

Poliolihti

Suomen Polioliitto ry:n jäsenlehti

2/2026



Ratkaisuja on olemassa, jos on tahtoa ja uskallusta

ATK ongelmassa. Olemme siirtyneet digiaikaan. Yhteydenpitoinkin hoidetaan netin kautta. Aina kaikki ei suju toivotusti. Polioinvalidit ry:n vuosikokouksessa katkesivat sähkötkö. Tuloksena katkenneet nettiyhteydet ja yksi ”loukkaantunut” kannettava tietokone. Pienen säädön jälkeen kokous saatiin jatkumaan. Nettiyhteyttä emme onnistuneet palauttamaan. Se kannettava tietokonekin on vielä korjausta vailla. Mutta viedään korjaukseen, kun ehditään. Pahoitteluni kaikille, joiden kokouksen seuraaminen loppui, kun sähkö loppui.

Kahvitaun viisaus. Istuimme juuri tuossa toimiston yhteisellä kahvihetkellä ja totesimme, että olemmeko jo saavuttaneet rajapyykin, jonka jälkeen ”ennen oli paremmin”? Ja päätimme yhdessä tuumin, että tällä kertaa päätoimittaja pääkirjoituksessaan ei maalaa kuvaa poliojärjestöjen työn loppumisesta, jollei STEA myönnä rahoitusta vuodelle 2027. Ei kuulemma tarvitse. Vertaisryhmätapahtumista on kuulemma välittynyt sellainen tunnelma, että viimeisiä viedään.

Ei vielä. Kesä vietetään erilaisissa mukavissa kesätapahtumissa tai maataan vain patjalla keräämässä voimia siirtyä hakemaan kuppi kahvia. Syksyllä palataan reippain mielin, ryhmätoimintapäivät, verkkokurssit, laitosjaksot, heku-kurssit, allasvoimistelut ja muu odottavat valmiina osallistujiaan. Mukaan vain kaikki!

Palvelupolku ohjeena. Kuntoutuspäällikkömme, kuntoutuksen erityisasiantuntija Marja Räsänen on saanut valmiiksi ja hyväksytyksi ylemmän AMK-tutkinnon opinnäytetyönsä ”Selkeä ja saavutettava palvelupolku iäkkään kuntoutujan toimituksen tueksi”.

Opinnäytetyön toimeksiantajan, Suomen Polioliiton, yhtenä tavoitteena oli saada paitsi tietoa siitä, kuinka poliovammaisia kuunnellaan heidän palveluistaan päätettäessä myös etsiä tapoja ja kehittää malli, jossa poliovammaisen ja kuka tahansa iäkäs kuntoutuja otetaan paremmin hu-



mioon palveluja määriteltäessä ja niistä päätettäessä.

Nyt opinnäytetyö on valmis. Välitän lämpimät kiitokset kaikille teille, jotka olette olleet mukana tutkimusaineistoa kerätessä. Julkaisemme tutkimuksen syksyllä Polioliiton nettisivuilla. Tosiasiaan on, että palveluja tarvitsevan ääni ja toiveet eivät tule riittävästi kuulluksi emmekä aina osaa tarpeistamme oikealla tavalla kertoa. Tekemistä silläkin saralla riittää.

Ratkaisuja. Poliolehden päätoimittaja on saanut tarpeekseen jatkuvista leikkaus- ja säästöuutisista. Ei niillä näytä ainakaan toistaiseksi ylijäämää saatu aikaiseksi. Ja vähän särähti taas aamulla korvaan, että työikäisten pitäisi kouluttautua uudelleen ja vastata näin työelämän muutoksiin. Muistaakseni aikuiskoulutustuki lopetettiin juuri äskettäin?

No, näitä esimerkkejä jokainen voi kaimella esiin puolesta ja vastaan. Toimittajat pyytelevät ajankohtaisohjelmissa konkreettista, sitä saamatta. Poliolehden päätoimittajan aivoissa ratkaisuja tuntuu, näin kesän alussa, syntyvän kuin liukuhihnalta. Tässä teille yksi.

Pari ongelmaa: haja-asutusalueiden asunnot jäävät ilman asukkaita, hinnat ovat romahtaneet eikä niitä saa myytyä, vaikka antaisi sen kuuluisan kymppin oheen. Eläkeläiset ja ikäihmiset ovat suurin kuluerä ja tulevien sukupolvien kurjuuden syy. Eläk-

keet syövät liikaa verorahoja ja ikäihmiset kuluttavat liikaa terveysasemien penkkejä ja ruuhkauttavat kalliin erityssairaanhoidon.

Ratkaisu: eläkeläisten pakkomuutto haja-asutusalueille. Jo vain löytyy asukkaita tyhjiksi jääneisiin asuntoihin ja halvempi asuminen puolestaan vähentää asumiskimenoja. Eläkkeitäkin voi höylätä, kun kulut pienenevät. Ja kuin ylimääräisenä hyötynä Suomi pysyy asuttuna, kunnat saavat asukkaita ja hyvällä tuurilla jälkipolvi vierailee isovanhempien luona aika ajoin, niin kauppaakin pysyy hengissä. Apteekkari ei ikäihmisten muuton myötä enää mieli lopettamista. Terveyspalvelut voidaan hoitaa kuuluisalla kiertävällä hoitobussilla, jollei kunta houkuttimena ala ostaa omia terveyspalveluja.

Lausuntokierros: tässä mallissa saattaa olla vielä vähän fiksattavaa, mutta odotellen rauhallisista mielin lausuntokierroksen tuloksia. Luotan vahvasti siihen, että heinäkuun helteiden avulla ratkaisuja tarvittaessa aivoissani syntyy.

Lomalle. Kuten huomaatte, päätoimittajan on syytä siirtyä vähintäänkin lomalle. Palaillaan syksymmällä.

Sopivan lämpöistä ja mukavaa kesää kaikille.

Birgitta Oksa



Kannen kuva: LS

Poliolehti

Julkaisija:

Suomen Polioliitto ry

Päätoimittaja:

Birgitta Oksa

Toimitus:

Kumpulantie 1 A 8 krs.
00520 Helsinki

puh. 09 - 686 0990
fax 09 - 6860 9960

sähköposti:

birgitta.oksa@polioliitto.com

Lehti ilmestyy

4 kertaa vuodessa

Ilmoitukset

TJM-Systems Oy
puh. 044 567 0044

Taitto

Antero Karjalainen

Paino

Grano Oy

ISSN 1237-2781

Toimitus ei vastaa tilaamatta lähetetystä aineistoista.

Suomen Polioliitto ry



Sosiaali- ja terveysministeriön RAHOITTAMA

Sisältö

Pääkirjoitus

2

Puheenjohtajalta

5

Muuta

Neuvontapalvelusta kysyttyä

4

Keväinen Dublin tutuksi

10

Poliovirus kuriin jätevesiseurannalla ja rokotteilla

12

Henkilökohtaisen avun palvelusetelit alihinnoiteltuja

14

Palvelusetelimallassa porsaanreikiä

15

Kun yhteiskunta pettää

16

Minun elämäni poliovammaisena

18

Hei, Olen Peter Rinne Lahdesta

32

Kotimaista kuitua lautaselle

32

Sote-sohva

40

Uutisia

Kesäpäivät: Vertaistuki vahvistaa

6

Kesän aukioloajat

15

Vuosikokoukset

28

Osastoissa tapahtuu

Varsinais-Suomessa toimitaan

21

Päivä Vesileppiksessä

22

Kurssiuutisia

Kruunupuistossa vietettiin Vertaisryhmäpäivää ja hekuiltiin...

23

Kuntoutuspaketti

Tukea toimintakyvylle vuonna 2026

24

Poliokurssit vuonna 2026

25

Vertaisryhmäpäivät

26

Verkkokurssit

26

Henkilökohtaista toimintakykyä ja jaksamista tukevat HEKU-jaksot vuonna 2026

27

Hakulomake

33

Järjestöt tiedottaa

Laurin nurkka

13

Poliohuollon puolelta

35

Osastot tiedottaa

36



Neuvontapalvelusta kysyttyä



Kysymys: Voiko oman auton käytön takia evätä sähkömopon saannin, jos haluaisi harrastaa esimerkiksi ulkoilua?

Vastaus: Oman auton käyttö ei ole hyväksyttävä peruste evätä sähkömopon myöntämistä.

Vammaispalvelulain (675/2023) 28 § velvoittaa järjestämään liikkumisen tuen henkilölle, jolla on erityisiä vaikeuksia liikkumisessa, eikä hän pysty käyttämään tavanomaisia liikkumismuotoja ilman kohtuuttomia vaikeuksia.

Lain tarkoituksena on turvata vammaisen henkilön yhdenvertaisuus, itsenäinen elämä ja osallisuus yhteiskunnassa, mukaan lukien mahdollisuus ulkoiluun ja harrastuksiin. Arvioinnissa ei siten voida rajoittaa pelkästään siihen, että henkilöllä on auto, vaan ratkaisevaa on, toteutuuko hänen todellinen liikkumisensa arjessa.

Mikäli auto ei mahdollista turvallista ja riittävää liikkumista esimerkiksi lähiympäristössä, ulkoilussa tai asioinnissa, sähkömopo voi olla välttämätön liikkumisen apuväline. Tällöin kyse ei ole vaihtoehtoista vaan toisiaan täydentävistä ratkaisuista, joilla turvataan henkilön oikeus liikkumiseen, osallisuuteen ja hyvään arkeen.

Suomen Polioliittory

Toimisto/Poliolehden toimitus:
Kumpulantie 1 A 8 krs., 00520 Helsinki

Puhelin: 09-6860 990

Sähköposti: birgitta.oksa@polioliitto.com

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Danske Bank FI40 8000 1570 4328 57

Polioinvalidit ry

Toimisto: Kumpulantie 1 A 8 krs.00520 Helsinki

Puhelin: 09-6860 990

Sähköposti: kirsti.paavola@polioliitto.com

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Danske Bank FI18 8000 1300 2228 75

SUOMEN POLIOHUOLTO ry

Toimisto: Kumpulantie 1 A 8 krs. 00520 Helsinki

Puhelin: 09-6860 990

Sähköposti: kajakaarina1@outlook.com

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Danske Bank FI25 8000 1700 2872 21

Kysymys: Mitä tulisi tehdä, jos myönnetty kuljetuspalvelu ei ole taloudellisen tilanteen vuoksi käytettävissä riittävästi?

Vastaus: Vammaispalvelulain mukaisen liikkumisen tuen tulee olla aidosti käytettävissä siten, että henkilön arjen liikkuminen ja osallisuus toteutuvat. Lain (675/2023) 28 §:n mukaan liikkumisen tuki on järjestettävä henkilölle, jolla on erityisiä vaikeuksia liikkumisessa, eikä tuki ole riittävä, jos sitä ei voida käyttää tarpeen mukaisesti.

Jos kuljetuspalvelua ei taloudellisista syistä voi käyttää tarpeen mukaisesti, palvelu ei vastaa tarkoitustaan ja se tulee arvioida uudelleen. Henkilöllä on oikeus hakea asiakasmaksun alentamista tai poistamista tekemällä kirjallinen hakemus, jossa kuvataan taloudellinen tilanne ja se, miten maksut estävät välttämättömän liikkumisen ja osallisuuden.

Kysymys: Mistä asiakasmaksun alentamista tai poistamista haetaan?

Vastaus: Asiakasmaksun alentamista tai poistamista haetaan omalta hyvinvointialueelta, yleensä vammaispalvelujen tai sosiaalipalvelujen kautta. Hakemus tehdään kirjallisesti asiakasmaksuista vastaavaan yksikköön.

Hakemuksessa tulee kuvata oma taloudellinen tilanne sekä se, miten kuljetuspalvelun maksut estävät palvelun käytön ja vaarantavat välttämättömän liikkumisen ja arjessa selviytymisen. Maksu tulee alentaa tai jättää perimättä, jos se vaarantaa toimeentulon tai palvelun käytön.

Hakemus tehdään oman hyvinvointialueen sosiaalipalveluihin. Lomakkeen saa yleensä hyvinvointialueen verkkosivuilta asiakasmaksuja koskevasta osiosta, tai sen voi pyytää suoraan vammaispalvelujen työntekijältä (sosiaalityöntekijä tai sosiaaliohjaaja). Hakemuksen voi tehdä myös vapaamuotoisesti, jos valmista lomaketta ei ole käytettävissä.

Yhteyshenkilönä toimii yleensä oma vammaispalvelujen työntekijä tai hyvinvointialueen asiakasmaksuista vastaava yksikkö. He neuvovat hakemuksen tekemisessä ja välittävät asian käsittelyyn.

Poliolinja

Poliolinja on lomalla 17.6.-31.7.2026

3.8.2026 alkaen palamme taas arkeen ja Poliolinja avoinna:

Puhelimitse maanantaisin ja keskiviikkoisin kello 10–13 numerossa 09-68609940 tai 0400-236 956.

Muina aikoina tai, jos linja varattu, voit jättää soittopyynnön numeroon 09-6860990.

Sähköpostitse voit lähettää kysymyksesi osoitteeseen

marja.rasanen@polioliitto.com. Vastaamme samaan sähköpostiosoitteeseen, josta kysymys on lähetetty.

Puheenjohtajalta Suomen Polioliitto ry

Me olemme olemassa

Kesä on jälleen täällä. Luonto on vihertynyt, päivät ovat pitkiä ja valo tuo mukanaan energiaa. Kesäkuuta eletään ja keskikesän juhlaa juhannusta saamme kohta viettä.

Kesäpäivillä Kankaanpäässä

Polioliiton kesäpäiviä ja valtakunnallista avokurssitapahtumaa vietettiin Kankaanpäässä jo kolmannen kerran, Kunnonlähteen tiloissa. Osallistujia se ei tuntunut haittaavan, eipä tarvinnut eksyä tutuissa paikoissa. Toukokuinen sää taas suosi ulkoiluohjelmaamme, pelaamiset onnistuivat ja saimme nauttia välipalatarjoilun avoimen taivaan alla.

Pelaaminen rennolla asenteella ja kilpakaverien kanssa keskustelut ovat vertaistoimintaa mukavassa muodossa. Oma minigolfkierros tuotti tänä vuonna huonomman tuloksen kuin viimeksi, epäilen epäsuotuisaa tuulen suuntaa, pelaajasta se tuskin johtui. Sisätiloissa oli tarjolla myös ohjelmaa, niin asiapitoista tietoa kuin sisäpelejä sekä tuoli- ja vesijumppaa. Osallistujat olivat tyytyväisiä taas kesäpäivien antiin ja pidettiin tärkeänä vertaistukitapahtumana.

Polioliiton kurssit jatkuvat vuonna 2026

Toukokuussa pidettiin myös Polioliiton vuosikokous. Käsiteltiin sääntöjen mukaiset asiat. Toimintasuunnitelman ja talousarvion käsittely nosti esille huolen rahoituksen tiukkuudesta. Vuoden 2026 rahoituksen kokonaissumma on pienempi kuin edellisena



vuonna. Silti kaikki toiminta edellisen vuoden tapaan on pyrkimys toteuttaa tiukalla taloudenpidolla.

Tänä vuonna toteutuvat suunnitellut laitosmuotoiset, toimintakykyä tukevat ryhmämuotoiset poliokurssit kolmella eri paikkakunnalla. Muistakaa hakea näille kurseille.

Kurssipaikat ja hakuajat löydätte Poliolehdestä tai Polioliiton nettisivuilta.

Digimaailma ei ole aina ratkaisu

Nettisivujen mainitseminen nostaa esiin huolen meidän ikäihmisten digi-aikaan pakottamisesta: palveluiden ja osallistumismahdollisuuksista tiedonsaannin siirtyminen verkkopalveluiksi. Pitää osata etsiä, ja miten etsiä, jos digitaidot puuttuvat tai sopivaa digilaitetta ei ole. Poliolehtä ja jäsenkirjeitä pitää jatkossakin olla valmis toimittamaan paperiversiona.

Itse törmäsin palvelujen muuttamiseen henkilökohtaista apuvälineasiana hoitaessani. Maaliskuussa puhelimeen vas-

tasi asiakaspalvelija, joka kertoi heti, että tavoittelemani henkilö on lomalla, palaa toukokuun puolella. Toukokuussa soitin samaan nemeroon, heti automaatti vastasi ”numeromme on muuttunut” ja luetteli samalla uuden numeron. Automatti jatkoi, että jos asiasi koskee tätä, niin paina yksi ja luettelo jatkui, löytyi kohta, että jätä viesti. Jätin viestin etsimälleni henkilölle. Automaatti jatkoi: kuuntele viestisi, hyväksy viestisi ja lähetä, paina lopuksi ruutu.

Sinne meni, taisi mennä pilveen, mitään ei ole kuulunut. Pitäisikö ottaa uusiksi?

Haasteita riittää

Kuluneen vuoden aikana vammaisjärjestöjen toimintaympäristö on muuttunut merkittävästi. Järjestöihin kohdistuvat avustusleikkaukset heittävä huolta niin palveluiden, vertaistuen kuin vaikuttamistyönkin tulevaisuudesta. Eri-tyisen voimakkaasti leikkaukset osuvat vapaaehtoistoiminnan edellytyksiin. Moni toiminta, tapahtuma, vertaistukiryhmä ja kohtaaminen rakentuu vapaa-

ehtoisten työn varaan, mutta niiden järjestäminen tarvitsee tuekseen myös resursseja, koordinointia ja toimivia rakenteita. Vammaisjärjestöjen merkitys ei näy ainoastaan tilastoissa tai talouslukuissa. Se näkyy ihmisissä, jotka saavat tukea arkeensa, löytävät yhteisön, tulevat kuulluiksi ja saavat mahdollisuuden osallistua. Järjestöt tekevät työtä, jota ei voi mitata pelkästään euroissa. Ne rakentavat osallisuutta, hyvinvointia ja yhdenvertaisuutta.

Haasteista huolimatta haluan korostaa järjestöimme vahvuutta. Haasteita riittää, niihin ei totu, pidemmän ajan suunnitelmat sisältävät epävarmuustekijöitä. Polioliiton jäsenjärjestöjen toiminnan perusta on ihmisissä – jäsenissä, vapaaehtoisissa, luottamushenkilöissä ja yhteistyökumppaneissa. Teidän sitoutumisenne ja halunne toimia yhteisen hyvän puolesta antavat voimia tulevaan.

Kesäpäivien jälkeinen aika toimistolla on vielä kiireistä ennen kesälomaa. Poliolehti pitää saada painoon kaiken muun pakollisen toimistotyön ohella. Neuvontapalvelupuhelin soi, neuvoja kysyjät kaipaavat. Toimisto hiljenee hetkeksi heinäkuussa, hyvää lomaa henkilökunnalle.

Aurinkoista ja rauhallista kesää lukijoille. Nautitaan kesästä.

Lauri Jokinen

Suomen Polioliitto ry:n puheenjohtaja

Vertaistuki vahvistaa



Suomen Polioliiton kesäpäivät tarjosivat tuttuun tapaan mahdollisuuden aitoon vertaistukeen. Kankaanpähän oli saapunut polion sairastaneita ja heidän läheisiään ja avustajiaan eri puolelta Suomea. Osa oli saapunut jo aiemmin osallistuakseen Polioinvalidit ry:n Satakunnan osaston järjestämälle heku-kurssille. Joten kurssilaiset olivatkin toivottamassa muut osallistujat lämpimästi tervetulleeksi hymyin ja halauksin. Yhteinen viikonvaihe pitäisi sisällään liikuntaa, tietoa ja ennen kaikkea yhdessäoloa, aikaa vaihtaa kuulumisia.

Nykyinen valtakunnallinen vertaistapahtuma Kesäpäivät saivat alkunsa Polioinvalidit ry:n järjestämistä kesäpäivistä, joista ensimmäisiä vietettiin jo vuonna 1957 Tampereella. Tällaisia valtakunnallisia tapahtumia, johon on kokoontunut poliovammaisia eri puolilta Suomea, onkin järjestetty sittemmin katkeamatta vuosittain, lukuun ottamatta vuotta 2020, jolloin korona sotki suunnitelmat eikä tapahtumaa Oulussa voitu toteuttaa.

Polioliiton alueellisen avokurssitoiminnan myötä kesäpäivistä on tullut tärkeä osa

vertaistapahtumia. Kesäpäivillä eri alueitten avokurssilaiset ovat, muiden osallistujien ohella, voineet kokoontua yhteen vaihtamaan tietoja ja taitoja, kuinka pärjätä omassa arjessa poliovammaisena. Kesäpäivät tarjoavat myös polion sairastaneiden läheisille ja avustajille mahdollisuuden vertaistukeen.

Toimintakyvyn muutos saattaa yllättää kaikki

Läheisen toimintakyvyn muutokset huonompaan suuntaan saattavat keikauttaa koko perheen tilanteen ylösalaisin. Tilanne koskee koko perhettä ja läheisiä - jos toimintakyvyn



Ryhmätoimintapahtumassa Kankaanpäässä mm. jumpattiin porukalla liikuntasalissa, viihdyttiin shown parissa ja kilpailtiin mölkyneheitossa. Tekemistä riitti varmasti jokaiselle.



heikkeneminen ei ole helppoa sille, jonka toimintakyvystä on kyse, ei se ole kovin helppoa läheisillekään, totesi yksi toimintakyvyn heikkenemistä läheltä seurannut läheinen.

Hän kertoi, että muuttunut elämäntilanne oli kuitenkin järkytys, vaikka tiedossa heillä olikin, että sairastettu polio voi myöhemmin näkyä polion myöhäsoireina, joissa toimintakyvyn lasku voi olla voimakasta ja nopeaa.

- Poliossa tuo toimintakyvyn muutos – ainakin meidän kohdallamme – tuli ihan kamalan nopeasti. Muutamassa viikossa. Yhtäkkiä mikään ei oikeastaan toiminut arjessa kuin ennen. Kipuillimme ja kipuilimme asian suhteen yhä. Mietin usein, että entä, jos en itse jaksakaan auttaa. Täällä näen onneksi, että emme ole yksin tämän muutoksen kanssa taistelemassa.

Hän halusi välittää kiitokset saamastaan avusta niin Polioinvalidit ry:n puhelimesta kuin ihan käytännön apuna erilaisia vammaispalveluita haettaessa.

- On ollut tosi tärkeää saada puhua asiasta sellaisten kanssa, jotka ymmärtävät mistä ihan oikeasti on kysymys. Hyvinvointialueella muutokset kuitattiin ensin vain sanomalla, että sellaista se vanheneminen on. Itkin monta iltaa.

Vertaistukea vähätellään?

Vertaistuesta ja sen merkityksestä sote-järjestöt puhuvat paljon. Sen todellinen vaikutus ihmisten arjessa selviytymiseen jää usein ”sanahelinäksi”.

Mitä vertaistuki sitten on? Vertaistuki on vapaaehtoista kokemusten vaihtamista, jossa samankaltaisia haasteita tai elä-



Allasjumppa on yksi kesto-suosikki myös kesäpäivillä.

Mikäpä sopisi vertaistapahtumaan paremmin kuin hyvät kahvit aurinkoisessa kesäsäässä vertaisten ja ystävien kesken.



mäntilanteita kokeneet jakavat ajatuksiaan. Se tarjoaa ymmärrystä, toivoa ja konkreettisia selviytymiskeinoja turvallisessa ympäristössä ilman tuomitusti tulehusten pelkoa.

Tutkitusti vertaistuella on useita hyötyjä: toinen saman kokenut ymmärtää tilanteen syvällisemmin kuin ulkopuolinen, vertaisten tarinat auttavat näkemään, että vaikean tilanteen yli on mahdollista päästä, ja että jokainen on oman tilanteensa asiantuntija.

Juuri tuota aitoa vertaistukea tarjosivat myös kesäpäivät Kankaanpäässä.

Leikkimielellä tosissaan, ei vakavissaan

Kesäpäivien ohjelmassa oli niin liikuntaa, pelejä, viihdettä ja tietoa. Osallistumispakkoa ei ollut, vaan jokaisella oli oikeus osallistua tai olla osallistumatta. Eri liikuntapisteissä oli mahdollista testata omia taitoja tai opetella uusia.

Erityisliikunnanohjaaja Päivi Mecklin ja Polioliiton kesäpäivien liikuntavastaava Riitta Nissilä olivat koko kevään suunnitelleet mitä kaikkea liikuntaan liittyvää tämän kertaisilla kesäpäivillä olisi tarjolla.

- Viime kerrasta opittuna ainakin ohjattua allasvoimistelua pitää olla joka päivä ja kuntosalilaitteisiin tutustumiseen tulee myös löytää sopiva väli, he totesivat, kun aikatauluja ja varauksia soviteltiin yhteen.

Ja tilaa noille löytyi samoin kuin keilailulle, möllyn heitolle, minigolfille, Metsämiehi-kierrokselle, boccialle ja tempuradalle. Tiukimmat kilpailut – hyvässä hengessä tietysti – nähtiin tempuradan leikkimielisessä ammuttakis-



Viime vuoden tapaan virikeohjaajien Heikin ja Heidin laatima tempurata keräsi innokkaita osallistujia. Tempuradalla saattoi kilpailla joko itseään tai muita vastaan. Yläkuvasa Kurvisen Ulla Pohjois-Suomen osastosta mittaamassa, kuinka tarkka on heittokäsi. Ja olihan se.

Alakuvassa Heidi seuraa tarkasti, millainen on Seppälän Markun osumatarkkuus.



sa ja minigolfradalla. Voittajat saatiin selville ja palkinnot jaettiin.

Ohjelmaa suunniteltaessa ohjelmia oli kaksi. Toinen huonon sään varalta ja toinen sitten aurinkoisiin kesäpäiviin sopivaksi. Säänhaltijat olivat – taas kerran – vahvasti puolellamme. Aurinko paistoi ja toukokuun viileät tuulet vaihtuivat kuin taikaiskusta lämmöksi.

Liikuntapisteisiin kaivattiin villatakkien ja sateenvarjojen sijasta raikasta vettä juotavaksi. Henkilökohtaisen neuvontapisteiden Polioliiton Marja Räsänen

siirsi varjoon ja avustajista Johan Mecklin muistutti pään suojauksesta, aurinkovoiteista ja nesteytyksen tärkeydestä.

Mitä, jos taksi ei tule ja muita huolia

Sunnuntai-aamuna aamupalan jälkeen ja ennen hakea kotiinlähtöä oli yhteisen keskustelun vuoro. Polioliitto keräsi vaikuttamistyönsä tueksi tietoa siitä, kuinka liikkumisen tukipalveluista kuljetuspalvelut toimivat eri puolilla Suomea. Järjestyvätkö kuljetukset ajallaan, kuinka kuljetuspalvelut käytännössä toimivat ja saako

niitä ylipäättään? Tarkemmat tulokset julkaistaan myöhemmin.

Keskustelun aikana vahvistui käsitys siitä, että kuljetuspalvelujen toteutuminen eri hyvinvointialueilla on vielä kaukana yhdenvertaisuustavoitteesta. Tavat järjestää ja myöntää palvelua vaihtelevat suuresti.

Myönnettävien palveluiden heikennykset pelottavat, uusien toimintakykyyn päivitettyjen palveluiden hakeminen pelottaa.

- Liian moni kertoo, että esimerkiksi myönnettävien liikkumisen tuen (kuljetuspalvelut)

matkojen määrää on vähennetty samassa yhteydessä, kun on päätetty jostakin muusta haetusta palvelusta.

Uuteen vammaispalvelulakiin siirtymisen määräajaksi asetettiin kolme vuotta. Laki astui voimaan 1.1.2025. Varsin yleinen mielipide tuntuu olevan, että alkua hakeko mitään muutoksia, vaan tyytykää vanhaan, niin kauan kuin mahdollista.

Toki vastakkaisiakin mielipiteitä kuultiin. Polioliiton neuvontapalveluista voi pyytää apua niin haku- kuin valitusprosesseissakin. Diagnoosipohjaisista päätöksistä siirtyminen toimintakykypohjaisiin päätöksiin ei aina suju saumattomasti.

- Tietoa polion jälkitilasta ja myöhäisoiroista tarvitaan. Polion myöhäisoirot eivät selity vanhenemisella, johon päätösten perusteluissa usein vedotaan.

Keskustelussa nousi vääjäämättä esiin myös sote-järjestöjen avustusrahoitukseen tehdyt leikkaukset. Suunniteltujen lisäleikkausten myötä avustuspäärahana tippuu kolmannekseen vuoden 2024 tasosta. Stea-rahoituksen merkittävä pieneminen tai kokonaan loppuminen on uhka sote-järjestöjen toiminnalle ja koskee myös Polioliittoa.

Aiempien vuosien tapaan Polioliiton rahoituksen leikkaus tai loppuminen nähtiin uhkana koko poliojärjestötoiminnalle. Varsinaista ratkaisua tilanteeseen ei löydetty.

- Toivotaan, että päättäjät ymmärtävät, että järjestöjen tekemä työ on monen ainut apu.

Iloa tarvitaan

Kesäpäivien tunnelma on -väliin vaikeistakin asioista puhu-



Vertaistapahtuma on tärkeä osa alueellisia ryhmätöitä eli niitä avokursseja. Poliolinjakin oli mukana. Sirpa Haapala kysyi neuvoa ja tietoa ja Marja Räsänen vastaili kysymyksiin. - Henkilökohtainen neuvonta on tärkeä osa Polioliiton palveluja.

Olisiko tärkeintä kuitenkin saada puhua vertaisten kanssa?



misesta huolimatta – toiveikas ja ilolla kuorutettu. Iltaisin päivällisen jälkeen keskityttiin karaokeen, tanssilattialla liikkumiseen, musiikin kuunteluun ja rupatteluun.

Perjantai-iltana pöydissä jakauduttiin joukkueisiin ja keskityttiin pubvisaan. Virkistysohjaaja Heikki Ylönen oli laatinut varsin vaikeita, mutta mielenkiintoisia kysymyksiä

mietittäväksi. Tiedättekö muuten, kuinka monta saunaa on Suomessa?

Lauantaina sitten naurettiin ja kuunneltiin hienoja lauluja, kun He-Ti Valmis kokoonpano esitti hulvattoman ja yllättävän shown Tunteella prkl. Showssa etsittiin hyvän näytelmän perusasioita. Mitä tarvitaan? Romantiikkaa, seikkailua, hyvää

musiikkia – millaista -, äkillinen juonen käänne, huumoria?

Kaikkea taisi löytyäkin ja lopuksi väliajan jälkeen sitten kuultiin vanhoja kotimaisia iskelmiä. Yhtyeen kokoonpano tässä, kun sitä jälkeinkin päin on kysely. Heikki Ylönen laulu ja ukulele, Timo Salonen laulu ja kosketinsoitin, Jussi Einesalo rummut. Yhtyeen itsensä mukaan Jussi on ainut ammattimusiikko.

Ja illan lopuksi, ennen yöpuule vetäytymistä, kuunneltiin karaokelaulajia ja laulettiin tuttuja lauluja. Tanssilattiallekin löytyi käyttöä. Kävelevä karaoken toiveautomaatti Timo jaksoi illasta toiseen laulaa toivottuja iskelmiä vuosien varrelta silloin, kun me muut mietittiin, että mitähän uskaltautuisimme itse laulamaan, yhdessä tai yksinään.

Omana itsenään on paras vertainen

Kesäpäivillä – vertaistapahtumapäivillä – on jokaisella mahdollisuus osallistua, olla mukana itselle parhaiten sopivalla tavalla.

Onko tämä tapahtuma sellainen turvallisen tilan tapahtuma, kysyttiin ehkäpä hiukan huumorimielellä. Siihen pyritään kaikin tavoin. Turvallinen tila on ympäristö, jossa keskustelu on yhdenvertaista, kunnioitettavaa ja avointa. Se mahdollistaa virheiden tekemisen ilman pelkoa syrjinnästä, häirinnästä tai vähättelystä. Sellaiset olivat toivottavasti myös Kesäpäivät Kankaanpäässä toukokuussa 2026, kun kesä antoi lupauksen lämmöstä ja auringonpaisteesta.

Teksti: BO

Kuvat: AK

Keväinen Dublin tutuksi

Huhtikuu oli kääntynyt hieman yli puolivälin, ja Suomessa kevät teki voimakkaasti tuloaan. Oli kuitenkin aika lähteä katsomaan, millainen kevät olisi Irlannissa. Matkalaukkua pakatessa yritin tutkia ja pohtia, että mikä hän olisi sopiva vaatetus reissulle? Säeennusteiden perusteella kaikki vedenpitävästä pilkkihäärästä lyhythihaiseen olisi sopivaa.

Irlanti kuuluu niihin maihin, joissa saman päivän aikana sää voi vaihdella hyvinkin voimakkaasti. Yksi mikä olisi varmaa olisi tuuli. Onhan kyseessä saarivaltio, jossa merituuli on aina läsnä, tuulen suunnasta riippumatta.

Aamulla ennen kukonlaulua tuulitakki päälle ja lähtö kotoa kohti Helsinki-Vantaan lentokenttää. Lentokentältä ostetaan matkaan mukaan kahvia, pientä purtavaa ja tietysti Isoisän ristikkolehti.

Keväinen reissu tuuliseen Dubliniin alkoi kuten niin moni muukin reissu. Osa matkaajista saapui yöksi lentokenttähotelliin, koska lentomme lähti aikaisin, mutta hyvä niin. Aikainen lento takaa usein sen, että sitä ollaan aikaisin myös perillä. Näin se antaa täyden päivän ihmetellä ja tutkia matkakohdetta.

Näin oli nytkin: koneemme lähti kello 07.00 ja lento kesti hieman alle kolme tuntia, aika kaksi tuntia jäljessä Suomen aikaa, joten olimme Dublinissa jo heti aamusta, kun kaupun-



Ha'penny silta on yksi Dublinin Liffey-joen ylittävistä silloista.

ki alkoi vasta heräillä uuteen päivään.

Dubliniin saavuimme ajallaan. Dublinin lentokentällä meidän kaksitoista henkistä porukkaamme vastassa oli matkaoppaan lisäksi esteetön bussi, johon saimme matkaajat, matkaajien sujuvaan liikkumiseen tarvittavat apuvälineet ja matkatavarat helposti mukaan mahdutettua.

Perillä hotellilla osaa matkailijoista odottivat sähkömopot, joilla oli kätevä liikkua ympäri Dublinia. Mopot olivat vielä sen kokoisia, että ne mahtuivat helposti kyytiin esteettömään bussiimme ja mopot saatiin mukaan retkipäivillekin.

Täytyy tässä vaiheessa todeta, että lennot, lentokentällä ja hotellilla tapahtunut liikkuminen sujui todella hienosti, ja kaikki matkatavaratkin saapuivat kuten pitikin. Kukaan matkailijakaan ei hävinnyt - tai kukaan ei ainakaan ilmoittanut, että olisi

kadonnut, kun kysyin, että olivatko kaikki paikalla?

Tuuli ei pettänyt

Onneksi pakkasin tuulta pitävää vaatetusta mukaan, sillä navakka merituuli oli ja pysyi läsnä. Dublinin kadut ja kapeat kujat kulkevat matalien kerrostalorakennusten välissä suojassa, mutta niin vain merituuli löysi luokseni. Paikalliset söivät t-paidat päällä jäätelöä ja turistit kulkivat tuuli- tai toppatakki päällä kevyesti hytisten.

Irlantilaisten kyky sietää kylmää on poikkeuksellista. Kylmään suomalainenkin kylmää kestää, mutta Irlannissa kosteus teki sen, että kylmyys meni ainakin omalla kohtaa luihin ja ytimiin.

Onneksi Dublinissa oli runsaasti pubeja ja kahviloita, joista sai kahvia kahdella eri tavalla. Jos oli vain vähän kylmä, niin kahvi otettiin suomalaisittain, mutta jos todella kylmä, niin kahvi nautittiin irlantilaisittain.

Dublinin nähtävyydet

Viiden päivän matkallamme jokaisella oli aikaa tutkia kaupunkia, itselleen parhaiten sopivalla tavalla. Ympäri Dublinia soi elävä musiikki: katutaiteilijat pitivät huolta, että ainakin minä viihdyin!

Musiikin säestämänä kävin katsomassa esimerkiksi kuuluisan Molly Malone's patsaan, Temple Bar alueen, isoja upeita kirkkoja, yliopiston alueita, kaupungin halkaisevan joen yli menevän Ha'penny-sillan, muiden siltojen lisäksi.

Dublinissa oli paljon minun silmääni hienoa arkkitehtuuria. Ja tietysti tein ostoksia paikallisessa villavaateliikkeessä, josta mukaani tarttui muutama Aran-villavaate, niin itselle kuin kotiinkin kotijoukoille vietäväksi. Itselleni ostetut villavaatteet pääsivät välittömään käyttöön, joka johti siihen, että lämpimänä pysyäkseen tarvitsin

koko reissulla vain yhden irlantilaisen kahvin.

Retkipäivät

Olihan meillä totuttuun tapaan järjestetty myös retkipäiviä. Kävimme Dublinin ulkopuolella ihastelemassa hienoa luontoa ja yhtä valtavan linnan (Powerscourt) ympärillä olevaa upeaa puutarhaa. Siis sellainen linna ja puutarha, joita näkee lähinnä Downton Abbey-televisiosarjassa.

Kävimme myös esteettömällä luontopolulla, johon oli rakennettu esteettömät leveät pitkospuut, jotka kuljivat korkeiden puiden latvojen yläpuolella (ulkoilualue Beyond the Trees). Nämä pitkospuut päättyivät korkealle esteettömälle näköalatornille, josta oli hulpeat näkymät. Tornilta pääsi alas samaa reittiä kuin oli tullutkin tai sitten laskemalla liukumäkeä alas!

Irlantilainen ilta

Kävimme porukalla viihtymässä perinteisessä irlantilaisessa iltamassa The Merry Ploughboy Pubissa, jossa esiintyi The Merry Ploughboy's yhtye ja näimmehän me siellä irlantilaista tanssiakin. Hyvää ruokaa, juomaa, seuraa ja irlantilainen iltama. Hyvä reissu vaikka se meinasikin mennä pieleen jo heti hotellilta lähtiessä logististen ongelmien takia, mutta esteettömiä takseja Dublinissa riittää, joten ei siitä episodista sen enempää.

Tietäjät tietää, että matkalla aina sattuu yllättäviäkin asioita. Niistäkin selvittää, kun on hyvä porukka, huumoria ja luovaa kykyä ajatella.

Guinnessin tehtaalla

Paikallinen lähiruoka on Dublinissa Guinness olut. Mitä kovempi nälkä, niin sitä



Dublinissa ei voi olla huomaamatta, että kaupungissa tehdään maailmankuulua Guinnessin olutta. Valtavan tehdas-kompleksin näyttelytila on avara ja ehdottomasti esteetön. Kannattaa vierailla.

Matkalla yhä korkeammalle puiden yläpuolelle. Jos korkeat paikat eivät pelota, niin eteenpäin vain. Hyvässä porukassa uskaltaa enemmän.



isompi tai useampi tuoppi. Moni matkalla mukana olleista, itseni mukaan lukien, kävivät Guinnessin panimossa tutustumassa niin valtavaan tehdaskompleksiin kuin siellä valmistettuun juomaankin. Esteetön, hieno ja tuorempa Guinnessia ei saa mistään. Jopa matkaaja, joka ei normaalisti tykkää tummasta oluesta totesi, että ei hassumpaa.

Oliko matkaajalla sitten kaiken liikkumisen jälkeen vain kova jano vai oliko se oluen tuoreus, jää selvittämättä, mutta hyvin maistui olut. Ehdottomasti käymisen arvoinen paikka, oluthan siellä käykin päivittäin.

Dublin oli hyvä

Keväinen Dublin oli monipuolinen ja paljon kaikkea. Minun mielestäni reissu oli oikein hyvä ja onnistunut. Tällä porukalla lähtisin reissuun milloin tahansa uudelleen. Kiitos kaikille mukana olleille, toivotavasti päästään vielä jonnekin uudelleen.

Keräsin tähän alle muutaman havainnon, jotka tein enkä saanut tekstiin mahtumaan.

- Liikenne valot ovat nopeammat kuin missään ikinä.
- Katujen kunto saa meidän kotimaisen tiestömme tuntumaan todella tasaiselta.
- Paikallinen ruoka ei ole niin huonoa kuin kuvittelin.
- Annoskoot ovat valtavia.
- Vasemmanpuoleinen liikenne, huh!

Teksti ja kuvat:
Yksi kahdestatoista matkaajasta

Poliovirus kuriin jätevesiseurannalla ja rokotteilla

Suomessa vuosina 1984–1985 esiintynyt polioepidemia osoitti, että tartuntataudin todellinen laajuus voi jäädä pitkälti näkymättömäksi pelkkien kliinisten tapausten perusteella. Vaikka halvaantumiseen johtaneita tapauksia todettiin vain kymmenen, tutkimusten perusteella arvioitiin, että jopa noin 100 000 ihmistä eritti poliovirusta ja osallistui sen leviämiseen väestössä. Tämä ilmiö korostaa polioviruksen erityispiirrettä: suurin osa tartunnoista on oireettomia, mutta silti epidemiologisesti merkittäviä.

Epidemian laajuutta selvitettiin analysoimalla jätevesinäytteitä eri puolilta Suomea. Jätevesiseuranta osoitti, että villi poliovirus tyyppi 3 oli levinnyt laajasti useisiin kaupunkeihin, mikä vahvisti käsitystä viruksen laajamittaisesta kiertämisestä väestössä. Menetelmä mahdollisti viruksen havaitsemisen myös silloin, kun yksittäisiä tartuntoja ei tunnustettu kliinisesti, ja tarjosi siten kokonaisvaltaisemman kuvan epidemian tilanteesta.

Rokotuskampanja 1985

Epidemian pysäyttämiseksi Suomessa toteutettiin vuonna 1985 laaja valtakunnallinen rokotuskampanja, jossa koko väestölle suositeltiin suun kautta annettavaa poliorokotetta. Kampanja saavutti korkean, noin 94 prosentin rokotuskattavuuden. Rokotusten jälkeen jätevesistä löytyi vielä poliovi-



ruksia useiden viikkojen ajan, mutta nämä osoittautuivat heikennetyiksi rokoteviruksiksi, eivätkä enää epidemiaa aiheuttaneiksi villikannoiksi. Tämä havainto on tärkeä, sillä rokotevirus voi tilapäisesti kiertää väestössä ilman, että se aiheuttaa samanlaista riskiä kuin villi virus.

Ratkaisevaa oli se, että seurannan aikana villiä poliovirusta ei enää havaittu lainkaan rokotuskampanjan jälkeen tutkituissa jätevesinäytteissä. Tämä osoitti, että rokotuskampanja onnistui katkaisemaan viruksen leviämisen ja lopettamaan epidemian. Samalla tulos vahvisti, että jätevesiseuranta toimii tehokkaana välineenä sekä epidemioiden havaitsemisessa että torjuntatoimenpiteiden arvioinnissa.

Tutkimus osoittaa lisäksi, että eri poliovirustyyppit käyttäytyvät eri tavoin: esimerkiksi rokotuskampanjan jälkeen tyyppi 1 virusta havaittiin jätevesissä lyhyemmän aikaa kuin tyyppiä 2 ja 3, mikä viittaa eroi-

hin viruksen erittymisessä ja säilyvyydessä. Tämä tieto on merkityksellistä, kun arvioidaan rokotusten vaikutuksia ja virusten leviämisen dynamiikkaa väestössä.

Seuranta ja rokotukset toimivat

Yhteenvetona voidaan todeta, että tutkimus havainnollistaa kolmea keskeistä asiaa: ensinnäkin tartuntataudin laajuus voi olla moninkertainen verrattuna havaittuihin sairastumistapauksiin, toiseksi jätevesiseuranta tarjoaa ainutlaatuisen keinon seurata väestötason tartuntoja, ja kolmanneksi laajamittainen rokotuskampanja voi tehokkaasti katkaista jopa laajalle levinneen epidemian. Näin ollen yhdistämällä epidemiologinen seuranta ja kattavat rokotukset voidaan hallita ja ehkäistä vakavia tartuntatauti-epidemioita tehokkaasti.

Myöhäisoireet huolena

Lisäksi on huomioitava, että vaikka postpolio-oireyhtymä

liitetään ensisijaisesti selvästi sairastettuun poliotautiin, myös lievästi oireiset tai jopa huomaamatta jääneet infektiot ovat voineet aiheuttaa sellaista motoneuronivauriota, joka altistaa myöhemmille oireille, vaikka riski on tällöin selvästi pienempi kuin halvausoireisen taudin jälkeen (Harvard Health Publishing, 2026)

Lähteet:

Pöyry, T., Stenvik, M. & Hovi, T. (1988). *Viruses in sewage waters during and after a polio-myelitis outbreak and subsequent nationwide oral poliovirus vaccination campaign in Finland. Applied and Environmental Microbiology*, 54(2), 371–374. Harvard Health Publishing. (n.d.). *Post-polio syndrome: A to Z. Harvard Medical School. https://www.health.harvard.edu/immune-and-infectious-diseases/post-polio-syndrome-a-to-z*

Laurin nurkka



Touko – kesäkuun vaihte alkoi vauhdikkaasti Suomen kannalta. Sveitsissä pelatun miesten MM-jääkiekko-ottelun voitti Suomen joukkue, tuli kultamitali. Voiton myötä Suomi sekosi hetkeksi ja vei ajatukset pois muuten niin sekavasta maailman tilanteesta ja droonien harhailuista. Nyt kansa pääsi toteuttamaan kaipaamaansa juhlintaa toreilla iloisissa merkeissä. Tällaista juhlintaa jo odotettiin Euroviisuista, pitihän Suomen olla varma voittaja. Jokaisessa kisassa ei voi Suomikaan aina voittaa.

Toiminnan jatko alueilla kiinni aktiivisista henkilöistä

Yhdistyselämässä kevät toistuu osastoissa vuodesta toiseen kiireisenä. Vuosikokousaineistot pitää saada valmiiksi määrättyyn ajankohtaan. Ensin on osastojen vuosikokousten vuoro, ne pidettiin helmi – maaliskuussa. Niissä toimintakertomukset ja toimintasuunnitelmat käsitellään. Polioinvalidit ry vuosikokouksen vuoro oli huhtikuun 25. päivä, yhdistyksemme vuosikokous sääntöjen mukaan on pidettävä viimeistään huhtikuun aikana. Kokouspaikaksi valittiin nyt poikkeuksellisesti Valkea Talo. Paikalla oli 17 jäsentä ja heidän avustajansa.

Teams-yhteydellä lisäksi pystyi kokousta seuraamaan, talon yhteydet vaan eivät toimineet koko aikaa, valitettavasti

esiintyi oikosulkua sähköverkossa ja häiriöt nettiyhteyksissä pudotteli linjoilta kokousedustajia. Tarvittavien tilojen puolesta kokoukset pystyttäisiin jatkossa järjestämään poliojärjestöjen toimistolla Kumpulantiellä.

Osallistujamäärät ovat vähentyneet vuodesta toiseen. Muistan sellaisenkin ajan, että kokouksessa oli 180 osallistujaa. Tietysti yhdistyksen jäsenmääräkin on laskenut tuolta ajalta rajusti. Pitää myös muistaa, että osastojen vuosikokouksissa jo pystytään tutustumaan ja antamaan kommentteja pääyhdistyksen vuosikokouksessa käsiteltäviin asioihin, onhan joka osastolla oma edustajansa Polioinvalidit ry:n johtokunnassa.

Paikalla ollut jäsenistö hyväksyi käsiteltävät asiat ja asioiden läpikäynti sujui jouhevasti. Vuosikokousosallistujat kannattivat yksimielisesti johtokunnan esityksiä rahavarojen käytöstä talousarvioesityksen mukaisesti.

Pyrkimys on edelleen jatkaa samalla linjalla: kannustaa jäsenistöä osallistumaan järjestettäviin tapahtumiin ja kannustaa osastoja järjestämään paikallista toimintaa. Valittu toimintatapa edellisiltä vuosilta on osoittautunut jäsenistöä aktivoivaksi. Toiminnan jatkuvuuden takaavat jäsenistö ja valitut niin pääyhdistyksen kuin osastojenkin johtokunnan jäsenet.

Osastojen johtokunnat ovat kooltaan pienentyneet tai vaihtuneet johtoryhmiksi/työryhmiksi, sillä ei sinänsä ole merkitystä, kunhan alueella on kokoavia voimia, koollekutsujia, ilman heitä alueen toiminta hiljenee. Toiminnan jatkuvuus alueilla on kiinni aktiivisista henkilöistä.

Monenlaista toimintaa tarjolla

Osastot ovat jo järjestäneet ja osalla vasta tulossa alueellaan suosittuja heku-kursseja, teatteri- ja kesäretkiä, joihin voivat osallistua muidenkin osastojen jäsenet, kuten kaikkiin muihinkin osastojen järjestämiin tapahtumiin.

Ilmoittautumisen yhteydessä syytä tarkistaa mahtuuko mukaan ja mikä on osallistumishinta. Osasto voi tukea omia jäseniä, näin on käynyt ainakin heku-kursseihin kohdalla, koska pääyhdistyksen tukea pienennettiin vuoden 2026 alusta.

Osastojen tarjonnan lisäksi pitää muistaa Polioliiton laaja tarjonta, niistä saat lukea Polioliiton sivuilta ja Polioliiton kotisivuilta. Muistakaa hakea tapahtumiin määräaikaan mennessä.

Nyt nautitaan kesästä ja valon määrästä. Nähdään tulevissa tapahtumissa, hyvää kesää kaikille.

Lauri Jokinen

Polioinvalidit ry:n puheenjohtaja

Jämsän Finbort Oy
www.finbort.fi

Haapaveden seurakunta
www.haapavedenseurakunta.fi

Tiori-Kuljetus Oy
www.tiori-kuljetus.com

PEDERSÖRE
SKOGSENTREPRENAD AB
puh. 050 308 8041

Henkilökohtaisen avun palvelusetelit alihinnoiteltuja

Vammaispalvelulain henkilökohtaisen avun palvelusetelimalli ei vastaa palvelun todellisia kustannuksia. Tämä on johtanut tilanteeseen, jossa palvelua ei pystytä tuottamaan yhdenvertaisesti kaikille asiakkaille. Vammaispalvelulaki on tältä osin kunnossa, mutta hyvinvointialueet alihinnoittelivat henkilökohtaisen avun palvelusetelin arvon niin alas, että se rikkoo useita muita lakeja.

Tilanteeseen halutaan nyt muutosta. Avustajaklinikka Oy ja JHL ovat käynnistäneet Huomioistuin-kampanjan, jonka tavoitteena on tuoda esiin palvelusetelijärjestelmän keskeiset ongelmat ja edesauttaa niiden nopeaa korjaamista sekä valtakunnallisesti että hyvinvointialuekohtaisesti. Kampanja nostaa esiin nimenomaan palvelusetelimallin rakenteelliset ongelmat.

Kampanja polkaistiin liikkeelle toukokuussa JHL:n tiloissa Helsingissä. Avauksessa käsiteltiin henkilökohtaisen avun palvelusetelijärjestelmän keskeisiä ongelmia sekä niiden vaikutuksia vammaisten henkilöiden arkeen, avustajien työoloihin ja alan yritysten toimintaedellytyksiin. Tilaisuudessa käyttivät puheenvuoron Avustajaklinikan toimitusjohtaja Mika Hytönen ja JHL:n puheenjohtaja Håkan Ekström. Aiheeseen johdattelevan alustuksen piti Avustajaklinikan vammais oikeusjuristi Jukka Kumpuvuori.



Kustannukset ja korvaukset eivät kohtaa

Henkilökohtaisen avun palveluntuottajia sitoo alan yleisittöva työehtosopimus, yksityisen sosiaalipalvelualan TES. Se määrittelee muun muassa palkkauksen, ilt-, yö- ja viikonlopputyön lisät sekä työn vaatavuuden vaikutukset palkkaan. Hyvinvointialueiden määrittämät palvelusetelin arvot eivät kuitenkaan kata näitä kustannuksia riittävällä tasolla.

Käytännössä tämä on johtanut siihen, että palveluntuottajat joutuvat kattamaan merkittävän osan lakisääteisistä palkkakustannuksista itse. Lisäksi palvelua ei pystytä tarjoamaan kattavasti iltaisin, öisin ja viikonloppuisin, mikä tarkoittaa sitä, että asiakkaiden yhdenvertaisuus ei toteudu. Vallitseva tilanne vinouttaa myös koko toimialan palkkoja alaspäin.

Vaikutukset näkyvät arjessa

Nykyinen malli johtaa siihen, että avustajia ei saada kaikkiin vuoroihin, koska palvelua joudutaan rajaamaan ajankohdan perusteella. Myös henkilökohtaisen avun saatavuus heikenee, jolloin lain tavoitteet itsemääräämisoikeudesta ja yhdenvertaisesta osallisuudesta vaarantuvat. Mallin seurauksena vaativampiin asiakkuuksiin on vaikea löytää osaavaa henkilöstöä, koska palvelusetelin hinnoittelu ei huomioi avustajien eri palkkaluokkia. Nykymalli johtaa lisäksi siihen, että avustajille maksetaan liian alhaista palkkaa.

Niin ikään mallin suuri epäkohta on, että palveluntuottajat eivät voi kaikilta osin laskuttaa asiakkaan mukana matkustavan avustajan matkakustannuksia hyvinvointialueilta. Tällöin kustannusvastuu siirtyy käytännössä palveluntuottajille,

mikä heikentää asiakkaiden mahdollisuuksia liikkuu ja osallistua arkeen yhdenvertaisesti.

Alueiden välillä on eroja

Huomioistuin-kampanja haluaa nostaa esiin aluekohtaiset ongelmat. Kampanjan taustaksi Avustajaklinikka ja JHL ovat analysoineet jokaisen hyvinvointialueen. Alueiden välillä on eroja, mutta keskeiset ongelmat toistuvat koko maassa.

Avustajaklinikan toimitusjohtaja Mika Hytönen harmittelee sitä, että kaikilla alueilla näyttää olevan jotain pielessä.

Kampanjassa toimijat julkaisevat hyvinvointialuekohtaisesti koosteet, joissa avataan konkreettisesti, miten palvelusetelin arvo eroaa kullakin alueella todellisista kustannuksista. Koosteissa kerrotaan myös, missä tilanteissa palvelun tuottaminen muuttuu tappiolliseksi ja mitä vaikutuksia tällä on

asiakkaisiin, avustajiin ja alan yrityksiin.

Käytännön toimina Avustajaklinikka ja JHL pyrkivät haastamaan hyvinvointialueiden päättäjät aluekohtaisiin Teams-keskusteluihin, joiden tavoitteena on lisätä ymmärrystä ja tukea parempaa päätöksentekoa.

Huomioistuin-kampanjan tavoitteena on lisätä läpinäkyvyyttä palvelusetelin hinnoitteluun sekä varmistaa, että palvelu voidaan toteuttaa lain edellyttämällä tavalla. Keskeinen tavoite on myös käynnistää hyvinvointialueilla korjaavat toimenpiteet.

Kampanja tarjoaa ensimmäistä kertaa hyvinvointialuekohtai-

sesti kokonaiskuvan siitä, kuinka suuri kuilu palvelusetelien nykyisen tason ja todellisten kustannusten välillä on.

Kantelu yhdenvertaisuusvaltuutetulle

Avustajaklinikka Oy ja JHL ovat jättäneet yhdenvertaisuusvaltuutetulle kantelun alihinnoittelun epäkohdista. Kantelijat ovat tehneet taustalle kattavan oikeudellisen analyysin, jota ovat lausunnoissaan arvioineet useat maamme johtavat julkis- ja sosiaaioikeuden asiantuntijat.

Teksti: Hannu Salonpää

Kuva: Ari Räsänen:

Kesän aukioloajat:

Poliolinja

Poliolinja on lomalla 17.6.-31.7.2026

3.8.2026 alkaen palamme taas arkeen ja Poliolinja avoinna:

Puhelimitse maanantaisin ja keskiviikkoisin kello 10–13 numerossa 09-68609940 tai 0400-236 956. Muina aikoina tai, jos linja varattu, voit jättää soittopyynnön numeroon 09-6860990.

Sähköpostitse voit lähettää kysymyksesi osoitteeseen marja.rasanen@polioliitto.com. Vastaamme samaan sähköpostiosoitteeseen, josta kysymys on lähetetty.

Poliojärjestöjen asiakas-palvelu/toimisto:

Toimistomme on lomalla 20.7.-31.7.2026 (vkot 30–31) suljettu. Muutoin palvelemme normaaliin tapaan.

Puhelimitse ti-ke klo 09.00–15.00 ja to klo 09.00–12.00 puh. 09 6860990.

Jätettyyn soittopyyntöön vastaamme mahdollisimman pikaisesti.

Sähköpostitse kirsi.paavola@polioliitto.com tai birgitta.oksa@polioliitto.com.

Hyvää kesää!

Poliolinjalaiset ja toimiston väki

Kommentti: Palvelusetelimallissa porsaanreikiä

Vaikka palveluseteli henkilökohtaisen avun hankkimisessa vammaiselle henkilölle on varteeno-tettava vaihtoehto, se voi tuoda mukanaan myös yllätyksiä, jopa suoranaisia ongelmatilanteita palvelun käyttäjän kannalta.

Yksityiset palveluntuottajat ovat liiketaloudellisin periaattein toimivia yrityksiä, jotka ottavat oman siivunsa hyvinvointialueen heille maksamasta tuntihinnasta.

Palkkaamilleen työntekijöille yritykset maksavat osittain eritasoista palkkaa, mikä johtaa työntekijöiden vaihtuvuuteen yrityksissä ja heijastuu myös palvelun käyttäjien sujuvaan arkeen.

Varsinaisia ongelmia syntyy kuitenkin siitä, että eräät palveluntuottajat solmivat työntekijöidensä kanssa niin kutsuttuja runkosopimuksia, jossa työntekijällä ei ole lainkaan irtisanomisaikaa, eli hän voi ilmoittaa jopa tunti ennen sovittua työvuoroa lopettavansa työt. Hänen ei tarvitse kertoa syitä lopettamiseen, vaikka työsuhteen lakisääteinen koeaikakin olisi jo umpeutunut.

Kuulostaa varmasti uskomattomalta, mutta tämä on täysin totta. Jouduin itse taannoin tällaisen tilanteen uhriksi. Palveluntuottajan päivystäjä soitti minulle kello 07.30 ja lupasi järjestää sijaisen tunnin sisällä, mutta sitä ei tullut.

Niinpä hengityslaitetta käytävänä vaikeavammaisena henkilönä vietin koko aamupäivän vuoteessa ilman apua.

Oma valitettava kokemus myös on, että monet palveluntuottajat palkkaavat hyvin

kirjavan taustan omaavia työntekijöitä riveihinsä. Yritykset eivät tee nähtävästi työnhakijoille mitään soveltuvuustestejä ja varsinaisia työhaastatteluja. Olen nähnyt työntekijöiden esittelyjä, jossa vain todetaan ”asenteen olevan kohdallaan” ja se riittää yritykselle. Pakollisen rikosrekisteriotteen esittäminen nykyisin on hyvä asia, mutta se ei ole vielä mikään tae hakijan soveltumisesta henkilökohtaiseksi avustajaksi.

”Ovet avoinna kenelle vain” -malli ei sovi vastuullista ja laadukasta palvelua tavoitteleville palveluntuottajille. Onneksi nämä ovat harvoja poikkeuksia.

Avustajaklinikan ja JHL:n käynnistämä Huomioistuin-kampanja on erinomainen peliliike palvelusetelimallin alihinnoittelun korjaamiseksi. Alihinnoittelun ongelmat sataavat aina viime kädessä palvelun kohteena olevan vammaisen henkilön laariin.

Toivon mukaan myös Yhdenvertaisuusvaltuutettu ottaa hänelle osoitettuun kanteluun riittävän painokkaasti kantaa, jotta hyvinvointialueet korjaavat nopeasti vammaisten itsemääräämisoikeutta ja yhdenvertaisuutta kaventavat epäkohdat.

Hannu Salonpää

Kun yhteiskunta pettää, niin ihminen tuntee itsensä avuttomaksi ja pieneksi

Valitettavan usein se tuntuu jopa siltä, että niin ihmisen on tarkoituskin tuntee. Tämän tunteen joutui kokemaan myös poliolainen Raine Tonteri.

Hyvinvointialue lain rikkojana

Vammaispalvelulakia rikottiin räikeästi Pohjois-Karjalan (Siun sote) hyvinvointialueella toimivien päättäjien toimesta. Vammaispalvelulain pitäisi toteuttaa vammaisen henkilön yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja osallistumista yhteiskunnassa. Vammaisen henkilön pitää saada tukea itsenäiseen elämään ja lain pitää turvata vammaisen henkilön yksilöllisen tarpeen ja edun mukaiset, riittävät ja laadultaan hyvät palvelut. Mikään näistä ei Heinävedellä asuvan Raine Tonterin kohdalla toteutunut.

Yhteiskunta petti Raine Tonterin ja tästä alkoi vuoden mittainen taistelu.

Poliosta voi parantua

Raine Tonteri asuu Heinävedellä ja Heinävesi kuuluu Pohjois-Karjalan hyvinvointialueeseen, eli Siun sotealueeseen. Kun Siun sotealuetta käynnistettiin ja palvelut siirtyivät kuntayhtymältä hyvinvointialueelle, niin samalla kävi jotain mitä Tonteri ei voinut koskaan kuvitellakaan:

- Polioni loppui, enkä kuullut vammaispalvelun piiriin. Tilanne oli epätodellinen, koska kyllä minä edelleen apuvälineitä tarvitsin ja tarvitsen. Polion myöhäisoiheet etenevät. Reilu neljä vuotta sitten en liikku-



Raine
Tonteri

miseen suurempia apuvälineitä tarvinnut, mutta nyt on pakko olla rollaattori. Happikaan ei kulje enää kuten ennen, mutta happipulloa en ihan vielä tarvitse, mutta senkin aika varmaan on tässä edessä.

- En ole saanut entisen kuntayhtymän aikana mitään palveluita enkä apuvälineitä. Vuonna 2021 hain asunnon muutostöitä esimerkiksi kaitteita, mutta tehdyssä palvelutarpeen arvioinnissa, jonka tehtiin jo silloin Siun soten toimesta, ne hylättiin ja välttämättömät muutostyöt tehtiin itse. Hylkäysperuste oli silloin

tarpeen väliaikaisuus, joka oli aika absurdia. Emme jaksaneet valittaa silloin, tyydyimme kohdaloomme, vaikkakin pahoilla mielin.

Elämän tragikomiikkaa

Päätöksissä on ollut niin tragikoomisiakin piirteitä, että haastattelua tehdessämme ne saavat minut toimittajan ja puhelimen päässä olevan Rainenkin hymähtämään ja jopa nauramaan.

- Huumorilla pääsee pitkälle ja vaikka eiväthän nämä naurun asioita ole, niin ei oikein muutakaan ole aina voinut

kuin nauraa. Meillä lähimmät palvelut ovat Joensuussa ja kun ensimmäinen päätös kuljetuspalveluista sitten kaiken taistelun jälkeen myönnettiin, niin matkoja minulle myönnettiin yhdeksän kappaletta. En tiedä oliko siinä laskettu, että sillä viimeisellä kerralla ei Raine enää kotiin palaa vai mikä ajatus.

Rainen ajatus on sama kuin monella muullakin poliolisella.

- En tiedä johtuuko nämä päätökset myös osittain siitä, että poliota ei tunnusteta enää. Polionmyöhäisoiheet ovat varmasti tuntemattomia, kun eivät tunne edes poliota.

Hylätty

Toimintakyvyn heiketessä Raine haki liikkumisen tukea ja maksutonta turvaranneketta uuden, vuonna 2025 voimaan tulleen vammaispalvelulain nojalla. Hakemukset hylättiin. Raine Tonteri päätyi kaiken jälkeen hakemaan oikeutta Itä-Suomen hallinto-oikeudesta.

Päätökset, joista valitettiin, olivat päätöksiä koskien liikkumisen tukea ja maksutonta turvaranneketta. Kaikki nämä oli hylätty sillä perusteella, että Tonterin toimintakyky ja sen

heikkeneminen olisikin pelkästään ikääntymisestä johtuvaa, eivätkä seurausta 1954 sairastetusta poliosta. Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella toimivien päättäjien päätöksissä oli jopa suoranaista valehtelua.

- Siun soten tekemän palvelutarpeen arvioinnin mukaan käytän pyörätuolia. Eihän minulle ole edes myönnetty mitään pyörätuolia, siis mitään pyörätuolia ei ole edes olemassa ja enhän minä voi edes kelata, kun toinen käsi on polion voittama.

Hyväksyty

Tonteri sai helpotusta, kun Hallinto-oikeus kumosi Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen yksilöiden jaoston päätöksen koskien liikkumisen tukea ja palautti asian jaostolle uudelleen käsiteltäväksi.

- Eihän se asioiden palauttaminen jaoston pöydälle vielä mitään tarkoittanut tai konkreettista tukea tuonut, mutta jo ajatus siitä, että asia ei voi mennä kuten oli mennyt, toi helpotusta.

Sosiaalihuoltolaki vai vammaispalvelulaki

Sosiaalihuoltolakia tulkitsemalla Tonterille oli myönnetty turvaranneke, mutta maksullisena. Vammaispalvelulain mukaan turvaranneke olisi maksuton.

- En tiedä ottaako kukaan selvää, että milloin mitään lakia tulkinnoissa käytetään. Olen ikääntynyt poliolainen, jonka toimintakyky heikkenee polionmyöhäisoiheiden takia vauhdikkaasti. Olen vammaisen, mutta osa asioista tulkitaan kuin en olisi ja minua koskevat päätökset tehdään tulkitsemalla sosiaalihuoltolakia. Ei ole järjen hiventä tässä.

Hallinto-oikeus ei ole myöskään puoltanut Rainele maksutonta turvaranneketta, koska vammaispalvelulaki on toissijainen laki. Ensisijaisesti noudatetaan sosiaalihuoltolakia, jossa turvalaitteista peritään omavastuu.

Käänteentekevä avokuntoutus

Raine Tonteri osallistui Lepävirralla Suomen Polioliiton järjestämään poliolaisille suunnattuun avokuntoutukseen ja sai sieltä vertaistuen lisäksi paljon muutakin arvokasta. Polioliiton avokuntoutuskurssija vetävä Marja Räsänen kuuli Tonterin ja yhtäkkiä asioita lokahti paikoilleen.

Marja Räsänen on auttanut Tonterin tilanteeseen ajautuneita ihmisiä ennenkin ja Räsänen halusi ehdottomasti auttaa myös Tonterin. Tonteri kehuu avoimesti Polioliittoa, Marja Räsästä ja vertaisia.

- Olipa hyvä, että menin silloin avokuntoutukseen. Siellä kerroin Marjalle asiastani ja hän on ollut siitä asti tukena auttamassa, niin konkreettisesti viemässä asioita eteenpäin ja lisäksi tsemppaamassa jaksamaan tätä kaikkea. Suuri apu on ollut myös muista poliolaisista ja etenkin yhdestä, joka myös tuossa Heinävedellä asuu. Tuki on auttanut jaksamaan ja uskomaan, että kyllä tämä tästä.

Paperitöitä, paljon paperitöitä

Raine Tonterin tapaus on kuluttanut Rainea ja Rainen tukena olevaa avovaimoa, mutta heidän lisäksi tapaus on kuluttanut valtavasti myös kynää ja paperia.

- Asioiden vieminen paperille on todella työlästä, mutta onneksi avopuoliso on ollut koko ajan tukena myös tässä. Olen huomannut, että asioista on helpompi valittaa vain suulla,

mutta niistä on huomattavasti haastavampaa kirjoittaa, ja tässä avopuolisoni on ollut kultakin kalliimpi tuki. Hänellä on kirjoittamisen taito, jota on tarvittu, sillä paperitöitä on riittänyt. Kannattaakin varautua, että paperia ja kynää menee, kun alkaa vaatimaan oikaisuja. Mutta se kannattaa!

Raine Tonteri

Heinävesi, Suomi

Apuvälineet: Kävelykeppi, rollaattori, piipappi yöllä ja happi rikastin päivällä.

Sairastui polioon 9-vuotiaana, 22.09.1954.

Halvausoireet alkoivat oikeasta kädestä.

Leikkauksia ja tukisidoksia on vuosien aikana ollut lukematon määrä.

Entinen yrittäjä, TV-mekaanikko ja huoltoliikkeen omistaja.

Hyvinvointialueen kanssa riitelyssä voittanut poliolainen.

Tonteri on tehtaillut oikaisuvaatimuksia toinen toisensa perään ja se vaatii jatkuvaa valmiutta.

- Tehkää hyvät ihmiset oikaisuvaatimukset ja mahdolliset valitukset ajoissa ja tehkää ne aina, jos koette päätöksen vääräksi. Toimikaa hyvissä ajoin, sillä jos valitus aika ehtii umpeutua, asiasi käsittely menee todella hankalaksi.

Oikaisuvaatimukset ja valitukset voi tehdä ihan omin sanoin; pääasia, että ilmaistatte tyytymättömyyttenne päätökseen. Hyvä on myös tietää, että sosiaali- ja terveystieteiden hallinto-oikeuteen valittaminen on aina maksutonta. Tätä tietoa ei monella ole, eikä sitä isom-

min viranomaisten toimesta mainosteta.

Päätös kaikelle

Tätä juttua aloimme teke- mään jo keväällä, ja silloin prosessi oli vielä kesken. Nyt, muutama kuukausi myöhemmin, Raine on saanut asioita kohdilleen. Liikkumisen tuen hylystä lähti vuoden kestänyt puheluiden, sähköpostien, oikaisuvaatimusten ja valitusten kierre, joka eteni aina Hallinto-oikeuteen asti. Kierre on nyt tullut päätökseensä.

Asioita ei ole enää keskeneräisinä. Raine Tonterille on tehty asiakassuunnitelma. Hänelle on myönnetty vammaispalvelulain mukainen liikkumisen tuki ja asuntoon on tehty muutostyöt.

- Työlästä oli, kun esimerkiksi vasta viidennessä palvelutarpeenarviointiversiossa asiat olivat kohdallaan.

Pitkä taistelu syö jaksamista

Raine Tonteri kävi reilusti yli vuoden taisteluaan viranomais- hallintoa vastaan koskien hänen oikeuksiaan.

- Melkoisesti on syönyt jaksamista, niin minun kuin avopuolisonkin. Avopuoliso toimii arjessa minun tukenani liikkumisessa, ruoanlaitossa ja niin edelleen. Nyt vielä tämä pitkä prosessi tähän päälle, niin aika vahva uupumus vallitsee. Onneksi asiat ovat edenneet oikeisiin suuntiin.

Suomessa puhutaan paljon hyvinvointiyhteiskunnasta ja alueetkin nimettiin hyvinvointialueiksi, mutta Tonterin tapaus osoittaa, että yhteiskunta ja alueet ovat kyllä olemassa, mutta missä on meidän hyvinvointimme?

Teksti: Pietari Oksa

Kuva: Raine Tonteri

Minun elämäni poliovammaisena

Syyskuussa 1959 kotikylässäni riehui poliovirus valtoimenaan. Virus löysi meidänkin perheemme. Isäni ja veljeni makasivat kovassa kuumeessa. Terveystenhoitaja poikkesi kiireiltään meillä. Kävikö hän tarkastamassa ras-kaana olevan äitini vointia vai kuumeisia potilaita, sitä en osaa sanoa. Hän kehotti äitiäni hakemaan poliorokotteen ja samalla rokotuttamaan minut. Minä sain rokotteen, äitini ei sitä ottanut.

Olin silloin noin kuu-kautta vaille viisivuo-tias. Muistikuvaa siitä rokotteesta ja kuinka pian kuumeeni nousi minulla ei ole, mutta muistan, että kuumeisena makasin vuoteessani ja lähdin kuitenkin antamaan kissalle maitoa. Kissa sai maitonsa, mutta minä en enää paluumatkalla pysynyt pystyssä.

Seuraava muistihavainto on sairaalasta, jossa minua pistettiin selkään ja” huusin kuin syötävä”. Sitä en muista, että sattuiiko piikki, vai huusinko varmuuden vuoksi. Selkäydin-punktion jälkeen olin jonkin aikaa Satakunnan keskussai-raalassa (nyk. Satasairaala). Porista minut kuljetettiin Turun kulkutautisairaalaan, jossa olin toisen polioviruksen saaneen naisen kanssa eristettynä.

Muistikuvat kuin välähdyksiä

Muistikuvani ovat tietysti ha-tarat tästä ajasta, mutta joitain ”välähdyksiä” kuitenkin on. Yksi sellainen on Turun ajalta.



Olin eristyshuoneessa ja äitini oli tullut katsomaan minua. Huoneeseen hän ei päässyt, sai katsella oven pienestä ikkunasta, kunnes hoitajat heltyivät ja minut kuitenkin huoneesta kylpyhuoneeseen, jossa pääsin suojavaatteisiin pukeutuneen äitini syliin.

Turusta minut on toimitettu Helsinkiin Invalidisäätiölle. On kerrottu, että olin aluksi liiketoiminta palautui vähitellen vasenta jalkaa lukuun ottamatta. Säätiöllä jalka ope-roitiin ja vasemmassa jalassani oli leikkauksen jälkeen nilkasta nivukseen pahvilasta, jonka

ympäri oli kieputettu ruskea kreppipaperi, ei kipsiä.

Kun äitini on hakenut mi-nut säätiöltä kotiin, niin olen mennyt sairaalan käytävällä häntä vastaan pienellä” fordil-la”. Tässä kohtaa tulee mieleen, että tämä ford-kävelyteline oli ensimmäinen kulkupelini ja

tuolla autotallissa on niin ikään Ford –”vanhus”.

Kotiuduun sairaalasta, sain ensimmäisen tukisidoksen jalkaani ja aloitin syksyllä koulunkäynnin. Aluksi äiti kuljetti minua kouluun (välillä polkupyörällä ja välillä mai-torattailla). Lopulta ”pienen” taistelun jälkeen kunta järjesti koulukyydin taksilla. Muuten, minua kuljetti kansakouluun Polioinvalidit ry Satakunnan osaston perustajajäsen.

Koulutie mutkineen ja mäkinen

Opintieni alkoi siis vuonna 1960, ensin 4-vuotinen kansakoulu, josta siirryin oppikouluun = keskikouluun (viisi luok-kaa suoritin kuudessa vuodessa, eli tuplasin viidennen, koska poissaoloja oli sairaalajaksojen takia paljon).

Keskikoulun suoritettuani hain Savonlinnan Taidelukioon. Hakijoita oli paljon, mutta minä onnellinen, olin yksi valituista. Matkustin junalla ennen lukukauden alkua serkkuni kanssa paikkakunnalle ja sain vuokrattua itselleni huoneen tulevan opiskeluni ajaksi.

Minun tietämättäni, myös vanhempani olivat lähteneet paikkakunnalle ottamaan selvää paikallisilta tästä opinahjosta, käyneet myös tapaamassa tule-vaa vuokranantajaani. Heille oli kerrottu, että ajan ”hippiliike” oli erityisesti vallalla taideopiskelijoiden keskuudessa. Tämän takia opiskeluni taidelukiassa päättyi jo ennen alkamistaan.

Kuulin tästä vanhempieni opiskelupaikkakunnalla käyn-nistä vasta vuosien jälkeen, olin jo eläkkeellä, kun kysein juttu tuli kerran puheeksi. Ei tullut minusta siis ”suurta taiteilijaa”, eikä olisi varmaan tullut, vaika-ka olisin sinne päässytkin eli

oikean ratkaisun vanhempani tekivät.

Lukio-opinnot kuitenkin aloitin, mutta ei tullut minusta ylioppilastakaan. Keskeytin ne opinnot toisen vuoden keväällä. Ennen pääsiäislomaa ilmoitin vanhemmilleni, että se oli nyt tässä. En enää sen koulun ovia avaa ja se päätös on pitänyt.

Tampereen yliopistonkin olen ”läpikäynyt”. Ajoin autokoulun yhtenä kesänä Tampereella. Siellä ollessani kävin yliopis-tossa pääsykokeissa sosionomin opintoja varten. Jäi muutamaa pistettä vaille, etten aloittanut opintoja. Olen siis tavallaan mennyt etuovesta sisään ja takaovesta ulos, ”läpikäynyt” yliopiston. Jatkoin muutamien välivuosien jälkeen opintoja hakeutumalla ”kauppaopiston naiseksi” valmistuen merkonomi-ksi. Opinnot jatkuivat vielä myöhemmin 1990 luvulla. Työn ohella suoritin AMK tutkinnon.

Töitä tekeväälle löytyi aina

Ensimmäisen työkokemukse-ni sain yhtenä kesänä sokerijuu-rikasmaalla. Äitini minut sinne puhui, kun minulla oli rahan tarve, tarkoituksena oli ostaa transistoriradio. Kävin ehkä pari päivää siellä konntaamassa, ei ollut sekään minun juttu. Äi-tini oli samalla juurikasmaalla ja kyllästyi valitukseeni, ja lupasi maksaa puuttuvan summan hankintaani varten.

Varsinaisen ensimmäisen työpaikan - keskeytettäni lukio-opinnot - sain läheisestä perheomistuksessa olevasta huonekaluliikkeen. Tämä oli minulle ns. lottovoitto ja viihdyin siellä toistakymmentä vuotta. Tosin irtisanouduin muutaman alkuvuoden jälkeen, kun aloitin merkonomiopiske-lut. Liikkeen johtaja kuitenkin kutsui minut pian takaisin

arki- ilt ja lauantai päiviksi. En muista katkaistiinko työsuhdet-ta välillä lainkaan, koska jatkoin merkonomiksi opiskelun ajan arki-iltaisin ja lauantaisin. Aikaanaan tämä yritys myytiin valtakunnalliselle huonekalu- ketjulle, ja minä siirryin mui-den työntekijöiden kanssa ns. vanhana työntekijänä uuden työnantajan palvelukseen. Työ-aikani väheni ja muuttui näin ollen osa-aikaiseksi.

Irtisanouduin vailla uutta työpaikkaa. Tästä alkoi minun etsikkoaikani työmaailmassa. Usean vuoden tein määräaika- sia työsopimuksia, välillä myös vakinaisia ”kokeilumielessä”. Työttömänä työnhakijana en kuitenkaan ollut kuin kerran noin pari viikkoa. Onnistuin kuin ihmeen kaupalla määrä- aikaisuuksien päättyttyä heti siirtymään uuteen haasteeseen.

Kirjanpitäjänä yli 20 vuotta

Vuonna 1988 huomasin, että Diakonialaitokselle haettiin kirjanpitäjää. Merkonomiksi opiskellessani vannoin talous-hallinnon opettajalle, ettei mi-nusta koskaan ainakaan kirjan-pitäjää tule, mutta vannomatta paras. Laitoin hakupaperit, sain kutsun haastatteluun. Minulle ehdittiin ilmoittaa, että toimeen on valittu toinen henkilö, minä oli sijalla kaksi. Minun onneni oli, ettei valittu henkilö vas-taanottanut tätä työtä ja minä nousin varasijalta säätiön kir-janpitäjäksi.

Olin toimessani yli 20 vuotta, jopa nauttien työstäni ja sen haasteista. Jossain vaiheessa mukaan tuli postpolio. Kävin 2009 (?) kahdessa leikkauk-sessa, ensin kaularanka sitten lanneranka. Työnteko alkoi olla haasteellista sekä liikun-nan suhteen, että henkisesti iltpäivä uupumuksen vuok-si. Pari viimeistä vuotta olin

osatyökyvyttömyys eläkkeellä, mutta sitten lääkäri suositteli jäämään kokonaan eläkkeelle. Loppuvuodesta 2010 huonon omantunnon kanssa kokonaan työkyvyttömyyseläkkeelle pää-kirjanpitäjänä. Toisaalta olisin vielä halunnut jatkaa, mutta oli pakko luovuttaa vaikka ku-vittelin olevani korvaamaton. Sain todeta, etten ollut, siis korvaamaton. Ei ”kaatunut” Diakonialaitos, siellä se toimii edelleen täysillä.

Perhe-elämää

Avioliiton satamaan päädyin viisivuotisen seurustelun jäl-keen vuonna 1982. Saman vuoden loppupuolella syntyi meille poika. Rakensimme puolisoni kanssa yhdessä pari omakotitaloa, vuosina 1986 ja 1989. Kaksi taloa siitä syystä, että ensimmäisessä syttyi pieni muotoinen tulipalo, enkä ha-lunnut enää siinä asua ja mie-henikin kyllästyi pyynnöstäni usein käymään tarkistamassa, ettei missään ole palon alkua. Tuli sitten mahdollisuus myydä talo ja rakentaa tämä toinen, nykyinen kotini. jossa nyt sit-ten olen asunut vuodesta 1989. Mieheni sairastui vakavasti samana vuonna, kun raken-simme tätä taloa ja menehtyi 22 avioliittovuoden jälkeen juuri täytettyään 49 vuotta.

Mieli maailmalle

Minulla oli pienenä tyttönä paljon pitkiä aikoja sairaala-jaksoja, mutta en muista mil-loinkaan poteneeni koti-ikävää. Johtuneen varmaan siitä, että vanhempani ovat kertoneet minun olleen varsinainen ”ky-läluuta” ja pyrkinyt maailmalle heti, kun napani kynnyksen yli olen saanut. Muistan, kun kerran suutuin ja lähdin pois kotoa (varmaankin olin joku 6 v), pääsin postilaatikolle n. 20

metrin päähän ulko-ovesta, niin äiti huusi, että tule laittamaan tukisidos jalkaan ennen lähtöä. Siihen päättyi sillä kertaa yksi monista ”maailmalle” lähdöistä.

Mukaan järjestötoimintaan

Helsingissä invalidisäätiöllä jouduin alusta asti käymään usein ja joka käynnillä kävimme tapaamassa siellä Lahja Hämäläistä. Muistan varmaan äiti Lahjan iloisen ilmerenva ja järjestelmällisyyden asioidessamme hänen luonaan. Hän opasti äitiäni hakemaan matkakorvauksia matkasta ja antoi myös muita hyviä oppeja ja ohjeita. Otti välillä myös yhteyttä kotikuntaamme, sanellen mitä laki sanoo jne.

Hämäläinen neuvoi myös ottamaan yhteyttä paikalliseen Invalidiliittoon (silloin ”Suomen Siviili- ja Asevelvollisuusinvalidien Liitto”). Porin toimistosta äitini kuuli, että lapsi-invalidieille on kesäisin leiri. Leirille sai hakeutua 7 – 14 vuotiaat lapset. Siellä minä sitten olinkin varmaan seitsemänä kesänä kolme viikkoa kerrallaan. Näillä leireillä on noin 70 lasta ympäri Suomen.

Tuttavapiiri laajeni huomattavasti ja jäi ystäviä, joiden luona kävin ja joita kävi myös minun kotonani, ja kirjeet kulkivat puolin ja toisin. Sydän verta vuotaen hävitin nämä kirjeet, joita oli ullaholla siististi niputettuna yksi muuttolaatikollinen. Kirjeet olisivat varmaan vielä tallella, jos ei olisi tullut pakollista kattoremonttia ja siitä johtuvaa ullakon tyhjennystä.

Polioinvalidit ry Satakunnan osastoon liityin 1989. Osaston puheenjohtaja otti minuun yhteyttä ja pyysi, että voisinko liittyä jäseneksi ja tehdä osaston kirjanpidon. Jäsenydestäni saan kiittää Satakunnan osaston silloista puheenjohtajaa. Mauri



Lipponen otti minuun yhteyttä, kertoi yhdistyksestä ja siitä, että tarvitsisivat osastolle kirjanpitäjää. Satakunnan osaston puheenjohtajana olen toiminut vuodesta 2004 lähtien.

Polioinvalidien toimintaan osallistuminen on tuonut mukanaan jäsenyyden Polioinvalidit ry johtokunnassa, Tampereen Kuntouttamislaitoksen ja Suomen Polioliiton hallituksessa.

Poliojäsenyys on tuonut elämään paljon ”menoja ja meininkiä”. Kuntoutuksia, tapahtumia, kokoontumisia ym on ollut ympäri Suomen myös ulkomaanmatkoja.

Kuntoutusta ”vastentahtoa”

Vuonna 2002 olin ensimmäistä kertaa Polioliiton järjestämällä kuntoutuskurssilla Käpylässä. Kurssille osallistuin hyvin vastahakoisesti, vaikka lääkäri, perheeni ja työnantaja sitä suosittelivat.

Olin siinä uskossa, että en mitään kuntoutusta tarvitse ja ettei kotiväkeni pärjää ilman

minua kolmea viikkoa. Tein ennen lähtöä pakkaseen valtavan määrän ruokaa, pesin kaikki pyykkiä ja siivosin kodin lattiasta kattoon. Ja taas sain todeta, että kyllä he pärjäsivät, oikein hyvin. Olisivat pärjänneet ilman näitä edellä mainittuja valmistelujakin. Koira taisi olla ainoa, joka protestoi poissaoloani, oli kastellut mielenosoituksellisesti vuoteeni heti ensimmäisenä yönä.

Menin kurssille ihan rapakunnossa, mutta palasin sieltä täysin eri ihmisenä. Lopputarastuksessa Käpylässä minulle sanottiin, että jopa otsarypyt ovat kolmessa viikossa hävinneet. Ja kurssin jälkeen kaikki tuttavatkin totesivat, että olipa tehokas kurssi.

Katkeruutta en tunne

En ole katkera polioon sairastumisesta, enkä syytä asiasta ketään. Päinvastoin, en osaa edes ajatella, millainen elämäni olisi ollut ilman sairastumista. En tunne, että olisin jostain jäänyt paitsi vammaani vuoksi. Kaikkeen en tietenkään ole

voinut osallistua samoin kuin vammattomat, mutta tilalle on tullut moninkertaisesti jotain muuta. Ystävapiiri ja monet kokemukseni ovat oletettavasti paljon laajempia, kuin monen ns. vammattoman, ja olen kiitollinen kaikista hyivistä hetkistä, joita olen kokenut. Postpolion myötä tosin on kuvaan tullut kivut, säryt ja liikkumisen apuvälineet sekä avustajat. Vauhti on hidastunut sekä mielen että liikkumisen suhteen ja avun tarve on kasvanut päivittäiseksi.

Meikkipussi on vaihtunut lääkepussiksi ja auton tavaratilan täyttää liikkumisen apuvälineet. Elämää on eletty nyt 67 vuotta ”poliolaisena” ja vielä ollaan hengissä. Näihin vuosiin on mahtunut iloa ja surua, mutta molemmat kuuluvat elämään. En osaa ajatella, mitä elämäni olisi ollut ilman polioa, varmaan aika tylsää...

Teksti: Sirpa Haapala

Kuvat: Sirpan kotiarkisto ja Poliolehden toimitus

Varsinais-Suomessa toimitaan

Kuivan kevään jälkeen odotellaan Varsinais-Suomessa sateita, muttei tietenkään silloin, kun on tapahtumia. Juhannus on jo vajaan kahden viikon päästä, eikä täällä Varsinais-Suomessa ole paljon satanut. Lämpötiloissakaan ei ole vielä päästy hellelukemiin. Se on kirjoittajan ja monen muunkin mielestä hyvä asia, koska vanhempana ei helle tunnu enää mukavalta. Enemminkin lämpö ahdistaa. Olisipa aina 22–23 astetta ja voisi liikkua kevyemmin pukeutuneena.

Pääyhdistyksen vuosikokous järjestettiin Helsingissä 25. huhtikuuta. Sinne oli varattu yhteiskyyti. Sillä sitten matkustettiin kokoukseen Valkeaan taloon. Osallistujien joukko on vuosien aikana pienentynyt, eikä meiltäkään ollut matkassa kuin pääyhdistyksen puheenjohtaja Lauri Jokinen ja osaston edustajana Riitta Nissilä. Vuosikokous sujui muuten sujuvasti, mutta talossa tapahtunut jännitepiikki lopetti yhteyden teamsissa olijoille ja toiminnanjohtajan konekin lakkasi toimimasta. Kokous sujui silti hyvin ja tarvittavat valinnatkin saatiin tehtyä.

Vertaisryhmäpäivä Turussa

Kurssipäivä järjestettiin Marinassa 7. toukokuuta. Paikalla oli kaikkiaan 15 henkilöä. Keskusteltiin palvelutarpeen itsearviointinista uuden vammaispalvelulain mukaisesti.



Toukokuussa Anne Mattilan konsertti ”Lauluja rakkaudesta” sai hyvän vastaanoton nopeasta ilmoittautumisajasta huolimatta.

Kun hyvinvointialueen vammaispalveluista haetaan vammaispalvelua eri tarpeisiin, tehdään jokaisen hakemuksen yhteydessä palvelutarpeen arviointi. Tällöin on tärkeää osata kertoa omat palvelutarpeensa sosiaalityöntekijälle.

Uudessa laissa puhutaan välttämättömistä palveluista. Toimintakyky ratkaisee palvelujen saannin, ei sairaus. Vammaispalvelulaissa palvelujen saannissa ratkaisevaa on tavanomainen elämä ja mitä siihen kuuluu. Itsearviointi tulee esille keskustelussa sosiaalityöntekijän kanssa, kun hän yleensä tulee kotiin käymään, jos haet muutosta vammaispalveluun tai kokonaan uutta palvelua. Tällöin olisi hyvä, että joku itselle läheinen henkilö osallistuisi myös tilaisuuteen.

Itsearviointinissa on pyrittävä tuomaan esille, mikä ei suju ilman haettavaa palvelua. Avun tarvetta ei kannata vähätellä, vaan kertoa tarkkaan kaikki tarpeellinen. Kannattaa tehdä

Vertaislounaat jatkuvat

Huhtikuussa kävimme lounaalla ravintola Gunnarissa, jossa olemme käyneet noin kerran vuodessa. Kesäkuun alussa kävimme kauppakeskus Skanssissa, johon oli tullut uusi ruokapaikka ”Pikku pihvi”. Se on kauppakeskuksen ravintola-kerroksessa aivan pääkäytävän varrella. Pöytäpaikkoja on vajaa kolmekymmentä, joten isolla ryhmällä sinne ei voisi mennä, mutta meitä oli nytkin vain kahdeksan ruokailijaa. Paikan ruoka-annokset ovat suuria, mutta on mahdollisuus saada myös puolikas annos, joka hyvin riittää päivän lounaaksi. Lapsillekin riittää puolikas annos. Ruoka oli erittäin hyvää. Pääruoka tuodaan pöytään, alkuruoka ja jälkiruokakahvi pitää hakea noutopöydästä.

”Lauluja rakkaudesta”

Kaarina-lehdessä oli huhtikuun lopulla mainos, että Anne Mattila esiintyisi Kaarina-talolla 15.5. Oli tehtävä nopea päätös lippujen hankinnasta, koska ei ollut aikaa lähettää ensin kirjettä ja kysellä halukkuutta konserttilippuihin. Liput olivat erityisen halpoja konserttilippuiksi, alle kolmekymmentä euroa kappale.

Hankimme tietyn määrän lippuja verkkopalvelun kautta ja lähetimme kirjeen jäsenille. Näin halukkaat voivat varata lipun itselleen. Avustaja pääsi konserttiin avustettavan kanssa ilmaiseksi. Hienoa huomioimista konsertin pitäjän taholta.

Konsertti oli pienimuotoinen. Tilaisuudessa oli alle puolitoista

sataa kuulijaa. Anne Mattilalta oli ilmestynyt uusi cd-levy juuri ennen konserttia. Hän lauloi näitä levyllä olevia uusia kappaleita, mutta myös vanhempia. Soittajana paikalla oli Henry Mäntylä.

Kuulimme ”Myrskyluodon Maijan”, joka aina vie mukanaan meren äärelle.

Anssi Tikanmäen säveltämä ”Aamuyöstä aistein avoimin. Elämäni silmiin katselin. Vanhan eilisen, uuden tulevaisuuden. Sen kaiken näin ja paljon oivalsin. Aamuyössä aistein riisutuin...” Hieno tulkinta hienosta kappaleesta.

Kuulimme kaikkiaan viisitoista kappaletta.

”Hei, mitä kuuluu”- kappaaleen yhteydessä Anne Mattila kertoi äidistään. Jokaisen kappaaleen yhteydessä hän kertoi jotain kappaleeseen liittyvää. Kuulimme tuttuja kappaleita: ”Enkeleitä, onko heitä.”, ”Minä aamu toi, sen ilta aina vei.”, ”Asfalttiviidakko”.

Uudelta levyltä oli esim. kappale ”Tie, jonka sydän valitsee.”

Konsertin päätteeksi kuultiin Katri-Helenan kappale: ”Mun sydämeni tänne jää” Anne Mattilan tulkitsemana. Konsertti kesti vajaan puolitoista tuntia.

Ryhmämme koko oli avustajineen ja läheisineen 19 henkilöä. Tyytyväisinä voimme lähteä kotiin konsertin jälkeen.

Kesäkuussa osastolla on toimintaa, mutta heinäkuussa emme järjestä tapaamisia. Nautitaan kesästä ja jatketaan toimintoja elokuussa.

Teksti ja kuva: RN

Päivä Vesileppiksessä



Pientä venyttelyä liikuntapäivän muun touhun oheen. Näin saa samalla oppia, miten voisi liikuttaa itseään myös kotona.

Taas koitti päivä keväinen, on mieli kevyt iloinen. Ei ajatella murheita, kun jälleen nähdään toisiamme. Vaan nautitaan kaikesta elämisen riemuista ja yhteisen päivän tuokioista.

Kun paikalle oli kaikki saapuneet, alkoivat päivän toimet.

Totuttuun tapaan polkastaan suunniteltu päivänohjelma käyntiin keilahallilla. Kun on keiloja tovi ihan kilvan kaadeltu todettiin, että ihan hyvinhän se taas meni ja voimme lopetella tähän. Sittenpä siirrytäänkin jo ansaitusti ruokailemaan. Ruokailun jälkeen levähdimme kotvasen ja siinä samalla käytiin läpi kuulumisia, miten arjen herrus on sujunut itse kullakin.

Jumppaa ja yhteistä aikaa

Mutta vielä meillä oli jäljellä yks ”voimainkoitos” eli ohjattu tuolijumppa. Kyllä siinä käsiä nostellessa, jalkoja ojennellessa ja kaikenmoisia kiertoja ja

kurotuksia tehdessä sai tuntea, että vähän on jumia joka puolella. Jumppa saatiin kunnialla loppuun. Kiiteltiin vielä ohjaaja tehokkaasta jumpasta, kun saimme hikipisarot ihan otsalle kirpoamaan. Huhhuh!

Päivän päätteeksi istahdetaan vielä aulakahvioon nauttimaan kahvit korvapuustin kera. Kyllä maistuiikin hyvältä. Lopuksi vielä Esko ja Paula ojensivat

Savolaiseen toimintapäivään kuuluu tärkeänä osana yhdessä olo ja vertaistuki. Aino ja Voitto Pulli päiväkahvilla.



kaikille pääsiäisnarsissit, koska pääsiäinen oli juuri tulossa.

Kiitelimme ja toivottelimme hauskat pääsiäiset kaikille. Turvallista kotimatkaa! Oli tosi mukavaa viettää taas yhdessä-olopäivää.

-Joka itteensä luottaa se kykynsä tuplaa.

Teksti ja kuvat: IK

Kruunupuistossa vietettiin Vertaisryhmäpäivää ja hekuiltiin...

Kesä jo hiipii, huomaatko sen, on aika ilon ja yhteisten hekupäivien...

Kruunupuistoon tällä kertaa tulla tupsahti savolaisia täystusina viettämään heku-päiviä. Ryhmä muodostui pitkälti entisistä vakikävijöistä, mutta oli toki mukaan uskaltanut yksi ensikertalainenkin, mikä oli todella iloinen asia.

Vertaisryhmällä alkuun

Taas tälläkin kertaa yhdessä-olon aika aloitetaan Polioliiton Vertaisryhmäpäivällä. Marja oli järjestellyt tällekin kerralle monenlaiset asiatiedot mm. faskiahieronta polion sairastaneille, käytiin läpi opasvihkonen palvelutarpeen arviointiin ja keskusteltiin itse kunkin palvelujen puutteista ja epäkohdista. Siinäpä tuli esille tarinoita ja ongelmia monenmoisia ihan roppakaupalla.

On jäljellä päivänohjelmasta enää yhteiset päiväkahvit ja sen myötä tämä tilaisuus on saatu taputeltua maaliin.

Hyvässä seurassa aikaa tahtoo rientää kuin siivillä, niin kävi nyt myös meillekin. Kiitellään vielä Marjaa mukavasta päivästä ja toivotellaan turvallista kotimatkaa.

Vertaistuki-illalla jatkoa

Alkuillasta ryhmä kokoontui pyöreänpöydän ympärille viettämään vertaistuki-iltaa. Jokainen vuorollaan sai esitellä itsensä ja kertoa kuulumisiaan ja miten polionsa kanssa on



Tikkupullan paiston lomassa ehdittiin puhua monenlaista. Jokaiselle löytyi tilaa niin puhua kuin paistaa oman pullan-sakin. Sellaista se on vertaisten kanssa.



pärjännyt. Kun jutunjuuresta kiinni saatiin ja vauhtiin päästiin, niin tarinoitahan olisi riittänyt, vaikka pikkutunneille asti. Lopuksi pelattiin vielä nimibingoa. Se oli hauskaa ja pikkuvoittojakin muutamat saivat. Tämän jälkeen on aika lähteä omiin huoneisiin ja nukkumaan, sillä aamulla alkaisivat uudet kuviot ohjelmassa.

Toimintakykytestiä ja retkipäivää

Kurssiohjelman alkuun oli toimintakykytestit. Tulokset olivat kaikilla suht ennallaan edelliskertaan verrattuna. Hyvä näin.

Päiviin sisältyi vielä allas-, rentous-, liikuntaryhmät sekä yksilöhoitoina hieronta/jalkahoito oman valinnan mukaan. Vapaa-ajan ohjelmassa oli tarjolla mm. yhteislauluiltaa ja karaoketanssit. Mehän osallistuimme niihin rentoihinkin iltojen myötä.

Olihan meillä vielä retkipäiväkin ohjelmassa. Sää oli ollut aurinkoinen ja jopa helteinen koko ajan retkipäivään asti. Mutta miten sattuikaan: retkipäivän aamuna harmaita pilvenmöhkäreitä taivaalla ja vettä sataa ripauttelee ajoittain. Vaan eipä huolta, ei harmia.

Kun oli aika meidän lähteä ulos, sää oli seljennyt ja aurinko pilkisteli pilvien raosta. Muutekin oli oikein mukavan leppää, kesäinen ilma. Niinpä reippaasti askelsimme sisäpihalle nuotion äärelle yhteistä aikaa viettämään.

Nuotiolla sitten paistelimme tikkupullaa, kylläpä tulikin monenlaista paistoväriä. Kun pullat oli saatu paistettua, tietysti söimme ne siinä kahvin kera. Jopahan oli suunnukkaiset tarjoilut ja hyvä mieli kaikilla. Onnistunut retki kaikin puolin.

Tuolijumpan kautta kotimatalle

Viimeisen aamun ohjelmassa oli vielä tuolijumppa. Nyt saimmekin liikuntasaliin ihan livemusiikkia. Venla tulla tupsahti hanurinsa kanssa paikalle ja pisti musiikit soimaan ja johan rupesi meidän tuolijumppamme sujumaan rytmikkäästi. Taukoja pidimme välillä, että saimme keskittyä musiikin kuunteluunkin. Olipa mukava lopetella kurssiohjelma näin taidokkaan esityksen myötä. Kiitos esiintyjälle.

Näin tämän kerran yhdessä-olon riemukkaat päivät on taas paketoitu. Monia ihania muistoja on taas mukana kotiin viemisinä. Toivotaan että ensi vuonna saamme jälleen kokoontua tätä yhteistä aikaa viettämään.

Tapaamisiin!

Tästä se alkaa aika oma, nyt kun on jo kesäloma.

Teksti ja kuvat: IK

Tukea toimintakyvylle vuonna 2026



Tukea omalle toimintakyvylle ja jaksamiselle ammattilaisten ohjauksessa ja vertaisten seurassa. Sinulle, joka kaipaat tukea elämässäsi polion jälkioireiden kanssa, löytyy tarjonastamme paljon erilaisia vaihtoehtoja. Tervetuloa tutustumaan, sillä kenenkään ei tarvitse jäädä yksin.

Kurssitoiminnan tavoitteena on löytää osallistujille erilaisia keinoja ja mahdollisuuksia, joiden avulla hän voi suunnitella elämäänsä ja tehdä sitä koskevia valintoja sekä parantaa koettua hyvinvointia.

Usein ajattelemme hyvinvoinnin käsitettä elinolosuhteiden kohentumisena tai fyysisen aktiivisuuden lisääntymisenä. Hyvinvointi on kuitenkin kokonaisvaltaisempaa, fyysistä, psyykkistä, henkistä, hengellistä ja sosiaalista tyytyväisyyttä.

- Kurssitoimintaan osallistumalla annat itsellesi mahdollisuuden
- kokea uusia asioita toisten samanhenkisten kanssa
- antaa omille kokemuksille arvoa
- jakaa ja vastaanottaa kokemuseräistä tietoa
- kykyä löytää itsestään uusia voimavaroja
- ymmärtää oman toimintakyvyn merkitystä
- kasvattaa itsetuntemusta
- saada ohjausta, uutta tietoa ja kokemuksia
- olla osa yhteisöä

Uusi tieto, ohjeet, neuvot ja vertaistuki on korvaamaton apu polion sairastaneille, joiden jaksaminen on polion, polion myöhäisoireiden ja ikääntymisen takia heikentynyt.

Kurssitoimintaan osallistuminen antaa meille mahdollisuuden vaikuttaa itse omaan jaksamiseemme.

Voit valita kurssitoiminnastamme sinulle parhaan tavan osallistua!

Laitoskurseja on kolme ja niiden tarjonta palvelee sinua, joka haluat pidemmän jakson tiivistä tietoa ja esimerkkejä arjen hallintaan.

Vertaisryhmäpäivät (ent.avokurssit) yhdeksällä/kahdeksalla paikkakunnalla kutsuvat päivämuotoiseen toimintakykyä vahvistavaan toimintaan, tiedon lisäämiseen ja vertaistukeen.

Verkkokursseilla toiminta on intensiivisempää oman toimintakyvyn tarkastelua, vertaistuen ja kuntoutuksen ammattilaisten tuella. Tieto ja toiminta verkossa on aina läsnä, jos niin haluat. Voit seurata videoita Polioliiton internet-sivuilla (www.polioliitto.com), tehdä harjoituksia ja laittaa postia.

Mikäli haluat **henkilökohtaista neuvontaa** ja vertaisryhmän tukea, opetamme sinulle verkossa toimimisen salaisuudet, kunhan vain laitat sähköpostia ja haet verkkoryhmään.

Vertaisryhmät kokoontuvat verkossa tai paikallisesti ja niissä voi keskustella kuntoutuksen ja hyvinvoinnin ammattilaisten sekä vertaisohjaajien kanssa arjen asioista ja hyvistä käytännöistä toimintakyvyn ylläpitämiseksi.



Poliokurssit vuonna 2026

Laitosjaksollisten Poliokurssien yleistavoitteena on tukea poliovamman aiheuttamaan toimintakyvyn alenemiseen sopeutumista, toimintakyvyn ylläpysymistä sekä omatoimisuuden säilymistä. Kurssilla saa tietoa poliosta, polion myöhäisoireista ja valmiuksia käsitellä mahdollisten polion myöhäisoireiden ja toimintakyvysä tapahtuvien muutosten myötä muuttuvaa elämäntilannetta. Kurssilla etsitään voimavaroja arjesta selviytymiseen omasta hyvinvoinnista huolehtimisen ja vertaistuen avulla. Kurssilla tapaa muita poliovammaisia henkilöitä. Kokemusten vaihtaminen toisen samankaltaisessa tilanteessa olevan henkilön kanssa takaa aidon, ymmärtävän vertaistuen.

Kurssien kohderyhmät

Poliokurssit on tarkoitettu kaikille polion sairastaneille, jotka eivät saa riittävästi kuntoutusta julkisen terveydenhuollon tai Kelan kautta. Kurssille voivat hakeutua kaikki polion sairastaneet ikään tai jäsenyyteen katsomatta.

Kurssiohjelmat

Kurssien ohjelma rakentuu teorian tiedosta ja käytännöstä, sisältäen sekä ryhmä- että yksilöohjelmaa, hoitoja, vertaistukimahdollisuuksia ja vapaa-ajanohjelmaa.

Kustannukset

Polioliiton laitospoliosurssit ovat osallistujille maksuttomia ja toteutetaan täysihoidolla, sisältäen ohjelman, majoituksen (kahden hengen huoneissa) ja ruokailut. Kurssit toteutetaan STEA:n tuella. Matkajärjestelyt kurssipaikalle ja takaisin hoitaa jokainen kurssilainen itse. Matkakuluja ei kurssimatkojen kustannuksiin voi enää saada Kelasta.

Kurssille hakeminen

Suomen Polioliiton STEA:n tuella toteutettaville poliokursseille haetaan ilmoitettuun hakupäivään mennessä Suomen Polioliiton omalla kurssihakulomakkeella. Hakulomake löytyy Poliolehdestä ja sen voi tilata myös Polioliiton toimistolta. Kurssihakulomakkeen voi myös täyttää Polioliiton verkkosivuilla, www.polioliitto.com. Hakuajan päättymisen jälkeen tulevia tai vaillinaisesti täytettyjä

hakemuksia ei huomioida osallistujia valittaessa.

Mahdolliset kurssille osallistumisen peruutukset tulee tehdä viimeistään kahta viikkoa ennen kurssin alkua. Tämän jälkeen tehdyt peruutukset voi tehdä maksutta vain lääkärintodistuksella. Kurssille hakijat valitaan mm. polion myöhäisoireiden asteen ja toimintakyvyn tukemisen tarpeen mukaan. Valinnassa otetaan huomioon hakijan fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen tilanne sekä hakijan oma näkemys kurssin tarpeellisuudesta. Kurssivalinnat suorittaa Suomen Polioliiton hallitus. Poliokursseille hakeneille ilmoitetaan päätöksestä henkilökohtaisesti.

Kurssihakemuksen postitusosoite:

Suomen Polioliitto ry
Kumpulantie 1 A 8 krs., 00520 Helsinki.
Kuoreen merkintä ”Kurssihakemus”

”Apua ajoissa”

Aika: 14-19.9.2026 (6 vrk)

Paikka: Kunnonlähde Kankaanpää, Kelankaari 4, 38700 Kankaanpää

Haku: 1.7.2026 mennessä, Polioliiton hakulomakkeella

Kurssi on erityisesti tarkoitettu poliovammaisille henkilöille, joilla ei ole aiempaa kokemusta poliovamman huomioivasta toimintakykyä tukevasta toiminnasta. Kurssilla jaetaan tietoa polion myöhäisoireista, toimintakyvyn säilyttämistä tukevista asioista kuten levon ja rasituksen määrästä, apuvälineistä, vertaistuesta ja vammaispalveluista. Tietopuolisen ohjelman lisäksi kurssipäiviin kuuluvat, liikunta, rentoutus, yksilöhoidot, vertaistuki ja vapaa-aika.

”Apua arkeen polion myöhäisoireiden kanssa”

Aika: 26-31.10.2026 (6 vrk)

Paikka: Peurunka Oy, Peurungantie 85, 41340 Laukaa

Haku: 4.9.2026 mennessä, Polioliiton hakulomakkeella

Kurssi on erityisesti tarkoitettu poliovammaisille, joilla todettu tai epäilty polion myöhäisoireista. Painotus myöhäisoireiden huomioimisessa arjessa ja toimintakyvyn muutoksissa. Kurssilla jaetaan tietoa polion myöhäisoireista, toimintakyvyn säilyttämistä tukevista asioista kuten levon ja rasituksen määrästä, apuvälineistä, vertaistuesta ja vammaispalveluista Tietopuolisen ohjelman lisäksi kurssipäiviin kuuluvat, liikunta, rentoutus, yksilöhoidot, vertaistuki ja vapaa-aika.

Vertaisryhmäpäivät (ent. avokurssit) syksyllä 2026

Vertaisryhmäpäivillä käsitellään ajankohtaisia aiheita, sovelletaan jumppaohjeita ja harjoitellaan muistiin vaikuttavia taitoja. Vuoden 2026 teemana ovat keväällä palvelutarpeen itsearviointi ja syksyllä iäkkään kuntoutuja rooli. Aloitamme päivät yhteisellä lounaalla.

Syksy – iäkkään kuntoutuja rooli

Tampere 25.8.2026 klo 11–15, Apila, Reumantie 6, Kangasala. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä!

Pohjanmaa 26.8.2026 klo 11–15, Seinäjoki Arena, Kirkkokatu 23, Seinäjoki. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä!

Pohjois-Suomi 27.8.2026 klo 11–15, Ravintola Nallikari, Nallikariranta 15, Oulu. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä!

Satakunta 28.8.2026 klo 11–15, Ravintola Hakuninmäki, Pyydyskatu 1, Harjavalta ja vieressä sijaitseva kokoustila Latu ja polku. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä!

Lahti 2.9.2026 klo 11–15, Wanha Herra, Laaksokatu 17, Lahti. Ilmoittautuminen 21.8.2026 mennessä.

Varsinais-Suomi 3.9.2026 klo 10–14, Radisson Blue Marina, Linnankatu 32, Turku. Ilmoittautuminen 21.8.2026 mennessä!

Pääkaupunkiseutu 4.9.2026 klo 11–15, Iiriskeskus, Marjanientie 74, Helsinki. Ilmoittautuminen 21.8.2026 mennessä!

Savo 16.9.2026 klo 11–16, Vesileppis, Vokkolantie 1, 79100 Leppävirta. Ilmoittautuminen 2.9.2026 mennessä.

Kouvola, 24.9.2026 klo 10-15, Kymen paviljonki, Helsingintie 408, Kouvola. Ilmoittautuminen 9.9.2026 mennessä!

Vertaisryhmäpäiville hakeminen

Ryhmään haetaan sähköisellä hakulomakkeella tai postitse tulostettavalla hakulomakkeella. Lomakkeet löytyvät Polioliiton nettisivuilta hakulomakkeista. Ryhmään haetaan vain ensimmäisen osallistumiskerran yhteydessä. Avokurssille jätetyt hakulomakkeet ovat voimassa.

Kuntoutuspäällikkö Marja Räsänen ottaa tarvittaessa yhteyttä.

Hakulomakkeiden postitusosoite:

Suomen Polioliitto ry/Marja Räsänen
Kumpulantie 1 A 8 krs
00520 Helsinki

Vertaisryhmäpäiville ilmoittautuminen

Jatkossa ryhmän kokoontumiseen ilmoitaudutaan puhelimitse tai sähköpostilla. Viimeiset ilmoittautumispäivät löytyvät ryhmätoimintaluettelosta. Ilmoittautumisen yhteydessä kannattaa ilmoittaa erityistarpeensa ja ruokavalionsa.

Ilmoittautumiset puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen@polioliitto.com.

Osallistuminen on maksutonta.

Matkakustannuksista osallistujat vastaavat itse.

Verkkokurssit

Tarvitset verkkokurssitoimintaan älylaitteen tai tietokoneen sekä rutkasti seikkailuhalua ja uteliaisuutta.

Verkossa tapahtuva kurssitoiminta on toimintakykyvalmennusta, jonka taustalla on tutkittu tieto ja poliokokeemukset. Kurssin tarkoituksena on tarjota polion sairastaneelle asiantuntevan tiedon lisäksi tehtäviä, harjoituksia ja vertaistukea TEAMS-ryhmässä.

Verkkokurssin videot ovat lyhyitä tietopaketteja ja toimivat alustuksena itseohjainnassa, harjoituksia ja tehtäviä tehdessä. Harjoitukset ovat esimerkkejä siitä, miten voit toteuttaa aihealueeseen liittyviä fyysisiä harjoitteita. Tehtävät toimivat itsetuntemuksen lisääjänä ja kuntoutumisen mahdollistajina, niiden pohjalta voit myös lähettää sähköpostitse kysymyksiä tai keskustella asiasta TEAMSissä.

Tietovideoita, liikunta- ja rentoutusharjoitteita löydät Polioliiton nettisivuilta www.polioliitto.com.

Etätapaaminen

Etäkurssitoiminta toteutetaan Teams- kokouksina pienissä ryhmissä. Teams kokouksissa toimitaan älylaitteen kameran ja mikrofonin välityksellä. Teams- kokouksien saat pyydettäessä sähköpostitse ja tukea puhelimitse sen käyttämiseen. Ota siis rohkeasti yhteyttä: marja.rasanen@polioliitto.com, 0400-236 956.

Voit tilata halutessasi poliokuntoutuja työkirjan toimintakyvyn tukemiseksi Polioliiton toimistolta puh. 09 -6860 990, kirsti.paavola@polioliitto.com

Verkkokurssit ja vertaisryhmät

Verkkokurssilla toiminta on intensiivisempää oman toimintakyvyn tarkastelua vertaistuen ja ammattilaisten tuella.

Tieto ja toiminta verkossa on aina läsnä, jos niin haluat. Voit seurata videoita Polioliiton internet-sivuilla (www.polioliitto.com), tehdä harjoituksia ja laittaa postia.



Mikäli haluat henkilökohtaista neuvontaa ja vertaisryhmän tukea, opetamme sinulle verkossa toimimisen salaisuudet, kunhan vain laitat sähköpostia ja haet verkkoryhmään

Voit myös liittyä vertaisryhmiin, jotka kokoontuvat verkossa tai paikallisesti ja keskustella hyvinvoinnin ammattilaisten sekä vertaisohjaajien kanssa.

Ota rohkeasti yhteyttä ja tule mukaan: 0400-236 956 tai 09-6860990 tai marja.rasanen@polioliitto.com.



Ohjatut vertaisverkkoryhmät (Teams) 2026

Syksy

- 03.08.2026 Ajankohtaista
- 17.08.2026 Asiaa apuvälineistä
- 07.09.2026 Toipuminen sairaalahoidosta
- 21.09.2026 Ajankohtaista
- 05.10.2026 Kuntoutuja rooli 1
- 19.10.2026 Kuntoutuja rooli 2
- 02.11.2026 Ajankohtaista
- 16.11.2026 Ajatus ohjaa toimintaa
- 30.11.2026 Arviointikeskustelu

Lisätietoja:

Suomen Polioliitto ry
puh. 09 6860990
s-posti: birgitta.oksa@polioliitto.com
tai marja.rasanen@polioliitto.com

Henkilökohtaista toimintakykyä ja jaksamista tukevat HEKU-jaksot vuonna 2026

Poliinvalidit ry järjestää jäsenilleen valtakunnallisia ja alueellisia tuettuja HEKU-jaksoja yhteistyössä useiden eri palvelutuottajien kanssa. Lisätietoja näistä tuetuista HEKU-jaksoista löytyy mm. Poliolehden jäsenjärjestöjen sivuilta: Osastoissa tapahtuu sekä verkkosivuilta.

Heku-kursseja henkilökohtaisen toimintakyvyn ja jaksamisen seuraamisen ja ylläpidon tueksi

27.7.-1.8.2026 Pohjanmaa ja Tampere, Lehtimäen Opisto

15.-18.9.2026 Lahti-Kouvola, Kruunupuisto

29.9.-1.10.2026 Pääkaupunkiseutu ja Varsinais-Suomi, Ruissalon kuntoutuskeskus

marras tai joulukuu Pohjois-Suomi, Rokua

Tervetuloa mukaan.

Polioinvalidit ry

Suomen Polioliitto ry:n vuosikokous: Poliojärjestötyö on turvattava vielä vuosiksi

Suomen Polioliitto ry:n vuosikokous on ns. jäsenjärjestöjen valitsemien kokousedustajien kokous. Jäsenjärjestöt Polioinvalidit ry ja Suomen Poliohuolto ry olivat valinneet kokousedustajansa omissa vuosikokouksissaan. Kokous järjestettiin teams-kokouksena ja kokouksessa oli esillä sääntöjen määräämät vuosikokousasiat. Vuosikokouksessa käytiin lisäksi keskustelua siitä, mitä edessä, jos Stea-rahoitus loppuu tai pienenee merkittävästi.

Polioliiton yksi perustehtävä on polioivammaisen, hänen läheistensä ja ammattilaisten tiedon lisääminen poliosta ja polion jälkivilan ja polion myöhäisoireiden vaikutuksista polioivammaisen arkeen. Tavoitteena on saavuttaa polioivammaisia hyödyttävä tietämys poliosta, polion myöhäisoireista, polioivammaisen toimintakyvystä ja tarpeista, polioivammaisen hoitoketjusta yli ammatti- ja sektorirajojen sekä kaiken edellä mainitun tiedon kokoaminen erilaisiin julkaisuihin ja kannottoihin ja saadun tiedon jakaminen polioivammaisille itselleen, heidän läheisilleen, polioivammaisten hoitoketjuun kuuluville toimijoille ja kaikille asiasta kiinnostuneille. Keskiössä on ajatus siitä, että Polioliitto ”ottaa kopin” polioivammaisesta ihmisestä silloin, kun hän on jäänyt yksin ympäröivässä yhteiskunnassa.



Tavoitteeksi asetettu, että poliojärjestöjen toiminnan aikanaan loputtua kymmenien vuosien aikana kerätty tietotaito ja hyvät käytännöt pysyvät niitä tarvitsevien saatavilla. Suunnitelmat tämän saavuttamiseksi on tehty, aineistoa kerätään ja kootaan koko ajan sellaiseen muotoon, että se olisi valmis vuoden 2027 lopussa ja pääsisi jakoon vuonna 2028.

- Polioliittoa tarvitaan vielä ihan oikeasti, sillä poliota, saati sitten polion jälkivilan ongelmia tai polion myöhäisoireiden vaikutusta toimintakykyyn ei julkinen terveydenhuolto juurikaan tunnista. Kun vielä tähän lisätään vammaispalvelulain muutos diagnoosiperusteisesta toimintakykyperusteiseksi ja hyvinvointialueiden säästöpaikot, niin polion sairastaneet ovat oman vammansa suhteen

vaarassa jäädä ilman kipeästi tarvitsemiaan tukitoimia. Poliojärjestötyötä pitää voida jatkaa vielä vuosia, totesi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

Poliolinjaa tarvitsi 756 henkilöä

Neuvontapalvelut (Poliolinja) ohjaavat ja neuvovat polioon ja vammaisuuteen liittyvissä asioissa. Neuvontapalvelu on maksutonta ja tarkoitettu kaikille polion sairastaneille ja heidän läheisilleen sekä muille tietoa tarvitseville. Neuvontapalveluja käyttivät eniten poliojärjestöihin kuulumattomat polion sairastaneet ja heidän omaisensa sekä polioivammaisia kohtaavat ammattihenkilöt.

Poliolinjalle otti yhteyttä 756 (vuonna 2024: 706) henkilöä ja ohjaustilanteita kirjattiin vuoden aikana yhteensä 1436

(vuonna 2024: 996). Neuvonnan ja ohjauksen avulla vahvistettiin polioivammaisten arjen toimintakykyä ja samalla ohjattiin verkossa ja/tai puhelimitse tapahtuvan ryhmätoiminnan ja vertaistuen piiriin. Neuvontatoiminnalla pystyttiin vähentämään julkisiin palveluihin kohdistuvaa painetta ja lisäämään julkisten palveluiden tietotaitoa kohdata polion sairastanut ihminen.

Lausuntoja ja valituksia laadittiin 91 (79). Poliolinjalle yhteyttä ottaneista 84 % (84 %) kertoi hyötynensä merkittävästi yhteydenotosta ja saamastaan tiedosta. Ohjaus- ja neuvontatoiminnasta vastasivat Polioliiton henkilökunta, palkkioperusteiset asiantuntijat ja koulutetut, vapaaehtoiset vertaistoimijat.

Neuvonta- ja edunvalvontatoiminnan kulut olivat 48 899,89 euroa (vuonna 2024: 48 567,13). Toiminta rahoitettiin STEA:n yleisavustuksella.

Ryhmätoiminnalla apua toimintakyvylle

Polioliiton järjestämän toimintakyvyn ylläpitoon ja voimavarojen vahvistamiseen tähtäävän järjestölähtöisen ja vertaistuellisen ryhmätoiminnan tarkoituksena on edistää ja ylläpitää polioivammaisten hyvinvointia ammattimaisesti ohjatun ryhmätoiminnan avulla. Osallistujat valittiin hakemusten perusteella.

Laitosjaksojen toteuttajina (kilpailutettu) toimivat Lehtimäen Erityiskansanopisto, Maskun Kuntoutus Oy ja Kruunupuisto Oy. Osallistujia kursseille oli yhteensä 33, ikähaitari 64–87 vuotta.

Vuonna 2026 kurssit toteutetaan Lehtimäen Opistolla, Kankaanpään Kunnonlähde ja Peurunka.

Avokurssitoiminta aloitettiin kolmella paikkakunnalla vuonna 2016. Vuonna 2025 avoryhmiä on järjestetty suunnitelman mukaisesti yhdeksällä maantieteellisesti keskeisellä toiminta-alueella. Lisäksi toteutettiin yksi kolmipäiväinen valtakunnallinen avoryhmätapaaminen.

Avotoiminnan sisältö on tiedon lisäämisen lisäksi oman toimintakyvyn ylläpitoa työkirjan ja tehtävien kautta sekä toiminnallista osallistumista. Vuoden 2025 teemoja olivat vammaispalvelulain haaste ja hyöty, liikunnan merkitys ja muut esille nousseet asiat. Vertais- ja omaiskeskustelut tuovat lisäarvoa avoryhmien sisältöön. Toimintaan on osallistunut vuoden 2025 aikana 511 henkilöä, ikähaitari 52–89 vuotta.

Avokurssien nimi on vaihdettu vuodelle 2026 vertaisryhmätoiminnaksi, sillä tapahtumissa juuri vertaistapaaminen on tärkeintä tiedon ohella. Vertaisryhmät jatkavat myös kuluvana vuonna 2026 yhdellä paikkakunnalla ja yhdellä valtakunnallisella tapaamisella. Syksyn aiheena mm. iäkkään kuntoutujan rooli.

Lisäksi ryhmätoiminnassa jatkavat myös vuonna 2026 verkkokurssit ja vertaisohjaustoiminta. Verkkokurssien rungon muodostavat neuvonta- ja ohjausvideot sekä keskusteluryhmät. Verkossa kokoontuu säännöllisesti kolme keskusteluryhmää. Ryhmissä keskustellaan, jaetaan tietoa ja hyviä käytäntöjä polioivammaisen arjen tueksi. Ryhmäläiset osallistuvat aktiivisesti ryhmätoiminnan kokonaisuuden kehitystyöhön. Verkossa kokoontuvat vertaisryhmät kokoontuivat vuonna 2025 yhteensä 54 kertaa.

Vertaisohjaustoiminta on saatu aktiiviseksi Pääkaupunkiseudulla, Varsinais-Suomessa, Satakunnassa, Lahdessa, Kouvolassa, Kuopiossa ja Oulussa.

Toimintakykyä tukevan ryhmätoiminnan kulut olivat yhteensä 98 141,12 euroa (2024: 101 709,79) ja se rahoitettiin täysin STEA:n Ak2-avustuksella.

Rahoituksella iso merkitys

Vuonna 2025 Suomen Polioliiton kokonaiskulut olivat yhteensä 291 383,89 euroa (vuonna 2024: 312 387,51) ja varsinaisen toiminnan kulut 291 179,59 euroa. Tilikauden alijäämä 199,52 € rahoitettiin omalla pääomalla. Polioliiton varsinaisesta toiminnasta 78 % rahoitettiin STEA:n yleis- ja kohdennetulla avustuksella ja 22 % varsinaisen toiminnan tuotoilla.

- Suomen Polioliitto ry:n toiminta on riippuvainen STEA:n toiminta-avustuksista ja jäsenjärjestöjen maksamista palvelumaksuista. Ilman STEA-avustuksia toimintaa ei ole mahdollista jatkaa. STEA-avustuksiin tehdyt leikkaukset eivät ole vielä koskeneet Suomen Polioliittoa, joten vuoden 2026 toiminta pystytään toteuttamaan suunnitelman mukaisesti kohdentamalla tarvittavat, rahoituksen vaatimat sopeutustoimet siten, että ne eivät vaaranna varsinaisen toiminnan toteutumista, kertoi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

Vuodelle 2026 Stea-avustuksia Polioliitto sai yleistöimintään, joka pitää sisällään mm. Poliolinjan eli neuvontapalvelut, koulutustoiminnan sekä viestinnän 135 000 €. Ryhmätoimintaan, joka sisältää niin laitospalvelu-, avo/vertaiskursseja kuin verkkokurssit ja vertaisohjaajien tapahtumat ja koulutuksen myönnettiin 99 000 €.

- Vaikka Stean rahoitus väheni alkuperäisestä talousarviosta ”vain” 5000 euroa, joudumme myös tämä vuonna jatkamaan kuuluisaa sopeuttamista merkittävästi. Joudumme vähentämään kuluja ainakin sellaiset 16.000 euroa. Hintojen nousu tulovirran pienemisen ohella on yhtälö, johon etsitään ratkaisua joka päivä. Esimerkiksi Poliolehden postituskulujen lisäys vuositasolla tulee olemaan useita tuhansia euroja, varovastikin arvioiden lähempänä 5000 euroa, totesi Oksa.

Hän muistutti samalla, että Polioliitto ei voi kokonaan keskittyä digipalveluiden kehittämiseen, vaan on huolehdittava siitä, että koska suurin osa kohderyhmästä ei osaa käyttää älylaitteita, heille tarjotaan palvelut toistaiseksi myös alustoil-

la, joita he pystyvät ja osaavat käyttää. Niinpä Poliolehden paperiversio on jatkossakin Polioton toiminnassa mukana.

Henkilövalinnat vuosille 2026–2027

Suomen Polioliiton luottamushenkilöiden toimikausi on kaksivuotinen ja koko hallitus on aina erovuorossa. Henkilövalinnat olivat yksimielisiä. Puheenjohtajaksi valittiin Lauri Jokinen, varapuheenjohtajaksi Kaarina Lappalainen ja hallituksen jäseniksi valittiin Ari Aroheikki, Sirpa Haapala, Pirjo Karin-Oksa, Riitta Nissilä ja Kaija Salmela.

Kaikki valitut olivat mukana myös edellisessä hallituksessa, joten Polioliiton mahdollinen rahoitustilanteen muutos Stea-avustusten pienemisen tai jopa loppumisen vuoksi ei saanut vetäytymään luottamustehtävästä.

Ei huomautettavaa tilinpäätöksen tai toimintasuunnitelmaan

Vuosikokous vahvisti Suomen Polioliitto ry:n tilinpäätöksen toimintakertomuksineen. Kokous hyväksyi talousarvion ja toimintasuunnitelman vuodelle 2026. Valitun hallituksen tehtäväksi jäi päättää tarvittavista talouden sopeuttamistoiminnan yksityiskohdista.

Polioliitto raportoi toiminnastaan myös Stealle sekä erillisillä tuloksellisuusraporteilla että vuosiselvityksillä.

Teksti: BO

Kuva: Poliolehden arkisto

Polioinvalidit ry:n vuosikokous

Muutoksia luvassa

Polioinvalidit ry:n vuosikokous pidettiin Valkeassa Talossa, Helsingin Haagassa. Paikalle oli saapunut vajaat kaksikymmentä varsinaista jäsentä. Paikallisosastot olivat osin lähettäneet ehdotuksensa ja kommenttinsa vuosikokouksen asialistan kohtiin etukäteen kirjallisena. Vuosikokousasioita käsiteltiin laajasti paikallisosastojen kokouksissa.

Vuosikokouksessa oli esillä sääntömääräiset asiat. Tällä kertaa oli vuorossa myös puheenjohtajan valinta seuraavaksi kahdeksi vuodeksi.

Toimintavuonna 2025 Polioinvalidit ry täytti 70 vuotta. Juhlavuoden aikana paikallisosastot järjestivät omilla toiminta-alueillaan juhluvuoden tapahtumia, valtakunnallista juhlaa ei järjestetty. Yhdistyksen toiminnassa painottuivat erityisesti toimintakyvyn ylläpitoa ja vertais- sekä vapaaehtoistoimintaa tukevat palvelut. Allas- ja kuntosaliryhmät, heku-kurssit, kuntotapahtumat, kerhot, vertaistapaamiset ja muu vapaa-ajan ryhmätoiminta olivat tukeva osa yhdistyksen toimintaa.

Matalan kynnyksen toiminnan vahvistamiseksi osallistujien omavastuuosuudet pyrittiin pitämään mahdollisimman edullisina. Yhä useampi yhdistyksen varsinainen jäsen tarvitsee henkilökohtaista apua pystyäkseen turvallisesti osallistumaan tapahtumiin, joten toimintaan varsinaisen yhdistyksen jäsenen tukena osallistuva avustaja tai lähiomainen maksoi osallistumisestaan



myös ns. jäsenhinnan. Näin yhä useampi varsinainen jäsen pystyi osallistumaan yhdistyksen toimintaan.

Osastojen hallintorakennetta kevennetty

Luottamushenkilöiden jaksamisen ja alueellisen toiminnan turvaamiseksi on toteutettu osassa osastoja muutoksia, joissa keskustoimiston ja erityisesti järjestöyöntekijän roolia osaston toiminnan käytännön toiminnan toteutuksessa on lisätty mm. siten, että toimisto hoitaa maksuliikenteen, kerää ilmoittautumiset, järjestää tapahtumia, kouluttaa, hoitaa kirjeenvaihtoa jne. Lisäksi tarvittaessa osastojen hallintorakennetta on kevennetty.

Toimintakykyä tukevia palveluja

Avokuntoutuksena yhdistys järjesti paikallisia lämminvesivoimistelu- ja liikuntaryhmiä yhteensä 11, jotka kokoon tuivat 174 kertaa. Alueellisia, seurannan sisältäviä heku-tapahtumia toteutettiin 18. Yhdistyksen toimintakykyä tukevaan toimintaan osallistui 487 henkilöä, iältään 50–92 vuotta. Varsinaisten jäsenten omaehtoista liikkumista tuet-

tiin haja-asutusalueella pienellä rahallisella tuella.

Toimintakykyä tukevan toiminnan kokonaiskulut vuonna 2025 olivat noin 91 000 euroa. Yhdistyksen järjestämistä toimintakykyä tukevista palveluista perittiin osallistumismaksu, suuruudeltaan 0–25 %.

Erilaisia vapaa-ajan tapahtumia järjestettiin 69. Monipuolinen ryhmämuotoinen vapaa-ajantoiminta tukee hyvin jäsenten osallistumista, edistää vertaistukea ja on kerätyn palautteen mukaan yhä useammalle yhä tärkeämpi, jolle peräti ainut, mahdollisuus osallistua kodin ulkopuolisiin tapahtumiin. Vapaa-ajan toiminta toteutetaan jäsenistön toiveiden mukaisesti. Vapaa-ajan toiminnan kokonaiskulut olivat reilut 62 000 euroa.

Rahoitusta omalla pääomalla

Osallistumismahdollisuudet pyrittiin turvaamaan matalilla osallistumismaksuilla ja oman pääoman käytöllä. Kokonaiskulut olivat 230 000 euroa.

Toimintavuoden taloudellinen tulos oli reilut 167 000 euroa tappiollinen, joka suunnitelman mukaisesti rahoitettiin yhdistyksen omalla pääomalla. Oman pääoman käytöksi oli

vuosikokouksen päätöksellä talousarvioon hyväksytty 180 000 euroa.

Oman pääoman käytöstä on päätetty vuosittain ja pääoma on syntynyt omaisuuden myynnistä. Vuonna 2019 myydyin Tampereella sijainneen Kyttälänkontu Oy:n osakkeiden myyntituotto on vuoden 2026 lopussa suurelta osin käytetty.

Tuotolla on pystytty rahoittamaan yhdistyksen palveluja kuten heku-kursseja ja vapaa-ajan toimintaa siten, että osallistumismaksut ovat olleet erittäin matalia. Lisäksi yhdistys on mm. osallistunut Suomen Polioliiton kesäpäivien rahoitukseen, mikä niin ikään on näkynyt erittäin kohtuullisina osallistumismaksuina. Rahoitus on myös näkynyt osallistujamäärien merkittävänä kasvuna.

- Rahoituspäätösten takana on jäsenistön esittämä toive - ehkäpä jopa vaatimus - siitä, että yhdistyksen varat tulee käyttää jäsentensä toimintakyvyn ylläpitoon ja osallistumismahdollisuuksien parantamiseen vielä, kun meitä jäseniä on, jotka jaksamme ja pystymme osallistumaan ja siten ylläpitämään toimintakykyämme ja saamaan meille tärkeää vertaistukea, totesi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

Koska rahoitus on nyt loppusuoralla, hän kysyi vuosikokoukselta kuten vuotta aiemminkin, olisiko syytä tehdä talousarvioon muutoksia ja pienentää yhdistyksen rahoitusosuutta? Vuosikokous päätti jatkaa toiminnan rahoittamista omalla pääomalla 150 000 eurolla vuonna 2026.

Haasteena toiminnan jatko ja sisältö

Vuosikokous hyväksyi vuoden 2025 toiminnan ja tilipäätöksen yksimielisesti. Vuoden 2026 toimintaa päätettiin jatkaa pääosin samoin kuin useamman viime vuoden ajan. Toiminnan rahoitus herätti muutaman kysymyksen, mutta johtokunnan esittämään talousarvioon ei kuitenkaan haluttu tehdä muutoksia.

Polioinvalidit ry:n toiminnan järjestämisedellytyksiin ja tapaan tulee vaikuttamaan merkittävästi Suomen Polioliitto ry:n tulevien vuosien rahoitus. Polioinvalidit ry maksaa Polioliiton järjestöpalveluista vuosittain noin 30 000 €. Järjestöpalveluihin kuuluvat mm. Polioliitto, nettisivut, toimistoympäristö, kirjanpito jne.

- Tietysti yhdistyksen jäsenillä, kuten kaikilla polioivammaisilla, on oikeus Polioliiton tarjoamiin toimintakykyä tukeviin palveluihin ja Polioliinjan neuvontapalveluihin, kertoi toiminnanjohtaja Birgitta Oksa.

Millaista Polioinvalidit ry:n toiminta tulee olemaan jatkossa? Muutoksia on väistämättä edessä. Yhä enemmän toiminta tulee olemaan vapaaehtoisten luottamushenkilöiden aktiivisuuden varassa? Löytyykö heitä? Polioivammaisten ikärakenteen myötä yhdistyksen varsinaisten jäsenmäärä on nopeassa laskussa. Lisäksi osallistumismaksuihin on luvassa jatkossa huomattavia korotuksia.

Valittu johtokunta ja paikallisosastot ovat suuren haasteen edessä miettiessään yhdistyksen toiminnan jatkoa.

Henkilövalinnat

Polioinvalidit ry:n puheenjohtajan toimikausi on kaksi vuotta. Puheenjohtajana jatkamaan

vuosikokous yksimielisesti valitsi Lauri Jokisen.

Johtokunnasta erovuorossa vuosittain on puolet. Vuosikokous päätti jatkaa käytäntöä, jossa jokaisella yhdistyksen paikallisosastolla on edustaja johtokunnassa. Osastot olivat omilla vuosikokouksissaan valinneet ehdokkaansa – niin varsinaisen kuin varajäsenenkin – johtokunnan jäseniksi ja osastojen ehdotukset hyväksyttiin myös vuosikokouksessa.

Yhdistyksen johtokunnan varsinaisiksi jäseniksi vuosiksi 2026–2027 valittiin Timo Härkönen Pohjois-Suomen osastosta, Kaarina Lappalainen Pääkaupunkiseudun osastosta, Pirjo Puskala Pohjanmaan osastosta ja Seija Valkonen Lahti-Kouvolan osastosta.

Johtokunnassa jatkavat sääntöjen mukaisesti vuoden 2026 Sirpa Haapala Satakunnan osastosta, Pirjo Karin-Oka Tampereen osastosta, Iris Karvinen Savon osastosta ja Riitta Nissilä Varsinais-Suomen osastosta.

Yhdistyksen johtokunnan jäsenten henkilökohtaiset varajäsenet valittiin seuraavasti:

Olavi Parviainen, Pirjo Puskalan varajäsen, Tuula Pukki, Timo Härkösen varajäsen, Riitta Suurkuukka, Kaarina Lappalaisen varajäsen ja Peter Rinne, Seija Valkosen varajäsen.

Johtokunnan varajäseninä jatkavat sääntöjen mukaisesti vuoden 2026 Eija Laakso, Sirpa Haapalan varajäsen, Leila Lahti-Pätäri, Pirjo Karin-Okan varajäsen, Esko Timonen, Iris Karvisen varajäsen ja Matti Knuutila, Riitta Nissilän varajäsen.

Teksti: BO

Kuva: Polioliiton toimitus

Suomen Poliohuolto r.y:n sääntömääräinen vuosikokous



Suomen Poliohuolto r.y:n sääntömääräinen vuosikokous pidettiin Helsingissä poliojärjestöjen toimistolla toukokuussa. Kokouksessa esitettiin toimintakeromus vuodelta 2025, vahvistettiin tilinpäätös, ja myönnettiin vastuuvapaus tilivelvollisille vuodelta 2025.

Jäsenmaksut

Jäsenmaksuiksi päätettiin: varsinainen jäsen 25 € ja kannatusjäsen 30 € vuodelta 2026. Toimintasuunnitelman ja talousarvion vahvistamisen jälkeen vuodelle 2026 suoritettiin hallituksen jäsenten valinta.

Henkilövalinnat

Eroavuorossa olevat neljä (4) hallituksen jäsentä, ts. Ari Aroheikki, Pentti Lindström, Eeva Pitkänen ja Anneli Tarakkamäki, valittiin uudelleen hallitukseen kahdeksi vuodeksi. Hallituksessa jatkavat seuraavaan vuosikokoukseen saakka Rauni Mäki-Petäys, Kaija Salmela ja Eino Tarakkamäki. Eira Tenhonen pyysi eroa hallituksen jäsenyydestä. Hänen tilalleen

jäljellä olevaksi kaudeksi valittiin yksimielisesti Peter Rinne. Yhdistyksen tilintarkastajiksi valittiin Jaana Ilmen HT ja Jani Holmi HT. Suomen Polioliitto ry:n vuosikokoukseen, sekä mahdollisiin ylimääräisiin kokouksiin valittiin yhdistyksen edustajiksi Ari Aroheikki ja Kaija Salmela.

Poliotietämyksen tallentaminen tärkeää

Vuosikokouksessa puhetta johti Kaija Salmela, sihteerinä toimi Ari Aroheikki, ja pöytäkirjan tarkastajiksi valittiin Rauni Mäki-Petäys ja Eeva Pitkänen.

Yhdistys tarjosi kokousedustajille lounaan. Kokouksen jälkeen keskustelimme poliojärjestöille kertyneen poliotietämyksen (lääketiede, kuntoutus, apuvälineet, sosiaaliturva yms.) tallentamisesta, ja sen varmistamisesta, että tämä tieto on halukkaiden saatavilla myös tulevaisuudessa.

Teksti: Kaija Salmela

Kuva: Kirsti Paavola

Hei, Olen Peter Rinne Lahdesta



valitettavasti jättämään tällä kertaa väliin. Niin hienot ilmat kuin siellä kuulemma jälleen oli.

Minulle polio jätti ylävartaloon toimintakykyä rajoittavan haitan, kävely kyllä onnistuu kohtalaisen hyvin. Eli kokolailla terveen oloista elämää olen saanut viettää.

Jopa niin, että omakotitalossa asuvana olen isohkoja remonttejakin saanut tehtyä.

Viime vuosien suurimpia iloja on ollut ukkina oleminen. Lapsenlapset asuvat Lahdessa, joten viikottain pääsen heitä näkemään ja voin seurata pienten kasvua. Tulossa olevan juhannusviikon saan viettää heidän kanssaan mökillä. Toivottavasti säät suosivat uintia ja pihaleikkejä.

Vielä takaisin yhdistystemme toimintaan. On tärkeää että jatkossakin pystyisimme tukemaan ikääntyvän jäsenistömme arkea ja toimintakykyä.

Tämä vaati, että pystymme pitämään yhdistyksemme toimintakykyisinä mahdollisimman pitkään. Jos siis tullaan tienhaaraan, niin valitaan oikeat polut toiminnan jatkamiseen - eikä anneta sen olla päätepsäkki.

Vietetään lämmin ja rentouttava kesä ja palataan syksyllä uusin voimin yhdistystemme toimintaan.

Terveisin

Peter



Kotimaista kuitua lautaselle

Kesä ja tuleva syksy on vuoden paras hetki lisätä ruokavalioon kasviksia ja marjoja.

Edellisen kerran puhuin proteiinin merkityksestä. Toivottavasti olette muistaneet nauttia päivittäiset proteiinit eli sen 1,5–2 grammaa proteiinia per painokilo eli jos painatte 80 kg, niin päivässä tulisi nauttia noin 110–160 grammaa proteiinia. Proteiini auttaa estämään lihaskatoa ja on tärkeä osa terveellistä, sekä monipuolista ruokavaliota. Proteiinin lisäksi meidän olisi hyvä syödä myös kasviksia ja marjoja.

Kasviksia ja marjoja

Kasviksista ja marjoista saadaan ennen kaikkea kuitua, jota tutkimustenkin mukaan me suomalaiset syömme liian vähän. Marjoista ja kasviksista saamme myös hivenaineita ja vitamiineja, jotka edistävät terveyttämme. Moni syö nykyään kuitulisää, koska päivittäisessä ruokavaliossa heidän kuitumääränsä jää liian vähäiseksi ja liian vähäinen kuidun määrä aiheuttaa usein vatsaongelmia. Riittävä kuidun määrä auttaa tasapainottamaan verensokeria ja hallitsemaan kolesterolia. Kuitulisä on monelle toimiva työkalu arkiruokailuihin, jotka eivät syö syystä tai toisesta kasviksia ja marjoja.

Teille, jotka syötte marjoja ja kasviksia, mutta ”enemmänkin

pitäisi”, niin nyt on paras hetki vuodesta lisätä luonnon omia kuituja lautaselle. Kotimaiset marjat kypsyvät vauhdilla ja kerrankin niitä saa suoraan tuoreena aamupuuron tai välipalaksi rahkan päälle pelloilta ja puskista, pakastimen sijasta. Kasvikset ja erilaiset salaattit ovat maistuvia lisukkeita kesälautasille, jossa usein onkin jo hyviä ravintoaineita, kuten perunaa, kalaa ja lihaa.

Maukasta ja terveellistä

Maukkaita kesäruokia ja herkkuja, joihin saatte helposti lisättyä marjoja ja kasviksia.

Keitot: kesäkeitto, kasvissekeitto ja kalakeitto maistuvat kesällä.

Salaatit: ruokaisat ja kevyemmät salaattit maistuvat hyvälle, kun kotimaiset kasvikset ovat sesongissa. Salaattiinhan voi laittaa mukaan vaikka tuoreita kotimaisia mansikoita ja haloumijuustoa.

Perunanyytit foliossa: foliossa kypsytettyjä pilkottuja perunoita ja kasviksia, johon mukaan hieman voita on oiva lisuke mille tahansa lihalle.

Marjarahka: rahkaa, marjoja ja päälle vähän vaniljakastiketta vaahdotettuna on raikas, mutta makea jälkiruoka.

Mansikkakakku: kesällä ei parane unohtaa kotimaista klassikkoa!

Teksti: PO

Hakulomake

Suomen Polioliiton poliokurssit, laitosjaksot
STEA-rahoitteiset kurssit 2026

Hakijantiedot

Nimi:

Henkilötunnus:

Lähiosoite:

Postinumero:

Postitoimipaikka:

Puhelinnumero:

Sähköposti:

Kurssi, jolle haetaan

Ensisijainen kurssi

Toinen vaihtoehto

Kolmas vaihtoehto

Edellinen kuntoutuskurssi

Vuosi

Maksaja: Kela Kunta RAY/Stea Muu: _____

Poliovammaa/terveydentilaa koskevat tiedot

Polioon sairastumisvuosi?

Polion myöhäisdiagnoosi? Kyllä: Ei:

Muut sairaudet, joista haluan antaa tietoa?

Minulle on tehty kuntoutumissuunnitelma Kyllä: Ei:

Apuvälineet: Keppi Rollaattori Pyörätuoli Muu: _____



Tarvitsen henkilökohtaista apua:

Ruokailussa Pukemisessa Hygieniassa Liikkumisessa Muussa: _____

Minulla on mukanani henkilökohtainen avustaja: Kyllä: Ei:

Erityistä huomioitavaa (esim. allergiat, erityisruokavaliot, erityistoiveet)

Perusteluja kurssivalinnan tueksi

Kuvailkaa omaa elämäntilannettanne:

Miten kurssi tukee toimintakykyänne?

Allekirjoitus

Annan suostumukseni siihen, että antamiani tietoja voidaan antaa kurssin työntekijöille:

Paikka ja aika

Hakijan allekirjoitus, nimenselvennys

Palauta kurssihakemus osoitteella:

Suomen Polioliitto ry

Kumpulantie 1 A 8 krs.

00520 Helsinki

kuoreen merkintä "hakemus"

Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia emme voi huomioida.

Hakulomakkeen tiedot rekisteröidään Suomen Polioliitto ry:n kurssitietojärjestelmään.

Kurssitietojärjestelmän rekisteriseloste on nähtävissä toimistolla, Kumpulantie 1 A 8.krs, 00520 Helsinki.

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

SUOMEN POLIOHUOLTO r.y:n puolelta Ratikka Turkuun



Meillä Tampereella on muutaman vuoden ajan ollut raitiotiejärjestelmä. Ratikalla pääsee! Tampereen ratikka sai taannoin pohjoismaiden esteettömimmän julkisen joukkoliikennevälineen tittelin.

Onhan se sen ansainnutkin, ainakin näin liikuntavammaisen, sähköpyörätuolilla liikkuvan mielestä: jokaisen vaunun ovet avautuvat automaattisesti, vaunu ja laituri ovat samalla korkeudella, sisällä on pyörätuolipaikat, hälytysnapit hätätilanteita varten, opasteet näkyvät näille paikoille, ja tiedotteet myös kuulutetaan jne. Vammaisen ja hänen avustajansa voivat myös matkustaa maksutta.

Ratikka on mahtava askel kohti vammaisten tasa-arvoista liikkumista muiden kanssa. Olen enemmän kuin tyytyväinen siitä, että ratikka toteutuu (uudelleen) myös Turussa!

Mitä Varha mieltii?

Poimintoja Varhan (Varsinais-Suomen hyvinvointialue) asiakastiedotteesta: "Varha on tehnyt sopimuksen kauppalpalvelusta... Kauppalpalvelu sisältää ostosten keräilyn, kuljetuksen... Kotihoito tekee **Poliolehti** 2/2026



kanssanne verkkokauppatilaukset... Kauppa, jossa ostokset kerätään, on Turun Osuuskauppa...Kauppalpalvelunne tuottaa Osuuskunta...".

Vaikeavammaisella on siis mahdollisuus saada kauppaostokset kotiin, niin kuin ymmärrättekkin. Palvelu on osa kotona selviytymistä. Ostokset on seuraamassani tilanteessa tuotu kotiin asiakkaan lähikaupasta noin kahden kilometrin päästä.

Kun luen tätä kirjettä moneen kertaan, niin totta se on: kauppaostokset viedään jatkossa esim. Nauvoon, Kemiöön ja Perniöön –TURUSTA! Kerran viikossa. (Pö-Tku n. 70 km.)

Tämä palvelu on aikaisemmin tapahtunut niin, että LÄHIKAUPPA on hoitanut asian.

Voiko tämä olla totta? Jätän kertomatta, mikä taho kauppalpalvelua tuottaa. Asiakastiedotteesta jätetään kertomatta, että kauppalpalvelun asiakkaalla on myös muita mahdollisuuksia, onneksi on.

Suomen Polioliitto ry:n vuosikokous

Yhdistyksen vuosikokous pidettiin toukokuussa polioliijärjestöjen toimistolla. Lue lisää kokouksesta lehden sivulta ?? .

Hallituksessa tapahtui muutos: pitkään yhdistyksen hallituksessa, ja erityisen pitkään

Suomen Polioliitto r.y:ssä toiminut Eira Tenhonen jättäytyi omasta pyynnöstään pois hallituksesta. Kiitämme Eiraa vuosikymmeniä jatkuneesta vapaaehtoistyöstä yhdistyksemme, ja erityisesti Kaislaranta-kodin hyväksi. Toivotamme Eiralle paljon kaikkea hyvää elämässä!

Jatkamme ja jaksamme – yhdessä!

Hyvää kesää ja jokaiselle sopivia säitä toivottelee

Kaija Salmela

puheenjohtaja

Lahti-Kouvolan osasto

HeKu-kurssi 15.-18.9.2026

Kruunupuisto, Punkaharju. Huoneet saa tulopäivänä klo 14.00, päivällinen on klo 16.30–17.00.

Yksilöhoitona jalkahoito tai hieronta. Ohjattua toimintaa on tuolijumppa, allasjumppa, kuntosaliharjoittelua, rentoutumista, pelejä, lisäksi rentoutumista omatoimisesti kylpylässä.

Sitovat ilmoittautumiset 31.7.26 mennessä. Seija Valkonen puh. 0503491977.

Täysihoito 2 hengen huoneissa 112 euroa ja lisämaksu 1 hengen huoneesta 30 euroa/vrk.

Maksetaan 31.7.2026 mennessä Polioinvalidit ry tilille FI18 8000 1300 2228 75.

Vertaistoimintapäivä Lahdessa 2.9.2026

Vertaistoimintapäivä (avokurssi) päivä Lahdessa, 2.9. 2026 klo 11–15, Vanha Herra, Laaksokatu 17, Lahti. Ilmoittautuminen 21.8.2026 mennessä Marja Räsäselle puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen@polioliitto.com.

Vertaistoimintapäivä Kouvolassa 24.9.2026

Vertaistoimintapäivä (avokurssi) päivä Kouvolassa 24.9.2026 klo 10–15, Kymen Paviljonki, Helsingintie 408, Kouvola. Ilmoittautuminen 9.9.2026 mennessä Marja Räsäselle puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen@polioliitto.com.

Yhteydenotot:

Seija Valkonen, s-posti seijak.valkonen@gmail.com tai puh. 050 349 1977.

Hyvää kesää kaikille!

Työryhmä

Pohjanmaan osasto

Heku-Kurssi Lehtimäellä

Pohjanmaan ja Tampereen Heku-kuntokurssi pidetään Lehtimäen Opistolla 27.7. - 1.8.2026. Tarkemmat tiedot Poli-lehdessä 1/2026.

Avokurssi Seinäjoella

Avokurssi - vertaistapahtuma syyskuu, 26.8.2026 Seinäjoki Areenassa, klo 11-15. Ilmoittautuminen 14.8.2026 Marja Räsäselle puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen(a)polioliitto.com.

Osaston yhteystiedot

Puheenjohtaja Pirkko Ahola p. 0405907954 tai pirkkoahola625(a)gmail.com.

Sihteeri Veikko Hemminki p. 0400262801 tai veikkoheimminki(a)gmail.com.

Hyvää ja lämmintä kesää,

Johtokunta

Pohjois-Suomen osasto

Vertaisryhmäpäivä (avokurssi) 27.8.2026

27.8.2026 klo 11–15, Ravintola Nallikari, Nallikariranta 15, Oulu. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä!

Ilmoittautumiset puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen@polioliitto.com.

Hyvää kesää kaikille!

Johtokunta

Pääkaupunkiseudun osasto

Allasvoimistelua Metropolian altaalla syksyllä 2026

Osastomme järjestää edelleen fysioterapeutti opiskelijoiden ohjauksessa allasvoimistelua Metropolian altaalla alkaen

20.8.2026. Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 12.30–14.30, josta jumppaa klo 12.45–13.15 ja vapaata uintia klo 13.15–14.30. Syyskauden maksu on 40 €, joka maksetaan Polioinvalidit ry:n tilille.

Tule hoitamaan kuntoasi!

Virkistyspäivä Markkulassa 14.8.2026

Kun risteily ei saanut tarpeeksi kiinnostuneita, niin päätimme palata tuttuun Markkulaan

Menemme viettämään elokuista virkistyspäivää Vantaan Invalidien toimintakeskus Markkulaan 14.8. klo 12.00 Osoite on Vanha Kuninkaalantie 5, 01300 Vantaa. Aloitamme päivän pelaamalla erilaisia pelejä. Sitten nautimme pizza lounaan.

Sitovat ilmoittautumiset toimistolle puh. 6860 9930 4.8. mennessä. Virkistyspäivän hinta on 10,00 €, joka maksetaan Polioinvalidit ry:n tilille

Heku-kuntoutusta Ruissalossa 29.9.-1.10.2026

Yhdessä Varsinais-Suomen osaston kanssa on jälleen mahdollista osallistua kolmen vuorokauden kuntoutukseen Ruissalon kylpylässä tiistai 29.9. klo 10.00 – torstai 1.10.2026 klo 14.00.

Tarkemmat kurssitiedot löydät tämän Poli-lehden sivulta XXX. Emme lähetä erillistä kiertokirjettä

Sitova ilmoittautuminen Polioinvalidit ry:n toimistolle puh.09-6860 9930 tai

email: kirsti.paavola(at)polioliitto.com 27.8. mennessä. Ilmoita samalla mahdollisesta erikoisruokavaliostasi.

Yhteystiedot

Ilmoittautumiset Kirsti Paavola puh.68609930 tai 040 5229657
Polioinvalidit tili nro Danske Bank FI18 8000 1300 2228 75

Muista viitenumero.

Tervetuloa mukaan tapahtumiin!

Johtokunta

Savon osasto

Kesäteatteripäivä su 12.7.2026 klo 13

Ristin kesäteatteri esittää, ”Oikeesti -Finlanders musikaali ”

Liput, 18 €/hlö.

Kesäteatteri löytyy osoitteesta: Ristinkyläntie 1, Kaatamo, Liperi
Kysy löytyykö vielä paikkoja!

Toritapaaminen Kuopiossa

Tule keskiviikkona 29.7.2026 klo 12 Kuopion torille tuttuja tapaamaan ja torikahveille. Omakustanteinen ja säävaraus.

Polioliiton Vertaisryhmäpäivä

Vesileppis, Leppävirta ke 16.9.2026 klo 12–16.

Tarkemmat tiedot tapahtumista jäsenkirjeellä.

Yhteydenotot ja lisätiedot:

Iiris Karvinen puh. 0400 649677

sähköposti: iiris_karvinen@hotmail.com

Hyvää kesää kaikille.

Työryhmä

Tampereen osasto

Suttisen tilalle 16.7.2026

Heinäkuussa kesäpäivä Suttisen tilalla torstaina 16.7.2026 klo 13, Kissalammintie 43, 36660 Laitikkala,

”Kesäisen tilapuodinhyllyt ova täynnä omien peltojemme tuoreita marjoja raikkaita vihanneksia sekä kotimaisten pien-tuottajien lähiruokatuotteita” Isäntä on luvannut esitellä meille tilaa ja sen historiaa. Siskoni Anu on luvannut olla paikalla ja auttaa meitä.

Meno omin kyydein. Pdämme avoinna vielä yhteiskuljetuksen jos siihen tarvetta ja osallistujia hinta selviää myöhemmin.

Tarjoamme maistuvat päiväkahvit paiknappäällä. Ilmoittautuminen tarjoilun vuoksi, viikkoa ennen.

Heku-kurssi Lehtimäellä 27.7.-1.8.2026

Heku-kurssi Lehtimäen opistolla 27.7.-1.8.2026. Kurssi on yhteinen Tampereen ja Pohjanmaan osaston kanssa, jotka ovat etusijalla. Kurssille otetaan 25 osallistujaa. Polioinvalidit ry tukee Heku-kurssia 50% ja osasto 25%. Viikon hinta on 90 euroa/ osallistujaa. Tämä sisältää täysihoidon, ohjelmat/luennot ja jalkahoidon. Avustaja mukaan jäsenhinnalla. (Jalkahoito ei kuulu avustajahintaan.) Lehtimäki lähettää tarkemmat tiedot/kyselyt osallistujille myöhemmin.

Kysy mahdollisia vapaita paikkoja.

Aitorantaan 13.8.2026

13.8.2026 torstaina kesäpäivä Aitorannassa puolen päivän aikaan, Tampereen seudun Invalidien kesäkodilla, Hirviniementie 275 Tampere. Pelaillaan ja vietetään aikaa yhdessä. Ei yhteiskuljetusta. Tarjoamme makkarat ja pullakahvit. Ilmoittautuminen tarjoilun vuoksi.

Vertaisryhmäpäivä Apilassa 25.8.2026

25.8.2026 klo 11-15, vertaisryhmäpäivä Apilassa, Reumantie 6, Kangasala. Ilmoittautuminen 14.8.2026 mennessä Marja Räsäselle puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen(a)polioliitto.com.

Osaston toiminta/tapaamiset pyritään aina järjestämään esteettöminä ja avustaja/tukihenkilö pääsee mukaan jäsenhinnalla!

Pidäthän jäsenkirjeen tallella ja muista ilmoittautua ajoissa!

Yhteydenotot ja tiedustelut

pirjo.karin-oka@kolumbus.fi puh. 041 533 8755

lehtonen.aira@gmail.com puh. 040 761 2080

Tampereen osaston tilinumero Danske Bank FI62 8000 1070 1434 18

Hyvää kesää kaikille.

Johtokunta

Satakunnan osasto

Kerhot syyskaudella

HUOM. Päivät poikkeavat ennakkoi-lmoitetuista, huomioihan uudet päivämäärät kalenterissasi.

Ulvilan Olohuone Friitalantie 18 (Hansa-keskus) Ulvila

Elokuu to 27.08.2026 klo 14:00 – 16:00

Syyskuu to 10.09.2026 klo 14:00 – 16:00

Lokakuu to 08.10.2026 klo 14:00 – 16:00

Marraskuu to 19.11.2026 klo 14:00 – 16:00

Vertaisryhmäpäivä - syksy

28.8.2026 klo 11–15, Ravintola Haku-nimmäki, Harjavalta

Ilmoittautuminen 14.8. mennessä Marja Räsäselle. puh. 0400-236 956 (myös tekstiviesti tai WhatsApp) tai 09-686 09940 tai sähköpostitse marja.rasanen@polioliitto.com.

Toivotamme kaikille hyvää kesän jatkoa

Toimikunta



Jäsensihteeri Kirsti Paavola kehottaa kaikkia osallistumaan kesän tapahtumiin. Niistä saa paljon iloa.

Heku- kuntoutusta Ruissalon kylpylässä Turussa



Kurssilaisten on mahdollisuus käyttää vapaasti sauna- ja allasosastoa sekä kuntosalia. Myös kylpylän vapaa-ajanohjelmasta on kurssilaisilla mahdollisuus valita aktiviteetteja. Talon yhteiset vapaa-ajanohjelmat selviävät syksyllä, kun menemme Ruissaloon.

Kurssiohjelman jouhevan läpiviennin takia kurssilaiset jaetaan välillä kahteen eri ryhmään ja välillä olemme kaikki samassa tilassa. Tämä järjestely edellyttää sopivaa osallistujamäärää. Kannattaa varmistaa ajoissa kurssipaikka. Osallistujamäärä kurssille on rajoitettu, jotta voidaan taata joustava kurssiohjelman toteutus. Paikat varataan ilmoittautumisjärjestyksen mukaan.

Varsinais-Suomen osasto ja Pääkaupunkiseudun osasto järjestävät yhdessä Ruissalon Kylpylän kanssa kuntoutuksen seurantajakson Ruissalon kylpylässä.

Ajankohta:

Tiistai 29.9. klo 10.00 – torstai 1.10.2026 klo 14.00.

Majoittuminen:

Comfort ja Comfort merinäkölalalla 2-h tai 1-h huone tai tilavampi Superior 2-h tai 1-h huone

Kurssille osallistuminen:

HUOM! Kuntoutuksen seurantajaksole voi osallistua myös henkilö, joka ei ole ollut mukana edellisillä jaksoilla. Odotamme kurssin kiinnostavan myös muiden osastojen jäseniä. Edellisen jakson kävijät: **OTTAKAA TESTIRAPORTITINNE MUKAAN**, voit verrata niistä mahdollisia muutoksia aikaisempiin tuloksiin.

Ohjelma:

Ryhmän vastuuvetäjänä toimii fysioterapeutti Nina Luukkainen ja muut vetäjät ovat liikunnanohjaajia, kuntohoitajia ja fysioterapeutteja. Kurssin testit on pidetty samoina näillä kurseilla, näin vertailukelpoisuus säilyy aikaisempiin suorituksiisi.

Kurssiohjelma noudattaa aiempien kurssien ohjelmaa, uusiakin juttuja on otettu mukaan periaatteella tuttua turvallista hyväksi koettua ja ripaus uutta. Meille laadittu kurssipaketti on useiden vuosien aikana hioutunut saatujen palautteiden ja henkilökunnan aktiivisuuden ansiosta nykyiseen muotoonsa. Aikataulutettu/ryhmäkohtainen ohjelma jaetaan vasta alkuinfossa. Kurssi on ryhmämuotoinen ja lisähinnalla voit varata henkilökohtaisia hoitoja kylpylän tarjonnasta.

Ryhmän käyttöön varataan suihkupyörätuolit tilaussaunaan, jolloin altaalle meno helpottuu. Yhteen uima-altaaseen pääsee myös henkilönostimella ja kylpylästä on luvassa avustajia altaaseen siirtymisessä. Veden lämpö virkistys- ja kuntoaltaassa on 27 astetta ja porealtaassa 35 astetta. Allasosastolta pääsee myös mereen uimaan (ei hissiä). Entiseen tapaan olemme varanneet allasjumperin ja ruokailuun avustajan.

Ilmoittautuminen:

Sitova ilmoittautuminen Polioinvalidit ry:n toimistolle puh.09-6860 9930 tai e-mail kirsti.paavola@polioliitto.com 27.8. mennessä. Ilmoita samalla mahdollisesta erikoisruokavaliostasi.

Hinta:

Polioinvalidit ry ja järjestävät osastot tukevat yhdessä kuntoutuksen osallistujahintoja. Tuki on suurin 2-h perushuoneiden kohdalla, koska tuki ei koske lisämaksuja, joita ovat 1-h huoneeliset ja tasokorotus perushuoneeseen verrattuna.

Varatessasi kahden hengen huonetta kerro myös huonekaverisi nimi. Nais- ja miespaikkoja ei ole mahdollista varata, joudumme maksamaan huonemäärän mukaan.

Alla olevat tuetut jäsenhinnat pitävät sisällään 2 vuorokauden majoituksen valitussa huonetyypissä, ruokailut ja ohjelman mukaiset ryhmäliikunnat ja ohjaukset. Aikaisemmasta poiketen ravintola on siirtynyt tarjoamaan arkisin buffetpäivällisen tilalla kotiruokapäivällistä, se tarkoittaa lähinnä vähemmän ruokalajeja.

Tuetut jäsenhinnat ovat seuraavat :

Comfort perushuone 2-h	110 €/hlö
Comfort perushuone 1-h	210 €
Superior 2-h	150 €/hlö
Superior 1-h	250 €

Talosta löytyy myös invahuoneitakin, mutta kurssilaiset ovat todenneet Superior - huoneet toimiviksi pyörätuolin käyttäjille niiden isomman koon ja sijaintinsa puolesta.

Kurssilaisen on mahdollisuus varata myös ylimääräinen majoitusyö ennen kurssin alkua.

(Ma-Ti). Lisäyön majoitushinnan voit kysyä suoraan hotellilta. Tarvittaessa autamme selvittelyssä.

Maksaminen:

Varsinais-Suomen osastolaiset:

Kurssihinta maksetaan osaston tilille Nordea FI71 2264 1800 1320 40 viimeistään 27. elokuuta. Henkilökohtaisen viitenumeron käyttäminen on suotavaa.

Matka kurseille:

Jokainen osallistuja huolehtii itse matkoistaan.

Pääkaupunkiseudun osastolaiset:

Kurssihinta maksetaan Polioinvalidit ry:n tilille Danske Bank FI18 8000 1300 2228 75 0 viimeistään 27. elokuuta. Henkilökohtaisen viitenumeron käyttäminen on suotavaa.

Matka kurseille:

Jokainen osallistuja huolehtii itse matkoistaan, kimpapakyytimahdollisuutta kannattaa kysellä.

Muista osastoista:

Varmistakaa paikkanne ja maksun suuruus, sillä siihen vaikuttaa osastonne tuki.

osastoissa...

Varsinais-Suomen osasto

Kesäinen tervehdys!

Luonto näyttäytyy kohta kauneimmillaan. Alkuvuoden aikana on toteutettu jo useita lounastapaamisia, käyty Anne Mattilan konsertissa ja tietysti osaston vuosikokouskin on pidetty ajallaan. Seuraavia tapahtumia olisi tarjolla, alla tarkemmin tulevista tapahtumista:

1. Liikuntavuorot

- Osastomme vesijumppa/uinti – vuorot perjantaisin klo 14.00 - 16.30 Ruusukorttelin hyvinvointikeskuksen allas-osastolla, Puistokatu 11, Turku. Sisäänkäynti Koulukadun puolelta pihan puoleisesta ovesta. Aulatilat ovi on auki perjantaisin klo 14 asti. Kevään viimeinen vuoro 12.6. ja elokuussa pitäisi jatkaa mahdollisesti jo 14.8. (varmistuu myöhemmin, ilmoitetaan osallistujille)
- Kuntosalivuoro Kaarinan Omaishoidon tukikeskus Visiitissä keskiviikkoisin, kellonaika 14.30 – 16.00. Kevään ryhmävuorot ovat nyt tauolla ja vapaavuorolla voi jatkaa kesäkuun ajan. Kysy Riitalta kuntosalin maksuista ja syksyn jatkovuoroista. Kuntosalin ovesta sähköinen ovilukko, joka toimii rannekkeella.

2. Lounastapaaminen

Lounastapaaminen torstaina 4.6. klo 13.00 keväällä Skanssissa avatussa ravintola Pikkupihvissä, osoite Skanssinkatu 10, Turku.

3. Eduskuntakierros 11.6.

Toteutamme tutustumismatkan Eduskuntaan ja seuraamaan kyselytuntia Eduskunnan lehteriltä. Tapaamme myös Kike Elomaan, olemme hänen vierainaan. Helsinki - kierrokseen tulee muutakin ohjelmaa, tarkentuu matkan aikana. Torstaina 11.6. kierros alkaa Kaarinasta klo 9 isolla invataksilla. Tulemme vasta illalla takaisin, koska kyselytunti päättyy n. klo 17.

Soita Laurille ja selvitetään tilanne. Maksun suoritatte sitten tilille Nordea FI71 2264 1800 1320 40 viimeistään 27. elokuuta.

Seuranta: Tavoite toteuttaa seuraava kurssi vuoden päästä.

Lisätiedot:

Lisätietoja antavat Lauri Jokinen Polioinvalidit ry V-S os. puh.040 594 8975,

Kaarina Lappalainen Polioinvalidit ry Päsöpuh. 0400 354 131

Tervetuloa mukaan kuntoilemaan!

4. Kesäteatteria

Menemme Sipilänmäen kesäteatteriin sunnuntaina 14.6. klo 17, osoite Sipiläntie Kaarina (Piikkiö). Tämän kesän ohjelmistoon on valittu musiikkinäytelmä ”kaksi puuta” Tarjolla ilopillereitä, jotka keventävät elämää. Näytelmässä Juha Tapion musiikkia.

”Kaksi puuta” on komedia järkkymättömästä nuohoojasta, Harrista, joka rakastuu taiteilijaan nimeltä Marianne, joka elää vapaampaa elämää. Heidän suhteensa on vastakohtien törmäys ja Harri saa apua kylähullulta keksijältä rakkauden kiemuroihin. Näytelmä jatkaa perinteisen suomalaisen komedian kaavaa, jossa rakkaus, tunteet johtavat ... Tämä pitää kokea, eikö?

Esitys alkaa klo 17. Tuttuun tapaan ennen teatteriesitystä on puoli tuntia yhteislaulua.

5. Lounastapaaminen

Lounastamme torstaina 6.8. klo 13.00 Saunaravintola KAARINASSA, osoite Uimarannantie 58, Kaarina. Jokainen valitsee annoksensa ravintolan ruokalistalta. Lounastapaamisissa jokainen myös maksaa lounaan itse. Ennakkoilmoittautumista ei tarvita.

6. Heku- kurssi

Heku - kuntoutusta Ruissalon kylpylässä 29.9. klo 10.00 – 1.10.2026 klo 14.00.

Varsinais-Suomen osasto ja Pääkaupunkiseudun osasto järjestävät yhdessä Ruissalon Kylpylän kanssa kuntoutuksen seurantajakson Ruissalon kylpylässä. Ilmoittautumisohjeet ja hinnat löytyvät tämän Poliolehdhen viereiseltä sivulta.

7. Muuta

Kesäretki on myös suunnitelmassa, ilmoitellaan ajankohdan ja kohteen selvittyä.

Kesäretkestä ja muusta tulevasta vuoden 2026 toiminnasta saat tietoa myös seuraavassa jäsenkirjeessä tai Poliolehdessä.

Johtokunta

Sote-sohva

Suomalainen yhteiskunta perustuu pitkälle luottamukseen ja siihen, että verorahoilla tehdään töitä yhteiseen hyvään. Terveystenhoitoa, opetusta, varhaiskasvatusta, maanpuolustusta ja niin edelleen. Sitä maksaa kiltisti tai tuhmasti veroja, koska miksi ei maksaisi, koska kuinka voisi olla maksamatta? Enkä minä tässä ole veroja mollaamassa. Niillä saadaan paljon hyvää aikaiseksi. Voihan niitä kuitenkin kritisoida, voihan?

Sosiaali- ja terveyspalvelut ovat yksi suurin menoerä valtion taloudessamme. Ikärakenteemme vanhenee vauhdilla ja nuoria veronmaksajia on vähemmän ja sitä myöten verotuloja kuin mitä meidän menomme ovat. Olemme kuin kotimaisten elokuvien hulttio, joka ryyppää kantaravintolassa aina seuraavan asiakkaan laskuun. Lopussa hulttio menehtyy ja lasku laitetaan perikunnalle. Sote-uudistuksen piti olla ratkaisu, no voihan se sitä olla, mutta nopea ratkaisu se ei ollut, ja nyt edellisen hallituksen Sote-uudistusta uudistetaan.

Edellisen hallituksen ajamista mallista varoiteltiin etenkin rahoituksen osalta. Asiantuntijat varoittelivat, että raha ei tule riittämään, sopeutuksia tarvitaan, vaikutusarvioita ei olla mietitty. Sitä kautta päädytään siihen, että hyvinvointialueet eriarvoistuvat, vaikka kaiken piti mennä silloisen hallituksen mukaan toisin. Nyt voimme todeta, että tuolloin päättäjiä varoittavat asiantuntijat olivat oikeassa ja päättäjät väärässä.

Julkinen sosiaali- ja terveydenhuolto on sekaisin ja hyvinvointialueiden erot ovat valtavia. Osa toimii jotenkin ja osa ei ollenkaan. Nyt puhutaan, että pitäisikö alueita yhdistää, kuten kuntaliitoksia. Laajemmat hyvinvointialueet ovat leveämmät hartiat? Kuntayhtymiltä palveluiden siirtäminen hyvinvointialueille piti olla myös leveäm-



mät hartiat. No, ainakin byrokratia kasvoi - ja anteeksi skeptisyyteni, mutta en usko päivääkään meitä ihmisiä konkreettisesti hoitavien tahojen hartioiden leventyvän, vaikka hyvinvointialueita yhdistettäisiin.

Nykyinen hallitus on tehnyt omia päätöksensä, joilla mielestään parantaa nykyistä Sote- mallia. Tämänkin hallituksen päätöksistä unohtui yksi konkreettinen taho, nimittäin me ihmiset. Nimellisten kelakorvausten piti vähentää ruuhkia terveysasemilla. Muutaman euron siirto hyvätuloisten lompakkoon ei vaikuta mihinkään sanoi asiantuntijat, mutta päättäjät eivät kuuntele. Kumpi lienee oikeassa, päättäjät vai asiantuntijat?

Edellisen hallituksen lupaamat palkat hoitajien kohdalla nousevat nyt seuraavan kerran taas elokuussa ja mitä luulette, että millä tämä nosto kuitataan? Käyntimaksuilla, kuten edellinenkin nosto.

Kaikki maksaa koko ajan enemmän. Tämä on sokeakohta, jota moni ei suostu näkemään. Kaikki maksaa enemmän ja raha riittää koko ajan vähempään, oli päät-

tämässä kuka tahansa. Jos sinulta ostetaan ääni alentamalla terveyspalvelumaksuja, niin se otetaan sinulta tuplana, kun menet ostamaan lääkkeitä. Sinulta ostetaan ääni kelakorvauksella, mutta poliklinikkamaksu otetaan tuplana takaisin. Sinulle annetaan tunne, että saat euron vaikka muulta otetaan jatkossa kaksi tai jopa kolme.

En osaa sanoa kauanko tätä leikkiä voidaan enää jatkaa. Suurin pelkoni on, että ei tiedä kukaan muukaan. Ja vaikka asiantuntijat tästä jo nyt varoittavat, niin kuten voimme historiasta ja nykyhetkestä huomata, niin päättäjät eivät asiantuntijoita kuuntele, vaikka aina sanovat perustavat niihin omat päätöksensä.

Tietysti ”sen lauluja laulat, kenen leipää syöt” ja yksi suurin ongelma on, että päättäjät löytävät tuekseen ne asiantuntijat, jotka (rahasta?) tukevat heidän poliittista ideologiaansa. Niinhän vaimonikin tekee kotonamme. Jos minä sanon, että tuo kasvi ei meidän pieneen puutarhaamme sovi, niin aina löytyy jostain puutarhalehdestä joku, joka sanoo, että minä olen väärässä ja vaimo on oikeassa.

Nyt meillä on taas uusia kukkia, joita lähdenkin tässä Sote- tuotumuksissani kastelemaan. Tekee hyvää hengitellä ulkona uusien kukkien luona, vaikka niiden siitepölyjen aiheuttama allergia vingatusta hengitystäni. Olen yrittänyt päästä hakemaan itselleni astmapiippua, mutta eivät ole vielä hyvinvointialueelta palanneet soittopyyntöni, jonka jätin jo silloin, kun oli lumetkin maassa.

Toisaalta olen niin tottunut vinkuvaan hengitykseeni, että se alkaa olla minulle ominaista kuin Supermiehelle lentäminen. Vaimoni ei vinkuvasta hengityksestä tykkää, mutta onneksi meillä on vuodesohva. Siinä nukun, kunnes ominaisuuteni katoaa.