

Poliiolehti

A vibrant winter scene featuring a large, snow-laden tree in the foreground on the right. The ground is covered in a thick layer of snow, with long shadows cast across it. In the background, several evergreen trees are also heavily laden with snow. The sky is a clear, bright blue, and a bright sun is visible on the left side, creating a lens flare effect. The overall atmosphere is crisp and bright.

4/2007

Julkaisija: Suomen Polioliitto ry



LEHTIMÄEN OPISTO

Hyvän elämän akatemia
PL 13, 63501 LEHTIMÄKI

Puh. 06-522 0245, faksi: 06-522 0290

- 🔔 Polion sairastaneiden kuntokurssi 4.2. - 16.2.2008 RAY:n rahoituksella. Hakemukset liiton toimistoon.
- 🔔 "Iloa ja vaihtelua arkeen" - virikekurssi eläkeläisille 4.2. - 16.2.2008. Täysihoito 35 €/vrk, hoidoista eri korvaus. Ilmoittautumiset suoraan opistolle.
- 🔔 Polion sairastaneiden kuntokurssi 4.8. - 16.8.2008 RAY:n rahoituksella. Hakemukset liiton toimistoon.
- 🔔 Eläkeläisten virikekurssi 4.8. - 16.8.2008. Täysihoito 35 €/vrk. Hoidoista eri korvaus. Ilmoittautumiset suoraan opistolle.
- 🔔 Päivitetyt tiedot löytyvät kotisivuiltamme! <http://www.lehtimaki.fi/opisto>
- 🔔 Onnellista joulua ja vuotta 2008!
- 🔔 Opiston muistamisesta ja saamastamme tuesta lämpimästi kiittäen Lehtimäen opisto



Puustelli toteuttaa

Keittiöunelmasi.

www.puustelli.com

Puustelli[®]
PARAS OSA KOTIA



OsuusKunta *Toivo*

Paasivuorenkatu 5 A, 00530 Helsinki
puh. 09-6866 7400 www.oktoivo.fi



LEMCON

**OUTO
KUMPU**



SÄÄTÖLAITEHUOLTO OY

www.saatalaitehuolto.fi



Kannen kuva: Fenno press

**Lehti ilmestyy
4 kertaa vuodessa**

Ilmoitusmyynti

TJM-Systems Oy

Mainosilmoitusaineistot

TJM-Systems Oy/
Eija Lindroos

PL 75

02921 ESPOO

Puh. (09) 849 2770

Fax (09) 852 1377

Email: eija.lindroos@

tjm-systems.fi

Taitto

Antero Karjalainen

www.akarjalainen.net

Paino

Kirjapaino

JAARLI Oy

ISSN 1237-2781

Sisältö

Syystapahtuma	4
Henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojekti	6
Uutisia	8
Kurssiutisia	15
Kela poliokurssit	20
Polioliiton kurssit	22
Ristikko	24
Kaislaranta ja asumispalvelut	26
Poliotarinoita rapakon takaa	28
Hakulomake	33
Rauman vinkkelist	34
Kirja-arvostelu	35
Osastot	38
Pipsa ja Topi	40
Rokualla 7.-9.12.	42
Merkkipäivät	47

Pääkirjoitus

Kuusitoista vammaisjärjestöä (mukana myös Suomen Polioliitto ry) järjesti Itsenäisyyspäivänä hiljaisen mielenilmauksen Helsingin Senaatintorilla. Mielenilmauksella haluttiin muistuttaa siitä, että lupauksista huolimatta suurin osa 15 000 sokeasta, liikuntarajoitteisesta tai muutoin vaikeavammaisesta suomalaisesta odottaa yhä oikeutta henkilökohtaiseen avustajaan.

Paikalle tuuliselle ja räntäsateiselle torille oli saapunut paikalla olleen järjestyspoliisin arvion mukaan noin 50 aktiivista vammaisjärjestöjen edustajaa.

Siinä seisoin mukana ja katselin kuinka maamme päättäjät kiiruhtivat takkien helmat ja valkoiset kaulaliinat tuulessa heiluen Itsenäisyyspäivän jumalanpalvelukseen. Heillä ei ollut muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta – yhden käden sormilla laskettava määrä – aikaa edes tarttua ojennettuun mielenilmauksesta kertovaan lehtiseen. Useimmat valitsivat kulkureitin siten, ettei heidän tarvinnut ”huomata” hiljaisesti mieltään osoittavaa joukkoa erilaisia vammaisia ihmisiä.

Eipä paikalla näkynyt suurta median edustajien rynnäköäkään. Eikä mielenilmaus tainnut ylittää uutiskynnystä kuin järjestöjen omissa lehdissä. Yritän jaksaa luottaa siihen, ettei kukaan ollut mukana turhaan.

Siinä seisoessani huomasin vertaavani päättäjiä niihin vapaaehtoisin, jotka jaksavat päivästä toiseen olla mukana toiminnassamme. Ilman vapaaehtoisia poliojärjestötoimintaa ei olisi. Vapaaehtoistyötä tekevät polion sairastaneet itse, heidän perheensä ja ystävänsä sekä kaikki muut ihmiset, jotka jaksavat olla mukana auttamassa. Apu voi olla kannatusjäsenmaksu, auttavat kädet nostamassa kahvikuppia tai jotakin muuta. Vapaaehtoiset ahertavat usein ilman kiitosta. Mistä he saavat palkintonsa? Kuinka he jaksavat?

En todellakaan tiedä. Voin kuitenkin kertoa heille, että he ovat meille kultaakin kalliimpia. Ja pahoitella sitä, ettemme aina muista kiittää heitä avusta. Kiitos kaikille teille, jotka olette tehneet mahdottomastakin mahdollisen.

Maamme päättäjille en sitä kiitosta voi antaa. Oikeus henkilökohtaiseen avustajaan on kyllä helposti toteutettavissa, jos tahtoa on. Se ei vaadi suuria keksintöjä tai akrobatiaa.

Oikein hyvää vuodenvaihdetta kaikille! Tapaamisiin ensi vuoden tapahtumissa. Älkääkä unohtako pitää huolta itses-tänne. Siihen tarjoavat mahdollisuuden vaikkapa poliokurssit.

Birgitta Oksa

Suomen
POLIO
liitto ry

Julkaisija: Suomen Polioliitto ry

Päätoimittaja: Birgitta Oksa

Toimitus: Luotsikatu 6 E 28

00160 Helsinki, puh. 09 - 686 0990, fax 09 - 6860 9960

sähköposti: birgitta.oksa@polioliitto.com



Syystapahtuma Tampereella

Valtakunnallinen syystapahtuman tapahtumapaikaksi oli valittu Tampere varsin luontevasta syystä. Tapahtumaa juhlistivat Polioinvalidit ry:n Tampereen osaston 50-vuotisjuhlat. Poliovammaisten henkilöiden järjestäytyminen oman yhdistystöiminnan alle alkoi jo joulukuussa vuonna 1955. Reilun vuoden kuluttua Polioinvalidit ry:n perustavasta kokouksesta perustettiin ensimmäinen yhdistyksen paikallisosasto Tampereelle. Oli siis aika juhlia ja muistuttaa siitä, että yhteistyöllä on merkitystä myös tänään.

Vertaistukea ja onniteluja

Syystapahtuma käynnistyi Tampereen osaston 50-vuotisjuhlan vastaanotolla. Osaston puheenjohtaja Seppo Utriainen ja sihteeri Pirjo Karin-Oka vastaanottivat vieraiden onnitelut ja toivottivat kaikki sydämellisesti tervetulleiksi yhteiseen tapahtumaan.

Onnitelijoiden joukossa olivat myös Varsinais-Suomen osaston edustajat. He

kantoivat mukanaan mustaan jätösäkkiin käärittyä lahjaa. Säkkiä koristi kaunis rusettinauha.

- Olemme Turusta asti lähteneet onnittelemaan Tampereen viisikymppistä osastoa. Olette vanhin Polioinvalidit ry:n osastoista. Me todella mietimme miten voisimme tätä päivääne muistaa ja koska meillä alkoi sopivasti Turussa askartelukerho tänä vuonna ja saimme vielä ammattilaisen kerhon



Tilaisuuden juonsivat Leila ja Pirjo. Poliosisters viihdytti ilatajuhlassa.





Vertaistukimatkalla Pipsa ja Topi.

vetäjäksi, niin päätimme omin pikku kätösillä tehdä teille lahjan, jonka kohta paljastamme, vihjaisi Lauri Jokinen onnittelemuksissaan. Paketista paljastui ”Vertaistukimatkalla Pipsa ja Topi”.

- Pipsalla ja Topilla molemmilla on ollut polio, ei enää akuutissa vaiheessa kummallakaan. Polion näkee raajojen kokoeroista, surkastumista ja pituuseroa on. He ovat kovin elämänmyönteisiä ja elämässä kiinni olevia, ovat käyneet kaikki mahdolliset kuntoutuspaikat, sen näkee heidän matkakassinsa kirjailusta. Näillä matkoilla on tullut myös sitä vertaistukea runsain mitoin. Kaikkea kuitenkin varjostaa kunnan heikkene-

minen, tarvitaan konkreettista tukea mihin nojata, sitä kuvaa tämä vanha krykä, ei välttämättä 50 vuotta vanha, mutta vanha kuitenkin, kertoi Varsinais-Suomen osaston puheenjohtaja Lauri Jokinen osastolaistensa askartelemasta lahjasta.

Osaston 50 ahkeraa vuotta

Vieraat siirtyivät juhlahuoneeseen ihmettelemään, mitä kaikkea ne viisikymmentä vuotta ovat tarjonneet. Päiväjuhlan avasi Tampereen osaston puheenjohtaja Seppo Utriainen. Hän kohotti maljan osastolle ja sen jäsenille.

Hän kertoi kuinka 6.4.1957 Tampereen hotelli Emmaukseen kokoontui 16 polion sairastunutta eri puolilta Pirkanmaata. Paikalla olivat myös silloinen toiminnanjohtaja Väinö Sippari ja professori Fabian Langenskiöld. Kokouksen päätökseksi perustettiin Polioinvalidit ry:n Tampereen osasto ja aktiivinen toiminta käynnistyi. Tervehdysanoissaan osaston puheenjohtaja Utriainen lausui lämpöiset kiitokset osaston puuhanaisille



Tampereen kaupungin apulaispormestari Tarja Jokinen.

- ja miehille lainaten löytämänsä Alpo Riikosen tekstiä Polioinvalidi-lehdestä vuodelta 1983:

- Yhdistyksemme välityksellä poliolaiset ovat saaneet nauttia lähimmänsä rakkauden suomasta kuntoutus- ja virkistystoiminnasta. On suurenmoista, että Polioinvalidit r.y:n jäsenet, kannatusjäsenet sekä muut yhdistyksen tukijat ovat uskollisesti vuodesta toiseen jak-

jatkuu sivulla 36...

Suomen POLIO liitto ry

SUOMEN POLIOLIITTO RY

Toimisto/Poliolehden toimitus:

Luotsikatu 6 E 28

00160 Helsinki

Puhelin: 09-6860 990

Fax: 09-6860 99 60

Sähköposti: birgitta.oksa@polioliitto.com

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Sampo 800015-70432857

POLIOINVALIDIT RY

Toimisto: Luotsikatu 6 E 28

00160 Helsinki

Puhelin: 09-6860 990

Fax: 09-6860 99 60

Sähköposti: kirsti.paavola@polioliitto.com

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Sampo 800013-222875

SUOMEN POLIOHUOLTO RY

Toimisto: Luotsikatu 6 E 28

00160 HELSINKI

Puhelin: 09-6860 990

Fax: 09-6860 99 60

Sähköposti: leo.hanninen@pp1.inet.fi

www-sivut: www.polioliitto.com

Pankki: Sampo 800017-287221

Henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojekti

Rokuan Kuntokeskus toteuttaa 30.1.-1.2.2008 yhteistyössä Polioinvalidit ry, Pohjois-Suomen Polioinvalidien kanssa Polioseurantaprojektiin liittyvän ensimmäisen virkistys- ja kuntoutuskurssijakson polioinvalidille.

Kurssiin sisältyy erilaisia liikuntaosioita (sisä- ja ulkoliikunta, allasvoimistelu, rentoutus), luentoja eri aiheista, kättentaitoja sekä kävelytesti/ pyöräkelaustesti ja lihaskuntotesti. Jokainen osallistuja saa testien pohjalta laaditut henkilökohtaiset liikuntaohjeet ja kuntokortin seurantaan varten.

Kurssijaksot toteutetaan puolivuositain. Jaksojen välillä Rokuan Kuntokeskuksen liikuntaohjaaja on yhteydessä kuntoutujiin, jolloin voidaan tukea mm. kuntoutujan liikuntasuunnitelman toteutumista.

Rokuan Kuntokeskus ympäristöineen tarjoaa mahdollisuuden virkistäytymiseen kalastuksen, patikoinnin, hiihdon ja muun ulkoilun merkeissä. Allasosasto ja kuntosali ovat vapaasti asiakkaiden käytettävissä.

Hemmottelevat hoidot ja iltaohjelma mukavassa seurassa täydentävät virkistys- ja kuntoutuskurssin toteutumisen.

Kuinka pääsen mukaan:

Ilmoittautuminen 11.01.2008 mennessä Ulla Kurviselle puh 040-5320223 tai hkur@suomi24.fi.

Valinta kurssille ilmoittautumisjärjestyksessä.

Ostavastuu jäseneltä 110 € tai 126 €/jakso. Ilmoittautumisen jälkeen omavastuuosuus maksetaan Polioinvalidit ry:n tilille 800013-222875.

Olet tervetullut Rokualle!

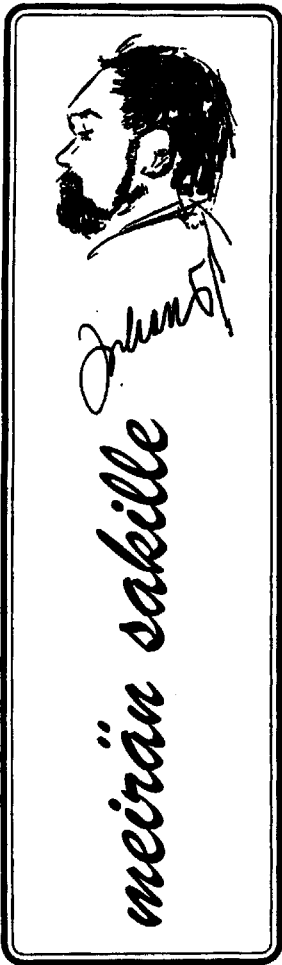
Polioinvalidit ry

Pohjois-Suomen osasto



*Hyvää Joulua ja
Menestyksellistä
Uutta Vuotta 2008
kaikille lukijoillemme!*

Poliolehden toimitus



Sain joulukuun alussa kutsun osallistua Lehtimäen Opiston asumisvalmennusyksikön kakkosvaiheen vihkiäisiin. Uusi laajennusvaihe on rakennettu ykkösosastoon jatkeeksi, kohti Iloiteriä. Hanke sisältää 10 uutta huonetta, joissa kahdessa on oma pienoiskeittiö, oleskelutila, takkahuone, henkilökunnan työhuone ja saunatilat. Saunatila ei ole tosin kovin suuri, ehkä noin viidelle-kuudelle hengelle sopiva. Kiuas upotettu, joten käyttökelpoinen myös suihkutuolia käyttävälle.

Erittäin lämminhenkisen vihkiäistilaisuuden juhlapuhjana oli peruspalveluministeri Paula Risikko. Minulla oli mahdollisuus keskustella sekä rehtori Sisko Halosen että muunkin henkilökunnan kanssa opiston tilanteesta. Koko opiston henkilökunta suhtautuu tulevaisuuteensa erittäin luottavaisesti ja opti-

mistisesti. Samoin oppilaat ja heidän vanhempansa. Työhenki on opistolla todella hyvä. Yhteisöllisyys tuli erittäin hyvin näkyviin, kun vihkiäistilaisuuden jälkeen opiskelijakunnan näytelmäkerho yhdessä henkilökunnan kanssa esitti joulukuvaelman ”Kun Kuningas syntyi”. Koko vihkiäistilaisuuden muukin ohjelma oli muutenkin rakennettu yhdessä opiston oppilaiden kanssa.

Kiitospuheenvuorossaan rehtori Sisko Halonen totesi, että nyt 40 vuotta toiminutta opistoa ei olisi tullut ellei olisi ollut aikoinaan kahta pontevaa miestä: Eino Uusitaloa ja Pentti Partalaa, jotka ajoivat opistohankkeen läpi. Lisäksi rehtori totesi, että ilman sitä valtavaa yhteisön tukea, jota opisto on saanut syksyn onnettomissa tapahtumissa, he eivät olisi selvinneet. Samoin hän kiitteli peruspalveluministeri Paula Risikkoa siitä, että ministeri oli ensimmäisten joukossa antamassa tukeaan hänelle ja muille henkilökunnan jäsenille tapahtuman johdosta.

Pois lähtiessämme oppilaat ojensivat kaikille ison Sydänpiparin jossa kauniisti luki ”Hyvää Joulua”. Tämä kruunasi onnistuneesti hyvät vihkiäisjuhlat.

Tulevana itsenäisyyspäivänä on vammaisjärjestöjen yhteinen suuri hiljainen mielenosoitus henkilökohtaisen avustaja-asian puolesta Helsingin senaatintorilla kello 11.00 – 12.00. Tapahtuman teema on, kuten Suomen itsenäisyyden 90-vuotistapahtumaan sopii: ”Itsenäisyys vammaisille”. Tilaisuuden ajoitus ja paikka on soviteltu kansanedustuslaitoksen juhla-

jumalanpalvelun aikatauluun. Polioliitto on osaltaan tuke-
massa tapahtumaa, osallistumalla mielenosoitukseen sekä osallistumalla taloudellisesti Helsingin Sanomissa koko sivun ilmoituskuluun muiden järjestöjen kanssa. Näinkin radikaaliin ja näkyvään toimintaan on päädytty, koska kahden edellisen hallituksen hallitusohjelmissa oli lupaus henkilökohtaisen avustaja-asian hoitamisessa. Mitään ei kuitenkaan tapahtunut. Nyt myös tämän nykyisen hallituksen hallitusohjelmassa on maininta, että henkilökohtaista avustajajärjestelmää viedään eteenpäin ja kehitetään. Tähän lupaukseen vammaisjärjestöt nyt tukeutuvat. Odotan mielenkiinnolla miten tämä mielenosoitus ja julkiuus toimii.

Jotain hyvääkin sentään tapahtuu. Marraskuulla tulleen päätöksen mukaan valtio siirtää vammaiskuljetusten järjestämisvastuun kunnille lääninhallituksen ohjaukseen, kuten ennen vanhaan hyvinä aikoina. Perusteena on etteivät matkojenyhdistämiskeskukset, joita oli tarkoitus perustaa maahan 20 kappaletta, tuoneetkaan miljoonasäästöjä ??? Tavoitteena ja ennakkolupauksena oli, että ko toiminnalla säästetään 22 miljoonaa euroa yhteiskunnan varoja. Päinvastoin tapahtui. Eri tahoilta saamieni tietojeni perusteella ne kyllä tuottivat tavattomasti ylimääräistä työtä sekä lisäsivät yhteiskunnan kustannuksia. Kelan etuuspäällikkökin toteaa, että matkapalvelukeskusten säästöodotukset olivat ylimitoitettuja. Saa nähdä missä ajassa nämä vammaiskuljetukset

toimivat jälleen kaikkialla siedettävällä tavalla.



Herra Keskimäinen oli ollut seurakunnan kerhossa ja tuli sieltä sangen onnettomana kotiin. Siitä sitten kysymään, että mikäs vaivaa. Hän selvitti, että kerhotäti oli sanonut, että pitää olla taivaan avaimet hallussa päästäkseen taivaaseen. Siinä hän sitten tuheri, että hän ei muista, koska hän olisi saanut ne avaimet. Ei niitä ainakaan ollut kotiavain nipussa. Olen varmaan hukannut ne. Miten nyt pääsen taivaaseen? Siinä sitten keskusteltiin siitä miten taivaaseen pääsee. Sanoin, että papalla on yksi ylimääräinen avain, haluatko sen pantavaksi avainrenkaaseesi niin voit leikkiä sen olevan avaimen, jolla pääsee taivaaseen. Herra Keskimäinen tyyntyi. Nyt jäänkin vain odottelemaan, että koska seurakunnan kerhotäti soittelee minulle ja esittää eriävän mielipiteensä avaimesta, jolla pääsee taivaaseen...

Meillä on paraikaa muuten menossa lastenlasten kesken ankara vedonlyöntibuumi. Tammikuun alussa sukuumme pitäisi syntyä kahdeksas lapsenlapsi, omista lapsistamme nuorimmaiselle. Äänestystilanne on 4-3 poikien hyväksi. Tytöt tietenkin pitävät peukkuja pystyssä saadakseen tilanteen tasan. Tytöt halusivat hevosenhoitoapua ja pojat tarvitsevat vahvistusta pelijoukkueeseen. Samaa jännitystä on tietenkin meillä mammalla ja papalla.

Oikein Rauhallista ja Hyvää Joulua kaikille teille ja läheisillenne.

Jussi



Itsenäisyys vammaisille!

Suomen Polioliitto ry oli mukana kuudentoista vammaisjärjestön yhteisessä mielenilmauksessa, joka järjestettiin itsenäisyyspäivänä 6.12.2008 Helsingin Senaatintorilla. Itsenäisyys vammaisille!” -hiljainen mielenosoitus oli alku kampanjalle, jonka tarkoituksena on saada vaikeavammaisille subjektiivinen oikeus henkilökohtaiseen avustajaan. Vam-

maisista mielenosoittajia oli saapunut eri puolelta Suomea, kaukaisimmat Oulusta saakka. Arkkipiispa Jukka Paarma kävi tervehtimässä sateissa ja tuulisessa säässä viestiään hiljaisesti osoittavia mielenosoittajia. Myös peruspalveluministeri Paula Risikko kävi paikalla, ja jätti terveisensä vammaisille. Risikko totesi sateessa mieltään osoittaville vammaisille, että vammais-



ten henkilökohtainen avustaja -asia on saatava valtion vuoden 2009 menokehykseen. Kuinka asia toteutuu jää nähtäväksi.

Mielenilmaukseen kuului myös koko sivun ilmoitus Helsingin Sanomissa itsenäisyyspäivänä. Mustavalkoinen ilmoitus, jonka oikeassa yläreunassa on pyörätuolissa istuva nuori nainen. Ilmoituksen teksti: Matti Vanhanen, voisitko sinä toimia ilman henkilökohtaisia avustajia? Vaikeavammaisen on pakko. Sokeita, liikuntarajoitteisia ja muita vaikeavammaisia on noin 15.000, mutta valtaosalta on evätty oikeus henkilökoh-

taiseen avustajaan. Ilman avustajaa vaikeavammaisella ei ole itsenäisyyttä. Ei oikeutta tehdä työtä, ei edes oikeutta käydä vessassa, kun on hätä. Hallitukset toisensa jälkeen ovat unohtaneet lupauksensa. Matti Vanhanen, onko nykyinen hallitus vihdoinkin se, joka antaa vaikeavammaiselle itsenäisen elämän, subjektiivisen oikeuden henkilökohtaiseen avustajaan? Matti, tämä on vetoomus Sinulle sekä pääministerinä että ihmisenä. Ole ensimmäinen, joka antaa äänensä vaikeavammaiselle!

Teksti: BO
Kuvat: AK



Kaislarannan kaupan sujuminen

Kaislarannan myynti oli haastava projekti. Jos sanoisin, että se sujui helposti, niin liioittelisin. Ellen suorastaan valehtelisi. Kohteen vaikea myytävyyksi oli tiedossamme jo ennakolta. Joten se asia ei tullut eteen yllätyksenä. Ostajan löytäminen Kaislarannan kaltaiselle kokonaisuudelle, joka muodostui kahdesta tilasta, joilla sijaitsi lukuisia määriä remonttia vaativia tai purkukuntoisia rakennuksia, ei ollut helppoa.

Kaislarannan myyntiin asettaminen tapahtui yhdistyksen hallituksen 29.03.2007 tekemällä päätöksellä, jonka pohjana oli vuoden 2005 vuosikokouksen hallitukselle antamat valtuudet kohteen myymiseksi.

Kaislarannan vapautuminen myytäväksi kesän kynnyksellä, eli parhaaseen mahdolliseen vuodenaikaan, tuli tietoomme helmikuun lopussa, jolloin vuokralaisena ollut Kaislakoti-yhdistys r.y. irtisanoi Kaislarantaa koskevan vuokrasopimuksen. Myynnin käynnistäminen kaikkein siihen liittyvine kuvioineen, sekä kiinteistössä yllättäen ilmennyt putkirikko ja se korjaaminen aiheuttivat kuitenkin sen, että Kaislaranta saatiin todellisuudessa myyntiin vasta elokuun alussa. Eli menetimme valitettavasti kohteen parhaan mahdollisen myyntiajankohdan.

Kaislarannan ostamisesta kiinnostuneita ja/tai niin sanottuja sokkelinpotkijoita oli varmaan yhteensä pitkälti toistakymmentä. Ellei enemmänkin. Minulla ei täsmällistä tietoa siitä. Kaislarannan myyntiin liittyvät kyselyt ja esittelyt työllistivät kiitettävästi myös Kaislarannan



isäntää Jussi Mäki-Petäystä. Huolimatta siitä, että kohteen myyntiä hoidettiin kiinteistövälittäjän toimesta. Oikeita ostajia oli lopulta vain tasan yksi. Eli Kaislarannan ostamisesta ei saatu syntymään kilpailua. Kaislarannan ja Jokirinteen myyntiä koskevan kauppakirjan allekirjoitti Nummelassa 12.11.2007 hallituksen antamilla valtuuksilla yhdistyksen puheenjohtaja.

Kaislarannan kauppaan liittyviä yksityiskohtaisia tietoja en voi antaa julkisuuteen lehtien palstoilla, koska ostajina olivat yksityiset henkilöt. Varsinaiset jäsenemme saavat tietysti tarkan taloudellisen selvityksen myynnin tuotoista ja kuluista yhdistyksemme vuosikokouksessa. Espoolainen pariskunta, joka muuttaa Kaislarantaan asumaan päärakennuksen täydellisen remontin valmistuttua ensi kevään kuluessa. Kiinteistövälittäjän antama hinta-arvio osoittautui päärakennuksessa suoritetun kuntokartoituksen jälkeen huomattavan ylikorkeaksi. Joten emme saaneet alun perin tavoittelemamme hintaa. Kiinteistöjen kunto huomioon ottaen saimme Kaislarannasta mielestäni tyydyttävän hinnan. Muuten kauppa ei olisi tehty. Yhdistyksen puheenjohtajana olen hyvin huojentunut siitä, että

Kaislarannan kauppa saatiin vihdoin toteutettua. Olihan se kovaa rutistusta. Mutta sitkeys palkittiin.

Tulevan toiminnan suunnittelu

Suomen Poliohuolto r.y:n tulevan toiminnan osalta sanoisin, kuten olen aiemminkin jäsenkirjeissä ilmaissut; ”Yhdistys ei ole olemassa itseään, vaan jäseniään varten”. Jäsenten tahto täytyy näkyä yhdistyksen toiminnan suunnittelussa ja siihen liittyvien päätösten teossa. Hallitus aloittaa toiminnan suunnittelun välittömästi vuoden vaihteen jälkeen. Toivon hartaasti, että jäsenistö ilmaisisi hallitukselle tahtonsa yhdistyksen tulevan toiminnan suunnittelemiseksi siten, että toiminta palvelee mahdollisimman hyvin heidän tarpeitaan. Toivon edelleen, että voisimme monipuolistaa toimintaamme. Siihen meillä on mahdollisuuksia. Ideat esiin! Yhdistyksen yhteystiedot löytyvät Poliiolehdestä.

Lomapalvelut

Lomapalveluja on tarkoitus järjestää myös jatkossa. Jopa heti ensi kesästä alkaen. Niiden järjestäminen on edelleen yhdistyksemme ydin-

toimintaa. Se seikka, millä konseptilla lomat toteutetaan, ratkeaa alkuvuoden aikana. Ilmoitamme järjestelyistä hyvissä ajoin jäsenkirjeiden ja Poliiolehden avulla.

Jäsenistölle

Kaislarannan myynti oli tässä tilanteessa välttämätöntä. Yhdistyksen varat eivät yksinkertaisesti riitä Kaislarannan ylläpitämiseen. Kaislarannan toiminnan ylläpito tällä toiminnan tasolla olisi ollut täysin järjenvastaista ja vastuuntunnotonta toimintaa. Mikäli emme olisi myyneet Kaislarantaa ajoissa suosiolla, niin olisimme joutuneet hyvin pian pakon eteen. Sellainen tilanne olisi saattanut vaarantaa yhdistyksen olemassa olemisen.

Elämä ei pääty Kaislarannan myyntiin. Niin haikeaa kun siitä luopuminen on ollut itse kullekin. Suunnataan katseemme tulevaisuuteen. Säilytetään vanhaa hyvää toimintaa, kuten lomapalvelujen toteuttaminen. Mutta yritetään yhdessä luoda myös jotain uutta toimintaa. Mahdollisuuksia on kuitenkin pilvin pimein!

Kaislarannan myynnistä huolimatta tarvitsemme edelleen kannattajajäseniämme. Teidän mukanaolo toiminnassamme myös jatkossa, on meille erittäin tärkeää!

Teksti Leo Hänninen



Apuvälineet esillä Tampereella

Apuväline 2007 –messutapahtuma keräsi marraskuussa tuhatmäärin apuvälineiden käyttäjiä, opiskelijoita ja alan henkilöstöä Tampereen Pirkkahalliin. Poikkeuksellisen monipuolisesti ja kattavasti alaa oli esittelemässä yli kaksisataa näytteilleasettajaa. Tapahtuman osana järjestetyt koulutustapahtumat kiinnostivat sosiaali- ja terveysalan luottamushenkilöitä ja päättäjiä.

lineet pääsääntöisesti hankitaan yhdeltä toimittajalta.

- Kun apuvälineet kuitenkin lähes aina ovat yksilöllisiä, ei valitulta toimittajalta välttämättä löydy kaikille käyttäjille soveliainta ja parasta. Se saattaisi löytyä joltain muulta toimittajalta, mutta kilpai-

Pirstaloituneisuus huolettaa

Tapahtuman tiedotustilaisuudessa puhunut Invalidiliiton toimitusjohtaja Raimo Lindberg ilmaisi huolensa palveluiden pirstaloitumiseen.

- Uusi hankintalainsäädäntö velvoittaa kuntia entistä useammin kilpailuttamaan apuvälinehankintansa. Useimmiten motiivina on säästöjen aikaansaaminen. Niitä voikin syntyä, mikäli toiminta on ollut tehotonta, mutta se ei liene apuvälinealan, kuten ei muidenkaan sosiaali- ja terveydenhuollon sektoreiden, suurin ongelma tällä hetkellä, totesi Lindberg.

Kilpailuttamisessa on myös hänen mukaansa varjopuolensa, jotka valitettavan usein kohdistuvat apuvälineen käyttäjään. Kilpailutuksen jälkeen apuvä-



Yksi tunnetuimmista apuvälineistä lienee pyörätuoli.

...uutisia...

lutuksen vuoksi sitä ei voida hankkia. Käyttäjä kärsii.

Lindbergin mielestä apuvälineen hankinta on aina tehtävä yksilöllisesti, kaikki mahdollisuudet kartoittaen. Ja sitten valitaan käyttäjän kannalta soveliaain. Kategoriselle osto- ja myyntipoliitikalle ei ole sanansijaa tällä toimialueella.

- Kuntien toimintoja yrittään tällä hetkellä järjesträä ns. PARAS-hankkeella. Nimensä mukaisesti kysymyksessä on kuntarakenteen uudistaminen ja palvelurakenteen parantaminen. Kunnat ovat toimittaneet toimeenpanosuunnitelmansa valtiolle. Niiden analysointi on paljastanut Invalidiliiton ja monien muiden sosiaali- ja terveysjärjestöjen aavistelut palvelurakenteen pirstaloitumisesta valitettavan oikeiksi, sanoi Lindberg.

Puhuja mainitsi, että monissa tapauksissa kunnat suunnittelevat jakavansa sosiaali- ja terveydenhuollon toiminnot kunnan itsensä, yhteistoiminta-alueen, joita voi jopa olla useita, sekä sairaanhoidopiiriin ja erityishuoltopiiriin toteutettavaksi. Silloin ei voida puhua yhteistoiminnasta sosiaali- ja terveydenhuollon kesken.

Lindbergin mukaan myös palveluprosessien katkeamattomuus heikkenee entisestään. Riski, että monet palvelut karkaavat kauas käyttäjistään, on suuri. Yhteistyö kunnan muiden sektoreiden, kuten asuminen ja maankäyttö, kanssa käy mahdottomaksi.

Avustaja subjektiiviseksi oikeudeksi

Messutapahtumassa keskusteltiin myös paljon henkilökohtainen avustaja -järjestelmän saamisesta subjektiiviseksi oikeudeksi. Näkövammaisten keskusliiton toimitusjohtaja Mauno Lehtinen



Apuvälinemessuilla tapaa myös tuttuja: Raimo, Pertti ja Kaija.



Erilaisia kulkupelejä.



korosti, ettei apuvälineiden kehitys ole poistanut sitä tosiasiaa, että sokeus on vaikeavammaisuutta.

- Kuntoutus ja nykytekniikka voivat helpottaa näkövammaisten elämää, mutta eivät aina poista arkielämän esteitä. Siksi vaadimme henkilökohtaista avustajaa subjektiiviseksi oikeudeksi. Erityisesti yksin asuvat sokeat ja vaikeasti heikkonäköiset tarvitsevat avustajaa selvytyäkseen arjesta, huomautti Lehtinen.

Myös liikuntavammajärjestöt korostavat, että vaikeavammaisille henkilöille henkilökohtainen avustaja -järjestelmä on kaikkein tärkein tukimuoto. Järjestelmä on kirjattu hallitusohjelmaan, mutta siihen ei ole vielä osoitettu varoja. Vammaisjärjestöt työskentelevät yhdessä asian edistämiseksi. Tästä syystä Invalidiliitto ry ja Kynnys ry keräsivät messuilla kyselyllä palautetta siitä, miten vaikeavammaiset ihmiset kokevat henkilökohtainen avustaja -järjestelmän etenemisen.

**Teksti: Hannu Salonpää
Kuvat: KP ja messut**

Apuvälineitä saa aikaisempaa paremmin

Apuvälineiden tarvitsijat saavat terveyskeskuksista ja keskussairaaloista tarvitsemiaan apuvälineitä jonkin verran paremmin nyt kuin vuonna 2000. Näin arvioivat terveydenhuollon toimijat Stakesin selvityksessä. Eniten puutteita oli ulkona käytettävän rollaattorin, kommunikoinnin, kuulon ja näön apuvälineiden sekä erilaisten tukien saatavuudessa. Parhaiten terveyskeskuksissa oli saatavilla ruokailun apuvälineitä nivelreumaa sairastaville henkilöille. Sairaaloista taas varmimmin sai sähköpyörätuolin, sähkömopon tai peruukin.

Selvityksestä ilmeni, että joidenkin apuvälineiden luovuttamiseen oli asetettu määrä- ja uusimisrajoituksia. Useimmat rajoitukset koskivat apuvälineitä, joita erityisesti iäkkäät ihmiset tarvitsevat. Apuvälineiden malliin tai hintaan liittyvien rajoitusten käyttö oli vähentynyt. Apuvälineiden luovutuskäytännöissä oli eroja organisaatioiden ja alueiden välillä.

Hoitotakuu toteutui apuvälinepalveluissa lähes aina. Kolmessa keskussairaalassa jotkut asiakkaat joutuivat jonottamaan apuvälinepalveluja yli puoli vuotta. Palvelujen toteutuksessa oli eniten puutteita apuvälineiden käytön seurannassa. Myös ammattihenkilöiden määrissä ja osaamisessa, tiloissa ja määrärahoissa oli puutteita.

Stakesin selvityksen mukaan vuonna 2005 terveyskeskukset ja keskussairaalat käyttivät apuvälineiden hankintaan yhteensä keskimäärin 11 euroa asukasta kohti. Yli kolmannes yksiköistä arvioi, etteivät apuvälinerahat vastanneet tarvetta.

Apuvälineiden käyttäjistä yli puolet oli yli 65-vuotiaita. Käyttäjien määrä kasvaa väestön ikääntymisen ja tekniikan kehityksen myötä. Terveydenhuollon tulisi taata apuvälineiden tarvitsijoille riittävästi ja oikea-aikaisesti laadukkaita apuvälineitä ja apuvälinepalveluja. Apuvälinepalveluiden alueellisesta kehittämisestä on hyviä kokemuksia, joten sitä kannattaa jatkaa ja laajentaa myös

sosiaalitoimen apuvälinepalveluihin, selvityksessä todetaan.

Apuvälinemessuilla esiteltiin runsaasti uusia ja uudistettuja apuvälineitä. Toimittajan haaviin tarttui ainakin pari esittelemisen arvoista välinettä.

Kipukoukku

Kipukoukku on yksinkertainen idea itsehoitoon. Koivuvanerista valmistetun akupainantalaitteen, kipukoukun, teho perustuu lihasjännitysten laukeamiseen ja verenkierron vilkastumiseen sekä kuona-aineiden poistoon. Kipukoukulla pääsee käsiksi selän kipupisteisiin omin voimin. Ertyisesti hartoiden ja selän lihasjännitysten laukaiseminen onnistuu kipukoukun avulla. Kipukoukulla saadaan helpotusta päänsärkyyn, migreeniin ja huimauksen oireisiin. Se on hyvä apuväline myös jalkapohjien ”vyöhyketerapiaan” sekä syvien lihasten rentouttamiseen ahterin ja issiaksen alueilla.



Kipukoukku on uusi suomalainen keksintö ja sillä on laaja kansainvälinen mallisuoja. Kipukoukun kehittäjä, lihas- ja huollon ammattilainen, Jukka Heininen on toiminut koukkunsa parissa kuusi vuotta. Hän haastatteli työnsä ohessa tuhansia niska- ja hartiavaivoista kärsiviä ihmisiä.

Usein kysytty kysymys, ”Kuka hoitaisi minua kotona, kun olen yksinasuja?” pani Heinisen miettimään, mitä voisi tehdä näiden ihmisten hyväksi. Nyt kipukoukku on arvostettu apuväline erityisesti hoitoalan ammattilaisten keskuudessa.

Kipukoukku ei ole tarkoitettu korvaamaan muita hoitomuotoja, vaan se täydentää tarjolla olevia palveluita.

Elektroninen sivunkääntäjä

Readable on lukemisen apuväline, joka mahdollistaa kirjojen ja lehtien itsenäisen lukemisen vaikeastakin toimintakyvyn rajoitteesta huolimatta. Pitkälle viedyn suunnittelun ansiosta laitteen sivunkääntöominaisuudet toimivat lähes kaikkien kirjojen ja aikakauslehtien kanssa – pienistä taskupokkareista aina puhe- ja linuettelon kokosiin teoksiin ja jopa ohjevihkosiin ja kierrekansioihin.

Sivun kääntö on nopeaa sekä yksinkertaista ja käyttäjä voi itsenäisesti säätää laitteen toimintoja lukemisen edetessä. Readable-sivunkääntäjää ohjataan kaukosäätimellä, johon voidaan liittää erillinen käyttökytkin. Tämän liitännän ansiosta lehden tai kirjan sivun kääntämiseen tarvitaan vain vähäinen käden, jalan, pään tms. fyysinen liike.

Sivun vaihto voidaan aktivoida myös äänen avulla. Lukija voi valita kaukosäätimestä sivunkääntösuunnan, sivunkääntöherkkyyden sivun pak-suuden mukaan sekä suoristaa löysiä sivuja tarvittaessa. Näin sivunkääntö onnistuu hyvin myös lukemisen edetessä ja esimerkiksi kirjan niteen jäykkyyden muuttuessa.

Teksti: HS



Eväitä esteettömään rakentamiseen

Esteettömämpi rakentaminen on päivän sana. Yhteiskunnan päättäjät ja monet eri toimijat ovat havahtumassa vammaisjärjestöjen jo pitkään hokemaan tosiasiaan, että esteetön rakentaminen on kaikkien etu. Sinne minne pääsee helposti pyörätuolilla, pääsee myös vaivatta lastenvaunukansa ja vanhukset. Esteettömyyden vaatimus pitää ulottaa niin varhaiseksi, että jälkijättöinen korjaaminen ja saneeraus poistuu. Silloin säästetään myös niitä kalliita euroja, joista esteettömyyden tosiasiallinen toteutuminen on valittavan usein kiinni.

Laaja työkenttä

Esteettömyys on hyvin laaja-alainen asia. Se ei ole vain toimivia rakennuksia ja liikkumisverkostoja, vaan hyvin paljon enemmän.

- Tavoitteena on kaikille soveltuva, esteetön yhteiskunta. Siihen kuuluu opiskelu, työ, harrastukset, kulttuuri, asuminen, liikkuminen ja vaikuttaminen, muistuttaa projektipäällikkö Harri Leivo Invalidiliitosta.

Leivon mukaan tarve vain kasvaa väestön nopean ikääntymisen vuoksi. Vanhusväestön tämänhetkisestä 15 prosenttiosuudesta tullaan nopeasti yli 25 prosenttiin. Jo nyt väestöstä liikuntaesteisiä lasketaan olevan 10-15 prosenttia.

Invalidiliiton esteettömyysprojektin, jota Leivo vetää, tavoitteena on lisätä osaamista ja tietoa rakennetun ympäristön esteettömyydestä kuluttajien, paikallistoimijoiden ja asiantuntijoiden parissa.

Projekti järjestää esteettömyyskoulutusta ja tuottaa koulutusmateriaalia näiden kohderyhmien tarpeisiin. Se koordinoi toimijaverkostoa ja ylläpitää www.esteeton.fi -verkkosivua. Hanke tarjoaa myös yksilöllistä neuvontaa ja opastustusta esteettömyyteen liittyvissä asioissa.

Kohderyhmiksi projektissa listataan asiantuntijat, jotka suunnittelevat, rahoittavat, toteuttavat ja valvovat uudis- ja korjausrakentamista. Tähän kohderyh-



mään lukeutuvat myös tulevat asiantuntijat, opiskelijat.

Kohderyhmiin kuuluu samoin paikallistoimijat, joita ovat kuntien virkamiehet, vammais- ja vanhusneuvostojen jäsenet sekä muut henkilöt, jotka toiminnallaan pyrkivät vaikuttamaan esteettömyyden edistämiseen esimerkiksi järjestöissä. Kolmantena kohderyhmänä ovat kuluttajat eli ketkä tahansa asunnon hankkijat; oman talon rakentajia, asunnon ostajia tai vuokraajia.

Esteettömyysprojektia tehtiin tutuksi lokakuussa Rovaniemellä. Seminaarin puheenjohtajana toiminut ylitarkastaja, valtakunnallisen vammaisneuvoston pääsihteeri Sari Loijas huomautti, että esteiden takana on hyvin usein jonkun tai joidenkin kielteinen asenne. Se voi olla hänen mukaansa pelkäämistään tiedon puutetta. Hän kehoittikin vammaisia osallistumaan kaikkiin mahdollisiin elämän

toimintoihin. Ilmielävän vammaisen näkeminen ja kuuluminen onkin parasta asennemuokkausta.

Hissi-teema ajankohtainen

Invalidiliiton esteettömyysprojekti tarjosi myös Apuväline 2007 –tapahtumassa Hissit-seminaarin sekä esteettömyysneuvontaa.

Hissi-teema on nyt ajankohtainen, sillä väestön ikääntymisen myötä hissien asentaminen tulee välttämättömäksi myös vanhoihin asuintaloihin. Valtion asuntorahasto ja kunnat tarjoavat taloyhtiöille sekä yksittäisille asukkaille hissiavustusta, joka kattaa osan hissien jälkiasentamisen aiheuttamista kustannuksista. Hissi ei kuitenkaan ole yksinomaan menoerä, sillä se nostaa asunnon arvoa. Lisäksi hissi maksaa itsensä moninkertaisesti takaisin mahdollistamalla asukkaiden itsenäisen toimimisen kaikissa elämänvaiheissa ja turvallisen asumisen omassa kodissa entistä pidempään. Asukkaiden omatoimisuus edistää myös toimintakyvyn säilymistä.

Hannu Salonpää

SYNTHESES OY

Pohjois-Suomen porukan kaamosmatka Pelkosenniemen Pyhätunturille 26.-28.10.2007

Kun pohjoisen väki lähtee liikkeelle, on paras ottaa heti kahden päivän suunnitelma esille. Näin teimme kesän korvalla kaksi virkistys- ja kuntoutusviikonloppusuunnitelmaa, toisen Pyhälle Anna-Maria Alaluusuan esittämänä ja toisen Rokualle suuren yleisön vaatimuksesta.

Jo ennen kuukkelin pyrhädyistä olimme Luhtalan Aarnin ja Markuksen Olavin kanssa starttivalmiina Haukiputaalta kohti Rovaniemeä. Siellä piti syödä kunnolla pihvit ja saavuimmekin sitten ajaen upean tunturimaiseman halki hotelli Pyhätunturin pihaan. Lannan ja Lapin raja tuli näin ylitettyä. Sehän tarkoittaa sitä, että suomalaiset toivat karjaa Lappiin ja syntyi käsite lantalaisista ja lappalaisista. Yhteensä se on nykyisin lappilaiset.

Vertaistukea Pyhätunturin juurella

Hotellilla meidät kaikki toivottivat tervetulleiksi Anna-Maria ja lapinpukuinen Lea. Tuttujen ja ystävien halaamisen jälkeen osa porukkaa lähti Pyhätunturin luontokeskukseen tutustumaan. Siellä meille ensin luennoitiin alueen erikoisuuksista ja lopuksi katsoimme videolta kuvia vuodenkierrosta, joka on väririkas ja vaikuttava koko Pyhä-Luosto tunturi- ja jokien alueella.

Ennen päivällistä onnittelin Anna-Mariaa menneiden syntymäpäivien johdosta porukan kukkasin ja muistoksi ja kiitokseksi järjestelyistä annoimme Mariaa ja Jeesus-lastaa esittävän lasityön. Kerroin myös Juhani Kivipellon ja Rauno Niemisen terveiset. Kuulumisia Polioinvalidit ry:n johtokunnalta ja Rokua-pilottiprojektista ja tulevista Polioliiton kesäpäivistä sinne kuunneltiin hartaasti.

Päivällisen jälkeen Anna-Maria kertoi musiikkiterapian menetelmistä yleensä ja myös veti johtopäätöksiä ja lankoja polioon sairastuneiden tueksi. Hän myös lyhyesti kertoi menetelmästä, jossa mm. värien avulla jokainen, siis jokainen, oppii soittamaan sähköuruilla musiikkia. Pyysin, että toukokuun Rokuan



Kunnollinen karaoke-laulanta paitsi virkistää mieltä myös auttaa hengittämään oikein.

kesäpäivillä saisimme kokeilla, miten se onnistuu itse kultakin.

Illan ohjelmaan kuului vielä karaoke-laulut ja tietenkin yhdessäoloa kaikkien 19 paikalla olleen ystävän kanssa.

Porotilan arkea

Aamupalan ja aamujumpan jälkeen kävelimme Tajukankaan nuotiopaijalla ja ihailimme sumuista maisemaan. Lepäilimme ja keräilimme voimia ilta-päivän retkeilyä varten. Suurin osa porukasta tahtoi käydä porotila Koparassa. Siellä poroisäntä esitteli ympärivuotista poronhoitoa kiitolliselle kuulijakunnalle. Lopuksi tietenkin juotiin kahvit. Pieni porukka kävi tutustumassa ametistikäivokseen ja sen mahtaviin maisemiin. Kaivoshan on korkealla tunturin rinneellä, melkein huipulla ja se on avo-louhoskaivos.

Rasittavan päivän jälkeen ensin keittolounas Ravintola Luostolla ja sen jälkeen turkkilainen ja suomalainen sauna sekä poreallas rentoutti ja lämmitti lihakset niin mukavasti.

Päivällisellä oli tosi nälkäistä porukkaa, joka tankkasi illan tansseja varten kunnolla.

Illalla meitä viihdytti Valopilkkuo-orkes-teri. Ravintola oli jokseenkin täynnä ja turhista ei sanottu. Sinne sai vapaasti tulla vaikka saappaissa ja jos varpaita rupesi kutittamaan, niin senkun vain riisui saappaan, raapi varvasväliä ja pisti saappaan taas jalkaan ja siitä vaan tanssillattialle taas. Rento meininki siis.

Aamulla satoi vettä, vaikka olisi jo pitänyt olla lumikeli. Siinä sitten vaan hyvästeltiin porukka ja pakkailtiin kotimatkaa varten. Kiitos kaikille mukaan lähteneille!

Mukana olivat Erkki, Airi, Mauri, Alpo, Inga, Veikko, Esko, Veikko, Pentti, Anneli, Raija, Aarni, Jorma, Jouko, Tarja, Olavi, Lea, Tuula ja Anna-Maria.

Teksti: Tuula Pukkila

Kuva: Aarni Luhtala

Poliokurssi Lahden kuntoutuskeskuksessa 24.9. - 3.10.2007

Maanantaina kello kahdeentoista mennessä oli Lahden Kuntoutuskeskuksen kokoontunut eri puolilta Suomea kymmenen polio-laista, kuusi naista ja neljä miestä. Ikäjakautumakin oli 4/6: meitä sopivasti ikääntyneitä oli neljä ja kuusi edusti nuorempaa ja vanhempaa keski-ikänsä aikuisuutta.

Meitä oli siis kymmenen: Tarja Oulusta, Raimo Pukkilasta, Pekka Tampereelta, Mirja Hyrynsalmelta, Martti Tampereelta, Marja-Liisa Raumalta, Lauri Mikkelistä, Kaija Hyrynsalmelta, Kaarina Turusta ja Asta Porista. Emme olleet kukaan - paitsi tietysti hyrynsalmelaiset - tavanneet aiemmin. Vieläkin hämmästelen sitä, miten nopeasti, heti ensimmäisen päivän aikana, kykenimme ryhmäytymään. Jokainen auttoi jokaista monin eri tavoin. Näin opimme paljon toisiltamme ja kykenimme paremmin oppimaan myös saamastamme ohjauksesta ja neuvoista. En ole ikinä aiemmin tavannut sellaista ryhmää. Kiitos teille tästä upeasta kokemuksesta!

Järjestötietoa ja sosiaaliasiaa

Ohjelmaamme kuului paitsi puhtaasti liikunnallisia ja fysioterapeuttisia toimintoja myös mielenkiintoisia luentoja. Vaikka tiesimme kaikki poliosta ja sen kehityksestä, tuli niihinkin asioihin uusia näkökulmia. Koska kaikki eivät kuuluneet jäsenenä poliojärjestöihin, oli erittäin mukava, että saimme itsensä Suomen Polioliiton puheenjohtajan Juhani Kivipellon kertoilemaan meille liiton toiminnasta.

Sosiaaliasioita pohdittiin niin luennon kuin keskustelunkin pohjalta. Sairaanhoidtaja neuvoi ja opasti meitä mielekkäästi terveisiin elämäntapoihin, ryhmäterapeutti valotti meille mielen hyvinvointiin liittyviä asioita. Neuropsykologi ja puheterapeutti pitivät kiintoisat luen-



Poliokurssilaisia Salpausselän maisemissa.

not, joista myös jälkepäin puhuttiin paljon. Opimme myös "naurujoogaa" ja pohdimme seksuaalisuuden positiivista merkitystä elämämme laadulle. Olimme myös luovia, milloin ohjauksessa syntyi kuvioitu kukkaruukku, milloin kalaviehe tai "kurssipaita".

Henkilökunnalle kiitos

Paljon siis saimme vastaanottaa henkilökunnalta. Tekemistä oli todella paljon, mutta lepoakaan ei unohdettu. Jopa aina ahkera Pekkakin oppi lepotaukojen merkityksen, itsellenikin se oppi oli hyväksi. Paljon viisastuivat niin kehomme kuin mielemmekin. Koko ajan lisääntyi iloisuus ja tyytyväisyys mielissämme, löysimme monia kiitoksen aiheita.

Siksi haluammekin, koko konkaronkka, lausua lämpimät kiitoksemme ensinnäkin Polioliitolle pääsystä kurssille. Ja kiitos Lahden Kuntoutuskeskuksen koko henkilökunnalle: ryhmämme vastuhenkilölle Lilianille, joka

iloisena ohjaili meitä nauttimaan kaikista mahdollisista kuntoutusmuodoista ja koko laitoksen mukavasta ilmapiiristä, jokaiselle meitä liikunnallisesti ja fyysisesti kuntouttaneelle henkilölle. Tähän kuuluvat myös erittäin tärkeinä fyysisestä kunnostamme mielekkään, terveellisen ja hyvältä maistuvan ruoan muodossa huolehtiva ravintopuolen henkilöstö. Kiitos teille kaikille!

Lopuksi haluaisin vielä omasta puolestani kiittää teitä kaikkia, jotka teitte nämä kymmenen päivää niin antoisiksi: Kiitos ryhmäläiset, kiitos koko henkilökunta ja erityiskiitos emännille keittiössä erikoisruoistani ja hyvistä vihjeistä kotiin viemisiksi. Yritän toteuttaa näitä ja kaikkia saamiani vihjeitä ja ohjeita jatkossa kotona. .

***Teksti: Kaarina Kyyrönen
Kuva: Tarja Hannuksela***



Vesivoimistelu on yksi toivotuimmista ja tehokkaimmista poliovammaisten kuntoutusmuodoista.

Poliokurssi Punkaharjulla 23.9.-13.10.2007

Lämpimänä syyskuun loppupuoliskon sunnuntaipäivänä aloittelimme poliokurssia. Osa meistä oli ennestään tuttuja, mutta uusiakin löytyi monta. Törmäsimme - etenkin me pitempään talon tunteneet - moninaisesti muutoksiin. Ankarat taloudelliset karman lait ovat pakottaneet Kruunupuistoa supistamaan henkilöstöä – onneksi sentään laitosta ei siirretä Kiinaan.

Kurssille tulijat saivat vastaanotosta avaimen, jolla pääsee huoneeseensa. Aikaisemmin haettiin avain osastolta. Perinteistä sairaanhoitajan alkuhaastattelua ei enää ollut. Sen sijaan fysioterapeutti Paula tapasi meidät ryhmänä. Sairaanhoitajia on vähennetty. Arkipäivisin Lepistön Auli oli ainoa sairaanhoitaja ykkösellä. Nyrkön Merja oli Aulin sijainen eli jotain tuttua oli kuitenkin jäljellä.

Meitä oli tullut eri puolilta maata – Hillevi Valkonen Helsingistä, Matti Knuutila Marttilasta, Ulla Panelius Raumalta, Riitta-Sisko Lehtonen Pylkönmäeltä, Vilho Lintunen Pyhäsalmeilta, Terho Jaatinen Savonlinnasta, Ritva Kivimäki Oulusta, Leinosen Manu Leinonen Vuolijoelta ja minä pohjoisimpana Rovaniemeltä.

Poliokurssin henkilökunta oli monelle tuttua. Ylilääkärimme, fysioterapeutti Matti Nykänen tutki meidät ja piti luennon poliosta. Sosiaalityöntekijä Raili Pursiasella oli jokaiselle oma vastaanottotunti. Tunnettuun tapansa Raili veti kolme

kertaa keskusteluryhmän, jossa huumori ja syvällisyys kukoistivat yhtä aikaa. Meidät sijoitettiin kartalle ja käytiin läpi jokaisen polioon sairastumisvuosi ja sairastumisikä. Siinä olikin laajaa vaihtelua. Matkaevääksi Raili antoi mm. Maaria Leinosen runon ”Ihminen – ihmisen toivo”, Aino Suholan runon sekä edesmenneen Martti Lindqvistin ajatuksia. Otan tähän kolme ajatelmää:

Lindqvist: ”Terveys on syvimmältään kyky olla itsensä lähellä, hyväksyä rajallinen elämänsä ja taistella sen puolesta.”

Suhola: ”Sillä autuaita ovat ne, jotka osaavat nauraa itselleen, koska heiltä ei tule hupia puuttumaan.”

Leinonen: ”Oppiaineista vaikeimman – elämisentaidon opit vain elämällä, erehtymällä, eksymällä, etsimällä.”

Virallisten keskusteluryhmien ohella ryhmäläiset keskustelivat ns. vapaaajalla erittäin paljon, milloin isommalla, milloin pienemmällä porukalla.

...kurssi uutisia...



Nokipannukahvit vetreyttävät kehoa ja mieltä.

Kurssin fysioterapeuttina toimi Parviaisen Paula, joka Esa Käyhkön eläkkeelle jäännin jälkeen on hoitanut kyseistä tehtävää poliokurssilla. Mikäpä olisi poliokurssi ilman Velmaa (Veli-Matti Saukkonen). Ensimmäisen viikkomme Velma oli ansaitulla lomalla, joten yksilöhoidoissa oli mukana Marja Appelroth. Marjan kanssa olikin mukava keskustella Savonlinnan vesistöistä. Joitakin meistä hoiti nuori fysioterapeutti Tiina. Tiina oli Paulan kaverina tekemässä meille toimintakykytestejä. Kela on viime aikoina vaatinut toimintakykytestauksen ja olihan meillä toimintakykyä jäljellä. Yhteistä meillä oli jumppa – milloin tuolilla, kepeillä, matolla sekä erityisen tärkeät allasryhmät. Näitä kaikkia vetivät vuorotellen Velma ja Paula.

Tietopuolista opetusta saimme vaikkapa. eloisalla ravintoluennolla. Neuropsykologi puolestaan kertoi meille ikääntymisestä. Lisäksi lääkäri määräsi joillekin parafiinihoitoa, ultraa, vesihoidoa ym. Paulan pitämät rentoutusryhmät soivat meille lepoa ja rauhaa sekä kenties pienet unetkin..

Myös vapaa-ajan ohjelma oli monipuolista tarjoten mahdollisuutta käydä Punkaharjun kauniissa puukirkossa Puruveden äärellä tai sairaalapastorin iltahartauksissa. Oli mahdollisuutta laulu-iltoihin, bingoon, retkiin, joogaan, lattareihin, laserpistooliammuntaan, visailuihin, elokuviin. Viimeisenä iltana oli mielenkiintoinen diailta Huippuvuorilta.

Torstai-iltana oli tanssi-ilta arpajaisineen. Mitenkäs olla – poliokurssi voitti kahtena peräkkäisenä torstaina täytekakun – toinen voittaja olin minä. Onneksi kolmatta kertaa ei täytekakkuvoittoa tullut, sillä emme olisi enää ehtineet sitä kunnolla syömään.

Kurssilaiset pitivät erittäin tärkeänä, että kurssi on yhtäjaksoinen. Se sopii poliolaisille paremmin. Vaikka etukäteen kolme viikkoa tuntuu pitkälle, päivät ja viikot vierähtivät nopeasti. On äkkiä pois lähdön aika.

Minulla oli tilaisuus poiketa paluumatkalla Tampereella poliointen syyspäivillä sekä Tampereen osaston 50-vuotisjuhliin. Oli ilo tavata entisiä tuttuja sekä uusia. Yöksi en jäänyt, vaan läksin yöjunalla

kello yhden aikaan kohti pohjoista. Olipa hyvä, että olin varustautunut talveen kynnärsauvojen jääpiikeillä, sillä sunnuntaina 14. lokakuuta junan saapuessa kello yksitoista Rovaniemelle, asemalaituri oli jäinen. Mutta eipä siis hätä: olin pannut kynnärsauvoihin jääpiikit ja näin varustautunut pohjoisiin olosuhteisiin.

Oma työarkeni alkoi heti maanantaina ja mikäpä oli aloittaa, kun voimia ja kuntoa oli kertynyt Punkaharjun kauniissa maisemissa, syksyn lämpöisinä päivinä. Vapaa-aika tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet kävelyyn, pyöräilyyn, uimahalliin ja kylpylään.

Lämmin kiitos kurssilaisten puolesta Kruunupuiston henkilökunnalle ansiokkaasta työstänne toimintakykymme säilyttämiseksi. Vertaistuki on verratonta. Näin kipeittenkin asioiden kanssa on helpompi jatkaa eteenpäin.

Toivotan Punkaharjun henkilökunnalle ja kurssitovereille

Hyvää Joulua ja Uutta Vuotta

Teksti: Juhani Uosikkinen

Kuvat: Velma

Poliokurssilla Punkaharjulla

25.3. – 14.4.2007

Tapahtui armonvuonna 2007, että Kelalta tuli päätös saapua Punkaharjulle kuntoutukseen.

Ja tämä tapahtui presidentti Halosen ollessa hallitsijana ennen uuden eduskunnan virkaanastumista.

Ja niin ”läksivät” Topi, Pirkko, Aira, Eero, Hanna, Jussi, Sisko, Ritva ja Pirjo taapertamaan kohti Kruunupuistoa jokainen erikseen, kukin tyylillensä, omien suunnitelmiansa mukaan, kas kun emme toistemme tulosta mitään tienneet ennakkoon – tarkoituksena kunnon kohe-neminen.

Ja tapahtui heidän siellä ollessaan, että jokaiselle heistä laadittiin kunnon kohotusohjelma heti ”kättelyssä” jokaisen omien suunnitelmien mukaan. Pääasiassa - Paula ja Velma - valvoivat kiitettävästi, jotta he suorittivat annetut harjoitukset ja myös lepäsivät. Arto hoivasi heidät sisään ja antoi neuvot, mitä syödään, milloin käydään kokeissa. Raili ohjasi ryhmäkeskustelut ja huolsi henkilökohtaiset paperit, jos joku tarvitsi apua paperitöissä.

Kipeitä asioita käsiteltiin ja niin vaikeaa kun niistä on ensimmäistä kertaa jutella, on lohduttavaa tietää, että seuraavalla kerralla se on jo helpompaa - puhuu kokemuksen rintaääni - ja viimeisenä, mutta ei vähäisimpänä Matti tarkasti alussa ja lopussa, antoi tietoa poliosta ja sen seurauksista, vastasi heidän kysymyksiinsä ja valvoi taustalla, jotta he pysyivät terveinä.



Ja tapahtui myös heidän siellä ollessaan, että kunnonkohennusta on myös vapaa-ajan vietto, johon Pirkko ja Vesa heitä ohjasivat. Oli yhteislaulua, karaokea, elokuvia, bingoa, tanssia jne. Ja he osallistuiivat. Vielä tulee muistaa avulias Kirsi, jolla on hanskassa koko ihana askartelupaja, jossa kyllä viihtyy.

Ja tapahtui meidän siellä ollessamme, että kunto kohisten koheni, niin fyysinen kuin henkinenkin. Syntymätkin huomioitiin, jokaisella oli ainakin yksi loppu-elämän ensimmäinen päivä.

Tämä kirjoitus päätettiin tehdä ryhmätyönä, johon jokainen lähettää kommenttinsa, joten lisään ne tähän loppuksi.

Hanna:

Ensi kertaa poliokuntoutuksessa olleena olin kuin ”Liisa ihmemaassa”. Sairastuessani 10-vuotiaana v. 44 - 45

talvella suhteellisen lievään polioon – en ole aiemmin tiennyt tai ymmärtänyt ottaa selvää tällaisesta kuntoutusmahdollisuudesta. Täällä sain hyvää kuntoutusta ja tietoa myös mahdollisista polion myöhäisoireista. Kunnioitusta herätti vaikeamminkin vammautuneiden sitkeys ja asenne elää mahdollisimman täysipainoisesti. Ryhmään sopeutuminen oli esimerkittä. Olen kiitollinen tästä kuntoutusjaksosta.

Ritva:

Saavuini ensimmäiselle poliokurssilleni Punkaharjun kauniisiin maisemiin. Meitä oli koottu yhteen yhdeksän poliolaista eri puolilta Suomea. Osa ryhmäläisistä oli jo konkareita, mutta oli meitä kaksi ensikertalaistakin,, joille kaikki oli uutta ja outoa. Jo itse rakennus, Kruunupuisto, herätti miellyttäviä tunteita, kun kävelin ensimmäisen kerran pitkin alakerran vanhaa

arvokkuutta henkivää käytävää ja portaita kolmannen kerroksen huoneeseeni, joka olisi ”kotini” seuraavat kolme viikkoa.

Ja sitten se alkoi. Arto otti meidät huomaansa ja kertoili talon tavoista, esitteli Kruunupuiston entisyyttä ja nykyisyyttä. Monenlaista toimintaa on siihen rakennukseen sisällytynyt aikojen kuluessa.

Viikko-ohjelmien myötä päästiin sitten itse asiaan. Oli tuolijumppaa, vesijumppaa, kuntosalia ja erilaisia pelejä Velman ja Paulan erinomaisessa ohjauksessa. Railin johdolla kävimme monta antoisaa ja kipeätäkin keskustelua sekä ryhmänä että yksilötasolla. Matti-tohtori teki tarkastuksensa sekä alussa että lopussa ja kertoi hyvin havainnollisesti polion mahdollisista myöhäisoireista. Lisäksi oli erilaisia yksilöhoitoja, kuten parafinihoitoa, jalkahoitoa ja hierontaa.

...kurssi uutisia...

Myös askelmittari oli ahkerassa käytössä. Parhaina päivinä tuli 22.000 askelta. Mittarihan ei koskaan valehtele??? Punkaharjun upeissa maisemissa oli mukava liikkua pitkin metsäpolkuja. Monta askelta tuli myös talon sisällä siirtyessä toiminnosta toiseen. Jo portaita ”kuntoutuskotiin” oli 56. Ja niitä tuli kuljettua ainakin kymmenen kertaa päivässä.

Vapaa-ajan toiminta oli aivan verrattomia ja monipuolista. Oli yhteislaulua, pistooliammuntaa, pelejä, hartaustilaisuuksia, kirkkosakäyntiä, opastettuja retkiä, ostosmatkoja ja kuorovierailuja. Lisäksi oli käytössä monipuolinen askartelutila Kirsin erinomaisesti neuvossa huovutusta, kankaanpainantaa, nahkatöitä, kudonta, silkkimaalausta ym. ym. Kiitos kaikille ihanille ryhmäläisille ja vetäjillemme yhteisestä ajasta!

Pirjo:

Kurssi oli antoisa, henki oli hyvä. Oli mukava tutustua uusiin ystäviin ja jakaa ajatuksia. Saimme vertaistukea toisiltamme ja nauru-terapia oli oikein tervetullutta varsinkin omaan elämän tilanteeseeni! Kiitos myös edelleenkin mukavalle henkilökunnalle! Tuntui taas kerran, että on se ihmeiden talo, kun kivut hävisivät kertahetimitä ja positiivisuus alkoi nousta pintaan.

Aira:

Oli ilo saada kutsu kuntoutukseen pitkästä ajasta, tuntuikin jo siltä, että on niin romukunnossa. Kyllä täytyy todeta, että kurssi osui todella parhaaseen aikaan, kun koko talven oli kotona sisällä kököttänyt, mitä nyt kauppareissut tehnyt. Jo kolmannen viikon aikana huomasin ”työn” tuloksia: yksilöhoidot, allasjummat, kuntosali, ryhmäjummat + tämä henkinen puoli, kes-



Tästä oli puhe ”puhua”.

kustelut toisten ryhmäläisten ja henkilökunnan kanssa, ne kaikki olivat antoisia. Sain kurssilta kaikin puolin todella paljon. Tunnen olevani sekä kunnoltani että mieleltäni parempi kuin ennen kurssia. Haluan vielä esittää suurkiitokset kaikille kurssilaisille ja meistä hyvää huolta pitäneelle ja kunnan kuntoutusta antaneelle kuntokeskuksen väelle. Toivottavasti tapaamme pian uudelleen.

Sylintäydeltä kiitoksia kurssikavereille ja hoito-, ravinto- sekä puhtaanapitopuolen henkilöille! Järjestimme yhdessä meille niin arvokkaat kolme viikkoa.

Teksti: Sisko

Kuvat: Velma ja Sisko



Kuka tänä päivänä onnen saa?

Muistathan hakea poliokursseille

Kansaneläkelaitoksen (Kela) poliokurssit vuonna 2008

Poliovammaisille henkilöille tarkoitettujen Kansaneläkelaitoksen rahoittamien poliokurssien tavoitteena on parantaa ja ylläpitää kurssilaisten toimintakykyä, edistää henkilökohtaisten voimavarojen hyödyntämistä ja lisätä tietoutta polion myöhäsoireista. Kurssien aikana arvioidaan kunkin kurssilaisen osalta mm. apuvälineiden ja asunnon muutostöiden tarve sekä tarvittaessa kartoitetaan sosiaaliturvaan, vammais- ja muihin palveluihin, työkykyyn ja ammatilliseen kuntoutukseen liittyviä asioita.

Kuntoutus Kelan poliokursseilla on kuntoutujalle maksuton. Lisäksi hänelle maksetaan kuntoutusjaksoihin liittyvät tarpeelliset ja kohtuulliset matkakustannukset omavastuun ylittävältä osalta (omavastuu 9,25 euroa yhdensuuntaiselta matkalta) sekä tietyin edellytyksin kuntoutusrahaa. Kuntoutusraha voi olla esim. työssä käyvillä henkilöillä sairauspäivärahan suuruinen.

Kelan kustantamalle kuntoutuskurssille tai -ohjelmaan haetaan kuntoutushakemuslomakkeella KU102. Lisäksi täytetään liitelomake Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssille KU104. Hakemukseen liitetään lääkärinlausunto B, jonka tulee sisältää riittävät tiedot sairaudesta tai vammasta ja sen aiheuttamista haitoista, selvitykset hoidoista ja kannanotot kuntoutuksen tarpeesta sekä suositukset kuntoutukseen. Haettaessa vaikeavammaisen lääkinnällistä kuntoutusta liitetään mukaan kirjallinen kuntoutussuunnitelma, joka on laadittu hoidossa vastaavassa yksikössä. Hakemusasiakirjoihin toivotaan liitettävien mahdolliset viimeisimmät terapialausunnot (esim. fysioterapia, toimintaterapia, puheterapia, neuropsykologia) ja viimeisimmät sairauskertomustiedot.

Kelan KU102 ja KU 104 lomakkeita saa Kelan paikallistoimistoista ja nettisivuilta www.kela.fi/lomakkeet.

Jos haette **yksilölliseen laitoskuntoutukseen**, toimitetaan huolellisesti täytetyt lomakkeet (KU 102 ja KU 104) liitteineen Kelan paikallistoimistoon. Tämä koskee sekä vaikeavammaisten (KKL9§) että harkinnanvaraista ei-vaikeavammaisten kuntoutusta (KKL 12§).

Kuntoutukseen ja/tai sopeutumisvalmennukseen voi hakeutua myös hoitavan tahon (terveyskeskus) kautta, mikäli ette ole oikeutettu Kelan kuntoutukseen.



Invalidiliiton Käpylän kuntoutuskeskus

Poliokurssi nro 22053

valtakunnallinen, ensisijaisesti työssäkäyville, 8 henkilöä, 1 paikka vaikeavammaiselle (10§), 7 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

26.03.-15.04.2008

Poliokurssi nro 22054

valtakunnallinen, ensisijaisesti eläkkeellä oleville, 8 henkilöä, 1 paikka vaikeavammaiselle (10§), 7 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

16.04.-06.05.2008

Poliokurssi nro 22055

Valtakunnallinen, ensisijaisesti eläkkeellä oleville, 8 henkilöä, 1 paikka vaikeavammaiselle (10§), 7 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

16.07.-05.08.2008

Poliokurssi nro 22056

valtakunnallinen, ensisijaisesti työssäkäyville, 8 henkilöä, 1 paikka vaikeavammaiselle (10§), 7 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

15.10.-04.11.2008

Kurssit laitosmuotoisia, jakso 21 vuorokautta

Hakeminen:

Hakulomakkeet ensin esivalintaa varten Käpylän Kuntoutuskeskukseen.

Hakemukset osoitetaan:

Asiakassihteeri
Invalidiliiton Käpylän kuntoutuskeskus
Nordenskiöldinkatu 18, PL 103
00251 Helsinki

Lisätietoja:

Riitta Eskola, kuntoutussuunnittelija
Invalidiliiton Käpylän kuntoutuskeskus
Nordenskiöldinkatu 18 B, PL 103
00251 HELSINKI
puh. (09) 7770 7351, fax (09) 794 734
sähköposti: riitta.eskola@invalidiliitto.fi

...kuntoutusta...



Invalidiliiton Lapin kuntoutuskeskus

Poliokurssi nro 23036

Valtakunnallinen jaksotettu kurssi ensisijaisesti työelämästä poissaoleville, 8 henkilöä, 2 paikkaa vaikeavammaille (10§), 6 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§).

1.jakso 10.09.-23.09.2008 (14 vrk)

2.jakso 13.01.-19.01.2009 (7 vrk)

Poliokurssi nro 23043

Valtakunnallinen aktiivipainotteinen jaksotettu kurssi ensisijaisesti työikäisille, 8 henkilöä, 2 paikkaa vaikeavammaille (10§), 6 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§).

1.jakso 22.10.-28.10.2008 (7 vrk)

2.jakso 18.02.-03.03.2009 (14 vrk)

Kurssit laitospuolitoisia, jaksotettu, yhteensä 21 vuorokautta.

Hakeminen:

Hakemukset vastaanottaa hakijan asuinpaikan Kelan toimisto

Lisätietoja:

Merja Turunen

Invalidiliiton Lapin Kuntoutuskeskus

Porokatu 2

96400 Rovaniemi

puh. 044-3636617, fax (016) 3481302

sähköposti: merja.turunen@invalidiliitto.fi



Kruunupuisto Punkaharjun kuntoutuskeskus

Poliokurssi nro 22957

Valtakunnallinen kurssi, 9 henkilöä, 9 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

13.01.-02.02.2008

Poliokurssi nro 22960

Valtakunnallinen kurssi, 9 henkilöä, 9 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§)

06.04.-26.04.2008

Poliokurssi nro 22962

Valtakunnallinen kurssi, 9 henkilöä, 9 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§).

24.08.-13.09.2008

Poliokurssi nro 22964

Valtakunnallinen kurssi, 9 henkilöä, 9 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§).

28.09.-18.10.2008

Kurssit laitospuolitoisia, jakso 21 vuorokautta

Hakeminen:

Hakulomakkeet ensin esivalintaa varten Kruunupuistoon .

Lisätietoja:

Leena Nykänen

Kruunupuisto, Punkaharjun Kuntoutuskeskus

Vaahersalontie 44

58450 Punkaharju

puh (015)7750 332

sähköposti: leena.nykanen@punkahk.com



Ruissalon Kuntoutuskeskus

Poliokurssi nro 22432

Valtakunnallinen jaksotettu kurssi työikäisille, 8 henkilöä, 8 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12§).

1.jakso 07.01.-18.01.2008 (12 vrk)

2.jakso 19.05.-24.05.2008 (6 vrk)

Kurssi laitospuolitoinen jaksotettu, yhteensä 18 vuorokautta.

Hakeminen:

Hakemukset vastaanottaa hakijan asuinpaikan Kelan toimisto .

Lisätietoja:

Arja Toivomäki

Terveyskylpylä Ruissalo

Ruissalon puistotie 640

20100 Turku

puh. (02) 4454 571, fax (02) 4454590

sähköpostiosoite: arja.toivomaki@saga.fi

Suomen Polioliitto ry:n kuntoutus- ja sopeutumisvalmennus- kurssit vuonna 2008

Polion sairastaminen vaikuttaa sairastuneen jokapäiväiseen elämään. Vamman haittoja voidaan kuitenkin helpottaa ja ehkäistä oikealla kuntoutuksella ja sopeutumisvalmennuksella. Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit sisältävät monipuolista toimintaa, joka tukee toimintakykyä ja auttaa elämänlaadun hallinnassa. Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit on tarkoitettu kaikille polion sairastaneille, jotka eivät saa riittävästi kuntoutusta julkisen terveydenhuollon tai Kelan kautta. Näille kurseille voivat hakeutua kaikki polion sairastaneet ikään tai jäsenyyteen katsomatta.

Miten haet kursseille

Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille haetaan Suomen Polioliiton omalla lomakkeella, joka löytyy jokaisesta Poliolihtistä. Hakemuslomakkeen voit täyttää myös Polioliiton omilla www-sivuilla osoitteessa www.polioliitto.com.

(Suomen Polioliitto ry tallettaa hakemuksessa olevat tiedot liiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennustoiminnan järjestämiseksi tarvittavaan rekisteriin. Tietoja luovutetaan vain kurssin järjestäjille. Henkilötietolain (523/1999) mukaisesti jokaisella rekisteröidyllä on oikeus tarkastaa itseään koskevat tiedot ja oikeus vaatia virheellisen tiedon oikaisua. Tarkastus- tai virheoikaisupyynnön esittämisestä antaa lisätietoja Suomen Polioliitto ry:n toimisto, puhelin (09)6860990.)

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

Hakemukset postitetaan siis osoitteeseen:

Suomen Polioliitto ry
Luotsikatu 6 E 28
00160 Helsinki

Kuoreen merkintä: kurssihakemus.

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille hakeneille ilmoitetaan päätöksestä henkilökohtaisesti.

Kuntoutusraha

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

Matkat

Mikäli haluatte hakea Kelasta matkakorvausta Suomen Polioliiton kuntoutus/sopeutumisvalmennuskurssille, kurssille tulee hakea lääkärinläheteellä. Läheteen tulee olla kirjallinen A-, B-, C- tai D-lausunto, kopio sairauskertomuksesta tai vapaamuotoinen lähete, josta ilmenee kurssin tarpeellisuus ja suositus tälle kurssille osallistumisesta. Kela korvaa tällöin tarpeelliset ja kohtuulliset matkat omavastuuosuuden ylittävältä osalta. Kaikilla kursseilla omavastuuosuus on 9,25 euroa/henkilö yhdensuuntaiselta matkalta. Mikäli sairauden laatu tai liikenneolosuhteet vaativat muuta kulkuneuvoa, voidaan matkat korvata muun kuin yleisen kulkuneuvon kustannusten mukaan. Päätös korvauksesta kannattaa hakea etukäteen.

Lisätietoja:

Suomen Polioliitto ry/toimisto
Puh 09-6860990
e-mail: birgitta.oksa@polioliitto.com



Kuntoutus- ja sopeutumis- valmennuskurssi "talvi" Lehtimäen Opistolla

Ajankohta:

04.02.-16.02.2008

Ohjelmassa terveystilanteen kartoitus, ryhmä-, allas- ja yksilöjumppaa, rentoutusta, luentoja sekä ohjattua harrastustoimintaa. Majoitus on kahden hengen huoneissa. Avustaminen päivittäisissä toiminnoissa järjestetty.

Kurssille valitaan 30 kuntoutujaa hakemusten perusteella.

Hakuaika:

Hakuaika päättyy 07.01.2008.

Kurssipaikan yhteystiedot:

Lehtimäen Opisto, 63501 Lehtimäki
p. 06-522 0245

...kuntoutusta...

Kuntoutus- ja sopeutumis- valmennuskurssi "kesä" Lehtimäen Opistolla

Ajankohta:

04.08.-16.08.2008

Ohjelmassa terveystilanteen kartoitus, ryhmä-, allas- ja yksilöjumppaa, rentoutusta, luentoja sekä ohjattua harrastustoimintaa. Majoitus on kahden hengen huoneissa. Avustaminen päivittäisissä toiminnoissa järjestetty.

Kurssille valitaan 30 kuntoutujaa hakemusten perusteella.

Hakuaika:

Hakuaika päättyy 06.06.2008.

Kurssipaikan yhteystiedot:

Lehtimäen Opisto, 63501 Lehtimäki
p. 06-522 0245

Uskallusta Elämään -kurssi Lehtimäen Opistolla

Ajankohta:

02.11.-08.11.2008

Kurssin tavoitteena on löytää uusia tietoja ja taitoja arkipäivän elämään. Kurssin ohjelmassa ryhmä- ja allasvoimistelua, henkilökohtaisia hoitoja sekä ohjattua vapaa-ajan toimintaa.

Kurssilla painotetaan erityisesti vertaistukea ja yhdessä tekemistä.

Hakuaika:

Hakuaika päättyy 03.10.2008

Kurssipaikan yhteystiedot:

Lehtimäen Opisto, 63501 Lehtimäki
p. 06-522 0245

Kurssit rahoittaa Raha-automaattiyhdistys, joten kurssit voidaan vahvistaa RAY:n avustuspäätösten jälkeen.

Mahdollisista muutoksista ilmoitetaan Poliolehdessä.



Kuntoutus- ja sopeutumis- valmennuskurssi Invalidiliiton Lahden Kuntoutuskes- kuksessa

Ajankohta:

09.10.-18.10.2008

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

Kurssille valitaan 10 kuntoutujaa hakemusten perusteella.

Hakuaika:

Hakuaika päättyy 01.09.2008

Kurssipaikan yhteystiedot:

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

Polioinvalidit ry:n kuntoutustuki jäsenille














Polioinvalidit ry on tukenut jäsentensä kuntoutusta Lehtimäen Opistolla jo usean vuoden ajan. Vuonna 2008 Polioinvalidit ry myöntää varsinaisille jäsenilleen kuntoutustukea 10 euroa/kuntoutusvuorokausi Lehtimäen Opistolla.

Tukea voi jokainen jäsen saada enintään 14 vrk:n ajalta kalenterivuodessa.

Lisätietoja poliojärjestöjen toimistolta
p. 09-6860990.

Kansaneläkelaitoksen
matkakorvauskäytäntö
muuttuu 1.1.2008 alkaen



-LEIVOS	-UP	MERELISIA NAISIA	PIENI RAHA	↓	kääräisy	⊕ ⊕ ⊖ ⊖	🎵	HISSI-FIRMA	ROS-BERG	👤	KOI-VISTO	👤	VAL-MISTE		
						ULKO-ASU				SAK-SILLA					ISOISA JÄRVI
SYHYINEN					USA:N OSA-VALTIO			KOJAK-SAYALIN SOTARA					KALLIO KYLÄ-VAARA		
						HERAA-VAT VII-MEISIA RUMUT									
					KAR-TASTO			SUU-KOPU							
lehtipuu						KAIVE-TAAN			IHANA		RALLI-LIND-HOLM	AR-KOJA			
ISMAIL					TAIS-TELU							SOKE-ROITU			
YHOIS-TETYSSÄ KUNNOS-TAUTUNUT NIEMINEN								MIEDON TOINEN NIMI	MENNA MÖN-KÄÄN						
					NIEMIMAA										
-JÄATELO															
	KOKO-MUKSEN MIES				MANK-KIA KIELI					JU-MALA					ESTÄÄ TAITTU-MISEN
S.															
LINA-HYYTELÖÄ								MONI-KOSSA TYÖ-KÄLÄ					KOKO-NAI-NEN		
								PAREM-PI... TOISET		julki					NAIN
MUMMIN SISKO					TAPIO TAKAA			HIMA-LAJAN VALTIO					MAINOS-VALO-AINE		
								JUURI			OHEI-SET				

Nimi _____

Lähiosoite _____ Postitoimipaikka _____

Pankkiyhteystiedot _____

Ristikon ratkaisu pyydetään lähettämään 20.2. 2008 mennessä os POLIOLEHTI, Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Kuoreen merkintä "Ruudukko".

Kaislaranta ja asumispalvelut

Tätä kirjoitettaessa on Suomen Poliohuolto ry:n hallituksessa vireillä Kaislarannan myynti. Paikka on vuosien saatossa tullut tutuksi monille jäsenille ja yhdistyksen ystäville. Kun vuosi 2008 on yhdistyksen toiminnan 50-vuotisjuhluvuosi, on paikallaan muistella asumispalvelujen tuottamista Kaislarannassa – onhan kyseessä yhdistyksen aiempi päätoimintamuoto.



Seuraava jaksottelu seuraa lainsäädännön kehittymistä ja palvelun tuottajan luovimista säännösten puitteissa. Esitys on korostetusti järjestöbyrokraatin näkökulmasta kirjoitettu. Se on melko kuivakas, harmaan juridinen ja oletettavasti muutoinkin tekijänsä oloinen. Toivottavasti esimerkiksi joku Kaislarannan entisistä asukkaista voisi kirjoittaa muisteloita asukkaana näkökulmasta. Siitähän minä en osaa sanoa mitään.

Maamme ensimmäinen liikuntavammaisten asumispalveluyksikkö

Yhdistyksen perustamista seuraavana vuonna eli 1959 ostettiin yhdistykselle Kaislarannan tila Vihdin Vihtijärveltä Ylimmäisen järven rannalta. Tuolloin aloitettiin tuetun asumisen (nykytermein: asumispalvelujen) tarpeessa olevien poliovammaisten nuorten henkilöiden asuttaminen talossa, jossa oli saatavilla täysylöspito ja

avustamista päivittäisissä toiminnoissa. Parhaimmillaan talossa kuuluu olleen 14 asukasta. Alkuaikoina toimintaa pyörittäneiden pioneerien toiminta on mielestäni mitä kunniakkainta ja jalointa, sillä he noutuivat taloon vaikeavammaisia asukkaita, joiden kohdalla tuolloin oli joutua nuoresta iästään huolimatta ajalle tyypillisiin kunnalliskoteihin. Sotienjälkeisen ajan elämä oli tietysti köyhää ja puutteellista koko yhteiskunnassa, mutta erityisen kurja ja masentava täytyi olla nuoren vaikeavammaisen asema: loppuelämä olisi elettävä vaikeavammaisessa makuusalissa, seurana sekavia vanhuksia eikä ollut toivoa paremmasta. Tähän toi monelle odottamattoman muutoksen Kaislaranta, joka oli maassamme ensimmäinen liikuntavammaisten asumispalveluyksikkö.

Muuttuva rahoitus

Kaislarannan ensimmäisten noin 15 vuoden toimintara-

hoitus oli käytännössä yksinomaan keräysvarojen varassa. Varmaankin jo tuolloin asukkailta perittiin pienet ruoka- ja vuokramaksut, mutta palvelutalon menojen pääosa, mikä muodostui henkilökunnan palkkamenoista, oli kannatusjäsenten ja muiden avustajien armeliaisuuden varassa. Itse olen ollut talon hallinnossa mukana parempina aikoina 1980-luvun alusta lähtien, enkä voi edes kuvitella, että nykyisin vastaavaan pystyttäisiin. Veteraaneilta olen kuullut, että alkuvuosina talous oli niin tiukoilla, että palkkojen maksuunkin piti aika ajoin ottaa vekselivelkaa. Nostan hattua noissa oloissa asioita hoitaneille.

Palvelutalon toimintarahoitusta saatiin huomattavasti vakaammalle pohjalle 1970-luvulla, kun silloiseen invalidihuoltolakiin säädettiin vuoden 1974 alusta muutoksia ja muun ohessa kokonaan uudet 22 f ja g §:t, jotka toivat

asumispalvelut lain piiriin ja valtion maksumieheksi. Tuolloisen 22 g §:n mukaan mm. yhdistykselle voitiin valtion budjettiin otetun määrärahan puitteissa antaa avustusta valtion varoista valtioneuvoston vahvistamien perusteiden mukaisesti enintään 70 prosenttia asumispalvelujen järjestämisestä aiheutuvista todellisista ja hyväksytyistä käyttötalousmenoista. Asiaa hallinnoivana, laskut maksavana ja asumispalveluja valvovana viranomaisena toimi sosiaalihuolto. Yhdistyksen oman rahoituksen varaan jäi siis 30 prosenttia menoista. Muutos aiempaan verrattuna oli palvelun järjestäjän kannalta olennainen ja tilanne helpottui huomattavasti.

Mikään maan päällä ei kuitenkaan jatku loputtomiin eikä varsinkaan sosiaalilainsäädännön alalla. 1980-luvun alussa toteutettiin ns. VALTAVA-uudistus, joka mullisti sosiaali- ja terveydenhuollon

suunnittelu- ja valtionosuusjärjestelmän ja siirsi useat aiemmin valtion myönnettäviksi ja kustannettaviksi kuuluneet asiat ja etuudet kuntien päätösvaltaan ja kustannusvastuulle. Valtio toki jäi osaltaan kustannuksista vastaamaan siten, että se esimerkiksi asumispalveluista koituvista menoista maksoi kunnille niille kullekin suunnittelu- ja valtionosuuslain mukaisen valtionosuuden. Tavallisen liikuntavammaisen kannalta suurin muutos oli, että sosiaaliviranhallituksen (ja delegoidun päätöksentekovallan puitteissa tiettyjen invalidihuoltolaitosten) sijaan tulivat kunnat ja niiden sosiaaliviranomaiset (sosiaalilautakunnat ja niiden alaiset viranhaltijat). Muistetaan, että mm. apuvälineistä päättäminen siirtyi samassa yhteydessä kuntien (tai kuntainliittojen, nyttemmin kuntayhtymien) terveydenhoitoviranomaisille.

Olin itse tullut nähin aikoihin yhdistyksen hallitukseen ja vuonna 1983 tuoreena yhdistyksen puheenjohtajana jouduin lähtemään neuvotteluihin silloiseen sosiaaliviranhallitukseen niistä muodoista, joilla asumispalveluita tul-taisiin vuoden 1984 alusta toteuttamaan. Mukana olivat palvelunjärjestäjät, sosiaaliviranhallitus valtion viranomaisena ja joiltain osin kunnalliset keskusjärjestöt (joita tuolloin oli vielä kolme). Saatiin aikaan mm. päätös, että myös Suomen Poliohuolto ry asumispalvelujen järjestäjänä merkittiin lain tarkoittamaan valtakunnallisten palveluntuottajien luetteloon.

Osin lakiin, osin käytyihin neuvotteluihin perustui järjestelmä, jossa palvelun tuottajan peri kunkin asukkaan väestökirjalain mukaiselta kotikunnalta kuukausittain maksun, jonka laskutusyksikkönä oli asumispalveluvuorokausi. Mikäli palvelun tuottajan hyväksyttävä käyttötalouden



tilinpäätös osoitti alijäämää, korotettiin seuraavan vuoden asumispalveluvuorokauden hintaa siten, että alijäämä tuli katetuksi. Vastaavasti tilinpäätöksen ollessa ylijäämäinen, alennettiin hintaa ylijäämän vähentämiseksi. Kuulostaa yksinkertaiselta, mutta ei se käytäntö aina sitä ollut. Ja kaiken aikaa tietysti oli lisäksi asukkailla kohtuulliset ruoka- ja vuokramaksut.

Lomatoiminta muutoksen kourissa

1990-luvulla alkoi Kaislarannan asukasmäärä vähitellen laskea vakiintuneesta noin 8-9 asukkaan tasosta. Asumispalveluvuorokauden hinta laskettiin jakamalla hyväksyttävien menojen määrä asukasmäärällä. Asukkaiden vähetessä uhkasi hinta nousta niin paljon, että oli pelättävissä, että maksavat kunnat vetäisivät asukkaansa palvelutalosta muualle sijoitettaviksi. Yhdistys tekikin tämän välttämiseksi useita alijäämäisiä vuosia ilman vastaavia maksujen korotuksia. Tämä tie tuli tietenkin loppuun melko pian.

Vuonna 1998 asukasluku laski 4:ään ja yhdistyksen hallitus päätti lopettaa Kaislarannan asumispalvelutuotannon syksyllä 1999. Kaislarannan asumispalvelujen kunniakas historia oli tullut päätöksensä.

Tämän jälkeenkin talo lisärakennuksineen toimi vielä useita vuosia jäsenten lomatoiminnan hyväksi. Kaislaranta oli sikäli koko historiansa ajan ainoalaatuinen vammaisten palvelutalo, että se toimi samanaikaisesti lomapaikkana, jossa varsinaisilla jäsenillä oli oikeus viikon vapaalomaan ja jossa lomailuhinnat muutoinkin olivat erittäin edulliset.

Lomatoiminta oli aiemmin saanut synergiaetuja palvelutalolta. Vuosituhannen vaihduttua taattiin lomalaisten palvelut siten, että kaksikin yhteisöä toimi vuorollaan talon vuokralaisina ja niiltä yhdistyksemme osti ruokayms. palvelut. Viimeisimmän vuokralaisen lähdettyä joutui yhdistys luopumaan Kaislarannan lomajärjestelyistä ja oli käytännössä pakotettu asettamaan tilan myytäväksi, mihin yhdistyksen vuosikokous oli jo aiemmin myöntänyt valtuudet.

Asumispalvelujen tulevaisuus?

Onko asumispalveluilla tulevaisuutta? Vastauksena kysymykseen tulee huomata, että nyttemmin vammaispalvelulain mukaisesti on tullut käyttöön henkilökohtainen avustaja -järjestelmä, joka sinällään vähentää palvelutaloissa järjestettävien asumispalveluiden tarvetta. Asumispalveluiden ja palvelutaloasu-

misen välille ei voida laittaa yhtäläisyysmerkkiä. Myös henkilökohtaisen avustajan palkkaamiseen maksettava tuki voidaan myöntää vammaispalvelulain tarkoittamana asumispalveluna, jolloin tämä etuus kuuluu ns. subjektiivisen oikeuden luokkaan. Tämä taas tarkoittaa, että kunta on tällaisen toiminnan maksamiseen velvoitettu riippumatta siitä, onko siihen talousarviossa varattu määrärahaa tai ei.

Kun nyt eräät vammaisjärjestöt ajavat henkilökohtainen avustaja -järjestelmän saattamista subjektiiviseksi oikeudeksi ilman mainittua asumispalvelupäätöstä, olisi ehkä syytä esittää samalla tälle etuudelle 100 prosentin erityisvaltionosuutta. Täten saataisiin ainakin eduskunnan ns. kuntapuolue pois uudistuksen vastustajien joukosta. Kuntapuoluehan on tunnetusti eduskunnan suurin ryhmä.

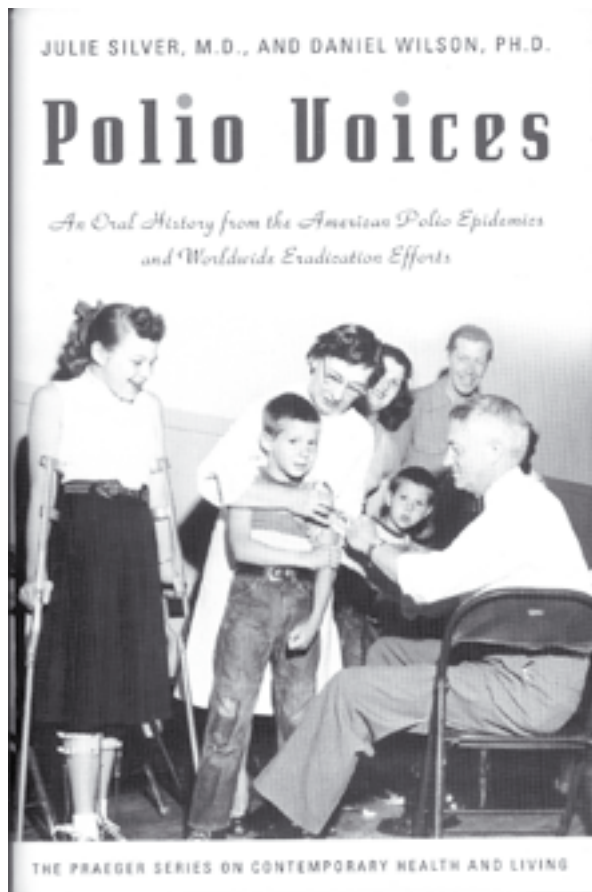
Mitä lopulta tulee varsinaisiin palvelutaloihin, joita Invalidiliitolla on vielä useita, luulen, että tarvetta niillekin tulee riittämään. Maassa on nimittäin paljon eri tavoin vammautuneita, jotka eivät joko halua hoitaa työnantajan roolia tai pysty siihen. Eikä aina löydy omaistakaan, joka voisi hoitaa työnantajan ”johdon ja valvonnan”. Kun vielä tulevaisuudessa tullaan yhdistämään liikunta- ja aistivammaisten palvelut kehitysvammaisten palveluihin, tulee tässä ”yhteisjärjestelmässä” olemaan huomattavaa kysyntää palvelutaloissa järjestettävälle asumispalveluille. Monenlaisia ongelmiakin ainakin liikuntavammaisten näkökulmasta tähän yhdistämiseen tulee liittymään, mutta se taas – kuten Kipling sanoisi – on kokonaan toinen juttu.

Teksti: Otso Forsman

Kuvat: Poliolehden arkisto

Poliotarinoita rapakon takaa

Julie Silver ja Daniel Wilson ovat koonneet polioselviytyjien kokemuksia kirjaksi nimeltä *Polio Voices. An Oral History from American Polio Epidemics and Worldwide Eradication Efforts*. (Praeger, 2007) Kirjaa ei voi sanoa poliotturistien tekemäksi, sillä Harvardin lääketieteellisessä fysiatrian professorina toimiva Julie Silverin vanhempi sisar sairastui polioon. Tohtori Daniel Wilson opettaa lääketieteen historiaa ja hän on itsekin polioselviytyjä. Wilson on aiemmin kirjoittanut kirjan *Living with Polio*.



Polioiden sekakuoro

Polio Voices (vapaasti suomennettuna Polioäänet) –kirja on syntynyt haastatteleamalla Spauldingin kuntoutussairaalan kurssilaisia. Jos samanlainen kirja tehtäisiin Suomen oloista, voitaisiin haastatella esimerkiksi Käpylä/Synapsian kävijöitä. tarinat muistuttavat kotoisia poliottarinoitamme netissä. Tosin tšekäläiset poliottarinat tuntuvat huomattavasti täyteläisemmiltä ja elävämmiltä kuin vastaavat rapakon takaa. Lieneekö syynä se, että meikäläiset tarinat ovat ihmisten itsensä kirjoittamia, kun taas amerikkalaiset tarinat on tiivistetty haastatteluista. Itse kirjoittaessa tulee mietittyä asioita syvemmin.

Kirja jakautuu johdannon jälkeen seuraaviin lukuihin:

Epidemiavuodet, akuuttivaihe ja kuntoutus, polion vaikutus perheeseen, polion kanssa eläminen, vapaaehtoistyön perintö, (polion) vaikutus Amerikan vammaisoikeuksiin, polion myöhäisoiheet, Polio tänään ja polion vaikutus lääketieteen kehitykseen.

Koska luvut jakautuvat teemojen mukaan, jokainen luku alkaa toimittajien yleiskatsauksella. Yleiskatsauksen jälkeen on sulassa sovussa polioselviytyjiltä, omaisilta ja hoitajilta saatuja lyhyitä kuvia, jotka on jaettu eri vuosikymmenille. Tämä rakenne sopii oivallisesti historiankirjoitukseen, mutta yksittäisten ihmisten kokemuksia on vaikea seurata kun heidän tarinansa pätkiä on ripoteltu eri lukuihin.

Poliohysteriaa

Amerikkalaisia poliokirjoja lukiessa olen pannut merkille sen, miten hysteerisiä rapakon takana oltiin polion suhteen. Erityisesti vuoden 1916 polioepidemian 6000 kuolonuhria olivat ihmisille suuri järkytys, vaikka 1918-1919 influenssa tappoi 550 000 amerikkalaista. Influenssaan ei kuitenkaan suhtauduttu samalla tavalla hysteerisesti, koska influenssan mekanismi ymmärrettiin paremmin eikä se invalidisoinut ihmistä loppuiksi.

Naomi Rogers selittää polion aiheuttamaa kauhua sillä, että tuohon aikaan amerikoissa uskottiin vakaasti tieteen mahtiin. Monia tauteja vastaan taisteltiin hygienian keinoin, mutta polion suhteen puhtaus ei auttanut. Ihmiset kokivat suunnatonta avuttomuutta

myös siksi, että puhjennut taudin pysäyttämiseksi ei voitu tehdä mitään. Toki polio herätti pelkoa ja polemiikkia Suomessakin, mutta samanlaista hysteriaa kuin amerikoissa ei tšekäläisissä kertomuksissa esiinny.

On hämmästyttävää, että jo 1916 poliosta tiedettiin se: 1) se tarttuu vain ihmisestä ihmiseen, ilman väli-isäntiä, 2) vain osa tartunnan saaneista kehittää halvausoireita, 3) lievät tai piilevät tapaukset voivat levittää sairautta, 4) epidemia immunisoi suuren määrän ihmisiä poliota vastaan. Tätä tietotaustaa vasten oli todella kummallista, että jo halvauksia saaneita ihmisiä pidettiin pitkään karanteenissa, kun taas oireettomat tehotartuttajat saattoivat liikkua ympäriinsä mielin määrin. Jos perheessä lapsi sairastui polioon, muu perhe joutui karanteeniin talonsa sisälle, mutta isä sai kuitenkin käydä työssä.

Presidentti Roosevelt

USA:n poliohistorialle on leimallista, että lama- ja sotaajan pitkäaikainen presidentti (1933-1945) Franklin Delano Roosevelt oli polioselviytyjä. Roosevelt halvautui 39-vuotiaana vuonna 1921 polioon. Roosevelt oli halvautuneena kasvilihaksia myöten, mutta halvaus jäi pysyväksi vyötäröstä alaspäin.

Polio Voices kirjassa tätä ei kerrota, mutta lasten immunologi Armond Goldman & kumppanit ovat asiaa (2003) pohtiessaan sitä mieltä, että Rooseveltin kokeman halvauksen takana ei luultavasti ollutkaan polio vaan mitä todennäköisimmin Guillan-Barré -oireyhtymä. Virhediatnoosi johtunee polion

yleisyydestä tuohon aikaan sekä siitä, että lopullisen diagnoosin teki jo vuodesta 1914 asti kuuluisa poliokuntouttaja Robert Lovett. Polion ja Guillain-Barré -syndrooman (GBS) ero parantumisen suhteen on se, että polion aiheuttama halvaus on toispuoleinen ja paljon pysyvämpää laatua kuin GBS:n aiheuttama. Halvautui Roosevelt kumman taudin johdosta tahansa, poliohistorian kannalta on oleellista, että Rooseveltin uskottiin sairastuneen polioon.

Voi olla, että Roosevelt koki luissaan, ettei hän ollut tavallinen polioselviytyjä, sillä hän ei koskaan pitänyt halvaustaan pysyvänä hän pyrki kuntoutumaan itseään kaikin tavoin. Roosevelt antoi median sosiolisella avustuksella kansalle sen käsityksen, että hän oli toipunut poliosta täysin, vaikka hän pystyi parhaimmillaankin kävelemään tukirautojen ja kepin avulla vain muutaman askeleen kerrallaan. Vaikka Roosevelt käytti liikkumiseen pyörätuolia, vain ani harvassa lehtikuvassa hän esiintyi pyörätuolissa istuen.

Rooseveltin arvellaan voittaneen presidentin vaalit, koska hän oli hän oli ”voittanut” pelätyn polion eli hän katki todellisen vammaisuusasteensa. Lisäksi hän kuului poliittisesti vaikutusvaltaiseen sukuun. Mm. vuosina 1901-1909 presidenttinä toiminut huippuenerginen Theodor Roosevelt Franklinin lähisukulainen ja idoli.

Koska Rooseveltin väitetty toipuminen poliosta oli pitkälle petosta, Rooseveltista tuli polioselviytyjien ja muiden vammaisten kannalta kaksiteräinen miekka. Roosevelt ei tehnyt käytännössä paljoakaan vammaisten ihmisten aseman parantamiseksi ja ennakkoluulojen karsimiseksi. Moni polioselviytyjä järkeili, että jos Roosevelt pystyi kovalla työllä kuntoutumaan ja pystyi hankkimaan itselleen

vielä hyvän työpaikankin, niin miksi en minäkin. Rooseveltin ”toipuminen” masensi niitä vammaisia, jotka eivät kovista ponnisteluista huolimatta onnistuneet toipumaan poliosta.

Rooseveltin toiminta oli siis omiaan tukemaan näkemystä, jonka mukaan vammaisen tulee keksiä keinot sopeutukseen yhteiskuntaan, vaikka oikeasti yhteiskunnan olisi pitänyt mukautua vammaisten tarpeisiin. Vaikka Rooseveltin on täytyntä tietää, miten vaikeaa liikkuminen oli ilman avustajia, hän ei tehnyt elettäkään esteettömän ympäristön puolesta. Niinpä USA:ssa oli pyörätuolilla liikkuva presidentti, mutta kaupungin jalkakäytävillä ei ollut pyörätuoliramppeja eikä ajoluiskia. Enkä liikkuminen ei ollut ongelma Rooseveltille, mutta melko harvalla kansalaisella oli käytössään sellaista laumaa avustajia kuin Yhdysvaltain presidentillä. Lisää asiaa aiheesta voi lukea sosiologi ja polioselviytyjä Hugh Gregory Gallagherin kirjasta *FDR's Splendid Deception* (Valdamere, 1994).

Kolikkomarssi

Rooseveltin imago koitui kuitenkin poliokuntoutuksen ja ennaltaehkäisyn riemuvoitoksi. Rooseveltin suojeleuksessa perustettiin vuonna 1937 propagandan keinoja hyödyntävä March of Dimes (kolikoiden marssi)-keräys. Ideana oli, että ihmiset lähettäisivät kolikoita Valkoiseen taloon. Rahalahetyksiä tuli lähes 2,7 miljoonaa kappaletta, eivätkä kaikki lähetykset olleet pennosia. Joukossa oli suuriakin summia, joten tuotto ylitti kaikki odotukset. Mitä opimme tästä? Jos minkä tahansa sairauden kuntoutukseen halutaan varoja, tauti pitää ”tartuttaa” johonkin julkkikseen.

Keräyksessä käytettiin myös propagandan keinoja. Polio

nähtiin pahuuden ilmentymänä, jonka voittamisesta tuli amerikoissa lähes pyhä tehtävä. On tavallaan ironista, että kun Euroopassa yritettiin hävittää juutalaiset viimeiseen mieheen, amerikoissa vastaava viha kohdistui polioon ja sen voittamiseen. Ja hyvä niin. Kuntoutuslaitoksissa valitsi erityisesti sisar Kennyn vanavedessä protestanttinen hoitotiikka, jonka omaksuminen johti siihen, että monille polioselviytyjille syntyi myös protestanttinen työetiikka. Polioselviytyjiä kannustettiin kaikin tavoin palaamaan ”normaaliin” elämään niin nopeasti kuin suinkin.

Keräyksen varoilla pidettiin myös Rooseveltin itsensä suunnittelema vammaisten lasten leirejä, joille alkukuntoutuksen läpikäyneet pääsivät. Leireillä oli sekä poikia että tyttöjä, joista noin puolet oli polioselviytyjiä. Leireillä pyrittiin antamaan myös vammaisille lapsille mahdollisimman normaaleja leirikokemuksia. Voi vain pohtia, mikä osuus on sillä, että Roosevelt sairastui vierailtuaan poliotapauksia kuhisseella partiolireillä.

Rautakeuhko

Harvardin insinööri Philip Drinker ensimmäisen rautakeuhkon prototyypin vuonna 1928. Rautakeuhko oli pitkään kokeiluasteella. Kun antibiootteja ei oltu vielä keksitty, bakteerit viihtyivät hyvin rautakeuhkon olosuhteissa ja potilaat kuolivat tulehdukseen. Kului pitkään, ennen kuin rautakeuhkoa pystyttiin käyttämään muissa kuin hätätapauksissa.

John Haven Emerson kehitti rautakeuhkon prototyypistä massatuotantoversion. On kerrassaan uskomatonta, että Emerson sai itsekin myöhemmin polion. Niinpä laite säästi myös henkensä! Kolikkomarssista saadun rahoituksen turvin rautakeuhkojen ympä-

rille syntyi puolisolitaallinen järjestelmä, jonka avulla hengityshalvauksen saaneita lennätettiin rautakeuhkon luotai päinvastoin.

1940-luvun puolivälissä 400-500 lasta hoidettiin rautakeuhkossa, jonka käyttökustannukset olivat tähtitieteelliset. Vain murto-osa polion vuoksi halvautuneista tarvitsi rautakeuhkoa ja hekin vain lyhyen aikaa. Silti jotkut joutuivat viettämään Drinkerin ”sardiinipurkissa” useita vuosia, kunnes kevyemmät hengityslaitteet kehittyivät 1950-luvulla. Suomessahan varsinaisia rautakeuhkoja ei käytetty lainkaan vaan täällä siirryttiin suoraan Tanskassa kehitettyyn uudempaan tekniikkaan.

On varsin mielenkiintoista, että amerikoissa poliotapaukset jaettiin bulbaarisiin (aivorunko) eli rautakeuhkoa vaativiin ja selkäydin- eli spinaalitapauksiin. Suomalaisissa tarinoissa jako ei ole niin selvä – eikä jako todellisuudessa olekaan kovin selvä.

Poliopropagandan haittapuolena oli se, että rahankeruussa käytettyjen julisteiden kuvat pelottivat ihmisiä, mikä oli omiaan lisäämään hysteriaa. Judith Willemy kertoo, miten eräänä päivänä koulun pihalle ajoi rekka-auto, jonka sisällä makasi lapsi rautakeuhkon sisällä. Rautakeuhkossa oleva lapsi oli esillä kuin sirkuseläin lapsijonojen kävellessä ohi. Judith oli tuohon aikaan siinä luulossa, että olentoa, josta ei tiennyt oliko se edes ihminen, näytettiin lapsille siksi, etteivät nämä olisi tuhmia ja menisi kiellostä huolimatta uimaan. Polio oli tuhmouden palkka, ja tuhmudeksi riitti riitely sisarusten kanssa, tottelemattomuus vanhempia kohtaan - tai se, että jätti ruokaa lautaselle.

Mutta rautakeuhkosalit aiheuttivat kauhua lähietäisyydel-



läkin. James Yamazaki joutui toisessa maailmansodassa sotavangiksi ja ryhtyi opiskelemaan lääketiedettä sodan jälkeen. Vuonna 1949 oli laaja polioepidemia ja Yamazakin melkein viittä vaille valmis opiskelutoveri ja ystävä oli harjoittelemassa Cincinnatin lastensairaalassa. Kun Yamazakin opiskelutoverille valkeni, että hän oli saamassa bulbaarisen eli aivorunkopolion, opiskelutoveri pyysi Yamazakia antamaan itselleen kuolettavan morfiiniin. Sairastunut oli sitä mieltä, että vaikka hän selviäisi akuutista vaiheesta hengissä, elämä rautakeuhkossa tai poliovammaisena olisi liian kiduttavaa. Yamazaki kieltäytyi auttamasta ystävänsä kuolemaan. Ystävä oli vielä rautakeuhkossa, kun Yamazaki itse valmistui ja lähti sairaalasta. Myöhemmin Yamazaki kuuli, että hänen opiskelutoveristaan tuli myöhemmin lastenlääketieteen professori Cincinnatin yliopistoon.

Lääkäri potilaana

Polioääniä ”kuunnellesani” panin merkille, että kaikkein tylyimmät ja suosukaisimmat arviot sekä polion akuutista hoidosta että polion myöhäisvaiheiden selvitämisestä antoi lääketieteen tohtori Bill Schweid. Hän oli sairastuessaan 25-vuotias ja lääkintäupseerina vuonna 1947 Okinawan tukikohdassa Japanissa. Bill tekee sairastumisestaan huomioita lääkärin tarkkuudella. USA:han päästyään hän tietenkin luki hoitajan kommentin itsestään: ”Potilas valittaa koko ajan ja vaatii, että häntä syötetään... Virtsasi juomalasiin.” Puolustukseen Bill toteaa, että hänellä ei ollut muuta vaihtoehtoa kuin vaatia syöttämistä, koska kädet olivat liian heikot lusikan nostamiseen.

Bill ei ole pannut pahakseen polioon sairastumista, koska polioon sairastuminen

on opettanut häntä kuuntelemaan potilaita ja näiden tunteita tarkasti. Niinpä potilaat ovat kertoneet hänelle asioita, joita eivät ole koskaan kertoneet kenellekään toiselle. Uuden potilaan kohdatessaan Bill toteaa tälle heti kärkeen, että hän ei ole jumala ja hän voi tehdä virheitä. Tapaamisten lopussa Bill pyytää potilasta kertomaan omin sanoin, miten tämä näkee tilanteensa. Näin Bill näkee, miten potilas hahmottaa tilanteensa. Pitäisikö kaikille lääkäreille toivoa vastaavaa kehittävää kokemusta?

Myös muut poliokokemuksistaan kertovat lääkärit tuntuivat olevan kommentissaan varsin suorita. Ehkä he eivät lääkäreitä ja kuntoutuslaitosta. Niinpä he uskalsivat kertoa kokemuksistaan kosta pelkäämättä. Tosin lääkärillekin voi pompsahtaa mieleen pelkoti. Esimerkiksi 13-vuotiaana sairastunut Steven Diamond opiskeli lääkäriksi ja toimi myöhemmin samassa sairaalassa lääketieteen professorina, missä häntä hoidettiin lapsena vuonna 1953. Erikoistumisvaiheessa häntä pyydettiin kiireisesti ensiapuun ja sinne suunnistaessaan hän joutui pimeään käytävään. Steven sai paniikkikohtauksen, vaikka hän ei ollut joutunut paniikkiin edes silloin, kun häntä ammuttiin Vietnamin. Ensiapuhommat hoidettuaan hän palasi takaisin käytävälle ja sytytti valot. Sama kauhu toistui. Pian hän käsitti, että kyseessä oli sama käytävä, jossa hän oli kuntoutettava polion akuutin vaiheen jälkeen. Muistot ja ihmiset tulvivat elävänä mieleen ja kaiken kukkuraksi Steveniä aikoinaan hoitanut fysioterapeutti törmäsi häneen käytävällä. Stevenin tarina kosketti syvästi koska koin itse vastaan tunnetilan seikkaillessani

Ortonin eli entisen Invalidisäätiön kellarin käytävällä.

Kuntoutusta ja kidutusta

Jotkut lapset tuntuvat nauttineen kuntoutusjaksostaan, mutta useimmille kokemus tuntui enemmän tai vähemmän traumaattiselta kidutukselta. Myös kuntoutus-



laitosten hoitokulttuureissa oli huimia eroja. Hoitajiksi sattui niin petoja kuin enkeleitäkin. Polioäänissä kerrotut kokemukset ovat paljolti samoja, joita Margaret Blackman kuvaa polion myöhäisvaiheita koskevassa kirjassaan (vrt. artikkeli Poliolehdessä 3/2007). Varsinkin 1950-luvulla poliokuntoutus tuntuu olleen lähes teollista liukuhihnahommaa.

Polioon 10-vuotiaana sairastuneen Edward O’Connorin muistikuva koskettaa. Omais- ja toipilaat käytännössä eristettiin toisistaan siten, omaiset saivat vieraila kuntoutuslaitoksessa vain sunnuntaisin klo 13-15. Ja jos potilastoveri kuoli, lapsille selitettiin, että lapsen äiti oli tullut hakemaan tätä. Tämä oli lapsista epäuskottavaa, koska miten on mahdollista, että äiti tulee hakemaan lapsen keskellä yötä. Vaikka valehtelu oli tarkoitettu rauhoittamaan lapsia, tulos taisi olla päinvastainen, koska lapsilta hävisi se

viimeinenkin luotto hoitajien puheisiin.

Lääkärit eivät akuutin vaiheen aikana juurikaan antaneet ennusteita, koska oli osoittautunut, että akuutin vaiheen tilan perusteella ei ollut mahdollista ennustaa, miten paljon toipumista tapahtuisi. Tapahtui karkeita ylijä aliarviointeja, mikä tietenkin oli omiaan lisäämään hämmennystä toipilaiden keskuudessa.

Jälkeenpäin ajateltuna ennusteen ja kuntoutuksen suhteen oli ristiriita. Ensinnäkin kolikkomarssin tuotolla oli koulutettu paljon lääkäreitä, fysioterapeutteja ja muita hoitajia kuntouttamaan polion halvaannuttamia. Kolikkomarssin tuotto perustui vahvasti presidentti mm. Rooseveltin antamaan ”näyttöön”, että kuntoutuksen avulla tosiaan voi toipua poliosta. Jo hoitajien oman uran kannalta oli tärkeää pitää yllä optimismia. Toisaalta lääkärit ymmärsivät polion mekanismin ja sen ettei poliosta paraneminen ole niin yksinkertaista. Lisäksi toipumista tapahtui hyvin niilläkin, jotka eivät saaneet mitään virallista kuntoutusta.

Erilaisia perheitä

Jotkut uskonnollisen taustan omaavat vanhemmat eivät vieneet lastaan lainkaan hoitoon. Ainoa hoito oli rukous tai henkiparannus, jotka eivät yleensä tuottaneet tulosta, koska ”parantuja ei uskonut tarpeeksi”. Ja koska lapsen sairastuminen oli synnin ja Jumalan vihan merkki, lapsi laitettiin vieraiden käynnin ajaksi kirjaimellisesti kaappiin. Muutenkin uskonnollisissa piireissä pyrittiin esittämään turhan urheaa profilia.

Monet toipilaat kokivat ras-
kaaksi sen, että he aiheuttivat
sairastumisellaan perheelleen
jopa taloudellisen perikadon.
Kolikkomarssikeräys onneksi
muutti tilannetta parempaan
suuntaan. Vaikein tilanne oli
tietenkin silloin, jos useampi
tai peräti kaikki perheenjäse-
net sairastuivat.

Ne jotka olivat joutuneet
sairaalaan vauvoina, kokivat
sairaalaan lähtemisen ahdis-
tavana, koska perheenjäsenet
olivat toipilalle vieraita ja
eikä toipilaskaan ollut muulle
perheelle tuttu. Sairas ja apua
tarvitseva toipilas kiristi
omaisten pinnaa, mikä johti
toisinaan toipilaan pahoin-
pitelyyn.

Perheet olivat hyvin erilaisia.
Toisilla oli perheenjäseniä,
jotka huolehtivat toipilaas-
taan hellästi. Lou Stenburg oli
hengityslaitteen ja vaskaavan
sängyn varassa elävä per-
heenissä, joka opiskeli läheis-
ten tuella tohtoriksi asti. Yli-
opiston opettajat nauhoittivat
hänelle luennot ja seminaareja
pidettiin miehen kotona. Mitä
kummallisimpia asioita voitiin
toteuttaa, kunhan vain löytyi
hyvää tahtoa.

Nelivuotiaana sairastuneen
Bill Norkunasin yhteisössä
naapurit eristivät Billin eikä
tämä saanut leikkiä muiden
lasten kanssa, vaikka tartun-
tavaaraa ei enää ollut. Niinpä
yhteisön eristämä poika oli
innoissaan, kun paikalliset
roskakuskit sentään ottivat
hänet kyytiin työajelulle.

Kokonaan oma, sinänsä
liikuttava lukunsa poliohis-
toriassa ovat länsimaihin
pakolaisena tulleet tai adop-
toidut polioselviytyjät. Heidän
kokemuksensa ovat aivan
erilaisia kuin meidän polio-
massa-aikoina sairastuneiden
kokemukset 1950-luvulla ja
sitä ennen. Hiljattain sairastu-
neet polioselviytyjät kokevat
olevansa ennen kaikkea vam-
maisia, ei niinkään poliovam-
maisia.

Opintie ja asuminen

Koska polio vaikutti fyysi-
seen, mutta ei älylliseen suo-
rituskykyyn, koulutus oli elä-
mässä pärjäämisen kannalta
tärkeää. Niinpä monet opis-
kelivat ahkerammin polioon
sairastumisen jälkeen kuin sitä
ennen. On suorastaan ihme,
miten moni polioselviytyjä on



pystynyt tekemään normaalisti
työtä ja on pystynyt perusta-
maan perheen. Helppoa se ei
kuitenkaan ole ollut.

Jotkut koulut kieltäytyivät
ottamasta oppilaita, koska
vammaisen pelkkä läsnäolo
muka häiritsi toisten opis-
kelua. 1960-luvun lopussa
vaikeavammaiset taistelivat
hengityslaitteen varassa olleen
Ed Roberts johdolla Ber-
keleyyn yliopistossa. Nämä
ihmisoikeustaistelijat kamp-
pailivat oikeudestaan korkea-
kouluopiskeluun ja muutenkin
itselliseen elämään. Paljolti
samaan tapaan kuin mus-
taihoiset joutuivat taistele-
maan paikastaan yliopistoissa.
Amerikoissa mustaihoisille
oli omat kuntoutussairaansa
ja valkoisille omansa.

Lisäksi työpaikan saanti oli
oma numeronsa. Ted Kellog-
gille työpaikka avautui monen
yrittämisen jälkeen sitä kautta,
että työnantajan oma tytär oli
polion vuoksi pyörätuolissa.
Judith Ellen Heumann katsoo,
että syrjintä työelämässä ei
johtunut nimenomaan poliosta
vaan vamman vaikeudesta.

Vamman vakavuus oli siis
suurempi tekijä kuin se, mistä
vamman oli peräisin.

Ron Mace sairastui polioon
9-vuotiaana vuonna 1950.
Koska ympäristö oli kaik-
kea muuta kuin esteetön, hän
joutui paljon ”kannetuksi”.
Valmistuttuaan arkkitehdiksi
vuonna 1966, hän alkoi
työskennellä pontevasti esteet-
tömyyden puolesta. Mace
oli luomassa monia esteet-
tömyysstandardeja ja osoitti
omilla suunnittelutöillään,
ettei esteetön rakentaminen
ole niin kallista kuin luullaan.
Monet muutkin polioselvi-
tyjät toimivat asiantuntijoina
erilaisissa komiteoissa kulis-
sien takana. Polioammaiset
alkoivat tehdä yhä enemmän
yhteistyötä muiden vammais-
ryhmien, kuten kuulo- ja näkö-
vammaisten kanssa.

Yleistä ja yksityistä

Yksittäisiä polioääniä luki-
essa huomioni kiinnittyi
kokemusten erilaisuuteen ja
samanlaisuuteen. Kuvauk-
set halvautumisesta olivat
hyvin tuttuja. Halvaus eli
kyvyttömyys liikkua vaikka
haluaisi, on ainutlaatuinen
elämys - vähän samaan tapaan
kuin meressä uiminen. Sitä
on vaikea kuvata ihmiselle,
joka ei ole sitä kokenut. Sen
vain muistaa omalla kehol-
laan. Siksi halvautumisen
kokemuksen voi jakaa myös
muiden kuin polion vuoksi
halvautuneiden kanssa.

Toisaalta elämä polion
kanssa on hyvin erilainen
riippuen siitä, minkä ikäisenä
on sairastunut ja millainen oli
ajan henki. Oli aivan erilaista
sairastaa polio 1900-luvun
alussa kuin vaikkapa 2. maa-
ilmansotien jälkeen. Kaupun-
gissa tai maalla.

Myös hoito- ja kuntoutus-
menetelmät vaihtuivat aiko-
jen saatossa. Aluksi polioon
sairastuneita makuutettiin ja
sidottiin lastoihin, kunnes
1940-luvulla amerikoissa
alkoi räikkäykseen ja kuu-

miin hauteisiin perustuva
kuntoutus. Suomessa ainakin
minä sain maistaa räikkäystä
1960-luvun vaihteessa. Polion
myöhäisoreiden ilmaantuessa
hoito kääntyi taas päälle.
”Use it OR lose it” (vapaasti
suomennettuna: käytä voi-
miasi TAI menetät loputkin)
iskulauseen tilalle tuli järjen
ääni; ”use it AND lose it”
(vapaasti suomennettuna:
räikkää itseäsi JA menetät
loputkin voimistasi).

Polion myöhäisoreet ovat
olleet olemassa niin kauan
kuin poliotakin on ollut,
mutta suurien epidemioi-
den aiheuttama akuutti- ja
kuntoutushoito vei kaiken
huomion. Nykyään ihmiset
elävät muutenkin pitempään,
joten 1980-luvulla 1950-luvun
suurien epidemioiden uhrin
alkoivat tulla siihen ikään,
että polion myöhäisoreet on
pakko ottaa vakavasti.

Polion globaali ulottuvuus

Silver ja Wilson ovat omis-
taneet kirjansa kansainväli-
selle Rotary-järjestölle, joka
pyrkii yhdessä WHO:n kanssa
kitkemään polion pois maail-
masta vähän samaan tapaan
kuin isorokko on jo kitketty.
Kirjassa kerrotaan kampan-
jasta, jonka on määrä lopet-
taa poliohistoria. Polio Plus
kampanjasta lukiessa tajusin
polion globaaliuden eli maa-
ilmanlaajuisuuden.

Rokotusohjelmassa on otet-
tava huomioon sekä paikalli-
nen että maailmanlaajuinen
näkökulma. Kehityksessä
viranomaiset voivat olla
vakavissaan siitä mieltä, että
poliota tai muitakaan tau-
teja vastaan rokottaminen
on heidän maassaan turhaa,
koska lapsia on muutenkin
liikaa eikä yhteisöllä ole varaa
ruokkia heitä. Niinpä ei ole
pahitteeksi, jos osa lapsista
kuolee polioon tai muihin
tauteihin. Mutta jos asiaa aja-
tellaan maailmanlaajuisesti,
polio on kitkettävä kaikkialta,



koska jos yksikin ihminen jossain päin maailmaa kantaa poliota, koko ihmiskunta on vaarassa. Niinpä polion kitkemisen kannalta on tärkeää, että kehitysmaassakaan kukaan ei sairastu polioon – ei edes oireettomasti. Lasten kuoleminen nälkään tai muihin sairauksiin ei ole polion kitkemisen kannalta oleellista.

Polio Plus –kampanja pyrkii siihen, että poliorokotteen siivellä lapsille voitaisiin antaa saman tien muitakin rokotteita. Lisäksi polion hävittämiprojektista saatua tietoa ja kokemusta sovelletaan muihin rokotusohjelmiin. Ei ole helppoa taivutella kaikkia maailman heimo- ja kyläpäälliköitä rokotamisen kannalle. Jokainen kulttuuri tarvitsee oman lähestymistavan, jotta rokotusohjelma voitaisiin viedä läpi. Polioäänissä on rokotuskampanjaan osallistuneiden vapaaehtoisten vaikuttavia kokemuksia.

Kun pyritään estämään polioepidemia, käytetään Sabinin elävää ”sokeripalarokotetta”. Miljoonasta elävällä rokotteella rokotetusta kaksi saa rokotteen vuoksi halvauksen. Mutta jos asiaa ajatellaan maailmanlaajuisesti, ”uhri” on yleiseltä kannalta pieni. Rokotusten ansioita: eräällä Intian alueella ilmaantui 5000 poliohalvausta vuodessa, mutta rokotuksia seuraavana vuonna

vain kaksi halvausta. Kukaties nekin sokeripalasta saatuja.

Rotary-järjestön pisteet nousivat kun luin kuvauksia siitä, miten ortopedit tekevät polioon sairastuneille kehitysmaiden lapsille liikkumista helpottavia korjausleikkauksia. Vaikka polio sairautena olisikin pian historiaa, polio ei ole pelkkää historiaa niin kauan kun yksikin polioselviytyjä on hengissä. Kehitysmaissa meitä elää lapsina ja nuorina paljon ja todella kurjissa oloissa.

Pitäisiköhän meidän adoptoida heistä muutama ryhtymällä vaikkapa Plan-kummeiksi? Televisiossa on mainos, jossa Kari Tapio kirjoittaa pojalle, joka on musiikkimiehiä. Meillä voisi olla kummeina se etu että meillä on kokemusta siitä, miltä se tuntuu, kun ei pääse liikkumaan normaalisti. Ja kokemusta siitä, miten silti voi pärjätä.

Teksti: Tuija Matikka

Kuvat: Poliolihti



Kirjapaino Jaari 1/4 s.
kirjapaino lisää oman ilmoituksensa

Perusturvaa Sinulle!

- kun sairastat
- kun tarvitset kuntoutusta
- kun saat eläkettä
- kun tarvitset tukea kotona asumiseen

Kela[®]
www.kela.fi



Hakulomake Suomen Polioliiton järjestämälle kurssille

Palautusosoite: Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki

Kurssi, jolle haetaan

Sukunimi/etunimet

Syntymäaika

Osoite

Postitoimipaikka

Puhelin

Aikaisemmat poliojärjestöjen kurssit

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

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

Päiväys ja allekirjoitus

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

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

kopiointi sallittu



Hyvät Polioinvalidit ry:n jäsenet

Vuosi 2007 alkaa lähetä loppuaan. Vuoteen on mahtunut useita erilaisia tapahtumia: suurempia ja vähän pienempiäkin. Pidimme vuosikokouksen Helsingissä, kesäpäivät Kurikassa ja syyspäivät Tampereella. Syyspäivät olivat samalla Tampereen osastomme 50-vuotisjuhlatilaisuus. Tampereen Kuntouttamislaitoksemme täytti tänä vuonna niinikään 50-vuotta. Näiden lisäksi tarjolla on ollut kursseja ja kuntoutustam. Lehtimäen opistolla. Näiden lisäksi oli osastojemme järjestämät lukuisat ja suositut tilaisuudet.

Tuleva vuosi 2008 tulee niinikään olemaan vuosi, joka tarjoaa runsaasti erilaisia osallistumismahdollisuuksia.. Kesä- ja syyspäivät ja Lehtimäen opistolla pidettävät kuntoutuskurssit kuuluvat tulevaan ohjelmaan, mutta mukana on lisää uusia tapahtumia. Palvelutarjontamme monipuolistuu ja toivottavasti mahdollisimman moni jäsen löytää sieltä itseään kiinnostavan tapahtuman.

Lisää mahdollisuuksia osallistua

Johtokunta piti kaksipäiväisen kokouksensa 24 -25. 11.2007 Vähäjärvellä. Kokouksessa käsiteltiin lukuisia asioita. Otan niistä muutama asian esille. Näitä asioita kevään vuosikokouksessakin toivottiin johtokunnan käsittelevän.

Johtokunta päätti, että toiminnanjohtaja ja puheenjohtajat osallistuvat osastojen vuosikokouksiin. Siellä he kertovat yhdistyksen tulevan vuoden toiminnan ajatuksista sekä rahoituksesta. Tarkoituksena on, että osastojen jäsenet kertoisivat omia toiveitaan yhdistyksemme järjestämän toiminnan suhteen. Näin johtokunta pystyy ottamaan nämä toiveet ja ajatukset huomioon tehdessään tulevan vuoden toimintasuunnitelma- ja budjetitietystään vuosikokoukselle. Tällä tavalla mahdollisimman moni jäsen pääsee vaikuttamaan. Olisikin ensiarvoisen tärkeää, että mahdollisimman moni osaston jäsen osallistuisi osastojen vuosikokouksiin.

Johtokunta päätti myös, että osastojen järjestämiin tilaisuuksiin voivat kaikkien osastojen jäsenet osallistua maksamalla ko. tilaisuuden jäsenhinnan. Osaston tukiosan maksaa ao. jäsenen oma paikallisosasto. Uskon, että tämä uudistus tapahtumien hinnoittelussa osaltaan avaa uusia osallistumisen mahdollisuuksia.

Lisäksi johtokunta päätti järjestää kaksi ryhmämatkaa, joista toinen keväällä ja toinen syksyllä. Syksyllä on tarkoituksena tehdä ruskamatka Lappiin ja keväällä jonnekin Keski-Eurooppaan. Näistä matkoista saamme tarkempaa tietoa, kunhan kohteet, ajankohdat ja kustannukset selviävät.

Vielä asia, joka erikoisesti lämmitteää mieltäni. Olemme käynnistämässä osastojen yhdessä eri kuntoutuslaitosten kanssa järjestämää pitkäjänteistä kuntoutusta eri puolella Suomea. Pohjois-Suomen osastomme on ensimmäisenä asialla: heidän Rokuan kuntoutuskeskuksessa pidettävä henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojektinsa käynnistyy jo tammikuussa. Ainakin kaksi muuta osastoamme ovat valmistelemassa omaa kuntoutusprojektiaan. Nämä ovat niitä kehityshankkeita, joista vuosikokouksessa puhuttiin.

Kuten kaikesta tästä voi päätellä, on yhdistyksemme

virkeä ja aktiivinen. Haluankin kiittää kaikkia hyvästä yhteistyöstä kuluneen vuoden aikana. Olemme yhdessä tehneet työtä meidän kaikkien parhaaksi. Pitäkää huolta lähimmäisistänne ja itses-
tänne.

Toivotan kaikille Hyvää ja Rauhallista Joulua ja Onnea vuodelle 2008

**Rauno Nieminen
Polioinvalidit ry:n
puheenjohtaja**

NOKIAN KAUPUNKI

37100 Nokia, puh. 03-341 8111

Viihtyisä lounasravintola Niittykummun sydämessä

- Tilauksena ruoka-annokset, kiusaukset, täyte- ja välipölköt, salaattit ym.
- Juhlapalvelut
- Tiloksamme vuokrattavana edustussalona

*Niitty*lounas

Pihatörmä 1 B, 02240 Espoo, puh. 09-412 3457

Käsi kädessä kotiin

Selkeäkielinen hartauskirja ikääntyneille

Karas-Sana ja kirjoittajat Sari Gustafsson, Ulla Halttunen, Eija Kemppi kuvat Tuomas Gustafsson ulkoasu Iiris Kallunki

ISBN

978-951-655-644-7

Gummerus Kirjapaino Oy

Jyväskylä 2007

Kirjan on toteuttanut työryhmä, jonka jokainen jäsen on alan ammattilainen.

Ulla Halttunen on pastori, Kansan Raamattuseuran julistustyöntekijä, joka on toiminut sairaalasielunhoitajana ja diakoniapappina.

Eija Kemppi on rehtori, pastori, joka on vanhustyön kouluttaja ja materiaalien kehittäjä.

Sari Gustafsson on palvelutalojen toiminnanohjaaja.

Kirja on pyritty tekemään jopa yksitotisen selkeäksi. Siten se toistaa jatkuvasti tärkeinä pitämiään asioita ja näin myös samalla luo turvallisen tuntuista tekstiä, vaikka aikaisempi olisikin unohtunut. Ehkä se jokin tunne silti on säilynyt edellisestä.

Kirjasta on rakennettu perinteisiin suomalaisiin juhla- ja hartaushetkiin ympäri vuoden käyttökelpoinen käsikirja. Sen mukaan voi suunnitella erilaisia pieniä hartaus- ja juhlahetkiä. Kirjan lopussa annetaan



jopa yksityiskohtaisia ohjeita henkilöiden sijoittamisesta eri tilaisuuksissa ja tilaisuuksien rekvisiittaohjeita. Siinä huolehditaan muistihäiriöisten saamisesta mukaan vaikkapa vain tunnetasolla silloin, kun muut yhteydet ovat jo kadonneet.

Kirja on varmasti käyttökelpoinen ammattilaisten käytössä laitoksissa ja palveluiloissa, mutta myös kodeissa. Parhaimman siitä saa varmasti irti, jos pyrkii hyödyntämään sen jatkumona. Toisaalta yksin kirjaa kotona esim. oman läheisensä kanssa käyttäen saattaa tulla turhautunut tunne, että en minä osaa tätä tarpeeksi hyvin. Jos kuitenkin kirjasta pyrkii hyödyntämään läheisensä parhaaksi vaikka

vain osan, niin on onnistunut varmaan toteuttamaan kirjassa olevaa tematiikkaa.

Kirjan kuvitus on mielestäni erinomaisen kaunista ja onnistunutta. Jos kuva yksinkertaisuudessaan koskettaa katsojaa, on sanoma mennyt näinkin perille.

Kirjan koko mietitytti minua. Kun mielestäni kirjaa voi myös vanhus yksin lukea ja tutkia, niin miten se oikein luontevasti pysyy enää käsissä.

Kirjasta jää kuva hyvin suunnitellusta ja viimeiseen asti mietitystä työstä. Kun käyttäjä lisää näihin ”tuntisuunnitelmiin” omat persoonalliset tapansa pitää hartaushetket ja juhlat, on kirjasta varmasti

hyötyä asioitten menemiseksi perille monivammaisille ja muistamattomille. Ja voisihan sitä soveltaa joskus vaikka lapsillekin.

Kempeleessä YK:n päivänä 24.10.2007

Tuula Pukkila
historian ja yhteiskuntaopin lehtori

saneet tässä kiireisessä elämänrytmissä tukea toimintaamme.

Tampereen osaston puheenjohtaja Seppo Utriainen ja sihteeri Pirjo Karin-Oka kukittivat vielä osaston ahkeria ja aktiivisia jäseniä kiitokseksi vuosien vapaaehtoistyöstä.

Tampereen osaston jäsen Toivo Enqvist oli ohjannut multimediaesityksen osaston 50-vuotisesta toiminnasta. Vanhat ja uudemmat valokuvat, uutispätkät Ylen arkistoista kertoivat osaston ahkeruksesta: iloista ja suruista ja saivat ymmärtämään kuinka monta työtuntia osaston luotamushenkilöiltä ja vapaaehtoisilta on vaadittu kaiken järjestämiseen.

Kaupungin tervehdys

Tampereen kaupungin terveiset juhlaan toi Tampereen kaupungin apulaispormestari Tarja Jokinen. Hän korosti yhdistystoiminnan merkitystä vaikuttajana ja totesi poliojärjestöjen tavoitteiden olevan sopusoinnussa hänen omien vammaistyölle asettamiensa tavoitteiden kanssa.

Apulaispormestari Jokinen korosti yhteisöllisyyden merkitystä Tampereen kaupungin palveluja kehitettäessä. Hän totesi vastuullaan olevien yhdyskuntapalvelujen oleva osa myös vammaisille suunnattuja palveluja. Tällaisesta hyvänä esimerkkinä hän piti vaikkapa esteettömyysasioita.

- Tampereen kaupungin vammaisneuvosto toimii ihmisten parhaaksi. Ongelmana on kuinka tavoittaa ne ihmiset, joiden tarpeisiin kaupungin palvelujen tulisi voida vastata? Kuinka saada tarpeellinen tieto päättäjille ajoissa jo suunnitteluvaiheessa? totesi Tarja Jokinen.

Hän kehotti tamperelaisia polion sairastaneita ole-



Polioinvalidit ry:n puheenjohtajat kiittivät Tampereen osastoa 50 vuotisesta työrupeamasta.

maan edelleenkin aktiivisia ja mukana kehittämässä tamperelaista sosiaaliturvaa ja kaupungin kehittämistä. Apulaispormestari Tarja Jokinen kiitti samastaan kutsusta saapua tilaisuuteen ja toivotti yhdistystoiminnalle suotuisaa jatkoa.

Oikeus saada apua

- Kuinka meidän vammaisten asiat olisi järjestetty, elleivät järjestöt olisi turvanneet etujamme. Kuinka kävisimme keskustelua päättäjien kanssa elleimme olisi järjestäytyneet, kysyi Polioinvalidit ry:n puheenjohtaja Rauno Nieminen päiväjuhlan tervehdyspuheessaan.

Hän halusi näin vastata usein kuulemaansa kysymykseen siitä, ovatko yhdistykset tarpeellisia tai saavatko ne mitään aikaan.

Puheenjohtaja Nieminen korosti yhteistyön ja avoimen keskustelun merkitystä myös poliojärjestöjen tulevaisuutta mietittäessä ja toimintaa suunniteltaessa:

- Meillä polioinvalidilla on tiedossa päättyvä elinkaari.

Meidän tulee yhdessä miettiä kuinka toimimme ja verkotumme, jotta kaikki polion sairastaneet otetaan huomioon palvelutarjontaa suunniteltaessa.

- Vammaisilla on oikeus saada apua, ei sääliä tai armo-paloja. Meillä on oikeus neuvotella tasavertaisina kansalaisina mistä tahansa asiasta, totesi puheenjohtaja Rauno Nieminen puheensa loppuun ja kiitti Tampereen osastoa hyvin tehdystä 50 vuoden työrupeamasta ja toivoi saman työn jatkuvan tulevaisuudessakin.

Suomen Polioliiton puheenjohtaja Juhani Kivipelto ihmetteli omassa tervehdyksessään yhteiskuntamme arvojärjestystä.

- Ministeri Tuija Brax on selväsanaisesti vaatinut elänsuojeluvaltuutetun vakanssin perustamista. Vammaisvaltuutetun vakanssista ei juuri edes puhuta. Eläimillä on oikeus nopeisiin ja toimiviin kuljetuksiin, meillä vammaisilla ei niihinkään, puheenjohtaja Kivipelto totesi sarkastisesti ja kertoi käymistään keskus-

teluista vammaisten tasa-arvoisesta kohtelusta mm. Kynnys ry:n puheenjohtaja Kalle Könkkölän kanssa.

Puheenjohtaja Kivipelto kertoi myös kuntien PARAS-hankkeesta, kuntien yhdistämisestä ja niiden oletetuista vaikutuksista vammaispalvelujen näkökulmasta.

- Kunnissa tapahtuvan edunvalvontamme merkitys kasvaa kasvamisestaan. Kuinka löytää tavat pystyä ihan oikeasti vaikuttamaan, siinäpä haastetta myös meille.

Juhani Kivipelto totesi loppuun olevansa siinä onnellisessa asemassa, että hänellä on kunnia olla mukana avaamassa vuoden 2007 valtakunnallista syystapahtumaa, omittella Polioinvalidit ry:tä aktiivisesta paikallistoiminnasta ja sen kehittämisestä sekä erityisesti kiittää Tampereen osastoa paikallisten etujen valvomisesta ja aktiivisen poliovammaisille suunnatun toiminnan järjestämisestä jo 50 vuoden ajan.



Onniteluvuorossa Suomen Polioliiton puheenjohtaja Juhani Kivipelto.

Musiikkia ja kakkukahvit

Päiväjuhla koostui paitsi lyhyistä tervehdyssanoista ja osaston toimintaa esittelevästä multimediaesityksestä myös musiikkiesityksistä ja runonlausunnasta.

Esiintyjä olivat mm. Nokian Harmonikat, lauluyhtye Viherkurkut ja näyttelijä Inkeri Merntanen. Tyylikkäänä ja mukavia juontajina tilaisuudessa toimivat osaston varapuheenjohtaja Leila Lahti-Pätäri ja sihteeri Pirjo Karin-Oka.

Lämminhenkisen tilaisuuden lopuksi juhlaan osallistujille oli tarjolla erinomaiset tätekkukahvit. Kakkukahvien jälkeen jokaiselle jaettiin aitoa tamperelaista rievää, jotta jaksattaisiin odottaa illanistujaisia ja juhlapäivällistä.

Illan juhlaa

Syystapahtuma jatkui juhlaillallisella. Illallisen lomassa juhlaväki sai nauttia monenlaisista ohjelmanumeroista. Tampereen osaston naisten muodostama lauluyhtye ”Poliosisters” oli varmasti esiintyjistä useimmille tutuin.

He esittivät suomalaisia iskelmiä kuluneen 50 vuoden varrelta. Helena Mäkisalo tutustutti itämaisen tanssin saloihin ja perhepäivähoitajista koottu ”Ladyt lavalla” sai yleisön taputtamaan innokkaasti.

- Mukavaa on ja kiirettä piisaa, totesivat useimmat, sillä kyllähän yksi syy tulla juhlaan on myös saada tavata vanhoja kavereita vuosien varrelta tutustua uusiin ystäviin.

Tanssilattialle kutsui Jukka Hirtolahden Jenkka Jazziyhtye solistinaan Minna Pajula. Juhlahuone täyttyi musiikin sykkeestä, iloisesta puheensorinasta ja juhlatunnelma kohosi kattoon. Joskus on hyvä katkaista arki, unohtaa sen ongelmat ja viettää hetki ystävien kanssa. Se auttaa jaksamaan sitten taas eteenpäin.

Aamujumppaa ja tietoa esteettömyysasioista

Sunnuntaille syystapahtumaan oli varattu niin aamujumppaa kuin tietoa esteettö-

myysasioistakin. Aamu-uinnille ei ollut tungosta, mutta aamujumppaan osallistujia oli ihan kivasti.

Sulavaanainen ja mukavasti esiintyvä Tampereen kaupungin vammais- ja esteettömyysasiamies Jukka Kaukola kertoi esteettömästä rakentamisesta ja kuinka esteettömyysasiat on Tampereella otettu huomioon.

- Kaupunkien suunnittelussa ja rakentamisessa ei olla otettu huomioon erilaisia ihmisiä, myönsi Jukka Kaukola suoraan.

Palvelut niin julkiset kuin yksityiset eivät ole tänä päivänä kaikkien kuntalaisten saavutettavissa. Esteettömyys ei poista vammaa, mutta se vähentää huomattavasti siitä aiheutuvia haittoja. Esteettömyys on kaikille hyvä, 10 prosentille ihmisistä se on välttämätöntä.

Jukka Kaukola kysyi myös, että mitkä ovat vaihtoehtokustannukset jos ja kun esteettömyyttä ei toteuteta?

- Suomessa arvioidaan olevan vuonna 2030 jo 1 380 000 yli 65-vuotiasta. Esteettömillä kodeilla ja kiinteistöillä sekä yksilöllisellä tuella mahdollistetaan asuminen omassa kodissa niin pitkään kuin henkilö itse toivoo. Vaativa asunnon peruskorjauskin on kunnalle kannattavampaa kuin henkilön siirtyminen palvelu- tai laitosasumisen piiriin. Jo hissi maksaa itsensä takaisin, mikäli se vähentää 1,5 asiakkaan viikottaiset palvelukäynnit. Rakennetun ympäristön esteellisyys siirtää kustannukset juuri sosiaalipalvelujen piiriin, huomautti Kaukola.

Vammais- ja esteettömyysasiamies Jukka Kaukola kertoi Tampereen kaupungin vuosien 2008-2006 esteettömyysohjelman ”Kaikille paree Tampere” tavoitteena olevan, että ”Tampere on huomattavasti esteettömpi vuonna 2016 kuin Turku”.

Toivottavasti kilpailukisyyksyys leviää ja kunnat jatkossa kilvoittelisivat tosissaan esteettömyydellään.

Vuoden 2007 syystapahtuma osoitti, että tapahtuma varmasti puoltaa paikkaansa myös tulevien vuosien kalenterissa. Sen ei tarvitse olla pelkkää viihdettä, pelkkää asiaa, vaan sopiva sekoitus molempia ryyditettynä yhdesäololla ja jutusteluilla.

Teksti: BO ja KP
Kuvat: AK

Varsinais-Suomen osasto

Osaston **pikkujoulujuhlaa** vietetään kahvila-ravintola Liedon Härkätiessä lauantaina 8.12.2007 klo 17 alkaen.

Vuoden 2008 **kuntoiluohjelma** uintien osalta jatkunee entisellään, päätöstä ei vielä lehden painatukseen mennessä.

Askartelukerho kokoontuu seuraavan kerran maanantaina 21.1.2008 klo 16.

Jäsenistömme osallistui Siuntion kuntoiluviikonloppuun 27.-28. lokakuuta vielä isommalla joukolla kuin vuosi sitten. Myös muihin vuoden tapahtumiin osallistuminen on ollut aktiivista. Tästä kiitos jäsenistölle.

Kiitokset Avustajakeskuksen työntekijöille ja retkillämme mukana olleille avustajille.

Lopuksi toivotamme kaikille jäsenillemme, tutuillemme, yhteistyökumppaneillemme ja työmme tukijoille Onnellista ja rauhaisaa Joulua sekä tapahtumarikasta Uutta Vuotta.

Johtokunta.



Pohjanmaan osasto

Rauhallista ja tunnelmallista Joulua jokaiselle sekä parhainta alkavaa Vuotta 2008. Kiitokset pääyhdistykselle ja muille yhteistyötahoille menneestä toiminnan vuodesta. Tavataan taas kun vuosi on vaihtunut!

Pohjanmaan osaston **vuosikokous** 23.2.2008, klo 14.00 alkaen Kurikan Invalidien toimitiloissa, Intolassa.

Tervetuloa!

Johtokunta

Pääkaupunkiseudun osasto

Helsinkiläiset **kuljetuspalvelujen käyttäjät**:

Äskettäin pidetyssä aamukahvitilaisuudessa Helsingin kaupungin sos.joht. Paavo Voutilainen lupasi, että seuraava kuljetuspalveluihin liittyvät asiat kuten kilpailutus ym. käsitellään avoimesti ja kuulemalla myös vammaisjärjestöjä.

Myös yksittäisen kuljetuspalvelun käyttäjän tulisi jatkossakin jaksaa antaa palautetta palvelun toimivuudesta, on se sitten moitetta tai kiitosta. Palautteet voi antaa asiakaspalautteena. Pääkaupunkiseudun osasto auttaa tarvittaessa palautteen toimittamisessa perille.

Asiakas palaute:

Internetin kautta www.hmk.fi soittamalla: 09-231 23002 sähköpostilla: mpkpalaute@hel.fi

Palautetta voi antaa omalle sosiaalityöntekijälle:

Läntinen toimipiste

PL 8160, 00099 Helsingin kaupunki Hopeatie 6, 00440 Helsinki

A-K puh (09) 310 41115 klo 9-11

L-Q puh (09) 310 41113 klo 9-11

R-Ö puh (09) 310 41110 klo 9-11

Pohjoinen toimipiste/Malmi

PL 9780, 00099 Helsingin kaupunki

Ala-Malmin tori 2, 5.krs

007040 Helsinki

A-M puh (09) 310 58274 klo 9-11

N-Ö puh (09) 310 58265 klo 9-11

Pohjoinen toimipiste/Maunula

PL 8340, 00099 Helsingin kaupunki

Suursuonlaita 1, 00630 Helsinki

puh (09) 310 69568 klo 9-11

puh (09) 310 69569 klo 9-11

Ruotsinkielinen toimipiste

PL 7140, 00099 Helsingin kaupunki

Hämeentie 13, 00530 Helsinki

A-K puh (09) 310 44210

L-Ö puh (09) 310 44819

Torstakerho kokoontuu Luotsikadun toimistolla vuoden 2008 ensimmäiseen

tapaamiseensa 10.1.2008 klo 16.30. Tervetuloa!

Toivotamme kaikille Poliiolehden lukijoille Rauhallista vuodenvaihdetta ja hyvää vuotta 2008.

Johtokunta



Savon osasto

Järjestämme **kunto- ja virkistyspäivät** 01.-02.02.2008 Joensuun KuntoHovilla. Tervetuloa mukaan ”liikunnan riemuihin”. Lisätietoja sekä sitovat ilmoittautumiset 11.01.2008 mennessä Iris Karvinen puh.joht. puhelin 017 561 684 / 0400 649 677

Lailla tähtien

” Taas koittanut on aika riemuinen lasten silmät loistaa, lailla tähtien.

Oi, tule joulu, joulu valkoinen niin lämmin hellä niin kuin tulit joulu lapsuuden.

Oi, tule joulu kultainen.”

Kiitämme kuluneesta vuodesta jäseniämme ja kaikkia yhteistyötahoja sekä toivotamme kaikille Hyvää Rauhaisaa Joulua ja Onnellista alkavaa Vuotta 2008.

Johtokunta



Tampereen osasto

Joulumyyjäiset lauantaina 15.12.2007 alkaen klo 11.00, Tampere-talossa. Myytävänä joululeivonnaisia, laatikoita ym. makeaa ja suolaista joulupöytään. Tervetuloa herkullisille ostoksille yhdessä ystävän kanssa tai yksin. Tuotto lyhentämättömänä osaston toimintaan.

Meidän kerho kokoontuu jälleen pienen tauon jälkeen. Paikka Peller-

Osastot

vonkatu 9 Vatenk'in kerhotila. Aika lauantaisin alkaen klo 13.00.

Kevään 2008 kerhopäivät
02.02.08, 01.03.08 ja 05.04.08

Pelejä, kuvien katselua videotykillä esitettynä, keskustelua ym.

Merkitse muistiin - tulkaa mukaan entiset ja uudet ystävät !

Salijumppa. Kevätkauden aloitamme torstaina 10.01.2008 klo 11.00 Tampereen Kuntouttamislaitoksella. Kausimaksu 20,- eur /henk. Tervetuloa!

Vesijumppapäivä lauantaina 12.01.08. Osastomme sai 50-vuotislahjaksi Tampereen Kuntouttamislaitokselta vesijumppapakettin, joka on tarkoitettu kaikille osastomme jäsenille. Jumpat alkavat klo 10.30 ja niihin mahtuu noin 5 henk./ryhmä. Ryhmiä järjestetään niin monta kuin tarve vaatii. Jumpan ohjaajana on fysioterapeutti Merja Fager. Jos olet kiinnostunut ota yhteyttä sihteeriimme Pirjoon 041-533 8755 tai Leilaan 040-700 1257

Kiitämme menneestä vuodesta ja toivotamme kaikille lukijoillemme ja yhteistyökumppaneillemme

Rauhallista joulua ja onnekasta uutta vuotta 2008 !

*Istuhan viereen kynttilän valoon
piparin tuoksuun, hämärään taloon
Istutaan yhdessä tässä, hiljaksiin miettimässä, joulua odottaen.....*

Johtokunta

Pohjois-Suomen osasto

Pohjois-Suomen polioinvalidien sääntömääräinen vuosikokous

Aika: 19.2.2008 (lauantai) klo 12.00

Paikka: Esso Tupasvilla, Keminmaa

Kokouksemme osallistuu pääyhdistyksen edustajana toiminnanjohtaja, puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja.

Kokous aloitetaan yhdistyksen tarjoamalla lounaalla klo 11.00. Ruokailuun ilmoittautuminen 14.2.2008 mennessä Ulla Kurviselle puh. 040-5320223.

Kaikki mukaan!

Henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojektin ensimmäinen jakso Rokuan kuntoutuskeskuksessa 30.1.-1.2.2008. Lisätietoja tämän Poliiolehden sivulla 6.

Rovaniemen kerho Rovaniemen kaupungin eläkeläistilat, Valtakatu 31 kerran kuukaudessa torstaisin 17.1., 14.2., 13.3., 10.4. ja 8.5. klo 17.00 -19.00, lisätietoja Anja Mölläripuh. 040-5595371

Oulun kerho Tupoksen ABC-asema, Liminka kerran kuukaudessa keskiviikkoisin 9.1., 13.2., 12.3, 9.4. ja 14.5. klo 18.00. Lisätietoja Ulla Kurvinen puh. 040-5320223

Kiitos kuluneesta vuodesta aktiivisille jäsenillemme

Hyvää Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta 2008

Johtokunta

Satakunnan osasto

Satakunnan osasto kiittää kaikkia ystäviään kuluneesta vuodesta ja toivottaa hyvää vuotta 2008. Tapaammehan!

Johtokunta

Lahden osasto

Lahden osaston vuosikokous pidetään ke 30.1.2008 klo 18.00 ravintola Wanha Herra, Laaksonkatu 17, Lahti.

Vesivoimistelu jatkuu tammikuun puolella. Kysy tarkempi alkamisaika osastosta.

*"Ystävä hyvä, relaa vähän,
pysähdy hetkeksi vaikkapa tähän.
Jouluna turha on höösätä suotta,
sitähän kerkeää pitkin vuotta.
Teetpä sinä sitten tuota tai tätä,
joulun aika ei tulematta jätä.
unohda siis turhat kiireet ja juokset,
istahda nauttimaan tunnelma
ja tuokset!"*

Positiivarit, Sininen hetki

Toivotamme Rauhallista ja Hyvää Joulua jäsenilleen, yhteistyökumppaneille ja kaikille osastojen jäsenille!

Johtokunta

Kaikki mukaan!

Polioinvalidit ry:n paikallisosastot järjestävät vuosittain kymmeniä erilaisia tapahtumia, matkoja ja retkiä. Näihin voivat osallistua kaikki Polioinvalidit ry:n varsinaiset jäsenet riippumatta omasta asuinpaikasta.

Hinnoittelu on niinkään kaikille sama: Polioinvalidit ry:n paikallisosastojen järjestämiin tapahtumiin voivat kaikki Polioinvalidit ry:n varsinaiset jäsenet osallistua järjestävän osaston ilmoittamalla jäsenhinnalla.

Lisätietoja voi kysyä osastoiden yhteyshenkilöiltä tai Luotsikadun toimistolta.

Pipsan ja Topin synnytystuskat ja ilo onnistumisesta

Tampereen osaston lähestyvät syntymäpäivät saivat osastomme johtokunnan pohtimaan, miten muistaisimme Tampereen osastoa, joka ensimmäisenä Polioinvalidit ry:n paikallisosastoista täyttäisi 50 vuotta. Erilaisia ajatuksia heiteltiin ilmaan. Olimme juuri perustaneet askartelukerhon ja yksi ehdotus oli että väsäisimme polionuken, jolla olisi poliolle tyyppisiä raajaeroavaisuuksia. Ajatus sai heti kannatusta ja välitin viestin askartelumme vetäjälle Riitalle. Pohdimme asiaa yhteisesti kerhossamme ja jätimme asian hautumaan miehimme kesän ajaksi. Erityisesti odotimme, että Riitta kehitteli asiaa mielessään ja elokuussa aloittaisimme toteutuksen.

Alkusuunnittelu kesän kuluessa.

Kesäkuussa ohjaajamme Riitta oli jo tehnyt suunnitelmia ja kehitellyt ideaa kahdesta polionukesta ja vanhasta krykästä. Krykä nimitystä käytetään meidän suunnalla kainalosauvoista. Kyselin useammalta henkilöltä, josko joku tietäisi mistä löytyisi tarvitsemamme krykä. Minulle kerrottiin, että krykät oli aikanaan käytetty



Pipsa ja Topi syntyyn tarvittiin saumatonta yhteistyötä ja ahkeria käsiä.

loppuun ja sitten hävitetty käyttökelttomina. Nehän olivat olleet entisinä aikoina puusta tehtyjä ja joutuneet antamaan kaikkensa kovassa käytössä.

Elokuun puolivälissä oli ensimmäinen kokoontumiskertamme. Paikalla meitä oli vain kaksi Riittaa, muut olivat jääneet vielä kesälaitumille nauttimaan auringosta. Pohdimme yhdessä, miten voisimme toteuttaa työn ilman krykää. Aluesihteerit Olli Nordberg ei ollut vielä lähtenyt töistä ja kerroimme, mitä olisimme tarvinneet. Hän muisti, että toimistoon oli joku jättänyt vuosia sitten kaksi krykää ja hänen mielestään ne voisivat löytyä jostain nurkasta. Katsoimme kaikki kaapit, ei löytynyt. Kurkistin vielä siivouskomeron takaiseen pieneen tilaan ja siellähän ne seisoivat nurkassa. Kenen krykät ne olivat, emme vielä tiedä ja se ilmeisesti jää ikuisiksi salaisuudeksi.

Nyt saatoimme aloittaa Riitan tekemän suunnitelman toteutusta.

Synnytystuskat elo- ja syyskuun aikana.

Elokuun lopulla kokoonnuimme koko joukolla toteuttamaan ideaa. Riitta kehitti rautalangasta ja vanusta nukun rungon. Lauri toteutti toisen nukun rungon. Riitta teki taidokkaasti huovuttamalla kummallekin nukelle kasvot. Me muut kutosimme tai virkasimme puserot, housut, sukat ja myssyt ja teimme matkakassin, johon kirjailtiin eri kuntoilupaikkojen nimiä. Syyskuun puolivälissä nuket olivat valmiina ja krykään kirjoitettu onnitteluteksti.

Nimen antaminen

Teokselle piti antaa nimi. Riitan mielestä tärkein asia polioiden jäsenyydessä on vertaistuki, jonka hänkin koki saaneensa kuntoutuksissa. Siksi hän halusi toteutettavan

kaksi nukkea ja matkakassin kuntoutukseen. Nimeksi annettiin ”Vertaistukimatalla Pipsa ja Topi”. Pipsa ja Topi kuvaavat sitä, miten polion sairastaneet eivät pahemmin valita vaivojaan, vaan saavat vertaistuesta voimaa kestää omia kolotuksiaan. Lisäsimme vielä kassiin vuoren, johon kirjoitettiin seuraava teksti:

”Vertaistukimatalla Pipsa ja Topi”

Toteutus:

Riitta Kuortti
Anja Harju
Lauri Jokinen
Eeva Lavonen
Anita Lehtonen
Riitta Nissilä
Ritva Soukka
Marja Tuomola

Krykä on ”löytynyt” Kynnys ry:n Turun toimistolta. Aluesihteerit Olli Nordbergin mukaan krykä on ollut toimistossa vuosia odottamassa löytäjänsä ja uusiokäyttöä.



Tuula Puuska totesi monen muun tavoin, että Enqvistin Topi on ollut Pipsan matkakumppanin Topin "malli".

Vieressä Pipsa ja Topi, vertaistukimatkalaiset.

Polioinvalidit ry:n Varsinais-Suomen osasto onnittelee tällä askartelukerhonsa tekemällä teoksella 50 vuotiasta Tampereen osastoa.

Tampereella onnitelut ja kiitokset.

Lokakuussa matkasimme Tampereelle Pipsa ja Topi takapenkillä. Onnittelimme tamperelaisia ja kiittelimme monista mukavista yhteisistä hetkistä vuosien varrella.

Saimme kiitokset onnistuneesta lahjasta. Palasimme viikonlopun jälkeen kotiinpäin iloisina, mutta vähän haikeina. Pipsasta ja Topista oli tullut tamperelaisia. Toivoimme heille löytyvän lämpimän kodin.

Seuraavalla askartelukerralla annoimme Riitalle kiitoskukat ja tarjosimme osaston puolesta koko ryhmälle kiitoskahvit.

Teksti ja kuvat Riitta Nissilä

Puheenjohtaja Lauri Jokinen kirjailutyössä.



RANNEKEKÄNNYKKÄ - ODOTETTU LAHJA!

Ainutlaatuinen ranteessa tai kaulassa pidettävä matkapuhelin kulkee aina mukana. Se antaa turvallisuutta, sillä siitä voi aina soittaa ja siihen saa aina yhteyden. Puheyhteys avautuu automaattisesti jos henkilö on kykenemätön itse vastaamaan.

Rannekekännykkä on oiva turvaratkaisu erityistä huolta tarvitseville henkilöille ja heidän omaisilleen.

Domino Systems Oy

Puh. 09-2243 2818

info@dominopalvelut.fi

www.dominopalvelut.fi

Kuntoutumis- ja virkistytymisviikonloppu Rokualla 7.-9.12.2008

Viikonloppu alkoi perjantaina puolelta päivin, kun Oulun asemalta haimme parin auton voimin ensimmäiset vieraamme: luennoitsijaksi kutsumamme Tuija Matikan eli Tuimakan, Polioinvalidit ry:n puheenjohtajan Rauno Niemisen eli Rauskin sekä Seinäjoelta junaan nousseet Pirkon ja Veikon.. Veikolle järjestimme yllätyksenä minun pyörätuolini junan viereen. On muuten ensimmäinen mies, joka on saanut lainata pyörätuoliani.

Milloin itsenäistymme?

Postikorttitalvemme karkasi itsenäisyysjuhlien myötä, mutta toivoimme sitä hiukan löytyvän Rokuan metsäisten harjujen uumenista. Matkaa Oulusta

Rokualle on vain 80 km, joten pääsimme vasta jutun alkuun ja perillä jo oltiin.

Sisään kirjautumien, taloksi asettuminen ja tuttuun halaaaminen viritti 35-henkisen



Rauski (puheenjohtaja Nieminen) keskittyy esityksensä viimeiseen lauseeseen.

tulijajoukon heti mukavalle mielelle.

Kolmannen kerroksen Talvi-putarha –kabinettiin kokoonnuimme klo 14.30 tietoisuun päivistämme. Tuula Pukkila toivotti porukan tervetulleeksi historiaa käsittelevällä tietokilpailulla.

Kilpailun ainoa kysymys kuului Mikä on Suomen itsenäistymispäivä? Veikko ennätti heti hikkaista: ”Saako sanua?”. Mutta historianlehtori Tuula ei sitä sallinut, vaan kertoi meille ne monet kourerot ja neuvottelut, jotka itsenäisyytemme saamiseen liittyi.

Päivämääriä oli monia ja niitä kaikkia voisimme juhliä itsenäistymispäivinä. Joulukuun kuudentena me vie-

tämmekin Itsenäisyyspäivää. Erytisen onnellisia ja ylpeitä voimme olla 90-vuotiaasta itsenäisestä Suomestamme.

Uintia, jouluruokaa ja hyvää mieltä

Tietoisu ohjelmasta ja erityisesti ensimmäisen illan tekemisistä oli vuorossa seuraavana. Sen kertomisessa luotin vain itseeni. Sanoissa sai pitää kiirettä, jotta ennätäisimme ensimmäiseen toimintaan eli ohjattuun allas-jumppaan isoon altaaseen klo 15.20.

Sen vesi on raikasta ja sinne meistä uskaltautui muutama. Sen sijaan tilaviin porealtaisiin erilaisten hierovien suihkujen sekaan lämpimään veteen uskaltautui jo moni. Meille erikseen avattu terapia-

TJM-systems OY

TJM-systems OY

TJM-Systems Oy:n

taloushallinnon palvelut käsittävät seuraavat osa-alueet:

- Kirjanpito
- Reskontrat
- Laskutus
- Palkanlaskenta
- Veroilmoitukset
- Alv-asiat
- Yrityksen perustaminen
- Liiketoimintasuunnitelmat
- Liikkeenjohtajan konsultointi

Halutessanne teemme myös erityisratkaisuja:

- Hoitamme osan talousterveystilastanne
- Teemme kokonaispalvelusopimuksen
- Tarvittaessa toimitamme myös ympäristöönne sopivat laitteet sekä ohjelmistot ja annamme tarvittavan koulutuksen

Läntinen teollisuuskatu 11, 02920 Espoo
Puh. 09 849 2770, Fax: 09 852 1377

allas tarjosi sitten nautinnon jumpata ihanan lämpimässä vedessä ominemme. Vaativan kuntoutuksen saunan ja avustajan siellä olimme tällä kertaa ostaneet miehille. Näin kaikilla oli mahdollisuus päästä veden hellimäksi.

Illanviettomme alkoi klo 18.00. Kokoonnuimme juhla-aatteissa meille katettuihin jouluisiin pöytiin ravintolan ylätasanteelle. Sinne pääsi viidellä askeleella portaita tai tyylikkäällä nostohissillä.

Graavilohi, joulusilakka, lasimestarinsilli, kirjolohiterriini punajuurikastikkeella, paahtopaisti, punajuuripatee ja maksapatee Cumbelandin kastikkeella alkuruuaksi. Joulukinkku laatikoineen, luumui-
neen ja herneineen lämpimänä ruokana. Omena-kinuskijäädye glögikastikkeella ja vielä piparkakkukahvit. Ja kaikki vielä kauniisti laitettuna niin matalalle tarjoilupöydille, että kerääminen pyörätuolistakin tuntui juhlaa. Ah sitä syö-
misen juhlaa!

Kylläisyydestä hyristen antauduimme Eijan vetämänä joululaulutuokioon. Jarmo Hannula & Hoviorkesteri saikin meihin liikettä loppuillaksi. Tanssimme ja seurustelimme. Meillä oli hauskaa yhdessä pikkutunneille asti.

Miksi PPS ottaa hermoon?

Lauantaiaamu valkeni tuulisen ja isot valkoiset lumiräntähuiskaleet täyttivät hetkittäin sakeana koko näköalan. Maisema sai valkoisen peitteen.

Virkeimmät ennättivät käydä aamu-uinnilla. Runsaan aamupalan jälkeen kokoonnuimme jälleen Talvipuutarhaan kuuntelemaan Tuija ”Tuimakka” Matikan ensimmäistä esitystä.

Aiheen otsikko oli: Miksi PPS ottaa hermoon? Liki mykistyneinä kuuntelimme ja



Hovikuvaajamme Aarni Luhtala nauttii selvästi kuulemastaan. Takana Tuula ja Kaarina jo vaihtavat mielipiteitä ja Briitta kirjoittaa asioita muistiin.



Tuimakka vauhdissa. Kuvaajakin keskittyi esitykseen niin, että muisti käyttää kameraansa vasta Tuimakan käännettyä selkensä.

erityisesti katselimme havainnollisia kuvia selkäytimestä ja siitä miten poliovirus on meihin luikerrellut. Miten virus hutiloiden tuhosi hermosolujamme ja miten jäljelle jääneet ryhtyivät urheiksi ja

huolehtivat useiden lihasten hermottamisesta.

Kun päästiin siihen kuvaan, jossa näytettiin mitä tapahtuu liikarehkimisellä, varmasti kovapäisinkin jo uskojärkevän kuntoilun ja levon

merkityksen elämänlaadun säilyttämisessä.

Tuimakka käytti havaintoesityksessään myös omasta ylävartalostaan tekemänsä lihaskarttaa, johon hän on vienyt tiedot todellisista mitauksista sairastuttuaan ja nyt aikuisena.

Kunnossa olevien lihasten keskeltä löytyi yllättäin toimimaton lihas jne. Ei ihme etteivät lääkärit tahdo meitä ymmärtää kun todellisuus on todella uskomatonta ja usein meille itsellekin tietämätöntä.

Nokipannukahvia ja valoa tulevaisuuteen

Sade ja tuuli hiukan heikkenivät keskipäivälle ja niinpä nokipannukahville kotaan uskaltautuivat melkein kaikki. Ison kodan sisällä tarkeni mukavasti.

Iso tulisija keskellä kotaa ja nokipannu keikkumassa koukustaan rauhoitti mielet tuijottamaan tuleen. Hämäritys tuntui ensin pimeydeltä, mutta vähitellen silmät tottuivat ja ääriiviivat selkeni-



vät. Makkaratikut löytyivät seinähyllyltä ja maltillinen kypsytäminen saattoi alkaa. Kahvi oli avotulella keitettyä tulikuumaa. Sen juomisessa ei passannut kiirehtiä. Makkaroitaa riitti toisellekin kierrokselle ja viimeiset käärittiin lämpimiin paketteihin ja kuljetettiin povella sisään jääneille Veikolle ja Pentille.

Viimeisen makkaratikin sai yllätyksekseen Tuimakka.. Sen hän sai nauttia sillä aikaa kun Rauskimme eli puheenjohtaja Rauno Nieminen kertoi yhdistyksemme tämän päivän tilanteesta.

Kalvoin hän todisti meille katoavan karun tulevaisuutemme. Lupasi kuitenkin vielä viisi hyvää vuotta. Niille me taputimme ja totesimme, etteivät muutkaan firmat uskalla ennustaa tulevaisuuttaan sen pitemmälle.

Polioselviytyjän vastaisku

Tuimakka pisti asioihin puhtia seuraavan tunnin ajan – makkara tuntui purreen. Polioselviytyjän vastaisku oli aiheen nimike. SELVITÄ –sanana jokaisella kirjaimella hän antoi sisällön erilaisille selviytymistavoille.

Ensimmäinen eli seuran haku toteutui Rokuallakin. Mukaanlähtijöiden suurin motiivi on aina ollut vertaisten kanssa yhdessä iloitseminen. Se saa meidät lähtemään aina uudelleen mukaan, vaikka kunto ei sitä aina sallisikaan.

Elämäkatsomus tuli toisesta kirjaimesta.

Kolmannen kirjaimen luovuuden Tuimakka nosti tärkeäksi voimavarapatteriksi. Se sisältää tietysti kaiken taitteessa, mutta myös kekseliäisyydessä tehdä toisin kuin ennen. Esimerkiksi löytää ja ottaa käyttöön riittävän ajoissa kaikenlaisia apuvälineitä ja taitoa ottaa vastaan toisten tarjoamaa apua ja tukea.

Voimailu & voitelu on erityisesti miesten käyttämä keino



Tuula, Kaarina ja Riitta kuuntelivat herkeämättä Tuimakan ajatuksia polioselviytyjän vastaiskusta.



Olin paikalla minäkin eli kirjoittaja UllaKurvinen.

selviytyä. Meille poliolle se kuitenkin on tuhoisaa. Meidän on opittava kuuntelemaan kehoamme niin kuntoillessamme kuin käyttäessämme voiteluaineita: lääkkeitä, alkoholia, ruokaa jne.

Informaation haku poistaa luulot ja uskomukset: kun tietää ja tiedostaa ei lankea väärillä valinnoillaan ja toiminnallaan myöhäisoiroiden virittämään karikkoon.

Tunteiden ilmaisu tuo vahvuutta ja parantaa elämälaatua. Se tarkoittaa myös rohkeutta uskaltaa näyttää avoimesti huonontumisemmekin aiheuttamaa pahaa oloa ja

samalla ottaa vastaan vertaistukea toisiltamme.

Älyllinen kokonaiskäsitelmä kuulostaa jo siltä vanhalta mehumatematiikalta, johon me emme koskaan uskoneet. Mutta opettelemalla tuntemaan itsensä järkitasolla, oppii vähitellen hyväksymään itsensä myös tunnetasolla. Sinuksi itsensä kanssa pääseminen vapauttaa voimavarat elämästä nauttimiseen. Kuinka upeita me olemmekaan!

Tanssimisen taika

Tuulan tietoisuuden Henkilökohdanteisen jaksamisen seuranta- projektistamme oli ohjelmassa

seuraavana. Aiheesta on oma kirjoituksensa tässä lehdessä. Ensimmäiset ilmoittautuivat tulijoiksi saman tien.

Taas uitiin ja lilluttiin altaissa ja höyrytettiin itseämme saunan autuudessa. Sen päälle kyllä ruoka maistui.

Illan aluksi kokoonnuimme arvontaan. Anneli ja Inga olivat ahkeroineen arpojenmyynnissä todella kiitettävästi. Rahaa tuli niin, että pussikin repesi ja voittoja sattui monille. Ailan tekemät huovutetut joulutontut ja kortit sekä Tuulan lasityöt kuuluivat toivottujen voittojen joukkoon.

Kun vertasin arvonnän jällen arpalippupusseja keskenään niin voittaneiden lipukkeiden pussi oli täydempi kuin ei-voittaneiden säkki, siitä saattoi päätellä voittoja olleen runsaasti.

Oulun kerhon valokuva-albumi kiinnosti monia. Siihen olemme poimineet Aarnin ottamia valokuvia tapaamisistamme.

Tanssimusiikki houkutteli meidät jälleen ravintolaan. Tanssimme yksin ja yhdessä. Siinä vaiheessa kun lähdin rokkiin pyörätuolillani, pomp-pasi Tuimakka parikseni ja pistimme kroppamme liikkeeseen täysin palkein.

Tuimakan upea koreografia sai muun porukan hihkumaan ja taputtamaan. Upeat vaakasopotkut sivuttain lähentelivät jo toispuolista spagaattia. Musiikki liikkui Tuimakassa ja Tuimakka musiikissa kaikkien nautittavaksi. Seuraavan tunnin kuluessa hän sitten rauhallisesti istuen todisti luentonsa käytännössä todeksi: Tiukka rehkiminen vaatii pitkän levon.

Tanssia pöytien ääressä menimme monella tapaa: Koko pyöreänpöydän väki samaa biisiä, Pentin kanssa nopeaa kahdestaan, Veikon kanssa pehmeää poskivalssia, johon loppumetreillä vedimme Pirkonkin mukaan.

Pirkon yksintanssittaminen olikin jo kovasti vaikeampaa, hän kun ei meinannut malttaa millään olla puhumatta. Yritti vain selittää, ettei hän osaa. Sain kommentaa monesti, että olepa hiljaa ja katso minuun, äläkä vilkuile toisiin. Pöydän toisella puolella esityksettämme nauttivat Raija ja Eeva.

Alpo ja Tarja halusivat kokeilla tanssimista pyörätuolilaisen kanssa ja minähän suostuin oppipariksi. Uuden kokeiluun tarvitaan aina uskallusta ja vain uskaltamalla löytää uusia tapoja nauttia musiikista.

Toisten tanssimisista en uskalla kertoa. Teen vain yhden poikkeuksen. Tuula tavoitti pöytään kiiruhtavan Veikon tanssilattian reunalta ja pyysi tanssiin. Veikko häkeltyi niin, ettei ennättänyt käyttää vakio vastaustaan ”En minä pysty” ja niin Veikko huomasi

keinuvansa Tuulan kanssa musiikin viemänä.

Tämän kaiken olen kirjoittanut yön hiljaisina tunteina nukuttuani ensin kolme tuntia Rokualta paluun jälkeen. Pitäisi tietysti ensin luettaa tämä toisilla, mutta jospa sittenkin olisin vain rohkea ja pistäisin tekstin suoraan Birgitalle ja antaisin teidän tuntea kauttani mitä tuleminen Rokualle saattaisi tehdä sinulle.

Parhaan kiitoksen onnistuneista päivistä sain yhdeltä etelästä tulleelta osallistujalta hänen kysyessä ”Mikä olisi jäsenmaksu, jolla pääsisi Pohjois-Suomen polioiden jäseneksi?”.

Tuulan kanssa totesimme hyvänolon jakamisen omanlaistemme kanssa olevan parasta yhteisten tapaamisten anneista. Olemme ylpeitä ja onnellisia pohjoisen väestä ja erityisesti uusista toimintaan mukaan uskaltaneista jäsenistä.

Suureen halaukseen teidät sulki Ulla Oulusta

Teksti: Ulla Kurvinen
Kuvat: Veikko Hemminki



Eskoon sosiaalipalvelujen kuntayhtymä

Erityispalvelujen osaaja, kehittäjä ja tuottaja jo 43-vuotta.

www.eskoo.fi Eskoontie 47, 60280 SEINÄJOKI • Puh. (06) 216 9555

Kevään lyhytkurssitoimintaamme

21.-22.1.	Lapsilähtöinen toiminta ja toiminnan suunnittelu iltapäivätoiminnassa
23.-25.1.	Surevan omaisen kohtaamisen peruskurssi
28.-30.1.	Lapsen hengellisen kasvun tukeminen
5.-7.3.	Musiikkimatka lapsen maailmaan
10.-12.3.	Hyvä, hirveä perhe
11.-12.3.	Monikulttuurinen kasvatustyö


 **JYVÄSKYLÄN KRISTILLINEN OPISTO**
Sulkulantie 28, 40520 Jyväskylä
P. (014) 3348 000, toimisto@jko.fi www.jko.fi

Vielä ehdit ilmoittautua!




Suomalaiset öljy- ja kaasupolttimet

www.oilon.com



Invalidiliiton Käpylän kuntoutuskeskuksen henkilöstö toivottaa Hyvää Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta.





allaway
keskuspölynimurit

PL 3, FIN-40351 Jyväskylä
e.mail: info@allaway.fi
www.allaway.fi

Polioveteraani Olavi Miettinen 80 vuotta



Syyskuun 28. päivänä Skokoontui Kuopion Invaltalolle lukuisa joukko Hilikka ja Olavi Miettisen ystäviä syntymäpäivää juhlimaan. Ovat Hilikka ja Olavi niin samanikäisiä, että syntymäpäivääkin sopi juhlia samana päivänä.

Olavi Miettinen liittyi polioyhdistykseen jo vuonna 1956. Kun Savon osasto aloitti vuonna 1983, oli Olavi ensimmäisten joukossa mukana. Olavi oli aktiivinen osallis-

tuja polioyhdistyksen retkille ja kokouksiin. Perussavolaisena ja savolaisen huumorin viljelijänä hänet tunnetaan ympäri maata. Viime vuosina sairaudet ovat rajoittaneet osallistumista.

Huumorin lahja on kuitenkin tallella, mistä osoituksena repliikki juhluvieraille: ”Kun täätän sata vuotta, lähen Jumalan peräniitylle heinään.”

**Teksti ja kuva:
Risto Ovaskainen**

Hyvää Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta

Suomen Poliohuolto ry:n
hankkija Anna-Liisa Hillo toivottaa
Hyvää Joulua ja Uutta Vuotta Suomen Polio-
huollon toimintaa tukeville kannatusjäsenille

Polioinvalidit ry:n
hankkija Martta Noronen toivottaa
Rauhallista Joulua ja Onnellista vuotta 2008
kaikille Polioinvalidien työtä tukeneille kannatusjäsenille ja keräyksiin osallistuneille

Syntymäpäivät

85 vuotta

1901	Tynkkynen Elvi	Punkaharju
1003	Hammaren Reino	Utula
1203	Pahkala Eeva	Oulu
1503	Heikkilä Helge	Helsinki

80 vuotta

0102	Yrttimaa Martti	Helsinki
1603	Grönfors Unto	Pori

75 vuotta

0701	Ainasoja Esteri	Nivala
1001	Lindholm Elna	Heinola
1801	Peuramäki Lasse	Tampere
2302	Ahola Tellervo	Vimpeli
503	Rahikainen Aila	Hietanen

70 vuotta

0101	Jääskeläinen Airi	Tampere
2701	Metsomäki Eevi	Kaskinen
0502	Männikkö Maija-Liisa	Kauhajoki
0602	Lehtimäki Ellen	Perho
1802	Holopainen Irja	Helsinki
2202	Alho Jouni	Nukari
0103	Piltonen Kalle	Hyvinkää
2103	Mäkihalvari Marketta	Vuotso
2303	Kemppainen Maria L.	Tavastkenkä
3003	Oijala Raimo	Vantaa

60 vuotta

1001	Huostila Markku K	Vantaa
2801	Nikunen Tapani	Eura
0602	Lindholm Anna	Porvoo
1102	Reini Kari	Tampere
1302	Kivimäki Alli	Hämeenlinna
1802	Karin-Oka Pirjo	Tampere
2802	Tyni Lempi	Hanko
1003	Hiltunen Juha	Helsinki
1703	Mustanoja Sakari	Haapajarvi
3003	Backlund Sisko	Oulu
3003	Haakana Marge	Kaloinen

50 vuotta

2401	Saarimaa Airi	Kerava
0202	Peuronen Hannu	Ilmajoki
0302	Peltoniemi Arto	Turku
0103	Vähäsalo Päivi	Tampere

APUA – VIRTSANKARKAILUA!



UUTUUS!

Värit: valkoinen
tai musta
koot 34–56



Värit: valkoinen
tai musta
koot 46–62

Myös lasten kokoja ja
alkuisille tahvimalisto.

Tilaa ilmainen
esite Divisalta!

IncoSan -varmuusalusasut

- miellyttävää hiostamatonta puuvillaa
- imukyky jopa 2,5 dl
- erillisiä vaippoja ei tarvita
- pesukertoja yli 200

Pestävät MediSet vuodesuojat ym.



Maahantuonti ja postimyynti:

Divisa Oy - Kukkumäenkuja 11 - 02280 Espoo
Puh. (09) 8037 003 - Fax (09) 4559 1021
Kotisivu www.divisa.fi

Jälleenytynti:

Espoo - Matinkylän Apteekki
Kauppakeskus Iso Omena - Piispansilta 11
Puh. (09) 8676 6450

Heinola - Tiri Arjen Apuvälineet
Kauppakatu 5 - Puh. 044 3305 510

Helsinki - Terveystieteidenlaitoksen
palvelukeskus Terttu Lilja Oy
Mannerheimintie 69 - Puh. (09) 2410 435

Hämeenlinna - Tiri Linnamed
Palokunnankatu 11 - Puh. (03) 6120 001

Imatra - Alex Sandra
Jukankatu 3 - Puh. (05) 4363 228

Jyväskylä - Jyväskylän Fysioterapia Oy
Vainonkatu 30 - Puh. (014) 215 125

Kankaanpää - Kuntoutuskeskus
Kelankaan 4 - Puh. (02) 57 333

Kuopio - Iitu - Haapaniemenkatu 12
Puh. (017) 2620 402

Lahti - Lahden Fysio Oy
Vapaudenkatu 23 B - Puh. (03) 8858 600

Lappeenranta - Fysio-Eskola Ky
Vallinkatu 38 B - Puh. 02074 37290

Lieksa - Lieksan Piiri-Apteekki
Pielisentie 29 - Puh. (013) 229 927

Nurmijärvi - Klaukkalan Apteekki
Lepsämäentie 1 - Puh. (09) 2766 950

Oulu - Medituki - Valtatie 57 - Puh. 02074 24400

Pori - Satakunnan Apuväline Ky
Eteläpuisto 13 - Puh. (02) 6414 729

Rovaniemi - WELTEKKO, Hyvä Olo & Terveys
Rovakatu 25 - Puh. (016) 344 099

Selänselkä - Mediteam Finland Oy
Keskuskatu 4-6 - Puh. 040 5207 206

Tampere - Plateekki Oy - Näsilinnankatu 27
Puh. (03) 2121 711

Turku - Tiri Marja Juntunen
Aninkaistenkatu 12 E - Puh. (050) 5741 395

Vammala - Tohtorimäen Kuntoutus
Valkamkatu 2 - Puh. (03) 5113 500



Koulutus- ja kurssikeskus keskellä Suomea

- siistit majoitustilat n. 90 hengelle
- ateriapalvelut
- kuntosali ja liikuntahalli
- luentotiloja 20-100 hengelle
- 183-paikkainen auditoriokatsomo
- monipuoliset av-välineet, atk-luokka
- rantasauna, jossa oma kokoustila ja keittiö

Ota yhteyttä, räättökäydään teille sopiva paketti!

Karstulan Ev. Opisto

Kakkolantie 12, 43500 Karstula
p. (014) 5252 200 www.keekarstula.fi



Lomakoti Kotoranta

Kotorannantie 74
05250 KILJAVA

Loman tarpeessa?

Lomakoti Kotoranta tarjoaa täysibotaitoa ja viihtyisyyttä, luonnon kauneutta ja rauhaa. Tiesitkö, lomalle on mahdollisuus päästä sosiaalisin, taloudellisin ja terveydellisin perustein.

Lisätietoja ja hakemuksia voi tiedustella:

Lomakoti Kotoranta

Kotorannantie 74, 05250 Kiljava
Puh. 010 387 5800

lomakoti@kotoranta.fi

www.kotoranta.fi

KUNTOUTUS-, TYÖHYVINVOINTI-, MAJOITUS- JA VIRKISTYSPALVELUT



Toteutamme kuntoutusta sydämellä,
vuosien tuomalla kokemuksella
ja ammattitaidolla.

Kruunupuisto on kuntoutuksen edelläkävijä. Kuntoutuspalveluidemme korkean tason avaintekijänä on huippuammattilaisista koostuva henkilöstömme. Yhdessä idyllisen järviluonnon kanssa ne tekevät kuntoutuksesta unohtumattoman elämyksen.

Poliokurssit vuonna 2008:

Kelan nro.	Pvm.	
• 22957	13.1.-2.2.2008	valtakunnallinen
• 22960	6.-26.4.2008	valtakunnallinen
• 22962	24.8.-13.9.2008	valtakunnallinen
• 22964	28.9.-18.10.2008	valtakunnallinen



Kruunupuisto Oy, Vaahersalontie 44, 58450 Punkaharju
puh. (015) 775 091, www.kruunupuisto.fi

Keinumalla KUNTOON

Hinta
28€



Keinuminen vaikuttaa myönteisesti lihaksiin ja täsipainoelimiin, ja keinutuolijumppa on hauskaa! Se sopii kaikenikäisille, myös vanhuksille, jotka eivät muuten pysty paljon liikkumaan ja jumppaamaan. Tässä kirja, joka innostaa liikkumaan ja keittämään ja veteyttää niin nuoret kuin vanhatkin!

• KYSY KIRJAKAUPPIAALTAS! • puh. 020 743 8899 • www.paiva.fi