

Poliolihti

1/2008

Julkaisija: Suomen Polioliitto ry

Talviterveiset Tampereen Kuntouttamislaitokselta!



Sanotaan että talvenselkä on taittunut, kun helmikuu on takanapäin. No, tänne hämeeseenhan talvi on tullut nyt maaliskuussa. Vihdoinkin meillekin tuli lunta ja hiihtokelit. Oletamme lumen sulavan jo juhannukseen mennessä!

Ja mitä kuuluu Kuntouttamislaitokselle?

Olin viime vuonna pois töistä puoli vuotta. Sillä välin Pirkko-Leena Oja jäi töistä pois ja Merja Fager kutsuttiin toimitusjohtajaksi. Ei näillä asioilla ole varmaankaan mitään asiayhteyttä, koska kaikki työkaverit olivat kuitenkin vielä paikalla.

Henkilökohtaisesti minua suretti, kun yksi aikakausi jäi taakse. Meillä toimi ”paperiosastolla” asiat hyvin. Ja suomalaisen luonteeseenhan kuuluu, että mikään asia ei saa muuttua. Pirkko-Leena oli hyvä ja oikeudenmukainen johtaja. Hänelle pidettiin kunnan läksiäiset. Niistä on joitain (sensuroituja) kuviakin.

Uusi toimitusjohtajamme Merja Fager luiskahti hyvin paikalleen. Hän on ennestään tuttu kaikille. Suora ja vastuuntuntoinen. Kaksi hyvää pomoa, mitä tässä voi sanoa. Työohjauksessa puhuttiin, että johtajan paikka on aina yksinäinen!!! Johtaja ei voi johtaa ja olla kaveri. Uskallan olla eri mieltä. Miksi johtajan pitäisi olla yksinäinen? Me olemme ystäviä vuosien takaa, se asettaa varmaan haastetta peliin. Työ työnä. Pomolta kaivataan palautetta, tilaa kehittää omaa tonttia ja mahdollisuutta vaikuttaa työyksikön toimintaa. (Lainaus ja aika hyvä sellainen.)

Oppia kaikkeen.

Allashoittoon tuli lakisääteiseksi allashygieniapassin suorittaminen. Tapio Viinikka suoritti sen ensimmäisenä, allasvas-

taava kun on. Esa Jokila ja minä, Anita Saunio, suoritimme passit myös. Koulutus oli vaativa ja omasta mielestäni vaikea. On tiedettävä altaasta muutakin kun se, että se sisältää vettä! Kaikki kemikaalit, mikä vaikuttaa mihin, koostumukset, veden lämpötilan vaikutus kemikaaleihin. On ihan laboratoriohoitajan olotila. Allasta hoitavalla henkilöllä pitää olla passi voimassa. Vielä tarvittaisiin pari lisää turvaamaan loma-ajan toiminta.

Lakisääteiseksi tuli myöskin työsuojelu henkilön koulutus. Olen talon työsuojeluvaltuutettu, koulutus tapahtuu tämän vuoden aikana. Olen jo ilmoittautunut siihen. Tähän asti on menty ”omasta päästä” eli lähihoitajan koulussa saamalla opilla. Mihin tässä vielä yltääkään.

Edelleen lakisääteistä. Ensiapukoulutus pidettiin henkilökunnalle vuoden alussa. EA-koulutus kuuluu tähän työhön joka toinen vuosi. Äkkiä ajatellen, meillä on lain mukaan koulutus kohta kaikkeen! Mitä meillä ei ole, sitä ei tarvita.

Mukavia asiakkaita riittää

Asiakkaita on tällä hetkellä paljon, lapsia ja vaikeavammaisia nuoria on tullut lisää. Kela ja Tays lisäävät maksusitoumuksia. Vaatimustaso on kova. Onneksi talossa on hyvin koulutettu ja osaava henkilökunta. (Kukas sen kissan hännän nostaa...). Kilpailu on kovaa tänä päivänä ja tuntuu mukavalta kun asiakkaat kehuvat meitä. Meistä itsestämme riippuu kuinka homma toimii. Talon henki on edelleen hyvä ja se näkyy ulospäin. Työtahti on kova, mutta siitähän se ”leipä lohkee”.

Allas on hyvin työllistetty, samoin sali ja suspensio. Hoitajilla on niin sanotusti ”kädet täynnä töitä”.

Asiakkaiden ikäjakauma: 1½ - 93v. Aika mahtavaa. Tähän väliin mahtuu kaiken ikäisiä ihmisiä.

Kaiken kaikkiaan täällä menee mukavasti, meillä on kaiken maailman projekteja kuten arkistointia, kun mitään potilastietoa ei saa hävittää ja se pitää lain mukaan arkistoida näin ja näin...Kaikkeen on tarkat ohjeet ja esim. Kela sitä myös valvoo.

Kohta tulee 18 vuotta täyteen tässä talossa ja voin edelleen sanoa, että olen onnekas kun olen päässyt tänne töihin. Päivääkään en vaihtaisi pois. Hianoo, sano Tampereen likka!

Nyt vaan rairuohot kasvamaan ja luuta kesäkuuntoon. Pääsiäinen ja kevät lähestyy, kesää kohti mennään. Kyllä, täällä Hämeessäkin! Luuta kuntoon siksi kun eräs taksikuski kysyi minulta: ”Ookko tullu kulkuneuvolla töihin, kun on toi luuta oviapälessä”?

Terveisin Anita + työkamut

Poliolehti 1/2008



Kannen kuva AK

**Lehti ilmestyy
4 kertaa vuodessa
Ilmoitusmyynti**
Suomen Polioliitto ry
Mainosilmoitusaineistot
www.akarjalainen.net

Taitto
Antero Karjalainen
www.akarjalainen.net

Paino
Kirjapaino
JAARLI Oy
ISSN 1237-2781

Sisältö

Jankeri Jenkkilässä	4
Vuosikokouskutsut	6
Meirän sakille	7
Vammaisratsastus nousussa	8
Uutisia	10
Kurssiuutisia	14
Suomen Polioliitto ry:n kuulumisa	19
Ristikko	20
Rauman vinkkelist	25
Suomen Polioliiton kurssit	26
Hakulomake	27
Stadin kundi	28
Poliovirus nimeltä Popsikki	32
Jäsensihteeriltä	35
Osastot	36
Poliohuollon sihteerin palsta	39
Merkkipäivät	39

Tyhmiä kysymyksiä ei olekaan

Polioliiton neuvontapalveluista kysytään monenlaisia asioita. Useimmat kysymykset liittyvät jotenkin polion myöhäisoiroisiin tai kuntoutukseen. Kysyjänä silloin lähes aina joko polion sairastunut henkilö itse tai polion sairastaneesta läheisestään huolestunut omainen. Luonnollista tietysti on, että omaiset yhä useammin lapsia tai jopa lapsenlapsia.

Yllättäen nuoremmat eivät oikeastaan tiedäkään, mistä poliiossa oikeastaan on kysymys. Kysymykseen miksi pappi tai mummu on sairastunut ei liene kenelläkään vastausta, mutta moneen muuhun kysymykseen osaamme kyllä vastata. Kysyjät tuntuvat jo helpottuvan saadessaan kysyä ”tämä on nyt ihan tyhmää, mutta...- kysymyksiä”.

Vastaamme mielellämme, jos vain osaamme. Kuunteleminen on jo toinen luontomme. Mutta silti en voi olla miettimättä, miksi niin moni pelkää kysyä polion sairastaneelta itseltään? Kuinka sairastuit, miltä se tuntui, mitä se jätti jälkeensä, voitko vielä parantua, halvautua lisää? Jokaisen sairastuminen on ollut ainutkertaista, niin myös polion jättämät vammat ja niistä selviytyminen. Me täältä voimme vain kertoa yleisiä tietoja.

Aika usein ehdotukseni siitä, että soittaja kysyisi yksityiskohtia polion sairastaneelta itseltään, saa nihkeän vastaanoton. Ei kehdata, uskalleta, haluta avata vanhoja haavoja tai sitten asiasta ei vaan saa puhua. Hiljaiset yhteiset sopimukset ovat kyllä niitä vihon viimeisiä, ovat ne syntyneet sitten mistä syystä tahansa!

Huolesta ja rakkaudestahan lähimmäiset niitä kysymyksiään ammentavat, eivät ilkeyttään. Vaikeaa voi olla alkaa purkaa sielun syvimpiin sopukoihin piilotettuja tunteita sairastumisestaan ja vamman aiheuttamasta tuskasta, mutta epäilemättä se myös sitä ajan kanssa helpottaisi.

Jos jotakin olen tähän ikään oppinut, ettei tyhmiä kysymyksiä olekaan. On vain tyhmiä vastauksia. Kun polion sairastaneen avustajaksi itseään miettivä kysyy, voiko hän itse sairastua polioon – onhan se vaarallinen tarttuva tauti – jos joutuu koskettamaan autettavaa, on vastattava asiallisesti. Siinä ei ole sijaa närkästyksellä, huumorilla tai muilla huomautuksilla. On hyvä, että kysytään. Meidän on vastattava niin, että meiltä uskalletaan kysyä uudestaan-kin.

Tämän Poliolehden ilmestyminen tuntui vielä muutama viikko sitten täysin mahdottomalta. Vaan tässä se nyt on menossa painoon. Kiitos kaikille kirjoittajille, jotka riensivät apuun, kun sitä tarvittiin. Kiitos Juhalle, joka yrittää saada ilmoituksia tuleviin Poliolehtiin. Ja kiitos Polioliiton hallitukselle, joka päätti jatkaa Poliolehden julkaisemista, vaikkei ilmoitustuotoista olekaan vielä mitään varmaa tietoa.

Seuraava lehti ilmestyy kesäkuussa. Tehdään siitä hyvä lukupaketti.

Kirjoituksianne ja valokuvianne innolla odotellen

**Birgitta Oksa
päätoimittaja**

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



*Olinhan toki televisiosta avaruus-
aluksia nähnyt ja tiesin niiden
isoja olevan, mutta en käsittänyt
kuinka isoja ne olivat.*

Pääasia kuitenkin on, että olin tarpeeksi rohkea lähteäkseni

Se oli syyskuun 1. päivä (2007) ja paikkana Loviisan Hotelli Zilton'n takahuone. Tuli puhetta Amerikasta ja aatelin "voisihan siellä käydä". Maanantaina sitten soitin matkatoimistoon ja kyselin hintoja. Virkailijan tiedustellessa matkani ajankohtaa, vetäisin hatusta:

- Eikö tuo helmikuun 5. päivä kuulosta sopivalta, ja rahani ilmeisesti riittää kahden viikon matkaan. Näin kaikkein vaikein oli takana: päättöksenteko.

Yläkerran kundi pyysin messiin sanoen

- Maksan lentosi, lähe kaveriksi. Jos vaikka apua tarvitsisin.

Arto Luhtanen - jäljempänä Otto – joka oli jo mua uskannu useampiin poliopäiviin, lupautui henkilökohtaiseksi

roudarikseni. Joten homma ei ainakaan huonontumisestani olisi kiinni.

Vielä ennen matkaa oli erään Porvoon kaupunginvaltuutetun syntymäpäiväjuhlat. Kiitoksia näin jälkikäteen BO:lle, joka mahdollisti mun täysipainoisen nautinnon tanhuissa.

Lentäen valtameren yli

Suuren lännen preeriat odotti, tuo unelmien eldorado. Niin koitti helmikuinen alkuvuoden päivä. Aamulla vaille kello 3 lähdimme Lännen valloitusmatkalle. Leudossa säässä ystävämme kiikutti Jaalan nuorukaiset kohti Helsinkiä. Sieltä Frankfurtin kautta Miamiin. Onneksi siellä oli kundi, joka tuuppaili mut p-tuoleineni Miamin koneeseen. Aamulento oli myöhässä ja olisimme varmaan jalan myöhästyneet Atlantin yli-

tyksestä. Ja siitä vielä hyvä, että tällä kundilla oli avaimia – oikaisimme aika paljon, kuitenkin olimme viimeisimpiä jotka koneeseen saapui Koneenvaihdot ja lentokenttäkuljetukset sain kuin sainkin Lufthansan vastuulle. Tosin mennessä toimi paremmin kuin tullessa.

Miami Airport Hotel odotti reiluja miehiä havumetsistä. Sitä ennen vielä tullimuodollisuudet. Molempien käsien etusormista jäljet ja valokuva. Kovasti tullimestä tuntui kiinnostavan mun kenkäviritykseni. Rouditeippia ja pehmenystä. Ja vasemmasta sormesta ei jälkeä tahdottu saada millään.

Mielenkiintoista oli kun kuulin erään virkailijan sano-
van:

- How about this man? He has no fingers on left hand. (Entäs tämä mies? Hänellä

ei ole sormia vasemmassa kädessä.)

Kielenä rock'n'roll esperanto

Päästiinhän kumminkin kunialla läpi. Ensimmäinen yö oli Miamiassa. Ei vaan näkynyt Miami Vice'n kundeja missään. Liekö kuubalaisjäh-
dissa? Tosin hotellin respassa tuotti, ei minulle vaan virkailijalle, minun hallitsemani rock'n'roll esperanto hiukan hankaluuksia. Toki virkailija ymmärsi kun kohteliaasti siteerasin esikuvaani Remu Aaltosta ja lausahdin Lontoon murteella "Hey Hey Woman" Sitten päätinkin antaa hänelle hotellivarauslapun. Ja näin oli aikaa miettiä ulkomaankielen sanoja. Sain jopa pyydettyä ravintolan ruokalistan ja sain rauhassa huoneessa sanakirjan kanssa tarkistaa mitä oli apetta tarjolla. Huone oli juuri sellai-

nen, jossa kaksi viettää yönsä keräten voimia, Floridan kiertoaajelua varten. Tuhansia mailleja oli odotettavissa. Aivan sama oliko säängyssä pitkittään tai poikittain, aina mahtui.

Lämmintä ja kylmää

Päivä 1: Aamupalan jälkeen kamat kasaan. Kyyti oli tilattu klo 12. Ja saapuihan tuo noutajatar. Vei meidät Lantanaan, jossa auto oli valmiina ja jaalalaisnuorukaiset valmiina seikkailemaan.. Liiterimme oli tyypillinen, matala – kaksikerroksinen, motelli. Ja huoneessamme oli kaksi komeroa sekä keittiö ja kylpyhuone. Kelpasi siinä minun ja Oton lepuutella silmiä luomet kiinni. Kuten jokaisessa motellissa, oli meiläkin uima-allas. Kävin kaksi kertaa.

Ensimmäisen ja viimeisen. Oli hiukan viileä vesi. Tosin ajattelin Velman vesijumppaohjeita noudattaa, mutta veden alhainen lämpötila pois sieltä minut piti. Oikein peljästyin uintireissullani kun oikeaa jalkani ei vedessä kannattanut laisinkaan. Ja toinen seikka, joka puhui sen puolesta, että uusisi en uintiani, oli se mitä hiukan pelkäsin. Mä en päässyt sieltä yksin pois. Siis ilman Ottoa olisin varmaankin vielä siellä altaassa. Siinä sitä yriteltiin totutella Floridan lämpöiseen ja niin kosteaan ilmanlaatuun.

P-tuolin hankinnan ihanaus

Päivä 2: Päivän ohjelmassa oli pyörätuolin vuokraus, josta todella tuli Ohjelma. Olin saanut autovuokraamosta muutaman osoitteen, jossa niitä pyörätuoleja vuokratettiin. Aamusta heti taipaalelle. Saavuimme juuri liikkeen aukioloaikaan paikalla. Putiikkiin sisälle ja asiani esittelin. Vielä kaikki helppoa. Löytyi sopiva tuoli ja kassalle. Nyt alkoi vaikeus. Ei riittänyt todistus kuka olen, ei auttanut



Navigaattorin avulla löysimme jonkin Hall'n ja oletin heti sen olevan kaupungintalo.

Visa. Minulta puuttui vakituinen osoite.

Sille saakelin RedNeckille sanoin

- Mä asun Suomessa – on minulla koti.

Ei auttanut. Vakituinen osoite piti olla Floridassa. Ja kiukkuni kasvoi. Palasimme takaisin motellille. Yksi motellin työntekijä sanoi soittavansa sinne 10 minuutin kuluttua. Kun kahden tunnin kuluttua kysyin

- How is my wheelchair? (Mitenkäs se minun pyörätuolini?)

Hän vastasi periamerikkalaiseen tyyliin, siis kiirettää tuntematta:

- Tomorrow morning I make a call. (Soitan huomen aamulla) ...tanan ketkale.

No, Oton kanssa lähdimme etsimään kahvilaa ja siellä tapasin yhden motoristin. Ja juttusille. Ehkä ulkoinen olemukseni kertoi hänelle ”Tuo mies on täynnä Rytmiä – Rockia”. Annoin hänelle kokoamani Hurriganes CD:n ja siinä tarinoidessamme kerroin miten vuokraamossa oli käynyt. Ei muuta kun takaisin, nyt kolmisin. Tää kundi vuokrasi sen p-tuolin itselleen ja antoi käyttööni. Tosin mun kortilla maksettiin. Ehkä reissun isoin este oli poistunut.

Florida enää vain odotti. Toki vaikka kiukkuni oli jo laantunut. Oli päiväni jo piloilla.

Tehokasta invapysäköintiä

Päivä 3: Kului vaan tutustuessa lähipiiriin ja voimia kerätessä seuraavan aamun retkeä varten. Ja opetellessa liikkumaan p-tuolilla – tai lähinnä Otto opetteli työntää mua. P-tuoli osoitti oitis toimivuutensa asioidessamme kaupassa. Huh huh mikä Halli.! Mähän oisin varmaan delannu siellä, jos oisin joutunut kävelemään.

Invapaikoitus oli hyvä. Oli invamerkin alla lisäkilpi. Taisi suomennettuna olla ”Luvattoman auton lunastus varikolta 250 \$” Eipä ollut autoja ilman asianmukaista merkin-tää niissä ruuduissa.

Ollin lomaannuksen partaalla?

Päivä 4: Aamulla jo hyvissä ajoin, ennen kuutta, V6 ja 3,5 litraa pärahti käyntiin. Oli alkamassa ensimmäinen osuus suuremmasta kokonaisuudesta nimeltään ”Olli ja Otto on Tour”. Highway nro 95 matkasimme ensin alaspäin kohti Miamia ja siitä tielle nro 41. Ja ensimmäinen tietulli. Hyvin joustava – sopisi ehkä sellaisenaan Uudellemaalle?

Everglades'n rajaa pitkin Meksikon lahdelle ja siitä

Tampan kautta Tallahasseehen. Tien alkuosuudella osuimme kuin vahingossa Miccosukee intiaanireservatin rajalle. Tarkemmin ajoimme reservatin rajaa pitkin jonkinmoisen tovin. Hiukan minua hirtti, josko inkkarit kimppeumme hyökkäisi. Tosin muistin lännenelokuvista, että inkkarit ei koskaan yöllä hyökkää. Ja eipä tiipiistä savuja juuri noussut. Taisi siellä squaw uinua Suuren Päällikön viereillä – vielä.

Niin saavuimme vahingoittumatta Meksikonlahdelle ja 41 muuttui highway 75:ski. Juuri ennen St. Petersburg'a alkoi sitten olla jo maalaispojalle hirtittävää nähtävää. Siltoja siltojen perään. Eikä ne olleet mitään lossin paikalle kyhättä. Jo Sunshine Skyway BR oli lomaannuttanut hengitykseni, kunnes lähestyimme Tampaa ja Howard Frankland Bringeaa. Se meinasi ihan totisesti lomaannuttanut aina puheliaan iloisin Ollin. Huh Huh.

Ja vielä mielenkiintoisempaa. Ajoimme Tampan yli. Siltoja rakennettu koko kaupungin ylle. Ilmeisesti korvasi meillä käytössä olevat ohikulkutiet? Maili mailin jälkeen ensimmäinen etappimme lähestyi: Tallahassee. Navigaattorin avulla löysimme jonkin Hall'n ja oletin heti sen olevan kaupungintalo. Oletustani vahvisti vastapäinen rakennus Supreme Court.

Oli aika odottaa ohikulkijaa. Sattuikin sopivasti nuorehko naishenkilö ohitse kulkemaan. Ja sain annettua kokoamani Hurriganes'n CD levyn. Sisältäen mm. vedon kapaleesta Tallahassee Lassie (v:lta 1974). Ensimmäinen asettamani päämäärä oli toteutunut. Auton keula kohti itärannikkoa. Oli jo myöhäinen iltapäivä ja pimeyden laskeutuessa ylle päätimme majoittua Jacksonvilleen. Iltapalaa otimme jossakin

jatkuu sivulla 22...



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

Oikeus monipuoliseen liikkumiseen kaikille

Suomen Polioliitto ry:n valtakunnalliset tapahtumat vuonna 2008

Kesäpäivät Rokualla 23-25.5.2008

**Syystapahtuma Peurungassa
11-12.10.2008**

Tule tutustumaan erilaisiin tapoihin liikkua

Polioinvalidit ry:n sääntömääräinen vuosikokous

aika: lauantaina 26.4.2008 klo 11.30

paikka: Valkea Talo, auditorio

Ilkantie 4, 00400 Helsinki

Kokouksessa esillä: yhdistyksen sääntöjen (8§) vuosikokoukselle määräämät asiat

Ennen kokousta klo 11-11.30 kahvitarjoilu, lounas n. klo 14.00.

Kokous jatkuu tarvittaessa ruokailun jälkeen.

Lounaasta peritään 10 €:n suuruinen maksu. Maksun voi suorittaa yhdistyksen tilille Sampo 800013-222875. Lounaan voi maksaa myös osastolle, joka kerää maksut yhteiskuljetuksen aikana.

Kokousjärjestelyjen ja ruokailun onnistumiseksi pyydämme ystävällistä etukäteisilmoittautumista toimistolle puh. 09-6860990 tai sähköpostitse kirsti.paavola@polioliitto.com.

Ilmoittautumisen yhteydessä voitte myös kertoa mahdollisesta erikoisruokavaliosta.

Vuosikokousaineisto jaetaan kokouspaikalla. Mikäli haluatte vuosikokousaineiston etukäteen postitettuna kotinne, voitte tilata sen puhelimitse 09-6860 990 tai sähköpostitse kirsti.paavola@polioliitto.com. Aineistot julkaistaan vuosikokouksen hyväksymässä muodossa Poliolehdessä 2/2008

Paikallisosastot järjestävät vuosikokoukseen yhteiskuljetuksia, joista voi kysyä suoraan osastosta.

Kysy kuljetuksesta:

Lahden osasto:	Heikki Heinonen,	03-7622163 tai 044 0203050
Pohjanmaan osasto:	Pertti Niemi,	06-4502859 tai 050 3656389
Pohjois-Suomen osasto:	Ulla Kurvinen,	040 5320223
Savon osasto:	Iiris Karvinen,	040 0649677
Satakunnan osasto:	Sirpa Haapala,	040 7742620
Tampereen osasto:	Pirjo Karin-Oka,	041 5338755
Varsinais-Suomen osasto:	Lauri Jokinen,	040 5948975

Tervetuloa päättämään yhteisistä ja tärkeistä asioista!!

Polioinvalidit ry

Johtokunta

Suomen Poliohuolto ry:n vuosikokous

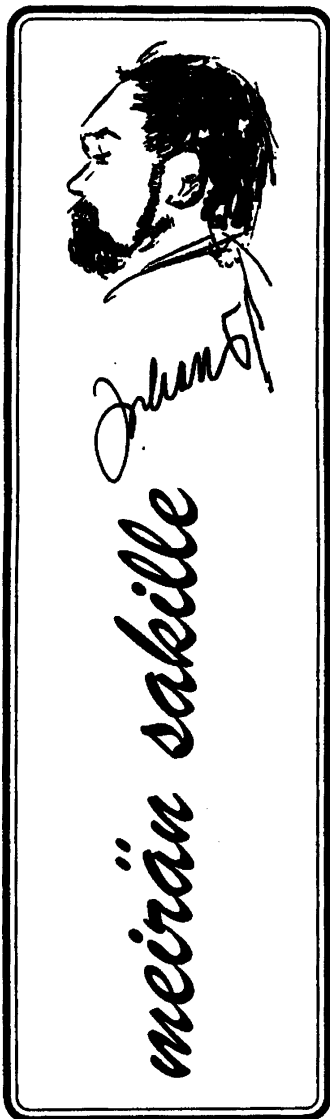
Suomen Poliohuolto ry:n sääntömääräinen vuosikokous pidetään lauantaina 03.05.2008 klo 13.00 Ruskeasuon koululla, Tenholantie 15, Helsingissä.

Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 11 §:n määräämät asiat.

Lounaalle osallistuvien tulee ilmoittautua toimistolle puh. (09) 686 0990 tai sähköpostitse kirsti.paavola@polioliitto.com viimeistään 25.4.2008 mennessä.

Tervetuloa vuosikokoukseen päättämään yhdistyksen asioista.

Hallitus



Neuvontapalveluun Polioliitolla on käytössä vain yksi toimihenkilö, joka hoitaa muun työn ohessa myöskin jäsenjärjestöjemme jäsenistön valtakunnallisen neuvontapalvelun. Lisääntyneen neuvonnan tarve kaipaa lisäresursseja. Yhtään lisärahoitusta emme saaneet, kuten eivät niin monet muutkaan vammaisjärjestöt. Polioliiton hallinnon tehtävänä on löytää siihen ratkaisu kuluvaan vuoden aikana. Vaihtoehtoina on lisärahoituksen saanti jostain tai työvoiman uudelleen resurssointi jättämällä jotain muita toimintoja tekemättä. Kumpikin mahdollisuus on hankala, mutta sitä varten Polioliitolla on olemassa hallitus joka toiminnan suunnittelee ja järjestää.

Toinen tärkeä tavoitteemme Polioliitolla on, että saamme vuosittain järjestämämme kesä- ja syyspäivät jäsenjärjestöjemme avustuksella toimiviksi ja mielekkäiksi. Päivien järjestäminen on pyritty hajauttamaan eripuolelle maata. Ainut hajauttamisen ongelma on se, että löytyykö meille sopivaa majoitustilaa kohtuuhintaan.

Valitettavasti aina toiminnassa on kysymys rahasta. Joko jäsenistömme tai järjestömmme. Siinä meillä on jälleen vuonna 2008 miettimistä.

Löytyisikö apu timanteista. Pohjalainen kyläkauppias Vesa Keskinen haluaa tuhkastaan muodostettavaksi muistotimantin. Muistotimantin koko on viisi millia halkaisijaltaan, puristettuna 0,7 karaattiin. Timantin teko maksaa 10.300 €. Ei taida siitäkään tulla apua. Onko-han poliolaisesta muodostettu timantti yhtä arvokas kuin kyläkauppiasta? Kyllä varmasti on.

Tulevan vuoden valtakunnallisesti tärkeitä kehittämishankkeita ovat vammaisten yhdenvertaisuuden ja tasa-arvoisuuden kehittäminen. Juuri nyt on pöydälläni STM:n mietintö, joka on lausunkierroksella. Mietinnössä paneudutaan siihen miten voitaisiin kehittää tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen tähtääviä toimenpiteitä sekä tällaisten toimenpiteiden ohjaamista ja valvontaa. Samoin selvitetään miten voitaisiin parantaa yhteistyötä, osallistumista ja vuorovaikutusta tasa-arvon- ja yhdenvertaisuusasioissa sekä viranomaisten ja eri sidosryhmien välillä. Lisäksi tulee pohdittavaksi laaditaanko yksi yhteinen syrjintälaki vai tarvitaanko syrjintään erillislainsäädäntö vammaisia varten.

Vierastan ajatusta, että vammaisille tehdään oma erillislaikinsa syrjinnästä. Mielestäni kaikki lait on tehtävä siten, että siihen sisällytetään sellainen lakiteksti, joka koskettaa kaikkia eikä jotain erillisryhmää. Toinen suuri kysymys on, että tehdäänkö yhteinen ihmisoikeusinstituutio vai erillisiä valtuutettuja. Mikäli päädytään erillisten, joita voi olla useampia, valtuutettujen toimintatapaan miten saadaan valtuutetut toimimaan koko maassa samalla tavalla tasa-arvoisesti. Kannatan instituutiota yhdessä paikassa, jollion voisi olettaa, että päätökset ovat kaikissa tapauksissa saman linjauksen mukaisia.

Niin siinä sitten kävi, että juuri vuodenvaihteessa syntyi nuorimmaisemme perheeseen poika. Tilanne on nyt sitten lastenlastemme kohdalla viisi poikaa ja kolme tyttöä.



Tämä nuoriherra kastettiin helmikuun lopulla. Kaste-tilaisuus jäi mietityttämään. Nuoren herran kummeiksi tulivat samanikäinen pariskunta, jolla oli kuukautta vanhempi lapsi mukanaan.

Äiti-kummi piti sylissään kastettavaa vauvaa ja isä-kummilla oli sylissään heidän oma vauvansa. Matkan rasituksista varmaan johtuen vauva-vieras oli hieman rauhaton ja itkemäli kastetoimituksen aikana. Kastetoimituksen puolivälissä kastepappi hermostui vierasvauvan itkuun ja komensi isäkummin siirtymään vauvansa kanssa toiseen huoneeseen. Jäin miettimään, että miten kastepappi olisi toiminut, jos kastettava vauva olisi itkenyt. Olisiko hänetkin komennettu siirtymään toiseen huoneeseen rauhoittumaan. Onneksi vierasvauva sitten rauhoittui, joten myöskin kahdeksas lapsenlapsemme sai säädetyllä tavalla nimensä. Meidän lapsenlapsemme ei päästännyt ääntäkään koko toimituksen aikana. On varmaan tullut rauhalliseen pappaansa. Emme raskineet valittaa kirkkoherralle kappalaisen kastetoimituksesta. Nimi tuli ja kaikki päättyi onnellisesti.

Viikko sitten tuli nuoren herran isältä sähköpostiviesti. Viestissä oli liitteenä A4 kokoinen nuoren herran kuva ja teksti: "Meidän puolesta voi jääkiekon Play Offit alkaa". Tarkemmin kuvaa tutkiessamme totesimme, että nuorella herralla oli suussaan mahtava tutti, jossa oli tutin päässä Kärppien logo. Näin ollen Oulun Kärpät ovat saaneet uuden innokkaan kannattajan. Nimesimme hänet Herra Kärpäksi. Toivon mukaan lapsi ei kärsi kannastaan. Asuahan hän nimittäin Tampereella ja Neidit 12 v ja 14 v kannustavat Tapparaa ja Ilvestä.

Nyt on maaliskuun puoliväli ja kukat alkavat vihertämään tuvan päädyllä. Toivotaan tuon kehityksen jatkuvan ja tuovan tullessaan lämpimän kesän.

Aurinkoista kevättä Teille kaikille.

Jussi

Vuosi 2008 alkoi vaikeahkosti. Syksyllä 2007 olimme Polioliitossa tehneet anomuksemme Raha-automaattiyhdistykselle toiveenamme saada tasokorttusta tämän vuoden avustukseemme. Korotuksen perusteena oli neuvontapalveluun lisäresurssien hankkiminen sekä esteettömään toimitilaan siirtyminen.

Vammaisratsastus nousussa



Ratsailla Anne Niemi Rovaniemeltä ja Riitta Suurkuukka Helsingistä.

Vammaisratsastajat ovat pääasiassa eri tavoin liikuntarajoitteisia (lihassairaus, raajapuutos, neurologinen muutos tms.) tai näkövammaisia. Ratsastuksen lajina on kouluratsastus. Vammaisratsastus on Suomessa ensimmäisenä vammaisurheilulajina integroitu oman lajiliittonsa alle (Suomen Ratsastajainliitto ry). Harrastajia Suomessa on noin 3000 ja kilpailevia ratsastajia noin 20. Suomen Ratsastajainliitossa toimii vammaisratsastusjaosto, joka yhdessä aluejaostojen kanssa kehittää lajia ja toimii tiedon jakajana mm. uusille ratsastajille.

Vammaiset ratsastajat luokitetaan vammansa aiheuttaman rajoitteen perusteella johonkin viidestä ryhmästä. Luokituksessa ratsastajalle muodostetaan profiili, joka määrittää missä ryhmässä hän tulee kilpailemaan sekä ratsastuksessa mahdolliset käytettävät apuvälineet. Luokitukseseen ei vaikuta ratsastustaito.

Ryhmät jakautuvat niin, että Ia ja Ib ovat vaikeimmin rajoitteisia (käynti ja vähän ravia) ratsastajia, ryhmä II (käynti, ravi), ryhmä III (käynti, ravi ja vähän laukkaa) hieman lievemmin sekä ryhmä IV (käynti, ravi ja laukka) lievimmän rajoitteisia. Ratsastajat kilpailevat Federation Equestrian International eli FEI ja kansallisen Suomen Ratsastajainliitto ry:n alla. Vammaisratsastuksessa ratsastetaan arvokilpailuja PM-, EM-, MM- ja Paralympiatasolla. Suomessa järjestettiin viime vuonna 10 vammaisratsastuskilpailua tai luokkaa terveiden kouluratsastuskilpailuiden yhteydessä.

Valmennus

Lounais-Suomen Ratsastusjaosto järjestää vammaisratsastusvalmennuksia tällä hetkellä KT-tallilla Äetsässä, Huittisten lähellä. Valmentajana toimii vammaisratsastuksen lajivalmentaja Eeva Kaartinen. Valmennukset ovat kaksipäiväisiä tapahtumia ja vuonna 2007 kokoonnuimme yhteensä seitsemän kertaa. Jos ei ole omaa hevosta käytössä, saamme KT-tallilta hevosia lainaksi. Mukana on keskimäärin ollut kuusi ratsastajaa ja edustettuna on ollut hyvin laaja vammakirjo. Ratsastajia on ollut Lounais-Suomen lisäksi myös Etelä-Suomesta, Hämeestä ja Pohjanmaalta.

Mikäli kiinnostuit, vapaita paikkoja ja valmennusajankohtia voi kysellä Lounais-Suomen vammaisratsastusvastalta Kaisa Vasama p. 050 462 5016, kaisa_vasama@hotmail.com. Uudet ratsastajat otetaan ilolla vastaan!!

Suomen Ratsastajainliiton vammaisratsastusjaosto järjestää myös valmennuksia ratsastajille. Valmentajina ovat toimineet Arto-Pekka Heino ja Alison Mastin, joka

...uutisia...

on FEI:n vammaisratsastustuomari ja muun muassa tulevien paralympialaisten puheenjohtajatuomari. Alison oli valmentamassa Suomessa ratsastajia kahteen otteeseen syksyllä. Suomen Ratsastajainliiton Vammaisratsastusjaoston valmennuksista voi kysellä Eeva Kaartiselta.

Vammaisratsastuksen aktiivinen vuosi 2007

Viime vuosi oli aktiivisuudessaan vailla vertaansa: valmennuksia ja kilpailuja on järjestettiin aiempaa enemmän. Lisäksi uusia ratsastajia ja ratsukoita on tullut lajin pariin runsaasti ja kansainvälistä kilpailumenestystäkin on saavutettu. Uusimaalainen Karja Karjalainen hevosellaan Callan ratsasti ryhmässään I b PM- hopeaa Tanskan Vallensbaekissa lokakuun lopussa!

Vammaisratsastuksen PM- kilpailut käytiin jo toisena vuonna peräkkäin Tanskan Vallensbaekissa 26.-28.10.2007. Puitteet siellä kilpailun järjestämisellä ovat toimivat ja järjestäjät ystävällisiä ja avuliaita. Suomea kilpailussa edustivat Outi Lindroos-Flintstone (ryhmä 1a), Katja Karjalainen-Callan (Ib), Fanny Bengs-Karolien (ryhmä III) sekä Johanna Höglund (ryhmä IV).

Kilpailumatka antoi taas vahvistusta siihen, että Suomen vammaisratsastajat eivät ole kaukana pohjoismaiden ja Euroopkaan kärjestä. Suomen vammaisratsastus on siirtynyt kuluvan vuoden aikana valtavan harppauksen eteenpäin. Enää laji ei ole vain muutaman ratsastajan harteilla vaan uusia potentiaalisia ratsukoita kansainvälisesti ajatellenkin on ensi kaudelle jopa kahden joukkueellisen verran.

Tapahtuu

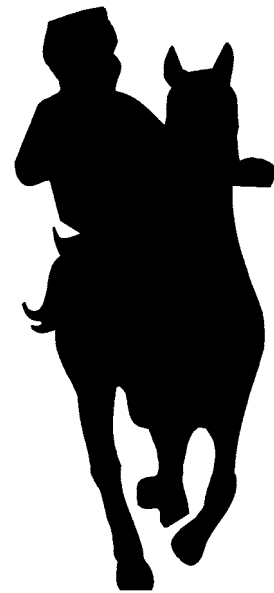
SRL:n vammaisratsastusjaos järjestää vuosittaisen kaikille avoimen vammaisratsastuksen kilpailuseminaarin 22.3.2008 Ypäjän hevosopistolla. Lisäksi Lounais-Suomen ratsastusjaosto järjestää kaikille avoimen vammaisratsastuspäivän sunnuntaina 27.4.2008 Hevonkeitaan Erityistalli ja Koulutuskeskuksessa, Askaisissa. Tarkemmat tiedot seminaareista voi katsoa lähempänä ajankohtaa www.ratsastus.fi/tapahtumakalenteri.

Yhteystiedot

Valmennuksista ja vammaisratsastukseen liittyvistä asioista voi tiedustella Lounais-Suomen vammaisratsastuksen aluevalmentajalta ja SRL:n vammaisratsastusjaoksen jäseneltä Eeva Kaartiselta e.kaartinen@kotiportti.fi tai 040 580 6004.

Teksti: Kaisa Vasama ja Eeva Kaartinen

Kuvat: Veikko Hemminki



Kurssiaika Ruissalossa on muuttunut

Ruissalon Kuntoutuskeskuksessa pidettävän Kelan rahoittaman poliokurssin ajankohta on muuttunut.

Uudet ajankohdat alla.

Poliokurssi nro 22432

Valtakunnallinen jaksoitettu kurssi työikäisille, 8 henkilöä, 8 harkinnanvaraista kuntoutuspaikkaa (12\$).

1.jakso 05.05. -16.05.2008 (12 vrk)

2.jakso 06.10.-11.10.2008 (6 vrk)

Kurssi laitosmuotoinen jaksoitettu, 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

Kannanottoja

ja lakiesitysaloitteita henkilökohtaisesta avustajasta

Lakia vaikeavammaisten oikeudesta henkilökohtaiseen avustajaan on vaadittu jo vuosia erilaisilla kannanotoilla, mielenilmauksilla ja kirjelmillä. Asia on herättänyt keskustelua ja erinäisiä lupauksia, vaan mitään konkreettista ei vielä toistaiseksi ole saatu aikaan. Suomen Poliohuolto ry on lähestynyt asian tiimoilta kansanedustaja Arja Karhuvaaraa.

Kannanotossaan Suomen Poliohuolto ilmaisee tyytymättömyytensä asian etenemiseen ja ihmettelee mistä moinen hidastelu ja päättämättömyys mahtaa johtua. Yhdistys pyytää kansanedustaja Arja Karhuvaaraa tekemään lakialoitteen, jossa vaikeavammaisen henkilön, joka tarvitsee pysyvästi päivittäisistä toiminnoista suoriutuakseen runsaasti toisen henkilön antamaa apua, henkilökohtaisten avustajien palkkaamisesta aiheutuvat kustannukset korvataan vaikeavammaisten asuinkunnille 100 %:sesti valtion varoista ns. ”korvamerkittyinä” erityisvaltionosuuksina.

Seuraamme asian etenemistä. Suomen Poliohuolto jatkaa omalta osaltaan vaikuttamistyötä myös henkilökohtaisen avustajakysymyksen tiimoilta.

Kansanedustaja Arja Karhuvaaralle 3.1.2008

Kiitos hyvästä alkaneesta yhteistyöstä kuluneen vuoden aikana., HETA- Henkilökohtaisten Avustajien Työntekijöiden Liitto r.y:n (olen yksi sen perustajajäsen) ja useiden valtakunnallisten vammaisjärjestöjen (mm. Suomen Poliohuolto r.y. ja Suomen Poliolehti r.y.) yhteistyössä potkima lainsäätäjille esittämä toive henkilökohtaisten avustajien saamiseksi vaikeavammaisten subjektiiviseksi oikeudeksi ei näytä etenevän eduskunnassa. Vaikka yli 130 kansanedustajaa on allekirjoittanut - muistaakseni Ulla Anttilan tästä asiasta tekemän lakialoitteen. En tiedä todellisia syitä siihen, mistä se johtuu? Jos näin suuri porukka 200:sta kansanedustajasta on asian takana, niin mikä ihme sen toteuttamisen voi kaataa? ”Pienen ihmisen on sitä asiaa vaikea



ymmärtää...” Se on kai sitä politiikkaa! Siitä huolimatta ihmeellistä sellaista! Harmittaa suuresti, että tämä asia ei nyt näytä etenevän mihinkään! Sitä on vatvottu eri hallitusten ohjelmissa jo toistakymmentä vuotta. Varmaan jokaiseen niistä on kirjattu, että henkilökohtaisen avustajajärjestelmän kehittämistä jatketaan. Niin myös nykyisen hallituksen ohjelmaan. Mitään käytännön tuloksia ei kuitenkaan synny! Sama oravanpyörä näytää pyörivän vuosikymmenistä seuraaviin. Eikö tätä asiaa voida vihdoin saada ratkaistuksi?

Tiedän, että kunnat vastustavat asiaa suuresti. Kuntien talous on vaihtelevassa kunnossa. Aika suuressa osassa niistä, jopa ”rapakunnossa.” Ne ovat kuitenkin nykylainsäädännön myötä viime kädessä vastuussa vammaispalvelujen aiheuttamista kustannuksista (myös henkilökohtaisten avustajien aiheuttamat kulut), jotka katetaan osin kuntien valtionosuuksista. Niistä katetaan osin myös monet muut kuntien sosiaali- ja terveydenhuollon aiheuttamat kustannukset. Joten varsin moni asia pitää hoitaa samoista valtionosuuksista. Eli ymmärrettävästi, vaikea asia kunnille.! Mutta voitaisiinko tämän meidän ”pitkä piimäisen” asian eteen päin viemiseksi valtio saada yksin ”Henkilökohtaisen avustaja-järjestelmän maksumieheksi”?

Silloin se saataisiin toteutettua kuntien maksukyvyistä riippumatta tasapuolisesti koko maassa! Se olisi kyllä harvinaista herkkua! Vammaisten tasa-arvoisuus koko maassa, edes jonkun vammaispalveluun sisältyvän asian suhteen tulisi toteutumaan. ”Mutta noustaankin vaikka rappu kerrallaan!” Jos se on siitä kiinni! Suomen Poliohuolto ry:n mielestä henkilökohtaisen avustajajärjestelmän kuntoon saattaminen voitaisiin toteuttaa hyvin yksinkertaisella lainsäädännöllisellä keinolla. Säädetään laki, jonka mukaan; ”Jos vaikeavammaisen henkilö tarvitsee pysyvästi päivittäisistä toiminnoista suoriutuakseen runsaasti toisen henkilön antamaa apua, niin henkilökohtaisten avustajien palkkaamisesta aiheutuvat kustannukset korvataan vaikeavammaisten asuinkunnille 100 %:sesti valtion varoista ns. ”korvamerkittyinä” erityisvaltionosuuksina”. Voisitko ajatella tällaisen lakialoitteen tekemistä?

Ystävällisesti tervehtien

Leo Hänninen
puheenjohtaja
Suomen Poliohuolto ry

Tampereen osaston vuosikokous

Polioinvalidit ry:n Tampereen osaston vuosikokous pidettiin 24.02.2008 Pellervontuvalla, jonne oli kokoontunut noin parikymmentä yhdistyksemme jäsentä.

Tietoa apuvälineistä

Ennen kokouksen alkua apuvälineklinikan esimies, fysioterapeutti Petri Mattson Respectasta esitelti meille pienapuvälineitä ja erilaisia ortooseja eli tukisidoksia sekä muita Respectan tuotteita. Kuulimme mm., että myös laajalestiset kengät kuuluvat heidän mallistoonsa. Respecta tekee nykyään yhteistyötä Mantereen Kätehtaan kanssa. Itse olen kaivannut mukavia, pehmeitä sisäkenkiä enkä ole tiennyt, että myös sellaiset löytyvät nykyisin Respectan valikoimasta.

Apuvälineet ovat meitä aina kiinnostava aihe. Se koskettaa lähes jokaista meistä: olemmehan useimmat apuvälineiden päivittäisiä käyttäjiä.

Lisää tietoa ja kuntoutusta

Väliaikakahvit nautittuamme toiminnanjohtaja Birgitta Oksa kertoi meille kuulumisia - pääkonttorista - ja toimintaperiaatteita vuodelle 2008. Tiedottamista pitäisi tehostaa, niinpä niin, menin heti itseeni ja tunsin piston sydämessäin: tämä on se ikuisuusongelma, miten saada tieto kulkemaan paremmin jäsenistölle.

Vas. Osaston sihteeri Pirjo Karin-Oka, puheenjohtaja Seppo Utriainen, varapuheenjohtaja Leila Lahti-Pätäri ja Arto Pätäri.



Polioinvalidit ry tukee jatkossa jäsentensä kuntoutustoimintaa entistäkin enemmän. Eri paikkakunnilla järjestettäviä erilaisia kuntoutus- ja liikuntatapahtumia tuetaan taloudellisesti niin, että osallistujien kustannukset pienevät ja osallistumisen kynnys ainakin siltä osin madaltuu entisestään.

Järjestöasioita

Kokous alkoi ja sujuikin mallikkaasti kokouksen puheenjohtajaksi valitun Arto Pätärin johdolla. Kokouksessa oli esillä vain ns. sääntömääräiset asiat. Uusi, henkilömäärältään pienennetty johtokunta valittiin ja sen kokoonpano vuonna 2008 on: Seppo Utriainen (puheenjohtaja), Pirjo Karin-Oka (sihteeri), Leila Lahti-Pätäri (varapuheenjohtaja), Kaarina Lähde,

Osmo Karin-Oka, Marjatta Häkkinen ja Matti Ajo.

Toimintaa jäsenille

Kokousväki tuntui olevan tyytyväinen Tampereen osaston toimintaan.

- Vuoden 2007 osaston 50-vuotisjuhlat, jotka pidettiin Suomen Polioliiton valtakunnallisen syystapahtuman yhteydessä, veivät niin paljon energiastamme, että olemme viettäneet vähän hiljaisempia aikoja, noin toiminnallisesti, totesi osaston puheenjohtaja Seppo Utriainen avaussanoissaan. Samassa yhteydessä hän kuitenkin totesi, että henkeä on nyt vedetty ja toimintaa tarjolla jatkossa vähintäänkin riittävästi.

Toimintasuunnitelman mukaisesti luvassa on ainakin henkilökohtaisen kuntoutuksen jakso seurantapäivineen, teatteriretkiä ja Meidän kerhoa.

Tampereen osaston toiminnasta ja tapahtumista voi lukea paitsi yhdistyksen nettisivuilta ja Poliiolehdessä myös jäsenille lähetettävistä jäsenkirjeistä.

Teksti: Leila Lahti-Pätäri

Kuvat: BO



Kokousoosallistujat kuuntelivat kiinnostuneina osaston suunnitelmista.

Savon osaston vuosikokous

Savon osasto kokoontui vuosikokoukseen 12.2.2008 Kunnonpaikkaan. Siilinjärvellä sijaitseva kuntoutuslaitos ja kylpylä on tuttu paikka kaikille Savon osaston tapahtumiin osallistujille. Siellä Savon osasto on järjestänyt niin kokouksia, kuntoutustapahtumia kuin erilaisia juhliakin.

Esteettömyys ja kuljetuspalvelut puhuttavat

Kunnonpaikan tilat toimivat suht hyvin myös liikuntaesteisiä ajatellen. Toki moitittavaa löytyy myös sieltä.

- Olen jo useamman vuoden ajan moitinnut noita invapaikkoja. Joko niitä ei ole tai ne ovat ihan liian kaukana pääovista, totesi Eeva Huotari. Hän kertoo huomionsa myös henkilökunnalle ja välittää tietoa esteettömyydestä ja sen toteutumisesta.

Savon osaston jäsenet asuvat varsin laajalla alueella. Joensuu, Kuopio, Mikeli, Varkaus...matkat yhteisiin tapahtumiin tuntuvat usein hankalilta ja aikaa vieviltä. Osaston johtokunta kokoontuu usein Kuopiossa, puheenjohtaja Iiris Karvinen matkaa kokouksiin Heinävedeltä ja johtokunnan jäsenet eri puolilta Savoaa. Ei siis ihme, että yksi keskustelua herättäneistä asioista olivat juuri matkat ja niiden hinnat. Kuljetuspalvelukeskusten toimivuus tai pikemminkin toimimattomuus hankaloittaa osallistumista myös täällä.

Kuntoutusta

Vuosikokouksessa mukana ollut toiminnanjohtaja Birgitta Oksa sai vastattavakseen tiukkoja kysymyksiä siitä, kuinka yhdistys aikoo jatkossa ottaa huomioon osaston alueen pitkät matkat. Osastojen yhdistykseltä saama taloudellinen ja henkinen tuki sai kaikilta varauksentonta kiitosta. Osasto on jo toteuttanut ensimmäisen yhdistyksen kuntoutuksen kehityshankkeisiin kuuluvan kuntoutusjakson Kuntohovilla Joensuussa.

- Yhdistyksen tuki mahdollistaa sen, että voimme jatkossa tarjota kuntoutusta myös muualla kuin Kuopion talous-



Savon osaston kokoukseen saapui osallistujia myös Joensuusta.

alueella asuville jäsenillemme, totesi osaston puheenjohtaja Iiris Karvinen tyytyväisenä.

- Tutkimme myös mahdollisuutta järjestää kuntoutusjaksoja ja seurantapäiviä täällä Siilinjärvellä, kertoi osaston rahastonhoitaja Kaija Karttunen. Hän uskoi, että Kunnonpaikasta löytyy paitsi intoa myös ammattitaitoa järjestää kurssi polion sairastaneille henkilöille.

Järjestöasioita

Savon osaston vuosikokouksessa oli esillä ns. sääntömääräiset asiat. Paikalle saapuneet jäsenet olivat tyytyväisiä osaston johtokunnan työhön ja osaston jäsenilleen tarjoamiin palveluihin.

Valittu johtokunta puheenjohtajansa Iiris Karvisen johdolla voi jatkaa tyytyväisin mielin Savon osaston toiminnan järjestämistä ja palvelujen kehittämistä.

Osaston yhteystiedot löytyvät Poliolehden osastopalstalta sekä nettisivuilta www.polioliitto.com/Polioinvalidit.

Teksti: B0

Kuvat: Risto Ovaskainen



www.polioliitto.com

www.poliotarinoita.net

Pohjoisimman osaston vuosikokous

Polioinvalidit ry:n Pohjois-Suomen osasto kokoontui vuosikokoukseen jo 19.1.2008 Keminmaalle. Myrskyvaroitus tai harmaa lumisateinen ilma ei saanut pohjoissuomalaisia hämääntymään, vaan kokouspaikalle saapuivat kaikki mukaan ilmoittautuneet linjalta Oulu-Utsjoki.

Kokouksessa olivat esillä sääntömääräiset asiat. Tuula Pukkila valittiin osaston puheenjohtajaksi seuraavaksi kaksivuotiskaudeksi ja sihteerinä jatkaa Ulla Kurvinen. Osaston johtokuntaan löytyi halukkaita enemmän kuin paikkoja oli jaossa, joten johtokunnan jäsenet saatiin selville äänestyksen jälkeen. Pohjois-Suomen osasto osoitti olevansa kaikin puolin toimiva ja aktiivinen.

Tukea arjessa jaksamiseen

Osaston jäsenille tarjoamiin palveluihin kuuluvat mm. kerhot Oulussa ja Rovaniemellä, liikuntatapahtumat ja nyt ensimmäisenä henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojekti. Seuranta-projektin ensimmäinen vaihe toteutettiin Rokuan kuntoutuskeskuksessa tammi-helmikuun vaihteessa. Projektin tavoitteena on tarjota jäsenille mahdollisuus tavoitteelliseen oman hyvän voimien ylläpitoon ja parantamiseen. Yksilöllisten – kuntomittauksiin ja omiin tavoitteisiin perustuviin – liikuntasuunnitelmien toteutumista seurataan puolivuositain kolmen vuoden ajan.

- Järjestämme myös omia yhteisiä tapaamisia ja retkiä. Kaamosmatkamme Pelkosenniemen Pyhänturille onnistui hyvin. Tutustuimme porotilaan, Pyhänturin luontokeskukseen ja musiikkiterapiaan. Se oli oikein ”vertaistukea Pyhänturilla” -matka, kertoi osaston varapuheenjohtaja Anna-Maria Alaluusua ja korosti yhteistyön ja yhteishengen merkitystä osaston toiminnassa.

Kurssien matkakorvaukset hämmäntävät

Osaston jäseniä puhututtivat erityisesti kuntoutukseen ja kuntoutuspäätöksiin liittyvät asiat. Paikalle myös saapunut toiminnanjohtaja Birgitta Oksa kertoi

Pohjois-Suomen Polioinvalidien johtokunta toivottaa kaikki tervetulleeksi mukaan osaston toimintaan ja tietysti valtakunnallisille kesäpäiville Rokuan Kuntoutuskeskukseen.



Kelan lainsäädännössä tapahtuneista muutoksista. Juuri postitetut Suomen Polioliitto ry:n Lehtimäellä pidettävän kuntoutuskurssin valinnat näkyivät myös toiminnanjohtajalle esitetyissä kysymyksissä.

- Olisiko mahdollista, että Polioliiton kurssille valittaisiin ensisijassa jo 65 vuotta täyttäneitä, jotka eivät enää tahdo päästä Kelan kuntoutuksen piiriin, kysyi Olavi Markus huolestuneena. Toiminnanjohtaja Oksa lupasi viedä terveiset Polioliiton ja kurssin rahoittajan RAY:n pohdittavaksi.

Vilkkaan keskustelun saivat aikaiseksi myös varsin ristiriitaiset tiedot matkakorvauskäytännöstä poliokurssien kohdalla. 1.1.2008 astui voimaan lakiuudistus, joka vaikuttaa myös Polioliiton poliokurssien Kelan matkakorvauskäytäntöön. Ensimmäisessä Kela vuoden alusta lukien haluaa matkakorvaushakemuksen liitteeksi lääkärinlausunnon juuri nimenomaisen kurssin tarpeellisuudesta.

- Siirtymäaikana muuttuneen lakipykälän tulkinnat vaihtelevat paikallistoimistoittain ja jopa hakemuksittain melkoisesti. Kuten tässä on jo käynyt ilmi osalle on luvattu matkakorvaus entisin tiedoin ilman lääkärin lausuntoa. Ja hyvä niin, totesi Oksa. Samalla hän kuitenkin korosti sitä, että matkakorvauksesta kannattaa aina yrittää sopia Kelan

kanssa etukäteen, niin ei tule yllätyksiä jälkikäteen.

- Monen korvausta hakevan kurssilaisen kohdalla saattaa jatkossa riittää Opiston antama selvitys kurssista sekä Polioliiton postittama kurssihyväksyntä, mutta jos haluaa varmistaa korvauksen saannin, niin lääkärinlausunto kannattaa hakea.

Tervetuloa kesäpäiville

Kesäpäivien tapahtumajärjestäjinä tänä vuonna toimii Pohjois-Suomen osasto. Osasto tuntui tarttuvan haasteeseen innolla. Ohjelman suunnittelu ja vieraiden viihtyvyys nousivat keskusteluissa etusijalle.

- Me pohjoisen Suomen poliolaiset toivomme, että mahdollisimman moni innostuisi ja saapuisi vieraaksemme. Järjestämme varmasti mieleenpainuvat ja hauskat kesäpäivät, totesi Ulla Kurvinen ja siihen yhtyivät kaikki kokouksessa mukana olleet.

Teksti: BO
Kuvat: AL

Henkilökohtaisen jaksamisen projektin I-osa

Rokualla
30.1.-1.2.2008

Virkistys- ja kuntoutuskurssi

Pimeä vuoden aika ja tämän talven epävakaisuus. Olosuhteet tuntuivat kääntävän monen mielen epäileväksi. Osaa porukasta täytyi suorastaan houkutella mukaan. Rokuan Talvipuutarha-kabinetissa keskiviikkona klo 10.00 meitä kuitenkin oli paikalla tarvittava 18 rohkeaa kurssilaista + 2 puolisoa. Vetäjäksemme valittu Markku Hannukainen tervehti jokaista kätellen ja udellen samalla mistä kukin oli paikalle saapunut.. Suurin osa porukasta tunsu toisensa. Uutena pohjoiseen kotiseudulleen Sotkamoon etelästä palannut Hillevi kotiutui joukkoomme jouhevasti ja toimistomme työmyyrät Birgitta ja Kikka huomasivat päässeensä mukaan innostuneeseen joukkoon tarkistamaan oman kuntonsa tasoa.

Jokaiselle sopiva tapa liikkuu

Markku höynäsi meidät mukaan leppoisalla, mutta varmalla otteellaan. Lähettäen meidät ensin syömään hyvin ja kertoen sitten liikunnan eri muodoista ja siitä miten etsiä niitä liikuntamahdollisuuksia kotipaikkakunnaltaan. Hillevi haikaili ääneen haluaan kokeilla vieläkö hän pystyisi hiihtämään. Markku tarttui heti asiaan, käski Hillevin käydä valitsemasta respasta sopivat monot ja lupasi asiaa kokeiltavan sopivan välin sattuessa.

Luennon päälle saimme hetken tauon huoneisiin asettumista varten. Sitten oltiinkin jo kuntosalilla. Toinen vetäjämme Arto Tuomaala liittyi joukkoomme ja niin pääsimme kokeilemaan kuntolaitteita vetäjiemme opastuksella. Uusia elämyksiä sattui monen kohdalle. Veteraanimme Veikko ei meinannut ensin kokeillakaan motometri-polkulaitetta - kun kerran jaloissa ei ole voimia - mutta yllytys jälleen auttoi ja niinpä Veikko sai kokea polkemisen onnistuvan koneen vain vähän auttaessa. Pyörätuolilaiselle



verratonta jalkavertytystä. Parituntinen vierähti huomaamatta ja seuraavaksi suuntasimmekin saunaan ja lämpimään terapia-altaaseen. Muutama uskaltautui ison altaan viileään veteenkin ja tietysti lämminporealtaan hierontasuikkuja piti kokeilla.

Jännitystä ja lepoa

Kaikilla olikin jo hirmuinen nälkä. Talon seisovan pöydän antimet saivat kyytiä. Tyytyväisyyden hyrinä niin hyvästä ruuasta kuin päivän toiminnasta pulppusi porukastamme. Eikä kenenkään mieleen tullut vetäytyminen levolle, vaan olimme ensimmäisinä tanssissa-lissa orkesterin poikien aloittaessa illan soitannon. Liikkumista yksin ja yhdessä musiikin tahdissa ja ilmankin riitti pik-kutunneille asti. Tuula tietysti jossakin välissä sai porukan innostumaan yhteisestä vikinglotosta.. Onneksi muistimme tarkistaa tulokset vasta lähtöaamuna; saimmepa olla pari yötä rikkaalla mielellä. Porukalla tietysti pelattiin myös hedelmäpelejä: Tuula pelasi, me muut oltiin kihoina. No rahaa ei jäänyt jaettavaksi, mutta jännitystä riitti. Uni tuli houkuttelematta.

Ruoka jokaisen henkilökohtainen asia

Toinen aamu aloitettiin aamupalalla ja jo klo 9.00 Arton terveyslennolla. Ennakkoasenteeni oli melkoinen, mutta Artopa aloittikin puheensa sanomalla Ruoka on jokaisen henkilökohtainen asia. Toisia se kiinnostaa toisia ei. Joitakin se alkaa kiinnostaa siinä vaiheessa kun elimistö ilmoittaa tyytymättömyyttään. Puheen muukin osa oli konstailematonta hyvää perusasiaa. Arton kuningasajatus: ”Kaikki mikä maasta kasvaa ja syödään mahdollisimman alkuperäisessä muodossa on terveellistä” kuvaavan kädenliikkeen siivittämänä jäi varmasti mielenpohjalle muhimaan. Unet vielä tuntuivat jäsenissämme ja niinpä pistimme venyttelyksi Arton mukavien ohjeiden mukaisesti.

Kelkkailua ja hiihtämisen rienmua

Muutama kerros lisää vaatetta päälle ja olimme valmiit ulos. Ilma oli hiukan tuhrainen, mutta luonto oli valkean lumen kuoruttama ja ilma oli sopivan kirpeä. Niinpä liuimme ensimmäistä mäkettä alas. Jorma otti varalta tueksi sekä sauvat että potkurin. Anjakin kokeili sauvoja pyörätuolin kanssa. Itse menin omalla perinteisellä tyylilläni istuen

...kurssiuutisia...

lastenpulkassa ja lykkien vauhtia sisärusteni vanhoilla kunnon mäystimin varustetuilla ruokosuksisauvoillani ja nautin alasmien vauhdista ja ylämäen vaatimasta ponnistelusta. Kyllä mummon pumppu lähti taas kunnolla käyntiin. Kiersimme koko lammen, välillä pysähtyen ihailemaan kaunista maisemaan ja vähän puhaltamaan. Posket punaisina ja tyytyväisinä itseemme pääsimme urakan jälkeen taas syömään. Sitä ennen Hillevi sai kokeilla hiihtämistä. Olisittepa nähneet sitä silmien loistetta kun hän kertoi hiihtämisestä ja ainakin kolmesta nokalleen menosta. Kokemus oli mahtava ja antoi rohkeutta ajatella hiihtävänsä kotonakin.

Kunto testillä

Iltapäivällä oltiin sitten jo totuuden edessä kun vuorossa oli kuntotestit. Jätimme kävely- ja kelaustestit kesäaikaan. Testattiin kykyjämme puhalttaa, puristaa, nostaa painoja käsillä ja kyykistyä.

Hyviä alkukunnon mittareita kaikki. Jokainen sai omat tuloksensa mukaansa. Markku niihin lisäsi vielä verrokiksi vastaavan ikäluokan ja sukupuolen keskimääräiset tulokset.

Altaat kutsuivat meitä jälleen. Markku ja Arto vetivät hyvät ryhmäjummat osalle isossa altaassa ja useimmille terapia-altaassa. Sauna sen päälle kruunasi kaiken. Ruoka tietysti maittoi niin kuin emme olisi koskaan ruokaa nähneet. Porukalla totesimme, että vaikka toimintaa ja liikuntaa oli ollut koko päivän, niin emme olleet väsyneitä vaan oloimme oli mukavan rento. Muutama tunti huilimista ja Tuulan lasitöiden ihailua ja olimme taas virkeinä karaoke tansseihin. Omasta takaa meillä oli laulajina Veikko ja Aarni. Hillevi ja Birgitta vetivät oman duettonsa ja muu porukka lauloi antaumuksella mukana. Tanssiakin tietysti kerittiin.

Kuntoa seurataan

Viimeisen aamun lihasvenyttelyt Markun johdolla alkoivatkin jo kello 8.00. Kävimme läpi kotiin mukaan otettavan harjoitusohjelman liikkeit. Kello



9.00 oli ensimmäinen ryhmä jo allasjumbassa toisten pakatessa tavaroitaan. Tehtävät vaihdettiin sitten jouhevasti. Päiväruokailun jälkeen huoneiden tyhjennys ja klo 13.00 rentoutusharjoitus; pehmeät täkit, levollinen musiikki ja puolituntia elämästämme katosi taivaan tuuliin. Jäljellä oli vain raukean hyvä olotila.

neuvoja paikkakuntansa tarjoamista mahdollisuuksista samassa kunnassa asuville. Loppukahvit voitelivat meidät sitten kotimatalle.

Päätimme tulevamme toiselle jaksolle 1.-3.9.2008. Tuula kokeili kuvaustaitojaan ja onnistuikin saamaan mukavan filmikokonaisuuden päivistämme. Sitä jo ylpeinä Lehtimäellä esitimme ja kunhan Tuulan Jaska on sen leikannut ja musiikilla täydentänyt esitämme sitä seuraavissa tapaamisissa kaikkien katseltavaksi.

Kommenteja matkanvarrelta ja loppukeskustelusta: ”Olipa hyvä, että houkuttelit minut mukaan, ilman sitä en olisi saanut itseäni liikkeelle” ”Kyllä on ollut mukava tehdä yhdessä” ”Ei usko itsekkään mitään kaikkea jaksaa päivän mittaan kun saa tehdä toisten kanssa” ”On tämä mahtava porukka!”

Oletko kiinnostunut tulosta seuraavalle jaksolle 1. – 3.9.2008? Ota yhteyttä 040-5320223 tain hkur@suomi24.fi

Teksti: Ulla Kurvinen

Kuvat: Aarni Luhtala



Kurssiyhteenvenetona jokainen täytti tyhjää paperia siitä mitä nyt tekee kuntonsa eteen säännöllisesti, mikä on syy ettei tee enempää ja mistä unelmoi. Kirjoitustemme ja testitulosten pohjalta Markku ja Arto laativat jokaiselle oman kotona toteutettavan kunto-ohjelman. Mukaan he laittavat palautuskuoren, jotta voimme heille kirjoittaa kysymyksiä ja kommentteja. Nyt jo toiset antoivat

Lehtimäen opiston talvikurssi

04.02.-16.02.2008

Suomen Polioliitto ry:n ja Lehtimäen Opiston yhteistyönä toteuttama Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama poliovammaisten kuntoutumis- ja sopeutumisvalmennuskurssi järjestettiin Lehtimäen Opistolla 04.02.-16.02.2008. Kurssilaisten valinnasta vastasi Suomen Polioliitto ry. Kurssin suunnittelusta ja toteutuksesta Lehtimäen Opisto ja Suomen Polioliitto ry.

Kurssiohjelmaan sisältyi mm.

Henkilökohtaiset hoidot kurssilaisten valitseman hoitopaketin mukaisesti sisältäen mm. fysioterapiaa, hierontaa, vyöhyketerapiaa, aromaterapiaa, intialaista pää hierontaa, jalka- ja kasvohoitoa ja osteopatiaa. Henkilökohtaisten hoitojen lisäksi ohjelmaan kuului päivittäinen fysioterapeuttien ohjaama kuntosalijumppa ja allasvoimistelu. Kiirettä piteli, jos aikoi osallistua jokaiseen menoon. Mutta jokainen voimiensa mukaan!

Terveystarkastajan suorittaman terveystarkastuksen yhteydessä kurssilaisilta kyseltiin tietoja heidän perusterveystilastaan ja lääkityksestä sekä annettiin tarvittaessa terveysneuvontaa. Terveystarkastukseen sisältyi myös veren hemoglobiinin, verensokerin ja kokonaiskolesterolin mittaust; virtsan proteiinin, sokerin, leukosyyttien ja nitriitin mittaust; punnitus- ja pituusmittaust, rasvaprosentin BMI määrittely ja verenpaineen mittaust. Melko hyvin näistä testeistä selvitettiin.

- Rautainen ja sopivan makea mies kuten terveydenhoitaja Marju Pokela totesi. Se muuten muistetaan sitten pitkään! Aika hyvin sanottu! Verenpaineesta ei puhuta enempää. Paitsi se, että mittaaja oli liian viehättävä tapaus.



Vähän kohollaan olleiden paineiden täytyi johtua siitä! Sillä kotona ollessa ne ovat aivan kohdallaan!

Mielenkiintoisia luentoja

Päivittäisten luentojen aiheina olivat: sosiaaliturva-asiat, Suomen Polioliitto ry:n, Suomen Poliohuolto ry:n ja Polioinvalidit ry:n toiminta, ajankohtaiset asiat terveydenhoidosta, Respectan apuvälineet, terveellinen ja monipuolinen ravitsemus, lääkemääräykset, vaihtoehtoiset lääkkeet ja osteoroposin lääkehoito, uni-ergonomia, sekä päivänpolttavia ja ajankohtaisia asioita.

Toiminnallista kuntoutusta

Toiminnallista kuntoutusta edustivat mm. kädentaitojen mahdollisuudet elämän rikastuttajina. Kurssin aikana oli mahdollisuus maalata posliinia, tehdä metallilankatöitä, neulahuovutusta ja valmistaa erilaisia kolmiulotteisia kortteja luovan toiminnan ohjaajien ja erityisopettaja Tuula Latomäen johdolla. Pajalla oli mahdollisuus valmistaa puusta "bingolautaa" ja "onnenpyörä".

Kurssilaisilla oli myös mahdollisuus tutustua ATK:n perusteisiin, internetin käyttöön, sekä saada hyviä neuvoja tietotekniisiin ongelma-kysymyksiin ATK-asiantuntija Hannu Lammen ja

Sakari Holkon opastuksella. Kurssilla pelattiin päivittäin joko istumalentopalloa tai bocciaa ja kurssilaisilla oli mahdollisuus ratsastukseen sekä avantouintiin.. HUH.. Montakohan vahvaa miestä siihen tarvittaisiin, että minut olisi saatu avantoon? Voimaa ei kovin paljon, mutta kuka sitä hirveää huutoa olisi jaksanut kuunnella?

Monipuolista vapaa-ajanohjelmaa

Vapaa-ajanohjelmaan sisältyi mm. tutustumisillanvietto, Heikki Keisasen laulua/mieskuoro johtajana Marita Jokiaho, ohjelmaa Lehtimäen Seniorinaisten seurassa, laskiaistiistain levytanssit, keilailumatka Kuortaneen Urheiluopistolle, ostosmatka Veljekset Keskisen Kyläkauppaan Tuuriin, teatterimatka Seinäjoen Kaupunginteatteriin "Suomenhevosta" katsomaan, Esko Halosen mielenkiintoinen matkakertomus vanhasta Valamosta ja tilaisuus jumalanpalveluksen seuraamiseen Lehtimäen kirkossa. Lisänä karaokea, seurapelejä, elokuvien katselua, bingoa, musiikkia, tietokilpailua, päätösillanvietto ja ystävänpäivätanssit. Jos päivittäisen kuntoutuksen jälkeen voimia riitti, niin vapaa-ajan ohjelmatarjonnasta ei todellakaan ollut puutetta.

...kurssiuutisia...

Viihtyisät majoitustilat

Valtaosa kurssilaisista oli majoitettu ASVA:n viihtyisiin tiloihin. Osa kurssilaisista oli itse toivonut ja päässyt asumaan nostalgisiin vanhoihin solu-asuntoihin. Kieltämättä myös niissä on oma viehätyksensä. On kokemusta takavuosilta. Itselläni oli tällä kertaa tilaisuus asua uudessa viime joulukuussa käyttöön otetussa ASVA:n uudisrakennuksessa. Aivan upeat tilat, joihin kuului mm. sauna, jonka lauteille pääsi jopa pyörätuolista käsin. Mikä parasta, niin huoneissa on myös internet-yhteys. Joten ”vanha nörtti” pääsi surffailemaan netissä läppärillään omassa huoneessaan. Siinä syy, miksi ”meikäpoikaa” ei juurikaan näkynyt ATK-luokassa. Paitsi aika ajoin Hannun neuvoja ja konsulttipuja kyselemässä!

Loistava henkilökunta

Kurssimme vetäjinä toimivat Kaija Ala-Mattinen ja Tarja Sippola. Upeita ihmisiä, jotka pitivät jälleen tutulla rutilla kokonaisuuden ”hyvin hanskassa”. Kurssin koko henkilökunta, yhtäkään heistä unohtamatta, ansaitsee jälleen suuret kiitokset. Olette loistavaa sakkia. Aivan ainutlaatuista. Kestätte jopa meitä - aika vaikeita tapauksia!

Kaikki hauska päättyi aikanaan

Kahden viikon mittainen kurssimme päättyi lauantaiamuna 16.02.2008 haikeissa tunnelmissa pidettyyn ”ruusut ja risut” palautekeskusteluun. Kurssilaisten antama palaute oli positiivista. Opiston henkilökunnan tuntemukset kurssiamme kohtaan olivat saman suuntaiset. Lämminhenkinen kurssin päätöstilaisuus sai kyneleet kirpoamaan niin kurssilaisten kuin opiston henkilökunnankin poskille. Suuret kiitokset opiston koko henkilökunnalle. Olette tosi hienoa ja sydämellistä porukkaa. On aina ilo tulla Lehtimäelle!

***Teksti: Leo Hänninen
Kuvat: Hannu Lampi ja
Veikko Hemminki***



Kurssilaiset ryhmäkuvassa.



Kaarina Lähde ja Leo Hänninen olivat tyytyväisiä kurssiin.



Päättäjaisällinen

Kunto- ja virkistyspäivät KuntoHovilla

Savon osasto järjesti jäsenilleen kuntoutustapahtuman Joensuussa. Kuntoutustapahtuma oli yksi Poli-oinvalidit ry:n kuntoutuspalvelujen lisäämiseen tähtäävistä hankkeista. Näillä hankkeilla pyritään tukemaan jäsenten eri puolilla Suomea tapahtuvaa kuntoutusta ja omasta itsestä huolehtimista.

Oli helmikuinen, lumisateinen perjantai aamupäivä, kun pieni ”iskukykyinen” savonjoukko kokoontui Joensuun KuntoHoville viettämään kunto- ja virkistyspäiviä.

Fysioterapeutti Marjukka Mustonen otti ryhmän vastaan toivottaen meidät lämpimästi tervetulleiksi. Me ojemme tuliaisina poliokirjan, josta he olivat ylen hyvillään, koska poliosta on aina hyvä saada lisätietoa.

Päivien aikana ohjelmassa oli monipuolista ja monenlaista kuntoilua. Osan porukasta ollessa altaalla polskuttelemassa, toiset nauttivat yksilöllisistä ”hemmotteluhoidoista”. Kuntosalilla Jukka opasti meitä käyttämään eri laitteita oikeaoppisesti, ettei innostuta liikaa rehkimään yli voimavarojemme. Sarin pitämässä tuoli- ja keppijumpassa oli menoa ja meininkiä. Siinä oli ”oksat pois kuin suutarin joulukuusesta”. Kaiken



tämän ohjelman päätteeksi meillä oli vielä rentoutusta. Ruokailun jälkeen vietimme iltaa ja yhteistä ”laatu-aikaa” musiikin ja laulujen myötä. Seuraavana päivänä harjoittelimme vielä kunto-ohjelmia omatoimisesti.

Aika vierähti nopeasti ja kaksi päivää mennä hurahti niin, että edessä olikin

kotiin lähdön aika. Iloisin mielin ja virkistyneinä voimme jatkaa taas arkista aherrusta itsekukin omalla tahollaan. Toivottavasti seuraavalla kerralla saisimme vielä runsaslukuisemman joukon kasaan, sillä yhteistyö on voimaa ja ilon pisaroita.

Teksti ja kuvat: Iiris Karvinen



Savon osasto laajensi toiminta-aluettaan järjestämällä kuntoutustapahtuman Joensuussa. Näin mukaan innostui myös Pohjois-karjalassa asuvia polion sairastaneita henkilöitä. Liikunnallisen kuntoutuksen ohella tärkeää oli myös kokoontua yhteen ja saada sitä kuuluisaa vertaistukea.

Suomen Poliohuolto ry:n kuulumisia...

Suomen Poliohuolto ry:n tänä vuonna 50 vuotta täyttävä toiminta on painottunut aiemmin polio-vammaisten edunvalvonnan ohella ensisijaisesti heille tarjottujen asumis- ja lomailupalvelujen järjestämiseen. Viime vuoden marraskuussa toteutunut Kaislaranta-kodin myynti tulee antamaan yhdistykselle aivan uudet mahdollisuudet toimintansa kehittämiseksi vastaamaan paremmin jäsenistön muutuneita tarpeita.

Lomailutoimintaa jatketaan ja kehitetään.

Kaislarannan myynnin jälkeen jäsenistön taholta on toivottu, että yhdistys jatkaa edelleen lomailutoimintaansa. Näin on tarkoitus toimia. Hyväksi ja tarpeelliseksi todettua toimintaa on edelleen syytä jatkaa, kehittää ja monipuolistaa. Lomailutoiminnan järjestäminen ei edellytä oman lomanviettopaikan ylläpitämistä. Lomapalvelut voidaan ostaa myös muilta näitä palveluja järjestäviltä tahoilta.

Suomen Poliohuolto ry:n hallitus on päättänyt, että yhdistys järjestää tulevana kesänä jäsenistölleen Lappeenrannassa sijaitsevassa Lomahotelli Marjolassa kaksi (2) kymmenelle (10) henkilölle tarjottavaa ohjelmallista vapaalomaviikkoa. Ensimmäinen kesäkuussa ja toinen elokuussa. Ajankohdat tarkentuvat huhtikuun aikana. Lomat ovat maksuttomia ja ne haetaan vapaamuotoisilla kirjallisilla hakemuksilla, jotka toimitetaan yhdistyksen toimistoon.



Tulevina kesinä Suomen Poliohuolto ry:n jäsenille tarjotaan Kaislarannan sijasta lomailutoimintaa mm. Lappeenrannan Marjolassa. Joten perinteikäs lomailutoiminta jatkuu nyt uusissa puitteissa.

Suomen Poliohuolto ry. tarjoaa tulevana kesänä jäsenistölleen toisena vaihtoehtona mahdollisuuden ns. omatoimiseen tuettuun lomailuun. Jäsenet hoitavat itse lomiansa varaamisen haluamistaan kohteista. Yhdistys myöntää jäsenille kirjallisten hakemusten perusteella lomatukia omatoimiseen lomailuun talousarvioon varattavien määrärahojen puitteissa. Lomista aiheutuvia kustannuksia korvataan osittain lomakohteisiin toimitettavilla maksusitoumuksilla ja korvaamalla kustannuksia jälkikäteen kuitteja vastaan. Lomatuet täytyy hakea ennen lomaa.

Lomajärjestelyistä tiedotetaan tarkemmin huhtikuun aikana lähetettävällä jäsenkirjeellä. Lomailutoimintaa rahoitetaan edelleen kannatusjäsenmaksuilla ja Kaislaranta-rahosta käyttäen.

Vapaa-aikatoimintaa pyritään monipuolistamaan.

Suomen Poliohuolto ry. pyrkii kehittämään ja monipuolistamaan jäsenistönsä vapaa-aikatoimintaa. Vuosikokoukselle esitettävän toimintasuunnitelman mukaan tulemme tutkimaan mahdollisuuksia pienimuotoisen matkailutoiminnan järjestämiseen siten, että yhdistys osallistuu matkakustannuksiin, sekä järjestää ja kustantaa matkoille tarvittavia yleisavustajia. Lisäksi yhdistys myöntää jäsenistölleen hakemusten perusteella talousarvioon varattavien määrärahojen puitteissa taloudellista tukea omaehtoiseen itseopiskeluun, esim. ATK-taitojen kehittämisen jne.. (kansan- ja työväenopistot yms.).

Vuosikokous

Suomen Poliohuolto ry:n sääntömääräinen vuosiko-

kous pidetään lauantaina 03.05.2008 klo 14.00 Ruskeasuon koulussa, Tenholantie 15 Helsingissä. Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 11 § määräämät asiat. Yhdistys tarjoaa kokoukseen osallistuville lounaan, joka alkaa klo 13.00. Lounaalle osallistuvien tulee ilmoittautua toimistolle 25.04.2008 mennessä.

Vuosikokouksen jälkeen katsomme DVD-levyltä Topi Enqvistin valmistaman musiikillisen kuvakavalkaadin "Kaislaranta vuosien varrella", sekä Ruskeasuon koulusta (n. v.1960) tehdyn TV-ohjelman "Koulu toinen kotimme". Varatkaa riittävästi aikaa kokouspäivään!

Hyvää kevättä kaikille.

**Leo Hänninen
Suomen Poliohuolto ry.
puheenjohtaja**



TEEN TALONI IHAN ITSE!
OSAVALTIO
 NUKAH-TAMI-NEN
 SIellä LUMI-LINNA

TYPE-RYS

MOLE! LAITOKKI!

HA HA HO

NIE-MI-NEN

ANDINKO

NÖKI-KOLARI

ORAVA

MAA-VÄRI

ITÄ-MAA

IRIS HIR-VONEN

MAKI-MIES MALYSZ

ASE

KARJA-SUOJA

AVA-RUUS-HAL-LITUS

GORKI TINKA-SEN NI-MISIZ

MUNA-PAUK-KA

JUDO-MAT-TOJA

TOTTA ----

JANDI-SILLA YLÄN-KÖÄ TERVE-MYÖS SAA-NILA EN AUTA! JOKA-PÄI-VÄINEN SIL-MÄSSÄ RAPA-KON TAKANA KA-RITSA

lähdöt

RISTIKOSTA JOSKUS

äkkiä

VIII

YLI-OPPI-LAALLE

KAR-VAI-NEN MIES

LEIK-KAA-VA

LOIS-TOK-KUUS

VAA-RA

SEKIN

NAA-RAS-LEI-JONAT

päähine

söpö

Vanhanen

DE PARIS

AVA-RUUS-HAL-LITUS

GORKI TINKA-SEN NI-MISIZ

MUNA-PAUK-KA

JUDO-MAT-TOJA

TOTTA ----

MAA-VÄRI

ITÄ-MAA

IRIS HIR-VONEN

MAKI-MIES MALYSZ

ASE

KARJA-SUOJA

AVA-RUUS-HAL-LITUS

GORKI TINKA-SEN NI-MISIZ

MUNA-PAUK-KA

JUDO-MAT-TOJA

TOTTA ----

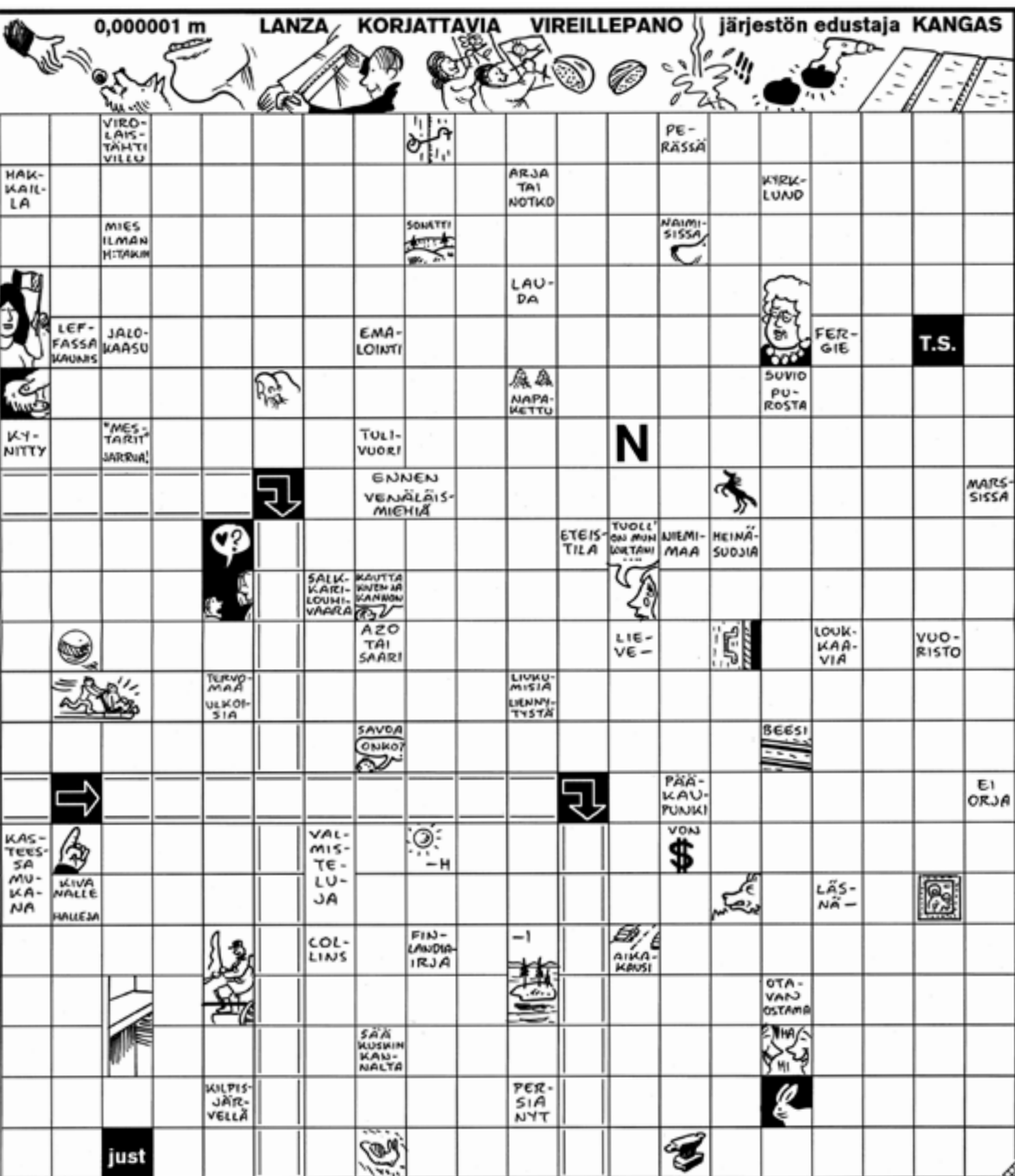
EL AUTOIO

Nimi _____

Lähiosoite _____ Postitoimipaikka _____

Pankkiyhteystiedot _____

Ristikon ratkaisu pyydetään lähettämään 15.5. 2008 mennessä
 os POLIOLEHTI, Luotikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Kuoreen merkintä "Ruudukko".



"Muzzle Housessa". Ei oltu rasvaa säästeltä ateriamme valmistuksessa. Ja jälkeen aterian oli aika matkamiesten lepuuttaa silmiään ja katsella maailmaa pimeässä, luomien sisäpuolelta.

Avaruusaluksia ja pyssymiehiä

Päivä 5: Jatkoimme heti aamusta – ravintoköyhän aamupalan jälkeen – highway 95 kohti etelää ja Kennedy Space Centr'ä. Huh ja Huh. Oli maalaispojalla ihmettelemistä. Olinhan toki televisiosta avaruusaluksia nähnyt ja tiesin niiden isoja olevan, mutta en käsittänyt kuinka isoja ne olivat. Ja vaikka kyseessä oli (ilmeisesti) valtion ylläpitämä laitos, ei ollut tietoaakaan suomalaisen virkamiehen käytöksestä. Heti jo sisääntulossa eräälle viehkeälle virkailijalle totesin:

- May I have wheelchair (Saisinko pyörätuolin).

- Wait a minute (Pieni hetki), ja rivakasti hän p-tuolin toi käyttööni.

Kuittaus ja sisälle. Turvatarkastus meni vikkelaasti, tosin Otto joutui näyttämään, että kamera on kamera ja puhelin puhelin. Olihan nähtävää. Kutsutaan vaikka tuloalueeksi sitä, missä me pyörimme. Jos jonkinlaista kuuhun enemmän liittyvää rakettia ja moottoria oli aseteltu huolella. Merkillä pantavaa oli, että mitään korkeampaa aittaa ei ollut alueen ympärillä. Siis ei pelkoa, jotta joku 38 \$ säästäisi aidan yli tulemalla. Tosin aluetta kiersi pienimuotoinen kanava tai isohko joki, jossa alligaattorit odottivat, jos apetta ilmaantuisi. Ehkä ne ruokapalkalla vartioi aluetta.

Samalla ihmisten ystävällisyys ja auttamishalu alkoi oikein todella valjeta minulle. Pieni vertaus sallittakoon. Täällä Suomessa, jos vaikka



Your english is good and nice to hear, sanoi moni.

henkilö X aukaisee mulle oven ja tilannetta on seuraamassa henkilö Y. Niin toisinaan intuitioni kertonut minulle on, että X aukaisi oven sen vuoksi, kun Y oli näkemässä, ja näin X välttyi siltä, että Y ei kertomaan päässyt "Olipa X törkeä kun Ollille ei ovea aukaisut" Siis X aukaisi oven Y:n vuoksi.

Kun taas amerikkalaisista oikein huokui ulospäin se auttamishalu. Noin kolme tuntia siellä avaruuslaitteiden välissä pyörimme ja hyörimme. Jopa lounastimme periamerikkalaisen pikalounaan. Koko tähän matkamme ajan olin ihmetellyt ... Kun pysähdyimme lepopaikalle, minä tupakalle, niin ne mestat oli hirveen siistejä. Ei luenut perinteisiä "Fuck you" tekstejä kuten kotosuomessa on tapana koristella p-alueita. Niissä oli automaatteja, joista sai pientä suuhunpantavaa ja juomista. Ne RestAreat oli siistimpiä kun monet korttelikapakan vessat. Ne olivat mielestäni jo nähtävyyksiä.

Poislähtömme ajoittui keskipäivälle. Kun läksimme Center'stä, tuumasi Otto:

- Mitähän tuolla oikealla on?

Ja jo automme kiiti eteenpäin. Hupsis kupsis, siellä olikin jokin vartiokoppi ja mies sekä 44 Magnum (?) vyöllä ja kovasti viittilöi meitä kääntymään takaisin. Taisi olla joku liipaisinherkkäsoiminen merijalkaväen sotilas. Auto äkkiä ympäri, ettei luotia väliin silmien saanut. Ja mitähän matkavakuutus olisi sanonut moisesta erheestä? Iltapäivällä sitten saavuimme liiteriimme. Oli aika levon ja voimien keräyksen seuraavaa matkaa varten.

Etä näin

Päivä 6: Se kului vaan ostoksilla käyden ja muutenkin oleillen. Ai, kävin mä ilta-päivällä sellaisessa clubissa kun Cheerleader. Tunsin oitis kuuluvani klubin kalustoon. Jotenkin kotoinen olo valtasi Ollin. Kunnes kuulin jälkeenpäin, ett se mesta oli huume- ja olutveikkojen kantapaikka. No selvisi sekin mistä kotoinen olo tuli? Suomalainen kahvi loppui tänään ja Otto kävi kaupasta hakees kahvia. Karseeta. Onneksi siellä oli

eräs suomalainen pikkuleipomo ja kahvila, josta sai suomalaista kahvia.

Spektaakkelia ja tornadoota

Päivä 7: Aamulla, taas ajoissa hyvin, starttasimme tienpäälle. Nyt matkamme suuntautui kohti Orlando. Tällä kertaa ajelimme turnpike'a pitkin. Disney-mainoksia alkoi olla jo hyvissä ajoin, jotta tuskin ohi edes vahingossakaan pääsee. Neljä isoa kompleksia– mihin niistä? Valitsimme MGM Studiot. Vihdoin löytyi pysäköintipaikka, mutta kyllä oli risteystä ennen sitä.

P-tuoli autosta ja menoksi. Ensin vaan hengailimme siinä ulkopuolella ja katselimme kuinka ihmistä, isoa ja pientä, liikehti vailla päämäärää. Onneksi otimme oman p-tuolin messiin. Enhän mä siitä parkkipaikalta olisi edes jaksanut taapertaa portille asti.

- Hey you – Angel! You working here?

Vastaukseksi sain hymyilevät kasvot. Aikani tarinoitua näitä ja niitä uskaltauduin kysymään piletin hintaa. Hymyil-

len ja viehkeällä äänellä hän vastasi:

- 78 \$ + tax.

Asia ymmärretty. Ja lip-puluukulle. Ja kun salama kirkkaalta taivaalta lausahti Otto:

- Mua ei tuo kiinnosta yhtään.

Ajatuksiini tulla tupsahti oitis ”ei hemmetti – 50 metriä matkaa edessä ja tuhansia maileja takana”. Kuitenkin olinhan Otosta riippuvainen ja myönnyttävä mun oli päätökseen. ”Ei sitten muakaan huvita” aattelin ja palailimme, tosin niukkasanaisina autolle ja auton keula kohti Space Centeriä, uudelleen. Olihan edellisellä kerralla eräs työn-tekijätär niin mainostanut bus-sikierrosta ja avaruussukkulan lähtösimulaatiota.

Portilla tuli luokseni nuori nainen, joka tokaisi:

- Mä muistan sut. Onko sulla sunnuntain lippu tallelle? Pääsette ilmaiseksi sillä.

No, eihän mulla ollut. Hän jatkoi:

- Maksoitko muovilla?

Hän voisi etsiä kuitenkin.

En maksanut muovilla ja tuumasin, että ”No Matter – I pay again”.

Taas p-tuoli alle. Sieltä sai muuten korvauksetta tuolin. Ja menoksi. Ensin avaruussukkulan lähtösimulaatioon. Hiukan Ollia jännitti, koska en paljon perusta tuommoisista härveleistä (lue: mä pelkään niitä), mutta nyt oli tilaisuus, joka oli käytettävä. Siellä oli muistaakseni 9 penkkiriviä. Turvavyöt kiinni ja lähtölaskenta alkoi. Tärinä ja pauke oli mahtava. Taululta seurasin lähtöä, sukkula kallistui taaksepäin muutaman asteen juuri ennen Lift Off –hetkeä. Oli ruutia ja dynamiittia ja kaikkea mahdollista, kun lähtölaskenta oli ”Ignition” vaiheessa. Hitaasti, hitaasti ja sitten räjähti sukkula liik-keelle. Monitoritaulu taulu



näytti nopeutta, 2 minuuttia ja 3000 mph. Matkanopeus 17500 mph saavutettiin 8 minuutissa. Ja samassa kat-toluukut aukenivat (tiedoksi: sukkula lentää kiertoradalla nurinpäin) ja Italian ääriiviivat näkyivät aivan selkeästi. Yes, Yes – tämä jos mahdollista olisi otettava uusiksi. Hiukan ihmettelin G-voimien heik-koutta. No, ehkä asia selviää joskus? Ja sitten bussikier-rokselle.

Pienen jonotuksen jälkeen taas tuli työntekijätär luokseni ja kysyi

- Can you walk? (Käve-letkö?), johon minä:

- Yeah – a little.

Jolloin hän ohjasi mut ja Oton kokonaan omaan jonoon kertoen, että nousem bussiin ensimmäisenä. Olisi siellä vielä sekin mahdollisuus, että ne nosti tuoleineen päivineen hissillä kyytiin. Mutta bus-sissa oli ilmajousitus, joten se ”niiasi” ja alin askelma ei ollut niin korkealla. Otto vielä hiukan avusti, joten pääsin kyytiin ja istuoltani tulin ne portaat alas. No, bussiin päästiin ja matka kohti ”kiellettyä” aluetta alkoi. Sama jenkki-sotilas oli portilla, ja kuski näytti kulkulupansa. Matka jatkui kohti ensimmäistä pysähdys-

paikkaa. Olikohan kuski otta-nut Remulta englannin tunteja, koska en selvää saanut oliko eka pysähdys Mercury- vai Apollo-ohjelman laukaisu-alusta. No, siinä se kummin-kin jökötti.

Matka jatkui seuraavalla bussilla. Nyt alkoi homma toimimaan. Ensimmäisessä pisteessä nimittäin oli ensin Apollo 8 lento ja siitä siirryttiin Apollo 11 ja ”Lost Sing-nal”. Paikka olikin jo tele-visiosta tuttu, lennonjohto (komentokeskus sijaitsi Hous-tonissa Texas’ssa – vai oliko se toisinpäin?). Autenttisuus oli melkoinen, kun valot sammui ja tietokoneet alkoivat vilk-kua, monitoreihin tuli kuvia ja kellot seinällä alkoivat käydä. Monitoreista tuli aito ääni. Wau.

Ja sitten kolmas, tällä kertaa elokuvateatterissa. Eteen oli pystytetty kuuta muistuttava epätasainen lava, näin oletin. Ja taas ääniefektit oli viimeisen päälle. Keskustelu Space Centerin ja Eaglen välillä oli kiivastakin. Ja Wau – Wau. Yks kaks alkoi lavaksi luulemani kyhäelmän yläpuo-lelta Eagle laskeutua. Pienen tovin kuluttu kuun kamaralle ilmesty Armstrong’a esittävä nukke ja tietty, tähtilippu. Yes

– tässä oli spektaakkelia joita en edes osannut kuvitellakaan. Ja kaiken huipuksi Eagle vielä aloitti siinä silmiäni edessä nousun häviten pimeyteen. Jes, mitähän seuraavassa pisteessä on, kun jo tässä oli tämmöistä.

Pois lähtiessä tulla tupsahti tornadovaroitus. Ja kaikki koottiin sinne teatteriin. Tämäkin vielä. Tai hyvä niin. Sain keskustelun johdateltua erään amerikkalaisrouvan kanssa oikein antoisaksi. Ja tietty keskustelun aihe oli silloisen Neuvostoliiton ja Amerikan välinen kilpajuoksu kuuhun. Kuitenkin kiukutti sen verran, jo, että läksimme suoraan läh-töpisteeseen. Erään työnteki-jättären avustuksella mulle ja Otolle järjestyi oitis paluukul-jetus. Ja Visitor Complex’sta matka suoraan kohti liite-riämme.

Lepoa ja kurvailua Miami Baechilla

Päivä 8: Oli normaali väli-päivä. Ei mitään kummempia tapahtunut. Vaan palautusta ja seuraavan päivän ajoru-peaman odottelua. Tosin oli ainoa sadepäivä koko reis-summe aikana. Ja kun satoi niin todella Satoi.



Päivä 9: Aamulla taas tien päälle. Tällä kertaa suuntana etelä ja Key West. Tosin muutama siellä jo käynyt henkilö mulle kertoi ”Sinne ei kannata mennä – Siellä ei ole mitään”. Ehkä näin olikin, heidän mielestään. Kumminkin sinne lähdimme. Olihan se yhtä siltojen ajamista. Ja toden totta – ei siellä mitään ollut. Hemmingway’n talon näin, joka myöhemmin osoittautui jonkin toisen taloksi. No tulihaan käytyä ja saatua oma mielipide Key West’stä

- Todellakaan siellä ei ollut mulle mitään.

Takaisin ajaessamme oli ohjelmassa piipahdus Miami Beach’lla. Olihan se kokemus kurvilla siellä toisten joukossa. Liikennettä oli. Mihinköhän ne kaikki oli menossa? Mistäköhän ne kaikki oli tulossa? Ulostulotiellä oli kyltti, jossa mainittiin tiellä kulkevan yli 1,8 miljoonaa autoa vuorokaudessa. Onhan se paljon, mutta oli niitä kaistojakin. 8 – 9. Ja kun kaistaa vaihdoin, niin siitä vaan ykköskaistalta suoraan uloimmalle. Joku soitti jopa torvea, mutta ei siinä ollut aikaa jarrutella. Se oli menoa eikä nokitusta. Tää oli näin jälkeenpäin ajatellen vaan sellainen ajopäivä. Mentiin pisteestä A pisteeseen B ja tultiin pisteen C kautta pois.

Päivä 10: Normaalia laiskotelua. Toki Atlantilla käytiin katsomassa lainelauttilijoita ja muuta rantameininkiä. Ruokailumme oli mitä oli. Pääasia, ettei mahan murina yllättämään päässyt.

Kolmannen etapin retki

Päivä 11: Vielä kerran avaruuskeskukseen. Ja tällä kertaa viisaampana? Nimittäin en pyytänyt p-tuolia ulos, vaan menin erään virkailijattaren luo sanoen:

- Put me and my personal roadmanager through, 'cause it's so hard to stand. Nimittäin turvatarkastuksesta selviää

helpommin seisten kun istuen. Virkailijatar katkaisi jonon ja vei meidät sisään. Turvatarkastuksen jälkeen kuulin ”someone order wheelchair” johon minä:

- Yeah – It's me! Ja hups olimme sisäpuolella.

Sukkulan lähtösimulaatio oli koettava uudelleen. Nyt oli jo helpompaa, kun tiesi mitä odottaa ja mitä mittaria milloinkin seuraa. Yritin mä sen session nauhoittaa puhelimella, mutta mönkään meni. Ei oikein kuulu ja jos sen ukon selostusta kuuleekin – selvää ei meinaa saada. Oli se bussikierroksen viimeinen etappikin käytävä. Harmitti hiukan, kun ne kohteet avautuvat porrastetusti, joten jouduimme kahdella aikaisemmalla stopillakin pysähtymään. Onneksi tokalla stopilla tää Enkeli, joka aikaisemmin hoiti meidät ekaksi bussiin tornadon jaloista, muisti mut ja sanoi:

- You can go your own way.

Kunnes pääsimme viimeiseen etappiin. Täysi pettymys. Joku hyvin syönyt ja niukalti liikuntaa harrastanut mies selitti avaruusaseman osia. No, tulihaan käytyä. Ei ainakaan jäänyt vaivaamaan, mitähän siellä olisi ollut?

Paras keikkamatka

Päivä 12: Ehkä jo hiukan ylihuomisen odottelua. Ehkä väsymys painoi jäseniä. Pää olisi kyllä vielä rundannut. Ensi kerran ajatuksiini hiipi, kuinka olisi käynyt Ollin ilman p-tuolia ja Ottoa?

Päivä 13: Tänään oli vuorossa pyörätuolin palautus. Annoin kyllä liikkeen myyjälle huutia ja mitä kuuluu sekä kuka käskää, tosin suomeksi. Kohteliaasti hän suomenkielistä vuodatusta kuunteli ja kertoi olevansa pahoillaan järjestelmästä. Jopa toivotti tervetulleeksi uudelleen Floridaan saapuessani. Tiesinhän jo miten p-tuoli vuokrataan.

Minulta lipsahti never! Enää siirtymä Miamiin, jossa niin kuin ensimmäisen myös viimeisen yön vietimme.

Päivä 14: Miamissa taas oli oma episodi p-tuolin kanssa. Airport Hotel’lla oli p-tuoli ja sen sai käyttöön kuittauksella vastaan. Siihen he eivät suostuneet, että Otto olisi vienyt mut toiselle puolen lentoasemaa aamulla, mistä lentomme lähtee. Mutta Nou Hätä. Aamulla kävin taas lainaamassa tuolin. Kerroin, että teen kierroksen ja palautan, kuten tapa oli, puoleen päivään mennessä. Otto kiikutti hiukan yli 11 mut nopeesti hissistä ulos ja kulman taa, ettei respa nää. Ja näin pääsin Lufthansan tiskille, josta lentoyhtiö huolehti sitten mut, omalla tavallaan, Helsinki-Vantaalle. Tässä vaiheessa muistui jo Tapio Rautavaaran tokaisu parhaasta keikkamatkasta – se on kotimatka. Sillä kotiin ei voi palata ennen kuin on ensin sieltä lähtenyt.

Kerran elämässä

Muutama asia joita huomasin, joita tunsin. Paljon puhutaan, että amerikkalaisten suurin ongelma on ylipaino. Totesin asian omin silmin, mutta onko sillä merkitystä, jos ihminen on omaan itseensä tyytyväinen. Ihmiset olivat hyvin avoimia ja auttavaisia.

Vesi suihkussa oli jotenkin erilaista. Hiukseni sai pesun jälkeen aivan uuden lookin ja jopa pidin siitä. Sen auttamiskulttuurin olisin halunnut kanssani Suomeen tuoda. Useamman kanssa pääsin juttuun ja sain todistettua itselleni, että minun englannillani pärjätään. Sain itseni ymmärretyksi – tosin heitä en aina ymmärtänyt. Mulla lienee kuullun ymmärtäminen hiukan heikompi kun ulosanti. Kuten englannin opettajattareni opistoajoilta, Marjatta Leinonen, totesi:

- Remu Aaltosen englannilla ei enää opiston englanninkursia läpäistä.

Hyötyä Remuenglannista oli, osasin ”nuotittaa” lausumisen jos vaikka sitä vertaa Tasavallan Presidentin englanninkielisiin puheisiin.

- Your english is good and nice to hear, sanoi moni.

Mutta hankaluuksiakin ilmeni esim. ruokaa ostaessani, tilatessani. Ne puhui niin nopeesti, joten ostin useimmin pelkän ulkonäön perusteella. Wc-paperi oli mitä oli (kannattanee viedä täältä mukaan). Liikenteessä ei huomannut ns. ruuhka-aikoja. Aina oli autoa tien päällä. Japanilaismerkit olivat ihmeen hallitsevia sekä avolava-autoja oli runsaasti. Vilkkua ei kannattanut uskoa. Jos autossa oli vilkku päällä, se ei tarkoittanut sitä, että se olisi kääntymässä. Punaista vasten sai kääntyä oikealle – hyvä järjestelmä. EU:n standardin mukainen Inva- pysäköintilupa kelpaa (turistilla). Joku jopa sanoi, että pelkkä suomalainen ajokortti kelpaa 3 kk, tiedä sitten? Lähdin reissuun sillä periaatteella, että hintalappuja en tuijottele. Jos jokin miellyttää, niin ostan pois. Liiterini henkilökunta lienee ollut peri amerikkalaisia. He eivät häirinneet, vaikka sitä pyysi. Ehkä tämä oli kohdallani ”Once in the lifetime”.

Tätä kirjoittaessani kehoni on väsynyt, rasittunut, mutta pää on onnellinen. Juuri nyt pohdin, olisinko yksin tämän reissun tehnyt? Vaikea pohdittava. Nimittäin p-tuoli ja Otto oli enemmän kuin tarpeen. Ehkä olisin yksin pärjännyt, mutta silloin mailimäärä, nyt hiukan auki 3000, olisi jäänyt muutamaan sataan. Pääasia kuitenkin on, että olin tarpeeksi rohkea lähteäkseni.

Jaala 24.02.2008

Olli Jankeri



Polioinvalidit ry:n 53. vuosikokous kutsuu

Polioinvalidit ry:n vuosikokous pidetään 26. päivä huhtikuuta 2008 Helsingissä, pitopaikkana Valkea Talo. Kokouksessa on esillä yhdistyksen sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat.

Vuosikokous on kokous, jossa jäsenistö käyttää sille kuuluvaa valtaansa ja päättää mm. yhdistyksen tulevasta toiminnasta. Kokouksessa käsitellään myöskin vuoden 2007 toimintaa: mitä voimme tehdä paremmin jatkossa.

Viime keväisessä vuosikokouksessa päätimme, että pyrimme helpottamaan jäsen-ten mahdollisuuksia vaikuttaa yhdistyksen toimintaan ja erityisesti tarjottaviin jäsen-palveluihin. Mietittiin, kuinka jäsenet voisivat aiempaa hel-pommin ja luontevimmin vai-kuttaa yhdistyksen tulevaan toimintaan ja sen rahoituk-seen.

Ehkäpä näkyvin käytän-nön toteutus sai muotonsa, kun yhdistyksen johtokunta päätti esittää, että yhdistyk-sen puheenjohtajat tai toi-minnanjohtaja osallistuvat paikallisosastojemme vuosikokouksiin.

Näin vahvistettaisiin sitä kaksisuuntaista yhteyttä, joka yhdistyksen paikallisosas-tojen ja johtokunnan välillä jo toimii. Osastojen vuosikokouksiin vietäisiin tieto yhdistyksen johtokunnan alus-tavista suunnitelmista tule-



valle vuodelle ja toiminnan rahoittamisesta. Näin jo suun-nitteluvaiheessa jäsenillä on erinomaiset mahdollisuudet vaikuttaa, kertoa toiveistaan, ajatuksistaan ja antaa tarvit-taessa kritiikkiä. Saadut kan-nanotot ja tiedot ovat sitten johtokunnan tiedossa jo siinä vaiheessa, kun se laatii sitten toimintasuunnitelman ja talousarvion vuosikokoukselle hyväksyttäväksi.

Näin on nyt toimittu ja kerätty tietoa ja kokemuksia. Katsotaan miten tämä tapa toimia lisää mahdollisuuksia

jäsenistön osallistumiseen yhdistyksemme toimintaan. Kerätään nyt kokemuksia ja jatketaan kehitystyötä tämän asian eteen.

Osastojen toiminta on vil-kastunut ja monipuolistunut. Tästä on syytä olla iloinen. Osastot ovat lisänneet keski-näistä yhteistyötään ja käyn-nistäneet useita erilaisia kun-toutushankkeita.

Ne ovat juuri niitä asioita, joita tarvitaan tulevaisuutta ajatellen. Itse toivon, että jat-kossa yhdistyksemme työ ja palvelutarjonta siirtyy yhä

enemmän paikallistasolle. Paikallistasolla pystymme toimimaan lähempänä jäse-niämme ja tarjoamaan heille paikkakunnilta muutoin puut-tuvia palveluja. Valtakun-tamme erilaiset olosuhteet ja tarpeet tulee voida edes jossakin määrin pyrkiä huo-mioimaan myös yhdistyk-semme toiminnassa. Siksi meillä on paikallisosastomme ja niiden toimintaedellytyksiä tullaan vahvistamaan jatkos-sakin. Tämä ei tarkoita tietenkään sitä, että unohtaisimme olevamme valtakunnallinen yhdistys, ei suinkaan. Vahva paikallinen osaaminen ja toi-minta luo tukevan pohjan valtakunnalliselle toiminnallemme ja tietysti myös päin-vastoin.

Polioinvalidit ry:n johto-kunta tulee esittämään vuosi-kokoukselle toimintasuunnitelman ja talousarvion, jossa mielestäni on mukana merkit-täviä lisäyksiä palvelutarjon-taamme. Mutta lisäehdotuksia ja ideoita tuleville vuosille kaivataan, joten tervetuloa runsaslukuisesti vuosikoko-ukseemme. Siellä päätämme oman yhdistyksemme vuoden 2008 toiminnasta ja luomme pohjaa tulevien vuosien toi-minnan suunnalle.

Helsingissä tavataan !

**Kokousterveisin
puheenjohtaja
Rauno Nieminen**

Suomen Polioliitto ry:n kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista 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 kursseille voivat hakeutua kaikki polion sairastaneet ikään tai jäsenyyteen katsomatta.

Miten haet kursseille

Suomen Polioliiton kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseille haetaan Suomen Polioliiton omalla lomakkeella, joka löytyy jokaisesta Poliolehdessä. Hakemuslomakkeen voit täyttää myös Polioliiton omilla [www-sivuilla](http://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 sopeutumisvalmennuskurssi "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

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssi Invalidiliiton Lahden Kuntoutuskeskuksessa

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

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.



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

Stadin kundi

- elämänkerta sivustolta [www. poliotari-noita.net](http://www.poliotari-noita.net)

Lapsuus ja talvisota

Ensimmäinen elämäni alkoi vuonna 1935, kun toukokuun 19. päivänä aamulla kukonlaulun aikaan päästin ensimmäiset kiekaisuni. Kukonlaulua ei kylläkään suuremmin Helsingin keskustassa kuulunut. Synnyinkotini, jonne minut Boijen sairaalasta kiikutettiin, sijaitsi Eerikinkadulla. Sieltä ei minulla luonnollisesti ole mitään mielikuvia, olinhan vielä kovin nuori.

Vasta kun olimme jonkin ajan kuluttua muuttaneet Lapinlahdenkadulle, alkaa muistini vähitellen palautua. Leikit lähipuiston hiekkalaatikolla, käynnit äitini kanssa Hiekkarannalla ja hautausmaalla sekä isäni liikkeessä Malminkadulla. Myös setäni oli isän fimassa töissä autonkuljettajana. Voin vieläkin aistia savunhajun, jonka höyryveturi pölläytti tavarajunan alittaessa Lapinlahdenkadun sillan. Raitiovau-nut kolistelullaan ja jarrujen kirsunnallaan ovat myös jättäneet pysyvän äänijäljen muistiini noilta varhaisvuosiltani.

Talvisodan puhjettua syksyllä 1939 alkoi kaupungissa yleinen evakuointi. Ilmahälytyssireenien ulvonta ja pommien räjähdykset kuulostivat pelottavilta lapsen korvissa. Isäni veikin mummoni, äitini, edellisenä keväänä syntyneen



sisareni ja minut evakkoon kesäpaikkaamme Sipooseen ja sieltä jonkin ajan kuluttua Ruovedelle.

Vuosikausia kylmillään ollut pirtti, joka oli ollut suvulla vain kesäkäytössä, tarjosi kyllä rauhaa mutta muuten alkeelliset olosuhteet. Juomaveden oli äitini joutunut hakemaan parinsadan metrin päästä naapuritalon navetasta lumeen tehtyä polkua pitkin. Pesuvedet sulatettiin lumesta. Kovimpien pakkasöiden jälkeen oli vesiämpärin pinnassa jääkerros pakkasen hiipiessä yön aikana tupaan kaikista mahdollisista raoista. Olimme kuitenkin selvinneet terveinä noissa ankeissa oloissa siihen asti kun maaliskuussa sota loppui ja pääsimme takaisin kotiin Helsinkiin.

Jatkosota ja koulun pommittaminen

Koulunkäynnin aloitin syksyllä 1941 jatkosodan alettua edellisenä kesänä. Kotini oli Lapinlahdenkadulla vastapäätä koulua. Sodan todellisuuden sain kokea toistuvina ilmahälytyksinä, joita seurasi

usein pommien räjähdysä ja ilmatorjuntatykkien pauketta. Pommisuojaan jouduimme usein menemään kesken koulutunnin. Välillä oli kuitenkin pitkiäkin rauhallisia ajanjaksoja. Silloin kävimme kavereiden kanssa tutkimassa läheiselle Leppäsuolle rakennettuja sirpalesuojia ja leikimään Pum-sotaa, joksi sitä kutsuimme. Leikit ja pelit myötäilivät ajan henkeä.

Ajankuvaan liittyi myös erilaiset talkoot ja keräykset. Talvisin oli mottitalkoita ja loma-aikoina keräsimme mm. männynkäpyjä autojen puukaasuttimia varten, metalliromua, kumia, lumppuja yms. sekä kesäaikana tietysti marjoja, sienä ja esimerkiksi voikukanjuuria kahvinkorviketta varten. Muurahaisenmunat kuuluivat myös keräilyn piiriin lääketeollisuutta varten. Olimme saaneet koulusta vihkot, joihin merkittiin keräilyn tulokset.

Heinätoivissa vankien matkassa

Kesällä 1942 lähdin isäni kanssa Ruovedelle naapuri-

taloon heinätoivihin. Silloinhan oli kova pula miestyövoimasta, ja kaikkia kynnelle kykeneviä oli pyydetty apuun. Lähdimme junalla matkaan ja saavuimme puolilta öin Vilpulaan monien matkalla sattuneiden viivytysten jälkeen. Jatkoyhteyttä Ruovedelle ei tietenkään siihen aikaan yöstä enää ollut. Linja-autot kulki-vat muutenkin satunnaisesti kalustopulasta johtuen.

Asemalta oli sattumalta läh-dössä armeijan kuorma-auto viemään Ruovedelle venäläisiä sotavankeja maataloustöihin. Pääsimmekin mukaan kyytiin. Siitä muodostui 8-vuotiaalle jännittävä matka, josta riitti kertomista kavereille. Matkasimme lavalla yön pimeydessä vankien ja suomalaisen varti-jasotilaan seurassa. Vankeja näin myöhemminkin töissä pelloilla ja kävelemässä tiellä. Hehän saivat liikkua vapaasti lähitienoilla. Olivathan olot heillä paremmat kuin vanki-leirillä.

Koulu pommitettiin

Mieleenpainuvin ja pelot-tavin tapaus sattui itselleni

kuitenkin tammikuun lopulla 1944, kun venäläiset aloittivat Helsingin suurpommitukset. Olimme illalla juuri nukku- maan menossa kun sireenit alkoivat ulvoa. Oli lähdettävä taas pommisuojaan talomme kellariin, joka oli varustettu pitkillä penkeillä ja parruista tehdyillä tukirakenteilla. Olimme istuneet siellä jo jonkin aikaa, kun yht'äkkiä kuului valtava räjähdys. Valot sammuiivat ja kellari täyttyi pölypilvestä niin, että oli vaikea hengittää. Kuului naisten ja lasten huutoa.

Luulimme ensin pommin osuneen kotitaloomme, kunnes jonkin ajan kuluttua asuinkorttelimme väestön- suojeluvalvoja tuli rauhoit- telemaan ja kertomaan, että pommi oli osunut vastapäätä olevaan kouluun. Joskus aamuyöllä tuli sitten vihdoin ”vaara-ohi”-merkki ja pää- simme takaisin kotiin. Näky, jonka siellä kohtasimme oli lohduton. Kaikki ikkunat olivat ilmanpaineen lennät- täminä sirpaleina ympäri huoneita. Lisäksi pakkasilma oli levinnyt avoimista ikku- noista sisälle, olihan keski- talvi. Äitimme järjesti meille lapsille makuusijat loppuyöksi kylpyhuoneeseen. Koulun- käyntini keskeytyi toistai- seksi.

Isäni, joka oli kotiutettu sota- sairaalasta Seinäjoelta syksyllä 1943, vei meidät seuraavana päivänä evakkoon kesäpaik- kaamme Sipooseen. Olomme siellä osoittautui kuitenkin yhtä turvatomaksi johtuen kylmyydestä ja pommiuhasta. Venäläiset eivät onnistuneet pudottamaan Helsinkiin kuin n.5% pommeistaan, kiitos Helsingin tehokkaan ilma- puolustuksen. Loput pommit he pudottivat pitkin rannik- koa, minkä mekin jouduimme siellä toteamaan.

Seuraava evakkopaik- kamme oli taas Ruovesi. Siellä pääsin jatkamaan keskeyty- nnyttä koulunkäyntiä. Joskus

näimme sielläkin venäläi- siä pommikoneita lentävän korkealla taivaalla. Kävivät pommittamassa Haapamäkeä, joka oli siihen aikaan tärkeä risteysasema.

Rauhalliset nuoruusvuodet Stadissa

Syyskuussa 1944 jatko- sota lopultakin päättyi ja pää- simme takaisin kotiin eva- kosta. Aloin käydä oppikoulua Norssissa, jonne oli vartti- tunnin kävelymatka kotoani. Keväällä 1946 muutimme Kruunuhakaan.

Kesäloimat vietin enimmäk- seen Sipoossa. Siellä löytyi kavereita, jotka olivat myös Stadista kesälomalla. Välillä otimme yhteen paikallisten kanssa, he kun eivät oikein pitäneet meistä suomenkie- lisistä. Kieliriidathan olivat vielä yleisiä siihen aikaan.

Kesät kuluivat rattoisasti, uitiin, kalasteltiin ja pidettiin omia olympialaisia. Seiväs- hyppy oli mielilajini. Välillä leikimme myös sotaleikkejä ajan hengessä. Rakentelimme sotalaivoja ja -lentokoneita. Taskurahoja hankimme mm. perunannostosta naapuritalon pelloilla. Oman polkupyörän sain 11-vuotiaana. Teimme kavereiden kanssa polkupyö- raretkiä lähiseuduille, kerran Loviisaankin asti.

Kaupungissa oli taas eri kaverit, joiden kanssa kävin syksyisin ja keväisin pelaa- massa mm. koripalloa ja pesäpalloa. Talvisin kävimme Kaisaniemen ja Johanneksen kentillä luistelemassa. Hiihto- retkiä teimme mm. Korkea- saareen ja Degeröön. Joululomalla hankin taskurahoja myymällä joulukortteja ovelta ovelle. Joulunaluspäivinä olin läheisessä kukkakaupassa tsupparina.

Keväisin löysin hyvän ansio- kohteen Eläintarhan ajoista myymällä siellä ohjelmia. Sain samalla seurata kilpailua ilmaiseksi. Viikkorahoja ei

siihen aikaan juurikaan har- rastettu. Leffarahat sai joskus, että pääsi katsomaan Tarzania tai merirosvoletteja. Oppihan siinä oma-aloitteisuutta ja rahankäyttöä, kun joutui tas- kurahansa hankkimaan pääasi- assa omalla työllä. Myöhem- min ollessani 13-15 ikäinen olin kesäisin isäni liikkeessä ”fillaritsupparina” ja välillä autonapumiehenä.

Autoa opetti isäni minut ajamaan täytettyäni 12 vuotta. Sain ajaa usein liikkuessamme maaseudulla. Täytettyäni 15 vuotta anoi isäni opetuslupaa. Suureksi pettymykseksi- sitä ei kuitenkaan myönnetty iästäni johtuen. Jotkut olivat kyllä saaneet sen jo 16-vuo- tiaana siihen aikaan. Opetus- lupa- ja sen myötä ajokortti- haaveeni siirtyivätkin sitten vuosien päähän kohtalon puu- tuttua peliin kesällä 1950.

Nuorukainen sairastuu, kuntoutuu ja aikuistuu

Toinen elämäni alkoi hei- näkuussa 1950. Olin viettä- nyt kesälomaa Ruovedellä juhannuksesta asti ja palan- nut takaisin kaupunkiin isäni liikkeeseen töihin. Oli hei- näkuun 17. päivä kun olin taas pyörällä asioilla kau- pungilla. Aloin tuntea oloni kuumeiseksi. Palattuani takai- sin lähettikierrokselta kerroin oireistani isälleni. Hän passitti minut kotiin.

Seuraavana päivänä olin edelleen kuumeinen ja jalko- jani oli alkanut särkeä. Tutkin lääkärikirjaa ja kuvittelin sen olevan jotain lihasreumatis- mia. Yrittäessäni seuraavana aamuna nousta sängystä tote- sin, että jalkani olivat aivan voimattomat. Jouduin mene- mään vaivalloisesti konttaa- malla vessaan. Soitin isälleni ja kerroin tilanteen. Äitini ja sisareni olivat silloin vielä Ruovedellä kesälomalla. Isäni soitti hetken kuluttua ja käski pysyä makuulla liikkumatto- mana kunnes hän tulisi kotiin.

Isä oli soittanut tuttavalle lää- kärille, joka oli heti epäillyt syyksi poliota.

Isäni kantoi minut autoon ja vei Aurooran sairaalaan. Siellä otettiin aluksi selkäydinpunk- tio, joka oli aika traumaattinen kokemus. Laitettiin tyyny vatsan ja reisien väliin ja hoi- tajat pitivät käsivarsista kiinni kun näytteenottoneula työn- nettiin selkäytimeen. Kaksi viikkoa jouduin olemaan eris- tyksessä liikkumattomana. Sitten tuli siirto toiselle osas- tolle ja aloitettiin vähitellen kuntoutus.

Kuntoutuksen alku oli tus- kallista, kun minut nostettiin ”fordin” varaan seisomaan. Polvet eivät pitäneet ollen- kaan ja jänteet olivat kireät. Kuntoni alkoi kuitenkin asteit- tain kohentua niin, että noin kuukauden kuluttua Invali- disäätiölle siirtymisen jälkeen pystyin jo liikkumaan oma- toimisesti kyynärsauvojen ja tukisidosten varassa. Säätiöllä kuntoutus jatkui seuraavat 3½ kuukautta joulukuun saakka.

Omaiset ja vanhat kaverit kävivät säännöllisesti vieraile- massa. Potilastovereista löytyi uusia ja mielenkiintoisia tutta- vuuksia, ikätovereista sotain- valideihin saakka. Viihdyinkin siellä yllättävän hyvin. Olin aluksi majoitettu itseäni nuo- rempien kanssa samaan huo- neeseen, mutta myöhemmin sain siirron aikuisten huo- neeseen, mikä tietysti nostatti nuorukaisen itsetuntoa. Sain kuunnella tarinoita merimies- jutuista sotajuttuihin saakka ja kaikkea siltä väliltä. Sai- raalakokemusten myötä ehkä aikuistuinikin tavallista var- hemmin. Lueskelin paljon ja kirjasto olikin ahkerassa käytössä. Elokuviakin pää- simme katsomaan silloin täl- löin juhlasaliin.

Syksy alkoi olla lopuillaan, kun pääsin kotiin. Jatkoin kotona kuntoutusta yksityisen jumpparin tukemana. Kävin myös Säätiöllä edelleen vesi-



jumpassa. Seuraavan kesän vietin Ruovedellä, jossa kuntoilin mm. uimalla. Pystyin ajamaan polkupyörälläkin tasamaalla. Mielessäni eli koko ajan usko parantumisesta, mikä kuitenkin tuntui vain hidastuvan ja etääntyvän. Aika parantaa haavat, kuten sanotaan. Niinpä aloin vähitellen tottua uuteen olotilaani.

Koulu loppuun, ensimmäiset työpaikat ja avioliitto

Seuraavana syksynä ilmoit tauduin kouluuni suorittaak seni loppuun keskenjääneet opinnot. Olin parina viime vuotena ottanut koulunkäynnin vähän leväperäisesti ja jäänyt siitä syystä luokalleni ennen sairastumistani. Asenteeni oli nyt muuttunut ja sain luvan käydä suorittamassa eri aineet opettajille yksityisesti. Kertasin koko keskikoulun selvittäkseni tenteistä kunnialla, ja onnistuin.

Ensimmäisen vakituisen työpaikkani sain olympiakesänä 1952 silloisen Nuorisovalityksen kautta Siemensin puhelintehtaaseen. Ala tuntui kiinnostavalta ja haasteelliselta, vaikka olinkin haaveillut autoalasta. Muutamat yrityk seni päästä autokorjaamoon töihin kariutuivat fyysiseen kuntooni, kävelinhän tuolloin vielä kahden kyynärsauvan varassa.

Seuraavana vuonna sain kuitenkin jo heittää kyynärsauvat nurkkaan ja siirtyä pikkukeppiin. Olin muutaman vuoden asentajana sekä tehtaalla että kentällä kunnes sain uuden työpaikan Hedengrenin teleosastolla, aluksi piirtäjänä ja myöhemmin suunnittelijana.

Vuonna 1956 sain vihdoin sen kauan odottamani ajokortin Järvenpään Invalidien Autokoulussa. Seuraavana keväänä ostin ensimmäisen autoni, Opel Kapitanin vm. 1950. Se oli 11 vuotta nuorempi, mutta samanlainen kuin

se, jolla isäni opetti minua aikoinaan ajamaan.

Isäni liikkeen ajauduttua konkurssiin v.1955 ja vanhempieni erottua pari vuotta myöhemmin kotimme Kruunuhaassa hajosi ja jouduin hakemaan itselleni omaa asuntoa. Sain vuokrattua pienen yläkertahuoneen omakotitalon yläkerrasta Kaarelassa. Asunonsaanti oli kiven alla niihin aikoihin Helsingin seudulla.

Syksyllä 1957 oli vuorossa avioliitto. Esikoispoikamme syntyi seuraavana vuonna. Seuraavaksi saimme hiukan isomman asunnon Kruunuhaasta, 21 m²:n ”loistoyksion”, jossa oli yhdistetty WC/keittokomero! Toinen poikamme syntyi vuotta myöhemmin. Asunto alkoi käydä ahtaaksi. Onni potkaisi, kun saimme kaupungin vuokrakaksion upouudesta talosta Puotilasta v.1961.

Teknillinen opisto työn ohella sekä myöhemmät työpaikat

Vuodet kuluivat pääasiassa työn merkeissä. Olin vuokranut pienen työhuoneen, jossa rakentelin ”firaabelihommia” kaikenlaisia erikoislaitteita työnantajalleni. Keväällä 1964 pyrin esimieheni kannustamana Helsingin teknilliseen opistoon. Olin jo edellisenä talvena kehitellyt ajatusta ja kerrannut aikoinaan käymääni keskikoulua.

Läpäistyäni pääsykokeet oli selvitetävä taloudelliset mahdollisuudet. Esimieheni oli luvannut puhua puolestani, että voisin käydä osapäivätoisissa. Se järjestyikin ja kun työpaikkani sijaitsi parin korttelin päässä koulusta, pystyin käymään töissä myös ns.hypytytuneilla.

Tyttäremme syntyi samana keväänä joten ohjelmaa riitti. Vaimoni meni myöhemmin iltatöihin, jolloin sain alkuilasta olla lapsenlukkana ja vasta myöhemmin illalla paneutua koulutehtäviin. Siinä kului

seuraavat neljä vuotta työntäyteisinä ja tiukan talouden rajoittamina.

Valtiolta sain opintolainaa 1.200 silloista markkaa neljäksi vuodeksi kun olin anonut sen verran vuotta kohti. Katsoivat kait sen verran epävarmaksi projektiksi. Pankista katsoin kuitenkin välttämättömäksi anoa lainaa uuden auton ostoa varten. Ei ollut aikaa korjailla vanhoja autoja. Piti päästä liikkumaan joutuisasti ja varmasti. Ensimmäiseen autooni rakensin itse käsikäyttöisen kytkimen ja jarrun. Niitä kun ei silloin ollut vielä saatavana valmiina. Siirsin ne siis myöhemmin uuteen autooni, ”tipparelluun”.

Keväällä 1968 olin vihdoin kahlannut läpi 4-vuotisen opiskelijakson, kaksi ensimmäistä vuotta puhelinlinjalla ja toiset kaksi vuotta mittaus- ja säätötekniikan linjalla. Valmistut tuani jatkoin vielä kolmisen vuotta samassa firmassa, ensin suunnittelu- ja tarjousinsinöörinä ja sittemmin teleasennuspäällikkönä.

Saatuani tarjouksen telesuunnittelijaksi Insinööritoimisto Risto Mäenpäälle katsoin olevan jo aika ”vaihtaa taloa”. Olinhan jo 16 vuotta ehtinyt palvella samaa isäntää. Joulukuussa 1972 pääsimme muuttamaan uuteen arava-asuntoon Vantaan Martinlaaksoon.

Vuoden kuluttua oli jälleen edessä työpaikan vaihto. Sain nimittäin haasteen tulla suunnittelemaan ja perustamaan tuotantoa uuteen sairaala-alan elektroniikkayritys Kemio-niin, joka oli kehittänyt laboratoriokäyttöön tarkoitettua entsyymianalysaattorin prototyyppiasteelle. Alkuvaikeuksien jälkeen sain tuotannon rullaamaan ja palkkasin lisää porukkaa kokoonpano- ja testaustehtäviin. Vienti alkoi alusta lähtien vetää hyvin, aluksi USAan ja myöhemmin Englantiin.

Toiminta oli kuitenkin erittäin riskialtista johtuen myyntika-

navien vähydestä. Kun energiakriisi tuli sitten sotkemaan komponenttien saatavuutta ja vienti alkoi tökkiä, ainekset olivat kasassa tuotannon asteittaiselle alasajolle. AMER, joka oli vähän aikaisemmin ostanut firman SPONSORilta, ei halunnut satsata enempää vaan lopetti tytäryhtiönsä toiminnan. Lopputilit jaettiin sitten keväällä 1978. Aikansa kutakin..

Kaatuksen eläkkeelle

Irtisanomisten aikoihin satuin taas kerran kaatumaan sillä seurauksella, että polveni murtui useammastakin kohtaa. Olihan noita kaatumisia sattunut viime vuosina yhä useammin, etenkin talviliukkailla. Niistä olin kuitenkin selviytynyt nyrjähdyksillä tai pienemmillä murtumilla. Nyt kävi huonompi tuuri. Jouduin siis taas kerran Töölön sairaalaan paikattavaksi. Metallituki polveen kuudella ruuvilla ja jalka kipsiin.

Kestikin sillä kertaa melkein vuoden ennen kuin polvi luutui niin, että kipsi voitiin ottaa pois. Se poistettiin toki välillä ja jalkaa kylvetettiin ja jumpattiin liikkuvuuden säilyttämiseksi. Kuntoni oli kuitenkin päässyt jo rapistumaan niin, että jouduin taas ottamaan kyynärsauvat käyttöön.

Ollessani sitten lopputarkastuksessa lääkäri tutkaili kuntoani ja kysyi jatkosuunnitelmistani. Kerroin jääneeni työttömäksi firman lopetettua toimintansa ja hakeneeni muutamia työpaikkoihin, mutta huonolla menestyksellä johtuen liikuntarajoitteisuudestani. Kun kaatumisalttius oli lisäksi vuosi vuodelta pahentunut, olin jo taloudellisistakin syistä valmis siirtymään työkyvyttömyyseläkkeelle. Lääkäri antoiinkin asialle siunauksensa ja kirjoitti tarvittavat asiakirjat.

Olin ollut erittäin motivoitunut viimeiseen työsarjaani

ja olisin mielelläni ollut kehittämässä sitä eteenpäin, mutta asioiden saamien käännteiden vuoksi olin valmis siirtymään ”vapaaherraksi”. Oli pyyhittävä katkeruus mielestä ja tunnustettava tosiasiat. Eläkkeelle päästyäni jatkoin kuitenkin ns. freelancerina tekemällä suunnittelutöitä muutamille firmoille kotityönä. Korkeintaan kolmanneksen eläketulosta laskettuna sai ansaita menettämättä eläkettään. Ennen pitkää työt alkoivat ”häiritä harrastuksia” ja niinpä aloin pikkuhiljaa luopua niistä.

Omakotitalo remontointi ja puutarhan hoito

Olimme jo pitkään haaveilleet omakotitalosta asuttamme viimeiset 9 vuotta Vantaan Martinlaaksossa kerrostalossa. Satuimmekin löytämään sopivan talon Hämeenkylässä. Talo oli sisätiloiltaan keskenäinen, mutta jo asuttavassa kunnossa. Siinä riittikin työmaata pitkäksi aikaa. Hoidin itse vaimon myötävaikutuksella suunnittelutyöt ja materiaalihankinnat. Varsinaiset rakennustyöt hoidin ”istuin- ja lattiatasolla”. Muu perhe keskittyi ”ylemmän tason töihin”.

Vamman myötä olen oppinut kaikenlaisia kikkoja selviytyäkseen fyysisistä töistä. Aikaa vaan tahtoo mennä tavallista enemmän, kun suuri osa ajasta ja energiasta kuluu ”ahterin siirtelyyn”; jaloissani kun ei ole ponnistusvoimaa juuri ollenkaan. Talomme kuitenkin valmistui pikkuhiljaa ja vuorossa oli puutarhan kunnostamista sekä erilaisten piharakenteiden suunnittelua ja rakentamista.

Jälkipolvi avioitui vähitellen ja muutti pois kotoa. Hankkivat omat talonsa, luonnonläheisestä asumisesta kun ovat hekin aina pitäneet. Vuodet vierivät verkkaisesti. Omakotitalossahan riittää kyllä puuhastelua, kunnossapitoa,



puutöitä, puutarhanhoitoa yms.

Postimerkkien keräilyä, valokuvausta, lyijylasia -jazzia ja bossa novaa...

Mukaan kuvioihin tuli myös sellainen nuoruusajoiltani periytynyt harrastus kuin filatelia ja valokuvaus. Musiikilla on aina ollut suuri merkitys mielialaani. Sen suhteen olen melko kaikkiruokainen, mielilajeina kuitenkin perinteinen jazz sekä latino-musiikki, josta varsinkin bossa nova on läheinen. Henkilökohtaisella tasolla kaikki sellainen musiikkihan kuulostaa hyvältä, mikä herättää mieluisia muisti- ja mielikuvia. Myös uusille harrastuksille löytyi paremmin aikaa. Kiinnostuin lyijylasi- ja tiffany-töistä, joita olen sittemmin tehnyt sekä itselleni että lahjoiksi muille.

Vuonna 1993 päästessäni ensimmäistä kertaa Käpylään poliokurssille sain kipinän jousiammuntaan lajin mitalistien Kinnusen Osmon ja Kallungin Keijon opastamana. Heidän kauttaan pääsin sisälle jousiammunnan hienouksiin. Intoa ja aikaa ei kuitenkaan ole riittänyt harjoitella tarpeeksi yltääkseni huipputuloksiin. On ollut kivaa käydä ampumassa silloin tällöin. En ole kuitenkaan oikein koskaan pitänyt pakkotahetisesta ja ”ryppyotsaisesta” harjoittelusta. Monen nuoren into urheiluun on stressattu ja pilattu hiostamalla. Leikki-

mielinen kisailu ja kuntourheilu on ihan eri asia.

Polioliiton riennoissa tapaa kohtalotovereita

Liittymiseni Polioliittoon tuli ajankohtaiseksi Poliokurssin yhteydessä v.1993. Siitä lähtien olenkin osallistunut ahkerasti liiton järjestämiin kursseihin ja matkoihin ym. tilaisuuksiin. Kiitos järjestäjille, jotka ovat uhranneet aikaa ja vaivaa niiden järjestämiseen. On ollut aina ilo tavata kohtalotovereita ja vaihtaa kokemuksia ja ajatuksia niin poliosta kuin muistakin aiheista.

Työelämässä ollessani ja sen jälkeenkin en tullut kiinnittäneeksi suuremmin huomiota vammaani - semminkin kun olin selvinnyt omin neuvoin yleensä tilanteesta kuin tilanteesta. Minkäänlaista vierokuntaa tai ennakkoluuloja en ole kokenut milloinkaan vanhojen kavereiden enkä työtovereiden taholta.

Laitoskuntoutukseen pääsin ensimmäistä kertaa v.1993 Käpylään. Olin kyllä anonut joskus 80-luvun alussa selälaiseen, mutta anomukseni evättiin silloin. Nytemmin olen päässyt Käpylään vielä vuosina 1999 ja 2003. Viime vuonna toimittamaani hakeemukseen sain hiljattain hylkäävän päätöksen. Täytyy kai seuraavaksi yrittää jonkin muualle. Myyrmäen terveyskeskuksessa saan kylläkin käydä vesijumpassa

kaksi 10-15 kerran jaksoa vuodessa.

Vantaa on kunnostautunut apuvälineasioissa

Kotikuntani Vantaa on mielestäni toiminut kiitettävästi vammaispalveluasioissa. Sauna- ja pesuhuoneeseen saimme aikoinaan liukkaiden lattialaattojen tilalle Altro-turvamaton, joka on osoittautunut todella nimensä veroiseksi. Ei ole märkänäkkään liukas. Alakertaan johtavaan portaikkoon asensin aikoinaan jo rakennusvaiheessa FLOTEX-merkkisen maton. Muutama vuosi sitten sain myös porrashissin taloomme, koska sauna- ja askartelutilat kun sijaitsevat alakerrassa.

Pyörätuolin otin käyttöön jo vuonna 1988 selvitäkseni turvallisemmin kodin ulkopuolella ja toisaalta säästääkseni niveliäni. Tukisidosta olen joutunut käyttämään oikeassa jalassani jo parikymmentä vuotta, samoin tukisukkia. Kaikki edellä mainittu on pitkälti tehnyt mahdolliseksi sen, että pystyn asumaan kotonani ja olen ainakin toistaiseksi pysynyt suhteellisen hyvissä sielun- ja ruumiinvoimissa. Sen merkitys on ilmeisen hyvin oivallettu kotikuntani terveydenhoitopiireissä.

Lopuksi muutama Stadin kundille tärkeä mietelause:

”Ken tietä kulkee, tien on vanki, vapauden tuo umpi-hanki.”

”Tosiasioden tunnustaminen on viisauden alku.”

”Muista eilinen, haaveile huomista, elä tänään.”

Lisää koskettavia kirjoituksia voi lukea Suomen Polio-liitto ry:n www.poliotarinoita.net sivuilta. Sieltä löytyvät myös ohjeet kuinka sivuille saa myös oman tarinansa.

Kuvat Poliolehden arkisto

Miten sen nyt kertoisin?

Tapaan aika ajoin kahta sukulaistyttöä. Sanotaan heitä nyt vaikka Bertaksi ja Klaaraksi. Vilkkaat tytöt haluaisivat kiivetä syliin tai jopa riehua kanssani. Kun selitän tiukkaan sävyyn, etten jaksa, tytöt luulevat, etten tykkää heistä.

Lapset huomaavat alta aikayksikön, jos jokin aihe saa aikuisen hämmennyksiin tai nikottelemaan. Niinpä hekin alkavat väistellä aihetta. Pienessä mielessään he alkavat kuitenkin uskoa, että vaietussa asiassa täytyy jotain hämärää tai omituista. Huonoimmassa tapauksessa lapset luulevat, että he ovat tehneet jotain pahaa.

Asia jäi vaivaamaan. Polion tihutöitä on vaikeata selittää aikuiselle, joten miten kummassa voisi saada anatomiasta ja fysiologiasta tietämättömän lapsen ymmärtämään, mistä on kyse. Päätin kuitenkin yrittää ja kirjoitin tarinan polioviruksesta nimeltä Popsikki. Sadut ja tarinat ovat siitä hyviä, että lapset ymmärtävät niiden olevan ainakin ytimeltään totta.

Tämä kertomus on vain esimerkki. Olet varmaan keksinyt omalle lähilapsillesi paremman, tai jos et ole, osaa räätälöidä heille juuri sopivan. Siksi en kerro tarinaa sellaisenaan vaan kerron tarinan sadun kertomisesta.

Poliovirus nimeltä Popsikki

Bertta ja Klaara olivat kylässä Talvikki-tädin luona. Aluksi koottiin palapeli ja syötiin. Klaara olisi halunnut Talvikin syliin, mutta Talvikki sanoi, ettei jaksaisi kantaa Klaara.

Klaara kysyi tapansa mukaan napakasti: ”Miksi et jaksa?”

Talvikki sanoi: ”Haluattekos tytöt kuulla sadun Popsikista?” Tytöt olivat heti kuulolla, joten Talvikki kaivoi esiin muutaman kuvan ja alkoi kertoa: ”Elipä kauan kauan sitten poliovirus nimeltä Popsikki. Se oli hirmu pieni ja hirmu ronkeli. Sille kelpasi ruuaksi vain ihmisten liikehermosolut, joita tarvitaan esimerkiksi käsien ja jalkojen liikuttamiseen sekä hengittämiseen.”

”Miten niitä liikejuttuja käytetään?” kysyi Bertta.

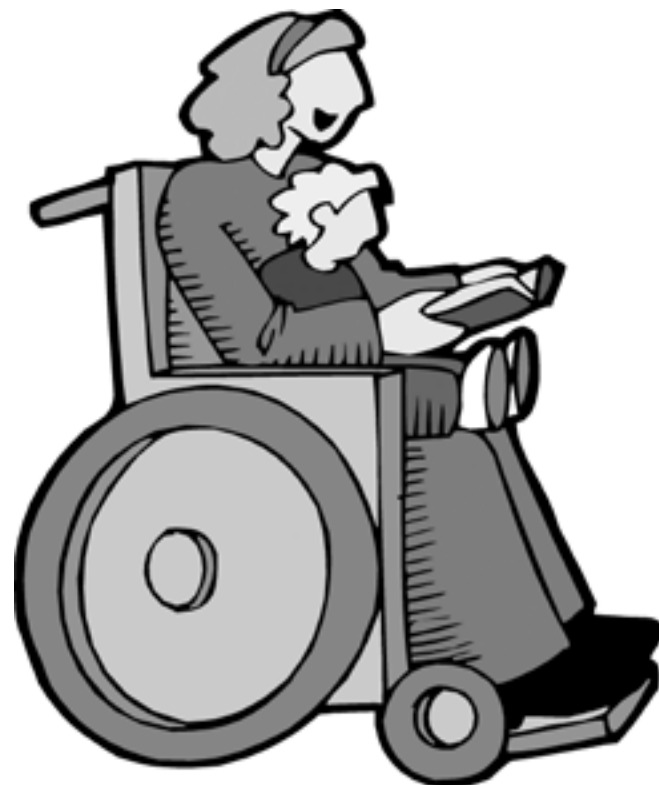
Talvikki vastasi: ”Liikehermosolut on tosi monimutkainen sana, joten kutsutaan me niitä vaikka liikkoneiksi; siitä lempinimestä tulee mielen liikuttavat konit. Liikkoneit ovat ohuita kuin hämähäkinseitti eikä niitä voi nähdä paljaalla silmällä.

Mutta sähköjohdot voi nähdä, joten verrataanpa liikkoneita niihin. Monet sähköjohdot kulkevat seinien sisällä kunnes johtojen pää tulee ulos seinässä olevasta pistorasiasta. Pistorasioita ei saa ronkkia, koska niistä voi tulla vaarallisen paljon sähköä. Vain ehjän töpselin saa työntää pistorasiaan.”

Klaara muisti heti: ”Kun mummi tekee meille pirtelöä, mummi ottaa kaapista sörsse-lisössääjän, panee siihen mar-



Aiemmin lapsille ei puhuttu poliosta tai siitä, mistä se johtuu. Puhumattomuus saa asian näyttämään salamyhkäiseltä.



Koska lapset tykkäävät saduista, heille voi kertoa sadun polioviruksesta nimeltä Popsikki

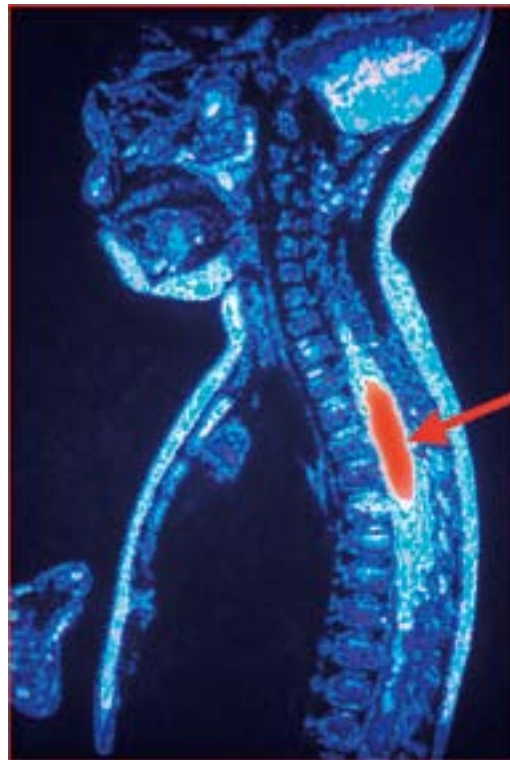
joja, jäätelöä ja maitoa. Vasta sitten mummi panee töpselin seinään ja sörssis. Ihan heti mummi ottaa töpselin pois seinästä ja kaataa meille pirtelöä. Se on kivaa.”

Talvikki jatkoi siihen: ”Hyvä Klaara. Juuri noin pitää toimia. Mutta palataanpas Popsikkiin. Jos Popsikki tykkäisi syödä liikkoneiden sijaan vaikkapa sähköjohtoja, se pistelisi poskeensa talon kaikki töpselit, jotka se suinkin vain löytäisi - tai ainakin se purisi johdot poikki. Mitäs tytöt arvellette, tulisiko teille pirtelöä, jos vaikka hiiri olisi pannut mummin tehosekoittimen töpselin poskeensa tai purisi johdon poikki?”

Molemmat tytöt tiesivät, ettei mummin ”sörsselisösääjä” enää toimisi. Niinpä Talvikki jatkoi:

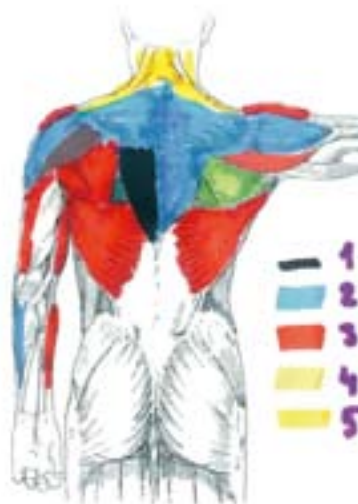
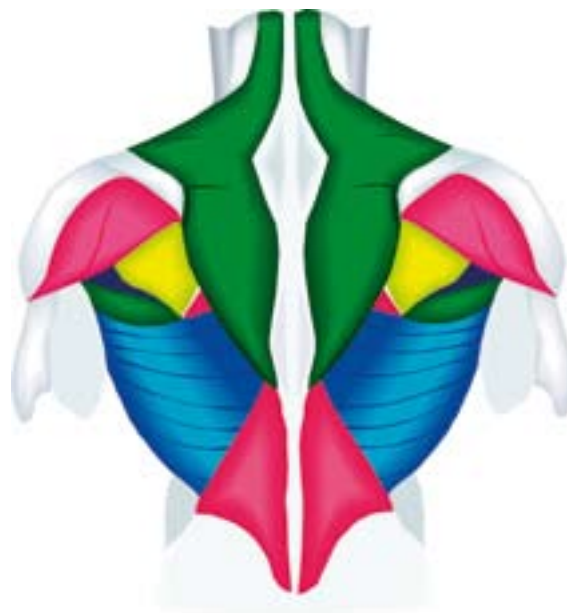
”Lihakset ovat vähän samanlaisia kuin tehosekoittin. Nekin tarvitsevat toimiakseen sähköä. Sinä Bertta tykkäät kovasti jäätelöstä. Aina kun haluat nuolaista tötteröä, ajatus lähtee vilistämään aivoistasi kaulan kautta selässäsi olevaan putkeen, jota sanotaan selkäytimeksi. Selkäytimessä on ikään kuin töpseli, josta lähtee lihakseen päin sähköjohdon kaltainen liikkoni. Aina kun liikkoneissa kulkee sähköä, lihas liikkuu. Kun haluat nuolaista jäätelöä, liikkonia pitkin ajatus vipeltää Kippari Kallen lihakseen eli hauikseen. Se koukistaa kättäsi. Niin saat jäätelön nuolaisuetäisyydelle.

Olen aina ollut huono syömään jäätelöä, mutta tykkäsin pienenä lihakeitosta. Kippari-Kallen lihas auttoi minua lusi-koimaan sitä suuhun. Mutta eräänä loppukesän päivänä nielaisin vahingossa Popsikin. Koska Popsikki oli hyvin nälkäinen, se kipitti viivana selkäytimeeni ja alkoi ensi töikseen popsia niiden liikkonien töpseleitä ja johtoja poikki, jotka kuljivat Kippari-Kallen lihakseen. Vaikka



Jos ihmisen sisään voisi nähdä, Popsikkien mellastusalue voisi näyttää punaisena. Ei ne Popsikin touhut aikuisten oikeasti ihan tältä näytä, mutta melkein.

Kaikkien ihmisten lihaksia peittää nahka, jolloin yksittäisiä lihaksia ei näy. Mutta jos selkää nahan alle voisi kurkistaa, siellä näkyisi kerroksittaisia lihaksia. Vähän niin kuin hampurilaisessa. Jos Polio-Popsikki ei ole ahminut liikkoneita, kaikki lihakset ovat yhtä vahvoja. Mutta jos Popsikki popsikki on purrut johonkin lihakseen menevät piuhat poikki, lihas halvautuu. Popsikki on voinut syödä sinisistä lihaksista melkein kaikki voimat voimat kokonaan, mutta jättää keltaiset lihakset täysin rauhaan vahvaksi. Ja Vihreistä se on haukannut vain muutaman sähköjohdon ja punaisista puolet.



Tässä on esimerkiksi minun (Talvikki) aikuisten oikeat har- tiavoimat. Ne mitattiin kun kävin (Bertan syntymän) aikoihin 2002 poliokuntoutuksessa Käpylässä. Siellä taitava fysioterapeutti mittasi jokaisen lihaksen voiman erikseen. Musta väri (1) tarkoittaa, että lihas ei toimi oikeasti yhtään. Siniset (2) toimii vähäsen, mutta keltaiset (5) toimii yhtä hyvin kuin kenellä tahansa. Popsikki on siis purrut vähän sieltä ja enemmän täältä. Vaikka vasen ja oikea puoli ovat minulla yhtä heikkoja, vasen on silti hieman heikompi. Jaloissakin on heikkoutta, mutta kun ne eivät ole kipeät, en piirtänyt niiden voimaa kuvaan. Joillakin Popsikin puremilla jalat ovat heikot, mutta kädet tosi vahvat. Toisella taas toinen jalka voi olla paksu ja toinen ihan ohut. Kaikki on erilaisia.



kuinka yritin koukistaa kättä, mitään ei tapahtunut. Sitä sanotaan halvaukseksi kun ei voi liikuttaa kättä tai jalkaa, vaikka kuinka tahtoisi.”

Klaara huudahti: ”Minä ainakin jaksan koukistaa Kippari Kallen lihasta. Katso vaikka!”

Talvikki jatkoi: ”Sinulla liikkonit ovat tosi hyvässä kunnossa. Mutta minulle kävi niin, että ahne Popsikki rouskutti liikkoneita siihen malliin, että ensin en pystynyt syömään lihakeittoa. Parin päivän päästä en pystynyt edes kävelemään. Isä ja äiti veivät minut Auran sairaalaan, jossa tekin olette tainneet käydä hoidossa.

Koska Popsikki on innokas hyppäämään ihmisestä toiseen, minut pantiin eristyksen. Se tarkoittaa sitä, että vain hoitajat ja lääkärit saivat tulla sisään hoitohuoneeseen jossa olin. Äiti ja isä saivat vain vilkuttaa minulle ikkunasta.”

Bertta kysyi: ”Pelottiko sinua?”

”Olihan se tosi tylsää, kun ei voinut tehdä mitään muuta kuin maata hiljaa peiton alla. Isä, äiti, ja lääkäritkin olivat tosi peloissaan, sillä Popsikki on virus eikä sitä vastaan ole lääkettä. Niinpä Popsikki jatkoi herkutteluun ja lopulta en pystynyt kuin pikkuisen liikuttamaan oikean käden keskisormea.

Varsinkin lääkäri-setä pelkäsi, että Popsikki panisi poskeensa vielä nekin liikkonit, joita tarvitaan hengittämiseen. Kylkiluiden välissä olevien hengityselinten liikkoneita se pääsi jo puremaan niin, että kylkilivilihakset halvautuivat. Mutta alempana olevan pallealihaksen se jätti rauhaan enkä tarvinnut hengityskonetta. Se oli kyllä täparällä.

Vajaan kolmen viikon ajan Popsikki ehti maiskutella liikkoneita vaikka kuinka paljon. Lopulta kehon puolustuspo-

liisit, jota sanotaan immuunijärjestelmäksi, huomasi Popsikin metkut ja söivät sen suuhunsa ja pureskelivat vielä huolella.”

Klaara mutisi epäilevän näköisenä: ”Mutta nyt sä kävelet ja liikutat käsiäsi. Tuliko Popsikin syömien töpselien tilalle uudet? Vai mitä tapahtui.”

Jos Popsikki ehti ahmia koko töpselin, se liikkoni oli kokonaan menetetty. Mutta jos se puri johdon poikki, johto saattoi kasvaa millimetrin päivässä. Se on kolme senttiä kuukaudessa eli huippuuhitaasti. Lisäksi vahingoittumattomat johdot saattoivat kasvattaa sivuhaaran. Jos sellaista tapahtuisi tehosekoittimen johdolle, tehosekoittimen johdosta lähtisi sivuhaara leivänpaahtimeen, sitten kahvinkeittimeen, mikroon, silitysrautaan jne. Ehjän töpselin liikkoni on voinut hoitaa jopa 16 liikkonin hommat 30 vuotta. Kovassa käytössä johdot ovat vaarassa palaa karmelle, jolloin sähköä ei saada enää ikinä mihinkään.

Sitä liikkoneiden haaroittumista kutsutaan versomiseksi. Vähän samaan tapaan kuin esimerkiksi puuhun kasvaa uusia oksia. Minullakin liikkonit versoivat, mutta se tapahtui niin hitaasti, etten pystynyt liikkumaan moneen viikkoon yhtään. Mutta pikkuhiljaa ja vähitellen pystyin liikuttamaan ensin varpaita ja sitten sormia. Minut lähetettiin Aurorasta kuntoutukseen Invalidisäätiölle. Siellä lihaksia liikuteltiin, vaikka liikkonien johdot eivät olleet vielä kasvaneet lihaksiin asti. Vähitellen pääsin seisomaan ja sitten kokeilemaan kävelyä. Kun olin teidän ikäinen, osasin jo kävellä, vaikka kaa-tuulin tosi herkästi.”

Bertta kysyi: ”Oliko siellä sairaalassa muita lapsia, joihin Popsikki oli iskenyt hampaansa?”

”Olihan siellä, mutta Popsikki oli purrut lapsia hyvin eri kohdasta. Popsikki on siitä hassu, että se syö liikkoneja enemmän toiselta kuin toiselta puolelta. Esimerkiksi Invalidisäätiön naapuripetissä olevalta pojalta se söi oikean käden Kippari Kallen lihasta liikuttavat liikkonit, mutta ei juurikaan koskenut vasemman käden liikkoneihin. Tämän pojan oikea käsi ei toiminut ollenkaan, mutta vasen pelasi ihan hyvin. Minulta Popsikki puraisi vasemman käden ja hartian liikkoneja enemmän kuin oikealta puolelta. Siksi en jaksa nostaa paljon mitään.

Ja jos katsotte oikein tarkkaan vasenta ja oikeaa jalkaani, voitte huomata, että vasen jalka on polven yläpuolelta 6 senttiä ohuempi kuin oikea. Haluatteko mitata? Teidän jalat on taatusti yhtä paksut.”

”Miksi sinä et mene kuntosalille? Meidän mamu käy ja se jaksaa leikkiä meidän kanssa.”, kysyi Klaara.

”Kuntosalilla ja lenkillä käynti on huippujuttu. On tärkeää pitää lihakset vahvana. Popsikin puremilla tilanne on toinen, koska vika on liikkoneissa. Kun yhdessä liikkonissa on kiinni yli 10 kertainen määrä lihasta, liiallinen rasitus voi irrottaa liikkonien töpselit eli halvaanuttaa lopullisesti. Siksi en saa kantaa teitä enkä muutenkaan remuta teidän kanssa tavalla kuin vaikkapa mamu, vaikka se olisikin tosi kivaa. Onneksi jaksan aina jutella ja kertoa paljon tarinoita.”

Bertta sanoi hieman ujos-tellen: ”Minä olen huomannut, että sinä vähän linkkaat. Onko sekin Popsikin syytä?”

”Huomaan, Bertta, että sinua ujostuttaa. Olet varmaan jo oppinut, ettei toisia saa kiusata siksi, että he ovat erilaisia. Mutta kyllä sinä saat kysyä minulta ihan suoraan. Ei näissä Popsikin metkuissa

mitään salaista tai kummallista ole. Tosiaankin se, että Popsikki puri minua vasemmasta jalasta enemmän kuin oikeasta aiheutti sen, että vasen jalkani kasvoi hitaammin kuin oikea ja niinpä se jäi lyhyeksi. Pituu-seroa vähennettiin leikkamalla oikeaa polvea. Annas kun näytän arven.

Joskus liikkumistavasta voi arvata ketä muuta Popsikki on purrut. Popsikissa on metkaa sekin, että se saattoi iskeä vain ojentaja-lihakseen, muttei lainkaan koukistajaan. Kun ojennat minulle jäätelötötterön, kätesi ojentuu suoraksi. Mutta, jos päätätkin nuolaista tötteröä itse, kätesi koukistuu. Myös juostessa ja kävellessä koukistat ja ojentajat lihaksia joka askeleella vuorotellen. Kokeilkaapas vaikka. Mutta jos Popsikki söi vain ojentajalihakseen menevät liikkonit, jalka kyllä koukistuu, muttei ojennu ollenkaan. Niinpä jalat tai kädet voivat jäädä hieman vinoon tai hassuun asentoon. Vinouden välttämiseksi monella lapsella oli tukilastoja. Minullakin oli tukilasta, jota sanottiin lentokoneeksi, koska se piti vasenta kättä ylhäällä koko ajan.”

Bertta kysyi kulmat kurtussa: ”Voiko Popsikki iskeä minunkin liikkoneihin?”

”Popsikki mellastaa vielä muutamassa maailman maassa kuten Intiassa. Täällä Suomessa sitä ei ole nähty sen jälkeen kun suomalaisille annettiin setä Sabinin kehittämä poliorokote sokeripallassa vuonna 1984. Silti on ihan mahdollista että Popsikki matkustaa Suomeen jonkun lentomatrustajan mahassa.

Te voitte näyttää pitkään enää Popsikille, koska teidän liikkoneita se ei pystyisi popsimaan. Teidät on rokotettu pistoksella, jonka setä nimeltä Jonas Salk kehitti yli 50 vuotta sitten. Minulle kävi tosi kurjasti, kun äiti ja isä eivät kerinneet käydä rokottamassa minua, vaikka hoitaja-

täti oli kutsunut kaikki pienet lapset rokotettavaksi. Ja kun ei ollut rokotusta, Popsikki pääsi minun liikkoneitteni kimppuun.”

Bertta totesi tomerasti:
”Äiti on kertonut, että kun minä olin ihan pieni vauva, minulle ei ehditty antaa rokotetta hinkuyskää vastaan. Minä sain hinkuyskän ja minäkin jouduin äidin kanssa sairaalaan. Nyt minulla on astma, ja isi sanoo, että se astma on paljon hinkuyskän syy”.

”Hinkuyskää aiheuttava bakteeri on Popsikin serkku. Me voisimmekin kutsua sitä Hinkukiksi. Myös Hinkukki on hanakka pomppaamaan ihmisestä toiseen kuten Popsikkikin. Mutta Hinkukki iskee hampaansa keuhkoihin eikä liikkoneihin. Semmoinen ero kyllä on, että Hinkukki on bakteeri. Niinpä sen kepposia voidaan panna kuriin lääkkeillä, joita sanotaan antibiooteiksi. Hinkukkiakin vastaan kannattaa ottaa rokote, koska Hinkukki luurailee Suomessa vähän joka paikassa.

Eikös ole aika jännä juttu, että Hinkukki tai Popsikki ovat niin ronkeleita. Niille pitää olla ihan oma rokote. Kumpikaan ei välitä toistensa herkuista yhtään. Selkäytimessä on ihan liikkoneiden vieressä tuntoaistimuksia välittäviä hermosoluja. Niitä voisi kutsua tuntoneiksi. Tuntonit Popsikki jättää täysin rauhaan, vaikka ne ovat siinä kuin tarjottimella. Niinpä tunnen hyvin herkästi kylmää ja kipua. Popsikin tekoset eivät vaikuta ihoon, mahaan, silmiin, aivoihin eikä mihinkään muuhun kuin liikkoneihin. Olen sillä tavalla erilainen, että minun liikkoneet toimivat huonosti, mutta muussa suhteissa ihan olen samanlainen kuin kaikki muutkin...”

Teksti ja kuvat:
Tuija Matikka

Jäsensihteeriltä

Kevättalvea jäsenet! Tosin täällä etelässä ei sitä talvea edes tullut. Kevät nyt joka tapauksessa on vuosikousten ja jäsenmaksujen aikaa.

Jäsenmaksuissa oma viitenumero

Jäsenmaksulomakkeessa on viitenumero, jota käyttämällä takaat jäsenmaksusi kirjautumisen varmimmin maksetuksi ja oikeaan rekisteriin.

Polioinvalidit ry:n jäsenillä myös toinen viitenumero

Polioinvalidit ry:n jäsenenä olet saanut jäsenkortin, jonka mukana on seurannut ns. henkilökohtainen viitenumero. Viitenumero on ollut joko erillisessä kirjeessä, kuittina tai korttisi kääntöpuolella. Mikäli korttisi tai henkilökohtainen viitenumerosi on joutunut hukkaan ota yhteys allekirjoittaneeseen.

Tämä henkilökohtainen viitenumero on sellainen, jota voit käyttää aina maksaessasi joko Polioinvalidit ry:n ja osastosi (Lahti, Pohjanmaa, Pohjois-Suomi, Pääkaupunkiseutu, Satakunta, Savo, Tampere tahi Varsinais-Suomi) tai Suomen Polioliitto ry:n tapahtumien osallistumis-, ruokatai matkamaksuja. Melkein mielikuviutus on rajana sille, mitä muuta voit maksaa käyttämällä tänä numeroa. Tarkistat vain kirjeestä mikä on milloinkin vastaanottajan pankkitili, jolle mieluinen matka tai tapahtuma maksetaan.

Jos viitenumeroiden käyttäminen menee ristiin, voipi olla että joku tapahtuma menee sivusuun ja jäsenmaksu ei riitä tilaisuuden kuittaukseksi.



Osasto taas kiittää hulppeasta tukimaksusta, tosin senkin vasta vuodenlopussa jahka jäsenmaksuista tehdään eritely. Silloin toivon mukaan ovat matti myöhäisetkin kerinneet jäsenmaksunsa suoritamaan.

Ilman viitenumeroa maksettu lasku voi hukkua muiden maksujen sekaan, eikä kohdennu

oikein miksikään yllä mainituista maksuista. Jos kuitenkin haluat maksaa ilman viitenumeroa, muistathan kirjoittaa viestiosaan osallistujan nimen sekä maksun kohteen.

Epäselvissä tapauksissa voitte aina soittaa minulle. Kaikkiin jäsenyyteen liittyviin kysymyksiin vastaan miellän

Kirsti Paavola
jäsensihteer
puh. 09-6860 9930
e-mail: kirsti.paavola@polioliitto.com

Pääkaupunkiseudun osasto

Istumalentopalloa pelaamaan

Osastomme on vuokrannut tilat Ruskeasuon koululta, Tenholantie 15, istumalentopallon pelaamista varten. Aloitamme pelaamisen maanantaina 17.3. klo 18.00 - 19.30. Pelipallona käytämme pehmeää lentopalloa. Kevään pelipäivät ovat joka toinen maanantai eli 17.3., 31.3., 14.4., 28.4., 12.5. ja 26.5. Koko kevään pelimaksu on 5 €/henkilö.

Tervetuloa kohottamaan kuntoa istumalentopallon parissa!

Ratikka-ajelu ympäri Helsinkiä 29.5.2008

Olemme varanneet ”oman” matalalattiaraitiovaunun kuljettamaan meitä ympäri Helsingin raitiovaunuverkostoa torstaina 29.5.2008 klo 12 – 14. Mukamme on myös opas, joka kertoo meille näkymistä matkan varrella. Matkan aikana tarjoamme pientä purtavaa.

Sitovat ilmoittautumiset toimistolle puh. 6860 9930 viimeistään 16.5. Matkan hinta on 2 EUR, joka rahastetaan matkan aikana. Ilmoitamme myöhemmin raitiovaunun lähtöpaikan.

Kapteenin kierros 14.6.2008

Lähdemme risteilylle Helsingin länsisaaristoon Royal Linen King laivalla 14.6. klo 18.00 Kauppatorin rannasta. Risteily kestää kaksi tuntia ja sen aikana tarjoillaan päivällinen.

Sitovat ilmoittautumiset ja ruokavalinta toimistolle puh. 6860 9930 viimeistään 30.5. mennessä. Matkan hinta 15 EUR jäsenille ja 26 EUR ei jäsenille, on maksettava Polioinvalidit ry:n tilille Sampo 800013-222875 viimeistään 30.5. mennessä.

Kesäteatteri

Mustion teatterissa 5.7.2008

Perinteisen kesäteatteriretken teemme Mustion kartanon puistossa olevaan teatteriin, jossa esitetään komedia ”Paritain”. Esityksestä kerrotaan, että se on hilpeillä tanssinumeroilla ja musiikilla väritetty palapeli, jossa kahden ystäväpariskunnan suhdesotkuja ja salaisuuksia sekoittaa kuusi pelaajaa. Hervoton,

harmiton ja hersyvän hauska komedia. Esitys alkaa klo 15.00 ja kestää kaksi tuntia. Ennen esitystä käymme ruokailemassa merellisessä Kopparnäsin Kestikievarissa.

Retkelle lähdetään Paavo Nurmen patsaalta klo 11.00. Sitovat ilmoittautumiset toimistolle puh 6860 9930 viimeistään 21.5. mennessä. Retken hinta 30 EUR jäsenille ja 55 EUR ei jäsenille, on maksettava Polioinvalidit ry:n tilille Sampo 800013-222875 viimeistään 21.5.

Hamina Tattoo 3.8.2008

Joka toinen vuosi järjestettävää kansainvälistä sotilasmusiikkitapahtumaa Hamina Tattoo lähdemme seuraamaan sunnuntaina 3.8. Tapahtuma järjestetään Haminan linnoituksen keskusbastionissa, joka on valmistunut 1800 luvun alussa. Sen 58 kasemattia, muurattua holvia, oli alun perin tarkoitettu pomminkesäviksi varastotiloiksi. Nyt Bastioni on entisoitu upeaksi suur tapahtumien näyttämöksi telttakatoksineen ja katso-moineen. Katteen alle mahtuu tuhansia ihmisiä ja kasematit toimivat väliaika- ja vierasravintoloina.

Seuraamme bastionissa marssishowesityksen, jossa on mukana sotilassoittokuntia Suomesta, Hollannista, Venäjältä, Ruotsista ja Liettuasta. Ruokailemme matkan aikana ravintola Leikarissa. Marssishow alkaa klo 14.00 ja kestää n. kaksi tuntia, jonka jälkeen teemme kiertoajelun oppaan kera Haminassa ja lähiympäristössä.

Sitovat ilmoittautumiset toimistolle puh. 6860 9930 viimeistään 30.5. mennessä. Lähdemme matkalle Paavo Nurmen patsaalta klo 9.30. Matkan hinta on jäsenille 40 EUR ja ei jäsenille 70 EUR, joka on maksettava Polioinvalidit ry:n tilille Sampo 800013-222875 viimeistään 30.5.

Kuntoutusta Siuntiossa

Järjestämme yhdessä Varsinais-Suomen osaston kanssa kuntoutusviikonlopun syksyllä 08 Siuntion Hyvinvointikeskuksessa. Viikonloppu käsittää kolme päivää ja majoittuminen on kylpylän kahden hengen uusitussa huoneessa. Tarkoituksena on myös järjestää noin vuoden kuluttua seurantaajakso.

Kuntoutuksen hinta määräytyy osallistujien lukumäärän mukaan. Jos osallistujia on yhteensä 20 henkilöä, niin maksu on n.370 €/hlö em. ohjelmalla. Polioinvalidit ry maksaa puolet maksusta eli jäsenhinta on n.185 €/3pv. Kerromme lisää, kun asiat ovat selvillä.

Torstaikerho kokoontuu

Huhtikuussa 10.4. ja toukokuussa 8.5. toimistolla, Luotsikatu 6 E 28, 00160 Helsinki. Kerhon kokoontuminen alkaa 16.30.

Tervetuloa mukaan!

Johtokunta



Tampereen osasto

Salijumppa jatkuu torstaisin klo 11.00 Tampereen Kuntouttamislaitoksella

Vielä voit liittyä liikunnalliseen joukkoomme tuolijumpan, kuntopiirin ym. ryhmäliikunnan iloihin.

Polioinvalidit ry:n vuosikokous lauantai 26.04.2008. Järjestämme yhteiskuljetuksen Helsinkiin. Lounas ja matka yhteensä 20,- eur /henk.

Tarkemmat tiedot jäsenkirjeestä ja sihteeriltämme Pirjolta 041 533 8755

Meidän kerhon seuraava kokoontuminen lauantaina 05.04.2008 klo 13.00 paikka Pellervonkatu 9, Tampere.

Katselemme videotykillä matkakuvia Niilin risteilyltä ja osaston tapahtumista ja retkiltä. Jos et ole vielä nähnyt osastomme 50-vuotiskoostetta, voimme halutessa katsella senkin.

Tervetuloa elokuviin !

Kesäteatteriin lauantaina 12.07.2008 Tampereelle. Lippuja varattu KomEDIATE-aterin klassikkofarssiin Lainalakanat. Lounastamme Viola-kodissa ennen esitystä. Vieraita mukana myös muista osastoista. Jäsenkirje tulossa kevään aikana, jossa tarkemmat tiedot hinnasta ja ilmoittautumisesta.

Kevätterveisin

Johtokunta

- osastot -

Pohjois-Suomen osasto

Rovaniemen kerho Rovaniemen kaupungin eläkeläistilat, Valtakatu 31 kerran kuukaudessa torstaisin 10.4. ja 8.5. klo 17.00 -19.00. Lisätietoa Anja Mölläri puh. 040-5595371

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

Kainuun kerho Kajaanissa yhteistyössä Lähimmäispalvelupiste Karoliinan Kamarin kanssa Keskusseudakuntakoti, Kirkkokatu 6.

28.4. klo 17.00 -18.30 Lähestymme perimmäisiä kysymyksiä.

26.5. Retkeilemme.

Lisätietoa Briitta Rutanen-Karjalainen puh. 08-6131230 tai 050-192928 tai 044-9251331.

Henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojekti Rokualla

Toinen jakso 1.9.- 3.9.2008

Ensimmäisestä jaksosta kirjoitus tässä lehdessä. Toiselle jaksolle otetaan mukaan myös uusia tulijoita. Lisätietoa ja ilmoittautumiset Ulla Kurviselle puh. 040-5320223 tai hkur@suomi24.fi

Johtokunta



Varsinais-Suomen osasto

Tervehdys kaikille jäsenille ja hyvää kevättä!

Osastomme tarjoaa seuraavia tapahtumia:

Vesiliikunta jatkuu 2008 samaan malliin kuin viime vuonnakin:

- Vesijumppa / uinti jatkuu perjantaisin Ruusukorttelissa klo 15 – 17 .

- Laukavuorella jäsenemme voivat käydä uimassa Turun Seudun Invalidien uintivuorolla keskiviikkoisin klo 18 –

20. Molemmissa ryhmissä on mukana uintiavustaja.

Askartelu jatkuu Kynnyksen tiloissa. Kysele tarkemmin Riitta Nissilältä p. 2557 510 tai 0400- 122 330.

Menemme **Turun Kaupunginteatteriin** 5.4.2008 klo 14 katsomaan Föribeat- esitystä.

Olemme menossa **miniristeilylle** Turku-Tukholma-Turku Viking Line m/s Isabella - laivalla. Lähtö on maanantai-iltana 28.4.2008 klo 21 ja paluu seuraavana iltana klo 19.50. Nautimme laivayhtiön tarjoamasta ohjelmasta: solisteina Susanna Heikki ja Timo Tervo. Yhteinen ruokailu on varattu seuraavalle päivälle klo 12 laivan buffet-ravintolassa. Mukana on yleisavustaja. Tiedustelut Lauri Jokinen p. 040-5948975.

Boccia-turnaus 9.5.2008 Turun AMK:ssa, jos olet kiinnostunut, ota yhteyttä osastomme sihteeriin tai puheenjohtajaan.

Kesäpäivät Rokua 23. – 25.5. 2008. Tästä lisää jäsenkirjeessä.

Samppalinnan kesäteatteriin menemme 2.8.2008 katsomaan ”Hääkeikka”-esitystä ja Kuusiston ulkoilupäiviä vietämme elokuussa. Näistä tarkemmin seuraavissa jäsenkirjeissä.

Siuntion kurssi ”**henkilökohtaisen jaksamisen seurantaprojekti**” syksyllä 2008. Toteutus yhdessä Pääkaupunkiseudun osaston kanssa. Tästäkin enemmän jäsenkirjeessä, seuraa postiasi.

Johtokunta



Pohjanmaan osasto

26.4.08 lähdetään Helsinkiin **Polioinvalidit ry:n vuosikokoukseen**, jonne järjestetään yhteiskuljetus ja osasto osallistuu matkakustannuksiin.

Rokualla **kesäpäiville** mennään 23.-25.5.08 yhteiskuljetuksella.

Tampereen Komedia-teatteriin mahdollisuus lähteä 12.7.08 katsomaan Puotilan ja Leistin ”Lainalakanoita”.

Kaustisille osastomme lähtee viettämään heinäkuista torstaiapäivää 17.7.08

Osastomme **kuntotapahtuma** pidetään tänä vuonna Nurmon Lankarissa 16.-17.8.08

Valtakunnallinen syystapahtuma on Peurungassa 11.-12.10. Järjestetään yhteiskuljetus.

Johtokunta



Satakunnan osasto tiedottaa

Ohjattu **vesivoimistelu** Ulvilan kaupungin vapaa-ajankeskuksen uimahalli Kaskelotissa perjantaisin klo 14.30 – 15.00 .

Askartelukerho kokoontuu vielä kevään aikana maanantaisin 14.4.2008 ja 12.5.2008 Länsi-Suomen Diakonialaitoksen tiloissa.

Helsinkiin vuosikokoukseen lähtijöitä pyydetään ottamaan yhteyttä Sirpaan tai Raijaan mahdollisimman pian yhteiskuljetuksen järjestämiseksi.

Tampereen ja Varsinais-Suomen osastot ovat varanneet **kesäteatterilippuja!**

Satakunnan osaston jäsenillä on mahdollisuus osallistua muiden osastojen järjestämiin tapahtumiin jäsenhinnalla.

Tarkemmin em tapahtumista voi tiedustella Sirpalta tai Raijalta.

Sirpa puh 040 – 774 2620 Raija puh 044 – 585 4717 (huom.uusi nro)

Hyvää kevään jatkoa toivottaa

Johtokunta



Lahden osasto

Päiväksi Japaniin

Yado Oikawa - japanilaiset majatalot, sijaitsevat Pukki-lassa, itäisellä Uudellamaalla ja me pääsemme tutustumaan elokuussa japanilaiseen kulttuuriin. Ohjelmassa mm. teesittelyä sekä japanilaiset teemakeiset. Mahdollisuus on myös opetella Ikebana - kukkienasettelutaidetta.

Majatalojen yhteydessä on kesäkauppa, jossa on myynnissä japanilaisia astioita ja tekstiilejä, vuosien varrella kerättyä. Aitoa ja hyvää tavaraa, joka on katoamassa Japanista länsimaistumisen takia. Myyntiin on tulossa myös korkealaatuista, mutta edullista vihreää teetä. Tervetuloa mukaan!

Lisätietoa ja ilmoittautumiset sihteerin Ritva Jokelalta.

Johtokunta



Savon osasto

"Vedet helkkyvät räystäiden alla, lumiharkot pelloilta lähdön saa."

Näin kehrä auringon, sulattamalla, tervetulleeksi kevään toivottaa."

Tervehdys kaikille jäsenille ja aurinkoista kevään odotusta. Mukavia yhteisiä retkiä ja tapahtumia on tiedossa taas tämänkin vuoden myötä. Tarkeempaa tietoa kaikista retkistä myöhemmin tulevissa jäsenkirjeissä.

Yhteydenotot, Iiris Karvinen
0400 649 677, 017 561 684

Tervetuloa mukaan Savon osaston toimintaan!

Johtokunta



Aili Menlösin muistolle

Meidän hyvä ystävämme, matkakumppanimme, ja huonekaverimme monen vuoden ajalta on poissa. Muistamme Ailia huumorintajuisena, ystävällämme oli aina pilke silmäkulmassa. Aili oli lahjakas kynän käyttäjä, herkkä ja kaiken kauniin välittäjä. Ailin kanssa muisteltiin usein menneitä, mutta tuleviin toiveikkaasti eteenpäin katsoen. Viisaalla elämäntarkastuksellaan hän valaisee meidänkin kulkua, jotka vielä matkaa jatkamme.

Kiitos Aili.

Sirkka, Gunvor ja Pirkko.

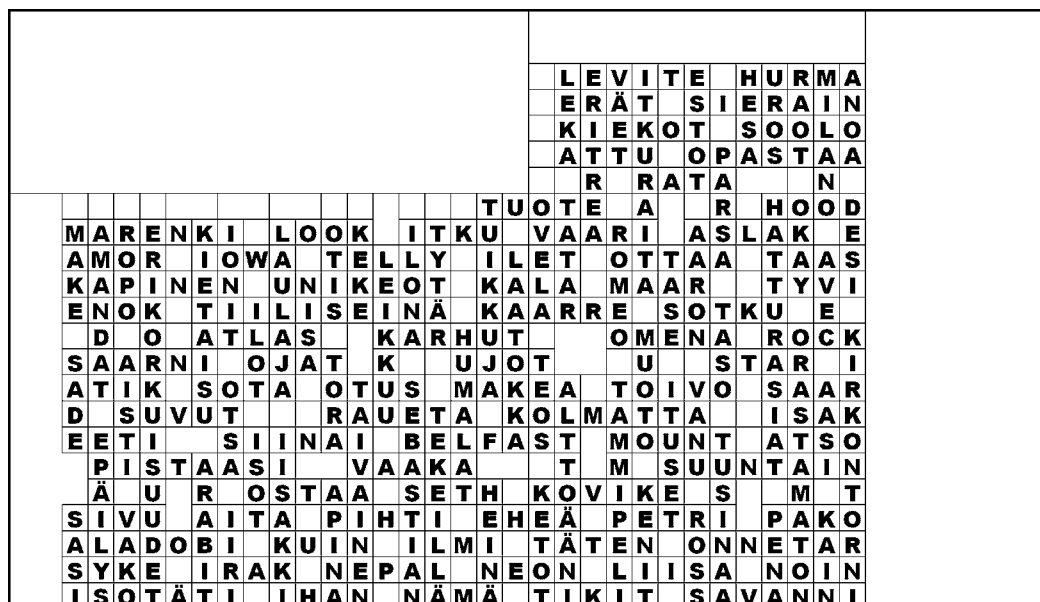


Kaikki mukaan!

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.



Poliolehden 4/2007 ruudukon voittajat

I palkinto, 10 €

Elli Pohjonen, Jyväskylä

II palkinto, 6 €

Simo Vihervaara, Kauvatsa

Onnea!

Suomen Poliohuolto ry SIHTEERIN PALSTA



Suvituuli ja Saimaan siniset aallot

Jos otsikosta tuli kesäinen olo, niin se oli tarkoituskin , sillä tulevana suvena Suomen Poliohuolto ry järjestää kaksi vapaata lomaviikkoa Lappeenrannassa sijaitsevassa Lomahotelli Marjolassa.

Lomajaksot toteutetaan kahdessa erässä ensimmäinen lomaviikko on kesäkuussa sekä toinen elokuussa ja molemmille jaksoille on varattu 10 paikkaa täysihoidolla.

Marjolassa on mahdollisuus harrastaa pyörätuolin käyttäjänäkin kesäisiä askareita kuten uintia, kalastusta ja laudoitetulla luontopolulla vaeltamista. Lappeenrannan keskustaan on matkaa noin 7 kilometriä, joten voi pistäytyä vaikka kesäisellä torilla tai historiallisella linnoitusalueella. (www.marjola.com)

Vapaalomien ajankohdat tarkentuvat huhtikuun aikana ja niiden hakemisen ajankohdasta tiedotetaan jäsenkirjeessä.

On se niinkin, että

toisinaan tekee mieli teatteriin, oopperaan, atk-kurssille tai omaehtoiselle lomamatkalle jne. silloin kannattaa vilkaista yhdistyksen toimintasuunnitelmaa ja huomata, että vuosittain tästä eteenpäin on varattu näihin tarkoituksiin rahaa osavastuksina, tietenkin budjettia noudattaen.

Ympärillämme yhteiskunnassa on jokaiselle tarjolla monenlaista toiminnallista aktiviteettia, mutta lähes aina siihen tarvitaan kotoa lähtemistä. Henkisen vireyden ylläpito on tärkeää, siksi yhdistys haluaa sitä tukea .

Hyvää kevättä ja kesän odotusta

Suomen Poliohuolto ry
Sihteeri

Syntymäpäivät

85 vuotta

1604	Kortekangas Lea	Mänttä
2805	Peippo Viljam	Helsinki

80 vuotta

0904	Pihlava Anja	Helsinki
1704	Känsäkangas Otto	Kirkkonummi
1405	Vauhkonen Pauli	Hietoinen

75 vuotta

0504	Helttunen Jaakko	Helsinki
0605	Miettinen Sylvi	Kuopio
0306	Jämbäck Maija-Liisa	Mikkeli
1106	Rata Onni	Kajaani
2506	Hermonen Gunell	Luvia

70 vuotta

1104	Salmi Angelina	Helsinki
2004	Mulari Eila	Vantaa
2704	Laakso Ahti	Jyväskylä
2904	Riikonen Lasse	Vantaa
3004	Mäkelä Eero	Yli-Ii
0405	Oinonen Kalevi	Vantaa
0505	Nevala Ensio	Pori
1205	Erkintalo Voitto	Pori
1605	Pulkkinen Leila	Kotka
2105	Kokkonen Erkki	Hyvinkää
2905	Mikkola Esa	Martinkylä
0806	Lehtinen Seija	Tampere
1006	Jaatinen Sisko	Nummela

60 vuotta

0804	Simola-Nikkanen Leena	Helsinki
1004	Kontkanen Jarmo	Turku
1204	Kemppainen Pentti	Helsinki
1204	Paavola Alpo	Haapavesi
0105	Laaksonen Kaarina	Kerava
0105	Lassila Ritva	Tohmajärvi
0805	Lukkarinen Pirjo	Joensuu
0905	Grönström Tino	Kullaa
1105	Pihlajaniemi Sirpa	Kristiina
1705	Kujala Kirsti	Tampere
2405	Liljeroos Arto	Pori
0506	Vanne Ismo	Pori
0806	Hahl Kirsti	Mikkeli
1806	Pihlmaa Raija	Kerava
1906	Andrejeff-Hahka Ann-Mari	Vöyri
2406	Hara Sirkka	Espoo
3006	Puolitaival Raili	Helsinki

50 vuotta

0305	Wikman Jyrki	Turku
0405	Rinne Tarja	Vanha-Ulvila
0805	Juntunen Arja	Kuopio
1305	Roslund Anita	Rauma

Oikeus monipuoliseen liikkumiseen kaikille

**Valtakunnallisia kesäpäiviä
vietetään 23-25.5.2008
Rokuan Kuntoutuskeskuksessa.**



Kesäpäivien ohjelma tarjoaa mainiot mahdollisuudet monipuoliseen liikuntaan, yhdessäoloon ja voimia antavaan vertaistukeen.

Päivien aikana mahdollisuus osallistua monenmoiseen mukavaan. Terapia-allas kutsuu vesijumppaan, voimme matkustaa pienoisorjalla Rokuanhoviin nokipannukahville ja luontokeskukseen tutustumaan, iltaisin sketsiviihdettä, pieniä ohjelmanumeroita ja tietysti tanssit.

Eikä unohdettu ole innokkaita kalamiehiäkään!

*Ilmoittautumiset ja lisätiedot
p. 09-6860990/Kirsti Paavola tai kirsti.paavola@polioliitto.com.*

Tervetuloa vieraaksemme Rokualle!

**Suomen Polioliitto ry
Polioinvalidit ry:n Pohjois-Suomen osasto**



Rokuan
KUNTOKESKUS

Kuntoraitti 2, 91670 ROKUA
Puh. 020 781 9100, fax 020 781 9170
www.rokua.fi, myynti@rokua.fi