulle asti. He, yhdessä kolmen muun suomalaisen perheen kanssa, olivat siellä perheen miesten työnantajien lähettäminä. Näin se maailma on pieni. Seuraavana aamuna läh-



*Kaarina Lappalainen pääsi viimein syöttämään kengurua.*

dimme katsomaan kaupungin ympäristöä. Ensin menimme tutkimaan tuhansia vuosia sitten maanjäristyksessä syntyneitä Cataract Gorge rotkoa. Se on jylhän kaunis korkeine kallioineen, eksoottisine kasveineen ja rotkon pohjalla virtavine jokineen. Rotkoa kiertelee polkuja, mutta ne ovat aika jyrkkiä, joten sinne en voinut lähteä kiertelemään. Onneksi rotkon yli on tehty kahden istuttava köysirata, johon pääsin koneenkäyttäjän ystävällisesti pysäyttäessä, muuten kokoajan liikkuvan, hissien kohdallani. Hissillä pääsi puolen kilometrin päähän, rotkon toiselle puolelle, josta olisi taas voinut mennä poluille kävelemään. Minä en jäänyt, vaan tulin saman tien takaisin ihailen 308 metrin korkeudelta upeata maisemaa.

Tämän jälkeen lähdimme ajamaan kohti pohjoisrannikkoa viinitietä pitkin. Tie on saanut nimensä siitä, että sen varrella sijaitsee useita viinitiloja, ja niinpä siellä onkin

runsaasti viinirypäleviljelmää. Siellä on myös lavendelipelloja sinisenään ja runsaasti mansikka- ja vadelmaviljelmää. Tosin Tasmaniassa oli satanut joulun alla enemmän kuin 50 vuoteen ja sade oli vienyt osan sadosta.

Kävimme pohjoisessa aina Tasmanian meren rannalla sijaitsevassa Low Headissä. Jos olisimme olleet siellä illalla klo 21, niin olisimme nähneet kummallisen luonnonnäytelmän: joka ilta klo 21 pingviinit nousevat yöksi maihin lähtekseen taas aamulla merelle. Saarella ei viljellä juuri ollenkaan viljaa, vaan siellä on valtaiset alueet tähän aikaan vuodesta ruskeana niittynä, jossa käyskentelee tuhansia lampaita. Tasmania onkin täällä kuuluisa villan- ja lampaanlihan tuottaja. Matkan Launcestonista saaren pääkaupunkiin Hobartiin teimme pitkin kaunista itärannikkoa, jossa tie nousi välillä korkealle vuorelle laskeutuen taas vähän ajan kuluttua turkoosina hohtavan

meren rantaan. Saimme ihailta todella kauniita maisemia. Tämä on kuitenkin saari, jota ympäröivät suuret valtameret, niinpä saarella tuulee usein ja aika kovaa.

Hobart on noin 200.000 asukkaan merenrantakaupunki, jota aika korkeatkin vuoret ympäröivät. Me kävimme yhdellä niistä eli Mt Wellingtonilla, joka on 1270 metrin korkuinen. Vuoren laelle on rakennettu tie jo vuonna 1937. Se kiertee pitkin rinteitä. Siellä ylhäällä oli lämmintä ainoastaan 2,7 astetta, ja tuuli niin, ettei pystyssä meinannut pysyä. Lisäksi tuuli oli etelästä eli suoraan Antarktikselta, ja koska Tasmanian ja etelämantereen välissä ei ole muuta kuin kylmä meri, niin se teki ilman tosi koleaksi. Siellä palelivat jo suomalaisetkin. Hobartissa oli paljon veneitä, sillä vuosittain Tapaninpäivänä alkavan Sydney-Hobart purjehduksen veneitä oli vielä runsaasti satamassa. Nyt en yhtään ihmettele, vaikka yksi ruotsalaisen kipparoima vene joutuikin merihätään, sillä niin valtaisia ovat tuulet niillä vesillä. Lisäksi siellä on runsaasti merivirtoja. Mekin kävimme katsomassa saarta mereltä, eli teimme Hobartista risteilyn lähivesille. Yksi retken kohokohdista oli, kun kävimme luonnonpuistossa, jossa näimme tälle saarelle ja koko Australialle tunnusomaisia eläimiä. Erikoisemmista eläimistä näimme kenguruita, koalaa, vompatin ja sen kuuluisan tuholaisen, jota ei tavata missään muualla maailmassa kuin tällä saarella. Kengurut ovat puistossa niin kesyyntyneet, että niitä voi syöttää kädestä puiston portilta saaduilla ”papanoilla”.

Takaisin Hobartista Launces-toniin, josta lentomme lähti, ajoimme saaren keskitietä pitkin. Matkalla, jota oli noin 180 kilometriä, poikkesimme muutamassa viehättävässä pikkukylässä. Saavuimme takaisin tänne Sydney'iin myöhään torstai-iltana ja silloin jopa satoi ja lämpöä oli vaivaiset 23 astetta.

Tammikuun kesäisiä tarinoita down under. Tasma-niasta tulomme jälkeen sää täällä Sydneyssä ei ole ollut niin kuuma kuin silloin tammikuun alussa. Nyt on päivälämpötila vaihdellut 23 - 32 asteen välillä ja on jopa joskus vähän satanutkin. Sade onkin tehnyt luonnolle hyvää, sillä joulun ja uuden vuoden tienoilla Sydneyn ympäristössä oli yli 30 pensaspalaa. Maastossa ei tarvitse olla kuin lasinpala, kun aurinko osuu siihen niin palo saattaa alkaa, sillä aluskasvillisuus on kovin tiuhaa. Helikopterit kiersivät lakkaamatta kaupungin yläpuolella tarkkaillen luontoa ja raportoiden mahdollisista palon aluista ja olivat myös sammuttamassa niitä.

Matkamme jälkeen lauantaina olikin vuoro mennä Suomen Konsulaattiin täyttämään kansalaisvelvollisuutta eli kävimme äänestämässä, joka oli aikamoinen koettelu. Konsulaatti sijaitsee korkealla kukkulalla eikä läheisyydessä tietenkään ollut autolle pysäyttämismahdollisuutta puhumattakaan paikoitustilasta. Kun 32 asteen helteessä olimme kivunneet mäen ylös Konsulaatin eteen, niin rakennukseen johti vielä portaikko, jossa oli kaikkiaan 43 porrasta. Portaikossa oli kyllä yksi kaide, mutta senkin viereen oli asetettu suuret kukkaruukut viherkasveineen hankaloittamaan menoa. Pois lähtiessäni kysäisin virkailijalta mahtaako rakennuksesta päästä ulos hissillä ja sain tietää, että rakennuksessa ei ole hissiä. Portaikko olisi siis

ainut ulosmenotie, joten ei muuta kuin varovasti taas alas ne 43 porrasta.



### Siltoja, tunneleita ja kaistoja

Kerron vähän Sydneyn liikenteestä. Täällä on asukkaita 4.8 miljoonaa ja autoja - väitaisin - 5 miljoonaa. Autojen lukumäärä perustuu siis tuntumaan, sillä niin paljon täällä on liikennettä. Kaupungissa ei ole julkista liikennettä läheskään yhtä paljon kuin esimerkiksi Suomessa eikä metroliikennettä ollenkaan, joten suurin osa ihmisistä kulkee omalla autolla.

Kun vuonna 1932 avattiin yksi Sydneyn maamerkeistä Harbour Bridge, niin sillan suunnittelijat olivat järkevästi kovin kauaskatseisia. Sillalla on nimittäin kahdeksan auto-kaistaa, kaksi junarataa, pyörätie ja kävelytie. Silta on 49 metriä leveä ja 134 metriä merenpinnan yläpuolella, joten suuretkin valtamerialukset mahtuvat sen alta. Harbour Bridge on edelleen maailman levein tämän tyyppinen silta, ja aikanaan se oli suorastaan ihme.

Sillalla kerätään edelleen autoilta tullimaksua, joka tänä päivänä on 3 dollaria. Maksu peritään, kun tulet keskustaan, mutta keskustasta pois päin ei maksua peritä. Aikanaan, kun silta valmistui, kulkijat olivat vähän erilaisia kuin nykyään.

Silloin siltamaksukin oli määriteltä tarkemmin. Henkilömaksu autoissa matkustavilta oli 6d, hevosilta ratsastajineen ja moottoripyöräilijöiltä 3d,

nautakarjalta 2d ja lampailla ja sioilla 1d.

Sillan ylimmälle kaarelle on rakennettu 200 porrasta, joita pitkin voi ohjatusti kiivetä katsomaan upeita maisemia ja palata toista puolta alas, taas edessä 200 porrasta. Turvallisuuden vuoksi kävelijät ovat koko matkan ajan vajjerilla kiinnitetty portaiden sivussa kulkevaan kaiteeseen. Keskustan ja merenkin alle on rakennettu myös tunneleita, joiden tullimaksu on 4d, kun menet keskustaan päin. Juuri avatussa uudessa tunnelissa, joka menee koko keskustan läpi, peritään maksu aina kun ohitat automaattisen maksupaikan. Uusi tunneli on kolme kilometriä pitkä ja siihen on useita liittymiä. Tunneliin ei saa ajaa, ellei ole etukäteen tehnyt sopimusta, että tullimaksut saa periä luottokortilta. Maksua peritään kerrallaan 80 dollaria, ja joka kerta kun ajat paikan ohi, jossa maksua peritään, kuuluu kilahdus ja dollarit katoavat tililtäsi. Kun rahaa on jäljellä 10 dollaria, tulee viesti, jossa muistutetaan seuraavasta maksusta.

Tunneleissa kaistoja on kahdesta neljään. Kun tunnelin kaistat ja sillalta tulevat kaistat yhtyvät niin enimmillään

kaistoja on kahdeksantoista. Niistä sitten vain valitset sen oikean, jos tiedät mihin oletkin menossa. Lisäksi kaistojen välissä on automaattisesti liikkuvia kaistojen välisiä ohjaimia, jotka määrittelevät, kuinka monta kaistaa menee mihinkin suuntaan.

Aamuruuhkan aikana kaupunkiin päin on käytössä enemmän kaistoja kuin kaupungista pois päin ja illalla taas päinvastoin. Tässä liikenteessä en ole tohtinut ottaa autoa alleni, vaikka sitä on minulle tarjottu. En tunne kaupunkia niin hyvin, että tietäisin minne pitää ajaa, ja kaiken lisäksi täällä on vasemmanpuoleinen liikenne. Parkkipaikkojen löytäminen keskustassa on arkipäivisin tosi vaikeaa, vaikka parkkitaloja onkin runsaasti ainakin ostoskeskusten yhteydessä. Alueella, missä asumme, on kahden tunnin vapaa paikoitus. Täällä lappuliisat käyvät tuhkatiheään merkkäämässä autojen renkaimia värikynällä, ja jos kahden tunnin kuluttua auto ei ole liikkunut ilmestyy sakkolappu ikkunaan.

Olen seurannut terassilta kuinka läheisen rakennustyömaan miehet ”juksaavat” lappuliisoja. Renkaiden merkkäämisen jälkeen he käyvät siirtämässä autojaan muutamia metrejä ja näin välttyvät sakoilta. Liikenne rikkomuksista sakotetaan täällä aika ankarasti. Jos esimerkiksi juhlapyhien aikana kahdella autossa mukana olevalla henkilöllä ei ole turvavyö kiinni, niin kuljettajalta lähtee kortti määrääjäksi pois.

Luonnonkaunis Sydney Sydney on erittäin vihreä kaupunki. Täällä on monta todella suurta puistoa eikä edes keskustassa ole katuja, joiden varrelle ei olisi istutettu puita. Kävimme katsomassa yhtä Sydneyn suurimmista puistoista Centennial Parkia. Puisto on valmistunut



Australian 100 vuotispäivän kunniaksi vuonna 1888 ja on kaikkiaan 220 hehtaarin suuruinen.

Koska puisto on suuri, niin siellä on myös autolla ajettavia teitä ja teiden lomassa yhdeksän pientä lampea, joissa uiskentelee lintuja mm. pitkänokkaisia iibiksiä. Sydneyläiset menevät viettämään suurin joukoin puistoon vapaa-aikaansa pelaten erilaisia pelejä, rullaluistellen, ratsastaen, pyöräillen ja lenkkeillen. Puistossa käy vuosittain noin kolme miljoonaa ihmistä. Puistoon on rakennettu myös runsaasti grillauspaikkoja. Sieltä löytyy myös ulkoilmateatteri, jossa esitetään Moonlight Cinema-elokuva myöhään illalla. Centennial Park kauniine maisemineen on myös viikkiparien suosiossa. He tulevat sinne kuvauttamaan itseään. Puistossa ollessamme kolme morsiusparia oli ikuistamassa siellä häääpäiväänsä.

Kaupungin pohjoispuolella on runsaasti uima- ja laine-lautailupaikkoja. Lautailijoita on hauska seurata, sillä he menevät ensin laudan päällä vatsallaan ja käsillä meloen merelle päin niin kovaa kuin pääsevät, ja kun tulee sopiva aalto, nousevat seisomaan, ja sitten annetaan aaltojen viedä aalloilta toiselle välillä sukeltaen niiden sisäänkin. Jos Sydneyssä on paljon vihreää, on täällä sinistäkin, sillä merta on vähän joka puolella. Rantaviivaa kaupungilla on yhteensä 250 kilometriä ja merellä paljon purjeveneitä ja muutakin vesiliikennettä.

Täällä kaikki on niin suurta. Kävimme tutustumassa myös yhteen maailman suurimmista akvaarioista. Aquarium on rakennettu meren äärelle, osittain veden pinnan alapuolellekin. Sen suurissa altaissa on kaikkiaan 1,5 miljoonaa litraa vettä ja 5000 erilaista kalaa ja muita vesieläimiä kuten krokotiileja. Mukana on jopa 300-kiloisia ja yhdeksänmet-

risiä haita, pienempiä merileijonia, rauskuja, murenoita, mustekaloja, koralliriutan värikkäitä kaloja ja pingviinejä. Aquariumissa on hai- ja merileijona-altaat rakennettu siten, että ihmiset kulkevat ihailemassa eläimiä suuressa putkessa ja yht' äkkiä voit nähdä hain uivan tai merileijonan pärskäyttävän vettä pääsi yläpuolella. Koralliriutan kalat värikkyydessään ja aidon näköisessä Great Barrier Reefin maisemassa olivat myös upeaa katseltavaa. Entäpä sitten Imax teatteri, jossa esitetään 3D elokuvia? Tässä teatterissa on maailman suurin valkokangas: kymmenen kertaa suurempi kuin normaali kangas. Kävimme katsomassa siellä kuukävelyä. Jokaiselle teatteriin menijälle annettiin lasit, joiden läpi filmiä piti katsoa, sillä muuten kuva olisi epätarkka. Tuntui kuin itse olisi ollut mukana kuukävelyllä astronauttien kanssa. Ei hassumpaa!

Oopperatalo mykistää. Täällä vietetään parhaillaan Sydneyn kulttuuriviikkoja ja mekin kävimme vielä toistamiseen Oopperatalossa. Tällä kertaa katsoimme kulttuuriviikon ohjelmistoon kuuluvan Madame Butterflyn. Oopperatalohan on ehkä tunnetuin Sydneyn nähtävyyksistä, ja kyllä se suuruudellaan ja arkkitehtuurillaan mykistääkin.

Talon ulkokuoren on suunnitellut tanskalainen arkkitehti Jörn Utzon, mutta hän jätti työn kesken erimielisyyksien takia, ja niinpä talon sisäosan onkin suunnitellut neljän australialaisen arkkitehdin ryhmä. Taloa rakennettiin kaikkiaan viisitoista vuotta. Se tuli maksamaan 102 miljoonaa dollaria, kun alkuperäinen kustannusarvio oli 7 miljoonaa dollaria.

Oopperatalo valmistui vuonna 1973 ja sen suurin sali on 25 metriä korkea ja siellä on kaikkiaan 2 690 istumapaikkaa. Vammaisystävällisyys

rakennuksesta on kyllä kaukana, sillä siellä on joka suuntaan portaita lukematon määrä. Onneksi taloon on rakennettu vammaisia varten hissi, jonne mentiin jonkinlaisen varaston kautta. Hissillä pääsi tasolle, josta mennään ns, pieneen osaan salia. Suurimpaan osaan on vielä monta porrasta. Oopperassa toimii kyllä oma avustajapalvelu, johon voi ottaa etukäteen yhteyttä. He tulevat noutamaan asiakkaan esim. parkkihallista ja vievät paikalleen.

Itse ooppera oli nautittavaa kuunneltavaa, vaikka se esitettiinkin italiaksi, joten sanoista en mitään ymmärtänyt. Sanat oli kuitenkin käännetty englanniksi, ja ne saattoi lukea valonauhalla. Olin myös etukäteen tutustunut oopperan juoneen, joten kyllä sitä hyvin pystyi seuraamaan.

### **Kaikki on niin kaunista**

Viimeisenä Sydneyn viikonloppuna kävimme läksiäisillallisella ravintolassa, joka on pilvenpiirtäjän 47. kerroksessa. Ravintolasali pyöri ympäri ja kierros kesti noin 1½ tuntia.

Hissi, joka vei ravintolaan, on nopea ja kesti vain hetken kun olimme korkeuksissa. Ilta oli kaunis ja lämmin, näkymä ravintolasta huikaisevan upea. Näimme kaupungin ensin päivänvalossa ja myöhemmin neonvalojen värittävässä iltavalaistuksessa. Ruoka ja puitteet olivat erinomaisia, joten illasta jäi mukava muisto.

Sunnuntaina kävimme Blue Mountainsilla, joka sijaitsee noin 100 kilometriä Sydneystä länteen. Se on metsäisten rotkojen ja koskemattomien pensasmaiden alue, joka on valittu Unesco-kohteeksi. Päivä oli jälleen aurinkoinen ja lämpöä 35 astetta. Vuorten nimi tulee sinertävästä udusta, joka syntyy miljoonista puista syntyvästä eukalyptusöljystä. Puistossa risteilee runsaasti patikkapolkuja ja niiden varrella on jokia ja putouksia

jylhiin rotkoihin. Seudun kuuluisin kalliomuodostelma on Three Sisters. Me kävimme ensin näköalapaikalla ihailemassa maisemaa, jonka jälkeen menimme erääseen kartanohotelliin teelle/kahville. Teetuokio oli nimetty tee for two 'ksi. Paikka oli takkoineen, ruusuhohvineen, kristallikruunuineen ja kattauksineen kovin upea.

Kävimme myös katsomassa miltä näyttää maailman jyrkin rautatie Katoomba Scenic Rail. Se laskeutuu kallion harjalta Jemissonin laaksoon. Rautatie on vain noin 500 metriä pitkä ja pudotusta sillä on 250 metriä. Vaunussa, jotka ovat avonaisia, sai todella pitää kiinni pysyäkseen penkillä.

Laaksoon on rakennettu 600 metriä pitkä polku, jonka varrella sai tutustua alueen kasvilisuuteen. Ylängön sademetsä on pohjoisen sademetsiä kiveämpi. Polun varrella on tauluja, joista voi lukea alueen historiasta. Sieltä on aikanaan louhittu hiiltä ja ensimmäisillä rautatievaunuilla kuljetettiin hiiltä ylös laaksosta.

Takaisin Katoomban kaupunkiin nousimme köysiradalla, joka kulki 206 metriä laaksonpohjan yläpuolella. Blue Mountais on tullut kuuluisaksi myös siitä, että sieltä on löydetty vuonna 1994 maailman vanhin puuvartinen kasvilaji, wollemiaraukaria, jonka lähisukulaiset kuolivat sukupuuttoon jo 65 - 200 miljoonaa vuotta sitten. Olin aikaisemmin kuullut kerrotavan Blue Mountains'in kauneudesta, mutta kun sen nyt näin omin silmin, olin todella ihastunut.

Kotiin lähdön aika koitti maanantaina 23. tammikuuta illalla ja taas on edessä pitkä lento Bangkokin kautta. Kotona olisimme tiistaina 24. tammikuuta monta kokemusta rikkaampina.

**Kaarina Lappalainen**



# Kurssikalenteri 2006

## Heinäkuu 2006

19.7. - 8.8.2006

23.07. - 12.08.2006

Poliokurssi nro 15756

Poliokurssi nro 15055

Invalidiliiton Käpylän Kuntoutuskeskus

Kruunupuisto, Punkaharjun kuntoutuskeskus

## Elokuu 2006

9.8. - 29.8.2006

Poliokurssi nro 15757

Invalidiliiton Käpylän Kuntoutuskeskus

## Syyskuu 2006

1 jakso 24.9 - 7.10.2006 (14 vrk)

2 jakso 31.1 - 6.2.2007 (7 vrk)

28.9. - 7.10.2006

Poliokurssi nro 14995

Invalidiliiton Lapin kuntoutuskeskus

Suomen Polioliiton kurssi

Invalidiliiton Lahden kuntoutuskeskus

## Lokakuu 2006

22.10. - 11.11.2006

25.10. - 14.11.2006

29.10. - 4.1.2006

Poliokurssi nro 15066

Poliokurssi nro 15758

Uskallusta elämään

Kruunupuisto, Punkaharjun kuntoutuskeskus

Invalidiliiton Käpylän Kuntoutuskeskus

Lehtimäen opisto

## Marraskuu 2006

1 jakso 8.11 - 14.11.2006 (7 vrk)

2 jakso 21.2 - 6.3.2007 (14 vrk)

Poliokurssi nro 14833

Invalidiliiton Lapin kuntoutuskeskus



## YKSILÖLLINEN LAITOSKUNTOUTUS

### Räätälöity jakso

- sairaalajakson jälkeen  
ennen kotiutusta

**Pyydä tarjous!**

Marja Pöyhölä p. (02) 5733 236  
marja.poyhola@kuntke.fi

## Omaishoitajien kurssit 2006

Tarjoamme kunnille omaishoitajien  
kurseja, joiden tavoitteena on

- \* löytää itsehoitokeinoja
- \* voimavaroja omaisen hoitamiseen
- \* vertaistukea

- 8 henkilöä/kurssi

- 5 vrk ma-pe

Ajankohdat ja hintatiedot:

Kuntoutuspäällikkö

Marja Pöyhölä p. (02) 5733 236

marja.poyhola@kuntke.fi



KUNTOUTUSKESKUS  
KANKAANPÄÄ

www.kuntke.fi

# Elämän loppu vai kuoleman alku

**K**irjapaketti, jonka tytäreni lähetti minulle, sai minut jo vakavaksi. Tiesin, minkä kirjan paketti sisälsi: Elämän loppu vai kuoleman alku. Kun näin kuvioidun kiven ja taivaansinen tulevan paketista esiin, mieleeni tuli isäni. Hetken viivysin ajatuksissani isäni muistoissa. Tulivat mieleeni isäni kuolemaan liittyvät periaatteet. Hänellä oli selkeä käsitys siitä, missä tilanteessa ihmisen täytyi saada siirtyä pois elämästä. Tiedän, että isäni periaatteiden noudattaminen olisi tiennyt minulle kuolemaa kahdeksan vuoden ikäisenä, jos lääkärit olisivat häneltä kysyneet hoitopäätöksiä. Silloin ei ollut se tapana. Lääkärit päättivät, siitä heille kiitokset.

Soitin tyttärelleni ja kiitin kirjasta ja kysyin, mitä hänelle tuli kirjasta mieleen ensin. Isäni, hän vastasi. Sitten pohdimme hetken, miksi meille molemmille tuli mieleen ensin oma isä.

Kirjan nimi, Elämän loppu vai kuoleman alku on todella ajatuksia herättävä. Se sisältää hoitopäätöksiä kuoleman lähestyessä. Kirjan on toimittanut Juha Hänninen ja kustantanut Duodecim.

Elämän loppu vai kuoleman alku -kirjassa pohditaan vaikeita lääketieteellisiä päätöksiä tilanteissa, joissa tautiin ei enää ole parantavia hoitoja. Lääketieteen etiikkaa käsittelevässä kirjallisuudessa on jo pitkään pohdittu ihmisen oikeutta kuolla, saada inhimillistä apua ja muiden velvollisuutta auttaa. Useimmiten on päädytty vastakkainasetteluun eutanasian puolesta tai vastaan. Kirjan mukaan kummallekin näkökannalle on perusteensa, joiden kiistä-



minen on vaikeaa. Kysymys elämästä ja kuolemasta on ihmisen olemassaolon peruskysymys. Suhdetta kuolemaan ja etenkin toisen ihmisen kuoleman tuottamiseen säätelevät ennen kaikkea kulttuuri ja maailmankatsomus.

Tämä kirja on syntynyt vuosien pohdinnan jälkeen. Kukin kirjoittaja edustaa omaa näkemystään tai tutkimustraditioita; kirjoittajien näkemyksiä ei ole yhdenmukaistettu. Kirjassa on ollut pyrkimyksenä nähdä kuolemaan liittyvä kärsimys ja siihen kohdistuva kysymys lievityksestä ja kuolemasta useasta näkökulmasta. Kuitenkin näkökulmat, joista asiaa tarkastellaan ovat subjektiivisia, ja lukija joutuu itse muodostamaan oman näkemyksensä. Eutanasian kaltaisissa kysymyksissä eettis-filosofista keskustelua on käyty hyvin kauan, eikä ole olemassa yhtälöä, jolla voisi osoittaa oikeaksi sen paremmin puoltavan kuin epäävänkään kannan, sanoo kirja takakannessaan.

Mietin tietenkin kirjan ajatuksia itseeni soveltaen. Näin lukeminen muuttui pohdiskeluvaksi. Haluanko johonkin itse etukäteen puuttua ja tehdä järjestelyjä kuolemani suhteen etukäteen ja helpottaa omaisiani päätöksissä, jotka ovat kohdattaessa vaikeita. Äitini kuoli sydänkohtaukseen, eikä päätöksiä tarvinnut meidän lasten mieltä. Isäni kohdalla asiat olivat toisin. Hänellä olivat keuhkot kehnossa kunnossa, ja silloin isäni kanssa lääkärit ja hoitajat kyselivät etukäteen ja pyysivät meitä lapsia ottamaan selvää, mihin asti hoitamisessa halusimme mentävän. Voin sanoa, että pohtiminen oli vaikeaa. Meitä lapsia helpotti ne isän vahvat periaatteet kuolemasta ja sen oikeudesta.

Kirjassa onkin oma lukunsa kysymyksestä, kenelle kuolema kuuluu. Minä aloitin kirjan lukemisen ja asioiden pohdiskelun siitä. Kirja käsittelee hoitotahtoa omassa osassa kirjaa jaoteltuna moneen alaosittokoon. Jopa lääkärit ovat jättäneet hoitotahtonsa mää-

rittelemättä. Vain 13% lääkäreistä ja 19% hoitajista on kirjoittanut oman hoitotahtonsa. Tavalliset potilaat ovat paljon yleisemmin jättäneet tahtonsa ilmaisematta.

Kuolemaan liittyy paljon ahdistusta. Monille jo puhuminen tai kirjoittaminen kuolemasta voi tuoda tuon ahdistuksen esiin. Yksi kirjan osista käsittelee ahdistusta ja siihen liittyvää toivoa. Toivoa on monenlaista, jotkut liittävä tai sitovat oman toivonsa uskonnollisuuteen, tai löytävä Jumalasta lohduttajaa. Toiset löytävät toivoa arkisista pienistä asioista ja kasaavat niillä itsensä. Ihmiset kiinnittyvät niin erilaisiin toivonki-pinöihin.

Kirjassa käsitellään yhtenä osana lapsen kuolemaa. Oma osanaan on vanhemman ihmisen kuolema. Siinä puhutaan monelta eri kantilta eutanasiasta. Jokaiselle jää kuitenkin oma oikeus muodostaa omat mielipiteet. Kirja auttaa varmasti näissä omien mielipiteiden muodostamisen vaikeudessa.

Kirjan monet kirjoittajat ovat työssään tekemisissä kokoajan kuolevien ihmisten parissa. Toimittaja Juha Hänninen on toiminut Terhokodin ylilääkärinä vuodesta -93. Mukana on myös uskontotieteiden ja kansantieteiden edustajat omalla panoksellaan ja omalla erilaisella näkökulmallaan.

Jos olet pohdiskellut näitä kysymyksiä, uskon, että Duodecimin julkaisemasta kirjasta löytyy sinulle varmasti tukea selkiyttämään mielipiteitäsi. Kirja on hyvin kirjoitettu ja se on omalla tavallaan hienotunteinen opastaja vaikeissa päätöksissä.

**Hilkka Huotari**

... jatkoa sivulta 5

# Kesäpäiviä jo 48 vuotta!

## **Vuoden 2006 kesä- ja retkeilypäiviksi suunnattiin Lappeenrantaan.**

- Ajankohdan ja retkikohtaan suunnittelu on joskus varsin monimutkainen prosessi, mutta tällä kertaa kaikki sujui lopulta melko kivuttomasti, huokaisi jäsen sihteeri Kirsti Paavola. Pienehköjä ongelmia mahtuu jokaisen matkan varrelle, mutta kyllä niitä on yritetty parhaan kykymme mukaan ratkoa. Joskus vain mekään emme voi mitään, hän hymyili jotenkin voipu-  
neesti.

Liekö syynä se, että tällä kertaa hotelli Patriassa odotti yllätys, joka hetkeksi sai hymyn hyytymään. Hotellin ainut yleisö inva-wc oli poistettu käytöstä ns. välinerikon takia.

- Melkoista hurttia huumoria osoittaa, että hotelli muina miehinä liimaa ”epäkunnossa –lapun” talon ainoan inva-wc:n oveen, vaikka tietää että paikalle saapumassa useampi kymmenen pyörätuolin käyttäjä. Eikä tietystikään kerro meille asiasta etukäteen, totesi myös paikalle laukkuja raahaten saapunut Polioliiton toiminnanjohtaja Birgitta Oksa ja rauhoitteli hätään-  
neitä luvaten hoitaa asiaa tästä eteenpäin.

Ongelman ratkaisuun tarvittiin kahden jo huoneeseensa majoittuneen retkeläisen apua: he siirtyivät tavalliseen huoneeseen, ja niinpä, hotellin inva-huoneesta tehtiin kaikkien yhteinen ”huoltohuone”. Mitäs jos he eivät olisikaan suostuneet siirtymään toisaalle?

- Älä kysy!, tokaisi Oksa ja jatkoi matkaansa laukkujaan yhä raahaten. Mitähän niissä mahtoi olla, sillä vaat-



*Vertaistukea parhaimmillaan.*

teet tuskin painaisivat noin paljon...

### **Kaksitoista pistettä!**

Tällä kertaa kesäpäivien ohjelmassa oli kiertoaajelu jo tulopäivänä, mikä sai runsaasti kiitosta. Kolmen invabus-  
sin ja yhden invataksin letka lähti Lappeenrantaan ja sen ympäristöä tutkimaan. Ei liene vaikea arvata, että ainakin Saimaan kanavalle ne löytäisivät oppaitten johdolla tiensä. Osa retkeläisistä taisi kyllä valita Suomen ja Tsekin välisen jääkiekko-ottelun. Mikäs siinä, hyvässä seurassa pelitkin on mukavampi katsella. Samainen otteluko syynä siihen, ettei Lappeenrannan kadulla näkynyt ketään, ei edes kissoja tai koiria.

Loppu lauantaista vietettiin sitten arpajaisten, illallisen ja tanssin merkeissä. Savon osasto pitäneen edelleenkin hallussaan epävirallista ennätystä: heidän arpajaisvoittonsa määrä on käsittämättömän suuri. Niin tälläkin kertaa. Jokainen olisi luultavasti voittanut jotakin, jolleivät jotkut

onnekkaat olisi kahmineet useampiakin voittoja.

Ohjelmaan merkitty valomerkkiaika lopetti vain tanssin. Jännitys kohosi koko ajan, ja aulan televisioiden ympärille kasautui sellainen määrä ihmisiä, että vannoutuneimman televisionvihaajan oli varmasti pakko käydä katsomassa, että mitä ihmettä nyt tapahtuu.

Marjolaan majoittujia kukaava bussi seisoo törötteli vielä puoli tuntia virallisen lähtöaikansa jälkeen lähtöpy-  
säkillä. Kaikki jotenkin seisautui myös kesäpäivillä lau-  
antain ja sunnuntain välisenä yönä 20-21.5.2006. Suomi voitti Eurovision laulukilpailut ja Patriassa laulettiin Hard rock halleluja!

Sunnuntai aamuna loputkin retkeläiset suuntasivat kohti Marjolaa, Etelä-Saimaan Invalidien kesäkotia. Osa oli jo sinne majoittunutkin, sillä hotelli ei pystynyt tarjoamaan riittävästi liikuntaesteisille soveltuvia majoitustiloja. Monelle Marjola oli entu-  
destaan tuttu.

- Istuskelin tuolla rannassa ja muistelin kuinka lapset pieninä leikkivät rannassa ja kaikki oli niin mukavaa, huokasi Irja Suovuo haikeana. Lämmin halaus ystävältä sai hymyn nousemaan huulille.

Marjola on upealla paikalla ihan Lappeenrannan kyl-  
jessä.

- Olemme laittaneet kaikenmoista tekemistä tänne pihalueelle teitä varten: mölkky-  
peli löytyy tuolta, samoin mönkijä ja rantaan pääsette joko tuolta tai tuolta tehtyjä laudoitettuja polkuja pitkin, esitteli tiloja Tapani Pajunen, Marjolan luonto-opas.

Niin retkeläiset tekivätkin, hajaantuivat ympäri pihapiiriä ja rantakallioita katselemaan, kokeilemaan ja viettämään rentouttavaa sunnuntaipäivää. Viileähkö tuuli ja paksut harmaat pilvet väistyivät aika-  
ajoin antaen tilaa auringon valolle ja lämmölle. Kesä oli taas polkaistu käyntiin.

**Teksti ja kuvat:  
Poliolehden toimitus**



**hevoskreivi** BIAUDET DAHLGREN **Etelä-Amerikkaa** SÄVELLYKSIÄ **NUORUUS**  
 RAKENNUTTI OLAVIN-LINNAN LAS-  
 KÄSI-TOITÄ KAN-TAMI-SIIN  
 PUUK-KO-VERBI PEPSI MAX  
 KIPEI-LEVIÄ JUHTA ETSIN-TOJA UUSI-MISTA IV KIRJAI-LIJA  
 PUO-LITTAI MATTI MAIJA ANTI-TIEN KANSSA  
**PYYDYS** järvi RANS-KASSA WORKER HUONE Y SAKKI KÄRPE-LASTA SAARE-LAKSI  
 Pieni ELIÖ VUODEN OSA PERT-SAN PARI SÄÄDE-TÄÄN  
 EX-KOMIS-SAARI SYTY  
 JÄTTI-POTIT  
 LAU-PIIAT TIENDO PÄÄHU-PUNKKI HYVÄ OSTOS  
 VÄLI-MEREN SAARI LAULU PUU-ROU-TUA  
 EDSEMNNYT BERGMAN EX-LEHTI KÄ-HÄRI  
 VÄÄ-NÄNEH ETELÄ-AFRIK-KAA  
 MI-E-LISTE-LEVÄT REU-NALLA LAUREL HAKA-SALO  
 PILS-NGRI ILMAN  
 OMAK-SUA VERUKÉ  
 HOIDE-TAAN ELÄ-KÖÖN!  
 AHTI-SAARI PAMELA SEP-PALA RU-NOJ KUIN PIILO  
 VIHÉL-LYKSEN PERÄÄN ISO-VAN-HEMPIA  
 HEU-REWA! POIK-KEUK-SETTA LADA

www.sanaris.fi / laadinta Erkki Vuokila, ulkoasu P.A.Manninen

Nimi \_\_\_\_\_

Lähiosoite \_\_\_\_\_ Postitoimipaikka \_\_\_\_\_

Pankkiyhteystiedot \_\_\_\_\_

Ristikon ratkaisu pyydetään lähettämään 15.8. 2006 mennessä os POLIOLEHTI, Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Kuoreen merkintä "Ruudukko".

# Sairaahan hyvä potilas

**Satu Salonen on kirjoittanut ja Duodecim julkaissut kirjan "Sairaahan hyvä potilas". Olemme kaikki olleet lääkärin vastaanotolla, joko hyvällä tai huonolla. Kirjasta löytyy luku "Henkilökemiat", joka mielenkiintoisella tavalla käsittelee potilaan ja lääkärin suhtautumista toisiinsa ja niitä syitä, mitkä suhtautumiseen vaikuttavat.**

## Mietimme, miten?

I tse jouduin muutamia vuosia sitten pohtimaan paljon, miten voisin saada lääkärin leikaten korjaamaan sen, että oikean käden peukalo aiemman leikkauksen jälkeen osoitti taaksepäin eikä eteenpäin, kuten olemme tottuneet.

Kävimme perheessä läpi sitä, kuka olisi paras vaihtoehto toteuttamaan leikkauksen, jossa palautettaisiin peukalolle oikea suunta. Lääkäri, johon päädyimme, oli sanonut minulle 21 vuotta aikaisemmin, ettei sitä nyt korjata, ei ainakaan heti. Tietenkin olin raivoisani kommentista vielä vuosien jälkeenkin eli kemiat eivät oikein toimineet, ja minä jouduin pohtimaan, kuinka voisin korjata asennettani kyseiseen lääkäriin. Valitettavasti hän oli paras monesta muusta syystä.

Ryhdyin palauttamaan mieleeni niitä lääkäri-

käyntejä, jolloin kemiat olivat toimineet. Pohdimme tyttärieni kanssa jopa pukeutumista myöten kaiken mahdollisen, mikä oli ollut toisin, kun olin onnistunut saamaan lääkäriltä sen, mitä olin sinne mennyt hakemaan. Täytyi löytää keino, jolla saisin lääkärin "haluamaan" samaa, kuin minä: korjaamaan olkapään virheasento. Asioiden perusteellinen läpikäynti tuotti tuloksen, käteni korjattiin ja lääkärin ja minun välinen kemia toimi aivan erinomaisesti. Minulle oli varattu aikaa sairaalassaoloon kolme päivää, olin kunnossa jo kahdessa päivässä. Se oli aivan ihmeellistä. Kannatti miettiä hyvää lääkärisuhdetta!

Olisipa silloin ollut jo tämä kirja! Kirjassa pohditaan juuri näitä kysymyksiä monesta näkökulmasta. Omassa valinnassani en voinut päättää, että menisin muualle. Lääkäri oli paras, ja minun oli muututtava.

## Hyvä hoitosuhde: kaikkien etu

Jos sinäkin haluat pohtia hyvää hoitosuhdekemiala, tästä kirjasta on varmasti hyötyä.

- Satu Salosen ohjeet sairastamisesta ovat arvokkaita hänen todetessaan, että sairastelu on taitolaji. Hän pystyy myös vertaamaan omaa menestyskäsitystään uraansa liikkeenjohdossa niihin periaatteisiin, joita voi nähdä potilas-lääkärisuhteessa. Vaikeistakin kokemuksista hän pystyy kertomaan elävästi ja myös hauskaasti. Varmasti kirja antaa niin potilaille kuin alan ammattilaisille runsaasti ajattelun aihetta, toteaa professori Antti



Huunan-Seppälä kirjan takakannessa.

Kirjan kirjoittaja kertoo viisaasti omista ratkaisuksistaan ja niiden perusteista, mutta ei tyrkytä mitään yleispätevää ohjetta lukijalle. Kirja on vetävästi kirjoitettu ja monin paikoin tuoreita ja oivaltavia ajatuksia sisältävä.

"Henkilökemiat" otsikon alla on hauska kokemus Englannista. Naisella oli ollut poikkeuksellisen vaikea ja pitkäkestoinen synnytys. Naista oli kuitenkin hoidettu synnytyssairaalassa hyvin, huomaavaisesti ja ystävällisesti. Näinpä nainen päätti, että tuossapa hänelle hyvä gynekologi. Hän jopa oikein tälläytyi vastaanotolle, laitto jopa huulipunaa ja ripsiväriä vastaanotolle mennessään.

Lääkäri kutsui vastaanottohuoneen ovelta "Rouva Järvi" ja esitteli itsensä "Pekka Virtanen" (nimet muutettu). Nainen oli pettynyt, kun lääkäri ei edes muistanut ikinä tavanneensaakaan. Sisätutkimuksen aika tuli. Heti kohta aloitettuaan gynekologi huudahti: "Jaa, mutta rouva Järvihän se täällä on".

## Lumetta vai harhaa

Alaotsikko sai mielenkiintoni heräämään. Tässä kohtaa kirjassa pohdittiin lääkkeiden vaikutusta ihmiseen mielen kautta. Miksi lumelääkettä saaneista potilaista 30 – 60 % koki lääkkeen tehonneen. Joutuiko se siitä, että kehon omat endorfiinit lähtivät liikkeelle hyvän ja huolehtivan lääkärin käyttäytymisen seurauksena potilaan (koehenkilön)

aivoissa. Jos potilaan ja lääkärin välinen kemia toimisi, potilas paransi tehokkaasti jo oman kokemuksensa seurauksena, kun omien aivojen endorfinitoiminta parantaisi sairaa ilman kummoisempia pillereitä. Mielenkiintoista, vai mitä?

Entä sitten potilaat, joilla omasta mielestään on niin voimakas kiputila, ettei siihen mikään auta. Kirja kertoo kokeista, joita heille tehtiin morfiinilla, jota pidetään kotuullisen tehokkaana kipulääkkeenä. Potilaat itse raportoivat, ettei morfiinilla ollut vaikutusta kipuun. Olisiko niin, että kroonisia kipuja sairastavien aivoista puuttuisi joko opioidireseptorit, tai usko oman kiputilan hoitoresistenssiin on niin vahva, että endorfiinit eivät lähde liikkeelle.

Tämän luvun yhteydessä käsitellään homeopatiaa ja muita luonnon menetelmiä, jopa henkiparannusta. Kerrotaan Leenasta, joka kahtapuolta tuettuna autettiin kirkon alttarille. Leena hoki koko ajan, että yhtään en tämmöiseen usko. Mutta kun rukous alkoi, Leenan selkäkipu loppui ja on pysynyt pois noin viisi vuotta. Mikä tämän sai aikaan? Mikä käynnisti spontaanin paranemisen?

Tietoa käsittelevässä osassa on kertomus eräästä ALS:ia sairastavasta potilaasta, joka oli sairaudessaan edennyt siihen vaiheeseen, että hän ei pystynyt lihasheikkouden takia enää nielemään, vaan leikkaava lääkäri oli asentamassa hänelle ruokintaletkua suoraan mahalaukkuun. Vasta tässä vaiheessa lääkäri huomasi, ettei potilaalla

ollut mahalaukkua, vaan se oli syövän takia poistettu samassa sairaalassa. Ei vaan ollut tullut puheeksi. Miten asia oli asiakirjoista jäänyt huomaamatta, vaikka leikkaus oli suoritettu samassa sairaalassa. Lääkärinlausuntojen kanssa tulisi niin ikään noudattaa järjestelmällisyyttä, käytetäänhän sitä menestyksellisesti vaikkapa kirjanpidossa, huomauttaa kirjoittaja.

### 65 vuotta on maaginen raja

Me poliolaiset tiedämme sen. Vakuutusten voimassaolo päättyy silloin. Samassa iässä Kela lopettaa kuntoutukset. Kirjoittaja on kirjoittanut laajasti niistä seuraamuksista, mitä tuo ikä tuo tullessaan. Miten jopa arvonlisäveron maksaminen huomioidaan tuossa kummallisessa iässä

hoitopalveluissa. Jos on voimassa oleva sosiaaliviranomaisen päätös siitä, että henkilö on sosiaaliavun tarpeessa, niin veroa ei tarvitse maksaa, mutta ne, jotka saavat hyvää eläkettä, maksavat palveluitaan 22 % ylimääräistä. En ole ainakaan itse tullut koskaan edes ajatelleeksi, että siihenkin täytyy hankkia lausunto sosiaalivirastosta.

Kirja sisältää paljon tietoa, jota me vanhenevat polioivammaiset tarvitsemme. Kannattaa siis lukea ”Sairaan hyvä potilas” kirja ja hyötyä siitä.

**Hilkka Huotari**

# Olipa liukas!

Varo lattialiukkautta! Varo jäljitelmiä!

Aito **Altro Safety-turvalattia** takaa ehdottoman liikkumisturvallisuuden ja kestävyuden. Jo yli 40 vuotta alansa johtaja.

Kysy myös luonnonkumista **RTV-joustokynnystä**, mikä helpottaa olennaisesti pyörätuolilla liikkumista. Ruotsissa yli 20 vuoden kokemukset.

Kysy lisää, puh. (019) 7421 tai postita oheinen kuponki osoitteella:

**RTV-YHTYMÄ OY**  
 Mattilantie 1, 11710 Riihimäki  
 E-mail: heikki.laitinen@rtv-yhtyma.fi  
 net: www.rtv-yhtyma.fi



Haluan näytteen ja esitteet:

- Altro Safety -turvalattiasta
- RTV-Joustokynnyksestä
- Olipa liukas -lattiatutkimuksen hoitolaitoksista

Nimi

Osoite

Postinro ja -toimipaikka

# Oliko tämä kaiken loppu?

**”Sinä et ole tuottanut minulle koskaan iloa”, sanoo äitini ja jään miettimään vihaako hän minua, koska olen vammaisen. ”Jos Jaakko olisi elänyt, kaikki olisi toisin”, hän jatkaa. Tämä ei ole ainoa kerta ja siitä huolimatta se koskee kipeästi. Jaakko oli poika, jota hän odotti kiihkeästi, mutta lapsi kuoli viiden päivän ikäisenä.**

Muistan kyllä. Olin tullut pääsiäislomalle. Lapsi oli äidin kainalossa, ja näin kun se henkäisi viimeisen kerran. Äiti huomasi tapahtuneen vasta, kun tunsin pojan kehon jäykistyvän sylissä.

Lapsi syntyi toisesta avioliitosta, oli ollut toivottu ja kivulla synnytetty.

Minä olin kasvanut mummolassa, kierrellyt paikasta toiseen keskikoulusta päästyäni ja vihdoinkin päässyt kukkakauppiaksi pienehköön pitäjään. Halusin menestyä, nujertaa vammaisuuteni ja onnistuin. Työtä oli vain liian paljon ja minulla oli polio. Sairastuin keuhkotautiin, ja hyvin menestyvä liiketoimeni oli lopetettava.

Sain houkuteltua luokseni äitini, joka leskeksi toisen kerran jäätyään sairasteli paljon. Kuvittelin, että yhdessä me kaksi toipilasta selviäi-



simme paremmin. Muutto jo iäkkäänä toiseen pitäjään ei kuitenkaan ollut äidille helppoa ja yhä useammin hän toisteli: ”Jos Jaakko olisi elänyt...”

Hän oli aina toivonut poikaa ja Jaakko oli tervejäseninen. Myöhään saatu, mutta suloinen ja tervejäseninen.

## Minä olin surun lapsi

Synnyin Salossa. Äidilläni oli siellä pieni leipomo. Isäni oli vakuutustarkastaja ja paljon pois kotoa. Kesäaikaan äiti pääsi vähemmällä, kun laittoi minut lastenrattaisiin aurinkoiselle pihamaalle.

Naapurissa oli ystävällinen tati, joka äidin kertoman mukaan syötti minulle useasti hiiren nakertamia pikkuleipiä samalla, kun keinutteli vauvoja niin, että sai lapsen tyytyväisenä jokeltelemaan.

Tämä mummo oli kuitenkin ensimmäinen ”pahanilmanlintu”. ”Miksi lapsi itkee niin paljon ja ei enää liikuta vasenta jalkaansa”, hän valitti äidille. Kiireinen äitikin havahtui nyt tarkkailemaan, ja totta mummo puhui. Pikku Anne piti aina toista jalkaa samalla tapaa koukussa.

Äiti päätyi lääninlääkärin vastaanotolle lapsensa kanssa. Lääkäri väänteli jalkaa ja totesi: ”Tämä lapsi ei kävele ikinä.” Äiti pyörtyi ja lapsi valui lattialle. Isä tilasi kuitenkin ajan kuuluisalle lastenlääkärille: Ylpölle.

Anne muisti itse, miten tohtorin pöydällä oli suklaanappeja pienessä vadissa pikkupotilaita varten. Kun Anne osasi sanoa, että seinällä oleva oudon näköinen esine oli kello, tohtori ilahtui ja päätteli, ettei tytöstä saanut tulla klemppajalkaa.

Toinen käynti romahdutti Annen luottamuksen lääkäreihin. Nyt nimitäin asetettiin lattialle pahvilevy, johon piirrettiin Annen askelmat. Sitten tohtoriseta asetui vitsan kanssa levyn toiseen päähän ja äiti joutui toiseen päähän myös vitsan kanssa. Annen oli sitten astuttava askelmia koko jalalla, eikä varpaitten tyvellä kuten oli alkanut tehdä kai vasemman jalan lyhyiden tähden. ”Lapsi on sairastanut polion”, tohtori totesi ja määräsi vain jatkuvaa kuntoutusta. Jalka jäi kuitenkin heikomaksi ja lyhyemmäksi.

## Erilainen

Viitena kasvuvuotenaan Anne ei vielä ymmärtänyt tiedostaa vammaisuuttaan. Isä leikki hänen kanssaan ja otti mukaan pyöräretkille. Anne oppi puhumaan normaalissa ajassa ja oli vilkas, ympäristönsä suosima tyttönen.

Perhe muutti Salosta Turkuun, ja retket isän kanssa jatkuivat. Käytiin mm. satamassa ja siellä isä vei Annen katsomaan laivaa, jossa kaikki merimiehet olivat ihonväritään mustia. ”Ihmiset voivat olla erilaisia”, isä selitti ja sanoi, että Annekin on hiukan erilainen, koska on polioliainen.

Erilainen, sen Anne tuli toteamaan, kun aloitti koulunsa. Isä oli kuollut keuhkotautiin



ja oli muutettu äidin kanssa Pohjanmaalle mummolaan. Ensimmäisinä kouluvuosina pojat alkoivat kiusata Annea. ”Anne ja muut pojat lähtevät kotiin, kun alkaa tyttöjen voimistelu”, he julistivat ja nimittelivät klemppajalaksi. Anne tajusi, että oli todella erilainen: aina viimeinen hiihtokilpailuissa ja juostessa.

Jotain hänellä kuitenkin oli enemmän kuin useimmilla ikäisillään: sisua. Silti hiukan koski, kun äiti Annen koulusta tultua silmiään pyyhkien sanoi: ”Kun katson ikkunasta kuinka kävelet, kun tulet koulusta, en voi olla itkemättä.” Äiti suree sitä, että olen orpo, Anne mietti. Sitten äiti tapasi uuden elämäntoverin ja muutti hänen talouttaan hoitamaan. Anne jäi mummolaan.

Elämä avautui kuitenkin poliolaisellekin monimuotoisena. Keskikoulusta päästyään Anne oli lastenhoitajana, lukujen ohjaajana, puutarharajoittelijana, kukkakauppa-apulaisena ja viimein rohkaisitui yksityisyrittäjäksi alalle, jossa tiesi olevansa parhaimmillaan: hakeutui rakastamiansa kukkien pariin ja avasi vuokrahuoneissa oman kukkakaupan.

### **Menestymistä ja vastamäkeä**

Anne oli niin innoissaan, että luuli kestävänsä mitä vain. Hän valvoi kiireisinä aikoina öitä öitten jälkeen, joutui kolmasti vaihtamaan vuokratiloja, mutta onnistui viimein

ostamaan velaksi oman tonttimaan. Rakennettiin tontille oma liiketalo.

Myötäkäymistä ja kovaa työtä kesti kolmekymmentä vuotta. Sitten tuli romahdus. Tutustuminen polion myöhäisoiroiisiin oli alkanut. Anne ei lannistunut helposti. Kukkakaupasta oli luovuttava, mutta jotain uutta oli taas tapahtumassa

Anne löysi elämäntoverin, jonka rinnalla kestiin hyvät ja pahat lähes kolmekymmentä vuotta. Pahimmat tepposet teki poliojalka. Anne kaatui ja lonkka katkesi. Kolmesti vaihdettiin proteesia, mutta aina huonolla menestyksellä. Vaikeinta kuitenkin oli luopuminen rakkaimmastaan. Kuoleman suru mursi mielen. Ensin lähti äiti ikuisuuteen, sitten elämäntoveri.

Vain polion myöhäisoirot ja yksinäisyys tulivat tuttuakin tutuimmiksi. Kävely vaikeutui, kuulo heikkeni, mutta pahinta oli silmänpohjarapheuma.

Olen puhunut Annesta, toisesta puolesta minuuttani. Sillä tavoin on helpompi jakaa menneisyyttä silloin, kun menneestä on enää lyhyt matka tuonpuoleiseen. 86 vuotta on taivalta takanapäin.

Tiedän, että ikuisuus on valoa, mutta toivon, etten ennen sitä joutuisi täydelliseen pimeyteen.

**”Kukkakauppias”**

**[www.poliotarinoita.net](http://www.poliotarinoita.net)**

## **Lielahden Apteekki**

Tampere, puh. 03-347 3800

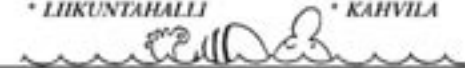


### **VUOSAAREN URHEILUTALO**

Vuosaarentie 5 Puh. (09) 341 7500

[www.vuosaarenurheilutalo.fi](http://www.vuosaarenurheilutalo.fi)

- \* UIMAHALLI
- \* VOIMAILUTILAT
- lämminallas
- \* KUNTOSALIT
- vesihieronta
- \* FYS.HOITO
- \* LIIKUNTAHALLI
- \* KAHVILA



[www.harmony.fi](http://www.harmony.fi)

### **Tervetuloa viihtymään!**

Lomailuun, kokouksiin,  
seminaareihin, perhejuhliin...



**Vähäjärven Lomakoti**

Vähäjärventie 19 14680 Hauho,  
puh (20) 654 3124 lomakoti@rafi.fi [www.lomakoti.net](http://www.lomakoti.net)

## **Reilua rautakauppaa.**



[www.rautia.fi](http://www.rautia.fi)



### **VIRPINIEMEN LIIKUNTAOPISTO JA RETKEILYHOTELLI**

Hiihtomajantie 27, 90820 Kello, puh. 08-561 4200

### **Tmi Henna Nurmi**

Helsinki, puh. 050 309 1382

# Toimintakertomus vuodelta 2005

Toiminnallaan Suomen Polioliitto ry pyrkii varmistamaan polio-  
vammaisille terveydenhuollossa  
asiantuntevan hoidon sekä riittävän  
ja poliovamman huomioivan kun-  
toutuksen, kehittämään sosiaalitur-  
vaan liittyviä asioita ja tiedottamaan  
polioon ja poliovammaisuuteen  
liittyvistä asioista.

Suomen Polioliitto on perustettu  
vuonna 1994.

## TOIMINTA

### Oikeuksien ja etujen valvonta

Oikeuksien ja etujen valvonta,  
vaikuttamistyö on Suomen Polioliitto  
ry:n tärkein toimintamuoto. Suomen  
Polioliiton toiminta perustuu suurim-  
alta osaltaan juuri edun-valvontaan  
sen eri muodoissa.

Suomen Polioliiton edunvalvonta  
on toimintaa liikuntavammaisten ja  
erityisesti poliovam-  
maisten elämän  
edellytysten puolesta. Suomen Polio-  
liitto keskittyi edunvalvonnassaan  
seuraavien epäkohtien korjaami-  
seen:

- poliovammaiset kokevat, että ter-  
veydenhuollon ammattilaisilla on  
heikko/olematon tietämys poliosta  
ja polion myöhäisoireista, eikä  
myöhäisoireita osata tunnistaa
- yli 65-vuotiaiden vaikeavammais-  
ten kuntoutus on liian vähäistä
- ohjaus ja neuvonta omaehtoiseen  
harjoitteluun ja kunnon ylläpitä-  
miseen on riittämätöntä
- itsenäisen asumisen mahdolli-  
savan avun tarve lisääntyy polion  
sairastaneilla aikaisemmin kuin  
normaaliväestössä, mutta tätä ei  
oteta palvelupäätöksissä huomi-  
oon

Vaikuttamistyössä jäsenjärjestöjen  
ja paikallisosastojen luottamushen-  
kilöiden vammais- ja paikallistunte-  
mus sekä aktiivinen osallistuminen  
vammaisneuvostojen ja yhteistyö-  
elinten toimintaan on ollut tärkeää  
ja tuloksekasta. Erityisesti paikal-  
lisosastojen ja neuvontapalvelujen  
asema korostuu yksityisten polio-  
vammaisten oikeuksien valvonnassa,  
jossa tavoitteena on ollut poliovam-  
maisen huomioon ottaminen kuntien  
päättöksenteossa.

### Neuvontapalvelut

Suomen Polioliiton neuvontapalve-  
lut on tarkoitettu kaikille poliovam-  
maisille ja heidän omaisilleen sekä



poliosta kiinnostuneille. Neuvonta-  
palveluista ei peritä maksua.

Neuvontapalveluihin ottivat  
yhteyttä ensisijassa polion sairasta-  
neet ja heidän omaisensa. Merkittä-  
vää oli poliojärjestöihin kuulumatto-  
mien neuvontapalveluja käyttävien,  
polion sairastaneiden nopeasti kas-  
vanut osuus.

Tyypillisiä kysymyksiä olivat kun-  
toutukseen ja sosiaaliturvaan liittyvät  
asiat. Usein taustalta löytyi pelko  
polion myöhäisoireista, väärästä  
hoidosta ja kuntoutuksesta. Omalta  
asuinpaikkakunnalta harva tuns-  
si löytäneensä terveydenalan ammatti-  
laisen, joka tietäisi poliosta ja siihen  
liittyvistä asioista riittävästi.

Yhteydenotoista kävi selvästi ilmi,  
että poliovammaiset eivät tiedä riit-  
tävästi oikeuksistaan. Vammaispal-  
velulaki ja sen tulkinnot aiheuttivat  
epätietoisuutta ja jopa ahdistusta.  
Usein apua haettiin ensin käytännön  
haku- ja valitusprosesseihin. Ikään-

tymisen ja polion myöhäisoireiden  
mukanaan tuomat jaksamisongel-  
mat lisäävät ahdistumista. Julkinen  
terveydenhuolto ei tunnu pystyvän  
riittävästi vastaamaan poliovam-  
maisten hoito- ja kuntoutustarpeisiin.  
Tärkeä osa neuvontapalvelutyöstä  
onkin ihmisten kuuntelemista ja  
opastamista loputtomalta tuntuvassa  
pöytälaivadiakossa.

Toimintavuoden aikana neuvonta-  
palvelujen toiminnassa on voitu hyö-  
dyntää Polio, polion myöhäisoreet  
– riesa arjessa projektin (Suomen  
Polioliiton ja Invalidiliiton yhteinen  
hanke) kautta saatua asiantuntijatu-  
keaa sekä julkaistua aineistoa. Polio,  
polion myöhäisoreet –opaskirjasta  
lunastettiin neuvontapalvelujen käyt-  
töön 1500 kpl. Vuoden loppuun men-  
nessä opaskirjasta oli tilattu noin 900  
kpl. Neuvontapalveluihin tulisi jat-  
kossa pystyä liittämään säännölliset  
neuvontapuhelinajat niin lääkärille  
kuin lakimiehellekin.

Edunvalvontakysymyksissä on  
opastettu myös valtakunnallisissa,  
alueellisissa ja paikallisissa koulu-  
tus-, neuvottelu- tai muussa tilai-  
suudessa.

### Vaikuttaminen ja asiantuntijuus

Suomen Polioliitto on saavutta-  
nut vammaisjärjestönä asiantuntija-  
aseman. Yhä useammin Suomen  
Polioliittoa pyydetään toimimaan  
asiantuntijana poliovammaisia kos-  
kevissa asioissa ja siltä pyydetään  
apua ja neuvoa erilaisissa polioon  
liittyvissä tilanteissa. Yhä useammin  
myös terveydenhoidon ammattilaiset  
ottavat yhteyttä Suomen Polioliit-  
toon kohdatessaan työssään polion  
sairastaneita. Tämä asettaa Suomen  
Polioliiton ja sen jäsenjärjestöjen  
toiminnalle yhä suuremmat vaati-  
mukset.

Suomen Polioliitto toimi mm. asi-  
antuntijana, kun Suomi vastasi EU:n  
kyselyyn, jossa kartoitettiin polion  
myöhäisoreiden tunnistamista EU-  
maiden terveydenhuollossa sekä  
polion sairastaneiden kuntoutus-  
tilannetta. Euroopan parlamentin  
jäsenet ovat niinkään pyytäneet  
tietoa polion sairastaneiden elämän-  
tilanteesta Suomessa tänään.

Vaikuttamistyössään Suomen  
Polioliitto on mukana erilaisissa  
vammaisjärjestöjen verkostoissa,  
jotka puolustavat vammaisten  
oikeuksia yhdenvertaiseen elämään.  
Esimerkkinä tällaisesta Suomen  
Polioliiton aktiivisesta järjestövai-  
kuttajan roolista on mm. se, että  
Suomen Polioliitto on osallistunut  
aktiivisesti järjestötasolla Henkilö-  
kohtaisten Avustajien Työnantajien  
Liiton (HETAN) toimintaan edis-  
tääkseen henkilökohtaiseen työnan-  
tajuuteen perustuvan avustajajärjes-  
telmän saamista vaikeavammaisten  
subjektiiviseksi oikeudeksi.

### Kuntoutus- ja sopeutumis- valmennustoiminta

#### Suomen Polioliiton kurssit

Suomen Polioliitto järjesti vuonna  
2005 poliovammaisille neljä kun-  
toutu- ja sopeutumis-valmennus-  
kurssia. Kurssit toteutettiin Raha-  
automaattiyhdistyksen rahoittamina.  
Hakijoita kurseille oli yhteensä 134  
(vuonna 2004: 125) joista voitiin  
valita 69 (60) henkilöä. Valituista 32  
(25) henkilöä 46% (41%) osallistui  
ensimmäistä kertaa poliokursseille.

Suomen Polioliiton oman kurssi-  
tarjonnan tavoitteena on pystyä tarjo-  
amaan kuntoutuspalveluja erityisesti  
sellaisille polion sairastaneille, jotka  
jäävät Kelan kurssitarjonnan ulko-  
puolelle, mutta tarvitsevat kuntoutta-  
via toimenpiteitä. Suomen Polioliiton  
kuntoutuskurssit toimivat usein ns.  
matalanhakukynnyksen kursseina,  
joista polioivammaiset saavat tukea  
ja voimia jaksaa arkielämässä ”uusien  
eväiden” kurssin jälkeen. Kurssit moti-  
voivat parhaimmillaan polion sairastaneita  
oman elämän hallintaan ja omasta  
itsestä huolehtimiseen.

Suomen Polioliitto järjesti kurssit  
yhteistyössä Lehtimäen Opiston ja  
Invalidiliiton Lahden Kuntoutus-  
keskuksen kanssa. Kurssien sisäl-  
löissä pyrittiin ottamaan huomioon  
polioivammaisten vaihtuvat elämäntilanteet  
ja uudet tarpeet Polioprojektin  
kyselyn tuloksiin pohjautuen ns.  
Uskallusta Elämään -kurssien  
ohjelmassa keskeisenä teemana oli  
elämäntilanteiden ja voimaantumisen,  
kursseilla oli mukana FT, psykologian  
dosentti Vappu Viemerö. Näiden  
kurssien ohjelmassa myös tietokoneen  
käyttöä arkielämän apuvälineenä  
ja taideterapiaa.

Erityisesti polion myöhäisoireita  
poteville polioivammaisille vertaistuki  
oli erittäin tärkeää. Kurssilla oli  
mahdollista tavata toisia polioivam-  
maisia, keskustella heidän kanssaan  
polion myöhäisoireiden aiheuttamista  
ongelmista, löytää niihin ratkaisuja  
ja jakaa kokemuksia. Kurssilaisilta  
saatujen palauteiden perusteella  
kurssit olivat onnistuneita ja tarpeellisia.  
Kurssista tiedotettiin pääasiassa  
Poliiolehdessä ja Suomen Polioliiton  
kotisivuilla.

### Kelan poliokurssit

Kela rahoitti vuonna 2005 yksi-  
toista erityisesti polion sairastaneille  
suunnattua kuntoutuskurssia: poliokurssia.  
Nämä kurssit toteutettiin Invalidiliiton  
Käpylän Kuntoutuskeskuksessa (5 kurssia),  
Invalidiliiton Lapin Kuntoutuskeskuksessa  
(2 kurssia), sekä Punkaharjun Kuntoutus-  
keskuksessa (4 kurssia). Kurssit olivat  
21 vuorokauden mittaisia. Lapin Kuntoutus-  
keskuksessa kurssit toteutettiin kahdessa  
jaksossa (7 vrk ja 14 vrk). Kullakin kurssilla  
on ollut 6-10 kuntoutujaa.

Poliokurssien kohderyhmänä ovat  
ensisijaisesti ne polion sairastaneet,  
joilla tapahtuu tai on tapahtunut  
selvää toimintakyvyn alenemista.  
Kurssien tavoitteita ovat mm. parantaa  
tai ylläpitää ikään suhteutettua toiminta-  
 ja liikuntakykyä, laatia omahoito-  
ohjelma, arvioida mahdolliset asuinympäristöön  
tarvittavat muutostyöt ja kartoittaa  
tarvittavat apuvälineet.

Suomen Polioliiton kurssilaisilta  
saama palaute kertoo selvästi, että  
poliokurssit ovat erinomaisia, vertaistuen  
sisältävä vaihtoehto yksilöllisten  
kuntoutusjaksojen ohella. Valitettavasti  
Kelan poliokurssille pääsy koetaan  
usein vaikeaksi. Monet kipeästi  
kuntoutuksen tarpeessa olevat  
turhautuvat kielteisten kuntoutuspäätösten  
myötä ja syrjäytyvät kuntoutuksen  
ulkopuolelle.

### Paikalliset liikuntaryhmät

Suomen Polioliiton jäsenjärjestöistä  
Polioinvalidit ry:n paikallisosastot  
järjestivät omilla paikkakunnillaan  
lämmänvivoimistelun ja liikuntaryhmiä.  
Ryhmät toteutettiin yhteistyössä  
kuntien liikuntatoimen ja erityisliikunnan  
toteuttajien kanssa.

Ryhmä toimii yhteensä 11 (vuonna  
2004: 9), joista suurin osa lämmänvivoimisteluryhmänä.  
Paikallisesti toimivat kuntoutusryhmät  
ovat osoittaneet tarpeellisuutensa,  
ja ne kokoontuivat yli 250 kertaa ja  
niihin osallistui lähes 90 (80) polioivammaista.

### TIEDOTUS- JA VIESTINTÄ

#### Poliiolehti

Suomen Polioliitto ry:n julkaisema  
Poliiolehti ilmestyi toimintavuoden  
aikana neljää kertaa. Painosmäärä oli  
keskimäärin 7500 kpl/nro. Lehti oli  
40-56-sivuinen, osittain nelivärinen.  
Lehden keskimääräistä sivumäärää  
pystyttiin kasvattamaan edellisvuodesta  
lisäämällä artikkeleiden määrää.  
Ilmoitussivujen määrä oli yhä vähäinen  
eli vain noin kuusi sivua/Poliiolehti.  
Sivumäärän lisääminen, sen taloudellisesti  
rasittava huolimatta, oli osa Suomen  
Polioliiton tiedotustoiminnan kehittämishanketta.

Poliiolehdessä jokaisessa numerossa  
tarkasteltiin polion sairastaneiden arkea  
eri näkökulmista. Lehti julkaisi lääketieteen  
asiantuntijoiden artikkeleita ja haastatteluja  
sekä polion sairastaneiden kokemuksia  
kuntoutuksesta, esitteli luottamushenkilöitä,  
henkilöstöä ja heidän työtään, tiedotti  
jäsenjärjestöjen tapahtumista sekä  
hallituksen kokousten palveluja koskevista  
päätöksistä. Poliiolehdessä 4/2005  
julkaistiin ns. poliokurssisivut ja numerossa  
2/2005 kaikkien poliojärjestöjen toimintakertomukset  
vuodelta 2004 ja toimintasuunnitelmat  
vuodelle 2005. Suomen Polioliiton puheenjohtaja  
Juhani Kivipelto kommentoi mm. vammaispoliittisia  
kysymyksiä palstallaan ”meidän sakille”.

Poliiolehdessä vuosikerta kuuluu jäsenetuutena  
jäsenjärjestöjen sekä varsinaisten jäsenten  
että kannatusjäsenten jäsenmaksuun.  
Puhe-linkeräyksiin osallistuneet polio-

työn tukijat ovat saaneet vuosittain yhden  
Poliiolehdessä numeron. Vuoden aikana  
Poliiolehdessä suunnitelmallista jakelua  
vapaakappaleina mm. sairaaloihin,  
terveysasemille ja sosiaalitoimistoihin  
jatkettiin.

Poliiolehdessä keskeiset artikkelit on  
julkaistu myös Suomen Polioliiton  
kotisivuilla [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com).  
Lehden päätoimittajana toimi Birgitta Oksa

### Kotisivut

Suomen Polioliiton omat kotisivut  
([www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com)) päivitettiin neljä  
kertaa vuodessa ja niiltä löytyi tietoa  
poliosta, polion myöhäisoireista, kuntoutukseen  
hakeutumisesta, kursseista, Poliiolehdessä  
sekä jäsenjärjestöjen linkkisivuista. Suomen  
Polioliiton omille kuntoutus- ja sopeutumis-  
valmennuskursseille voi hakea kotisivujen  
kautta.

Sähköisen tiedonvälityksen ja vaikutuskanavien  
kehittämisen ja lisäämisen toteuttamista  
jatkettiin. Suomen Polioliiton kotisivujen  
ulkoasu uudistettiin joulukuussa 2005.  
Sivuille tullaan lisäämään mm. Polioprojektiin  
liittyvää aineistoa ja muita ajankohtaisia  
polioon liittyvää tietoa. Suomen Polioliiton  
kotisivut löytyvät linkkinä yhä useimmista  
terveydenhoitoalan tieto- ja ajan-  
kohtaissivuilta.

### Poliioviikko

Suomen Polioliitto elvytti poliojärjestöjen  
historiasta tutun Poliioviikon Polioinvalidit  
ry:n 50-vuotisen toiminnan juhluvuoden  
kunniaksi. Poliioviikkoa vietettiin 9-15.10.2005,  
ja sen teemana oli ”Polio tänään”. Poliioviikon  
suojelijana toimi Tasavallan presidentti  
Tarja Halonen.

Poliioviikko sai tyydyttävästi näkyvyyttä  
valtakunnallisissa tiedotusvälineissä.  
Paikallisradiot ja paikallislehdet huomioivat  
hyvin erilaiset paikallistapahtumat, joita  
Polioinvalidit ry:n paikallisosastot Poliioviikon  
aikana järjestivät: valokuvanäyttelyitä,  
tiedotustilaisuuksia ja juhlatapahtumia.

### Tiedotteet

Suomen Polioliitto piti yhteyttä tiedotusvälineisiin  
lähettämällä tiedotteita poliio- ja polio-  
tapahtumista sekä tausta-aineistoja poliosta,  
poliorokotuksista, polion myöhäisoireista  
sekä polioivammaisten kuntoutus- ja apuväline-  
tarpeesta.

Suomen Polioliiton kannanottoja ja tiedotteita  
välitettiin mm. STT:n ja Pressi.com-palvelun  
kautta. Suomen Polioliitto avusti muita  
tiedotusvälineitä ja toimittajia juttuvinkein,  
aineistoin ja lähdeaineistoin sekä etsimällä  
haastateltavia.

Polioivammaisten asema ja epäkohdat  
Suomessa olivat monella

tavoin esillä mm. Yleisradion uutislähetyksissä,  
paikallisuutisissa, STT:n radiouutisissa,  
MTV:n ajankohtais-lähetyksissä ja suurimmissa  
maakuntalehdissä sekä joissakin aikakauslehdissä.

Erityisesti eri tiedotusvälineissä saadusta  
julkisuudesta kiitettävä niitä aktiivisia  
Poliiojärjestöjen jäseniä, jotka ovat omalla  
toiminnallaan, vaikutuskanavillaan ja  
henkilöhaastattelullaan ovat sen saaneet  
aikaan.

### Opaskirja ja -lehtiset

Suomen Polioliitto jakoi Polioprojektin  
tuloksena valmistuneita Opaskirjaa poliosta  
ja polion myöhäisoireista, kalvosarjaa ja  
opaslehtistä eri tilaisuuksissa, tiedotusvälineille,  
oppilaitoksille ja terveysasemille sekä  
keskussairaloihin jne.

### Jäsenkirjeet

Polioliitto on lähettänyt vuoden aikana  
kaksi jäsenkirjetä kaikille jäsenjärjestöjen  
polioivammaisille jäsenille. Kirjeissä  
tiedotettiin neuvontapalveluista ja  
poliojärjestöjen tapahtumista.

### Muu tiedotus

Polioliitto ja jäsenjärjestöt pitivät yhteyttä  
viikottain kirjeitse, sähköpostitse ja  
puhelimitse. Jäsenjärjestöt ja paikallisosastot  
lähettivät lisäksi omia jäsenkirjeitään ja  
pitivät yhteyttä henkilökohtaisesti  
puhelimitse ja kirjeitse. Kannatusjäseniin  
jäsenjärjestöt pitivät yhteyttä Poliiolehdessä  
ja puhelimitse kannatusjäsenhankkijoiden  
kautta.

### Dokumentti

Polioinvalidit ry:n tuottama dokumentti  
”Lapsihalvaus ja minä” julkaistiin lokakuussa  
2005. Dokumentti kuvaa polion sairastaneiden  
arkea, ja selviytymistä ja sen käsittelemistä  
ja ohjauksesta ja ohjauksesta vastasi  
Polioinvalidit ry:n jäsen Sakari Mustanoja.

Dokumentti on herättänyt vilkasta keskustelua  
ja laajaa huomiota niin tiedotusvälineissä  
kuin terveydenhuollon ammattilaisten ja  
tietysti poliojärjestöjen varsinaisten jäsenten  
keskuudessa. Dokumentin on vuoden loppuun  
mennessä nähnyt yli 1500 katsojaa.  
”Lapsihalvaus ja minä” -dokumenttia on  
esitetty useissa erilaisissa poliota ja vammais-  
suutta käsittelevissä tilaisuuksissa sekä  
terveydenhoitoalan oppilaitosten oppitunneilla.

### JÄRJESTÖTOIMINTA

#### Jäsenistö

Suomen Polioliiton varsinaisia jäseniä  
ovat Polioinvalidit ry ja Suomen Poliohuolto  
ry, joiden toimialueena koko valtakunta.  
Henkilöjäseniä jäsenjärjestöissä oli toiminn-

tavuoden lopussa yhteensä 4 787, joista polioivammaisia 1 424 (vuonna 2004: 1 425) ja kannatusjäseniä 3 363. Suomen Polioliiton jäsenjärjestöjen jäseneksi haki vuonna 2005 yhteensä 64 (72) uutta varsinaista, polion sairastanutta jäsentä.

**Yhdistystoiminta**

Suomen Polioliiton yhdistystoiminnan tavoite on tukea jäsenjärjestöjään niiden toimiessa Suomen Polioliiton toiminta-ajatuksen: polioivammaisten ja heidän läheistensä elämänlaadun ja yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien tukemisen saavuttamiseksi. Erityisiä toimintavuoden yhdistystoiminnan tavoitteita olivat jäsenjärjestöjen toimintaedellytysten turvaaminen myös tulevaisuudessa sekä tiedotustoiminnan lisääminen.

Suomen Polioliiton ja sen jäsenjärjestöjen välinen yhteistyö sujui hyvin. Työjako poliojärjestöjen välillä on vakiintunut toimivaksi ja joustavaksi.

Suomen Polioliiton työntekijät osallistuivat jäsenjärjestöjen alueellisten osastojen kokouksiin ja tapahtumiin tiedottaen samalla ajan-kohtaisista asioista. Jäsenjärjestöjen toiminta-alueisiin kuuluivat mm. loma- ja vapaa-ajan-toiminta, vertaistuki ja alueellinen vaikuttaminen sekä avokuntoutus.

**Järjestöpalvelut**

Suomen Polioliiton jäsenjärjestöille tarjoamat järjestöpalvelut sisälsivät mm. jäsenrekisteri- ja laskutusohjelmat, osoiterekisterit ja postitusohjelmat.

**Paikallinen toiminta**

Jäsenjärjestöt ja paikallisosastot järjestivät vuoden mittaan erilaisia koulutus-, tiedotus- ja muita tapahtumia sekä toimivat yhteistyössä paikallistasolla mm. oppilaitosten, palvelujen tuottajien ja eri järjestöjen kanssa. Toiminnan järjestäminen ja toteuttaminen tehtiin vapaaehtoisvoimin. Jäsenjärjestöistä Polioinvalidit ry:llä kahdeksan paikallisesti toimivaa paikallisosastoa: Lahden osasto, Pohjanmaan osasto, Pohjois-Suomen Polioinvalidit, Pääkaupunkiseudun Polioinvalidit, Satakunnan osasto, Savon osasto, Tampereen osasto ja Varsinais-Suomen osasto.

**Kansainvälinen yhteistyö**

Suomen Polioliitto jatkoi kansainvälistä yhteistyötä. Kansainvälisen yhteistyön tavoitteena on hyödyntää muiden maiden kokemuksia ja asiantuntemusta suomalaisten polioivammaisten hyväksi, osallistua kansainväliseen kehittämistoimintaan sekä vastavuoroisesti tukea ja kertoa suomalaisista ratkaisuista muiden maiden polioivammaisille.

Kansainvälisen yhteistyön syventäminen ja kehittäminen on resurssien puutteessa jäänyt liian vähälle huomiolle.

**Suomen Polioliiton jäsenyydet**

Suomen Polioliitto ry kuului vuonna 2005 jäsenenä Vammaisfoorumiin, Sosiaaliturvan Keskusliittoon ja Sosiaali- ja terveystieteiden yhteistyöyhdistys YTY ry:een.

**Vapaa-ajan toiminta**

Erilaiset vapaa-ajan tapahtumat antavat jäsenille ja heidän perheilleen mahdollisuuden kokemusten vaihtoon ja vertaistukeen: tarjoavat elämyksiä. Tapahtumissa on pääsääntöisesti mukana avustajia varmistamassa vaikeavammaisten osallistumismahdollisuudet sekä usein Suomen Polioliiton työntekijöitä tai jäsenjärjestöjen luottamushenkilöitä, jotka auttavat käytännön asioissa ja välittävät tietoa Suomen Polioliiton sen jäsenjärjestöjen ja yhteiskunnan tarjoamista palveluista.

**Valtakunnalliset tapahtumat**

Suomen Polioliiton valtakunnalliset tapahtumat nivoutuivat vuonna 2005 osaksi Polioinvalidit ry:n 50-vuotisen toiminnan juhlavuoden tapahtumia. Valtakunnallisilla tapahtumilla haluttiin myös muistuttaa polion sairastaneiden olemassa olosta tämän päivän Suomessa sekä oikeudesta asiantuntevaan hoitoon ja kuntoutukseen.

**Kesäpäivät**

Valtakunnallisia kesäpäiviä vietettiin Haapajärvellä 14-15.5.2005. Tapahtumaan osallistui yhteensä 135 poliojärjestöjen jäsentä. Kesäpäivät koostuivat useista eri tapahtumista, joita olivat mm. polion sairastaneiden oma taidenäyttely ”Äkkiä Keväällä”, iltajuhla Kaunistossa, yhteinen jumalanpalvelus sekä hyväntekeväisyyskonsertti esiintyjänä Anssi Tikanmäen orkesteri ja Kati Outinen. Mittavan tapahtuman järjestelyistä vastasi Polioinvalidit ry:n Pohjois-Suomen osasto yhdessä Haapajärven kaupungin ja seurakunnan, Polioinvalidit ry:n ja Suomen Polioliiton kanssa. Tapahtuma sai runsaasti julkisuutta alueen tiedotusvälineissä.

**Syystapahtuma**

Valtakunnallinen syystapahtuma päätti järjestetyn Polioviikon 15-16.10.2005. Syystapahtuman yhteydessä pidettiin Polioinvalidit ry:n juhlavuoden päätapahtuma: 50-vuotisjuhlat Helsingin Marina Congress Centerissä. Juhla jakautui päivällä pidettyyn pääjuhlaan, joka keräsi paikalle 300 jäsenjärjestöjen jäsentä ja kutsuvierasta sekä illan viihteel-

lisempään juhlaillalliseen, johon osallistui 250 henkilöä.

Päiväjuhlassa juhlapuheen piti Raha-automaattiyhdistyksen osastopäällikkö Henry Honkanen ja juhlaesitelmän professori Tapani Hovi Kansanterveyslaitokselta. Polioinvalidit ry:n jäsen Ritva Jokela Lahdesta kertoi yhdistyksen vaikutuksesta omaan elämäänsä.

**Lomatoiminta**

Suomen Polioliiton jäsenjärjestö Suomen Poliohuolto ry:n lomakoti Kaislarannan lomamökkit olivat kesäkaudella jäsenten käytössä. Suomen Poliohuolto on palkannut lomakauden ajaksi tarvittavan henkilökunnan ruokailu- ja avustajapalvelujen tuottamiseksi. Lomailupalveluja käytti yhteensä 51 (vuonna 2004: 108) henkilöä eri puolilta Suomea. Lomailuvuorokausia kertyi yhteensä 456 (686).

Kaislarannan tilat soveltuvat liikuntaesteisille ja lomailutoiminnassa on otettu huomioon myös vaikeavammaisten polion sairastaneiden oikeus mahdollisimman itsenäiseen lomailuun ja virkistykseen. Kaislarannan toiminnalla on polioivammaisille lomailumahdollisuuden lisäksi suuri vertaistuellinen merkitys.

**Kuntoutuslomatoiminta**

Suomen Polioliiton jäsenjärjestö Polioinvalidit ry tuki jäsentensä kuntoutuslomatoimintaa Lehtimäen Opistolla. Vuonna 2005 tuetuille kuntoutuslomajaksolle osallistui yhteensä 51 (vuonna 2004: 56) jäsentä ja kuntoutuslomavuorokausia kertyi yhteensä 382 (318). Lisäksi yhdistyksen paikallisosastot järjestivät useita liikuntatapahtumaa, joihin osallistui yhteensä 103 (74) polion sairastunutta henkilöä.

**Muu vapaa-ajan toiminta**

Suomen Polioliiton jäsenjärjestöjen runsaaseen ja monipuoliseen vapaa-ajantoimintaan kuuluvat erilaiset retket sekä matkat, kerho- ja opintopiirit. Jäsenistölle ja heidän perheilleen on tarjottu vuoden 2005 aikana yhteensä lähes 80 (vuonna 2004: 70) erilaista vapaa-ajantapahtumaa, joihin on osallistunut yli 900 (800) henkilöä

Jäsenyhdistykset vastasivat kuntoa ja lomailutoiminnasta sekä vapaa-ajan toiminnasta niin kustannusten kuin käytännön järjestelyjenkin osalta

**KEHITTÄMIS- JA TUTKIMUSTOIMINTA**

**Polio/Polion myöhäisoreet - riesa arjessa projekti 2003-2005**

Polio myöhäisoreet - riesa arjessa - projekti on Suomen Polioliitto ry:

n ja Invalidiliitto ry:n yhteishanke, joka toteutettiin Raha-automaattiyhdistyksen tuella vuosina 2003 - 2005.

Yhteishankkeeseen ryhdyttiin, koska on havaittu, että yhä useammalle polion sairastaneelle ilmaantuu lisäoireita – joko polion halvaannuttamissa tai aiemmin terveissä lihaksissa. Nämä polion myöhäisoreet (postpolio, PPS) vaikeuttavat entistään polioivammaisten selviytymistä arkipäivässä. Suomessa on arviolta 4 000- 6 000 polioivammaista ihmistä, joita asia koskettaa.

Polioprojektin tavoitteeksi asetettiin tiedon lisääminen poliosta ja polion myöhäisoreista sekä polion sairastaneiden että terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa ja palvelujen saatavuuden tehostaminen ja asiantuntijuuden lisääminen julkisessa terveydenhuollossa.

Alunperin kaksivuotiselle projektille haettiin jatkorahoitusta Raha-automaattiyhdistykseltä vuodelle 2005 ja se myönnettiin.

**Toimintavuosi 2005**

Projektin saaman jatkorahoituksen turvin voitiin jatkaa kerätyn aineiston ja saatujen tietojen hyödyntämistä. Vuosi 2005 oli erityisesti yhteistyö-neuvottelujen ja tiedotusaineiston laatimisen vuosi. Vuoden aikana pyrittiin vahvistamaan avattu yhteistyö- ja neuvottelukanavia. Tarkoituksena on pystyä jatkamaan projektin aikana käynnistettyä yhteistyötä eri terveyden – ja sosiaalihuollon yksiköiden kanssa.

Perinteisen loppuseminaarin sijaan järjestettiin keskustelu-tilaisuus, jossa pohdittiin polioivammaisten asemaa ja tulevaisuutta. 8.11.2005 järjestettyyn tilaisuuteen kutsuttiin asiantuntijoita ja päättäjiä Kelasta, STM:stä, Työterveyslaitokselta, julkisesta terveydenhuollosta ja kuntoutuslaitoksista.

Tiedotusaineistoista vuonna 2005 valmistuivat mm. Polio ja polion myöhäisoreeryhtymä - opas polion sairastaneille ja terveydenhuollon ammattilaisille, kalvosarja poliosta ja polion myöhäisoreista suomeksi ja ruotsiksi, uusittu painos opaslehtisestä ja opaslehtinen ruotsiksi. Poliotietoa lisättiin useille olemassa oleville niin ammattihenkilöstön kuin kaikkien luettavissa olevillekin www-sivuille esim. www.terveysportti ja www.tohtori.fi. Lisäksi päivitettiin polioon liittyviä tietoja terveydenhoitoalan oppikirjoissa.

**Projektin jatko**

Projektissa aloitettu työ tulee jatkamaan kerätyn aineiston ja saatujen tietojen hyödyntämisenä. Suomen Polioliitto ja Invalidiliitto tulevat jatkamaan yhteistyötä ylläpitääkseen

keskustelua polion sairastaneiden kuin myös muiden ikääntyvien vammaisten hoidosta, kuntoutuksesta ja hyvinvointipalvelujen järjestämisestä.

Projektin vaikuttavuuden mittaamiseksi on alkuperäisestä kyselystä tehty tiivistetty, 78 kysymystä sisältävä seurantakysely, jotta uusintakysely olisi helposti toteutettavissa samalle kohderyhmälle 5-vuoden kuluttua (2008) ensimmäisestä kyselystä 2003.

## PÄÄTÖKSENTEKO

### Varsinainen (keväät) kokous

Suomen Polioliitto ry:n varsinainen kokous pidettiin 26.05.2005 Helsingissä. Kokouksessa jäsenjärjestöjä edustivat järjestöjen vuosikokouksissa valitut kokousedustajat. Varsinaisessa kokouksessa käsiteltiin sääntömääräiset asiat.

### Hallitus

Suomen Polioliiton toiminnasta vastasi hallitus, joka kokoontui toimintavuoden aikana neljä kertaa. Hallitus keskittyi toimintakauden aikana erityisesti Suomen Polioliiton toiminnallisten ja taloudellisten toiminta-edellytysten kehittämistyöhön.

Hallituksen jäsenet olivat:

Puheenjohtaja  
Kivipelto Juhani, Kurikka  
Varapuheenjohtaja  
Hänninen Leo, Nummela  
Varsinaiset jäsenet  
Jokinen Lauri, Turku  
Lappalainen Kaarina, Helsinki  
Mäki-Petäys Väinö J., Vantaa  
Nieminen Rauno, Rauma  
Pätäri Arto, Nokia  
Hallituksen sihteerinä toimi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

### Tilintarkastajat

Suomen Polioliitto ry:n tilintarkastajina toimivat Tarmo Männistö, HTM ja Jukka Silvo, HTM. Varatilintarkastajina toimivat Veikko Klemetti, varatuomari ja Heikki Aaltonen, asianajaja.

### Toimitilat

Suomen Polioliiton toimisto sijaitsee Katajanokalla Helsingissä, osoitteessa Luotsikatu 6 E 28. Toimistotilat omistaa Polioinvalidit ry ja samoissa tiloissa toimii myös Suomen Polioliiton toinen jäsenjärjestö Suomen Poliohuolto ry.

Nykyisten toimitilojen suurin epäkohta on tilojen esteellisyys. Suomen Polioliitto on käynnistänyt paremmin nykytoimintaa palvelevien ja esteettömien toimitilojen etsinnän. Toimitilojen vuokrausta varten haec-

taan rahoitusta Raha-automaattiyhdistykseltä.

### Henkilöstö

Suomen Polioliiton palveluksessa on vuoden aikana ollut kaksi henkilöä: toiminnanjohtaja ja jäsen sihteeri. Taloudellisista syistä Suomen

Polio/Polion myöhäisoreet - riesa arjessa projekti 2003-2005 taloudellisen hallinnointi tapahtui Invalidiliitto ry:n kautta.

## SUOMEN POLIOLIITTO RY Hallitus



Kati Outinen esiintyi Haapajarven kesäpäivillä.

Polioliitto ei ole voinut palkata lisää henkilökuntaa, vaikka palvelujen kysyntä ja erityisesti toiminnan kehittäminen sitä vaativat.

### TALOUS

Suomen Polioliitto ry:n toiminnasta lähes kolmeneljäsosa eli 73 prosenttia rahoitettiin Raha-automaattiyhdistyksen tuotosta saaduilla avustuksilla. Suomen Polioliiton edustajat kävivät neuvottelua liiton yleisavustuksen korotustarpeesta, mutta toistaiseksi siihen ei ole saatu korotusta. Muut tuotot muodostuivat pääosin jäsenjärjestöjen palvelu- ja jäsenmaksuista sekä Poliiolehden ilmoitustuloista.

Suomen Polioliiton kokonaiskulut olivat toimintavuonna 230 900 euroa (vuonna 2004: 225 100), näistä kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssien osuus oli 30 % (27%), tiedotustoiminnan (18%) 17% ja neuvontapalvelujen 21 % (11%). Taseen loppusumma oli 50 500 euroa (56 300). Oma pääoma oli 11 000 euroa (9 100) euroa.

Tarkempi erittely taloudesta ilmenee vuoden 2005 tuloslaskelmasta ja taseesta.

## Toiminta-suunnitelma vuodelle 2006

Suomen Polioliitto ry:n toiminta-ajatukseksi on polioammaisten ja heidän läheistensä tukeminen siten, että polioammaiset voivat elää ja vaikuttaa yhteiskunnassa mahdollisimman tasavertaisina muun väestön kanssa.

Toiminnallaan Suomen Polioliitto pyrkii varmistamaan polioammaitteille terveydenhuollossa asiantuntevan hoidon, kuntoutuksen, kehittämään sosiaaliturvaan liittyviä asioita, lisäämään polio- ja polionmyöhäisore-yhtymätietoutta sekä tukemaan polioammaisten mahdollisuutta osallistua aktiiviseen järjestötoimintaan kaikilla tavoilla.

Vuoden 2006 aikana Suomen Polioliiton toiminnassa painottuvat erityisesti edunvalvontaan ja tiedottamiseen liittyvät asiat. Yksi haastavimmista ja samalla tärkeimmistä tavoitteista on pystyä jatkamaan Polio, polion myöhäisoreet - riesa arjessa projektin aikana käynnistynyttä keskustelua polion sairastaneiden

den hoidosta ja kuntoutuksesta sekä polion myöhäisoreiden tunnistamisesta julkisen terveydenhuollon ja sen ammattilaisten kanssa.

Toimintaansa Suomen Polioliitto pyrkii toteuttamaan siten, että työ ja sen tulokset ovat nopeasti ja vaikuttavasti suomalaisten polion sairastaneiden käytössä.

### TOIMINTA

#### Oikeuksien ja etujen valvonta

Vaikuttamistyö, polion sairastaneiden oikeuksien ja etujen valvonta on Suomen Polioliiton tärkein toimintamuoto. Suomen Polioliitto haluaa vaikuttaa siten, että polioammaiset otetaan oikein ja riittävästi huomioon yhteiskunnallisessa suunnittelussa ja erilaisten palvelujen tuotannossa.

Vuoden 2006 edunvalvonnan pää tavoitteita ovat:

- polion sairastaneille oikea, asiantunteva ja riittävä hoito ja kuntoutus iästä riippumatta
- polioammaisille oikein mitoitettuja vammaispalveluita, erityishuomio henkilökohtaisen avustajajärjestelmän ja omaishoidon tuen kehittämisessä

Toimivan edunvalvontatyön edellytys on kiinteä yhteistyö Suomen Polioliiton ja jäsenjärjestöjen kesken. Jäsenjärjestöt, niiden paikallisosastot ja alueillaan aktiivisesti toimivat luottamushenkilöt pystyvät välittämään tärkeää tietoa polion sairastaneiden arjessa kohtaamista ongelmista ja epäkohdista. Samoja kanavia käyttäen saadaan ajankohtaista tietoa poliosta ja polion myöhäisoreista sekä vammaispalveluihin ja kuntoutukseen liittyvistä asioista vietyä sekä polion sairastaneiden että päättäjien tiedoksi. Tämä yhteistyö vaatii kehitystyötä ja koulutusta myös vuonna 2006.

#### Neuvontapalvelut

Suomen Polioliiton tarjoamat neuvontapalvelut ovat maksuttomia ja tarkoitettuja kaikille polioammaisille ja heidän omaisilleen sekä muille tietoa tarvitseville. Neuvontapalvelut ovat osoittaneet tarpeellisuutensa ja kykynsä toimia niin asiakkaitensa tukena kuin tietolähteenäkin. Neuvontapalvelutoiminnan vahvistaminen ja lisääminen on myös vuoden 2006 tärkeimpiä toiminnallisia tavoitteita.

Omassa neuvontapalvelutoiminnassaan Suomen Polioliitto voi käytännössä hyödyntää poliojärjestöjen asiantuntemusta ja järjestötoiminnan vahvuuksia: olemassa olevat yhteydet asian-tuntijoihin, vertaistuen luonnollinen läsnäolo, yhteydenoton helppous ja paikallisolojen tuntemus.

Yhä useammin neuvontapalveluja käyttävät poliojärjestöihin kuulumatomat polion sairastaneet ja heidän omaisensa sekä poliovammaisia kohtaavat ammattihenkilöt. Nämä käyttäjäkunnat tarvitsevat usein sellaista perustietoa, joka järjestöjen jäsenillä jo on.

Polio, polion myöhäisoreit – riesa arjessa- projektin myötä saatua aineistoa ja yhteistyöverkostoa pitää pystyä hyödyntämään ja kehittämään jatkossakin. Suomen Polioliiton on tarvitsee asiantuntijalääkäriin neuvontapalvelujensa tueksi. Neuvontapalveluihin tulee pystyä liittämään säännölliset neuvontapuhelinajat niin lääkärille kuin lakimiehellekin.

### Seminaarit ja koulutus

Suomen Polioliitto jatkaa Polio ja polion myöhäisoreit – riesa arjessa projektissa kerätyn tiedon levittämistä. Polio, polion myöhäisoreitymä – opas polion sairastaneille ja ammattihenkilöstölle - kirjaa jaetaan mm. terveysasemille.

Terveydenhoito-oppilaitokset ja alueelliset terveydenhoitoyksiköt ovat toivoneet polioprojektissa järjestettyjen seminaarien tapaisen tiedotus/keskustelutilaisuuksien järjestämistä jatkossakin eri paikkakunnilla. Suomen Polioliitto pyrkii järjestämään 1-3 tilaisuutta vuosittain.

### Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminta

Suomen Polioliiton järjestämän kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminnan tarkoituksena on parantaa ja ylläpitää poliovammaisten henkilöiden mahdollisuuksia pärjätä itsenäisinä omassa arkielämässään.

Poliolle tai polion myöhäisoreille ei ole muuta hoitoa kuin yleishoito, kuntoutus sekä sopeutumisvalmennus. Poliovammaiset henkilöt suhtautuvat kuntoutukseen erittäin myönteisesti; he myös hyötyvät erityisen hyvin kuntouttavista toimenpiteistä sekä riittävän ajoissa toteutetusta apuvälineiden käytöstä.

Sopeutumisvalmennuksesta on erityistä apua niille polion sairastaneille, jotka joutuvat polion myöhäisoreiden takia uudelleen miettimään ja ratkaisemaan arjesta selviytymisen strategioitaan. Polion myöhäisoreisiin liittyvät – usein dramaattisetkin – muutokset yleiskunnossa, liikkumisessa ja jaksamisessa. Tästä kriisitilanteesta selviämiseen tarvitaan monimuotoista tukea, joka jatkuu vielä äkillisen muutosprosessin jälkeenkin.

Polion myöhäisoreista kärsiville poliovammaisille henkilöille on erityisen tärkeää saada puhua vaikeuksistaan sekä asiantuntevalle ammattihenkilöstölle että läheisilleen

ja muille polion sairastaneille. Poliokursseilla tähän pystytään tarjoamaan hyvät puitteet.



Uskallusta elämään -kurssilla Sauli Lahtela.

### Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

Suomen Polioliiton järjestämät kuntoutuskurssit ovat yhä useammin se ensimmäinen kuntoutusjakso, jolle poliovammaiset hakeutuvat. Suomen Polioliiton oman kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminnan ensisijaiset kohderyhmät löytyvät ovat Kelan kuntoutuksen ulkopuolelle jäävistä sekä niistä polion sairastaneista, jotka eivät ole osanneet aiemmin hakeutua erityisesti poliovammaisille tarkoitettuun kuntoutukseen ja sopeutumisvalmennukseen. Parhaimmillaan kurssit motivoivat polion sairastaneita oman elämän hallintaan ja omasta itsestä huolehtimiseen ja ehkäisevät näin syrjäytymistä ja jatkuvaan laitoshoitoon joutumista.

Kurssitoiminnassa voidaan luontevasti ja tehokkaasti hyödyntää järjestön omia vahvuuksia: ajankohtainen tieto, vertaistuen mahdollisuus, aiempien kurssien kokemukset ja kurssille hakeutumisen helppous.

Suomen Polioliitto järjestää vuonna 2006 neljä (4) kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja. Kurssiohjelmaa suunniteltaessa ja kohderyhmiä valittaessa on perusteena käytetty uusinta tietoa polion sairastaneiden kuntoutuksesta, poliokyselyssä syksyllä 2003 kerättyä tietoa sekä aiemmilta kurseilta että neuvontapalvelujen kautta saatuja palautteita.

Erytishuomio vuoden 2006 kursistarjonnassa saavat polion sairastaneet, joille liikuntakyvyn ja jaksamisen aleneminen on aiheuttanut ahdistusta ja pelkoa. Heille järjestetään kahden viikon mittainen sopeutumisvalmennus- ja kuntoutusjakso Lehtimäen Opistolla kesäkaikaan, jol-

loin liikkuminen tuntuu vähemmän vaikealta kuin talviaikaan.

Oman kuntoutuskurssitarjontansa lisäksi Suomen Polioliitto osallistuu Kelan rahoittamien poliovammaisten henkilöiden kuntoutuskurssien

luja. Suomen Polioliitto järjestää tiedotus/koulutus-tilaisuuksia fysioterapeuteille ja kuntoutusasioista päättävälle avokuntoutus-palvelujen turvaamiseksi ja lisäämiseksi. Suomen Polioliitto on muutoinkin mukana avokuntoutusta kehitettäessä ja järjestettäessä paikkakunnan viranomaisten, muiden vammaisjärjestöjen ja Polioinvalidit ry:n paikallisosastojen kanssa.

### Tiedotus- ja julkaisu toiminta

Suomen Polioliiton tiedotustoiminnalla on kaksi päätehtävää: kertoa poliovammaisille henkilöille itselleen ajankohtaista tietoa poliosta, polion myöhäisoreista, erilaisista kuntoutus- ja osallistumismahdollisuuksista, vammaispalvelulain ja Kelan etuuksista sekä parantaa terveys- ja sosiaalioikeutettujen poliointumusta niin kuntoutuksen kuin polion myöhäisoreidenkin osalta.

### Poliolehti

Suomen Polioliitto julkaisee neljä kertaa vuodessa ilmestyvää Poliolehteä. Poliolehti on ehdottomasti tärkein poliojärjestöjen tiedotusväline. Se tavoittaa kaikki poliojärjestöjen jäsenet asuinpaikasta riippumatta ja suuren joukon ammattihenkilöitä ja laitoksia. Poliolehti toimii sekä jäsenlehtenä että tiedotuskanavana tiedotettaessa sosiaaliturvaan ja palveluihin liittyvistä asioista sekä erityisesti polioon ja poliovammaisiin henkilöihin liittyvistä erityisasioista

Poliolehden rahoituksessa ilmoitustuottojen osuus tulee jäämään aiempia vuosia selvästi pienemmäksi. Poliolehti pyritään silti julkaisemaan ulkoasultaan aiempien vuosien kaltaisena, 48-64 sivuisena ja osittainen nelivärisenä. Sisälössä tullaan painottamaan erityisesti polioon ja polion myöhäisoreisiin liittyvät artikkelit. Poliojärjestöjen jäsenet voivat aktiivisesti osallistua Poliolehden tekemiseen kirjoituksin ja valokuvin.

### Sähköinen tiedonvälitys

Suomen Polioliiton omat www-sivut uudistetaan. Uudistuksen myötä sivuista tehdään selkeämmät ja niiden sisältö painottuu poliosta ja polion myöhäisoreista kertovaan ajankohtaiseen tietoon. Sivut linkitetään useisiin terveydenhuollon käyttämiin nettisivustoihin. Sivustojen tiedot päivitetään säännöllisesti ja niiden käyttöä seurataan.

Suomen Polioliiton www-sivujen osoite on [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com), ja niiltä löytyvät linkit jäsenjärjestöjen omille nettisivuille, joilla enem-

män jäsenjärjestöjen tarjoamista palveluista

**Kirjeet, tiedotteet**

Suomen Polioliitto muistuttaa yhteiskuntaa poliosta ja poliovammaisten olemassaolosta lähestymällä julkisia tiedotusvälineitä tiedotteilla ja asiantuntija-artikkeleilla.

Jäsenjärjestöjensä jäsenille Suomen Polioliitto lähettää tarvittaessa tiedotteita ja jäsenkirjeitä.

**Muut julkaisut**

Suomen Polioliitto pyrkii julkaisemaan polio-antologian, jossa polion sairastaneet kertovat kokemuksistaan polioivammaisena Suomessa. Kirjan toimittaa psykologi Tuija Matikka ja se rahoitetaan kirjaa varten haetuilla apurahoilla ja siitä saaduilla myyntituotoilla

**Valtakunnalliset tapahtumat**

Vuonna 2006 Suomen Polioliitto järjestää kaksi jäsenjärjestöjensä jäsenille kaksi valtakunnallista tapahtumaa: kesäpäivät ja syystapahtuman. Tapahtumilla halutaan muistuttaa edunvalvonnan päätavoitteista ja kertoa osallistujille ajankohtaisista polioon ja elämänhallintaan liittyvistä asioista.

**JÄRJESTÖTOIMINTA**

**Yhdistystoiminta**

Suomen Polioliiton järjestötoiminnan perustehtävänä on toimia jäsenjärjestöjensä yhdyssiteenä, tehdä poliojärjestötyötä kansainvälisissä yhteyksissä sekä huolehtia siitä, että polioivammaiset saavat tarvitsemaansa julkisuutta yhteiskunnassa.

Suomen Polioliitto ja sen jäsenjärjestöt käyvät jatkuvaa vuoropuhelua toiminnan kehittämisen suunnasta, yhteisistä arvoista sekä toiminnan tavoitteista. Poliojärjestöjen työjako on luonteva ja hyvin toimiva. Suomen Polioliiton jäsenjärjestöt keskittyvät pääosin jäsenistönsä vapaa-ajan toiminnan ja virikkeiden sekä alueellisen avokuntoutuksen järjestämiseen. Jäsenjärjestöjen henkilöjäsenten aktiivinen osallistuminen toiminnan toteuttamiseen on poliojärjestöjen vahvuus, jota Suomen Polioliitto omalta osaltaan pyrkii tukemaan tiedotuksen, koulutuksen ja asiantuntija-avun kautta.

Suomen Polioliiton tarjoamat palvelut ovat kaikkien polioivammaisten sekä poliosta kiinnostuneiden tavoitettavissa riippumatta varsinaisesta palvelun tuottajasta.

**Kansainvälinen yhteistyö**

Kansainvälisessä vaikuttamistoiminnassa suomalaisten polioivammaisten edustajana Suomen Polioliitto on joutunut taloudellisten voi-

mavarojensa puutteessa tyytymään varsin vähäiseen osaan.

Vuonna 2006 Suomen Polioliitto käynnistää yhteistyönkehittämissuhteita ruotsalaisen poliojärjestön Riksförbundet för Trafik- och Polioskadade kanssa. Tavoitteena on aloittaa Suomessa ja Ruotsissa tehtyjen polion myöhäisoiroisiin liittyvien kyselytulosten pohjalta keskustelu: kyselyssä ilmenneiden ongelmakohtien ratkaisut kummasakin maassa, tulevaisuuden näkymät ja näihin liittyvä tiedonvaihto. Yhteistyön käynnistämiseksi haetaan rahoitusta myös erilaisista rahastoista ja säätiöistä.

**Järjestöpalvelut**

Suomen Polioliitto hoitaa keskitetysti poliojärjestöjen jäsen- ja osoiterekisterit sekä laskutus- ja postituspalvelut myös vuonna 2006.

**Henkilöstö ja toimitilat**

Suomen Polioliitto tarvitsee toimintaansa varten esteettömät toimitilat. Nykyisten vuokratilojen muuttaminen esteettömiksi on käytännössä lähes mahdotonta ja epä-tarkoituksenmukaista. Suomen Polioliitto on tehnyt Invalidiliiton kanssa esisopimuksen toimitilojen vuokraamisesta Invalidiliitolle rakennettavasta uudesta toimitalosta. Toimitilojen vuokrausta varten haetaan Raha-automaattiyhdistykseltä kohdennettua toimintatukea. Vuoden 2006 osalta haetaan avustusta vuokraennakkoa varten.

Vakituisen henkilöstön lisäystä ei ole näkyvissä vuoden 2006 aikana. Tarvittavia henkilöstövoimavaroja ja asiantuntija-apua hankitaan tarvittaessa projektikohtaisesti. Ensisijaisesti resursseja pyritään löytämään poliojärjestöjen sisäältä ja muiden järjestöjen kanssa tehtävästä yhteistyöstä.

**Talous**

Toimintavuoden 2006 suurimmat taloudelliset haasteet löytyvät Suomen Polioliiton tiedotustoiminnan rahoittamisesta. Polio, polion myöhäisoirot – riesa arjessa – projektissa saatuja tietoja, taitoa ja kokemuksia tulee pystyä jatkossakin hyödyntämään. Projektin tulisi jatkaa Suomen Polioliiton toiminnassa varsin näkyvästi ja syntyneitä yhteistyökumppanuuksia ylläpidettävä ja kehitettävä edelleen. Säästökohteiden löytäminen ilman, että toiminnalle asetetut vähimmäistavoitteet vaarantuvat, on erittäin vaikeaa. Suomen Polioliiton toiminta on pyritty toteuttamaan tehokkaasti ja laadukkaasti saadun rahoituksen antamalla resursseilla. Suomen Polioliiton toiminnan mahdollistaa

pääosin Raha-automaattiyhdistyksen toiminta-avustus.

Liikuntaesteettömien toimitilojen vuokraamista varten haetaan Raha-automaattiyhdistykseltä kohdennettua toiminta-avustusta.

**TAVOITTEEMME**

Suomen Polioliitto ry:n toiminnan päämäärä on aina tukea suomalaista polioivammaista. Haluamme tarjota polioivammaisille - heidän muuttuvassa elämäntilanteessaan – mahdollisimman hyviä ja tarkoituksenmukaisia palveluja ja edistää



**POLIOINVALIDIT ry**

**Toimintakertomus  
vuodelta 2005**

**Polioinvalidit ry 50 vuoden  
kokemus polion sairastaneen  
arjesta**

Polioinvalidit ry:n tavoitteena on jo 50 vuoden ajan ollut toimia jäsenistöilleen tärkeänä ja yhteiskunnallisesti merkittävänä vaikuttajana polion sairastaneiden elämänlaadun ja yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien parantamiseksi.

Yhdistyksen toiminta käynnistyi 20.12.1955, kun Invalidisäätiöllä tuolloin kuntoutettavana olleet polion sairastaneet kokoontuivat miettimään kuinka tästä eteenpäin. He totesivat, että tarvitaan oma yhdistys, joka tuntee polioivammaisen vaikeudet ja pystyy neuvomaan ja kuntouttamaan heitä yhtäkkiä rajusti muuttuneessa elämäntilanteessa. Yhdistyksen alkusanoista lähtien Polioinvalidit ry:n toiminnasta ovat vastanneet ja sitä johtaneet polion itse sairastaneet.

Yhdistyksen 50 toimintavuosi oli kaksijakoinen: juhlaa ja arkea. Arjessa korostui kasvava huoli siitä, kuinka yhteiskunnassa tapahtuvat muutokset ja arvomaailma vaikuttavat kuntoutus- ja vammaispalvelujen oikeudenmukaiseen saatavuuteen. Toisaalta 50 vuotta yhtäjaksoista aktiivista järjestötoimintaa antoi aihetta juhlaan.

Yhdistys liitti koko juhluvuoden yhteiskunnallisen vaikuttamistyönsä yhdeksi osaksi. Juhluvuoden teemalla: ” Polio tänään ” haluttiin muistuttaa siitä, että Suomessa elää tälläkin hetkellä 4 000 - 6 000 ihmistä, joille polioivamma on osa jokapäiväistä arkea ja selviytymiskamppailua.

yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia yhteiskunnassa.

Uskomme, että jäsenyys poliojärjestössä antaa vertaistukea ja turvaa, ja toivomme, että yhteisössämme kaikilla on mahdollisuus ilmaista itseään.

**Suomen Polioliitto ry  
Hallitus**

Juhlavuotta rytmittivät lukuisat valtakunnalliset ja paikalliset tapahtumat, jotka keräsivät runsaasti yleisöä ja saivat kohtuullisesti julkisuutta eri tiedotusvälineissä. Virallisesti juhluvuosi käynnistettiin yhdistyksen sääntömääräisen vuosikokouksen lehdistölle lähettämällä julkilausumalla, jossa vaadittiin kaikille polion sairastaneille (ikään katsomatta) oikeutta polion oikein huomioon ottavaan hoitoon ja kuntoutukseen.

Juhlavuosi jatkui kesätapahtumalla Haapajärvellä, lukuisilla paikallisilla tempauksilla eri puolilla Suomea ja huipentui sitten Polioviikkoon 9-15.10.2005. Polioviikon aikana järjestettiin kymmenkunta tiedotustilaisuutta, kolme valokuvanäyttelyä, julkaistiin ”Lapsihalvaus- ja minä” -dokumentti ja pidettiin yhdistyksen 50-vuotisjuhlat.

Yhdistyksen 50 toimintavuosi vaatii onnistuakseen satoja ja taas satoja vapaaehtoisten työntekijä. Se vaatii toimivia yhteistyöverkostoja ja yhteistyökumppaneita. Lämmin kiitos kaikille, jotka olette olleet mukana toteuttamassa Polioinvalidit ry:n toiminta-ajatusta: polioivammaisten ja heidän läheistensä elämänlaadun ja yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien tukeminen.

**OIKEUKSIEN JA ETUJEN  
VALVONTA**

**Tarvitaan oikeita, polioivamman  
huomioivia tukitoimia**

Oikeuksien ja etujen valvonta, yhteiskunnallinen vaikuttamistyö on aina ollut ja on tärkeä osa Polioinva-

lidit ry:n toimintaa. Vaikuttamistyön keskeiset haasteet löytyivät hyvän hoidon ja kuntoutuksen sekä riittävän sosiaaliturvan alueilta. Näiden tavoitteiden vaikuttamista valmisteltiin ja ajettiin myös yhdessä muiden sidosryhmien kanssa.

Polioinvalidit ry painotti vuoden 2005 edunvalvonnassaan erityisesti seuraavia asioita:

- Polion sairastaneille oikea ja asiantunteva hoito sekä kuntoutus iästä riippumatta
- Terveyskeskuslääkäreille lisäksi polio- ja polion myöhäisoirekoulutusta
- Alueellisen eriarvoisuus pienemmäksi.

Yhdistyksen vaikuttamistoiminta on usein sekä alueellista että valtakunnallista käytännön edunvalvontatyötä. Yhdistyksen paikallisjärjestöt: osastot olivat ensiarvoisen tärkeässä asemassa erityisesti paikallisessa oikeuksien ja etujen valvontatyössä. Osastojen luottamushenkilöt ovat nopeasti reagoineet alueellisiin ongelmiin ja päätösten valmisteluun.

Yhdistyksen luottamushenkilöt ovat aktiivisesti osallistuneet niin paikalliseen kuin valtakunnalliseenkin edunvalvontatyöhön monissa eri foorumeissa, järjestöissä sekä kaupunkisen ja kuntien toimielimissä.

Valtakunnallisen vaikuttamistyönsä yhdistys hoiti yhdessä Suomen Polioliiton ja muiden vammaisjärjestöjen ja sidosryhmien kanssa.

Vaikuttamistyöhön sisältyi tiedotteita, kannanottoja, viranomaista-paamisia, neuvotteluja ja kirjallisia valituksia.

**Neuvontapalvelut**

Sosiaaliohjaus ja -neuvonta ovat osa yhdistyksen ja sen paikallisosastojen toimintaa. Suomen Polioliiton järjestämien keskitettyjen neuvontapalvelujen ohella paikallisosastojen luottamushenkilöt ovat antaneet monipuolista tukea ja neuvoja puhelimitse, kirjeitse ja sähköpostin välityksellä erilaisiin sosiaali- ja terveydenhuoltoon sekä perusoikeuksiin liittyvissä kysymyksissä. Tärkeä osa yhdistyksen neuvontapalveluja ovat vertaistuen antaminen ja kuunteleminen.

Toimintavuoden aikana neuvontapalveluissa on voitu hyödyntää Polio, polion myöhäisoreet -riesa arjessa -projektin kautta saatua asiantuntijataukea. Paikallisissa edunvalvontakysymyksissä yhdistys on voinut tukeutua paikallisosastojensa alueelliseen asiantuntemukseen.



**KUNTOUTUS- JA SOPEUTUMISVALMENNUSTOIMINTA**

**Oikeus oman hyvinvoinnin ylläpitoon**

Polioinvalidit ry:n kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminnan päätavoitteita olivat kertoa oikeudesta asiantuntevaan kuntoutukseen sekä kuntoutuspalvelujen tarjonnan lisääminen erityisesti sellaisten poliovammaisille suunnattujen kurssien avulla, joille hakukynnys on matala. Yhdistyksen oman kuntoutustarjonnan tarkoituksena on ohjata polion sairastaneita huolehtimaan oman kunnon ja hyvinvoinnin ylläpitämisestä. Kuntoutuskursseilla ja liikuntaryhmissä kurssilaiset ovat voineet kuntoutuksen ja ammatillisen tuen lisäksi saada rohkeutta, itseluottamusta ja tukea toisilta samassa tilanteessa olevilta.

Yhdistyksen kuntoutustoiminta pitää sisällään monia toimintoja, joista näkyvimpiä ovat erilaiset paikalliset liikuntaryhmät sekä kuntoutuskurssit ja -tapahtumat. Vuonna 2005 toteutettiin 24 erilaista kuntoutuskurssia ja -tapahtumaa, joihin osallistui yhteensä 320kuntoutujaa.

Kuntoutuskurssien ja tapahtumien tavoitteena on paitsi kunnon ylläpito ja kohentaminen myös tiedon lisääminen omasta vammasta, myöhäisoireista ja niiden hoidosta, itsehoidon motivointi ja omatoimisuuden parantaminen sekä sosiaalisen verkoston vahvistaminen.

**Paikalliset liikuntaryhmät**

Yhdistyksen paikallisosastot järjestivät omilla paikkakunnillaan lämminvesivoimistelun- ja liikuntaryhmiä. Ryhmät toteutettiin yhteistyössä kuntien liikuntatoimen ja erityisliikunnan toteuttajien kanssa. Paikallisosastoista poliovammaisten omia liikunta-ryhmiä järjestivät Lahden osasto, Pohjois-Suomen Polioinvalidit, Pääkaupunkiseudun Polioinvalidit, Sata-kunnan osasto, Tampereen osasto sekä Varsinais-Suomen osasto.

Ryhmii toimii yhteensä 11 (vuonna 2004: 10), joista suurin osa lämminvesivoimistelu-ryhminä. Paikallisesti toimivat kuntoutusryhmät ovat osoittaneet tarpeellisuutensa, ja ne kokoontuivat yli 250 kertaa ja niihin osallistuu lähes 90 (vuonna 2004: 80) poliovammaista.

**Kurssitoiminta**

**Tuetut kuntoutusjaksot**

Yhdistys varasi vuonna 2005 jäsenilleen neljä tuettua kuntoutusviikkoa Lehtimäen Opistolta. Kuntoutusjaksoille osallistui yhteensä 51 (vuonna 2004: 56) jäsentä ja kuntoutusvuoroa kertyi yhteensä 382 (318).

**Poliokurssit (Kela)**

Yhdistys on osallistunut Käpylän Kuntoutuskeskuksessa, Punkaharjun Kuntoutus-keskuksessa ja Invalidiliiton Lapin Kuntoutuskeskuksessa järjestettyjen Kelan rahoittamien poliokurssien suunnitteluun, vapaaajan toiminnan järjestelyyn ja kurseista tiedot-tamiseen. Yhdistyksen

edustajat ovat lisäksi vierailleet kursseilla.

**Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit (RAY)**

Yhdistys osallistui yhteistyössä Suomen Polioliiton kanssa RAY:n rahoittamien poliovammaisten kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssien järjestelyihin. Kurssit pidettiin Lehti-mäen Opistolla ja Invalidiliiton Lahden Kuntoutuskeskuksessa.

Polioinvalidit ry:n jäsenet ovat osallistuneet poliokursseille.

**Kuntoutustapahtumat**

Yhdistyksen paikallisosastot järjestivät useita erilaisia kuntoutustapahtumia. Nämä kuntoutustapahtumat tarjosivat monipuolisia mahdollisuuksia ja vinkkejä oman kunnon ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen.

Liikuntatapahtumissa osallistujilla oli mahdollista kokeilla ja tutustua sekä tuttuihin että uudempiin liikuntatapoihin salivoimistelusta luontoliikuntaan. Näihin liikuntatapahtumiin osallistui yhteensä 103 (vuonna 2004: 74) jäsentä.

**Neuvonta ja ohjaus**

Kuntoutukseen, itsensä hyvinvoinnin ylläpitämiseen tähtäävästä ohjauksesta ja neuvonnasta huolehtivat niin poliojärjestöjen henkilökunta kuin yhdistyksen luottamushenkilöt ja jäsenetkin. Jatkuvaksi tavoitteeksi asetettiin muistuttaa kaikkia oikeudesta ja velvollisuudesta oman kunnon ylläpitoon.

**TIEDOTUS JA VIESTINTÄ**

**Arjen sujuminen ei ole ongelmatonta**

**Poliolehti**

Poliolehti, jota julkaisee Suomen Polioliitto, ilmestyi neljää kertaa toimintavuoden aikana. Painosmäärä oli keskimäärin 7500 kpl/nro. Lehti oli 48-56 sivuinen, osittain nelivärinen. Lehden keskimääräistä sivumäärää pystyttiin kasvattamaan edellisvuodesta lisäämällä artikkeleiden määrää. Ilmoitussivujen osuus on yhä vähäinen eli vain noin kuusi sivua/Poliolehti.

Poliolehden jokaisessa numerossa tarkasteltiin polion sairastaneen arkea eri näkökulmista. Lehti julkaisi lääketieteen asiantuntijoiden artikkeleita ja haastatteluja sekä sairastuneiden kokemuksia kuntoutuksesta, esitteli luottamushenkilöitä, henkilöstöä ja heidän työtään, tiedotti yhdistyksen ja paikallisosastojen tapahtumista sekä johtokunnan kokousten jäsenpalveluja koskevista päätöksistä. Yhdistyksen puheenjohtaja Rauno Nieminen kommentoi järjestön keskeisiä kysymyk-



siä palstallaan Rauman vinkkelist. Poliolehdessä 4/2004 julkaistiin ns. poliokurssisivut.

Poliolehden vuosikerta sisältyi jäsenetuutena sekä varsinaisten jäsenten että kannatus-jäsenten jäsenmaksuun. Puhelinkeräykseen osallistuneet poliotyön tukijat ovat saaneet vuosittain yhden Poliolehden numeron. Vuoden aikana lisättiin lehden suunnitelmallista jakelua vapaakappaleina muun muassa sairaaloihin, terveysasemille ja sosiaalitoimistoihin.

Poliolehden keskeiset artikkelit on julkaistu myös Suomen Polioliiton kotisivuilla [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com).

**Kotisivut**

Tiedonvälityksensä tehostamiseksi yhdistys avasi omat kotisivut osana Suomen Polioliiton kotisivuja osoitteessa [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com). Kotisivuilla kerrotaan yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista. Sivuilta löytyvät myös jokaisen paikallisosaston omat sivut, joilla ne kertovat omasta palvelutarjonnastaan. Kotisivujen suunnittelusta ja päivityksestä on vastannut yhdistyksen jäsen Juha Vaintola.

**Jäsenkirjeet**

Polioinvalidit ry on lähettänyt kolme ja sen paikallisosastot ovat lähettäneet yhteensä 25 omaa jäsenkirjettä jäsenistölleen. Jäsenkirjeissä on lähinnä kerrottu ajankohtaisista tapahtumista.

Jäsenkirjeet on saadun palautteen pohjalta todettu tärkeäksi ja nopeaksi tavaksi lähestyä jäsenistöä, vaikka sähköinen postitusohjelma ei ole antanut mahdollisuuksia muokata tai kuvittaa kirjettä ulkoasultaan mukavammaksi. Jäsenkirjeen postitus onkin useimmiten suoritettu sähköisesti poliójärjestöjen toimistolta.

**Historiikki**

Polioinvalidit ry:n 50-vuotisesta toiminnasta kertovaa historiikkia ei toimintavuonna julkaistu. Yhdistyksen historiikki laaditaan ja se tullaan julkaisemaan lähivuosina.

**Esite**

Yhdistys julkaisi yhdistyksestä ja sen toiminnasta kertovan esitteen. Polioinvalidit ry, 50 vuotta mukana polioivammaisten arjessa. Esitettä jaettiin eri tapahtumissa ja tilaisuuksissa.

**Dokumentti**

Polioinvalidit ry tuottaman ”Lapsihalvaus ja minä” -dokumentin kutsuvierasnäytäntö pidettiin Helsingissä 11.10.2005. Yhdistys tilasi polion sairastaneiden arkea ja selviytymistä kuvaavan dokumentin juhlatuotensa kunniaksi. Dokumentin käsikirjoit-

tuksesta ja ohjauksesta vastasi yhdistyksen jäsen Sakari Mustanoja.

Dokumentti on herättänyt vilkasta keskustelua ja laajaa huomiota niin tiedotusvälineissä kuin terveydenhuollon ammattilaisten ja tietysti jäsenistön piirissä. Dokumentin on vuoden loppuun mennessä nähty yli 1500 katsojaa. ”Lapsihalvaus ja minä” -dokumenttia on pyydetty esitettäväksi useissa erilaisissa poliota ja vammaisuutta käsittelevissä tilai-



Anssi Tikanmäen orkesteri Haapajärvellä.

suuksissa sekä terveydenalan oppilaitoksien oppilaille.

**Polioviikko**

Yhdistyksen toiminnan 50-vuotisjuhlavuosi sai tyydyttävästi näkyvyyttä valtakunnallisissa tiedotusvälineissä. Juhlavuoden kunniaksi elvytettiin käyttöön tapa julistaa Polioviikko. Polioviikko toteutettiin yhteistyössä Suomen Polioliiton kanssa ja sen suojelijana toimi Tasavallan presidentti Tarja Halonen.

Erityisen hyvin onnistuivat paikallisosastojen Polioviikolla järjestämät tiedotustilaisuudet, valokuva- ja taidenäyttelyt sekä juhlatapahtumat. Alueelliset lehdet ja paikallissanomat julkaisivat polioviikon aikana useita artikkeleita polioon ja polion sairastaneisiin liittyen.

**Muu tiedotus**

Yhdistys piti yhteyttä tiedotusvälineisiin lähettämällä tiedotteita poliota tapahtumista sekä tausta-aineistoja poliosta, poliorokotuksista, polion myöhäisoireista sekä polioivammaisten kuntoutustarpeesta.

Yhdistyksen kannanottoja ja tiedotteita välitettiin mm. STT:n ja Pressi.com-palvelun kautta. Yhdistys avusti muita tiedotusvälineitä ja toimittajia juttuvinkein, aineistoin ja lähdeaineistoin sekä etsimällä haastateltavia. Tiedotusvälineitä kiinnostivat selvästi vain poliorokotuksiin ja polion sairastaneiden elämäntilanteisiin liittyvät aineistot. Yhdistyksen toiminta tai edunval-

vontaan liittyvät kysymykset saivat nihkeän vastaanoton.

Erityisesti on eri tiedotusvälineissä saadusta julkisuudesta kiitettävä aktiivisia yhdistyksen jäseniä, jotka ovat omalla toiminnallaan, vaikutuskanavillaan ja antamallaan henkilöhaastatteluillaan ovat sen mahdollistaneet. He ovat antaneet poliolle kasvat.

Paikallisosastot ovat ilmoittaneet tarjoamistaan palveluista alueittensa

tokunnassa. Paikallisosastojen ja keskus-toimiston välinen yhteistyö sujui hyvin. Osastot välittivät alueellista tietoa polioivammaisten arkipäivän ongelmatilanteista.

Toiminnan järjestämiseksi osastoissa tehtiin mittaamaton määrä vapaaehtoistyötä

**Toiminta-avustusta osastoille**

Yhdistyksen paikallisosastoilla oli mahdollisuus hakea toiminta-avustusta toimintansa rahoittamiseksi. Toiminta-avustuksen käyttöä ja määrää seurattiin johtokunnan määrittelemien periaatteiden ja asetamien tavoitteiden mukaisesti.

Toiminta-avustusta oli haettavissa edellisvuoden tapaan yhteensä 24 000 euroa, joista jokaisen paikallisosaston osuus oli enimmillään 3 000 euroa. Toiminta-avustusta käyttivät kaikki osastot. Myönnettyjen toiminta-avustusten kokonaissumma oli 18 999 euroa (vuonna 2004: 20 016) eli 79 % (86) kokonaismäärästä. Toiminta-avustuksista 39% (40) käytettiin kuntoutustoimintaan, 38% (34) jäsentapahtumiin, 17% (21) tapahtumien kuljetuksiin ja 6% (5) osastojen yleiskuluihin.

Toiminta-avustuksen lisäksi paikallisosastojen oli mahdollista hakea ns. harkinnanvaraista tukea kuntoutustapahtumien järjestämiseksi. Tätä mahdollisuutta käytti 5 (vuonna 2004: 5) osasto. Yhteensä harkinnanvaraista toiminta-avustusta myönnettiin 1 785 euroa (1 733).

**Vapaa-ajan toiminta**

Yhdistyksen vapaa-ajan toiminnan tehtävänä on tarjota jäsenille elämyksiä: mahdollisuutta toistensa tapaamiseen, yhdessäoloon ja kokemusten vaihtoon. Yhdistys on järjestänyt tapahtumiin avustajia varmistaakseen vaikeavammaistenkin osallistumismahdollisuuden tapahtumiin.

Yhdistyksen vapaa-ajantoimintaan kuuluvat perinteisesti mm. erilaiset osastojen järjestämät retket sekä matkat, kerho- ja opintopiirit toiminnat. Tapahtumien yhteydessä on tiedotettu mm. vammaisuuteen, kuntoutukseen ja polion myöhäisoireisiin liittyvistä asioista. Tapahtumat tarjoavat hyvän mahdollisuuden vertaistukitoimintaan.

Erilaisia vapaa-ajan tapahtumia järjestettiin yhteensä lähes 80 (vuonna 2004: 70) ja niihin osallistui yli 900 (800) henkilöä.

**Valtakunnalliset tapahtumat**

Valtakunnallisia tapahtumia järjestettiin perinteisesti kaksi: kesäpäivät ja suustapahtuma. Tapahtumat ovat Suomen Polioliiton jäsenjärjestöjensä jäsenille tarjoamia tilaisuuksia. Toimintavuonna nämä valtakunnalliset

lehtien tapahtumapaistoilla

**JÄRJESTÖTOIMINTA**

**Toimiva alueorganisaatio parantaa tasavertaisia osallistumismahdollisuuksia**

**Yhdistystoiminta**

Polioinvalidit ry:n yhdistystoiminnan tavoite on tukea paikallisosastoja niiden toimiessa yhdistyksen toiminta-ajatuksen: polioivammaisten ja heidän läheistensä elämänlaadun ja yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien tukemisen saavuttamiseksi. Erityisiä toimintavuoden yhdistystoiminnan tavoitteita olivat yhdistyksen sisäisen yhteistyön ja osastojen toimintaedellytysten kehittämisen entistäkin parempaan suuntaan.

**Paikallisosastojen toiminta**

Yhdistykseen kuuluu kahdeksan paikallisosastoa: Lahden osasto, Pohjanmaan osasto, Pohjois-Suomen Polioinvalidit, Pääkaupunkiseudun Polioinvalidit, Satakunnan osasto, Savon osasto, Tampereen osasto ja Varsinais-Suomen osasto. Osastot järjestivät vuoden mittaan erilaisia jäsen-, koulutus-, tiedotus- ja kuntoutustapahtumia. Osastot toimivat yhteistyössä paikallistasolla mm. kaupunkien ja kuntien, oppilaitosten ja eri järjestöjen kanssa.

Osastojen toiminnasta vastasivat osastojen valitsemat johtokunnat. Jokaisella osastolla oli myös oma edustajansa Polioinvalidit ry:n joh-

tapahtumat toimivat samanaikaisesti yhdistyksen juhluvuoden suur tapahtumina. Yhdistyksen paikallisosastot järjestivät niihin yhteiskuljetuksia ja avustajia.

Valtakunnallisia kesäpäiviä vietettiin Haapajärvellä 14-15.5.2005. Tapahtumaan osallistui yhteensä 135 jäsentä ystävineen. Kesäpäivät koostuivat useista eri tapahtumista, joita olivat mm. polion sairastaneiden oma taidenäyttely ”Äkkiä Keväällä”, iltajuhla Kaunistossa, yhteinen Jumalanpalvelus sekä hyväntekeväisyyskonsertti esiintyjänä Anssi Tikanmäen Orkesteri ja Kati Outinen.

Mittavan tapahtuman järjestelyistä vastasi Polioinvalidit ry:n Pohjois-Suomen osasto yhdessä Haapajärven kaupungin ja seurakunnan, Suomen Polioliiton ja Polioinvalidit ry:n kanssa. Tapahtuma sai runsaasti julkisuutta alueen tiedotusvälineissä.

Valtakunnallinen syystapahtuma päätti järjestetyn Polioviikon 15-16.10.2005. Syystapahtuman yhteydessä pidettiin yhdistyksen juhluvuoden päätapahtuma: 50-vuotisjuhlat Helsingin Marina Congress Centerissä. Juhla jakaantui päivällä pidettyyn pääjuhlaan, joka keräsi paikalle 300 jäsentä ja kutsuvierasta sekä illan viihteellisempään juhlaillalliseen, johon osallistui 250 jäsentä ja heidän ystäviään.

Päiväjuhlassa juhlapuheen piti Raha-automaattiyhdistyksen osastopäällikkö Henry Honkanen ja juhlaesitelmän professori Tapani Hovi Kansanterveyslaitokselta. Jäsenistön puheenvuorossa Ritva Jokela Lahdesta kertoi yhdistyksen vaikutuksesta hänen elämäänsä.

**Kansainvälinen toiminta**

Yhdistyksen kansainvälinen toiminta oli varsin vähäistä. Yhdistys seurasi lähinnä Pohjoismaisten poliojärjestöjen toimintaa ja oli yhteydessä kirjeitse.

**Yhdistyksen jäsenyydet**

Polioinvalidit ry kuului vuonna 2005 jäsenenä Suomen Polioliitto ry:een. Polioinvalidit ry Lahden osasto oli jäsenenä Lahden Invakeskuksessa. Polioinvalidit ry Tampereen osasto oli jäsenenä Tampereen Invalidien Työtuki ry:ssä sekä Tampereen vammais- ja terveydenhuollon neuvottelukunnassa. Polioinvalidit ry Varsinais-Suomen osasto oli jäsenenä Turun seudun vammaisjärjestöt ry:ssä.

**JÄSENISTÖ**

Toimintavuoden 2005 lopussa yhdistykseen kuului 1 143 (vuonna 2004: 1137) varsinaista jäsentä ja 2 298 (2 339) kannatusjäsentä. Toimintavuoden aikana yhdistykseen

jäseneksi haki 57 uutta varsinaista jäsentä.

Polioinvalidit ry:n aluetoiminnasta vastaa kahdeksan rekisteröimätöntä paikallisosastoa: Lahden osasto, Pohjanmaan osasto, Pohjois-Suomen Polioinvalidit, Pääkaupunkiseudun Polioinvalidit, Satakunnan osasto, Savon osasto, Tampereen osasto ja Varsinais-Suomen osasto. Varsinaisista jäsenistä 80 % kuului johonkin paikallisosastoon.

**PÄÄTÖKSENTEKO**

**Varsinainen (kevät) kokous**

Polioinvalidit ry:n ylintä päättävaltaa käyttävä varsinainen kokous pidettiin 23.4.2005 Lahdessa. Kokoukseen osallistui 155 varsinaista jäsentä. Kokouksessa käsiteltiin sääntömääräiset asiat: yhdistyksen tilinpäätös vuodelta 2004, vuoden 2005 toimintasuunnitelma, talousarvio ja jäsenmaksut.

Kokouksessa valittiin yhdistykselle puheenjohtaja sekä neljä johtokunnan jäsentä ja heille henkilökohtaiset varamiehet kaudelle 2005-2006. Johtokunnan varsinaisten jäsenten lukumäärään ei kokouksessa tehty muutosta. Vuosikokous hyväksyi johtokunnan esityksen siitä, että johtokuntaan valittiin edustaja jokaisesta paikallisosastosta.

Kokous myönsi johtokunnalle oikeuden ottaa tarvittaessa lainaa yhdistyksen omaisuutta vastaan, alkuvuoden 2006 toiminnan rahoittamiseksi, kuitenkin enintään 20 000 €.

Kokous lähetti tiedotusvälineille julkilausuman muistutukseksi polioon sairastaneiden henkilöiden olemassaolosta Suomessa sekä yhdistyksen huolesta heidän mahdollisuus-destaan oikeaan hoitoon, kuntoutukseen ja oikeuksiin

**Johtokunta**

Yhdistyksen toiminnasta vastasi johtokunta, johon kuuluivat puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan lisäksi seitsemän johtokunnan jäsentä sekä heidän henkilökohtaiset varajäsenensä.

Polioinvalidit ry:n johtokunta kokoontui toimintavuoden aikana neljä kertaa. Kokouksissa käsiteltiin 96 pykälöityä asiaa. Johtokuntatyöskentelyn ohessa keskusteltiin poliojärjestöjen yhteistyön kehittämisestä ja erityisesti yhdistyksen oman toiminnan suuntaviivoista ja taloudesta tulevien vuosien aikana.

Polioinvalidit ry:n johtokunta vuonna 2005:

**Puheenjohtaja**  
Rauno Nieminen, Rauma

**Varapuheenjohtaja**  
(henkilökohtainen varajäsen)  
Kaarina Lappalainen, Helsinki  
(Satu Wallin, Helsinki)

**Varsinaiset jäsenet**  
Sirpa Haapala, Pori  
(Marja-Liisa Välimäki, Pori)

Heikki Heinonen, Lahti  
(Ritva Jokela, Lahti)

Lauri Jokinen, Turku  
(Jarkko Suominen, Salo)

Pirjo Karin-Oka, Tampere  
(Leila Lahti-Pätäri, Nokia)

Iiris Karvinen, Heinävesi  
(Kaija Karttunen, Karttula)  
Anja Mölläri, Rovaniemi  
(Sakari Mustanoja, Haapajärvi)

Pertti Niemi, Mieto  
(Pirkko Hakala, Seinäjoki)

Johtokunnan sihteerinä toimi  
Birgitta Oksa.

**Tilintarkastajat**

Polioinvalidit ry:n tilintarkastajina toimivat Veikko Klemetti, varatuomari ja Tarmo Männistö HTM. Varatilintarkastajina toimivat Merja Ingberg, oik.kand. ja Jukka Silvo, HTM.

**Muut työryhmät**

Johtokunta asetti keskuudestaan työryhmän valmistelevaan johtokunnan sille antamia asioita. Työryhmään kuuluivat Lauri Jokinen, Kaarina Lappalainen sekä puheenjohtaja Rauno Nieminen ja sihteerinä Birgitta Oksa. Työryhmä kokoontui 6 kertaa.

Polioinvalidit ry:n 50-vuotisjuhlatyöryhmän jäseninä jatkoivat Kaarina Lappalainen ja Riitta Suurkuukka.

Yhdistyksen nettisivujen suunnittelutyöryhmän jäseniä olivat Kaarina Lappalainen, Sirpa Haapala, Juha Vaintola sekä toimistolta Birgitta Oksa ja Kirsti Paavola.

**HENKILÖSTÖ**

**Henkilöstö, toimitilat ja työvälineet**

Polioinvalidit ry:n toimisto sijaitsee Katajanokalla Helsingissä, osoitteessa Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Toimitilat ovat yhdistyksen omistamat. Vuokralaisina samoissa tiloissa toimivat myös Suomen Polioliitto ry ja Suomen Poliohuolto ry.

Paikallisosastoilla ei ole omia toimitiloja, vaan niiden toimistotiloina toimivat osastojen johtokuntien jäsenten omat kodit.

Polioinvalidit ry:n toiminnanjohtajan tehtäviä hoitaa Suomen Polioliitto ry:n toiminna-johtaja Birgitta Oksa ja jäsensihteerin tehtäviä Suomen Polioliitto ry:n jäsensihteeri Kirsti Paavola. Varainhankkijana toimii Martta Noronen.

Henkilökunta osallistui tehtäväalueidensa mukaisesti ammatilliseen täydennyskoulu-tukseen. Vuoden aikana täydennyskoulutus painottui atk-koulutukseen.

Jäsentietojen ylläpito ja jäsenmaksujen laskutus hoidettiin keskitetysti poliojärjestöjen jäsenrekisteri- ja laskutusohjelmaa käyttäen. Paikallisosastojen jäsenkirjeiden postitus, osallistumisilmoitukset jne. oli myös mahdollista siirtää Luotsikadun toimiston hoidet-tavaksi, mikäli osasto katsoi sen tarkoituksenmukaiseksi. Palvelua käytettiin säännöllisesti.

Vuoden aikana toimiston toimistokoneita ja atk-laitteita ja ohjelmistojaa uudistettiin tarpeen niin vaatiessa.

**TALOUS JA VARAINHANKINTA**

**Talous**

Yhdistyksen kokonaiskulut vuonna 2005 olivat 256 605 euroa (vuonna 2004: 177 026 euroa). Kuntoutustoiminnan osuus kokonaiskuluista oli 12 % (21 %), tiedotustoiminnan osuus 7% (2%) ja vapaa-ajantoiminnan osuus 45 % (32 %). Paikallisosastojen kulujen osuus kokonaiskuluista oli 37% (48%)

Vuoden 2005 toimintaa rahoitettiin toimintavuoden varainhankinnan lisäksi Nirosen rahastosta.

Varainhankinnassaan yhdistys noudattaa YTY ry:n sosiaali- ja terveysjärjestöille laatimia varainhankinnan eettisiä periaatteita. Tärkeimpiä varainhankintatapoja ovat kannatus- ja varsinaisten jäsenten jäsenmaksujen lisäksi vuokratuotot ja kaupunkien ja kuntien avustukset.

Juhlavuoden kunniaksi yhdistys aloitti perhos-pinssin myynnin loka-kuussa 2005. Myyntiä jatketaan vuonna 2006. Polion sairastaneiden kuntoutustoiminnan järjestämistä varten eri lahjoituksista kertyi yhteensä 11 747 euroa. Varainhankinnan kulujen osuus varainhankinnan tuotoista oli 28 % (21%).

**POLIOINVALIDIT RY Johtokunta**



**Toiminta-suunnitelma vuodelle 2006**

Polioinvalidit ry:n toiminnan tavoitteena on poliovammaisten hyvän elämän ja yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien tukeminen.

**OIKEUKSIEN JA ETUJEN VALVONTA**

Polion sairastaneiden oikeuksien ja etujen valvonnan merkitys on aina etusijalla Polioinvalidit ry:n toiminnassa. Yhdistys haluaa vaikuttaa siten, että poliovammaiset otetaan riittävästi huomioon yhteiskunnallisessa suunnittelussa ja erilaisten palvelujen tuotannossa.

Vuoden 2006 edunvalvonnan tavoitteita ovat:

- poliovammaisille moniammatillinen kuntoutusarvio
- itsenäisen asumisen tukeminen kotona
- kotihoidon ja kotiavun saannin varmistaminen/henkilökohtainen avustaja
- koko elämän kestävä kuntoutus ja erityisesti yli 65v vaikeavammaisten kuntoutus
- apuvälineet ja niiden käyttöönotto riittävän ajoissa
- tietotaidon vieminen niille tahoille sosiaali- ja terveydenhuollossa, jotka ovat vastuussa polion sairastaneiden hoidosta ja kuntoutuksesta

Yhdistyksen edunvalvontatyölle on tunnusomaista monipuolinen yhteistyö eri tahojen kanssa.

Yhdistys osallistuu vaikuttamiseen niin paikallistasolla kuin valtakunnallisestikin kirjelmin, aloittein, yhteydenotoin ja tarvittaessa valituksin. Yhdistys vie jäsenistönsä terveisiä eteenpäin järjestöille ja päättäjille.

**Neuvontapalvelut**

Polion sairastaneet tarvitsevat tukea ja apua ongelmatilanteissa. Yhdistyksen neuvonta- ja tukitoiminnan perustana on 50 vuoden kokemus poliovammaisen arjesta. Yhdistyksen tarjoamat neuvontapalvelut on tarkoitettu kaikille poliovammaisille ja heidän omaisilleen sekä poliosta kiinnostuneille. Palvelut toteutetaan yhteistyössä Suomen Polioliitto ry:n kanssa. Neuvontapalveluista ei peritä maksua.

**KUNTOUTUS- JA SOPEUTUMISVALMENNUS- JA TOIMINTA**

Yhdistyksen kuntoutukseen liittyvän toiminnan pääpaino on kertoa polion sairastaneille kuntoutuspalveluista ja oikeudesta kuntoutukseen sekä painottaa jatkuvan oman kunnon ja hyvinvoinnin huolehtimisen tärkeyttä.

Yhdistys pyrkii omalta osaltaan lisäämään poliovammaisten kuntoutusmahdollisuuksia järjestämällä ja rahoittamalla - osin tai kokonaan - jäsenistölle suunnattujakuntoutusjaksoja oman varainhankintansa antamissa puitteissa.

**Paikalliskuntoutus**

Yhdistyksen paikallisosastot järjestävät alueellista liikunnallista kuntoutusta. Suosituin ja tehokkaimmaksi koettu avokuntoutusmuoto on lämminvesivoimistelu. Lämminvesi-



voimistelu kotipaikkakunnalla osana arkipäivän elämää mahdollistaa vaikeastikin liikuntavammaisen polioinva-idin osallistumisen tärkeään kunnon ylläpitämiseen kotoa käsin. Lihashuoltoon keskittyvistä voimisteluryhmistä on saatu hyvää palautetta, erityisesti heiltä, jotka hakevat tukea omaan kotona suoritettavaan päivittäiseen liikuntaan. Näitä ryhmiä pyritään käynnistämään lisää.

Haja-asutusseuduilla ja paikkakunnilla, joissa ei ole paikallista poliotoimintaa pyritään löytämään yhteistyökumppaneita, joiden kanssa voitaisiin yhteistyössä tarjota avokuntoutuspalveluja alueen poliovammaisille.

**Sopeutusvalmennus- ja kuntoutuskurssit**

Polioinvalidit ry jatkaa oman kuntoutus- ja sopeutusvalmennustoimintansa kehittämiseen nitelman tekemistä.

Toimintavuonna 2006 yhdistys järjestää itse kaksi kuntoutuskurssia. Kurssit on tarkoitettu erityisesti niille jäsenille, jotka jäävät Suomen Polioliitto ry:n kurssitarjonnan ulkopuolelle. Kurssit toteutetaan yhteistyössä Lehtimäen Opiston kanssa. Kurssit ajoittuvat toinen helmikuulle ja toinen heinä/elokuulle. Nämä kurssit ovat osallistujille maksullisia.

Yhdistys osallistuu Käpylän Kuntoutuskeskuksessa ja Punkaharjun kuntoutuskeskuksessa Lapin Kuntoutuskeskuksessa poliovammaisille tarkoitettujen Kelan rahoittamien kuntoutuskurssien kehitystyöhön yhdessä Suomen Polioliitto ry:n kanssa. Yhdistyksen edustajat käyvät kertomassa yhdistyksen toiminnasta kurssilaisille.

Yhdistys osallistuu asiantuntijana Suomen Polioliitto ry:n järjestämien Raha-automaatti yhdistyksen kustantamien kuntoutus- ja sopeutusvalmennuskurssien järjestelyihin ja sisällön kehittämiseen.

**TIEDOTUS- JA VIESTINTÄ**

**Poliolehti**

Yhdistyksen keskeisin tiedotuskanava on Suomen Polioliitto ry:n julkaisema Poliolehti. Jäsenetuna jaettava lehti ilmestyy aikakauslehtityyppisenä, 48-64 sivuisena, neljä kertaa vuodessa. Poliolehden pääartikkeluksena on välittää tietoa poliosta ja polion myöhäiseroista, kuntoutuksesta ja poliojärjestöjen tarjoamista palveluista lukijoilleen.

Poliolehti toimii jäsenyhdistysten ja paikallisjärjestöjen tapahtumatieläisenä. Poliolehteä tullaan jakamaan ilmaisnumeroina mm. terveysasemille ja apteekkeihin, messu- ja näyttelytilaisuuksissa sekä erilaisissa yleisötilaisuuksissa.

**Kotisivut**

Polioinvalidit ry:n omien kotisivujen (osoitteessa www.polioliitto.com) sisällön kehittämistä jatketaan. Sivuilla on tietoa yhdistyksen tarjoamista palveluista. Jokaisella osastolla on käytössä oma sivunsa, jossa ne voivat kertoa toiminnastaan.

**Jäsenkirjeet**

Sisäisen viestinnän tärkeimpiä muotoja ovat jäsenistölle postitettavat tiedotteet ja kirjeet, jotka voivat olla sekä valtakunnallisia että paikallisesti rajattuja. Polioinvalidit ry ja sen osastot lähettävät tarvittaessa jäsenkirjeitä, joissa kerrotaan yhdistyksen ja osastojen tarjoamista palveluista.

**Muu tiedotus ja julkaisu**

Polioinvalidit ry tiedottaa yhdistyksen toimintaan liittyvistä ajankohtaisista asioista lähettää taustainfoa polioon ja vammaisuuteen liittyvistä asioista. Yhdistys myös pyrkii omalta osaltaan jatkamaan

polioon liittyvää tiedotus- ja julkaisu- toimintaansa.

Yhdistys jatkaa yhdistyksen historiikkiin laatimista ja se tullaan julkaisemaan lähivuosina.

**JÄRJESTÖTOIMINTA**

**Valtakunnallinen toiminta**

Polioinvalidit ry tarjoaa palvelujaan koko valtakunnan alueella. Yhdistys pyrkii valvomaan jäsentensä oikeuksien toteutumista koko valtakunnassa. Toiminnan alueellisen tasapainon toteuttaminen on jatkuva haaste. Yhdistyksen toiminnan olisi oltava ainakin tärkeimmiltä osiltaan mahdollisimman tasavertaisesti kaikkien jäsenten tavoitettavissa.

**Aluetoiminta - paikallisosastot**

Paikallisjärjestöt ja niiden monipuolinen toiminta ovat koko Polioinvalidit ry:n toiminnan perusta. Polioinvalidit ry:n kahdeksan paikallisosastoa tarjoavat jäsenistölle kuntoutusta, asiantuntemusta, vertaistukea ja monimuotoisia vapaa-ajan toimintoja. Osastot valvovat jäsentensä oikeuksien toteutumista paikallisella tasolla.

Polioinvalidit ry tukee osastojensa työtä tarjoamalla tukea ja koulutusta. Jäsenmaksuosuuksien lisäksi paikallisosastot voivat hakea toiminta-avustusta toimintansa rahoittamiseen. Toiminta-avustusjärjestelmän tavoitteena on parantaa yhdistyksen paikallisia toimintamahdollisuuksia.

Paikallisosastot voivat halutessaan lähettää jäsenkirjeitä ja tiedotteita yhdistyksen jäsenrekisteri- ja postitusohjelmien kautta. Osastojen vapaa-ehtoisille luottamushenkilöille järjestetään tarvittaessa koulutus- ja neuvottelutilaisuuksia. Vuoden 2006 aikana toteutetaan ainakin yksi osasto- luottamushenkilöille suunnattu neuvottelu/koulutus-tilaisuus. Luottamushenkilöiden osallistumista myös muihin erilaisiin koulutus-tilaisuuksiin tuetaan mahdollisuuksien mukaan.

Yhdistys pyrkii omalla toiminnallaan tukemaan jatkuvan ja aktiivisen aluetoiminnan kehittämistä ja lisäämistä jatkossakin. Toimivalla alueorganisaatiolla on mahdollista parantaa jäsenten tasavertaisia osallistumismahdollisuuksia.

**Jäsenpalvelut**

Neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Poliolehti on yhdistyksen tärkein kaikki jäsenet tavoittama palvelu. Suomen Polioliiton neuvontapalvelut ja yhdistyksen laaja vapaaehtoishenkilöstö pystyvät neuvomaan jäsenistöä monissa vammaisuuteen, erityisesti polioon ja sosiaaliturvaan liittyvissä asioissa sekä puhelimitse,

sähköpostitse ja kirjeitse. Neuvontatyö on luonteva osa yhdistyksen ja senpaikallisosastojen tilaisuuksia.

Jäsenpalveluja ovat monipuolinen sekä yhdistyksen oma että Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutusvalmennuskurssitarjonta, monipuolinen vapaa-ajan toiminta sekä mahdollisuus osallistua aktiiviseen järjestötyöhön ja vaikuttamistointaan.

#### Vapaa-ajan toiminta

Polioinvalidit ry ja erityisesti sen paikallisosastot jatkavat monipuolista vapaa-ajan palvelujen ja tapahtumien toteuttamista. Toimintavuoden vapaa-ajan tarjontaan kuuluvat mm. erilaiset kerhot, opintopiirit, teemalliset päivätapahtumat, retket ja matkat niin koti- kuin ulkomailakin. Vapaa-ajan toiminnan eri muodot toimivat usein paitsi virkistystapahtumana myös tiedotus- ja vertaistukitapahtumana. Tapahtumissa on mukana avustajia.

#### Valtakunnalliset tapahtumat

Polioinvalidit ry on mukana järjestämässä Suomen Polioliitto ry:n kahta vuosittaista valtakunnallista tapahtumaa kesäpäiviä ja syyspäiväviikkoa. Vuonna 2006 kesäpäivät vietetään Lappeenrannassa ja Syyspäiväviikkoa Turun Ruissalossa.

#### Järjestö- ja yhteistoiminta

Polioinvalidit ry jatkaa ja kehittää yhteistyötään eri vammaisjärjestöjen sekä yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhdistys kuuluu yhdessä Suomen Poliohuolto ry:n kanssa perustamaansa poliojärjestöjen yhteiseen Suomen Polioliitto ry:een. Polioinvalidit ry osallistuu aktiivisesti poliojärjestöjen yhteisten tavoitteiden määrittelyyn ja toteuttamiseen.

Yhdistys on Suomen Polioliitto ry:n kautta mukana Sosiaaliturvan Keskusliitto ry:ssä, Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry:ssä sekä Vammaisjärjestöjen neuvottelukunnassa.

Yhdistykseen kuuluu kahdeksan paikallista rekisteröimätöntä alaosastoa. Alaosastot ovat: Lahden osasto, Pohjois-Suomen Polioinvalidit, Pohjanmaan osasto, Pääkaupunkiseudun Polioinvalidit, Satakunnan osasto, Savon osasto, Tampereen osasto ja Varsinais-Suomen osasto.

#### Kansainvälinen toiminta

Polioinvalidit ry osallistuu poliojärjestöjen Pohjoismaiseen yhteistyöhön mahdollisuuksiensa mukaisesti.

#### PÄÄTÖKSENTEKO

##### Varsinainen (kevät) kokous

Polioinvalidit ry:n ylintä päätäntävaltaa käyttää vuosikokous, joka pidetään huhtikuussa 2006 Helsin-

gissä. Vuosikokouksessa jäsenistö hyväksyy edellisen vuoden tilinpäätöksen toiminta-kertomuksineen ja päättää yhdistyksen toimintasuunnitelmasta ja talousarviosta sekä valitsee erovuoroisten tilalle johtokunnan jäsenet/varajäsenet kaudeksi 2006-2007.

Vuoden 2006 vuosikokouksessa ovat esillä myös johtokunnan esitys yhdistyksen toiminnan rahoittamisesta tulevina vuosina sekä Pohjois-Suomen osaston aloite postiäänestysten käytöstä henkilövalintojen yhteydessä.

#### Johtokunta

Vuosikokouksen valitsema johtokunta johtaa yhdistyksen toimintaa vuosikokouksen asettamien tavoitteiden saavuttamiseksi. Johtokunta kokoontuu tarpeen mukaan ja voi tarvittaessa perustaa erilaisia työryhmiä tai toimikuntia hoitamaan niille annettuja tehtäviä.

#### HENKILÖSTÖ

##### Henkilöstö ja toimitilat

Polioinvalidit ry:llä on palveluksesaan puhelinhankkija, joka huolehtii kannatusjäsenhankinnasta ja mahdollisista puhelinkeskityksistä. Yhdistyksellä ei ole toistaiseksi muita vakituisesti palkattuja toimihenkilöitä. Yhdistyksen jäsensihteerin ja toiminnanjohtajan tehtävät kuuluvat Suomen Polioliitolta saataviin järjestöpalveluihin. Henkilöstökysymyksiä pohditaan toimintavuoden aikana.

Poliojärjestöillä (Suomen Polioliitto ry, Suomen Poliohuolto ry sekä Polioinvalidit ry) on yhteinen toimitila Helsingin Katajanokalla, osoitteessa Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Toimitila on yhdistyksen omistama. Poliojärjestöt ovat aloittaneet uusien esteettömien toimitilojen etsimisen pääkaupunkiseudulta. Tavoitteena on, että uudet toimitilat vuokraa Suomen Polioliitto ry ja tilojen vuokraukseen tarvittavaa rahoitusta haetaan Raha-automaattiyhdistykseltä. Tämä vapauttaisi jatkossa yhdistyksen omaisuutta luontevasti lisää käytettäväksi jäsenille tarjottavien palvelujen rahoittamiseen.

#### TALOUS JA VARAINHANKINTA

##### Toiminnan rahoitus

Polioinvalidit ry:n toiminnan vuosituisen rahoituksen rungon muodostavat jäsenmaksut, kaupunkien ja kuntien avustukset ja vuokratuotot. Paikallisosastojen varainhankinnan perustan muodostavat varsinaisten jäsenten jäsenmaksut, tukimaksut, avustukset sekä arpajaiset ja myyjäistuotot. Vuoden 2006 toimintaa

rahoitetaan myös merkittävästi Aili Nirosen rahastosta.

Johtokunta esittää kevään vuosikokoukselle ehdotuksensa yhdistyksen toiminnan rahoittamisesta lähivuosina. Esitykseen kuuluu myös Rahasto Nirosen kuuluvan kiinteän omaisuuden (As Oy Kelakartanon osakkeet) myynti.

#### Päätteeaksi

Polioinvalidit ry on ollut 50 vuotta polioivammaisten ja heidän läheistensä oma järjestö. Yhdistyksen

ovat perustaneet polioivammaiset, ja he myös ovat johtaneet ja johtavat tänäkin päivänä yhdistystä. Tämä varmistaa sen, että yhdistyksen tavoitteet ja toiminnan keinot ovat sellaisia, jotka polioivammaiset itse kokevat tärkeiksi. Yhdistys jatkaa työtään polion sairastaneiden yhdenvertaisten mahdollisuuksien ja osallistumisen puolesta.

#### Polioinvalidit ry Johtokunta

## Suomen Poliohuolto r.y.

# Toimintakertomus vuodelta 2005

#### YLEISTÄ

Suomen Poliohuolto r.y. on vuonna 1958 perustettu polioivammaisten etujärjestö, jonka kotipaikka on Helsinki ja toimialueena koko Suomi. Yhdistyksen toiminnan tavoitteina ovat polioon liittyvä tiedottaminen, valtakunnallinen ja paikallinen vaikuttaminen polioivammaisten tasa-arvoisuuden toteutumiseksi vammattomiin nähden, polioivammaisten syrjäytymisen ehkäiseminen, vertaistuen tarjoaminen, sekä lomailu- ja virkistystoiminnan järjestäminen.

Suomen Poliohuolto r.y:n yksi tärkein toimintamuoto on ollut polioivammaisille tarkoitettujen palvelu- ja lomakodin ylläpitäminen. Yhdistys perusti vuonna 1958 Vihdin kunnan Vihtijärvelle Kaislaranta nimisen palvelu- ja lomakodin. Kaislaranta oli Suomen ensimmäinen ns. vammaisten palvelutalo. Ympärivuotinen asumispalvelutoiminta Kaislarannassa jatkui yhtäjaksoisesti vuoden 1999 elokuun loppuun saakka, jolloin toimintamuoto lopetettiin pysyväksi muodostuneen asukasvajauksen johdosta. Asumispalvelutoiminnan päättyttyä Kaislaranta on edelleen jatkanut toimintaansa lomakotina.

Suomen Poliohuolto r.y. on perustanut yhdessä Polioinvalidit r.y:n kanssa vuonna 1994 Suomen Polioliitto r.y:n, joka toimii suomalaisten poliojärjestöjen yhteistyöjärjestönä. Suomen Polioliitto r.y:n perustamisen myötä polioivammaisten valtakunnallista edunvalvontaa on hoidettu pääasiassa Suomessa Polioliitto r.y:n toimesta. Jäsenjärjestöjen rooliksi on muodostunut lähinnä paikallinen vaikuttaminen, sekä kuntoutus-,

vapaa-aika-, virkistys- ja lomailutoiminnan järjestäminen.

#### JÄSENISTÖ

Suomen Poliohuolto r.y:n jäsenistö muodostuu polion sairastaneista varsinaisista jäsenistä ja yhdistyksen toimintaa tukevista kannatusjäsenistä. Kertomusvuoden päättyessä Suomen Poliohuolto r.y:llä on yhteensä 1346 jäsentä, joista varsinaisten jäsenten osuus on 281 henkilöä. Vuoden 2005 aikana yhdistyksen varsinaisesta jäsenyydestä erosi viisi (5) henkilöä, kuoli kaksi (2) henkilöä ja jäseneksi liittyi seitsemän (7) henkilöä. Yhdistyksen varsinaisten jäsenten keski-ikä on 67-vuotta.

#### TALOUS

Suomen Poliohuolto r.y:n toiminnan rahoitus muodostuu varsinaisten jäsenten ja kannatusjäsenten maksamista jäsenmaksuista, muutamien kuntien myöntämistä yleis- ja kohdeavustuksista sekä Kaislarannan vuokratuloista. Suomen Poliohuolto r.y:n toimintaan ei saada muuta ns. julkista rahoitusta. Valtaosa yhdistyksen kannatusjäsenistä on jo vuosikymmeniä yhdistyksen toimintaa tukeneita iäkkäitä ihmisiä. Usean viimeksi kuluneen vuoden ajan kannatusjäsenten määrä on ollut voimakkaasti laskeva. Kannatusjäsenten hankinta on vaikeutunut vuosi vuodelta. Kannatusjäsenten väheneminen tulee vaikeuttamaan yhdistyksen toiminnan rahoittamista tulevina vuosina. Vuoden 2005 aikana yhdistyksen taloutta pystyttiin tasapainottamaan Kaislarannan vuokraamisen ansiosta.

**TIEDOTTAMINEN**

Suomen Poliohuolto r.y:n tiedustointia on hoidettu neljä kertaa vuodessa ilmestyvän Suomen Poliolehti r.y:n julkaiseman Poliolehden, sekä internet-verkossa olevan Suomen Poliohuolto r.y:n kotisivun kautta. Poliolehden vuosikerta sisältyy sekä varsinaisten jäsenten, että kannatusjäsenien jäsenmaksuun. Poliolehden tiedottava merkitys korostuu myös siten, että sen vapaakappaleita lähetetään runsaasti mm. julkisiin toimipisteisiin, kuntiin, sairaaloihin ja moniin muihin toimintamme kannalta tärkeisiin kohteisiin. Vammaislainsäädäntöön ja sosiaaliturvaan liittyvää tiedotusta ja neuvontaa jäsenistölle on annettu tarvittaessa myös puhelimitse ja sähköpostitse. Suomen Poliohuolto r.y:n kotisivu löytyy osoitteesta: <http://personal.inet.fi/koti/leo.hanninen/> sekä Suomen Poliolehti r.y:n kotisivun [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com) linkistä ”Jäsenjärjestöt.”

**LOMAILU- JA VIRKISTYSTOIMINTA**

Suomen Poliohuolto r.y. ylläpitää edelleen omistamaansa Vihdin kunnan Vihtijärvellä sijaitsevaa Kaislaranta-kotia, joka toimii kesäaikaisin ensisijaisesti poliovammaisille, mutta myös muille tahoille lomailutoimintaa järjestävänä lomakotina. Yhdistyksen varsinaisilla jäsenillä oli myös v. 2005 mahdollisuus hakea enintään viikon mittaisia täysihoidon sisältäviä maksuttomia vapaalomia Kaislarannassa. Vapaalomat myönnettiin kaikille hakijoille. Kaislarannan lomailukausi ajoitui kertomusvuonna ajanjaksolle 06.06.-15.07.2005. Lomailukauden aikana Kaislarannan palveluja käytti yhteensä 51 henkilöä 17:sta eri paikkakunnalta ympäri Suomen. Lomailuvuorokausien kokonaismäärä oli 456, joista vapaalomien osuus oli 154 vrk.

Kaislarannan lomajaksot tarjoavat poliovammaisille ja heidän omaisilleen paitsi mahdollisuuden virkistävään vapaa-ajanviettoon, myös tilaisuuden tavata muita poliovammaisia. Mahdollisuuden vaihtaa kokemuksia vertaistensa kanssa. Saada toisilta käytännön neuvoja arkipäivässä selviytymiseen, tietoa poliosta ja sen myöhäisoireista, sekä ylipäättään tietoa vammaisuuteen liittyvästä lainsäädännöstä ja muista asioista. Kaislarannan lomien yhteydessä lomalaisten kesken käydyt keskustelut ovat autanneet useita poliovammaisia mm. hakeutumaan sellaisten palvelujen ja etuuksien piiriin, joista he eivät ole olleet aikaisemmin tietoisia. Kaislarannan toiminnalla on poliovammaisille



lomailumahdollisuuden lisäksi varsin suuri vertaistuellinen merkitys.

Suomen Poliohuolto r.y. on vuokrannut Kaislarannan 01.08.2005 alkaen määräaikaisella vuokraus- sopimuksella Kaislakoti r.y. nimiselle yhdistykselle, jonka toimialana on ympärivuotisten asumispalvelujen järjestäminen päihdeongelmallisille. Vuokraamisesta huolimatta Kaislaranta tulee säilymään kesäaikaisin Suomen Poliohuolto r.y:n lomailukäytössä siten, että yhdistys ostaa lomalaistensa tarvitsemat palvelut Kaislakoti r.y:ltä.

**HALLINTO**

Suomen Poliohuolto r.y:n ylintä päätösvaltaa käyttää kerran vuodessa kokoontuva vuosikokous. Yhdistyksen asioita hoitaa vuosikokouksen valitsema hallitus, johon kuuluu kahdeksan (8) jäsentä. Hallituksen jäsenet valitaan kahdeksi (2) vuodeksi kerrallaan siten, että kunakin vuonna eroaa vuorollaan neljä (4) jäsentä, jotka vuosikokouksen päätöksellä voidaan valita hallitukseen uudelleen. Hallituksen toimikausi kestää yli kalenterivuoden siihen saakka, kunnes vuosikokous on valinnut uuden hallituksen.

Suomen Poliohuolto r.y:n vuosikokous pidettiin Helsingissä Ruskeasuon koululla 07.05.2005. Vuosikokoukseen osallistui 22 yhdistyksen jäsentä ja heidän avustajiaan. Kokouksen puheenjohtajana toimi Kaija Salmela ja sihteerinä Rauni Mäki-Petäys. Hallituksen jäseniksi seuraavaksi kaksivuotiskaudeksi valittiin uudelleen erovuorossa olleet: Otso Forsman, Markku Huostila, Leo Hänninen ja Eira Tenhonen.

Suomen Poliohuolto r.y:n hallituksen muodostivat Otso Forsman, Anna-Liisa Hillo, Markku Huostila, Leo Hänninen, Elise Korelin, Väinö

J. Mäki-Petäys, Arto Pätäri ja Eira Tenhonen.

Kaislarannassa 07.07.2005 pidetyssä järjestäytymiskokouksessa hallituksen ja yhdistyksen puheenjohtajaksi valittiin Väinö J. Mäki-Petäys, varapuheenjohtajaksi Arto Pätäri ja sihteeriksi Leo Hänninen. Hallitus kokoontui kertomusvuoden aikana kolme (3) kertaa. Asioita käsiteltiin yhteensä 42:ssa pöytäkirjan kohdassa.

**TOIMIKUNNAT**

Suomen Poliohuolto r.y:n hallitus päätti kokouksessaan 03.03.2005 nimittää yhdistykselle naistoimikunnan vuodelle 2005. Toimikunnan muodostivat; Anna-Liisa Hillo, Elise Korelin, Kyllikki Landin, Rauni Mäki-Petäys, Kerttu Pitkänen, Sirkka Ranta, Leena Simola-Nikkanen, Eira Tenhonen, Irene Vasiljev ja Gretel Viinikainen.

**VALVONTA**

Vuosikokouksen valitsemina tilintarkastajina ovat toimineet Jukka Silvo HTM ja asianajaja Heikki Aaltonen. Varatilintarkastajina ovat olleet Erkki Manner KHT ja Leena Simola-Nikkanen.

**EDUSTUS**

Suomen Poliohuolto r.y. on Suomen Poliolehti r.y:n jäsen ja liiton kautta edustettuna Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto r.y:ssä, Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY r.y:ssä ja Valtakunnallisessa vammaisjärjestöjen neuvottelukunnassa.

Suomen Poliohuolto r.y. on edustettuna Suomen Poliolehti r.y:n hallituksessa. Yhdistyksen edustajina toimivat Leo Hänninen (varapuheenjohtaja), Väinö J. Mäki-Petäys ja Arto Pätäri.

Suomen Poliohuolto r.y. on edustettuna myös Vihdin vammaisneuvostossa (Leo Hänninen, puheenjohtaja) ja Espoon vammaisjärjestöjen neuvottelukunnassa (Anna-Liisa Hillo, jäsen).

**TOIMISTO**

Suomen Poliohuolto r.y:n toimisto sijaitsee Helsingin Katajanokalla osoitteessa Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki puh. (09) 686 0990, fax. (09) 686 09960. Yhdistyksen sähköpostiosoite on [leo.hanninen@pp1.inet.fi](mailto:leo.hanninen@pp1.inet.fi)

Kertomusvuoden aikana yhdistyksen palveluksessa toimi yksi (1) kannatusjäsenhankkija ja yksi (1) osa-aikainen järjestösihteerit. Suomen Poliohuolto r.y:n tarvitsemia toimistopalveluja tuotettiin osittain myös Suomen Poliolehti r.y:n toimesta.

Poliota voidaan pitää tänä päivänä Suomen ja kehittyneiden maiden osalta voitettuna sairautena. Näissä maissa uusia poliottapauksia ei ole ilmennyt enää vuosin. Mutta Suomessa elää vielä n. 5000-6000 polion sairastanutta henkilöä. Heidän osalta poliota ei ole voitettu. Poliovammaisuus on heille elämänsä loppuun saakka ”riesana arjessa selviytymiselle”. Suomen Poliohuolto r.y pyrkii omalla toiminnallaan ehkäisemään heidän syrjäytymistään, edesauttamaan ja helpottamaan poliovammaisten jäsentensä selviytymistä jokapäiväisessä elämässä, edistämään heidän osallisuutensa toteutumista sekä tarjoamaan heille poliotietoa ja mielekästä yhdessäoloa virkistys-, lomailu- ja vapaa-aikatoiminnan muodossa.

Kiitämme työmme tukijoita ja yhteistyökumppaneitamme kulu-neesta vuodesta 2005.

# Toimintasuunnitelma vuodelle 2006

## YLEISTÄ

Suomen Poliohuolto r.y. on polio-vammaisten vuonna 1958 perustama ja heidän itsensä johtama vammaisjärjestö, jonka kotipaikka on Helsinki ja toimialueena koko Suomi. Suomen Poliohuolto r.y. on perustanut vuonna 1994 yhdessä Polioinvalidit r.y:n kanssa poliojärjestöjen yhteistyöjärjestönä toimivan Suomen Polioliitto r.y:n.

Suomen Poliohuolto r.y:n toiminnan päätavoitteina vuonna 2006 tulee olemaan; jäsenistön yleinen edunvalvonta, vammaislainsäädäntöön liittyvä tiedotustoiminta, jäsenistön opastaminen lakisääteisten palvelujen ja tukitoimien piiriin, lomailu- ja virkistystoiminnan järjestäminen, yhteiskunnallinen vaikuttaminen polio-vammaisten erityistarpeiden huomioimiseksi yhteiskuntasuunnittelussa, polio-vammaisten keskinäisen vertaistuen toteuttaminen, syrjäytymisen ehkäiseminen ja tasa-arvoisuuden edistäminen.

## HALLINTO

Suomen Poliohuolto r.y:n sääntöjen mukaan ylintä päätösvaltaa yhdistyksessä käyttää kerran vuodessa kokoontuva vuosikokous. Yhdistyksen asioita hoitaa vuosikokouksen valitsema hallitus, johon kuuluu kahdeksan (8) varsinaista jäsentä. Jäsenet valitaan kahdeksi vuodeksi kerrallaan, kuitenkin niin, että kunkin vuonna vuorollaan eroaa neljä (4) jäsentä, jotka vuosikokouksen päätöksellä voidaan valita uudelleen hallitukseen. Hallituksen toimikausi kestää yli kalenterivuoden siihen saakka, kunnes vuosikokous on valinnut uuden hallituksen.

Vuoden 2006 alussa Suomen Poliohuolto r.y:n hallituksen muodostavat; Väinö J. Mäki-Petäys (puheenjohtaja), Arto Pätäri (varapuheenjohtaja), Leo Hanninen (sihteeri), Otso Forsman, Anna-Liisa Hillo, Markku Huostila, Elise Korelin ja Eira Tenhonen.

Suomen Poliohuolto r.y:n toimisto sijaitsee Helsingin Katajanokalla osoitteessa Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki puh. 09-6860 990, fax. 09-6860 9960, e-mail. leo.hanninen@pp1.inet.fi, www-sivut: http://personal.inet.fi/koti/leo.hanninen tai Suomen Polioliitto r.y:n kotisivun kautta osoitteesta http://www.polioliitto.com linkistä "Jäsenjärjestöt".

## JÄSENISTÖ

Suomen Poliohuolto ry:n jäsenistö muodostuu varsinaisista polio-vammaisista jäsenistä, sekä yhdistyksen toimintaa tukevista kannatus- ja yhteisöjäsenistä Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi voi liittyä jokainen polion sairastanut Suomen kansalainen, joka kirjallisen jäsenhakemuksensa yhteydessä esittää luotettavan todistuksen polion jälkitilasta.

## TOIMIKUNNAT

Suomen Poliohuolto r.y:n hallitus on nimittänyt yhdistykselle vuodelle 2006 naistoimikunnan, jonka muodostavat; Anna-Liisa Hillo, Elise Korelin, Leila Lahti-Pätäri, Kyllikki Landin, Rauni Mäki-Petäys, Kerttu Pitkänen, Sirkka Ranta, Leena Simola-Nikkanen, Eira Tenhonen ja Gretel Viinikainen.

## TOIMINTA

### Edunvalvonta

Suomen Polioliitto r.y:n kautta yhdistys on edustettuna mm. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto r.y:ssä, Sosiaali- ja Terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY r.y:ssä ja Valtakunnallisessa Vammaisfoorumissa.

### Kuntoutuspalvelut

Suomen Polioliitto r.y. järjestää RAY:n avustuksella polio-vammaisille tarkoitettua kuntoutustoimintaa. Suomen Poliohuolto r.y. rohkaisee jäsenistöään hakeutumaan liiton kuntoutustoiminnan piiriin. Yhdistyksen varsinaisten jäsenten keski-ikä on 66- vuotta. Polio-vammaisten kuntoutustarve on huomattava. Viime vuosina kerätty lääketieteellinen tutkimustieto polion myöhäisoireista ns. postpoliosyndroomasta on osoittanut kuntoutuksen tärkeän merkityksen ikääntyville polio-vammaisille. Polio-vammaisten tulisi päästä kuntoutukseen vuosittain. Vaikeavammaisten omatoimisuuden tukeminen ja edistäminen kuntoutuksen ja siihen liittyvän viriketoiminnan avulla on paitsi inhimillisesti myös taloudellisesti yhteiskunnan edun mukaista.

### Tiedottaminen

Yhdistyksen toiminnasta tiedotetaan Suomen Polioliitto r.y:n julkaiseman Poliolehdessä, internet-verkossa olevan kotisivun ja jäsenkirjeiden avulla. Poliolehti ilmestyy neljä kertaa vuodessa ja se lähetetään kaikille yhdistyksen varsinaisille jäsenille, kannatusjäsenille, sekä useille yhdistyksen toiminnan kannalta tärkeille tahoille.

### Lomailu- ja virkistystoiminta

Suomen Poliohuolto r.y:n omistama Vihdin kunnan Vihtijärvellä

sijaitseva Kaislaranta-koti toimii myös kesällä 2006 täysihoidtomia järjestävänä lomakotina. Kaislarannassa tarjotaan lomapalveluja, jotka soveltuvat myös vaikeavammaisille. Suomen Poliohuolto r.y. myöntää edelleen varsinaisille polio-vammaisille jäsenilleen hakemusten perusteella 1-7 vrk:n mittaisia maksuttomia täysihoidon sisältäviä vapaalomia Kaislarannassa. Lomailutoiminnan kustannuksia rahoitetaan edelleen kannatusjäsenmaksuilla.

## TALOUS

Suomen Poliohuolto r.y:n varainhankinta muodostuu mm; varsinaisten ja kannatusjäsenten maksamista jäsenmaksuista, kuntien myöntämistä toiminta-avustuksista sekä mahdollisista lahjoituksista ja jälkisäädöksistä. Vuosikokouksen päätöksen mukaisesti jäsenmaksut vuonna 2006 ovat seuraavat; varsinaiset jäsenet 10 €, kannatusjäsenet 20 € sekä yhteisö- ja yritysjäsenet 50 €. Jäsenmaksuihin sisältyy Poliolehdessä vuosikerta.

Suomen Poliohuolto r.y:n tulorahoitus on perustunut vuosikymmenen ajan asumispalvelutoiminnan ja kannatusjäsenhankinnan tuottoon. Yhdistyksellä on ollut parhaimmillaan lähes 4000 kannatusjäsentä. Kaislarannan asumispalvelutoiminnan päättymisen jälkeen kannatusjäsenten määrä lähti laskuun, joka on johtanut siihen, että yhdistyksellä on vuoden 2006 alussa enää 1065 kannatusjäsentä. Suomessa esiin tulleet keräysvarojen väärinkäytöt vaikeuttavat suuresti myös rehellistä varainkeräystä, jota taustaa vasten yhdistyksen varainhankinta tulee edelleen vaikeutumaan.

Suomen Poliohuolto r.y:n vuoden 2005 vuosikokous on myöntänyt

*Vasemmalla Kaislarannan isäntä Väinö J. Mäki-Petäys ja hallituksen jäsen Markku Huostila.*



yhdistyksen hallitukselle sen esityksen pohjalta valtuudet Kaislarannan ja Jokirinteen tilojen myymiseen. Hallitus seuraa tilannetta ja ryhtyy sopivan tilaisuuden tullen tarvittaviin toimenpiteisiin. Hallituksen aikomuksena ei ole tilojen kiireellinen myyminen. Myyntivaltuuksien saaminen katsottiin tarpeelliseksi sen vuoksi, että sopivan tilaisuuden tarjoutuessa toimenpiteisiin voidaan ryhtyä viipymättä. Silloin kiinteistöistä on mahdollista saada paras mahdollinen hinta.

Hallituksen esitys pohjautui siihen, että ellemme ryhdy ajoissa omasta vapaasta tahdostamme hallitusti ja suunnitellusti valmistautumaan Kaislarannasta luopumiseen, olemme ennen pitkää pakon edessä. Myyjän kannalta ajatellen sellaisessa tilanteessa kiinteistöistä on mahdotonta saada oikeaa markkinahintaa. Mitä paremman hinnan saamme kiinteistöjen myynnistä, sitä runsaammat mahdollisuudet yhdistyksellä on jatkossa rahoittaa erilaisia toimintamuotojaan, esim. ikääntyvän jäsenistönsä lomailu- ja kuntoutustarpeita silmällä pitäen.

Suomen Poliohuolto r.y. toimii polio-vammaisten jäsentensä elinolosuhteiden, elämänlaadun, osallisuuden ja tasavertaisuuden edistämiseksi, sekä heidän syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Toimintamme perustuu luottamuksellisiin suhteisiin ja hyvään yhteistyöhön sosiaali- ja terveysturvan, sekä sosiaali- ja terveysalan järjestöjen sekä muiden työmme tukijoiden kanssa.

## SUOMEN POLIOHUOLTO r.y. Hallitus

# Suomen Polioliitto ry:n kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista vuonna 2006

**P**olion sairastaminen vaikuttaa sairastuneen jokapäiväiseen elämään. Vamman haittoja voidaan kuitenkin helpottaa ja ehkäistä oikealla kuntoutuksella ja sopeutumisvalmennuksella. Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit sisältävät monipuolista toimintaa, joka tukee toimintakykyä ja auttaa elämänlaadun hallinnassa.

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit on tarkoitettu kaikille polion sairastaneille, jotka eivät saa riittävästi kuntoutusta julkisen terveydenhuollon tai Kelan kautta. Näille kursseille voivat hakeutua kaikki polion sairastaneet ikään tai jäsenyyteen katsomatta.

## Miten haet kursseille

Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille haetaan Suomen Polioliiton omalla lomakkeella, joka löytyy jokaisesta Poliolihtistä. Hakemuslomakkeen voit täyttää myös Polioliiton omilla www-sivuilla osoitteessa [www.polioliitto.com](http://www.polioliitto.com).

Hakemukset lähetetään hakuajan päättymiseen mennessä Suomen Polioliitto ry:n toimistoon. Hakuajan päättymisen jälkeen tulevia hakemuksia ei huomioida osallistujia valittaessa. Mahdolliset peruutukset tulee tehdä viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen tehdyt peruutukset voi tehdä maksutta vain lääkärintodistuksella. Valinnat suorittaa Suomen Polioliiton hallitus.

## Hakemukset postitetaan siis osoitteeseen:

Suomen Polioliitto ry  
Luotsikatu 6 E 28  
00160 Helsinki

Kuoreen merkintä :**kurssihakemus**.

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille hakeneille ilmoitetaan päätöksestä henkilökohtaisesti.

## Kuntoutusraha

Kela maksaa 16-64-vuotiaille kuntoutujille kuntoutusrahaa arkipäivien osalta, mikäli tältä ajalta ei ole muuta tuloa. Eläkkeensaaja ei voi saada kuntoutusrahaa.

## Matkat

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille osallistuvien tarpeelliset ja kohtuulliset matkat korvataan omavastuuosuuden ylittävältä osalta halvimman matkustustavan mukaan (yleinen kulkuneuvo) Kelan kautta. Omavastuuosuus yhdensuuntaiselta matkalta 9,25 euroa. Mikäli käytätte muuta kulkuneuvoa vamman laadun tai liikenneolosuhteiden vuoksi, voidaan matkat korvata syntyneiden kustannusten mukaisesti, mutta tästä tulee aina etukäteen neuvotella ja sopia Kelan paikallistoimiston kanssa.

## Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssi Invalidiliiton Lahden Kuntoutuskeskuksessa

### Ajankohta:

**28.09.-7.10.2006**

Kurssin ohjelmassa mm. fysioterapiaa sekä ryhmässä että yksilöllisesti, tietoa polion myöhäisoireista, apuvälineistä ja sosiaaliturva-asioista sekä ohjattua vapaa-ajan toimintaa. Majoitus on kahden hengen huoneissa. Avustaminen päivittäisissä toiminnoissa järjestetty.

Kurssille valitaan 10 kuntoutujaa hakemusten perusteella.

### Hakuaika:

Hakuaika päättyy 31.8.2006

### Kurssipaikan yhteystiedot:

Invalidiliiton Lahden Kuntoutuskeskus  
Launeenkatu 10, 15100 Lahti  
p. 03-8128 11

## Uskallusta Elämään – elämänhallintaa ja voimaantumista

### Ajankohta:

**29.10.-4.11.2006**

Kurssin tavoitteena on löytää uusia voimavaroja (tietoja ja taitoja) arkipäivän elämään. Kurssin ”perusohjelmassa” ryhmä- ja allasvoimistelua, henkilökohtaisia hoitoja sekä ohjattua vapaa-ajan toimintaa. Kurssin keskeisenä teemana on oman elämänhallintaan liittyviä asioita. Kuinka minä olen tähän asti jaksanut, kuinka tästä eteenpäin?

Kurssilla mukana FT, psykologian dosentti Vappu Viemerö. Kurssilla tutustutaan myös atk:n maailmaan ja erityisesti sen käyttöön arjen tukena. Kurssille valitaan 10 kuntoutujaa hakemusten perusteella.

### Hakuaika:

Hakuaika päättyy 30.9.2006

### Kurssipaikan yhteystiedot:

Lehtimäen Opisto, 63501 Lehtimäki  
p. 06-522 0245

<p><b>LOMA- JA KURSSIKESKUS ONNELA</b> Rantatie 34, Tuusula, puh. 09-258 821</p>	<p><b>LM-Cargo Oy</b> Kannuskuja 5 A 14, 01200 vantaa puh. 020 563 8363</p>	<p><b>TERVETULOA KOULUUN!</b> Marjatta-koulu perustettu 1972, hoitopedagoginen koulu (steinerpedagoginen erityiskoulu) keskellä Helsinkiä. Uusi upea talo odottaa lisää oppilaita. os. Poutuntie 12, 00400 Helsinki (Pohjois-Haaga) Iltapäivähoitoa ja loma-aikoina päivystys. Tiedustelut Ritva Eskelinen, p. 09-4777 1221 <b>Tervetuloa tutustumaan!</b></p>	
<p><b>FORSSAN LVI-VALMISTE OY</b> 30300 Forssa</p>	<p><b>PISLA OY</b> PL 1, 44501 Viitasaari puh. 014-577 000</p>	<p><b>Imatran Auto ja Koneistus</b> Poltinkuja 2, Imatra, puh. 050 527 7138</p>	
<p><b>JUHO MÄENPÄÄ</b> Kokkonkatu 19, Tampere puh. 0400 620 588</p>	<p> <b>CORENSO UNITED OY LTD</b></p>	<p><b>LÄNSI-LAPIN KULJETUS JA RAIVAUS OY</b> Verkkotehtaankatu 1, Tornio puh. 0400 394 989</p>	<p><b>Kanavaseudun Siivous ja Huolto Oy</b> Kotakennäntie 9, Äänekoski puh. 014-520 773</p>
<p><b>Tili- ja Isännöintipalvelu Sirpa korpi</b> Vihnusjärvenkatu 22, Nokia</p>	<p><b>PATOLAN VANHAINKOTI OY</b> Tehostettuja kodinomaisia asumispalveluja yli 65 -vuotiaalle helsinkiläisille Siltavoudintie 14 A, 00640 Helsinki Johtaja Kaija Sailo, puh. 09-728 6797</p>	<p><b>Tmi Toni Voutilainen</b> Kontiomäentie 13, 01260 Vantaa puh. 0442-622 176</p>	<p> <b>Alar Control</b> Paloilmoittimien ja sammutuslaitteistojen laakisäätiset tarkastukset puh. 0424 756, fax 09-7515 4948 www.alarcontrolalco.fi</p>
<p> <b>Puustelli</b> MEHÄN TÄÄ KULTA</p>	<p><b>Pesutupa Viherpeippo</b> Kavallinpelto 13, 02710 Espoo puh. 09-509 3115, 0400 631 182</p>	<p><b>KUIVANIEMEN KUNTA</b> www.kuivaniemi.fi</p>	<p><b>Finlatera Oy</b> 33720 Tampere, puh. 0400 833 558</p>
<p><b>RAKENNUSLIIKE ANTERRA OY</b> Jokipellontie 16 A, Helsinki puh. 0400 421 068</p>	<p><b>Tmi Jukka Junnila</b> Kantolantie 29, Oitti puh. 0400 617 546</p>	<p><b>HELSINGIN DIESEL OY</b> Harkkoraudantie 1, 00700 Helsinki puh. 09-387 9282</p>	<p><b>Länsimäen Kiinteistöpalvelu Oy</b> Kuntokuja 4, 01280 Vantaa puh. 09-342 4210, fax 09-392 2047</p>
<p><b>Kampaamo Arja Metsäketo</b> Kuusitie 16, 45610 Korja puh. 040 541 1189</p>	<p> <b>Taipalsaaren kunta</b> Vapaa-aikatoimisto vapaa-aikasiht. Tapani Torvi 54920 Taipalsaari puh. 05-6359 253, fax 05-6359 279</p>	<p><b>Riihimäen Seurakunta</b> Tempelkatu 9 A, 11100 Riihimäki www.ev.fi/srk/riihimaki</p>	<p><b>Puumalan Apteekki</b> 52200 Puumala, puh. 015-755 3300</p>
<p><b>ELIMÄEN LIIKENNE OY</b></p>	<p><b>Vuosaaren Apteekki</b> Vuotie 45, Helsinki, puh. 09-343 4400</p>	<p><b>HARJAVALLAN APTEEKKI</b></p>	<p><b>Suomen Korttipalvelu Oy</b> Launonen</p>
<p><b>Oy Brandt Ab</b></p>	<p><b>Sosialidemokraattinen eduskuntaryhmä</b> http://sdp.eduskunta.fi</p>	<p><b>Kultanen Oy</b></p>	<p><b>Rovaniemen I Apteekki</b> Rovakatu 27, 96200 Rovaniemi puh. 016-312 005</p>
<p><b>LAPUAN TUOMIOKIRKKO-SEURAKUNTA</b></p>	<p><b>ECCO FINISHING OY</b></p>	<p><b>Universal Music Oy</b> Vattuniemenranta 2, 00120 Helsinki puh. 09-6154 6714</p>	<p><b>Uniform Oy</b> Helsinki</p>
<p><b>LUMON OY</b></p>	<p><b>Puusepäntiike E. Lehtonen Ky</b> Kurikka, puh. 06-450 4150</p>	<p><b>KULJETUSPISTE O. STÅNG OY</b> 15520 Lahti, puh. 03-872 010</p>	<p><b>Lasivuorimaa Ky</b> 48400 Kotka, puh. 05-226 5100</p>
<p><b>HÄMEENKYRÖN KUNTA</b> Terveyspalvelut puh. 03-286 4511</p>	<p><b>Tmi Kirjanpito toimisto Pirjo Kari</b> Peltolantie 82, Muonio puh. 016-522 267</p>	<p><b>Taksiautoilija Juhani Palomäki</b> Luopa, puh. 0400 261 143</p>	<p><b>Kymi Kirjanpito Oy</b> Kauppalankatu 2 A, 45100 Kouvola puh. 05-375 5030</p>
<p> <b>TERHI</b> www.terhi.fi</p>	<p><a href="http://www.uusikaarlepyy.fi">www.uusikaarlepyy.fi</a></p>	<p><b>Pertti Syri Ky</b> 00620 Helsinki</p>	<p><b>KIVUT POIS ILMAN LÄÄKKEITÄ</b> Intra-äänellä hoidat itse - Libas- ja nivelkipuja - Iskiasta ym. * TEHOAA 6 CM SYVYYTEEN * 5 VUODEN TAKUU Tilaa ilmainen esite + hintatiedot <b>019-231 636</b> Fax 019-236 368</p> 
<p><b>Korjausompelimo Tarja Niittymäki</b> Hyvinkää, puh. 050 538 4667</p>	<p><b>Maanrakennus Hanes &amp; Berg Oy Ab</b> Storkärrvägen 30, Skafung puh. 040 596 4405</p>	<p><i>Hotelli Raahen Hoti</i> Kirkkokatu 23, 92100 Raahen Puh. (08) 211 6400</p>	<p> <b>VEIKKAUS</b> SUOMALAINEN VOITTA AINA.</p>
<p><b>Maaseudun Työnantajaliitto ry.</b> Annankatu 31-33, 00100 Helsinki puh. 09-7250 4500 www.tyonantajat.fi</p>	<p><b>Porvoon Vanha Apteekki</b> Piispankatu 34, Porvoo puh. 019-689 4400</p>	<p>Suunnitellaan yhdessä juuri Sinulle sopivat yksilölliset auton ajohallintalaitteet, muutostyöt pyörätuoleihin, urheiluvälineisiin jne. Laaja kokemus alalta. Pyydä tarjous. Jari Asunto puh. 09-870 1828, 040 587 5995.</p> <p> <b>Ritvanen Oy</b> Keiholahdentie 15, 01300 Vantaa</p>	<p> <b>VEIKKAUS</b> SUOMALAINEN VOITTA AINA.</p>
<p><b>Sallan Osuuspankki</b> puh. 016-831 321</p>	<p><b>HÄMEENKYRÖN APTEEKKI</b></p>	<p> <b>Ritvanen Oy</b> Keiholahdentie 15, 01300 Vantaa</p>	<p> <b>VEIKKAUS</b> SUOMALAINEN VOITTA AINA.</p>





## Hakulomake Suomen Polioliiton järjestämälle kurssille

Palautusosoite: Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki

Kursi, jolle haetaan

Sukunimi/etunimet

Syntymäaika

Osoite

Postitoimipaikka

Puhelin

Aikaisemmat poliojärjestöjen kurssit

Apuvälineet ja avustajatarpeeni (liikkuminen sisällä/ulkona, pukeutuminen, peseytyminen, ruokailu ym.)

Perustelut kurssin tarpeellisuudesta (miksi haen juuri tälle kurssille, jatka tarvittaessa erillisellä liitteellä)

Päiväys ja allekirjoitus

Lisätietoja: Suomen Polioliitto ry. puh. (09) 68 60 990

(Yhdellä hakulomakkeella voi hakea vain yhdelle kurssille. Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia emme voi huomioida.) Hakulomakkeen tiedot rekisteröidään Suomen Polioliitto ry:n kurssitietojärjestelmään. Kurssitietojärjestelmän rekisteriseloste on nähtävissä toimistolla, Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki.

*kopiointi sallittu*

## Pääkaupunki-seudun osasto

### **Sampalinnan kesäteatteri musikaali "Viulunsoittaja katolla".**

Lauantaina elokuun 5. päivä menemme Sampalinnan kesäteatteriin yhdessä Varsinais-Suomen Satakunnan ja Tampereen osastolaisten kanssa katsomaan musikaalia Viulunsoittaja katolla. Ensiesityksestään vuodesta 1964 asti musikaali on viihdyttänyt katsojia ympäri maailman ja aina yhtä suurella menestyksellä. Sampalinnassa maitomies Tevjenä esiintyy Risto Kaskilahti ja Goldena Sari Puumalainen. Aikataulua: lähtö lauantaina 5.8. Paavo Nurmen patsaalta

klo 9.30 ja paluu Paavo Nurmen patsaalle n. klo 20.30. Ilmoittautumiset toimistolle puh.6860 9930 ja matkan hinta 30 € jäseniltä, ja 60 € ei jäseniltä maksettava tilille Sampo 800013-222875 viimeistään 20.6.2006.

Nopeat ehtivät vielä mukaan!

### **Kylpylämatka Laulasmaan kylpylään elokuussa**

Kylpylämatkaa Viroon Laulasmaan kylpylään 20. - 24.8.06 toteutetaan jos matkalle on lähdössä vähintään 27 henkilöä. Laulasmaa sijaitsee 50 kilometriä Tallinnasta lounaaseen.

Lähtöajan kerromme ilmoittautuneille, kunhan saamme varmennettua millä laivalla menemme. Suunnitelmissamme on mennä Tallinkin uudella autolautta Galaxyllä, joka lähtee kohti Tallinnaa klo 18.30. Saapuminen Tallinnaan klo 22.00, josta välittömästi Aurinkobussilla Laulasmaalle.

Kylpylässä tehdään ensin lääkärintarkastus, jonka jälkeen on kaksi - kolme hoitoa kolmena päivänä.

Ilmoittautumiset toimistolle puh. 6860 9930, ja maksu 310 € jäseniltä, ja 385 € ei jäseniltä maksettava tilille Sampo 800013-222875. Hintaan sisältyy matkat, lääkärintarkastus, hoidot ja ruokailut Laulasmaalla sekä ruokailu paluumatkalla Galaxyllä.

### **Liikuntapäivä Siuntiossa**

Perinteistä liikuntapäivää lähemme viettämään 9.9.06 Siuntion kylpylään. Aikataulua: Klo 8.00 lähtö Paavo Nurmen patsaalta Aurinkobussilla ja noin klo 17.00 paluu Paavo Nurmen patsaalle.

Tällä kertaa on mahdollisuus etukäteen tilata hoitoja Siuntion kylpylästä. Hoidot maksetaan erikseen Siuntiossa. Ilmoittautumiset toimistolle puh. 6860 9930, mahdolliset hoitotilaukset sekä päivän maksu 20 € jäseniltä, ja 40 € ei jäseniltä tulee olla toimistolla viimeistään 14.7.06.

Lämmintä kesää kaikille ja tervetuloa mukaan kesän tapahtumiin!

### **Johtokunta**



## Satakunnan osasto

### **Kesäteatteri Turun Sampalinnassa "Viulunsoittaja katolla" 05.08.2006.**

Kesäteatteri on yhteistapahtuma Pääkaupunkiseudun, Tampereen, Satakunnan ja Varsinais-Suomen kanssa. Varsinais-Suomen osasto toimii järjestelijänä. Osallistumismaksu on jäsenet 30 euroa (ei jäsenet 40 euroa), sisältää teatterilipun, ruokailun ja yhteiskuljetusmaksun. Satakunnan osastolle on varattu lippuja 20 kpl. Ilmoittautua voit kesäkuun aikana Raija Kiviniitylle tai Sirpa Haapalalle.

### **Syyskauden avajaiset 19.08.2006 Huilauksessa, Raumalla.**

Perinteisiä syyskauden avajaisia vietämme jälleen Huilauksessa. Luvassa on pelejä ja arpoja ruokailun, kahvitteilyn ja saunomisen lomassa. Ruokailun järjestämiseksi pyydämme ilmoittautumaan viimeistään 31.07.2006.

Lämmivesivoimistelun alkamisajan kohta siirry Viimeksi saamamme tiedon mukaan allas on remontin vuoksi käytettävissä vasta 1.11.2006.

### **Tuolijumppa**

Lämmivesivoimistelun tilalle olemme järjestämässä tuolijumppaa Sotainvalidiin Sairaskodissa alkaen syyskuun alusta (tarkka alkamispäivä ilmoitetaan myöhemmin).

Osallistumismaksu on 2 € / kerta.

### **Jäsentiedustelu**

Tiedustelemme halukkuuttanne ja mahdollisuksianne osallistua torstaikerhoon ja/tai tietokonekurssiin. Kertokaa!

### **Yhteystiedot:**

Raija Kiviniitty puh. 040-527 5965  
Sirpa Haapala puh. 040-774 2620

Hyvää alkanutta kesää toivottaa

### **Johtokunta**



## Varsinais-Suomen osasto

Lämpimän kesän odotusta kaikille jäsenille!

Nyt lomaillaan, säännölliset halliuintivuorot kesän ajaksi päättyvät. Syksyllä taas uinnit jatkuvat. Jatkuuko lihas- huoltojumppamme syksyllä? Jatkuu, jos innostusta jäsenistöstä löytyy. Osastomme vuosikokouksessa sovittiin, että kysellään jäsenistöltä, mitä kaikkea haluttaisiin tehdä porukalla. Vaihtoehtoja on monia, on tuolijumppaa, kerhoiltaa, bocciaa tai muita pelejä yms. Mikä sinusta tuntuisi kiinnostavalta?

Ilmoittele, **mistä asioista olisit kiinnostunut** ja miten usein kokoontuisimme, kerran viikossa, kerran kahdessa viikossa tai vaikkapa kerran kuussa. Antamamme palautteen pohjalta johtokunta tekee yhteenvedon ja valitsee, mitä asioita lähdetään toteuttamaan.

Ilmoitelkaa mielipiteenne 21.7. mennessä Riitta Nissilälle tai minulle. Riitan tavoitat p. 2557510 tai 0400-122330 tai voit myös kirjoittaa tai pistää s-postin

## Osastot

riitta.nissila@pp.inet.fi. Omat yhteystietoni on kirjeen lopussa.

Fysiatri Sisko **Ronnin vastaanotot** jatkuvat Turussa, Kuntoutustiimin tiloissa Yliopistonkatu 37 A, ullakkokerros. Seuraavan vastaanoton ajankohta on vielä avoinna, kannattaa kysellä tarkemmin Kuntoutustiestä puh. 02-250 2532.

Perinteistä **ulkoilupäiväämme** vietämme perjantaina 21.7. Kuusistossa Lomakoti Koivukankareella. Kokoonnumme klo 12.30 ja aloitamme ruokailun klo 13.00. Ruokailun jälkeen on tiedossa kilpailuja. Ilmoita osallistumisesta 14.7. mennessä Riitalle p. 2557510 tai 0400-122330. Maksu ruokailusta peritään tilaisuudessa.

5.8. olemme menossa Samppalinnan kesäteatteriin katsomaan ”**Viulunsoittaja katolla**” -esitystä. Samaa näytöstä katsomaan tulevat myös Pääkaupunkiseudun, Satakunnan ja Tampereen osastot. Esitys alkaa klo 15. Ennen esitystä on halukkailla mahdollisuus nauttia yhteinen lounas Ravintola Verkahovin noutopöydästä. Ruokailu alkaa klo 12. Ruokailu ja teatterilippu maksavat yhteensä 35€ (eläkeläislippu). Osasto tukee jäseniään 15€:lla. Jäsenhinnat: teatteri 12 €/hlö ja ruokailu 8€/hlö yhteensä 20 €/hlö. Ilmoita osallistumisestasi 30.6. mennessä Riitalle p. 2557510 tai 0400-122330. Liput ja ruokailu pitää maksaa 21.7. mennessä tilille 226418-132040. Ravintola Verkahovin osoite: Verkatehtaankatu 4 (p.415 7181).

16.8. olisi **omatoimimatka Kuhankuonolle**. Kokoonnutaan Kuhankuonon parkkipaikalla klo 11, josta teemme porukalla luontoretken oppaan johdolla. Jokainen varaa itselleen eväät, grillattavaa yms. Ilmoita tulostasi Riitalle, p.2557510 tai 0400 -122330.

16.-17.9. Suomen Polioliiton **syyspäivät** Turussa, Ruissalon Kylpylässä, osastomme vastaa järjestelyistä, varatkaa ko viikonloppu kalenteriinne.

Vuosikokouksessamme 6.4.2006 ja järjestäytymiskokouksemme 17.5.2006 valintojen jälkeen johtokunnan kokoonpano:

Jokinen Lauri puheenjohtaja  
Lahti Erkki  
Lavonen Eeva  
Nissilä Riitta sihteeri/rahastonhoitaja  
Nummila Vilho  
Suominen Hilikka varapuheenjohtaja  
Suominen Jarkko

Tapaamisiin, ja hyvää kesää kaikille jäsenille ja Poliiolehden lukijoille!

Hyvää lomaa myös toimiston väelle!

Tervetuloa joukolla mukaan syyspäiville Turun Ruissaloon!

**Lauri Jokinen**



## Pohjois-Suomen osasto

Kevät on mennyt kerhoillen Rovaniemellä ja Oulussa, kuntoutumassa kävimme Rokualla. Kesällä nautimme liikunnasta ja lämmöstä. Loppukesästä voisimmekin tehdä jotain yhdessä. Tässä suunnitelmia ja tietoa tulevasta.

**Kesätapaaminen** Anna-Liisa Jussilan huvilalla Oulunsalossa (Männynrannantie 6) viikonloppuna 25-26.8.2006. Osallistumismaksu 10 euroa/henkilö kerätään paikan päällä. Ruokailut hoidetaan porukalla. Omat lakanat ja makuupussit mukaan. Ilmoittautuminen viikkoa ennen Ullalle puh. 040-5320223 tai Sakarille 0400-580722, sähköpostit: Ulla: hkur@suomi24.fi ja Sakari: sakari.mustanoja@dnainternet.net.

**Oulun Päivät**, Hyvinvointi foorumi, lauantaina 2.9.2006 kello 12 -16, Pohjankartanossa. Dokumenttielokuvamme Lapsihalvaus ja minä esitetään siellä. Olemme paikalla kertomassa poliosta sekä toiminnastamme. Tilaisuudessa järjestämme arpajaiset ym.y.m. Rokuan kuntokeskus on tulossa mukaan kump-

paniksemme. Jäseniltämme toivomme runsasta osanottoa päiville. Arpajaispalkintoja otetaan vastaan ja Rokuan kuntokeskuksesta on tulossa päävoitoksi lahjakortti.

**Rovaniemen kerho** jatkaa syksyllä totuttuun tapaan, aloitusajankohdasta ja muusta ilmoitellaan myöhemmin.

**Oulun kerhon** syyskuun kerhopäivä on poikkeuksellisesti 2.9.2006 kello 17.00. Menemme porukalla ruokailemaan ja ruotimaan onnistumistamme Oulun päivillä syövät ketkä haluavat omalla kustannuksella. Ulla varmistaa vakikävijöille paikan tekstiviestillä ja uudet voivat kysellä sitä soittamalla tai sähköpostilla Ullalta tai Sakarilta. Oulun kerhon uusi kokoontumispaikka on Limingassa: Tupoksen ABC-aseman kabinetti. Kerhopäivä on kuukauden toinen keskiviikko alkaen kello 18.00. Ensimmäinen kokoontuminen Limingan ABC:lla 11.10.2006.

Alustavasti on varattuna Rokuan kuntokeskuksesta tilat 8-10.12.2006. Tilaisuus olisi samalla ”**pikkujouluristeily**” ja **kuntoutustapahtuma**. Tilaisuuteen voisimme saapua jo perjantaina iltapäivällä ja lauantaina olisi ohjelmassa kuntoilua/kuntoutusta ja iltapäivällä tasokas luento. Sunnuntain viettäisimme uiden/kuntoilun ja tuokiolla luentosalissa. Asiasta tiedotetaan tarkemmin syksyn kuluessa, kunhan Pohjois-Suomen Polioinvalidien johtokunta on asiaa käsitelty.

Tilaisuutemme on tarkoitettu kaikille Pohjois-Suomen polioinvalidien jäsenille ja jäsenyyttä hakeville. Tervetuloa mukaan toimintaan.

**Johtokunta**



## Tampereen osasto Savon osasto

### **Kesällä Viikinsaareen**

Miksi lähteä merta edemmäs kalaan ?

Vietämme keskikesän ulkoilupäivää lauantaina 15.07.2006 tutustuen Tampereen keitaaseen Viikinsaareen.

Laiva lähtee tasatunnein Laukontorin rannasta klo 12.00 ja 13.00. Perillä nautimme lounaan ravintola Kaidesaaressa. Mukavaa ohjelmaa. Sään salliessa ulkopelejä

### **Kesäteatteriin Turkuun**

Turun osasto on kutsunut meidät Sampalinan kesäteatteriin katsomaan musiikkaalia Viulunsoittaja katolla lauantaina 05.08.2006. Lähtö Tampereen linja-autosemalta klo 9.30. Lounastamme perillä ennen teatteria.

Lippuja rajoitetusti

### **Salijumppaa**

Salijumppa jatkuu taas syksyllä vanhaan malliin. Aloitamme 07.09.2006 klo 11.00 Tampereen Kuntouttamislaitoksella. Uudet ja entiset kuntoilijat, tervetuloa mukaan !

Tervetuloa joukolla mukaan ! Lähempiä tietoja jäsenkirjeessä ja/tai sihteeriltämme Pirjo Karin-Okalta p. 041-533 8755.

### **Meidän kerho**

Syksyllä jatkamme myös Meidän kerhoa. Siitä ja muusta syksyn toiminnasta enemmän sitten seuraavassa lehdessä !

**Virkistävää kesää kaikille!**

### **Johtokunta**



*Polioinvalidit ry:n johtokunta toivottaa kaikille hyvää kesää.*

Talvenvalta kevääks vaihtui....

*"Ihana toukokuu, sinä  
toit meille jälleen kesän.*

*Toit lintujen laulun  
ja pääskyjen lennon.*

*Toit vihreät nurmet  
ja lehtevät koivupuut.*

*Toit lämpöiset tuulet  
ja valoisat kesäyöt."*

On aika miettiä syntyjä syviä - etsiä omia juuria, on aika tonkia kasvimaata - kaivella perunanjuuria. On aika uida - onkia kaloja - elää omilla ehdoilla, on aika rentoutua - loikoilla kukkakedoilla. Ammenna voimaa auringosta, tuulista tuoksuvista, heinäpellon vehreydestä hetkistä iloista!

Hyvää ja Virkistävää kesää kaikille.

### **Johtokunta**



## Lahden osasto

### **Kesämatka**

Lepaan Viinitilaan ja Aulangon Kylpylään tutustutaan keskiviikkona 12.07. Lähtö Lahdesta Marolankadun Turistipysäkiltä klo 8 ja paluu n. klo 18. Tarkempia tietoja jäsenkirjeessä.

**Rafaello Stucco tyylillä....** ... opettelemme maalaamaan 19 - 20.8. Lahden Seudun Invalidit ry:n kesäkoti Sarvi-kuutissa, Hollolan Kutajärven maisemissa. Lahdesta on kesäkodille matkaa 12 km.

Taiteilija ja galleristi Hilikka Huotari Turusta näyttää kädestä pitäen, kuinka jokainen on persoonallinen taiteilija ja osaa maalata taulun.

Lauantaina ohjelma on klo 10 - 17 ja sunnuntaina klo 10 - 15.

Lisätietoa viikonlopun tapahtumasta Ritva Jokelalta puh. 03 7335 412 tai 044 5142 256 ja jäsenkirjeessä. Lähde rohkeasti taiteilemaan!

### **Syksyn ohjelmasta ennakkotietoa**

Kuntoilua ja virkistystä Lahden Ammattikorkeakoulun oppilaiden johdattamana tiistaina 29.8. ja syyskauden vesivoimistelu alkaa torstaina 31.8. klo 15, Oppimiskeskus Optiimin tiloissa Hoitajakatu 3 Lahti.

Oikein mukavaa kesää kaikille

### **Johtokunta**





- \* Viihtyisä, turvallinen koti
- \* Laadukas, monipuolinen kuntoutuspaikka
- \* Kuntoutusta laitos-, päivä- ja avokuntoutuksena

Lisätietoja talosta ja toiminnasta  
Puh. (02) 857 81, fax (02) 856 665  
sähköposti: kanslia@veljeskoti.com  
www.veljeskoti.com



## INVALIDILIITTO ry

Kumpulantie 1 A, 00520 Helsinki  
puh. (09) 613 191  
www.invalidiliitto.fi

## Kuntoutus PEURUNKA

Peurungantie 85, 41340 Laukaa  
puh. (014) 839 601, peurunka@peurunka.fi

www.peurunka.fi

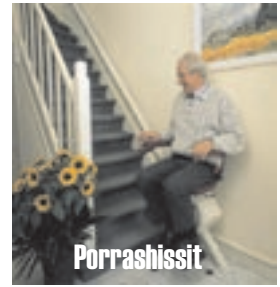
Mela turvaa  
maaseudun  
hyvinvointia



## HISSIPÖRSSI OY



Pystyhisstit



Porrashissit

Kynttilätie 17, 11710 RIIHIMÄKI Puh. (019) 426 6700 Faksi (019) 414 648  
www.hissiporssi.fi pihlaja@hissiporssi.fi



## Tilaa

ilmainen  
postimyynti-  
luettelomme.

Hoitotarvikkeiden  
postimyyntiluettelo  
2006

FENNO MEDICAL OY  
Tähtitankkuja 9, 01530 Vantaa  
Puh. (09) 2763 6100  
asiakaspalvelu@fennomedical.fi  
www.fennomedical.fi

## ROKUAN ILOISET KESÄLOMAT !



Rokuan Kuntokeskus on monipuolinen kylpylä upean luonnon ympäröimänä. Rokualle voit tulla kuntoutumaan tai virkistymään. Tule ja koe Hyvä Olo !

**PERHEPAKETTI**  
**98 €/perhe/vrk**  
**(2 aik ja 1-3 lasta)**

PERHEPAKETTIN KESÄ-  
EXTRA: LAPSILLE AJELU  
KAPEARAIDEJUNALLA !

**KESÄLOMANEN**  
**alk. 39 €/hlö/vrk**

2-hengen economy-  
huoneessa aamiaisella.  
Varaa lisäksi hemmotteluvia  
hoitoja !

Hinnat voimassa 1.6.-31.8.06.

KYSY MYÖS VIRKISTYS- JA KYLPLYLÄLOMIA, SENIORILOMIA  
JA ÄKKILÄHTÖTARJOUKSIA. TUTUSTU TARJONTAAMME

**www.rokua.fi**



**Rokuan**  
KUNTO KESKUS

91670 ROKUA • Puh.020 7819 100 • Fax 020 7819 170  
www.rokua.fi • myynti@rokua.fi

# Raffaello-stuccoa nyt myös Lahdessa

Syksyllä 2005 Uskallusta elämään -kurssilla tapasin Ritva Jokelan Lahdesta. Hän piti stucco-maalauksesta niin paljon, että halusi innokkaasti jakaa oppinsa myös muiden poliolaisten kanssa.. Mietimme hetken ja päätimme ryhtyä tutkimaan mahdollisuutta järjestää Polioinvalidit ry Lahden osaston jäsenille kurssi Raffaello-stuccosta. Ritva on tehnyt työtä , ja nyt asia on jo niin pitkällä, että kurssi Lahteen on tulossa syyskesällä. Kurssi on sellainen pidennetyin viikonlopun mittainen. Odottemme jännittyneenä, että mahdollisimman moni tulisi kokeilemaan ja tutustumaan.

## Stucco-tekniikka kiinnostaa

Raffaello-stucco aloitetaan pohjustamalla kovalevy tarkoitukseen sopivalla pohjustusaineella. Raffaello-laasti värjätään pigmenteillä toivotun sävyiseksi ja levitetään palettiveitsellä. Ennen tätä voi lyijykynällä piirtää valitusta aiheesta luonnoksen. Kun kuva on valmis, päälle levitetään vaha, joka kirkastaa värit. Lakka kirkastaa myös työn pinnan. Vaha antaa himmeän kiillon.

Tänä vuonna monet ovat löytäneet stucco-malauksen. Syksyllä menen Raision taideryhdykseen ohjaamaan kurssia stucco-lustrosta. Siinä maalataan pigmenteillä kuva kostean laastin päälle.

Syksyllä seurakunta järjestää Turussa vammaisille leirin, ja

siellä yhtenä vaihtoehtona on maalata Raffaello-stuccoa. Myös Henrikin seurakunta on kiinnostunut saamaan uuden stucco-ryhmän käyntiin syksyllä. Vuosi sitten ohjasin heille kymmenen tapaamiskerran mittaisen kurssin. Suunnitteilla on vielä kesäkurssi Kynnyksessä heinäkuussa.

## Luomisen riemua kaikille

Jos sinun alaosastossasi mietitään, mitä tehdä, tässä olisi yksi varteenotettava vaihtoehto mukaan tuttuun ja totuttuun yhdistystoimintaan. Jo kolmessakin päivässä saa ihmeitä aikaan. Kehystys sujuu kurssin ohessa, jos niin halutaan. Yhdessä olemme naulanneet kurssien aikana kehykset paikoilleen. Näin taulu on valmis seinälle ripustettavaksi heti, kun menet kotiin.

Maalaamisesta saa paljon iloa: opit katselemaan ympäristöäsi uudella tavalla. Pohtimaan, mitä tästä maalaisit, mitä jättäisit pois. Monet ovat ihmetelleet, kuinka maalaaminen on avannut aivan uuden tavan hahmottaa ja ajatella ympäristöään. Kuvien katselu muuttuu, ja mieli tulvii suunnitelmia, joita haluaisi maalaamalla toteuttaa.

Värit tuovat iloa elämään. Toivon, että sinäkin pääset kokemaan sen!

## Hilkka Huotari

Yhteystiedot saa toimistolta puh. 09 6860 990



Galleristi Hilkka Huotari.

Muutama paikka  
vielä jäljellä:

Kylpylämatka  
Laulasmaan  
kylpylään  
20-24.8.2006

Soita p. 09-6860990.

kts. lisätietoja  
Pääkaupunkiseudun osasto

Kiire! Lähde mukaan!

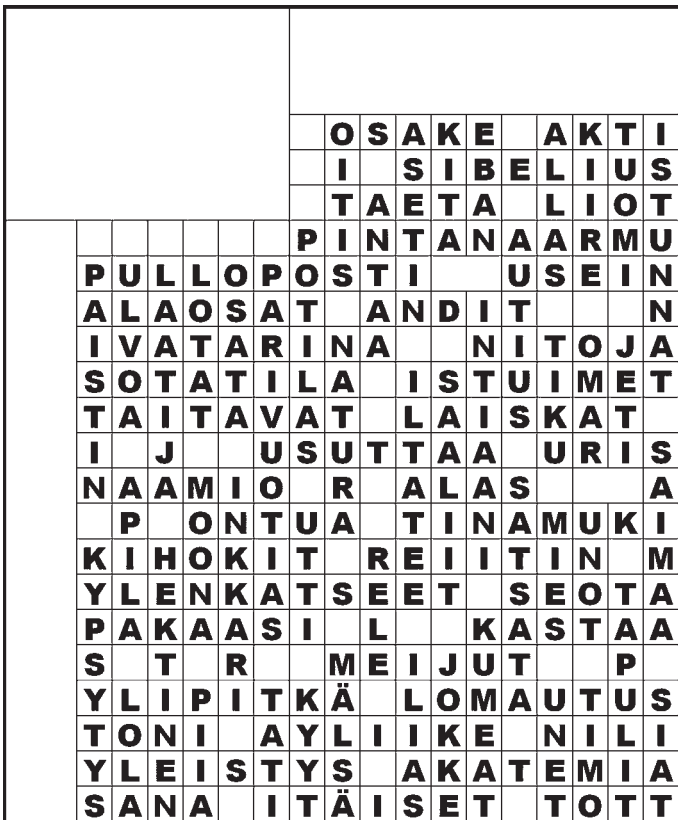
# Luotsikatu kesälomalla

Poliojärjestöjen toimisto on kesälomien vuoksi suljettu ajalla 22.6.-7.7.2006.

## Kiitos

Lämmin kiitos muistamisesta 29.4.2006 johdosta.

Arja Anttila



## Ruudukon voittajat Poliolehti 1/2006

I palkinto, 10 €  
Pohjonen Elli  
40500 Jyväskylä

II palkinto 6 €  
Palenius Aarre  
03100 Nummela



## Syntymäpäivät

### 90 vuotta

0707 Wilen Aarre Salo

### 85 vuotta

0508 Ehrukainen Tauno Tampere  
2108 Virtanen Veikko Nokia

### 80 vuotta

0308 Aulen Lauri Eurajoki  
1508 Alakantti Aino Kantti  
1709 Hämäläinen Lauri Lappeenranta

### 75 vuotta

3007 Juurikka Anna Pudasjärvi  
2809 Joenpolvi Vilho Lahti  
2909 Koho Kirsti Vantaa

### 70 vuotta

0207 Björkqvist Maj-Lis Maxmo  
1007 Hämäläinen Anna-Liisa Kausala  
0408 Lönnberg Ann-Mari Karjaa  
2308 Granholm Veijo Honkakoski  
2408 Rautio Hely Ruokolahti  
0209 Kokkonen Tauno Helsinki

### 60 vuotta

0207 Vihervaara Ilkka Tampere  
1307 Sipinen Pertti Vaasa  
3008 Linnasalo Arja-Liisa Jyväskylä  
0409 Heikkilä Marja-Liisa Forssa  
1709 Jalonen Jukka Helsinki

### 50 vuotta

0908 Paukkeri Inkeri Reisjärvi  
1508 Eriksson Anita Vaasa  
1708 Kettunen Heli Urjala As  
1509 Seitola Harriet Helsinki  
2309 Tönkkälä Jukka Jurva



## Muistoa kunnioittaen

Silonsaari Elina  
s. 17.07.17 Mellilä  
k. 17.04.06 Tampere

# Itämeren iloisin laivasto kutsuu!



Tervetuloa koko perheen voimin Itämeren suosituimmalle kohtauspaikalle iloisten ihmisten joukkoon! Nauti huippuvihteestä ja lukuisten erilaisten ravintoloiden herkuista. Koe punaisten laivojen aito tunnelma, joka on arjen yläpuolella viikon jokaisena päivänä. Ja vie kotiin merihintaan edulliset taxfree-tuliaisat.

Lähde risteilylle Helsingistä ja Turusta suoraan Tukholman sydämeen. Tai tutustu Helsinki-Talinn -reittimme tarjoamiin moniin mahdollisuuksiin. Kysy lisää!

# NG LI

Helsinki puh. (09) 123 577 Turku puh. (02) 333 1331 Tampere puh. (03) 249 0111  
[www.vikingline.fi](http://www.vikingline.fi) tai matkatoimistostasi