

Teema
vapaalla

it

Invalidiliitto
4/2026

Puikkojen viemää

Henna Oksanen innostaa ihmiset neulomaan, mutta joutuu välillä jättämään itse puikot syrjään.

Sivut 8–13

Harri Venäläinen
kääntää linssin
luontoon

Sivut 20–23

Pyörätuolissa
pääsee kuuma-
ilmapalloon

Sivut 24–25

Invalidiliitto tutki
kuljetuspalveluiden
puutteita

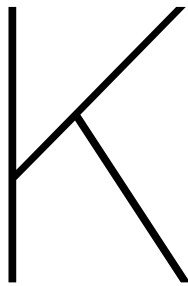
Sivut 42–43

pääkirjoitus

Virpi Sourunjärvi
Liittohallituksen varapuheenjohtaja



Vapaa-aika kuuluu kaikille



Kesä tuo tullessaan valon, lämmön ja mahdollisuuden hengähtää. Vapaa-aika, harrastukset ja yhdessäolo ovat monelle itsensäselvyyksiä.

Vapaa-aika syntyy mahdollisuudesta liikkua, osallistua ja valita. Se tarkoittaa mahdollisuutta elää itsenäistä ja omannäköistä elämää. Tämän toteutuminen ei kuitenkaan ole kaikille itsentään selvää, vaan se edellyttää usein toimivia ratkaisuja arkeen. Liikkuminen, kohtaamiset ja ympäristön vaihtuminen tukevat hyvinvointia ja auttavat irrottautumaan neljän seinän sisästä.

Keskeisessä roolissa ovat toimivat palvelut. Henkilökohtainen apu ei ole vain arjen välttämätön tuki, vaan tärkeä osa itsenäistä elämää ja osallisuutta. Riittävät ja joustavasti käytettävissä olevat avustajapalvelut tukevat sitä, että vapaa-aika ja harrastukset voivat toteutua luontevana osana arkea.

Myös liikkumisen tuen palvelut ovat merkittäviä. Ne mahdollistavat harrastamisen, tapahtumiin osallistumisen ja ajan viettämisen itselle merkityksellisissä paikoissa. Tällaisia paikkoja voivat olla kesämökki, festarialue tai läheisten luona toisella paikkakunnalla. Vapaa-aika ei aina rajaudu oman asuinkunnan sisälle, vaan ihmisille on tärkeää voida liikkua myös läheisten luo, itselle merkityksellisiin paikkoihin tai muualle virkistäytymään.

Esteettömyys on myös keskeinen tekijä. Kesän tapahtumat, festivaalit, retkikohteet ja uimarannat kertovat paljon siitä, kenelle vapaa-aika on aidosti mahdollista. Kun kulkureitit, palvelut ja ympäristö on suunniteltu kaikille, syntyy tilaa osallistumiselle. Esteettömyys ei ole vain luiskia ja leveämpiä kulkuväyliä, vaan kokonaisuus, joka mahdollistaa kokemukset, kohtaamiset ja muistot. Myös avustajan maksuton sisäänpääsy tapahtumiin tai harrastuspaikkoihin on tärkeä osa osallistumisen mahdollistamista.

Vapaa-aika ja harrastukset eivät ole ylellisyyttä. Ne ovat osa hyvää, itsenäistä elämää ja ihmisen perusoikeuksia. Siksi on tärkeää, että palvelut, päätökset ja ympäristöt tukevat tätä oikeutta. Vasta silloin vapaa-aika ja harrastukset kuuluvat aidosti kaikille. ●



**Esteettömyys
ei ole vain luiskia
ja leveämpiä
kulkuväyliä, vaan
kokonaisuus,
joka mahdollistaa
kokemukset,
kohtaamiset ja
muistot.**

AJASSA LIIKKUU

4 Invalidiliitto mukana SuomiAreenassa / Potilaskirjaukset voivat loukata

KANSI

8 **Henna Oksanen** löytää ideoita neuletöihin kaikkialta ympäriltään

TEEMA

14 Kesän esteettömmät festarit, uimarannat ja leikkipuistot

20 **Harri Venäläiselle** metsä on turvapaikka

24 Kysyimme, pääseekö liikuntavammaisen kuumailmapalloon

26 Näin haet avustajaa lomamatkalle

28 Miten vastaat? Onko Pride-kulkuessa esteetön rekka?

VAMMAISET JA YHTEISKUNTA

30 Miten toteutuu turvakotien esteettömyys?

36 Invalidiliitto vaikuttaa

38 Golf sopii monille, sanoo **Helena Skogström**

42 Invalidiliitto tutki kuljetuspalveluita

44 Osallisuusbarometrin tulokset julkaistaan kesäkuussa

46 **Anneli Hurtig** kannustaa vammaisia vaikuttamaan

50 Tapahtumassa pohdittiin, miten vammaiset nuoret pääsevät harrastuksiin

Kun harvinaissairaus CIPD vie voimia, Harri Venäläinen hakee niitä luonnosta. Mukanaan hän kantaa kameraa, joka auttaa huomaamaan elämän ihmeelliset yksityiskohdat.



VAKIOT

- 51** Liittouutiset:
Liittovaltuuston kokous
- 53** Lakia ja oikeutta
- 54** Koulutukset
- 55** Henkilöuutiset
- 56** Toimintaa
- 61** Ledare
- 62** På svenska
- 65** Kolumni:
Iina Pykäläinen
- 66** Ristikko
- 67** Makasiini



Olen oppinut, että uupumusta pitää kunnioittaa. Kun uuvun, teltan paikka on siinä.

TUTKIMUS

Potilaskirjaukset voivat loukata

SÄHKÖISIIN potilastietoihin kirjatut merkinnät voivat tuntua osasta potilaista loukkaavilta, vaikka ne olisivat hoidon kannalta tarpeellisia.

Aalto-yliopiston johtamassa kyselytutkimuksessa lähes 4 700 vastaajasta 13 prosenttia kertoi loukkaantuneensa OmaKanta -palvelun kirjauksista. Valtaosa, 87 prosenttia, ei kokenut niitä ongelmallisiksi. Mielenterveyshoitoa saaneista useampi, noin neljännes, oli loukkaantunut kirjauksista.

Tutkimuksesta vastanneen **Saija Simolan** mukaan aiheeseen liittyy herkkyyttä:

– Mielenterveyden haasteisiin liittyy paljon stigmaa, ja moni koki, että vanha mielenterveyden diagnoosi nousi kirjauksissa esiin, vaikka olisi mennyt lääkäriin fyysisen vaivan vuoksi.

Tutkimus julkaistiin *Journal of Medical Internet Research* -lehdessä.

13 prosenttia kertoi loukkaantuneensa OmaKanta -palvelun kirjauksista.



GETTY IMAGES

KULTTUURI

Crip Ciné laajenee pop up -näytöksiin lapsille ja nuorille

ESPOO Ciné -elokuvalifestivaalin ohjelmistoon on vuodesta 2021 alkaen kuulunut vammaiselokuvien ohjelmisto Crip Ciné, jossa vammaiset ihmiset ovat esillä tekijöinä ja näyttelijöinä.

Vuonna 2026 Crip Ciné laajenee lasten ja nuorten elokuvaan tarjoamalla pop up -näytöksiä yhteistyössä vammaisjärjestöjen kanssa. Näytökset kulkevat nimellä Crip Ciné Kylässä Junior. Näytöksissä esitetään valmiiksi kuratoituja elokuvapaketteja.

Pop up -näytöksiä järjestetään myös aikuisille omalla ohjelmistollaan. Elokuviin lisäksi mukana tuodaan tarvittaessa esityskalusto elokuvan esittämistä varten.

Löydät lisätietoa netistä tästä osoitteesta: <https://espocine.fi/ohjelmisto/crip-cine-kylassa/>



SUOMIAREENA

TAPAHTUMA

Invalidiliitto mukana SuomiAreenassa

INVALIDILIITTO, Kuuloliitto ja Näkövammaisten liitto järjestävät SuomiAreena -tapahtumassa Porissa paneelikeskustelun "Luottamus koetuksella – onko varautuminen yhdenvertaista?"

Keskusteluun osallistuu myös sisäministeriön edustaja.

Varautumista ja turvallisuutta eri vammaryhmien näkökulmasta käsitellään tiistaina 23.6. kello 10–10.45 Kauppakeskus Puuvillassa – tule kuulolle!

Sudoku

3				2			4	
	2						1	
	9	1	8	4				
					6	4		
9	5			8	7			
		4		3		7	9	
			2		3			7
5			7	9	4		6	
						3		4

Täytä tyhjiin ruutuihin numerot 1–9 siten, että jokaisella ruudukon pysty- ja vaakarivillä sekä kussakin pienemmässä ruudukossa on sama numero vain kerran. Ratkaisu on sivulla 67.

UUDISTUS

Invalidiliitto uudistaa yhdistyksille tarjottavaa tuotevarainhankintaa

INVALIDILIITTO tarjoaa syksyllä jäsenyhdistyksilleen myyntiin **Mert Otsamon** suunnitteleman heijastimen ja pinssin. Heijastin näkyy samaan aikaan valtakunnallisessa kampanjassa, mikä tukee yhdistysten omaa myyntiä.

Myyntiprovisiota myös kasvatetaan, niin että myynti on entistä kannattavampaa yhdistyksille. Tarkempia tietoja toimitetaan heti alkusyksystä.

iLoStu -kesänpäätös nuorille ja nuorille aikuisille la 1.8.2026



Mitä? Kesänpäätös fyysisesti vammaisille nuorille ja nuorille aikuisille.

Missä? Kuusiston lomakeskus merimaisemissa (Munkkentie 251, Kaarina, Turun kupeessa). Julkisilla pääsee ja löytyy myös pysäköintitilaa omalla autolla tuleville.

Hinta? Majoitusmahdollisuus omakustanteisesti. Muuten maksuton

Sisältö? la 1.8.2026 klo 12–17 mukaan voi tulla oman aikataulun puitteissa.

- 12:00 Aloitus, tervetulosanat ja tutustuminen
- 13:00 Vammaispalvelut nuorille ja nuorille aikuisille sekä keskustelutuokio.
- 14–17:00 Pelailut, soveltavat lajikokeilut ja esittelyt Lajikokeiluissa luvassa mm. ratakelaustuoli, keihäs, kiekko ja kuula sekä tarkkuussuunnistus
- 15–16:00 Grillausta sään salliessa ulkona, muutoin välipala sisällä
- 17:00 Päivä päättyy

Ilmoittautumiset verkkosivuilla viim. su 19.7.26
<https://www.invalidiliitto.fi/tapahtumat/ilostu-nuoret-2026>

Invalidiliiton kanssa yhteistyössä Lounais-Suomen Lihas-tautiyhdistys, Turun Seudun Kenttärheilijat ja Paralympiakomitea #iLoStuNuoret

TUTKIMUS

Pyörätuolia käyttäviä naisia syrjitään eniten työelämässä

ITÄ-SUOMEN yliopiston tutkimus osoittaa, että liikuntavammaksiin työntekijöihin kohdistuu Suomessa voimakasta syrjintää.

Kirjoitimme **Pauli Rautiaisen** ja **Karoliina Ahosen** tutkimuksesta myös tämän vuoden ensimmäisessä *It-lehdessä*. Nyt artikkeli tutkimuksesta on julkaistu *Työelämän tutkimus* -lehdessä.

Artikkelissa kerrotaan, että työnantajat palkkaisivat todennäköisemmin viittomakielisen, kehitysvammaisen tai pitkäaikaissairaana kuin sokean tai pyörätuolia käyttävän hakijan.

Tutkimuksessa huomattiin, että kaikkein voimakkainta torjuntaa kohtaavat pyörätuolilla liikkuvat naiset, vaikka heillä on työtehtävään sopiva koulutus.



respecta
ottobock.care

Vapaus liikkua kuuluu kaikille.

Respectan klinikalla löydetään sopivin ratkaisu yksilöllisiin tarpeisiin: tavoitteena toimintakyky ja liikkumisen vapaus.

jalkineet ja tukipohjalliset tuet ja tukiliivit
kompresio- ja painehoitotuotteet
raaja- ja rintaproteesit

respecta.fi

51 000

lasta sai viime vuonna Kelan vammaistukia.

Kela tiedotti, että vammaistukea saavien lasten määrä kasvoi jälleen viime vuonna.

Se on kasvanut yli kolmanneksella vuodesta 2015. Lapsiksi tilastossa lasketaan alle 16-vuotiaat.

Vammaistukea saavien lasten määrän kasvua selittää pääasiassa ADHD:n perusteella myönnetty tuki, mikä on yleistynyt. Kasvu edellisvuoteen ei kuitenkaan ole huimaa, vaan sekä alle 16-vuotiaiden että 16 vuotta täyttäneiden vammaistuen saajien määrä kasvoi vain muutamia prosenttiyksiköitä. Viime vuonna Kela maksoi vammaistukia yhteensä noin 680 miljoonaa euroa.

Invalidiliiton sopeutumista tukevat kurssit

EVÄITÄ KOKONAISEEN ELÄMÄÄN

Meidän juttu – nuorten aikuisten parikurssi

Nuorten aikuisten parikurssi on tarkoitettu ensisijaisesti noin 25–35-vuotiaille pareille, joiden elämässä pitkäaikaissairaus tai fyysinen vamma on osa arkea. Kurssi tarjoaa mahdollisuuden pysähtyä oman parisuhteen äärelle turvallisessa ja rennossa ilmapiirissä yhdessä muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. Saat mahdollisuuden oppia uutta itsestä, omasta kumppanista ja parisuhteesta sekä vahvistaa ja kehittää niitä asioita, jotka tekevät suhteestanne juuri teidän jutun.

Aika: 28.–30.8.2026 ja 15.–18.10.2026

Paikka: Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Siilinjärvi

Haku päättyy: 2.8.2026

Tukea työssä jaksamiseen – sopeutumista tukeva kurssi

Tukea työssä jaksamiseen kurssilla voit keskittyä omaan hyvinvointiisi ja työkykyysi muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Kurssi on tarkoitettu fyysisesti toimintarajoitteisille työssä oleville henkilöille, jotka selviävät omatoimisesti arjen toiminnoistaan

Aika: 18.–21.8. ja 6.–9.10.2026

Paikka: Kuntoutuskeskus Ruissalo, Turku

Haku päättyy: 28.6.2026



VERKOSSA (OSIN TAI KOKONAAN) TOTEUTETTAVAT KURSSIT

Tanssista voimaa – sopeutumista tukeva verkkokurssi

Tanssista voimaa -kursseilla tutustutaan omaan kehoon ja tunteisiin luovan liikkeen ja tanssin avulla. Kurssi tarjoaa turvallisen tilan kokea iloa, läsnäoloa ja yhteyttä itsen sekä toisiin. Kurssi on tarkoitettu työikäisille alle 65-vuotiaille fyysisesti vammaisille sekä apuvälinein tai ilman liikkuville henkilöille, aiempaa tanssikokemusta ei tarvita!

Aika: torstaisin 24.9.–3.12.2026, klo 17–19, yhteensä 6 kertaa

Paikka: Teams-yhteydellä verkossa

Haku päättyy: 23.8.2026

Hyvinvointia verkossa – tukea toisilta

Kurssi on tarkoitettu työikäisille alle 65-vuotiaille lievästi fyysisesti vammaisille henkilöille, joiden toimintakyky on heikentynyt sairauden tai vamman myötä. Kurssin tavoitteena on tunnistaa omia voimavaroja ja vahvuuksia sekä löytää konkreettisia työkalua arkeen, jotka lisäävät fyysistä, psyykkistä ja henkistä hyvinvointia.

Aika: Läsnäolotapaamiset 26.9 ja 21.11.2026 ja verkkotapaamiset maanantaisin 5.10.–9.11.2026 klo 14.00–16.00, yhteensä 6 kertaa.

Paikka: Invalidiliiton esteetön toimitalo, Helsinki ja verkkokurssina Teams-yhteydellä

Haku päättyy: 28.6.2026

Verkosta voimaa – tukea toisilta! Sopeutumista tukeva kurssi

Haluatko yhdessä toisten saman kaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa jakaa kokemuksia ja oppia toisiltanne, kuinka arki sujuu ja mistä löydän uusia voimavaroja? Kurssi on tarkoitettu fyysisesti vammaisille henkilöille, jotka haluavat löytää uusia voimavaroja mielekkään arjen rakentamiseen sekä ylläpitää ja kohentaa toimintakykyään

Aika: 3.–6.9.2026 läsnäolokurssi ja verkossa yhteensä 6 kertaa keskiviikkoisin 16.9.–21.10.2026 klo 14.00–16.00

Paikka: Kylpylähotelli Peurunka ja verkkokurssina Teams-yhteydellä

Haku päättyy: 28.6.2026



Oksanen kertoo käyttävänsä villasukkia ympäri vuoden. Lämpö suojaa hänen jalkojaan pahimmalta kivulta, ja kukkamekon kanssa puettut villasukat ovat hänestä lyömätön yhdistelmä.



Enemmän on enemmän

Henna Oksasella on yli kymmenen diagnoosia ja saman verran harrastuksia. Kun halvaantuminen vei kyvyn juosta ja soittaa harmonikkaa, Oksanen siirtyi neulomaan. Ja kun neulominen kävi vaikeaksi, hän otti kirjan käteen. Nyt Oksanen kirjoittaa neljättä neulekirjaansa ja suunnittelee viihderomaania, jossa on kroonisesti sairas päähenkilö.

Teksti Emma Auvinen **Kuvat** Ville Keto

Yritys on Oksaselle suuri ylpeyden aihe. Se, että on voinut kaikista vaivoista huolimatta tehdä jotain, mitä ihan jokainen ei tee, tuntuu hyvältä.

Neulesuunnittelija **Henna Oksanen** on juuri luonut puikoille ensimmäiset silmukat punaisesta langasta aloittaakseen villasukkan neulomisen. Vasta pari päivää aiemmin Oksanen sai valmiiksi edellisen sukkaparin.

Intohimoiselle käsityöläiselle tässä ei olisi muuten mitään erikoista, mutta Oksanen ei ole voinut neuloa kahteen vuoteen sairauksiensa vuoksi. Kun kunto nyt sallii neulomisen, on puikkoihin tarttuminen tavallistaakin suurempi nautinto.

Tekeillä olevan sukan mallin Oksanen on suunnitellut itse. Se tulee osaksi neulekirjaa, joka julkaistaan syksyllä. Se on jo neljäs neulekirja *Rakkaudella Henna* -sarjassa. Oksanen edellinen kirja *Sukkia ja kukkia* ilmestyi tammikuussa.

Idea käsityökirjoista syntyi muutama vuosi sitten.

Aluksi Oksanen myi yksittäisiä itse kehittämiään lapasohjeita Instagramin kautta, ja tilausten lisääntyessä hän perusti nettikaupan.

Kun erilaisia neuleohjeita oli kasassa useampia, Oksanen innostui ajatuksesta, että niistä voisi koota kirjan. Hän lähestyi kustantamoita, mutta sai vain yhdestä vastauksen, joka oli lannistava. Hän oli luovuttaa kirjaidean suhteen.

– Sitten sainkin syksyllä 2022 Readme-kustantamolta yhteydenoton, että he haluaisivat minulta kirjan. Heille en ollut tajunnut edes tarjota. Samana syksynä Helsingin kirjamesseilla allekirjoitin sopimuksen, Oksanen kertoo.

Kukkaistutuksia rakkaiden kanssa

Oksanen on monisairas ja vammaisen ihminen.

Hän sairastui 8-vuotiaana krooniseen kipuoireyhtymään, fibromyalgiaan. Pari vuotta myöhemmin häneltä löydettiin selkäytimestä verisuoni-

kasvain, kavernooma. Se aiheutti hänelle halvauksia, ja vuonna 2016 se oli leikattava. Siitä alkoi vaikea aika sairauksien kanssa. Oksanen sai selkäydinvamman, ja vuosien mittaan sairauksia on puhjennut lisää.

– Koko ajan tapahtuu jotain. Pari päivää sitten huomasin, että nyt on tullut kylmä- ja nokkosihottuma. Sitä ajattelisi, että kun on täyttänyt 30 vuotta, niin tuntisi kehonsa. Mutta en tunne.

Kaikkiaan Oksasella on nyt kymmenkunta lääketieteellistä diagnoosia. Naurahtaen hän toteaa, ettei pysy itsekään enää laskuissa mukana.

Tammikuussa diagnosoitu CRPS eli monimuotoinen paikallinen kipuoireyhtymä aiheuttaa hänelle erityisesti jalkojen ja käsien jännittymistä

lukkoon, tärinää ja tahattomia liikkeitä sekä raajojen värin ja lämpötilan vaihtelua.

Sairauden puhkeaminen teki neulomisesta kahden vuoden ajaksi liki mahdotonta.

Onnekseen Oksasella on tiivis tukiverkko. Läheiset auttavat häntä sekä töiden että arkiaskareiden kanssa, viimeisimpänä puutarhatöissä.

Oksanen on hulluna kukkiin. Hän rakastaa liehuvia kukkamekkoja, neuloo kukkakuvioita, hoitaa orkideaansa ja muita huonekasvejaan, rakentelee legoista kukka-asetelmia ja ilahduttaa läheisiään kukkakimpuilla. Kevään tullen hän päätti istuttaa terassille ”kukkameren”.

Koska Oksanen ei saa ajaa autoa itse, puoliso kuljettaa häntä puutar-





Sairauden puhkeaminen teki neulomisesta kahden vuoden ajaksi liki mahdotonta.

koi esikoulun ensimmäisenä päivänä ja jatkui peruskoulun ja lukion ajan.

Oksanen oli lapsi, joka rakasti luoda käsillään kauneutta ympärilleen. Hän maalasi kiviä, askarteli koruja ja paperisia merenneitoja ja keijuja.

Käsityöluokasta muotoutui paikka, johon paeta aina kun mahdollista.

– Opettajani tiesi varmasti kiusaamisesta ja siitä, millainen merkitys käsitöillä oli minulle. Ovi oli minulle siellä aina avoinna.

Oksanen osallistui omien valinaintuntien lisäksi myös toisen ryhmän tunneille ja viikoittaiseen käsityökerhoon. Välillä käsityöopettaja antoi hänelle luvan viettää myös välitunteja luokassa. Ruokatunnilla Oksanen hotkaisi nopeasti ruokansa, jotta ehti käsityöluokkaan ennen seuraavaa tuntia.

Käsityöluokassa hän ompeli paljon vaatteita, ja kotona koulupäivien jälkeen hän ompeli lisää. Kotona valmistuivat muun muassa vanhojentanssimekko ja asu yhdeksännen luokan päättäjäisjuhliin.

Lukion jälkeen Oksanen muutti Jyväskylään opiskelemaan tietojenkäsittelytieteitä, tutustui puolisoonsa ja sai ystäviä. Käsityöluokan turvaa hän edelleen muistelee lämmöllä.

Neuleidea kylppäriin kaakeleista

Oksasella on aina ollut yhtä aikaa monta rautaa tulessa: harrastuksia ja erityismielenkiinnon kohteita on riittänyt.



haliikkeestä toiseen ja kantaa multa-säkit hänen puolestaan.

Ensimmäisessä kerroksessa sijaitsevan asunnon parvekkeelta pääsee suoraan pihamaalle. Siellä ovat istutuslaatikot, joihin Oksanen on ystävien ja äidin avustuksella kylvänyt kukkien siemeniä: kehäkukkia, auringonkukkia, ruusuja, krysanteemeja, tulilatvoja, neilikoita ja orvokkeja – ja vielä lisää orvokkeja.

– Tavoitteena on, että minulla menee kesällä jokaisesta päivästä puolet, kun hoidan noita kukkia. Enemmän on enemmän!

Käsityöluokka pakopaikkana

Aina Oksasella ei ole ollut ystäviä, joihin tukeutua. Koulukiusaaminen al-

Jossain vaiheessa aikuisiällä hän ymmärsi, ”että kaikilla muilla ei soikaan kymmenen biisiä yhtä aikaa päässä”, ja hakeutui adhd-tutkimuksiin. Adhd-diagnoosi tuli, ja myöhemmin Oksasen todettiin olevan myös autismin kirjolla.

Oksanen saattaa upota mieleiseen tekemiseen niin keskittyneesti, että unohtaa käydä vessassa ja syödä ja juoda. Viime aikoina hän on innostunut kukkien hoidon lisäksi palapeleistä.

How I met your mother -sarjan hän on katsonut nelisenkymmentä kertaa ja osaa sen vuorosanat ulkoa.

– Hurahdan johonkin asiaa ja olen siinä kiinni seuraavan parin viikon ajan, kun haluan tietää ja oppia siitä kaiken.

Neuleohjeet voivat Oksasen mielestä olla neurovähemmistöön kuuluville ihmisille vaikeita.

– En ole tehnyt muiden virkkaustai neuleohjeilla mitään valmiiksi, koska en pysty ymmärtämään niitä. Jos siellä on hyvin paljon lyhenteitä tai numeroita, menen helposti sekaisin.

Siksi hän on neulekirjoissaan halunnut selittää ohjeet lukijalle mahdollisimman tarkkaan auki ja lisännyt sivuille havainnollistavia kuvia ja kaavioita.

Neuleiden kuvioihin Oksanen saa inspiraatiota kaikkialta ympäristöstään.

– Näen musiikin, sanat ja kirjaimet värinä tai muotona. Esimerkiksi kylppärissä, kun katselen laattoja, näen sen kirjoneulekaaviona, ja lähdän pyörittelemään ideaa taulukko-ohjelmassa. Sitä kautta syntyy valmis neule.

Seuraavana romanttinen viihdekirja

Vaikka Oksasella on suojanaan lapsenomaisen ilo ja kyky innostua helposti, sairaudet ovat tuoneet mukanaan vaikeita tunteita ja epätoivon hetkiäkin.

– Kaikista hankalimpia asioita elämässäni on, että minulla on pää, jos-

sa pyörii miljoona bisnes- ja markkinointi-idea. Ja ajattelen, että vitisi teen tuollaisen tai tällaisen neuleen. Mutta keho on se, mikä rajoittaa. En saa toteutettua kaikkea sitä, mitä haluaisin.

Puoliso ja ystävät ovat auttaneet hyväksymään sairauden asettamat rajoitukset. Aviomies totesi Oksaselle seurustelun alkuaikoina, että hän pitää tämän sairauksia ominaisuuksina siinä missä vaikka hiusten väriä.

– En tiedä, millaista elämä olisi ilman sairauksia, eikä minun ole mahdollista saada sellaista elämää. Ne ovat, ja niiden kanssa menen.

Kun oireiden pahetessa joku harastus on muuttunut vaikeaksi tai

mahdottomaksi, Oksanen on kiinnostunut aina uusista jutuista. Nuorempana hän soitti harmonikkaa ja juoksi, mutta kun hän ei voinut enää harrastaa näistä kumpaakaan, hän keskittyi käsitöihin ja neulomiseen. Kun neulominen vaikeutui, hän alkoi tehdä digitaalisia kuvituksia ja lukea.

Viime vuosina Oksanen on lue- nut paljon, enimmäkseen romanttista viihdettä. Pari päivää aikaisemmin hän ahmaisi kirjan kokonaisu- na yhdessä päivässä. Oksanen lukee usein puhelimelta, mikä on hänelle rannekipujen vuoksi helpompaa kuin lukea fyysistä kirjaa.

Taannoin Oksanen luki kirjan, jossa oli kroonisesti sairas päähenkilö.



Oksanen käyttää neuloessaan neliskanttisia puikkoja, jotka vähentävät käsien kipua pyöreisiin puikkoihin verrattuna ja tekevät kiinnittämisestä helpompaa.



Mutta keho on se, mikä rajoittaa. En saa toteutettua kaikkea sitä, mitä haluaisin.

– Sitä lukiessa minulle tuli kuultu olo ja sain vertaistukea sitä kautta. Tajusin, että suomalaisessa kirjallisuudessa ei hirveästi mainita vammaisuutta, sairauksia tai apuvälineitä.

Nyt Oksanen punoo myös itse punaista lankaa romanttiseen viihdekirjaan, jossa seikkailee kroonisesti sairas päähenkilö.

Hän haluaisi kirjoittaa hyvän miehen romaanin, jossa päähenkilön sairaus on neutraali asia.

– Tällä hetkellä kirjoitan romaania valmiiksi, ja sitten lähetän sen kustantamoihin. Katsotaan, saako se sopimuksen, Oksanen kertoo. ●



Kuka?

HENNA OKSANEN

- › Ikä: 30 vuotta.
- › Perhe: Asuu aviopuoliso Janin ja kahden kissan, Tiuhtin ja Mymmelin, kanssa Jyväskylässä. Perhekäsitys on kuitenkin laajempi, ja se kattaa lisäksi lapsuudenperheen, puolison perheen ja sisarusten lapset, ystävät ja ystävien lapset.
- › Harrastukset: Monenlaiset käsityöt, kuten neulominen, virkkaaminen, ompeleminen ja kirjonta. Lisäksi harrastaa palapelien kokoamista, kirjojen lukemista, puutarhan hoitoa ja legojen rakentelua.
- › Elämäntilanne: Käsityöalan yrittäjä. Nyt sairauslomalla ja kuntoutuksessa, mutta on saanut Kelalta luvan tehdä pieniä määriä töitä.



Esteetöntä kesää!

Kesäisessä Suomessa pääsee nauttimaan esimerkiksi festareista, leikkipuistoista ja uimarannoista. Kokosimme seuraaville sivuille esteettömiä kesänviettopaikkoja.

Teksti Tapio Rusanen **Kuvat** Getty Images, Elina Suominen, Flow Festival, Porvoon kaupunki, Paimio.fi ja Turku.fi

Festivaalien esteettömyys vaihtelee

Selinä Nera ja Sanni Virta kertovat kokemuksiaan festareiden esteettömyydestä.

Turkulainen vammaisaktivisti **Selinä Nera**, 25, (vihr.) on kokenut rockfestivaalien kävijä.

Parhaat kokemukset esteettömyydestä hänellä on Turun Kesärauhasta ja Tampereen Tammerfestista. Hän on käynyt myös Turun Ruisrockissa ja Down by the Laituri-festivaalilla.

– Maaston tasaisuus on tärkein esteettömyyden edellytys. Kaikissa on toki ainakin joitakin puutteita. Kaikkiin noihin tosin pääsee avustaja mukana ilmaiseksi.

Nerä sairastaa perinnöllistä lihas-sairautta, jonka vuoksi hän liikkuu sähköpyörätuolilla. Hänellä on apunaan henkilökohtaisia avustajia.

Nerän kokemukset paljastavat, että monilla festivaaleilla olisi vielä tehtävää esteettömyyden eteen.

– Ruisrockissa maasto on hiekkaa tai purua. Sateella on hankala liikkuu pyörätuolilla, Nera kertoo.

Vuonna 2022 Ruisrock aikoi kiristää avustajien sisäänkäyntiä, mutta päätös peruttiin kritiikin takia.



Down By The Laituri -festivaalin tunnelmissa oleva Selinä Nera on toiminut muun muassa Turun vammaisneuvostossa vuodesta 2022, ja on nykyisin sen puheenjohtaja.

– Tammerfestissa katsomokorokkeen luiska oli jyrkkä ja liukas, ja Down by the Laiturilla oli mukulakivireittejä ja vaikea löytää ramppeja, jolla pääsi jalkakäytävälle, Nera kertoo.

– Jollakin festarilla katsomokorokkeen näkyvyyttä saattoi peittää tolppa, eikä yleisön joukkoonkaan aina päässyt halutessaan. Sisäänkäynti porteilla oli joskus kankeaa, jos oli seuruetta mukana, Nera jatkaa.

Tieto ei aina kulje

Espoolainen **Sanni Virta** on kokenut festarikävijä ja työskennellytkin usealla festivaalilla. Hän on tuottanut esimerkiksi Helsingin Musiikkitalon kesäkonsertteja.

Hän on lyhytkasvuinen törmännyt erilaisiin kommelluksiin festivaaleilla. Usein ne johtuvat siitä, että tieto ei kulje vaikkapa järjestyshenkilöille asti.

– Invataksi ei ehkä pääsekään portista sille varatulle alueelle. Avustaja on kyllä päässyt mukana. Minä itse en pysty käyttämään invataksia. Ongelma on se, että kaikki järjestyshenkilöt eivät ymmärrä, että saattoliikenteenä kuuluisi sallia myös muut kuin invataksi.

Virta on musiikin ammattilainen, kulttuurituottaja ja Kanteleliiton toiminnanjohtaja. Hän on myös toiminut projekti-koordinaattorina Taiteilijan taikasauva-hankkeessa, joka tukee vammaisia taiteilijoita. Kaiken lisäksi hän työskentelee tuottajana Kansanmusiikki-instituutissa.

Hänellä on kokemusta festivaalien esteistä niin yleisön edustajana kuin esiintyjänäkin.

– Festivaalien työntekijöitä pitäisi briiffata tarkemmin toimintarajoitteisten tarpeista. Epäselvyyksien selvittelyyn menee turhaa aikaa, hän kertoo kokemuksistaan.

Virralla on paljon kokemusta Helsingin Flow Festivalista kävijänä. Hänen mukaansa alueella on muuten helppo liikkuu, mutta siellä on myös murskepintaa hankaloittamassa pyörätuolilla kulkua.



ENIMA SUOMINEN

Kanteletta soittava Sanni Virta palkittiin Taide- ja kulttuurialan ammattijärjestö Taku ry:n Vuoden taiteen ja kulttuurin asiantuntijapalkinnolla marraskuussa 2025.

– Itse liikun potkulaudalla, ja silläkin on hankalaa kulkea murskeella eri tapahtumapaikkojen väliä, Virta sanoo.

Kortti nopeuttaa

Uusiakin festivaaleja syntyy, kuten elokuussa pidettävä Turun Baltic Metal Storm ja Vantaan elokuinen HipHop Festival.

Avustajakortin, ystäväkortin, vammaiskortin tai näkövammaiskortin mukaan ottaminen nopeuttaa usein festivaalialueelle pääsyä.

Suomen kesäfestivaaleilla avustaja pääsee yleensä ilmaiseksi avustettavan mukana. Kannattaa kuitenkin aina tarkistaa festivaalin omat nettisivut tai laittaa järjestäjälle viestiä, etenkin jos tarvitsee erityisjärjestelyjä.



Maaston tasaisuus on tärkein esteettömyyden edellytys.

Esteittä fiilistelemään

Tässä muutamia esimerkkejä ja huomioita esteettömistä kevyen musiikin festivaaleista vuonna 2026.

Kesäkuu

- › **Hyvinkää Rock 12.–13.6.**
Villatehtaalla: Alueelle on esteetön pääsy myös pyörätuolilla. Festarialue on pääosin asfalttia ja kivetystä.
- › **Turun Kesärauha 12.–14.6.**
Linnanpuistossa. Alue on puistoa tai asfalttia, ja neljästä estradista kahden edessä on katsomokoroke.
- › **Jämsän Himos Juhannus 18.–20.6.** Himos Parkissa.
Alue on kauttaaltaan asfaltoitu ja helppokulkuinen. Päälavan edustalla sekä telttalavalla on oma katsomokoroke.



Flow Festivalin alueella on murskepintaa hankaloittamassa pyörätuolilla kulkua.

FLOW FESTIVAL

- › **Järvenpään Puistoblues 4.7.**
(Vanhankylänniemen pääkonsertti): Esteetön pääsy pyörätuolilla. Pääkonserttialue on loivaa nurmireinettä ja hiekkateitä. Katsomokoroketta ei ole.
- › **Kaustisen Folk Music Festival 13.–19.7.** Päälava on esteetön. Esiintymispaikkoja on myös vanhoissa taloissa, jotka ovat usein esteellisiä.
- › **Turun Baltic Metal Storm 31.7.–1.8.** on uusi metalli- ja rockmusiikkiin pohjautuva festivaali Linnanpuistossa, jonne on esteetön kulku.

Heinäkuu

- › **Turun Ruisrock 3.–5.7.**
Ruissalossa. Muutoin esteetön, mutta hiekka- ja purupintaa.
- › **Oulun Rokki Raikaa 3.–4.7.**
Ouluhallin parkkialueella. Festivaalialue on esteetön. On inva-wc:t ja myös katsomokoroke pyörätuoleille.
- › **Tikkurila Festivaali 16.–18.7.** Hiekkaharjun liikuntapuistossa. Kaksi esiintymislavaa, joissa molemmissa on katsomokorokkeet. Pyörätuoli-asiakkaille on myynnissä oma pyörätuolinkäyttäjä + avustaja-lippu ja muille avustajaa tarvitseville avustajalippu. Ne ovat saman hintaisia kuin tavalliset liput.
- › **Tampereen Tammerfest 16.–18.7.** Ratinanniemessä. Pieni katsomokoroke ja melko helppo kulkea pyörätuolilla. Osa alueesta sijaitsee rinteessä, mikä helpottaa näkemistä. Pyörätuolin käyttäjä + avustaja-lippu käytössä, hinta sama kuin tavallisen lipun.
- › **Tampere Rokki Raikaa 24.–25.7.** Hakametsän jäähallin piha-alue. Festivaalialue on esteetön, inva-wc:t ja myös katsomokoroke.



Festivaalien työntekijöitä pitäisi briiffata tarkemmin.

Elokuu

- › **Vantaan HipHop Festival 6.8.** järjestetään ensimmäistä kertaa ja paikkana on Tikkurilan Urheilupuisto. Pyörätuolin käyttäjät ja avustajat on huomioitu, festivaalialue on tasainen.
- › **Helsingin Flow Festival Suvilahdessa 14.–16.8.** Murske- ja asfalttipintaa. Katsomokoroke löytyy.



GETTY IMAGES

Suomen kesäfestivaaleilla avustaja pääsee yleensä ilmaiseksi avustettavan mukana.



Leikkipuistojen esteettömyys yleistyy

Esteettömiä leikkipaikkoja nousee vähitellen eri kuntiin ja kaupunkeihin, kun uusia rakennetaan ja vanhempia leikkipaikkoja uusitaan.

Kukkumäen esteetön leikkipuisto Porvoossa on hyvä esimerkki siitä, miten kaikille lapsille luodaan yhdenvertaiset mahdollisuudet leikkimiseen yhdessä ja itsenäisesti. Se valmistui vuoden 2025 loppusyksyllä ja sijaitsee Kokkonniemen laskettelukeskuksen ja uuden päiväkotiki Mäntälehden välissä.

Kukkumäessä on otettu huomioon erityisesti liikuntavammaiset, näkövammaiset ja allergikot. Suunnittelun pohjana on käytetty esteettömän rakentamisen SuRaKu-ohjeita ja vammaisneuvoston huomioita.

Puistoon on sijoitettu esteetön leikkikeskus kolmella liukumäkivaihtoehdolla, pömpömatto, karuselli sekä erilaisia keinoja. Kulkuväylät, leikkivälineet ja oleskelualueet on pinnoitettu selkeästi toisistaan erotuvilla materiaaleilla ja väreillä.

Kulkuväylät ovat asfalttia ja niissä on enintään kahden prosentin kaltevuus. Kulkuväylien mitoituksessa on huomioitu, että kaksi pyörätuolia

”
Kulkuväylissä on enintään kahden prosentin kaltevuus.

mahtuu kohtaamaan. Hiekkalaatikoitten yhteydessä on kaksi erilaista hiekkapöytä, joiden ääreen pääsee myös pyörätuolilla.

Kymmenkunta esteetöntä

Esteettömiä leikkipaikkoja on ympäri Suomea.

Oppimis- ja ohjauskeskus Valterin koulun esteetön leikkipiha Helsingissä sai Invalidiliiton Esteetön Suomi



PORVOON KAUPUNKI

Kukkumäen leikkipuisto Porvoonjoen länsirannalla on varustettu KOMPAN-yhtiön esteettömillä telineillä ja leikkivälineillä.

2017 -kunniamaininnan. Esteetön koulupiha, joka kannustaa yhdessä toimimiseen ja yhdenvertaiseen leikkiin, tukee leikkimisen lisäksi oppimista ja kuntoutumista.

Kotkan Sibeliuksenpuiston leikkipaikka muuttui esteettömäksi viime kesänä. Kotkassa on kaikkiaan 59 leikkipaikkaa, joista yksi on nyt esteetön. Välineisiin pääsee pyörätuolilla, eikä niihin tarvitse kiivetä.

Lappeenrantaan on suunnitteilla kaupungin ensimmäinen esteetön leikkipaikka lasten liikennekaupungin yhteyteen. Rakentamisaikataulusta ei ole vielä tarkempaa tietoa.

Esteettömät leikkivarusteet voivat nostaa leikkipuiston hinnan jopa kolminkertaiseksi normaaliin leikkipaikan varusteluun verrattuna. Erilaisia esteettömiä leikkivälineitä on kyllä paljonkin saatavissa.

Muita esteettömiä leikkipaikkoja:

- › Emil Aaltosen puisto, Tampere
- › Naulatehtaanpuisto, Turku
- › Ratsaspuisto, Helsinki (Ruskeasu)
- › Rinnekodin esteetön leikkipuisto, Espoo (Lakisto)
- › Perhepuiston leikkipaikka, Salo

Lähde: Jaatistietopankki



GETTY IMAGES

Esteettömät leikkivarusteet voivat nostaa leikkipuiston hinnan jopa kolminkertaiseksi.

Pyörätuolilla pääsee yksin uimaan noin 30 rannassa

Suomessa on noin 300 yleistä, isoa uimarantaa, eli niin sanottua EU-rantaa. Niistä noin 30 on esteettömiksi luokiteltuja.



Paimion Hiekkahelmen uimarannan keskeisin elementti on veteenmenoluiska, jota myöten voi kulkea veteen kaiteesta tukea ottaen tai vaikka pyörätuolilla.

Suurimmassa osassa esteettömiä uimarantoja on luiska, joka auttaa pyörätuolilla kulkevat uimaan. Osassa on ramppi. Oulun Nallikarista löytyy lainattava maastopyörätuoli.

Espoolainen paikallispolitiikko ja kotiseutuaktiivi **Tony Hagerlund** on vierailut yli 400 suomalaisella uimarannalla, ja todennut monien niistä olevan esteettömiä.

– Esteetön tarkoittaa muun muassa esteetöntä uimakoppia tai luiskaa ja inva-wc:tä, jotka tekevät rannoista saavutettavampia kaikille. Itse pidän esteettömän uimarannan rajana sitä, että myös veteen pitää päästä, Hagerlund sanoo.

Vammais- ja vanhusneuvostoilla-kin voi olla suuri rooli esteettömien uimarantojen saamiseksi. Esimerkiksi Kesäniemen uimaranta Kajaanissa valmistui kesällä 2025 Kajaanin vammais- ja vanhusneuvostojen aloitteesta. Se on suunniteltu erityisesti liikunta- ja näkörajoitteiset huomioon ottaen. 50-metrinen luiskan päässä on kolme uimaanlähtöpaikkaa, joista voi valita itselleen sopivan syvyyden.

Valtakunnallinen liikunnan paikka-tietojärjestelmä LIPAS on koonnut esteettömien uimarantojen listan osoitteineen.

Hagerlundin suosikkeja:

- 1. Oittaaan uimaranta, Espoo**
(Sijaitsee Bodominjärven rannalla Kunnarlantie 33–39), viitisen kilometriä Espoon keskuksesta. Valvottu uimaranta, jossa on esteetön uimalaituri, suihkut, pukukopit ja monia palveluja.
- 2. Ekvallan uimaranta, Turku** (Kakskerrantie 618).
Pyörätuolilla on helppo liikkua kovapäällysteisillä kulkukäytävillä. Esteettömät pukukopit ja laituri, huussit, rantalentiskenttä ja leikkipaikka.
- 3. Hiekkahelmen maaumala, Paimio** (Hiekkahelmentie 41)
on entiseen hiekkakuoppaan loihdittu kirkasvetinen keidas, jossa otettiin kesäkuussa 2024 käyttöön esteetön uimaranta-alue. Asfalttoitua ja osin kaiteilla reunustettua käytävää pitkin pääsee liikkumaan eri puolille.

Muut esteettömät uimarannat:

- > Enonkosken Potaattiniemi
- > Hangon Hangonkylä
- > Helsingin Aurinkolahti
- > Helsingin Hietaranta
- > Hämeenlinnan Hämeensaari
- > Imatran Ukonniemi
- > Imatran Myllyksenranta
- > Inkoon Björnviken
- > Joensuun Ilosaari
- > Kotkan Tampsä
- > Kouvolan Käyrälampi
- > Kuopion Sammakkolampi
- > Lahden Möysä
- > Laitilan Mustajärvi
- > Limingan Rantakylä
- > Lohjan Aurlahti
- > Mikkelin Pitkäjärvi
- > Nokian Vanhainkodinranta
- > Oulun Nallikari
- > Pieksämäen Tahinlampi
- > Punkalaitumen Kiviranta
- > Raaseporin Simmis
- > Rovaniemen Alakorkalo
- > Salon Kokkila
- > Salon Naarjärvi
- > Seinäjoen Kyrkösjärvi
- > Tampereen Pyyntikki
- > Viitasaaren Myllärinpuisto

Lähteet: hagerlund.net,
Lipas-liikuntapaikkatietokanta



Turun Ekvallan rannalla on päällystetyt käytävät ja pyörätuolirampilla varustettu luiska veteen.

Suolle on turvallista kaatua

Harri Venäläinen haluaa jatkaa retkeilyä, vaikka harvinaissairaus CIPD panee sisukkaasti hanttiin. Luonto kääntää linssin elämän kauniisiin yksityiskohtiin.

Kainuulainen suo on nykyään **Harri Venäläisen** lempiretkeilypaikka. Syitä on kaksi: Kainuussa on vähemmän retkeilijöitä kuin Lapissa, joten siellä ei oikeasti näe ihmisiä viikkoon. Lisäksi suo on pehmeä alusta kaatua.

Se on oleellista, sillä Venäläinen, 58, sairastaa CIPD:tä eli kroonista tulehduksellista demyelinoivaa polyneuropatiaa. Se on harvinaissairaus: sairastajia on Suomessa viitisenkymmentä.

Venäläinen kaatuu helposti. Hän on yli neljännesvuosisadan sairastamisensa aikana menettänyt runsaasti lihaksiaan, ja nilkoista alaspäin jalat ovat tunnottomat.

– Kun rupean tuntemaan täällä kipua luonnossa ollessani, niin silloin seis, Venäläinen selittää ja osoittaa reitensä ulkosyrjäjä.

Hän on oppinut, että silloin kengäsä on todennäköisesti kivi.

Kamera auttaa huomaamaan yksityiskohdat

Harri Venäläinen suuntaa Kainuuseen tai vähän sen yläpuolelle joka vuosi, mieluiten sekä keväällä, ke-

sällä että syksyllä, ja viipyy viikon tai yli.

– Luonto maadoittaa minut ja avaa kaikki kanavat. Rupeaa tulemaan itkuja tai ihan sama mitä, mutta jotain, hän sanoo.

Retket auttavat häntä jaksamaan arkea, vaikka sairaus panee kamppoihin minkä ehtii. Lihaskadon lisäksi neuroopaattiset kivut ovat jokapäiväisiä.

– Se on kuin hammassärky eri puolilla kehoa. Yritän huijata itseäni ja keskittyä muihin asioihin, Venäläinen sanoo.

Luonto on aina ollut Venäläiselle pelastaja. Pienenä äiti vei hänet ja sisarukset metsäretkelle aina, kun alkoholisti-isä alkoi hölmöillä.

– Ehkä metsästä tuli jo silloin turvapaikka. Jos vieressä on teltallinen ihmisiä, pelkään heitä enemmän kuin eläimiä, Venäläinen sanoo.

Luonnossa häntä viehättää myös mahdollisuus olla yhteydessä oman luovuuden kanssa. Mukana on aina kamera ja kasa objektiiveja. Sairauden takia jokaiseen askeleeseen on joka tapauksessa keskityttävä, joten miksi ei ottaisi hitaasta kulusta hyötyä irti.

– Kamera kannustaa huomaamaan pienet yksityiskohdat, Venäläinen sanoo.

Kuka

- › Harri Venäläinen, 58
- › Asuu Vantaalla
- › Työkyvyttömyyseläkkeellä
- › Perheeseen kuuluvat 29-vuotiaat kaksoset
- › Harrastaa retkeilyä, valokuvausta ja musiikkihommia
- › Lahjoittanut luontokuviaan muun muassa Meilahteen HUSin neurologian poliklinikalle ja hoivakoti Attendo Joenrantaan Sipooseen.



Suo on Harri Venäläiselle haastava paikka liikkua, mutta juuri siksi myös kiehtova.



Luonnossa oleminen
muistuttaa Harri Venäläiselle,
että sairaudestaan huolimatta
hän pärjää ja pystyy tekemään
monenlaisia asioita.

Onnekas sattuma johti sairauden jäljille

Oudot säryt alkoivat vuosituhanen vaihteessa metsähommissa. Harri Venäläinen oli kolmekymppinen pienten kaksosten isä, mutta väsähti tutuissa töissä totaalisesti.

Työterveyden kautta hän sai lähetteen tutkimuksiin, joissa epäiltiin MS-tautia ja muita yleisiä sairauksia. Yksi toisensa jälkeen ne suljettiin pois. Rumbaan kului vuosia, ja Venäläisen oireet pahenivat.

CIPD löytyi lopulta onnekaan sattuman kautta. Sitä epäili ensin neurologi, jonka vastaanotolle Venäläinen oli päätenyt ystävänsä saattajana. Siellä tulivat puheeksi Venäläisen omat oireet.

– Kun lääkäri siellä keksi, mistä on kyse, hoito alkoi mennä oikeaan suuntaan, Venäläinen sanoo.

Lääkkeeksi hän on saanut suonensisäistä immunoglobuliinia sairaalassa neljän viikon välein 24 vuoden ajan. CIPD:ssä elimistön tuottamat tulehdussolut ja vasta-aineet hyökkäävät omaa hermokudosta vastaan. Hoidossa annetaan terveiltä luovuttajilta kerättyjä vasta-aineita suoraan laskimoon.

Venäläisen kunto kohenee aina pari päivää tiputuksen jälkeen. 18 vuoteen hän ei ole tarvinnut pyörätuolia.


– Viimeisellä viikolla ennen tiputusta unet huonontuvat ja stressi, kiputilat ja autonomisen hermoston oireet lisääntyvät.

Viimeisimmästä tiputuksesta on haastatteluhetkellä kaksi viikkoa. Nyt Venäläistä pelottaa, sillä uutta aikaa ei ole annettu.

– Sairaalasta väläytellään, että hoito lopetetaan tai sitä harvennetaan. Minusta tämä on väärin, koska hoito on ainakin hidastanut sairauttani. Mutta lääkkeeni on kallis, Venäläinen sanoo.

Tuttavien ikkunoiden pesu käy jumpasta

Piinallisesta epävarmuudesta huolimatta Harri Venäläinen pyrkii keskittymään myönteisiin asioihin. Jo sairauden alkumetreiltä asti häntä ovat motivoineet nyt 29-vuotiaat lapset, joiden yksinhuoltaja hän oli pitkään.



Tärkeintä luonnossa on ihmettely. "Olen kuin pikkulapsi, ihmettelen kaikenlaisia asioita", Harri Venäläinen sanoo.

Kiinnostaako luontoretkeily?

Rammat retkeilijät on yhdistys ja yhteisö toimintarajoitteisille luontoretkeilijöille.

Sen kautta voi saada vinkkejä soveltavaan retkeilyyn ja samanhenkistä seuraa.

Löydät lisää tietoa sosiaalisesta mediasta tililtä

@rammatretkeilijat ja netistä osoitteesta

rammatretkeilijat.yhdistysavain.fi

– Lääkäri sanoi minulle jo parikymmentä vuotta sitten, että täytyy varautua pahimpaan. Mutta lasten takia olen halunnut pysyä elämässä kiinni ja etsiä siihen keinoja, Venäläinen sanoo.

Kun hän aikanaan päätyi pyörätuoliin, hän käytti kaikki voimansa palauttaakseen kävelykykynsä.

– Tein mielikuvaharjoittelua yötä päivää, Venäläinen muistaa.

Aluksi hommasta ei ollut tulla mitään, mutta ihme kyllä pyörätuolijakso jäi kolmen kuukauden mittaiseksi. Nykyään ulkopuolinen ei hevin huomaa, että Venäläinen on sairas, ellei sitten kiinnitä huomiota äänihuulten rappeuman käheyttämään ääneen.

– Olen opetellut leikkimään tervettä ja yritän aina hoitaa sovitut menot. Rimpuilua se on, mutta psyykkaaminen auttaa, hän sanoo.

Venäläinen on ollut jo nelikymppiisestä työkyvyttömyyseläkkeellä, mutta hän pitää huolen siitä, että sovittuja menoja on. Se on katseen kääntämistä pois omista vaivoista.

Hän tekee joidenkin muusikoiden promo- ja keikkakuvauksia vapaaehtoisena. Hän pesee ikkunoita tuttavien luona ja auttelee muutenkin. Ilmaiseksi, tietenkin.

– Ikkunanpesu on minulle hyvää jumppaa, ja samalla joku toinen ilahtuu. Muusikoilta olen saanut korvauksen siinä, että taide on auttanut minua jaksamaan, hän perustelee.

Venäläinen ei halua kuormittaa sairautellaan muita. Erikseen on pieni vertaisporukka, joka löytyi jo vuosia sitten kuntoutuksen kautta. Kaikki sairastavat harvinaissairautta.

– Heidän kanssaan puhumme samaa kieltä. Kyselemme toisiltamme, oletko kokeillut sitä, tätä tai tuota. Siinä tieto vaihtuu.

Sairaana elämä on jatkuvaa neuvottelua

Kun Harri Venäläinen lähtee retkelle, hänellä on selässään rinkka



Olen opetellut leikkimään tervettä.



Harri Venäläisen mielestä lääkärin kannattaisi suosittelua potilailleen metsässä olemista yhtä innokkaasti kuin lääkkeitä. "Elämä pitäisi nähdä kokonaisuutena", hän sanoo.

ja teltaa ja käsissään vaellussauvat. Ne ovat sairauden tuoma lisä. Pitkiin vaellusmatkoihin hän ei enää pysty.

Joidenkin vuosien takaisen kokemuksen jälkeen Venäläinen on luopunut myös talviretkelystä.

– Silloin ajauduin hypotermian rajamaille enkä muistanut lähettää lapsille päivittäisiä viestejäni. Lopputuloksena rajavartiolaitoksen miehet tulivat etsimään minua, Venäläinen kertoo.

Elämä on – erityisesti retkillä – jatkuvaa neuvottelua sairauden kanssa. Sairaus väittää usein, että retkeilystä pitäisi luopua kokonaan, mutta siihen Venäläinen ei suostu.

Ei niin kauan kuin lääkettä saa, jalat kantavat, eikä kipua valtaa koko elämää.

– Sen olen oppinut, että uupumusta pitää kunnioittaa. Kun uuvun, teltan paikka on siinä. Silloin en mieti, onko maisema tarpeeksi hyvä.

Sitä paitsi: joskus sellaisessakin tilanteessa voi huomata olevansa jonkin ihmeellisen yksityiskohdan äärellä.

Pitää vain osata katsoa. ●

Pyörillä pilvien tasolle

Kuumailmapallolento on mahdollinen pyörätuolia käyttävällekin, kun asiat suunnitellaan oikein.

Care Action Oy:n kuumailmapallolla nousee pari kertaa vuodessa lentoon myös pyörätuolin käyttäjä.

– Tulevana kesänäkin lähdemme lennolle neliraaja-halvaantuneen asiakkaan kanssa, yrittäjä **Ilkka Korhonen** kertoo.

Yrityksen tukikohta on Vantaa.

Korhosen mukaan vaikeatkaan liikuntarajoitteet eivät ole este kuumailmapallolennolle. Näkymä jäisi kuitenkin ilman istumakorkeutta nostavaa koroketta rajalliseksi, koska pyörätuolissa istuvan silmät ovat yleensä noin 1,1–1,3 metrin korkeudella.

Ilmassa ollaan noin tunnin ajan.

– Vuosia sitten lennätin pyörätuolissa istuvaa ja lihasrappeumaa aiheuttavaa ALS-tautia sairastavaa rouvaa sekä hänen puolisoaan. Järjestin pyörätuolin alle 30 senttimetriä korkean tason, että hän näkisi reunan yli. Kyydissä oli myös rouvan hengityskone. Jos pystyy liikkumaan omin jaloin edes auttavasti, koriin nousu esimerkiksi lonkka- tai polvi-proteesia käyttävältä onnistuu. Korin ulko- ja sisäpuolella on portaat.

Pyörätuolimatkustajaa ei nosteta koriin sen ollessa pystyssä, vaan jo ennen sitä. Pyörätuoli köytetään kiinni maassa kyljellään makaavaan koriin ennen kuin avustajatiimi nostaa asiakkaan kyytiin.

– Kun kori makaa maassa kyljellään, siihen kiinnitettyyn pyörätuoliin siirtyminen on helpompaa ja turvallisempaa. Asiakasta ei tarvitse nostaa korin laidan yli, Korhonen sanoo.

Kaikille turvallista

Korhonen vakuuttaa, että kuumailmapallolento on turvallinen kaikille, vammasta ja iästä riippumatta.

– Onnistunut lento vaatii kuitenkin kolme asiaa: pitää olla hyvä sää ja heikko tuuli, hyvä reittisuunnitelma ja riittävästi kaasua matkassa. Alueelakin on merkitystä. Liikuntarajoitteisen kanssa lennetään tasaisesti sisämaassa, eikä keikutella Helsingin yläpuolella. Jotkut lentoa jännittäneet ovat 10 minuuttia ilmaan nousun jälkeen olleet haltioituneita kyydin taksaisuudesta, kun ovat luulleet, että kori heiluu ilmassa, Korhonen kertoo.

Kun asiakas istuu pyörätuolissa, lennon hinta häneltä ja hänen avustajaltaan on Korhosen mukaan noin 800 euroa.

– Jokainen lento räätälöidään yksilöllisesti ja hinnat ovat aina taksipauskohtaisia. En ajattele tätä työtä pelkästään kaupallisista lähtö-



Kun poltti ei ole päällä, kuumailmapallon ympärillä yläilmoissa on lähes täydellinen rauha. Nousukaan ei tunnu samanlaisena nykäisyä kuin lentokoneessa: irtaantuminen maasta tapahtuu melkein huomaamattomasti.

kohdista. Haluamme myös mahdollistaa ihmisille elämyksiä arjen yläpuolella, Korhonen sanoo.

Mukaan voidaan ottaa Korhosen mukaan kuitenkin vain kevyempi manuaalipyörätuoli.

– Sähköpyörätuolia olisi aika vaikea saada koriin. Ainakin sen pitäisi olla hyvin kevytrakenteinen, Korhonen sanoo.

Vain hyvällä säällä

Etelä- ja Keski-Suomessa lentävän Linnan Pallon **Ville Kajala** korostaa, että lähtökohtaisesti matkustajan tulisi yleisölennona pystyä seisomaan koko noin tunnin lennon ajan.

– Suuremmat liikuntarajoitteet pystymme ottamaan paremmin huomioon yksityislennoilla, joilla koko pallo on varattu asiakkaan käyttöön. Tälläkin hetkellä yksi pyörätuolissa istuva asiakkaamme odottelee lennon toteutumista. Pyörätuolin asettelu ja sitominen koriin sekä asiakkaan nostaminen koriin ja korista pois edellyttävät aina suunnittelua ja etukäteisvalmistelua. Lento toteutetaan vain sellaisella säällä, jossa kovan tuulen ja korin kaatumisen riski on hyvin pieni.

Lisäksi laskeutumispaikalla maasto voi joskus olla liikuntarajoitteisille haastava, jos alue on pehmeää peltoa tai siellä on ylittäviä oja.

– Yksityislentojen hinnat alkavat 1795 eurosta. Käytössämme on erikokoisia palloja ja joudumme aina tapauskohtaisesti arviomaan ja mitoittamaan, miten pyörätuoli saadaan mukaan turvallisesti. Tyypipiratkaisu voisi olla pilotti, pyörätuolin käyttäjä sekä 1–2 avustajaa, Kajala sanoo. ●

Tuulitunnelilennoille Föönissä

FÖÖNI-TUULITUNNELISSA Helsingin kauppakeskus Redissä pyörätuolia käyttäväkin voi kokeilla, miltä tuntuu lentää itse. Lentokokemus on mahdollinen myös neliraajahalvaantuneelle.

Tunnelin pohjalla suuret puhaltimet tuottavat ilmavirtaa, jonka päällä voi lentää.

Paikalla on koulutettu ohjaaja, joka auttaa siitä lähtien, kun henkilö siirtyy pyörätuolista lentotunneliin.

– Meidän pitää vain tietää etukäteen asiakkaan rajoituksista, jotta voimme varata riittävästi avustavaa henkilökuntaa, Lentotehdas Oy:n myyntipäällikkö **Anna Niemelä** kertoo.

Liikuntarajoitteisen kannattaa mennä Niemelän mukaan Fööniin arkipäivänä.

– Silloin kouluttajalla on rauha käydä hänen kanssaan tarvittavat asiat läpi. Aloittelijat lentä-



FÖÖNI / LENTOTEHDAS OY

Fööni-vapaalentotunnelissa on koulutettu ohjaaja auttamassa koko ajan.

vät muutenkin ohjaajan kanssa, mutta liikuntarajoitteiselle tämä tuki on vieläkin tärkeämpi. Hinta on pyörätuoliasiakkaalle sama kuin muillekin, 74,90 euroa lennolta.



Miten avustajan saa matkalle?

Jos haluat henkilökohtaisen avustajan lomamatkalle, kannattaa hakemus perustella tarkasti, Heta-liitto ry:n juristi Elisa Weckman neuvoo. Säästöpainee näkyvät hänen mukaansa nyt myös lomille myönnetyissä avustajatunneissa.

Avustajahakemus lomamatkalle ei vaadi kirjallista matkasuunnitelmaa. Mutta sellaisen mukaan liittäminen edistää **Elisa Weckmanin** mukaan hakemuksen käsittelyä ja läpimenoa.

Weckman on juristi Heta-liitossa. Se on henkilökohtaisten avustajien työnantajien liitto.

– Avustajahakemukseen kannattaa laittaa perustiedot matkasta: matkan kesto, kohde ja arvio avustajatuntien määrästä sekä siitä, mihin asioihin avustajaa tarvitaan.

Weckman neuvoo myös huomioidaan, tarvitaanko matkalla enemmän ja erilaista apua kuin kotona.

– Matkallahan ei usein ole mukana esimerkiksi omaishoitajaa, eivätkä

monet muutkaan palvelut siirry kotona matkakohteeseen. Tämän tyyppiset asiat vaikuttavat aina hyvinvointialueiden vammaispalvelujen myöntämien avustajatuntien määrään, Weckman neuvoo.

Kriteerit tiukentuneet

Huolellisesti tehty suullinenkin suunnitelma kelpaa, jos avustajaa matkal-



Avustaja voidaan järjestää myös yrityksen avustajapalveluna esimerkiksi palvelusetelillä.

le tarvitseva ei pysty tekemään kirjallista suunnitelmaa.

– Myös sosiaalityöntekijä voi kirjata tarvittavat asiat henkilön puolesta ja käsitellä sen hakemuksena. Tarvittaessa vammaispalvelu voi sitten tehdä lisäkysymyksiä matkasta, Weckman sanoo.

Weckmanin mukaan anomus henkilökohtaisen avun saamisesta lomamatkalle menee pääsääntöisesti läpi.

– Lomamatka sinänsä ei tarvitse perusteluita esimerkiksi sen välttämättömyydestä. Kannattaa kuitenkin tuoda esille esimerkiksi se, jos edellisestä lomamatkasta on kulu-
nut jo pitkä aika. Hakemusten täydellistä tyrmäämistä tavallisempaa on, ettei haettuja avustajatunteja myönnetä sellaisinaan, Weckman sanoo.

Hyvinvointialueiden säästöpainee-
t näkyvät Weckmanin mukaan myös matkoille myönnettävien avustajatuntien määrän tiukentumisena.

– Olemme saaneet jäsenistöltämme palautetta, että niitä on ollut aiem-

paa vaikeampi saada. Hyvinvointialueet ovat saattaneet keksiä myös omia rajoituksiaan ajanjaksoista, joille avustajatunteja voidaan myöntää. Avustajatuntien rajaaminen vaikka-
pa 14 päivään vuodessa ei perustu lakiin, Weckman sanoo.

Huomioi myös päivystysaika

Harvoissa tapauksissa hakemus on hylätty, koska hyvinvointialueen arvion mukaan henkilön elämäntilanteeseen ei enää kuulu matkustaminen.

– Tämä liittyy vammaispalvelulain uuteen elämänvaihemalliin. Hakemus on saatettu hylätä myös siksi, että henkilö pian edelliseltä kaukomatkalta palattuaan hakee avustajaa uudelle lomamatkalle, Weckman sanoo.

Henkilökohtaisen avustajan voi saada pitkällekin lomamatkalle.

– Mitään ehdotonta rajaa lomamatkan kestolle ei ole. Esimerkiksi avustajahakemusta parin kuukauden pituiselle Espanjan-matkalle ei voitu hylätä sillä perusteella, että matka kestäisi liian kauan. Mennään kuitenkin jo hieman tulkinnanvaraiselle alueelle, jos avustajaa haetaan useita kuukausia kestäväälle matkalle, Weckman sanoo.

Weckmanin mukaan avustajatunteja arvioitaessa on huomioitava myös työajan ulkopuolinen päivystys, jolloin avustajan on oltava valmiudessa.

– Lomamatkalla ei voi ajatella, että avustajan palkallista työaika-
a olisi ainoastaan se aika, jolloin hän tekee päiväohjelmaan kuuluvaa työtä. Monesti ihan turvallisuussyistä avustajan pitää lomamatkalla olla käytettävissä silloinkin, kun hän ei varsinaisesti tee hänelle kuuluvia työtehtäviä. Tämä on ikuisuusaihe, jota olemme joutuneet väentämään iät ja ajat. ●

Näin haet avustajaa matkalle

- › Voit hakea henkilökohtaista avustajaa matkalle kirjallisesti tai suullisesti.
- › Kartoita tunneissa ja päivissä tarvitsemasi avun määrä, ja mihin kaikkeen sitä tarvitset.
- › Huomioi myös avustajan päivystysaika.
- › Jos et halua itse toimia henkilökohtaisen avustajan työnantajana, avustaja voidaan järjestää myös yrityksen avustajapalveluna esimerkiksi palvelusetelillä.



HETA-LIITTO RY

Heta-liitto ry:n juristin Elisa Weckmanin mukaan hakemukset henkilökohtaisen avustajan saamiseksi lomamatkalle menevät edelleen pääsääntöisesti läpi hyvinvointialueilla.
– Yhä tavallisempaa on kuitenkin, että haettuja avustajatunteja ei myönnetä sellaisinaan, Weckman sanoo.

Heta-liitto ry

- › Henkilökohtaisten avustajien työnantajien liitto
- › Jäseniä noin 4 000
- › Neuvottelee työntekijäliiton kanssa henkilökohtaisia avustajia koskevan työehtosopimuksen ja tarjoaa jäsenilleen oikeudellista neuvontaa
- › Edistää vammaisten ihmisoikeuksia ja itsemääräämisoikeutta

Pääseekö Pride-kulkueeseen esteettömästi?

Helsinki Pride -viikko alkaa tänä vuonna 22.6., ja Pride-kulkue järjestetään lauantaina 27.6. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen oikeuksista muistuttavan tapahtuman esteettömyys on herättänyt keskustelua monena vuonna. Tänä vuonna mukana on ensimmäistä kertaa esteetön rekka.

Helsinki Pride pyysi viime vuonna anteeksi sitä, että tapahtuma ei onnistunut tavoitteessaan olla mahdollisimman esteetön. Vammaiset henkilöt kritisoivat esimerkiksi sitä, että kulkueessa ei ole ollut esteetöntä rekkaa.

Minkälaista työtä olette tehneet vuoden aikana esteettömämmän tapahtuman eteen,

vastaava tuottaja Johanna Storck ja viestintäpäällikkö Emmi Nuorgam?

Johanna: Olemme tehneet hartiavoimin töitä, sillä Helsinki Priden koko toiminnan ytimessä on yhdenvertaisuus ja esteettömyys. Viimeisen vuoden aikana ohjelmakalenterimme on uudistunut täysin, ja jatkossa sinne pääsevät vain tapahtumat, jotka ovat esteettömiä.

Toinen iso ponnistus on ollut esteetön rekka, joka on nyt ensimmäistä kertaa kulkueessa. Olemme tehneet sen eteen töitä jo useamman vuo-

den, ja esimerkiksi Oslo Pride on auttanut meitä tässä paljon. Rekan turvallisuutta on pohdittu yhteistyössä viranomaisten kanssa ja meidän esteettömyyskonsulttimme on testannut jo kalustoa.

Millainen esteetön rekka on ja kuka sinne pääsee?

Johanna: Me rakennamme rekan puoliperävaunusta alusta loppuun. Siihen tehdään kaiteet ja rakennetaan myös istuimet mahdollisille avustajille. Rekasta laskeutuu rammit, joita pitkin pääsee rekan kyytiin.

Esteettömässä rekassa on 10 pyörätuolipaikkaa ja lisäksi muutama paikka ihmisille, jotka eivät käytä pyörätuolia, mutta eivät voi osallistua kulkueeseen kävellen. Kutsumme rekkaan ihmisiä vammaisyhteisöstä, ja ehdotukset tulevat yhteisöltä itseltään. He ovat ihmisiä, jotka ovat olleet mukana kehittämässä esteettömyyttäme.

Onko muille liikkumisesteisille tapaa osallistua Pride-kulkueeseen?

Johanna: Sateenkaaritikka kulkee kulkueen kärjessä. Se on myös yksi tapa liikuntarajoitteisille osallistua. Toki paikkoja on siinäkin rajallisesti, emmekä varmasti saa mukaan kaikkia halukkaita.

Emmi: Olemme miettineet erilaisia tapoja osallistua. Yksi tykätty vaihtoehto on ollut esteetön ja kuvailutulkattu kulkuekatsomo Pride Housesa, joka on Hobo Helsinki -hotellissa.



Esteettömässä rekassa on 10 pyörätuolipaikkaa.



Helsinki Pride haluaa, että sen koko ohjelmakalenteri on jatkossa täysin esteetön.

Helsinki Prideen kuuluu paljon muutakin kuin kulkue. Kuinka suuri osa Pride-viikon ohjelmasta on esteetöntä?

Emmi: Lähdemme siitä, että kaikki ohjelma kalenterissamme on esteetöntä. Todellakin toivomme, että onnistumme siinä tänä vuonna.

Oma ohjelmamme on jo aiemmin ollut esteetöntä. Ohjelmakalenterissamme on kuitenkin myös muiden tahojen järjestämää ohjelmaa. Suurin osa järjestäjistä on pieniä sateenkaarijärjestöjä ja toimijoita, joille tulee myös nyt shokkina, ihan yhtä lailla kuin meillekin, että tässä kaupungissa ei itse asiassa ole kovin paljon esteettömiä tiloja. Se myös varmasti vaikuttaa ohjelman määrään tänä vuonna.

Viime vuonna vammaiset henkilöt kritisoivat sitä, että tiedot joidenkin tapahtumien esteettömyydestä olivat virheellisiä. Miten varmistatte sen, että tapahtumien esteettömyystiedot ovat nyt riittävän tarkkoja ja ajantasaisia?

Emmi: Viime vuonna ohjelmakalenterin kriteerinä oli, että tapahtumassa pitää pystyä liikkumaan esteettömästi. Tämä oli liian moni-

tulkintainen ilmaisu. Siksi meille ilmoitettiin esteettömäksi sellaisia tapahtumia, jotka eivät lopulta olleetkaan esteettömiä.

Meillä oli viime vuonna myös sellainen historiallinen tilanne, että ohjelmien määrä kasvoi todella paljon. Kiire yhdistettynä heikosti toimiviin järjestelmiin ylläpiti syrjiviä rakenteita myös toiminnassamme.

Nyt olemme yrittäneet jo ohjelmien hakukriteereillä taklata sitä, että mukaan ei tule esteellistä ohjelmaa. Olemme jo hakuvaiheessa selkeitä esteettömyydestä.

Miten viestitte tapahtumien esteettömyydestä?

Emmi: Viestimme ohjelmakalenterissamme nettiosoitteessa pride.fi. Jokaisen ohjelman kohdalla on esteettömyys- ja esteellisyystiedot. Meillä on kriteerit, jotka on pakko täyttää, ja lisäksi on pitkä lista toiveita ohjelmajärjestäjille. Kalenterista löytyy tieto, miten nämä toiveet on huomioitu. Kävijä voi itsenäisesti punnita, pystyykö hän osallistumaan juuri tähän ohjelmaan.

Yritämme tänä vuonna havainnollistaa myös somevideoiden avulla esimerkiksi kulkueessa liikkumiseen liittyviä asioita.

Kutsuite viime vuoden kulkueen jälkeen ihmisiä antamaan palautetta ja kehittämään esteettömyyttä ja saavutettavuutta yhdessä kansanne. Minkälaisia kehitysehdotuksia saitte?

Emmi: Tärkein on varmasti toive siitä, että Helsingin Pride-yhteisö ja Helsingin Pride-tapahtumat eivät olisi syrjiviä. Minusta se on kohtuullinen vaatimus, johon meidän pitäisi pystyä vastaamaan

Johanna: Olemme saaneet paljon myös hyvää palautetta. Toivomme, että meihin otetaan aina yhteyttä, jos me voimme vielä kehittyä, on kyse sitten pienistä asioista tai isoista kokonaisuuksista.

Mikä on ollut teille suurin oppi esteettömyydestä?

Emmi: Tärkeä oppi on ollut se, miten heikosti esteettömiä tiloja on saatavilla Helsingin kokoisessa kaupungissa, ja miten huonosti voimassa olevaa lainsäädäntöä ja rakennuslupiin liittyviä määräyksiä noudatetaan. Me ajattelimme, että esimerkiksi rakennusten luiskat täyttävät määräykset enimmäiskaltevuuskulmasta. Meille on selvinnyt, että näitä määräyksiä, sääntöjä ja lakeja ei aina noudateta. ●

Turvakoteja on Suomen maantieteelliseen laajuuteen nähden vähän, ja kenties myös siihen nähden, että Suomi on Euroopan vaarallisimpia maita tässä suhteessa.

Turvakodin tulisi auttaa kaikkia

Tutkimusten mukaan vammaiset naiset kokevat valtaväestöä enemmän lähisuhdeväkivaltaa. Silti turvakotien esteettömyydessä on yhä puutteita.

Teksti Hannu Salonpää **Kuvat** Getty Images, Oulun turvakoti



Jokaisella on oikeus olla omassa kodissaan ja lähi-suhteissaan turvassa. Aina tämä ei kuitenkaan toteudu. Hädän hetkellä tulisi olla mahdollisuus hakea apua turvakotien palveluista.

Tutkimusten perusteella vammaiset henkilöt ja erityisesti naiset kokevat enemmän väkivaltaa ja lähisuuhdeväkivaltaa kuin valtaväestö. Turvakotien tulisikin olla yhdenvertaisesti kaikkien apua tarvitsevien saavutettavissa.

Apulaisoikeusasiamiehen saaman selvityksen mukaan kaikki THL:n järjestämistä vastuulla olevat turvakodit eivät silti ole esteettömiä. Apulaisasiamiehen mukaan turvakotien ja niiden palvelujen esteettömyyttä on parannettava nopeasti, jotta vammaisten henkilöiden yhdenvertainen kohtelu ja lain turvaamat oikeudet toteutuvat.

Myös eduskunta on myöntänyt rahoitusta turvakotipaikkojen riittä-

vyyden turvaamiseen sekä turvakotien esteettömyyden parantamiseen.

Lähteminen jo haaste

– Turvakoteja on Suomen maantieteelliseen laajuuteen nähden vähän, ja kenties myös siihen nähden, että Suomi on Euroopan vaarallisimpia maita tässä suhteessa. Vammaisille henkilöille jo matka turvakotiin voi muodostua haasteeksi esteettömyyteen tai terveydentilaan liittyvien haasteiden takia, sanoo Invalidiliiton järjestöasiantuntija **Sanna Leppäjoki-Tiistola**.

– Esteettömyystyötä on toki turvakodeissa tehty, mutta samalla pitää muistaa, että esteiden poistaminen on jatkuvaa.

Leppäjoki-Tiistola kertoo, että monikanavaista tiedotusyhdistystä on toteutettu jo vuosia. Sitä ovat tehneet THL ja aikaisemmin Invalidiliitossa toiminut esteettömyyskeskus.

Konkreettisenä esimerkkinä hän mainitsee *Uskalla olla, uskalla puhua: vammaisen nainen ja väkivalta* -op-



Esteiden poistaminen on jatkuvaa.

paan sekä ammattilaisille suunnatun *Tiedä ja toimi* -kortin.

– Esteettömyyden tarkistuslistan ja kartoitusten parissa teimme töitä muutama vuosi sitten. Tämän jälkeen olen itsekin ollut esimerkiksi THL:n turvakotien työntekijöiden verkostossa puhumassa aiheesta ja muun muassa esteettömyystietojen näkyväksi tuomisesta turvakotien verkkosivuilla, Leppäjoki-Tiistola mainitsee.

Invalidiliitto vahvasti mukana

Turvakotien kehittämistyö jatkuu edelleen Invalidiliitossa konkreet-

OULUN TURVAKOTI



Kuva on Oulun turvakodilta. Luiskan avulla sisälle pääsee pyörätuolilla.

”Kekseliäisyys auttoi selviämään”

– En ollut koskaan ajatellut voimavarojeni olevan niin lopussa, että joutuisin edes harkitsemaan turvakotiin menemistä, sanoo 55-vuotias **Ella**.

Muutama vuosi sitten hänen elämänsä kuitenkin ajautui tilanteeseen, jossa muuta vaihtoehtoa ei enää ollut.

Ellan yksityisyyden turvaamiseksi hän ei esiinny jutussa omalla nimellään.

Ella on syntymästään saakka ollut vammainen. Lapsuudessaan hän vietti pitkiä aikoja sairaalassa ja varhaisuoruuden vammaisille tarkoitettussa sisäoppilaitoksessa.

Elämä kuljetti Ellaa niin, että hän avioitui monisairaana miehen kanssa.

– Olen aina ollut hyväntahtoinen ja auttavainen sekä omat tarpeet ohittava ja helposti voimavarani ylittävä henkilö. Niinpä ajauduin kuin huomamatta ensin puolisoni ”avustajaksi” ja myöhemmin hänen omaishoitajakseen. En tunnistanut rajojani, vaikka aloinkin pikkuhiljaa tuntea väsymystä. Kun tätä jatkui vuosikausia, aloin hiljalleen totaalisesti uupumaan. Viimein tuli täydellinen romahdus, hän kertoo.

Uupumuksen alkuoireina Ellalla esiintyi unettomuutta, jota hän hoiti kaikin mahdollisin keinoin. Sittemmin hänellä alkoivat monenlaiset sekä psyykkiset että fyysiset oireet. Hän haki ja saikin näihin hetkellistä apua. Lopulta Ella oli useita vuorokausia täysin uneton ja hän ymmärsi hakeutua päivystykseen.

– Onneksi päivystyksessä vointini ymmärrettiin ja sain jäädä muutamaksi vuorokaudeksi vuodeosastolle, jossa minulle syötettiin vahvoja lääkkeitä. Tajusin siellä, etten voi tässä kunnossa palata kotiin. Muutaman puhelinsoiton myötä rohkaistuin lähtemään turvakotiin. Päätös oli vaikea ja ristiriitainen sekä minulle että puolisololleni.

– Turvakodissa henkilökunta otti minut ystävällisesti vastaan. Sain oman huoneen.

Olin siinä vaiheessa niin väsynyt, mutta samalla myös helpottunut, että en aluksi kiinnittänyt huomiota turvakodin puitteisiin. Halusin vain levätä ja olla täysin rauhassa omissa huoneessani. Se riitti minulle, Ella kuvailee alkutuntemuksiaan.

Vähitellen Ella alkoi poistua huoneestaan ja huomasi, että turvakodissa ei nähtävästi aikaisemmin ollut asunut kukaan muu pyörätuolia käyttävä henkilö. Hän havaitsi pieniä puutteita siellä täällä, kuten wc:n peilin sijoittelun liian korkealle, veto-kahvojen puuttumisia ja ulko-ovessa korkeahkon kynnyksen.

– Vaikka käytän pyörätuolia ja olen vaikeavammainen henkilö, en silti saanut apua päivittäisiin toimintoihini turvakodin henkilökunnalta. Oma-toimisuuden edellytys tehtiin minulle heti selväksi. Vastasin itse niin huoneeni siistimisestä, ruoanlaitosta kuin pyykinpesusta, Ella sanoo.

– Ainoa asia, missä henkilökunta minua ratkaisevasti auttoi, oli lähikaupassa käynti. Koska keittiö- ja ruokailutilat olivat toteutettu niin sanotusti normaalimitoituksin, jouduin myös pyytämään silloin tällöin henkilökuntaa laskemaan ruokailuvälineitä ja astioita alemmaksi pöydille. Saunassa ja pesutiloissa pärjäsin juuri ja juuri omatoimisesti, kun sain käyttööni puisen siirrettävän penkin. Turvakodissa ei ollut suihkupyörätuolia.

Kun Ella arvioi asiaa nyt jälkikäteen, turvakoti ei hänen mielestään ollut täysin esteetön. Hän uskoo, että arjesta selviytymistä auttoi hänen oma neuvokkuutensa ja kekseliäisyytensä.

– Kriisin keskellä olevalle uuteen ympäristöön siirtyminen on jo sinänsä rankka kokemus. Jos päivittäisissä toiminnoissakin on haasteita ja tilat esteellisiä, nämä vaikeuttavat ja hidastavat toipumista. Täytyisi muistaa, että kuka tahansa ihminen saattaa joutua hakemaan turvaa, Ella toteaa.



”
Oma-
toimisuuden
edellytys
tehtiin
minulle heti
selväksi.

”Ella”



OULUN TURVAKOTI

Oulun turvakodissa on ollut asiakkaina myös vammaisia henkilöitä.

tisen saavutettavuuden ja esteettömyyden osalta. THL:n aiemmin tekemää yleistä kartoitusta turvakotien esteettömyydestä syvennetään. Tässä työssä on ollut mukana myös Invalidiliiton esteettömyysasiantuntija **Johanna Hätönen**.

– Osallistujia oli mukana monipuolisesti eri puolilta Suomea ja heiltä tuli kiitosta koulutuksen sisällöstä, Hätönen iloitsee.

Invalidiliitto on koonnut tarkistuslistan helpottamaan turvakotien esteettömyyden itsearviointia ja kartoitusta. THL ja Invalidiliitto ovat järjestäneet turvakodeille myös koulutuksen tarkistuslistan hyödyntämisen ja esteettömyyskartoitusten tekemisen tueksi.

Juuri tietoisuuden lisääminen nähdäänkin Invalidiliitossa olevan kaiken a ja o.

– Tietoisuuden lisäämiseksi teimme THL:n kanssa myös tutkimuksen vammaisten henkilöiden kokemasta väkivallasta ja lähisuhdeväkivallasta. Olemme tähän liittyen jakaneet tietoa erilaisissa seminaareissa ja webi-

naareissa, yhdessä ja erikseen, Leppäjoki-Tiistola sanoo.

Esteet voivat rajoittaa apua

Leppäjoki-Tiistola ei lähde arvioimaan, missä määrin vammaiset henkilöt käyttävät turvakotipalveluja.

– On suuri puute, että tästä ei ole tietoa. Ei ole tietoa esimerkiksi siitä, kuinka usein vammaisen asiakas ohjataan esteettömyyspuutteiden vuoksi muualle kuin turvakotiin. Jo YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksien sopimus velvoittaa kokoamaan asianmukaista tietoa, kuten muun muassa tilasto- ja tutkimustietoa.

Leppäjoki-Tiistolan mukaan eriselvitykset kuitenkin osoittavat, että lähisuhdeväkivalta on hyvin yleistä vammaisten henkilöiden elämänpäivissä, jopa kaksinkertaista muuhun väestöön verrattuna.

– Tästä syystä pyrimme aina aiheeseen liittyvissä esityksissä muistuttamaan, että apua on saatavilla, Leppäjoki-Tiistola tähdentää.



*Hädän hetkellä
kannattaa
hakea apua.*

Oulussa esteettömät tilat

Oulun turvakodissa esteettömyys on huomioitu hyvin.

Toiminnanjohtaja **Pia Kangas** kertoo, että heillä tilat ovat käytännössä esteettömät.

– Turvakodin parkkialue on sisäänkäynnin läheisyydessä, ja saatto-liikenne pääsee ajamaan suoraan ulko-oven eteen. Sisäänkäyntiin johtaa luiska ja oviaukko on apuvälineitä käyttävälle riittävän leveä, Kangas sanoo.

– Myös meidän sisätilamme ovat esteettömät. Turvakoti sijaitsee kahdessa kerroksessa, joihin on mahdol-

lista kulkea portaiden lisäksi hissillä. Yhteisön käytävillä on kaiteita liikumista helpottamaan. Valtaosa tiloista on kynnyksettömiä ja esteettömyys on huomioitu muun muassa wc-tiloissa.

Oulun turvakotiin voi tulla henkilökohtaisen avustajan tai avustajakoiran kanssa. Päivystyspuhelimeen voi olla yhteydessä myös tekstiviestillä.

Kankaan mukaan Oulun turvakodin tilat olivat valmiiksi niin esteettömät, että muutoksia ei ole tarvinnut tehdä. Kaikkien asiakashuoneiden yhteydessä on esimerkiksi oma wc ja suihkutila, jotka ovat esteettömiä.

– Jos asiakas tarvitsee apuvälineitä, ne täytyy tuoda itse mukanaan. Meillä ei ole lainattavia apuvälineitä. Tämä koskee niin ikään vauvan hoitopöytiä, hän toteaa.

Kangas sanoo, että heillä on ollut asiakkaina myös vammaisia henkilöitä, jotka ovat saaneet tarvitsemansa avun kotisairaanhoidon tai kotihoidon kautta. Turvakodin henkilökunnan resurssit eivät riitä päivittäisissä toiminnoissa asiakkaiden avustamiseen.

Viranomaisyhteistyö toimii

– Oulun turvakoti tekee yhteistyötä eri viranomaisten kanssa, jotta turvallinen siirtyminen kotiin olisi mahdollista. Meillä itsellämme ei kuitenkaan ole toimivaltaa järjestää palveluita, asuntoja tai myöntää sosiaali-etuuksia. Henkilökuntamme toki auttaa tarvittaessa asiakasta eri hakeusten tekemisessä, Kangas toteaa.

– Kunkin asiakkaan tilanne ja tarvitsemat palvelut selvitetään yksilöllisesti ja hänelle pyritään järjestämään mahdollisimman hyvin

hänen tilanteeseensa sopiva apu ja palvelut.

Kangas iloitsee, että THL on viime vuosina panostanut turvakotien esteettömyyteen, ja niinpä lähes kaikista turvakodeista löytyy nykyään ainakin yksi esteetön huone.

– Kannustamme vammaisia henkilöitä soittamaan rohkeasti turvakotiin ja kertomaan tilanteestaan sekä tarvitsemistaan palveluista. Myös Nollalinjalle voi soittaa, sillä heillä on perustiedot kaikista Suomen turvakodeista. Häden hetkellä kannattaa hakea apua, hän sanoo. ●

Invalidiliitto on koonnut tarkistuslistan helpottamaan turvakotien esteettömyyden itsearviointia ja kartoitusta.



Invalidiliitossa tehdään niin valtakunnallista, alueellista kuin paikallistakin vaikuttamistyötä aktiivisessa vuoropuhelussa vammaisten ihmisten, järjestöjen, yritysten, päättäjien, viranhaltijoiden, mielipidevaikuttajien ja kansalaisyhteiskunnan kanssa. Tässä katsaus muutamiin ajankohtaisiin aiheisiin, joiden parissa työskentelemme Invalidiliiton vision "Yhdenvertainen ja esteetön Suomi" toteutumiseksi.

Invalidiliitto vaikuttaa

Hallituksen kehysriihen anti odotettua

HALLITUKSEN kehysriihestä kantautui ennakoituja uutisia: asiakasmaksuja korotetaan ja sosiaalihuollosta sekä järjestöavustuksista leikataan. Valonpilkahduksena voi pitää Invalidiliiton pitkään vaatimaa lahjoitusten verovähennysoikeuden laajentamista sote-järjestöille. Toimenpiteet nuorten ja pitkäaikaistyöttömien työllisyystilanteen parantamiseksi ovat oikean suuntaisia, mutta työllisyystoimenpiteissä tarvittaisiin positiivista erityiskohtelua.

Varautuminen esillä Päijät-Hämeessä

KUMPPANUUSFOORUMISSA keskusteltiin varautumisesta ja turvallisuudesta vammaisten ihmisten näkökulmasta. Invalidiliitto toi hyvinvointialueen valmiuspäällikölle esiin, että turvallisuusviestintä ei aina ole saavutettavaa, evakuointisuunnitelmissa ei huomioida riittävästi apuvälineitä ja moni vammaisen henkilö on kriisitilanteissa riippuvainen avusta. Huolta herätti myös yksin asuvien vammaisten ihmisten avunsaanti häiriö- ja hätätilanteissa. Tilaisuudessa oli hyvää keskustelua ja yhteistyön avauksia. Lisäksi liiton työntekijä liittyi varautumisen ja turvallisuuden järjestöverkostoon.

Lue lisää verkkosivuiltamme:

› invalidiliitto.fi/ajankohtaista

Tilaa Invalidiliiton uutiskirjeitä:

› invalidiliitto.fi/invalidiliiton-utiskirjeet

Koko yhteiskunta puolustaa vammaisten ihmisoikeuksia!

INVALIDILIITTO on julkaissut eduskuntavaali- ja hallitusohjelmatavoitteensa. Tavoitteiden pääviesti on, että vammaisten ihmisoikeuksia ei saa enää sivuuttaa. Fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten ihmisten palvelut on saatava kuntoon, työelämäosallisuus nousuun ja turvallisuus keskiöön.

Invalidiliitto korosti elämänlaatua ja yhdenvertaisuutta saattohoitoa ja hoitopaikan valintaa koskevassa lausunnossaan

INVALIDILIITTO tukee esitysluonnosta, jonka mukaan palliatiivinen hoito ja saattohoito kirjattaisiin selkeästi hyvinvointialueiden järjestämisvastuulle. Liiton mukaan palliatiivisen hoidon tavoitteeksi tulisi kirjata nykyistä selkeämmin elämänlaadun ylläpito, ei pelkästään toimintakyvyn tukeminen. Invalidiliitto kannattaa myös hoitopaikan valinnanvapauden laajentamista.

Liitto otti kantaa Kainuun muutosohjelmaan

INVALIDILIITTO lausui Kainuun hyvinvointialueen strategiaan liittyvästä muutosohjelman luonnoksesta. Liitto nosti esiin, että vammaiset ihmiset käyttävät hyvinvointialueen kaikkia palveluja ja siksi niiden yhdenvertaisuus, esteettömyys ja saavutettavuus tulee varmistaa. Fyysisen ympäristön ja palveluiden lisäksi huomiota pitää kiinnittää myös tutkimus- ja hoitolaitteiden ja liikkuvien palvelujen esteettömyyteen sekä digiratkaisujen helppokäyttöisyyteen. Aluevaltuusto hyväksyy muutosohjelman kesäkuussa.

Invalidiliitto tukee taksilain kiristystä – turvallisuus ja koulutus vahvistuvat

INVALIDILIITTO kannattaa hallituksen esitystä, jolla uudistetaan lakia taksiliikenteen palveluista. Esityksen keskeiset muutokset, kuten taksinkuljettajan ajoluvan ehtojen tiukentaminen ja kuljettajien koulutusvaatimusten vahvistaminen, parantavat taksipalvelujen turvallisuutta fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten henkilöiden näkökulmasta.

Vantaa-Keravan ja Keski-Uudenmaan hyvinvointialueilla vaikutetaan alueiden strategioihin

LÄHES kaikilla hyvinvointialueilla on kevään aikana ollut valmistelussa strategioita ja hyvinvointisuunnitelmia. Keski-Uudellamaalla ja Vantaa-Keravalla on osallistettu vammaisneuvostoja ja järjestöjen yhteistyöelimiä valmisteluun. Invalidiliitto on osallistunut lausuntojen valmisteluun ja vapaaehtoisten vaikuttajien tukemiseen.

Taksialan koulutuksen vaatimuksia tiukennettava

INVALIDILIITTO esittää tarkennuksia Liikenne- ja viestintävirasto Traficomien valmistelemaan määräykseen taksiliikenteen koulutuksista. Lausunnossa nostetaan esiin, että kuljettajien vuorovaikutustaidot ja kielitaito ovat keskeisiä turvallisuustekijöitä. Erityistä huolta herättää asiakkaiden fyysinen koskemattomuus. Invalidiliitto painottaa, että asiakasta ei saa koskea ilman suostumusta, ellei kyse ole välttämättömästä avustamistilanteesta.

Invalidiliitto vaatii tarkennuksia taksien katsastussääntöihin

INVALIDILIITTO esittää tarkennuksia erityisesti pyörätuolin kiinnitysjärjestelmiä sekä nostimia ja kulkuliuskoja koskeviin tarkastuskohteisiin. Sen mukaan katsastuksessa tulisi nykyistä selkeämmin arvioida myös näiden varusteiden säädösten ja standardien mukaisuutta, ei pelkästään niiden olemassaoloa ja kuntoa.

Apuvälinepalveluiden yksilöllisyyttä, oikea-aikaisuutta ja yhdenvertaisuutta on vahvistettava

INVALIDILIITTO on antanut lausunnon apuvälinepalveluiden laatusuosituksen ja lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden valtakunnallisten luovutusperusteiden päivityksestä. Lausunnossa korostetaan, että on erityisen tärkeää varmistaa apuvälineen sopivuus asiakkaan yksilölliseen elämäntilanteeseen ja vamman tai sairauden aiheuttamaan toimintakyvyn vajeeseen.

Vammaisneuvosto ja järjestöneuvottelukunta vahvemmin mukaan keskeisten strategioiden seurantaan Kanta-Hämeessä

LIITON vaikuttamistyön tuloksena Kanta-Hämeen vammaisneuvosto on päässyt osallistumaan vahvemmin hyvinvointisuunnitelman toteutumiseen ja seurantaan. Myös Keski-Uudellamaalla on käyty keskustelua vammaisneuvoston vahvemmassa roolista esimerkiksi strategian seurantaryhmässä. Invalidiliiton työntekijä on edistänyt asiaa käymällä keskusteluja seurannasta molempien alueiden viranhaltijoiden kanssa.

Pirhan vammaisneuvosto kuuli nuoria

PIRKANMAAN hyvinvointialueen vammaisneuvosto kutsui työpajaansa vammaisia nuoria ja nuorisovaltuustolaisia. Neuvoston varapuheenjohtajana toimiva Invalidiliiton työntekijä luotsasi keskustelua ja yksi nuorista valmistui luentonsa myötä liiton kokemustoimijaksi. Työpajassa pohdittiin, vastaavatko Pirhan palvelut nuorten tarpeisiin ja miten neuvosto voisi vahvistaa nuorten osallisuutta. Palvelujen heikennykset rajoittavat harrastamista, mm. liikkumisen tuen kuntarajoihin toivottiin joustoa. Viranhaltijat lupasivat muistuttaa tiimejään, että nuoren omaa mielipidettä tulee aina kysyä.

Matkalla golfin huipulle

Golf sopii lähes kaikille, sanoo Helena Skogström. Hän on Suomen ainoa liikuntavammainen naisparagolfaaja, joka pelaa EDGA:n maailmanranking-pisteistä.

Ei todellakaan ole minun lajini! Onpa harvinaisen tylsää puuhaa, ajatteli **Helena Skogström** kokeiltuaan golfia ensimmäisen kerran rangella eli harjoitusalueella.

Skogströmeillä oli tapana testata eri lajeja perheen kesken. Oli pelattu padelia, frisbee-golfia, sulkapalloa, tennistäkin. Nyt oli golfin vuoro, eikä Skogströmin teini-ikäinen poika antanut periksi. Kun säät lämpenivät, hän ylipuhui muut yrittämään vielä uudestaan. Niin Skogströmit suunnasivat Nurmijärvi Golfin.

Skogström innostui heti.

– Luonnossa pallo voi mennä mihin tahansa. Viheriöllä liehuva lippu on merkki selkeästä suunnasta. Kun tähtäin on selvillä, peli muuttuu aivan toiseksi pelkkään rangella läiskimiseen verrattuna, Skogström selittää videopuhelun välityksellä silmät sädehtien.

Skogström loukkaantui nuorena aikuisena vakavasti liikenneonnettomuudessa, ja on reisiamputaation lisäksi monivammainen. Suomen HCP Golf ry:n avulla hän löysi paragolf-toiminnan pariin. Se ja Finnish Disabled Golfers ry ovat suomalaisia yhdistyksiä, jotka tuke-

vat liikuntarajoitteisten ja muiden toimintakyvyltään heikentyneiden henkilöiden golfharrastusta monin tavoin.

Vauhdilla huipulle

Nykyään Skogströmin koko elämä pyörii golfin ympärillä.

– Mutta olen lajissa vielä ihan noviisi, hän alleviivaa.

Kausia on takana kaksi.

Skogström harjoittelee lajia päämäärätietoisesti Nurmijärven yleisen sarjan kilpanaisten joukkueen kanssa. Se tarkoittaa paria täyttä 18-reiän kierrosta viikossa. Yhteen kuluu aikaa noin 4,5 tuntia.

Lisäksi viikkoon mahtuu useita lyhyempiä kierroksia ja tekniikka- ja lihaskuntoharjoittelua. Viikonloppuna Skogström pelaa perheen kesken ilokseen tai reissaa kilpailuissa.

Tahti on huima.

– Jos aikoo kehittyä, haluan tehdä sen vauhdilla. Se vie eteenpäin ja on palkitsevaa, Skogström sanoo. Tähtäimessä ovat kansainväliset kilpakentät.

Ja onhan Skogström huippu-urheilija jo ennestään: hän pelasi istumalentopalloa maajoukkueetasolla hienot 16 vuotta. Parhaat sijoitukset olivat MM-kisojen 8. ja EM-kisojen 4. sijat. Sitten sisähalli vaihtui

viheriöön ja joukkuelaji yksilösuoritukseen.

Nyt hän on Suomen ainoa kilpata-solla pelaava paragolfari-nainen ja pelaa EDGA:n eli Euroopan vammais-golfliiton maailmanranking-pisteistä.

– Innolla odotan muita naisia mukaan, hän sanoo.

Huippu-urheilua tai sunnuntaikävelyä

Vaikka Helena Skogström on lähtenyt kilpailemaan golfissa, kaikkien ei suinkaan tarvitse, hän vakuuttaa.

– Tästä voi tehdä sellaisen harrastuksen kuin itselle sopii, hän sanoo. Yksi käy vain rangella lyömässä palloa, toinen kiertää kenttiä, muttei laske pisteitä ollenkaan.

Aloittaminen on Skogströmin mukaan helppoa. Välineet voi vuokrata tai ostaa halvalla käytettynä.

Golfkenttää kierretään neljän ryhmässä. Yhdessä ryhmässä voi pelata monentasoisia pelaajia, koska pelaajien väliset erot tasataan pelin sääntöihin kuuluvalla tasoituksella. Kun kierroksilla saa seurata kokeneempien pelaajien otteita, oppii itsekin lisää.

Kenttää kiertäessä tutustuu muihin pelaajiin. Moni on löytänyt golfkentältä uusia ystäviä.

Innostuitko?

Lisää tietoa lajista
www.suomenhcgolf.fi
[www.vammaisgolf.fi/
golfliitto.fi](http://www.vammaisgolf.fi/golfliitto.fi)

Golf mielletään helposti rikkaiden miesten verkostoitumislajiksi. Skogströmin mukaan todellisuus on toinen.

– Esimerkiksi Nurmijärven kenttä on maalaiskenttä, jossa on ihan kaikenlaisia ihmisiä, hän sanoo.

– Koen, että kaikenlaiset ihmiset ovat golfkentälle todella tervetulleita. Menen siellä itsekin proteesin kanssa hame päällä, eikä minua ole koskaan oudoksuttu, Skogström sanoo.

Kaikille sopiva laji

Golf sopii lajiksi yllättävän monelle, vaikka liikkumisen tai terveyden kanssa olisikin haasteita.

– Jos yksi käsi toimii sen verran, että pystyt tekemään heilautuksen edestä taakse suoralla kädellä, golfin pelaaminen on jo mahdollista, Helena Skogström sanoo. Pyörätuoli ei ole este, vaan kentällä on mahdollista käyttää paragolferia eli maasto-sähköpyörätuolia. Se mahdollistaa pelaamisen, kunhan käsissä on liikettä. Paragolferia voi käyttää istuen, tai se voi nostaa pelaajan seisoma-asentoon.

Jos kävelyn kanssa on haasteita, golf-autolla pääsee pallon viereen.

Täydessä golfkierroksessa on 18 reikää ja kävelymatkaa kertyy noin kymmenen kilometriä.



Moni on löytänyt golfkentältä uusia ystäviä.



Golfia voi Helena Skogströmin mukaan harrastaa niin kuin itselle sopii.



Yllätyksellisyys on Helena Skogströmin mielestä golfin parhaita puolia.

Kierroksen pituutta kannattaa kasvattaa pikkuhiljaa.

– Aluksi pelkkä lyöminenkin raskaita ennen kuin tasapaino löytyy, Skogström sanoo.

Todellisuus golfkentällä on aivan erilainen kuin televisiossa näytettävillä PGA-kierroksilla, Skogström muistuttaa.

– Itseen ei kannata suotta rasittaa vertailemalla omia edesottamuksiaan huippupelaajien lennokkaisiin swingeihin, hän sanoo.

– Pelityylejä on yhtä monta kuin pelaajiakin, oli vammoja tai ei. Tässä lajissa ei jaeta tyylipisteitä. Ainoa, mikä merkitsee, on lyöntien määrä.

Unelmia kohti

Helena Skogströmin rakkaus lajiin tuikkii silmissä ja kuuluu äänessä. Mikä häntä golfissa oikein vetää puoleensa?

– Koskaan ei voi täysin tietää, mihin pallo menee. Se on tosi jännittävää, että onko seuraava pallo pusikossa vai väylällä vai missä, Skogström nauraa.

– Koskaan ei tiedä, milloin tulee unelmien lyönti, tai milloin niitä tulee yhdellä kierroksella niin monta, että tulee unelmakierros, hän sanoo. Ja vaikkei peli aina kuljekaaneen, on tilastollisesti mahdotonta möhliä kymmeniä lyöntejä peräjälkeen.

Helena Skogströmin suosikkikentät Suomessa

1. REVONTULI GOLF

Hankasalmi

Huikkeen ihana kenttä, jossa pelattu myös paragolf-tourin kisa.
revontuli.fi/golf

2. ROCK GOLF

Siuntio

Uusi 9-reikäinen kenttä, jota kiinnostaisi käydä kokeilemassa.
rockresort.fi

3. LINNA GOLF

Harviala

Useaan kertaan maan parhaana palkittu kenttä Vanajanlinnan kupeessa.
linnagolf.fi





Pelityylejä on yhtä monta kuin pelaajiakin.

– Vaikka pohjalla olisi monta huonoa lyöntiä, yksi onnistuminen voi kääntää tunnelman täysin ja tuoda aivan uutta virtaa peliin, hän jatkaa.

Pelatuille kierroksille mahtuu lukemattomia muistoja. Kerran Skogström lähti pelaamaan vieraan ryhmän kanssa. ”Miten ihmeessä sinä lyöt noin pitkälle”, pelikaverit alkoivat pian ihmetellä. Hänen tekniikkaansa ja maillojaan puitiin monen lyönnin verran.

– On aivan mahtavaa, että pystyy inspiroimaan muita. Se tekee hyvän mielen, hän sanoo.

Skogströmin katse on jo kaukana tulevaisuudessa. Viiden vuoden päästä hän on toivottavasti tuttu kasvo naisten kilpailuilla Euroopassa.

– Haluaisin kokeilla oikeita PGA-tourin kilpailuista, joilla viheriöt ovat parketinliukkaita ja äärettömän vaikeita. Ja selviytyä niistä kohtuullisesti, hän lisää ja hymyilee. Unelmaa kohti hän kulkee päättäväisesti.

– Sehän on selvä, että ne käydään katsomassa. ●

HELENA SKOGSTRÖM

- › Pelaa ainoana suomalaisena paragolfaajana EDGA:n maailman ranking-pisteistä
- › EDGA WR4GD -luokiteltu paragolfaaja
- › Pelannut kaksi kautta, tasoitus 25.4
- › Finnish Disabled Golfers ry -yhdistyksen jäsen
- › Toimii Invalidiliiton kokemusasiantuntijana
- › Asuu Nurmijärvellä

Golf kuuluu kaikille

Suomen Golfliiton asiantuntija Johanna Ahti kannustaa kaikkia golfin pariin.

SUOMEN Golfliitto järjestää vuosittain kaksi toimintarajoitteisille avointa pelikiertuetta, Paragolf Tourin ja Special Olympics Unified tourin.

– Tunnelma kisoissa on kohdillaan. Mailaa ei puristeta, vaan kentällä ollaan yhdessä nauttimassa, Golfliiton paragolfista vastaava asiantuntija **Johanna Ahti** sanoo.

Lisäksi Golfliitto kouluttaa ohjaajia ja konsultoi golfseuroja. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä paragolfista ja esteettömyysvaatimuksista. Kauden 2027 aikana käynnistyy myös kehitystyön ajan tauolla ollut paragolfin Team Finland -toiminta.

Johanna Ahti kannustaa kaikkia golfin pariin. Kodin lähellä sijaitsevat golfkentät löytää esimerkiksi internetin karttapalvelusta tai Suomen Golfliiton verkkosivuilta www.golf.fi. Suurin osa kentistä tarjoaa alkeiskursseja ja tutustumistapahtumia, joissa lajia pääsee kokeilemaan.

– Golfseuroihin voi ottaa yhteyttä etukäteen ja käydä läpi esteettömyystarpeita tai kulkureittejä, jos sellainen jännittää, Ahti neuvoo.

Golfliitto neuvoo tarvittaessa myös paragolferlaitteen vuokraamisessa.



Golfliiton paragolfista vastaava asiantuntija Johanna Ahti.

Pääkaupunkiseudulla sellainen löytyy Suomen HCP Golf ry:ltä ja Pohjois-Suomesta Oulun Golfilta.

Ahti korostaa golfin monipuolisuutta: Laji tarjoaa paljon vaihtoehtoja rangesta puttaukseen ja 3–18-reikäisistä kentistä simulaattoreihin. Lajia voi harrastaa ympäri vuoden, sillä talvikaudella siirrytään ulkokentiltä sisätiloihin ja simulaattoreihin.

– Simulaattorit ovat useimmiten täysin esteettömiä eikä kentällä liikkumisesta tarvitse huolehtia ollenkaan, Ahti vinkkaa.

– Rohkeasti mukaan vaan!

Kuljetuspalvelussa on suuria säröjä

Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu on monelle vammaiselle ihmiselle välttämätön tukitoimi arkeen. Invalidiliiton tuore tutkimus Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelta tuo esiin, että palvelun epävarmuus voi heikentää käyttäjän turvallisuuden tunnetta ja kaventaa elämänpiiriä.

Toimiva kuljetuspalvelu on vammaisten henkilöiden itsenäisyyden ja yhdenvertaisuuden peruspilari. Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueella toteutettu 30 kuljetuspalvelun käyttäjän teemahaastatteluun perustuva tutkimus kuitenkin piirtää kuvan palvelusta, jonka laatu on usein arvaamatonta.

Invalidiliiton projektitutkija **Oona Lipponen** analysoi aineiston, jossa käyttäjien kokemukset vaihtelivat laidasta laitaan.

– Keskeinen huomio haastatteluissa oli, että samallakin hyvinvointialueella käyttäjien kokemus vaihtelee huomattavasti. Osa kokee, että toimii hyvin. Osalla on jatkuvia huonoja kokemuksia. Kun matkojen onnistuneisuus vaihtelee eri matkustuserroilla, palvelusta tulee käyttäjälle epävarma tunne, Lipponen kiteyttää.

Monenlaisia turvallisuusriskejä

Yksi tutkimuksen hätkähdyttävimmistä havainnoista liittyi turvallisuuteen. Lip-

ponen kertoo yllättyneensä siitä, miten yleisiä ja monimuotoisia turvallisuuspuutteet olivat.

– Kaikilla kuljettajilla ei esimerkiksi ole riittävästi avustamis- tai apuvälineosaamista, jotta esimerkiksi pyörätuoli kiinnitettäisiin oikein esteettömään taksiin.

Haastatteluissa nousi esiin myös huonokuntoista kalustoa, toimimattomia turvavöitä ja kuljettajan puutteellista kielitaitoa, joka vaikeuttaa kommunikointia matkasta. Yksi yllättävä havainto oli kuljettajien keskittymisen puute ajon aikana.

– Kuljettaja saattaa tutkia puhelinta tai puhua puhelua ajon aikana, mikä tekee kyytiläisen olosta ahdistavan, Lipponen kertoo.

Myös taksikyytien merkittävät myöhästymiset ovat pahimmillaan merkittäviä turvallisuusriskejä.

– Hurjimmissa esimerkeissä taksi on jättänyt tulematta ja ihminen on odottanut yksin pyörätuolissa talvella jopa puolitoista tuntia, Lipponen sanoo.

Eräs haastateltava jakoi karun kokemuksen tilanteesta, jossa hän oli matkalla tärkeään työpalaveriin. Kesken matkan kuljettaja ilmoitti yllättäen jättävän-



Osalla on jatkuvia huonoja kokemuksia.

Oona Lipponen

sä asiakkaan kilometrin päähän alkupisteestä, koska hänelle oli tullut toinen, ilmeisesti oma vakiotaksiasiakas.

Haastateltava oli tilanteesta hämillään. Hän kertoi näin:

– Mä olin niin pulassa. No silloin meni se palaveri sivu suun. Mä jouduin vaan soittamaan, että nyt kävi näin.

Luottamuksen puutetta

Kuljetuspalvelun epäluotettavuus liittyy Lipposen mukaan vammaisten ihmisten kokemuksiin osallisuuden vajeisiin. Jos kyytiin ei voi luottaa, kynnys lähteä kotiovesta voi kasvaa liian suureksi.

Moni haastateltava kertoi jättäytyneensä pois harrastuksista tai vähentäneensä kulutturimenoja, koska meno aiheuttaa kuljetuspalvelun käyttämisen torkia ”enemmän stressiä kuin iloa”.

Epävarmuus heijastuu jopa kaikkein arkisimpiin valintoihin.

– Arkisena esimerkkinä tuli esiin, että ei uskalla välttämättä ostaa kaupasta pakasteita, jos kyyti myöhästyykin ja ne sulavat, Lipponen kuvailee.

Myös taloudellinen riski voi siirtyä käyttäjälle. Jos tilattu kyyti ei saavu ja asiakas joutuu turvautumaan omakustanteiseen taksiin päästäkseen tärkeään menoon, korvausten saaminen jälkikäteen voi olla hankalaa.

Lipponen huomauttaa, että ohjeistukset esimerkiksi siitä, kuinka kauan välityskeskusta on yritettävä tavoittaa ennen oman taksin tilaamista voivat olla vaikeasti löydettävissä.

Joustavuus on onnistumisen avain

Vaikka ongelmia on paljon, tutkimus löysi myös valonpilkkuja. Länsi-Uudenmaan vahvuudeksi osoittautuivat erilaiset kuljetuspalvelun toteuttamistavat, kuten euro- ja kilometrikukkarot henkilökohtaisen budjetoinnin tapoina.

– Henkilöt, joilla näitä oli käytössä, tykkäsivät niistä. Ne lisäävät joustavuutta. Myös matkojen jaksottaminen koko vuoden ajalle on tosi hienoa, Lipponen sanoo.

Erityisen tärkeäksi onnistumisen tekijäksi nousi vakiotaksioikeus. Se ei ole vain mukavuustekijä, vaan monelle edellytys sille, että matka ylipäätään onnistuu.

Tutun kuljettajan kanssa aikataulut pitävät, kalusto on oikeanlaista ja avustaminen sujuu ilman erillistä ohjeistusta. Lipponen pohti kuitenkin tutkimuksessaan, onko vakiotaksioikeudesta tullut tapa paikata järjestelmän yleistä laatuhaajontaa.

”Muistakaa, mitä varten palvelu on”

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueella tehty tutkimus on tärkeä muistutus siitä, että kuljetuspalvelu ei ole pelkkä tekninen suorite. Se on väline, jolla toteutetaan Suomen ratifioimaa YK:n vammaisyleissopimusta.

Lipposen mukaan kuljetuspalvelun kehittämistyön pitäisi tapahtua tiiviissä yhteistyössä vammaisten ihmisten ja vammaisneuvostojen kanssa. Pelkkä viranhaltijoiden keskinäinen pohdinta ei riitä.

– Tärkeintä olisi, että lähdetäisiin tietoisesti kehittämään palvelua yhdessä vammaisten ihmisten kanssa ja kuultaisiin palaute. Pitäisi muistaa, mitä varten palvelu on olemassa: asiakkaita varten. Kuljetuspalvelu on panostus siihen, että ihmiset pääsevät liikkumaan yhdenvertaisesti.

Lipponen lähettääkin terveisiä päätäjille, jotka eivät välttämättä tarkastele palveluita aina ensisijaisesti osallisuuden kautta.

– Muistuttelisin siitä, että monelle vammaiselle toimiva kuljetuspalvelu on ihan välttämätön, jotta pääsee opiskelemaan, työelämään tai ylläpitämään sosiaalisia suhteita. Se on keskeinen keino siihen, että yhdenvertainen osallisuus yhteiskunnassa toteutuu. ●

Lue lisää tutkimusraportista:

Oona Lipponen & Sinikka Hiekkala (2026) Liikkumisen tukeaja esteitä: vammaispalvelulain mukaisen kuljetuspalvelun toimivuus vammaisten ihmisten kokemuksissa. Invalidiliiton julkaisu R33.



Jos kyytiin ei voi luottaa, kynnys lähteä kotiovesta voi kasvaa liian suureksi.

Osallisuusbarometrilla rakennetaan reilumpaa Suomea

Invalidiliiton toista kertaa toteutettu osallisuusbarometri on kasvanut merkittäväksi vaikuttamisen välineeksi. Vaikka tulokset kertovat arjen haasteista ja toimeentulon kiristymisestä, barometrin suosio osoittaa, että vammaisilla ihmisillä on vahva tahto tulla kuulluksi ja muuttaa yhteiskunnan rakenteita.

Osallisuus on tunnetta siitä, että on osa yhteisöä ja yhteiskuntaa ja voi vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. Kun Invalidiliitto toteutti osallisuusbarometrin nyt toisen kerran, vastaajien joukko kasvoi merkittävästi: reilut 1 600 henkilöä jakoi kokemuksensa arjen onnistumisista ja esteistä.

– On hienoa huomata, miten tieto kyselystä on levinnyt. Toivomme vastaajamäärän jatkavan kasvuaan myös tulevaisuudessa. Tarvitsemme tätä ajantasaista kokemustietoa henkilöiltä, jotka itse käyttävät palveluita ja kokevat osallisuuden esteitä ja mahdollisuuksia konkreettisesti arjessaan. Se on Invalidiliitolle ensisijaisen tärkeä vaikuttamisen väline, kertoo barometrin analysoinnista vastannut projektitutkija **Johanna Lehtiö**.

Osallisuusbarometrin lopullinen raportti julkaistaan 10. kesäkuuta. Tässä jutussa avaamme barometrin keskeisimpiä poimintoja ja tutkijan ensihavaintoja siitä, miltä vammaisten henkilöiden arki näyttää vuonna 2026.

Toimivat palvelut tukevat osallisuutta

Viimeisimmän osallisuusbarometrin mukaan edelleen viidennes (21 %) vastaajista kokee erittäin heikkoa osallisuutta, kuten myös kaksi vuotta sitten ensimmäisessä osallisuusbarometrissa.

Erilaiset yhteiskunnan ja ympäristön esteet voivat heikentää osallisuuden mahdollisuuksia. Toisaalta, kun palvelut vastaavat yksilöllisiin tarpeisiin, ne vahvistavat ihmisen toimijuutta ja itsenäisyyttä.

Avoimet vastaukset kertovat osallisuuden konkreettisista ongelmakohtista, jotka ovat usein turhauttavia. Eräs vastaaja kertoi näin:



On hienoa huomata, miten tieto kyselystä on levinnyt.

Johanna Lehtiö

– Sain ajan rakennuksen kolmannen kerrokseen ilman hissiä. Liikun rollaattorilla. Toisen kerran hissi oli rikki.

Eräässä toisessa avoimessa vastauksessa puolestaan konkretisoi tiedon saamisen puutteellisuus.

– Ongelmahan on se, että kukaan ei kerro koskaan missään, minkälaisia palveluja ylipäättään on saatavilla.

Liikkuminen ja luonnon merkitys korostui

Tämänvuotisessa barometrissa erityishuomion saivat liikkuminen ja luonnon merkitys hyvinvoinnin lähteenä.

Barometrin takana on laaja työryhmä, jota johtaa Invalidiliiton tiedon tuotannon ja ennakkoinnin johtaja **Sinikka Hiekkala**. Yhteistyö muiden asiantuntijatahojen kanssa on rikastanut osallisuusbarometrin toteutusta.

– Mukana suunnittelussa olivat muun muassa Paralympiakomitean tutkimuspäällikkö **Aija Saari** sekä Turun yliopiston tutkijat **Nora Fagerholm** ja **Kaisa Vainio**. He toivat arvokasta asiantuntemusta liikkumiseen ja luontosuhteeseen liittyvissä kysymyksissä, Lehtiö kertoo.

Tieto siitä, miten luonto ja harrastukset kytkeytyvät osallisuuteen, on tärkeä lisä keskusteluun yhdenvertaisuudesta. Se muistuttaa, ettei osallisuus ole vain palveluista osalliseksi pääsemistä, vaan myös oikeutta nauttia elämästä ja ympäristöstä.

Talouden epävarmuus vaatii huomiota

Barometrissa on hyödynnetty tieteellisesti validoituja mittareita ja tarkasti valittuja kysymyksiä, eikä se peittele arjen vaikeitakaan puolia.

Tutkijaa hätkähdytti erityisesti se, miten taloudellinen epävarmuus varjostaa monen vastaajan arkea. Jopa 38 prosenttia vastaajista on joutunut tinkimään välttämättömyyksistä, eli lääkkeistä, ruuasta tai lääkärikäyn-

neistä. Lisäksi 37 prosenttia vastaajista oli joutunut luopumaan harrastuksestaan rahan puutteen vuoksi.

– Tämä on tulos, joka on tuotava selkeästi esiin vaikuttamistyössä. Jos joutuu luopumaan harrastuksista tai tinkimään terveydestään talouspaineen vuoksi, se on suora este osallisuudelle, Lehtiö painottaa.

Avoimet vastaukset täydentävät tilastoja kertomalla muun muassa terveyspalvelujen esteettömyyshaasteista ja sosiaalipalvelujen riittämättömyydestä. Nämä viestit ovat arvokasta tietoa Invalidiliitolle, joka pyrkii purkamaan yhteiskunnan rakenteellisia esteitä.

Tervetuloa kuulemaan lisää 10. kesäkuuta

Lehtiölle itselleen prosessi on ollut palkitseva niin ammatillisesti kuin ihmillisestikin. Analysointityö ja raportointi ovat vaatineet monipuolista syventymistä erilaisiin osallisuuteen liittyviin teemoihin. Lopputulos auttaa ymmärtämään, miten yhteiskunnan rakenteita ja palveluja voidaan kehittää vammaisten henkilöiden osallisuutta tukeviksi.

Barometrin tulokset julkistetaan maksuttomassa webinaarissa maanantaina 10. kesäkuuta. Päivämäärä on juhlallinen, sillä samalla vietetään YK:n vammaisyleissopimuksen voimaantulon 10-vuotispäivää Suomessa.

Webinaari tarjoaa tilaisuuden pysähtyä pohtimaan, missä olemme kymmenen vuoden jälkeen ja mitä meidän on tehtävä seuraavaksi. Osallisuusbarometrin keskeisten havaintojen lisäksi luvassa on puheenvuoroja muun muassa luontoliikkumisen merkityksestä.

– Toivon, että lukijat tulevat kuulolle. Webinaari on loistava paikka saada tuoreinta tietoa ja herätellä keskustelua siitä, miten voimme yhdessä rakentaa Suomea, jossa kenenkään ei tarvitse kokea jäävänsä ulkopuolelle, tutkija kiteyttää. ●

Osallisuusbarometri 2025

MIKÄ

Invalidiliiton joka toinen vuosi toteuttama kysely vammaisten ihmisten osallisuudesta.

VASTAAJIA

Reilut 1 600 henkilöä ympäri Suomen.

ERITYISTEEMAT

Liikkuminen, luontosuhde ja palveluiden tuki osallisuudelle.

TULOKSET

Tulokset julkistetaan 10.6.2026 webinaarissa – tule mukaan kuulemaan uusinta tietoa!

21%

vastaajista kokee erittäin heikkoa osallisuutta

38%

vastaajista on joutunut tinkimään välttämättömyyksistä rahan puutteen takia

"Meillä vammaisilla on erilainen ymmärrys asioista"

Torniolaiselle kirjastonhoitajalle Anneli Hurtigille on kertynyt luottamustehtäviä vuosi vuodelta enemmän. Hän yllättyi siitä, että vammaisneuvostossa oli mukana vain muutama vammaisen henkilö. Hän toivoisi, että useampi lähtisi mukaan, jotta aidot kokemukset kuuluvat.

” Koen, että juuri nyt on tosi tärkeää vaikuttaa, koska tämä aika on erityisen julmaa ja kovaa vammaisten kannalta. Ajattelin, että minulla olisi annettavaa, koska minulla on omakohtaista kokemusta monista vammaisten oikeuksiin liittyvistä asioista. Olen hakenut vammaispalveluita ja huomannut, että niiden hakeminen on helpottunut. Lomakkeet ovat nykyään onneksi selkeitä ja helppoja täyttää. Aina palveluiden hakeminen ei ole ollut helppoa. Olen itse lyhytkasvuinen.

Äitini ilmoitti minut jo lapsena Tornion Invalidien jäseneksi. En silloin vielä ollut toiminnassa mukana. Nuorena aikuisena ennen perheen perustamista lähdin yhdistykseen mukaan rahastonhoitajaksi ja sihteeriksi. Jäin hetkeksi aikaa pois, mutta sitten minua pyydettiin takaisin.

NYT OLEN Tornion Invalidien puheenjohtaja ja Tornion vammaisneuvoston puheenjohtaja. Aloitin juuri Lapin hyvinvointialueen vammaisneuvoston varapuheenjohtajana ja olen myös mukana Lapin vaikuttajaverkostossa. Invalidiliiton liittovaltuustossa olen nyt ensimmäistä kautta.

Olen yllätynyt siitä, kuinka vähän vammaisneuvostossa on ihmisiä, joilla on liikuntaesteitä. Vammaisia ihmisiä pitäisi saada enemmän vaikuttamaan. Meillä on erilainen ymmärrys asioista kuin heillä, joilla ei ole oma-

kohtaista kokemusta vammaisuudesta. Vammaisneuvostolla on mielestäni enemmän uskottavuutta, kun siellä on vammaisia mukana.

Vammaisneuvostojen pitäisi olla enemmän esillä ja kertoa mitä teemme. Meillähän ei ole päätösvaltaa, mutta voimme kommentoida ja tehdä aloitteita.

Tornion vammaisneuvosto on saanut uutta ryhtiä tekemiseen. Olemme esimerkiksi päässeet vaikuttamaan Tornion Pohjan Stadionin ulkorakennuksen pohjapiirustuksiin. On tärkeä ottaa kantaa ja esittää huomioita rakennettaviin ja korjattaviin rakennuksiin, sillä esteettömyys on tärkeää kaikille.

Käyn myös Meri-Lapin vanhus- ja vammaisjärjestöjen yhteistyökokouksissa. Ehdotin, että kokoustamme kaksi kertaa vuodessa, ja nyt teemme jatkossa niin. En ymmärtänyt, mikä merkitys kokouksella on, jos se on vain kerran vuodessa. Siellä on noussut myös esteettömyys esille, ja siihen kiinnitetään entistä enemmän huomiota. Taustalla on sekin, että ihmiset täällä ikääntyvät.

MINUA MOTIVOI vaikuttamaan oma-kohtainen kokemus eli se, että olen itsekin vammaisen. Kun itsellä on fyysinen, näkyvä vamma, se ehkä herättää muita ihmisiä huomaamaan, että meitä on monenlaisia.

Olen saanut Invalidiliitosta paljon hyödyllistä tietoa. Kävin vammaisneuvostoille tarkoitetun verkko-

koulutuksen, jotta saan tukea omaan vaikuttamistyöhöni. Verkkoluennot ja niistä saatava tieto ovat minusta tosi tärkeitä.

OLEN OLLUT 40 vuotta samassa työpaikassa, Torniossa kaupunginkirjastossa. Se on ensimmäinen ja viimeinen työpaikkani. Työuraa on vielä hieman jäljellä. Huomaan, että aika on koventunut myös työpaikoilla. Minua on yritetty ajaa osa-aikaeläkkeelle, mutta en ole suostunut siihen. Tuntuu siltä, että nykyään vaaditaan, että ihminen tekee 110 prosentin teholla työelämässä.

Työuran ohessa olen perustanut perheen. Meillä on neljä lasta, jotka ovat jo aikuisia. Harrastan lukemista, mummoilua ja marssia. Olen kiinnostunut kaikista ajankohtaisista asioista ja utelias elämää kohtaan.

MINULLA ON paljon hyviä kokemuksia vammaispalveluista. Minulta jopa kysyttiin, että riittävätkö avustajatunnit. Tämä oli yllättävää. Hain vastikään vakiotaksoikeutta ja sain siitä myönteisen päätöksen. Jotkut varoittelivat, että sitä on vaikea saada. Minulla on tunne, että minua on kuunneltu, koska saan sellaisia päätöksiä, jotka auttavat minua eteenpäin.

Minulle yhdenvertaisuus tarkoittaa sitä, että meitä kaikkia kohdellaan tasa-arvoisesti. Ja sitä, että kaikki pääsevät paikkoihin ilman esteitä. **”**

Tässä juttusarjassa yhteiskunnalliset vaikuttajat kertovat, miksi ja mihin he haluavat vaikuttaa.



Anneli Hurtigin mielestä vammaisneuvostolla on enemmän uskottavuutta, kun mukana on vammaisia ihmisiä.

ANNELI HURTIG

- › Torniolainen kirjastonhoitaja ja vaikuttaja.
- › On mukana Tornion ja Lapin hyvinvointialueen vammaisneuvostossa, Lapin vaikuttajaverkostossa ja Invalidiliiton liittovaltuustossa.
- › Koulutukseltaan filosofian maisteri.
- › Harrastaa lukemista, marshallua ja matkustamista lastensa kanssa.

Harrastus alkaa siitä, että on tervetullut

Invalidiliiton kokemustoimija Mira Saraluhta tietää, miten ratkaisevaa on, että vammainen nuori kokee olevansa tervetullut harrastukseen. Saraluhta oli mukana Nuori 2026 -tapahtuman paneelissa, joka käsitteli vammaisten nuorten vapaa-aikaa.

Me haluamme olla erilaisia sen takia, että me olemme kaikki omanlaisiamme. Ei sen takia, että me olemme vammaisia,

Mira Saraluhta toteaa.

Saraluhta puhui nuorisotalon Nuori 2026 -tapahtumassa paneelikeskustelussa. Se käsitteli vammaisten nuorten kokemuksia vapaa-ajasta.

21-vuotias Saraluhta on ollut parin vuoden ajan Invalidiliiton kokemustoimija. Hän sai 8-vuotiaana selkäydinvamman auto-onnettomuudessa.

Keskustelussa olivat Saraluhdan lisäksi mukana **Maija Roiha** (Mahdollisuus lapselle ry), **Oona Konttinen** (Kuuloliitto), **Ronja Hampf** (Näkövammaisten liitto) ja **Annika Knuuti** (Vamlas). Keskustelua johti **Selinä Nera**.

Paneelin nuorilla oli samankaltaisia toiveita vammasta riippumatta.

Saraluhta puhuu siitä, miten paljon ennakovalmistelua uuden harrastuksen pariin lähteminen vaatii. Jos lähtökohdat ovat hankalat, innostus

voi hiipua ennen kuin harrastus ehtii edes alkaa.

– Minulle tärkein alkutieto on aina esteettömyys: mihin saa auton parkkiin, millaiset ovat sisäänkäynnit, miten pääsee pyörätuolilla liikumaan ja onko paikalla inva-wc, Saraluhta listaa.

Ajatus toistui myös muiden paneelistien puheissa. Ennen harrastukseen lähtöä joutuu miettimään monia asioita: Miten mahdolliseen opas-koiraan suhtaudutaan? Auttaako joku ryhmäytymisessä? Tai miten vaikka ääni ja häly vaikuttavat toimimiseen ryhmässä?

Erilaisuus ei haittaa

Moni nosti isoiksi haasteiksi mahdolliset ennakkoluulot ja suhtautumisen erilaisuuteen. Erilaisuus ei haittaa, kunhan vammaa ei käytetä sen määrittelyn välineenä.

– Jokainen ihminen haluaa tulla nähdyksi ihmisenä, mutta usein nähdään vain se vamma, Ronja Hampf lisää.

Tärkeää on myös tietää, onko ryhmässä samanikäisiä nuoria, voiko

siellä löytää kavereita ja pääseekö oikeasti porukkaan mukaan.

– Siitä tulee todella ulkopuolinen olo, jos muut tekevät jotakin ja minut laitetaan yksin tekemään jotakin muuta, Saraluhta painottaa, ja samaa mieltä olivat muutkin paneelistit.

Saraluhta kertoo, että joskus ryhmä ei ole ottanut häntä vastaan avosylin ja hänet on jätetty omilleen. Myös vammaan liittyvät oletukset harmittavat nuoria. Nuoret toivovat, että olettamisen sijaan heiltä kysyttäisiin asioista rohkeasti.



Minulle tärkein alkutieto on aina esteettömyys.



Nuori 2026 -tapahtuman paneeliin osallistunut Mira Saraluhta sanoo, että vammaiset nuoret haluavat ennen kaikkea kuulua joukkoon omana itsenään ilman, että vamma nousee pääosaan.



Paneelikeskustelua johti Selinä Nera (vas.). Mukana keskustelemassa olivat Mira Saraluhta, Ronja Hampf, Oona Konttinen, Maija Roiha tulkkinsa kanssa sekä Annika Knuuti (oik.).

– Olisi hyvä, että jokainen ihminen kohdattaisiin yksilönä. On paljon erilaisia vammoja, ja siksi olisi tärkeää kysyä, mikä on toimintakyky ja millaiset mahdollisuudet on tehdä eri asioita, Saraluhta huomauttaa.

Panelistit muistuttavat, että usein ennakkoluulot johtuvat juuri tietämättömyydestä, ja pahimmillaan tiedon puute voi aiheuttaa pelkoa.

– Tietämättömyys aiheuttaa sen, että minun oireitani usein pelätään, Touretten oireyhtymää sairastava ja pyörätuolia käyttävä Annika Knuuti sanoo.



Pahimmillaan tiedon puute voi aiheuttaa pelkoa.

Ei enää Mörkö takaraivossa

Matka omien kokemusten jakamiseen julkisesti ei ole ollut Saraluhdalle mikään itsestäänselvyys.

– En voi edelleenkaan sanoa olevani täysin sujut vammautumiseni kanssa, mutta olen nyt päässyt tilanteeseen, jossa tapahtunut ei ole enää jatkuva mörkö takaraivossani. En enää mieti joka ilta, miksi minulle kävi näin. Olen pystynyt päästämään irti niistä ajatuksista ja menemään eteenpäin, hän kertoo.

Hyväksyminen on vaatinut paljon töitä, niin itsenäistä pohdiskelua kuin ammattiapua terapiassa. Saraluhta uskoo, että vuodet ovat tuoneet vahvuutta, jonka hän on nyt valmis valjastamaan myös muiden auttamiseen.

– Uskon nyt, että voin tehdä tästä itselleni tapahtuneesta hirveästä asiasta jotakin hyvää. Voin käyttää omaa tietoa ja kokemusta tukemaan muita samankaltaisessa tilanteessa olevia, hän pohtii.

Uusi harrastus

Saraluhdan uusi harrastus on pyörätuolcurling. Siinä hän kokee, että hä-

net otetaan vastaan juuri siten, kuten hän toivoo.

Häneltä kysyttiin heti muun muassa, millainen hänen vammansa on, mitä hän pystyy tekemään ja millaisia haasteita hänellä on.

– Aiemmissa harrastuksissa on joskus tullut sellainen olo, että pitää pystyä vähän enempään ja venyä vielä vähän lisää, jotta kuuluu joukkoon, vaikka olen tehnyt niin paljon kuin pystyn.

Curlingissa sen sijaan ei ole ollut minkäänlaista painostusta.

– Tuntuu, että minulla ja hyvinvoinnillani on merkitystä, enkä ole mukana vain täyttääkseni jotain joukkuepaikkaa.

Laji on monipuolinen ja haastaa fysiikan ohella sopivasti myös mieltä. Saraluhta näkeekin, että tässä on laji, jonka parissa hän tulee viihtymään. Hän toivoo, että mahdollisimman moni vammaisen nuori saisi samanlaisen kokemuksen harrastuksen parissa.

– Moni jättää menemättä siksi, ettei tiedä, millainen vastaanotto siellä on, Saraluhta toteaa. ●

Liittouutiset



51 Liittouutiset | 53 Lakia ja oikeutta | 54 Koulutukset | 55 Henkilöutiset

INVALIDILIITON LIITTOVALTUUSTON KANNANOTTO 24.5.2026

Talospuhe ei saa sivuuttaa vammaisten ihmisoikeuksia

VIIME VUOSINA talousluvut ja leikkauslistat ovat vaimentaneet lähes kaiken muun yhteiskunnallisen keskustelun. Jopa ihmisoikeudet ovat jääneet äänekään säästöpuheen alle. Tästä kärsivät eniten jo ennestään heikossa asemassa olevat ihmiset.

Saavutettavuus ja esteettömyys eivät ole asioita, joista voidaan taloustaantumassa tinkiä, vaan ne ovat perus- ja ihmisoikeuksia. Esteettömyys tarkoittaa fyysisen ympäristön ja liikkumisen esteiden poistamista, kun taas saavutettavuus kattaa edellisten lisäksi myös tiedon, viestinnän, digitaalisten palveluiden ja osallistumismahdollisuuksien yhdenvertaisen käytettävyyden kaikille ihmisille. Fyysisesti vammaiset, toimintaesteiset sekä muut erityisiä tarpeita omaavat ihmiset ovat täysivaltaisia kansalaisia, jotka liikkuvat, asioivat ja osallistuvat yhteiskuntaan siinä missä muutkin. Ilman saavutettavuutta ja esteettömyyttä yhdenvertaisuus ei toteudu arjessa, palveluissa, digitaalisissa ympäristöissä eikä yhteiskunnallisessa osallistumisessa. Erityisesti esteettömyy-

den laiminlyönti tulisikin tunnistaa syrjinnäksi yhdenvertaisuus- ja rikoslaeissa.

Vammaispalvelut mahdollistavat itsenäisen elämän

Lakisääteiset vammaispalvelut ovat välttämättömiä monelle vammaiselle ihmiselle, silti moni jää ilman tarvitsemiaan palveluita tai joutuu taistelemaan niistä kohtuuttomasti. Hyvinvointialueet soveltavat vammaispalvelulakia mielivaltaisesti lain tarkoituksen vastaisesti. Tähtäimenä ei ole turvata vammaisten henkilöiden yksilöllisen tarpeen ja edun mukaiset, riittävät ja laadultaan hyvät palvelut, vaan lain soveltamisalan epäselvyyden mahdollistamat säästöleikkaukset vammaisille ihmisille elintärkeistä palveluista.

Yleinen kustannustason nousu yhdistettynä sosiaaliturvaleikkauksiin ja etuuk-sien pienentymiseen aiheuttaa monelle vaikeuksia selvittää arjen välttämättömistä menoista. Moni vammaisen ihmisen elää köyhyysrajalla, sillä työnantajien asenteet, rakennetun ympäristön esteellisyys ja palvelujen saantiin liittyvät ongelmat han-

kaloittavat töihin pääsyä. Vammaisuuteen liittyy usein myös pysyviä lisäkustannuksia esimerkiksi lääkkeistä, terveydenhoidosta ja arjen ylimääräisistä kuluista.

Ratkaisuja kuitenkin on. Tarvitaan vain tahtoa niiden toteuttamiseksi, jos vain rohjetaan nostaa ihmisarvo eurojen edelle:

- › Hyvinvointialueille on turvattava riittävä rahoitus vammaispalveluihin.
- › Luvatut ja lakisääteiset palvelut on myös toteutettava – ja jos näin ei tapahdu, siitä on seurattava sanktioita.
- › Vammaisvaikutusten arviointi tulee ottaa läpileikkaavaksi osaksi hyvinvointialueiden päätöksentekoa ja lainsäädäntövalmistelua.
- › Tulevalla vaalikaudella on laadittava ajantasainen vammaispoliittinen selonteko.
- › Valtion on tosiasiallisesti sitouduttava YK:n vammaisyleissopimuksen noudattamiseen ja toteutettava päätöksentekoa sen pohjalta.
- › Kuntien ja hyvinvointialueiden keskeisissä asiakirjoissa tulee läpileikkaavasti seurata vammaisten ihmisten yhdenvertaisuuden, saavutettavuuden ja esteettömyyden toteutumista.
- › Työttömyysturvan suojaosa on palautettava ja asiakasmaksujen tasoa kohtuullistettava.

Anni Täckman

Liittovaltuuston puheenjohtaja

Janne Juvakka

Toimitusjohtaja



Ryhdy kuukausilahjoittajaksi ja tue kotimaista vammaistyötä

Lahjoittamalla säännöllisesti varmistat, että fyysisesti vammaisen ihminen ja hänen perheensä saavat apua silloin, kun sitä tarvitsevat.

NÄIN LAHJOITAT:

- Ryhdy kuukausilahjoittajaksi osoitteessa www.invalidiliitto.fi/lahjoita tai soittamalla **044 765 0510** (arkisin klo 8–16).

MUUT TAVAT LAHJOITAA:

- Tekstaa TUKI5 tai TUKI10 tai TUKI20 numeroon 16301, lahjoitat 5/10/20 € /viesti
- MobilePay: Invalidiliitto ry, #15134



Keräyslupa <https://www.invalidiliitto.fi/keraysluvut>

Liitolle uusi strategia

Liittovaltuusto kokoontui kevätkokoukseen toukokuussa. Kokouksessa käsiteltiin muun muassa liiton uusi strategia.

Liittohallituksen puheenjohtaja **Pirkko Kuusela** kertoi alkupuheenvuorossaan uuden hallituksen toiminnan lähteneen hyvin käyntiin. Hallituksen tavoitteena on Kuuselan mukaan ajaa erityisesti osallisuuden lisäämistä ja vaikuttamisen terävöittämistä.

"Tarvitsemme me-henkeä"

Invalidiliiton toimitusjohtaja **Janne Juvakka** piti katsauksen liiton edellisen vuoden toiminnasta, ja talouspäällikkö **Jussi Järvinen** esitteli tilinpäätöksen. Juvakka korosti liiton lompakon olevan kunnossa, mikä ei nykyään järjestöpuolella ole itsestään selvä asia. Sen sijaan me-henkeä tarvitaan lisää.

– Meidän tulee pystyä lisäämään yhdessä liiton merkityksellisyyden tunnetta jäsenistölle. Siihen tarvitaan liiton toimiston lisäksi kaikkia luottamushenkilöitä ja liiton kaikkia yhdistyksiä. Tarvitsemme me-henkeä koko liittoyhteisöön. Samalla on todettava, ettei taida ole vastaavan kaltaista liittoa, jolla on mahdollisuus pitää näin montaa aluetyöntekijää jäsenyhdistystensä tukena tai näin pientä liittomaksua kuin meillä Invalidiliitossa, muistutti Juvakka.

Liittovaltuusto myönsi vastuuvapauden liittohallitukselle ja muille tilivelvollisille vuodelta 2025.

Uusi strategia ja painopisteet seuraavalle vuodelle

Uudesta strategiasta keskusteltiin paljon. Muutampia muutosehdotuksia tehtiin hallituksen esitykseen, ja äänestysten jälkeen saavutettiin yhteinen lopputulos. Uusi strategia astuu voimaan ensi vuoden alusta ja se esitellään tarkemmin seuraavassa It-lehden numerossa.

Valtuuston kevätkokouksessa käydään aina myös läpi strategiaan pohjautuvat kehittämiskohteet ja painopistealueet seuraavalle vuodelle. Ensi vuoden painopisteiksi hyväksyttiin: 1. Tarjoamme laajemmin palveluita jäsenyhdistysten jäsenille, 2. Vaikutamme näkyvästi vammaispalvelulain soveltamiseen, 3. Tuomme vammaisten henkilöiden aktiivisen roolin esiin.

Kokouksen päätteeksi käsiteltiin vielä liittovaltuuston kannanotto (ks. s. 51). ●



Kokousta veti valtuuston puheenjohtaja Anni Täckman.



Liittohallituksen puheenjohtaja Pirkko Kuusela piti hallituksen katsauksen.



*Ei ole yhdentekevää,
miten hakemus
kirjataan.*

Vammaispalveluhakemus on käsiteltävä sellaisena kuin asiakas sen tekee

Asiakkaan oikeusturvan toteutumista tulee tarkastella jo siitä hetkestä, kun vammaispalveluhakemus tulee vireille hyvinvointialueella. Ei ole yhdentekevää, miten hakemus kirjataan, kuinka nopeasti sitä ryhdytään käsittelemään, miten asiakasta kuullaan ja millainen päätös asiassa lopulta annetaan. Valitettavasti edellä mainitut asian käsittelyvaiheet eivät läheskään aina toteudu lain edellyttämällä tavalla.

Eduskunnan apulaisoikeusasiamiehen sijaisen antamassa, äskettäin julkaistussa ratkaisussa EOAK/4769/2024, EOAK/4707/2024 hyvinvointialueen katsottiin menetelleen lainvastaisesti vammaispalveluhakemuksen käsittelyssä. Asiakas oli hakenut palvelua vammaispalvelulain mukaisena erityisen osallisuuden tukena. Hyvinvointialue ei kuitenkaan käsitellyt hakemusta tältä osin asianmukaisesti eikä päätöksestä käynyt ilmi, että asiakkaan vaatimusta olisi ratkaistu. Laillisuusvalvojan ratkaisussa korostettiin, että viranomaisen on käsiteltävä jokainen sille hakemuksessa esitetty vaatimus, joka kuuluu sen päätösvaltaan. Päätöksestä on käytävä ilmi, mitä on haettu sekä miten ja millä perusteella asia on ratkaistu.

Vammaispalvelun asiakkaalla on oikeus hakea juuri sitä palvelua, jota hän katsoo tarvitsevänsä, haluamallaan määrällä ja järjestämistavalla. Hyvinvointialue arvioi, täytyvätkö lain edellyttämät kriteerit ja voi päätyä myönteiseen tai kielteiseen ratkaisuun. Se ei kuitenkaan voi sivuuttaa asiakkaan hakemusta tai korvata sitä jollakin toisella palvelulla ilman, että alkuperäiseen hakemukseen annetaan asianmukainen päätös.

Laillisuusvalvojan ratkaisussa katsottiin asiakkaan oikeusturvan vaarantuneen siksi, että asiakasta oli kannustettu muuttamaan hakemustaan. Asiakkaalle olisi tällöin voitu tehdä myönteinen päätös toisesta palvelusta kuin siitä, mitä hän oli hakenut. Tämä on ongelmallista. Asiakkaalla on oltava mahdollisuus saada hakemaansa palvelua

koskeva perusteltu päätös ja tarvittaessa hakea siihen muutosta.

Päätöksen sisällöllä on suuri merkitys. Jos asiakas hakee palvelua esimerkiksi vuodeksi, mutta palvelua myönnetään vain kolmeksi kuukaudeksi, kyse ei ole kokonaan myönteisestä päätöksestä. Päätöksessä on tällöin perusteltava, miksi palvelua myönnettiin vähemmän tai lyhyemmäksi ajaksi kuin haettiin. Muutoin asiakkaan voi olla vaikea arvioida, onko päätös lainmukainen ja onko siihen syytä hakea muutosta.

Vammaispalveluasioissa päätökset on tehtävä ilman aiheetonta viivytystä. Ratkaisussa hakemuksen käsittely oli kestänyt lähes neljä kuukautta, eikä viivästykselle ollut esitetty laissa tarkoitettua erityistä syytä. Asiakkaan oikeus hyvään sosiaalihuoltoon ja hyvään hallintoon ei ollut tältä osin toteutunut.

Myös asiakassuunnitelman merkitys nousi ratkaisussa esiin. Asiakassuunnitelmalla voi olla suuri merkitys palvelujen suunnittelussa, päätöksenteossa ja oikeusturvan kannalta. Sen tulisi kuvata asiakkaan yksilöllinen palvelutarve, elämäntilanne, asiakkaan oma näkemys sekä ammatillinen arvio tarvittavista palveluista. Erityisen tärkeä se on silloin, kun asiakas ja viranomainen ovat eri mieltä siitä, millaisia palveluja tarvitaan tai miten ne tulisi järjestää. Apulaisoikeusasiamiehen sijainen katsoi, että hyvinvointialue oli laiminlyönyt oikea-aikaisen asiakassuunnitelman laatimisen. Ratkaisussa korostettiin, että vammaisella henkilöllä on erityinen tarve ja lakiin perustuva oikeus saada itseään koskeva asiakassuunnitelma laadituksi ilman aiheetonta viivytystä.

Ratkaisu korostaa myös muistutusmenettelyn merkitystä oikeusturvan kannalta. Jos asiakas on tyytymätön sosiaalihuollon laatuun tai kohteluunsa, hänellä on oikeus tehdä muistutus. Muistutukseen on vastattava kirjallisesti kohtuullisessa ajassa. Tässä tapauksessa muistutuksen käsittely oli viivästynyt merkittävästi, koska sitä ei ollut toimitettu asianmukaisesti käsiteltäväksi. Hyvinvointialueen on huolehdittava siitä, että henkilöstö tuntee muistutusten käsittelyyn liittyvät menettelytavat ja määräajat. ●



Invalidiliiton koulutuksen tavoitteena on edistää jäsenistön ja muiden fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten ihmisten oikeuksien toteutumista arjessa, lisätä tietoisuutta vammaisuudesta sekä tukea yhdistysten toimintaa.

Koulutuksissa noudatamme turvallisen tilan periaatteita, jossa kaikki omalla toiminnallaan rakentavat yhdenvertaista, kunnioittavaa ja avointa ilmapiiriä.

ILMOITTAUTUMINEN JA KURSSIOHJELMAT

www.invalidiliitto.fi/koulutuksia

Saamme tukea koulutusten järjestämiseen Opintokeskus Sivikseltä.



Opintokeskus Sivis

INVALIDILIITON OSALLISUUSBAROMETRIN RAPORTIN JULKAISUWEBINAARI

Aika	10.6. klo 13.00–14.30
Paikka	Teams
Kohderyhmä	Kaikki asiasta kiinnostuneet
Tavoite	Esitellä Invalidiliiton osallisuusbarometrin uusimman raportin keskeiset tulokset ja nostot, lisätä ymmärrystä fyysisesti vammaisten ja toimintarajoitteisten henkilöiden osallisuudesta sekä avata tulosten merkitystä eri näkökulmista YK:n vammaisyleissopimuksen voimaantulon 10-vuotispäivänä.
Hinta	Maksuton
Ilmoittautuminen	8.6. mennessä. Webinaariin voi liittyä myös suoraan Invalidiliiton nettisivuilla olevasta linkistä.

TIETOISKU: ESTEETTÖMYYSKUVAILU – MITEN KERROT TILOJEN TAI TAPAHTUMAN ESTEETTÖMYYDESTÄ

Aika	12.6. klo 10.00–10.15
Paikka	Teams
Kohderyhmä	Kaikki kiinnostuneet
Tavoite	Saada tietoa esteettömyyskuvailun tekemisestä.
Hinta	Maksuton
Ilmoittautuminen	10.6. mennessä. Voit osallistua myös suoraan nettisivuilla olevan linkin kautta.

TIETOISKU: SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUIDEN ASIAKASMAKSUT

Aika	21.8. klo 10.00–10.15
Paikka	Teams
Kohderyhmä	Asiasta kiinnostuneet
Tavoite	Tavoitteena on saada ajankohtaista tietoa sosiaali- ja terveyspalveluiden asiakasmaksuista, sekä mahdollisuuksista anoa maksujen osittamista, alentamista tai poistoa.
Hinta	Maksuton
Ilmoittautuminen	Viimeistään 19.8.

VAIKUTA VAMMAISNEUVOSTOSSA

Aika	26.8.–11.10. Webinaarit 2.9., 16.9., 23.9. ja 30.9. klo 17–19
Paikka	Howspace-verkkoalusta, webinaarit Teamsissa
Kohderyhmä	Invalidiliiton, Kynnys ry:n, Neuroliiton ja Tukiliiton jäsenyhdistysten kunnallisten ja hyvinvointialueiden vammaisneuvostojen jäsenet
Tavoite	Perehtyä kunnan ja hyvinvointialueiden vammaisneuvostojen tehtäviin, rooliin, vaikutusmahdollisuuksiin ja yhteistyöhön.
Hinta	Maksuton
Ilmoittautuminen	Koulutukseen haetaan viimeistään 9.8.

JÄRJESTÖPÄIVÄT

Aika	26.–27.9.
Paikka	Scandic Park, Helsinki sekä etäyhteys
Kohderyhmä	Yhdistysten hallitusten jäsenet ja muut yhdistysaktiivit. Helsingissä järjestettävään tapaamiseen voi osallistua yksi henkilö/yhdistys. Molemmat päivät striimataan, striimattavaan osuuteen ovat tervetulleita kaikki yhdistysaktiivit. Kannustamme yhdistyksiä järjestämään etäkatsomoita, joissa hallitus voi seurata yhdessä Järjestöpäiviä.
Hinta	Maksuton
Ilmoittautuminen	14.8. mennessä Helsinkiin, 23.9. mennessä Teamsiin.

LÖYDÄT SYKSYN MUIDEN KOULUTUSTEN TIEDOT NETTISIVUILTA
invalidiliitto.fi/koulutuksia



IN MEMORIAM

Aikaansaava järjestötoimija huolehti asioista etukäteen

Onni Ensio Hämäläinen
27.4.1935–20.4.2026

Ensio Hämäläinen oli syntyjään Pohjois-Karjalan poikia, hän vietti nuoruutensa Liperissä. Hän saapui Kuopioon Helsingin, Salon, Savonlinnan, Mikkelin ja Pieksämäen kautta. Ensio omistautui työssään vaatealan tyyliin ja hän eteni urallaan hyvin. Tullessaan Kuopioon, hän meni töihin Turo Oy:lle, ja työskenteli siellä valmistuspäällikkönä.

Ensio vammautui nuorena ollessaan auttamassa auton työntämisessä, jolloin jäi toisen auton tönäisemäksi. Vammauttuaan Ensio hakeutui Invalidiliiton Westendin ammattioppilaitoksen hienomekaniikkokoulutukseen ja liittyi samalla kertaa Helsingin Invalidien Yhdistyksen jäseneksi. Siitä alkoi hänen yhteinen matkansa Invalidiliiton kanssa päätyen Kuopion Invalidien kunniapuheenjohtajaksi. Ensio Hämäläinen oli Invalidiliiton paikallisyhdistyksen jäsen yli 70 vuotta.

Elämä antoi näin hänelle mahdollisuuden lähteä tekemään ja kehittämään eri järjestöissä vammaisten ihmisten asioita, jotka tulivat tapaturman takia Ensiolle läheisiksi. Ensio Hämäläinen liittyi jäseneksi Kuopion Invalideihin vuonna 1987. Hallitustehtävät kutsuivat häntä jo vuonna 1988, ja puheenjohtajana hän toimi vuosina 1989–2014, jonka jälkeen hänet kutsuttiin yhdistyksen kunniapuheenjohtajaksi.

Toiminnallisuus ja yhteiskuntaan vaikuttaminen sekä pyyteeton vapaaehtoistyö olivat Ension vahvat tunnusmerkit. Hän korosti muun muassa sitä, että vammaisten ihmisten asiat pitää hoitaa hyvin ja oikeudenmukaisesti asuinpaikkakunnasta riippumatta. Tässäpä ohjetta tämän päivän päättäjille.

"Hänen taustallaan kukki myhäilevä maankunnanmiehen savolainen huumori, se mursi monesti vastarinnan", näin muistelee Invalidiliiton entinen toimitusjohtaja **Raimo Lindberg** Ensio Hämäläistä.

Ensio Hämäläinen toimi Invalidiliiton hallituksen jäsenenä vuosina 1989–1997 ja sen jälkeen vielä liittovaltuuston jäsenenä vuosina 2001–2005. Lisäksi hän toimi mm.



Invalidiliiton Kuopion palvelutalon ja työklonin johtokunnissa ja Kuopion vammaisneuvostossa sekä Savonlinnan Kylpyläsäätiön hallituksessa. Lions club -toiminnassa hän oli mukana sekä Siilinjärvellä että Vuorellassa.

Vuonna 1994 aloitettu aluetoiminta oli uutta Invalidiliiton vammaisjärjestöketässä. Tässä Ensio oli keskeisessä roolissa toimien alueen johtoryhmän puheenjohtajana. Muistelen vieläkin vuotta 1994, kun pääsin juuri "leivottuna" lisälmen Invalidien uutena puheenjohtajana mukaan aluetapah-tumaa lisälmeen järjestämään Ensio Hämäläisen ja **Markku Lohikosken** kanssa. Vuodet kuluvat ja asiat muuttuvat ja liitto totesi, että aluetoiminta oli uudistuksen tarpeessa, olihan yhteiskunta ja vammaisjärjestöjen toiminta tuona aikana muuttunut. Ensio oli aluetoiminnan kehittämistyössä mukana 2007–2009.

Ensio Hämäläinen oli tapahtumapäällikkönä kahdesti järjestämässä Invalidiliiton valtakunnallista kesätapahtumaa Kuopiossa, vuonna 1988 liiton 50-vuotisjuhla-tapahtumaa ja vuonna 2003 tapahtumaa kulttuuripäivien merkeissä.

Ensio Hämäläinen osallistui Invalidiliiton edustajana vuonna 1993 Yleisvenäläisen Invalidiliiton (VOI) 5-vuotisjuhliin Moskovassa. Siellä Karjalan Tasavallan Invalidiliitto esitti yhteistyötä Invalidiliiton kanssa.

Vuonna 1996 käynnistyi EU-rahoitteinen projekti.

Vuotta myöhemmin Ensio Hämäläinen osallistui yli viikon mittaiselle koulutuskiertueelle viidellä paikkakunnalla Karjalan tasavallassa. Tästä matkasta kerrottakoon sellainen anekdootti, että matkan ajaksi Karjalan tasavallan sisäministeri oli asettanut suomalaisille suojelun, eli miliisiauto ajoi koko matkan suomalaisten auton edessä. Niin, taisipa Ensioikin olla "valtiollisen uran" huipulla.

Kuopion yhdistys käynnisti Ension johdolla Tukihenkilöprojektin vuonna 1994 RAY:n rahoituksen tukemana. Kolme vuotta myöhemmin 1997 siitä muotoutui Tukipilari Kansalaistoiminnakeskus. Keskuksen toiminta on osoittanut tarpeellisuutensa, sen toiminta on laajentunut ja työllistää tällä hetkellä neljä työntekijää.

Ensio Hämäläisen työ niin Invalidiliitossa kuin valtakunnallisestikin huomioitiin laajasti, ja presidentti **Tarja Halonen** myönsi 2000-luvun alkupuolella hänelle Suomen Valkoisen Ruusun ritarikunnan ansioristin. Noihin aikoihin hän sai myös Invalidiliiton korkeimman huomionosoituksen, Invalidiliiton kultaisen ansiopaketin.

Ensiota jäi kaipaamaan yli 69 aviovuodelta puoliso **Raili**, 4 lasta, lapsenlapset sekä heidän jälkikasvunsa.

Kuopion yhdistyksen väki muistaa "Ensio-kaa" lämmöllä ja kiittää ajasta, jonka hän käytti pyyteettömästi vammaistyöhön.

Ensio Hämäläistä muistelivat tässä kirjoituksessa, hänen kanssaan tuolloin työskennelleet ystävät,

Pertti Laajalahti

Invalidiliitto ry:n entinen puheenjohtaja
lisälmen Invalidit ry:n kunniapuheenjohtaja

Markku Lohikoski

Invalidiliitto ry:n entinen järjestötyön
suunnittelija

Sirpa Jouhkimo

Kuopion Invalidit ry:n toimistosihteri



ONNEA

AURA

98 Rauha Rosenlund 15.6.

HYVINKÄÄ

80 Terttu Setälä 3.7.
Leo Kauppinen 26.7.

HÄMEENLINNA

90 Helena Ojanen 22.7.
80 Taina Kivistö 30.6.
60 Hannu Hämeenranta 26.7.

KOUVOLA

90 Sirpa Leino 16.8.
85 Anneli Vainio 27.7.
80 Ari Kivisoja 30.7.
Reijo Luoranen 7.7.
Seija Nurmilaukas 27.8.
75 Mirja Kaukiainen 26.8.
70 Anne Vainiemi 18.6.
Sari Vallasvuo 30.6.
65 Päivi Koskinen 25.6.
55 Susanna Aalto 10.8.
Riku Rantala 12.7.

KUOPIO

85 Veikko Lahtinen 28.7.
Sylvia Kananen 1.8.
80 Taisto Pursiainen 12.8.
50 Pirve Kaitokari 23.7.

KUUSANKOSKI

85 Rauha Haapasalo 22.8.
80 Matti Vainonen 6.5.
Seija Hytti 11.6.
Erkki Toivanen 12.6.
75 Raili Niskanen 30.6.
Ritva Janhunen 2.7.
70 Heli Grönroos 7.5.
Ritva Mälkki 6.7.
65 Marja Snell 22.6.
Sirpa Tasanen 25.8.
60 Harri Kemppi 15.7.

RAAHE

80 Reino Kinnunen 16.7.

RAUMA

95 Matti Köymäri 27.6.
85 Aino Arvo 28.6.
Taina Mäkilä 1.8.
80 Kari Hokkanen 2.8.
Muisto Peräntie 16.8.
75 Simo Seikola 4.7.
Pirjo Sillvan 15.7.

VAASA

100 Eila Ilola 31.8.
85 Jaakko Laitanen 25.6.
80 Tuula Stenroos 26.6.
Juhani Jokinen 21.7.
75 Kari Hakala 22.8.
Raija Sundström 27.8.
70 Kirsti Koski 30.6.
Liisa Mäkinen 19.8.

MYYDÄÄN

Myynissä Boccia-kourupelivälineet.

Täydellinen setti sis. kourun, valikoidut sisäpallot, käsiohjaimen sekä kypärän ohjaimella. Käyttämätön! Uutena setin hinta 1 175 € / tee tarjous. Voit tiedustella laitteita toimistolta puh. 044 977 8625 tai sähköpostilla kurikaninvalidity@gmail.com.

Myydään Vermeiren-merkkinen

hoitotuoli. Kunto kuin uusi ovh. 1 300 €, hintapyyntö 500 €. Lisätietoja: 0500 367 122.



Myydään kesäpaikka Vaasan

Raippaluodon saarella (25 km Vaasasta). Läpivuoden asuttava. Mökissä kunnallistekniikka, ilmalämpöpumppu, puuhella ja takka. Pihasauna. Lisätietoja: 040 586 3840.



ARVONIMI

Eeva Pitkäselle myönnettiin kevätkokouksessa 26.5.2026 Kunniapuheenjohtajan arvonimi tunnustuksena pitkäaikaisesta, ansiokkaasta ja sydämellä tehdystä työstä Vantaan Invalidien VANIN ry:n hyväksi.



KUOLLEET

Eevi Grönroos
Euran Seudun Invalidit ry

Arja Horvath
Suomen Amputoidut ry

Tapio Maanoja
Eila Muhli
Vantaan Invalidit VANIN ry



ETELÄ-SUOMI

ESPIN

ESPINin toimisto, puhelinneuvonta, jäsenasiat sekä lisätietoja tapahtumista ym. Anne Virtanen 041 548 0638, espinry.toimisto@gmail.com. **ÄIJÄkahvit** syksyllä 2026 ma 3.8., ma 7.9., ma 5.10., ma 2.11. ja ma 7.12. klo 13.00 alkaen Kauppakeskus Sello Fresko kahvio, lisät. ja ilm. Jarmo Nurmi 0400 873 877. **Lounastapaaminen** klo 12.30 alkaen pe 3.7. (ilm. pe 26.6. mennessä), Bodomin Kartano, Bodominkuja 7, 02940 Espoo, pe 7.8. (ilm. pe 31.7. mennessä) Backbyn Kartano, Bodomintie 37, 02740 Espoo, lisät. ja ilm. Tuovi Nykänen 045 131 4455, tuovi.nykanen@gmail.com. **Kirjapiiri etänä** klo 18 alkaen ma 31.8. luetaan Junichiro Tanizaki: Makiokan sisarukset, ma 28.9., ma 26.10. ja ma 30.11. luettavat kirjat ilmoitetaan myöhemmin, lisät. ja ilm. Ritva Viljanen, 041 319 9877 (tekstiviestillä), ritva.viljanen64@gmail.com. Tulossa syksyllä 2026 **Asahi live-etänä ja tuolilattarit**, lisät. ja ilm. ESPIN toimisto. **Yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous ja -juhla** la 28.11. klo 14 alkaen. Lisää tapahtumia ja tarkemmat tiedot tapahtumista jäsentiedotteessa. Jäsentiedote 3/2026 ilmestyy kesäkuun aikana. Katso myös www.espin.fi.

HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS

Toimiston osoite: Voudintie 6, 00600 Helsinki. Internet-sivut: www.hiy.fi. Toimisto auki ma–to 9–15, ja perjantaisin toimintakeskus on suljettu, palvelemme klo 9–15 vain puhelimitse puh. 09 7206 240, s-posti: toimisto@hiy.fi. **Toimisto on suljettu 21.6.–31.7.** Sähköposti muotoa etunimi.sukunimi@hiy.fi. Puheenjohtaja Kristiina Karhos puh. 050 463 5732, s-posti: pj.hiy@hiy.fi. Toiminnanjohtaja Pirjo Virtaintorppa, puh. 09 7206 2415. Touko–syyskuussa Hevossalmen lomakylän (Vuorilahdentie 7, Helsinki) **saunavuorot**. Ke klo 15–17 naiset ja klo 17–19 miehet. La klo 14–16 naiset ja klo 16–18 miehet. Saunamaksut maksetaan käteisellä tai mobile-paylla paikan päällä 5 € / krt.

HYVINKÄÄN INVALIDIT

Tapahtumat, joihin pyydetään ilmoittautumiset, Kirsi ottaa vastaan sähköposti jasensihteeri.hyvinka@gmail.com tai p. 046 6446 121 / Kirsi. Kesäkodilla (Vuorenniityntie 88, Hyvinkää) tapahtuu: 1.6.–26.8. ke ja la **sauna lämmin kaikille maksua vastaan** ja kahvio avoinna klo 15–20. **Sauna lämmin omatoimisesti** mökkiläisille ja saunapassilaisille ma, pe, su klo 15–20. **Yhteislaulua** ke 10.6. klo 14.

Juhannusjuhlat pe 19.6. klo 13. Lipunnosto, kahvirajoilu, sauna lämmin yms. **Huovutusta** to 23.7. klo 13–16. **Naapuriyhdistysten vierailu** pe 7.8. klo 12–15. Hinta 15 €/jäsen, sis. ruoka, ohjelma. Maksu paikan päällä, kortti tai käteinen. Avustaja maksuton. Ilm. viim. pe 31.7. **Päättäjäiset** la 29.8. klo 12–15. Ruokailu, ohjelmaa, mahd. saunoa ja uida, Hinta 10 €/jäsen, avustaja maksuton. Maksu paikan päällä. Ilm. viim. ma 24.8. **Talkoot** 5.9. klo 10. Muuta: **Senioribio** ke 2.9. ip Biorex. Elokuva ja tarkka aika selviävät n. 2 viikkoa ennen esitystä. Seuraathan ilmoittelua. **Säännölliset ryhmät:** Asahi, boccia ja sisäcurling kesätauolla. **Harvinaisia sairauksia sairastavien henkilöiden vertaistukiryhmä** ma 8.6. klo 15–17, Onnensilta. Yhteyshlö Sanna-Kaisa Patjas harvinaiset.hyvinka@gmail.com. **Kuntosali palvelukoti Lepovilla**, ti klo 14–15 ja pe klo 16–17, Torikatu 10, Huom! Kesällä 1.6.–31.7. vain ti-vuoro. **Kuntosali palvelukoti Mäntykoto**, ti klo 15–17 ja to klo 17.30–19, Sähkökatu 28. **Kässäkerho** to klo 13–15.30, Onnensilta. Syyskausi alkaa 20.8. Lisätietoja Aamupostin Yhdistyksen-palsta, www.hyvinka.fi, Facebook, Instagram, p. 046 6446 121/Kirsi.

HÄMEENLINNA

Hattelmalantie 9, 13130 Hämeenlinna puh. 050 912 9704 (torstaisin), s-posti: toimisto@haseinva.fi, kotisivut: www.haseinva.fi. Olemme myös Facebookissa, liity ryhmään. Toimiston päivystys torstaisin klo 15–17.30. **(Toimisto suljettu heinäkuussa ja arkipyhinä). Maanantaikerho** joka ma klo 13–15 (Hattelmalantie 9), **Tuolijumppa** torstaisin klo 13–14 (Hattelmalantie 9). Yhdistys myy suruadresseja toimistolla, hinta jäsenille 5€/kpl ja ei jäsenet 7 €/kpl

JÄRVENPÄÄN SEUDUN INVALIDIT

Asahi jatkuu 15.6. saakka ma klo 10.30–11.15 Tuusulan uimahallin (Rykmentintie 1) takana olevalla nurmialueella, maksuton ja kaikille avoin, ohjaajina Ritva Tervala ja Eija Herna. **Mölkkyä** pelataan kesällä Tuusulan Hyökkälän alakoulun Sollentunanpolun viereisellä kentällä alk. 3.6. – koulujen alkamiseen saakka ke 15–17, järjestäjänä Eläkeliiton Tuusulan yhdistys. Järvenpäässä pelataan **mölkkyä** ke 1.–29.7. klo 10 Järvenpää-talon viereisellä hiekkakentällä. Vetäjänä Malla Lehtonen p. 050 582 5513. Asahin ja Järvenpään mölkyn järjestäjänä Tuusulanjärven Reuma ry. **Boccia** heinäkuussa ke klo 15 Järvenpään Rantapuiston hiekkakentällä, lähellä ravintola Barrio, mahdollista pelata myös mölkkyä ja petankkia, elokuun ajoista sovitaan myöhem-

min. Tiedustelut Markku p. 040 968 9449. Kaikissa em. liikuntalajeissa on säävarausta ja ne ovat maksuttomia ja ei tarvita ilmoittautumista. Lisät. toiminnasta Keski-Uusimaa-lehden järjestöpalsta, js-inva.fi, Facebook, Instagram, p. 050 434 9166/Saila.

LOVIISAN INVALIDIT

Jäsenillat jatkuvat vuonna 2026 joka kuun ensimmäinen maanantai klo 17.00, Kumppanuustalo KULMASSA, Sibeliuksenkatu 3, Loviisa. Tarjolla ajankohtaisia asioita, mielenkiintoisia aiheita ja esittelyjä sekä mukavaa jutustelua kahvirajoilun kera. Kaikista tapahtumista sekä retkistä tiedotetaan jäsentiedotteilla, tekstiviesteillä, sähköposteilla sekä Facebookissa os. Loviisan Invalidit. Tarjolla on mukavasti jäsenetuja, tapahtumia ja vertaistukea, tervetuloa mukaan! Lisätietoja sihteeri Eija Salmelalta puh. 045 7731 9275 tai 050 5306 634, e-mail: eija.salmela@loviisaninvalidit.fi, kotisivut: <http://www.loviisaninvalidit.fi>.

VANTAAN INVALIDIT

Vantaan Invalidit VANIN ry:n kotisivut osoitteessa www.vantaaninvalidit.fi. **Kesäkerhotoimintaa Markkulassa** kesä-, heinä- ja elokuussa viikot 23–33 tiistaisin (ei juhannusviikolla) **Pelipäivät:** Bocciaa, mölkkyä yms. sateen sattuessa Bingoa tai lautapelejä. Keski- ja elokuussa **yhdistä puuhaa** pihalla esim. grillaten tai sateen sattuessa, vaikka askarrellen sisällä. Kesäsaunat 19.6. ja 11.8. klo 18–>. Toimisto suljettu vkot 25–32, ei päivystystä ma–to. Hieronta Satu Kräkiltä p. 040 220 6451.

ITÄ-SUOMI

IISALMEN INVALIDIT

Invatalo, Joukolankatu 6, 74120 Iisalmi. puh. 0440 824 455. Puheenjohtaja Eila Koistinen p. 044 0817 350. s-posti: puheenjohtaja@iisalmeninvalidit.fi. Toimisto auki ma–ke klo 10–12, heinäkuussa lomalla. S-posti: toimisto@iisalmeninvalidit.fi, kotisivut www.iisalmeninvalidit.fi. **80 v. juhluvuoden kunniaksi päivä-reissu Valamon ja Lintulan luostareihin** ma 15.6. Lähdemme bussilla Invatalolta, Joukolank. 6. Retken hinta alustavasti noin 80,00 €, sis. opastetut luostarikierrokset, ruokailun, sisävesiristeilyn, kahvit ja bussimatkan. Lisätiedot, päivän aikataulu sekä sitova ilm. viim. ma 1.6. toimistolle p. 0440 824 455. tai s-postiin: toimisto@iisalmeninvalidit.fi. **Kesäteatteriretki** Vieremän Kyröniemeen "Liian paksu perhoseksi" su 2.8. klo 13 näytökseen. Lähtö bussilla Invatalolta klo 11.45. Alustava



hinta 20,00 €, sis. bussi, lippu ja väliaikakahvit. Sitova ilm. viim. pe 24.7. pj. Eilalle p. 044 081 7350 tai s-posti: puheenjohtaja@iisalmeninvalidit.fi. **Kesän jäsenillat** vietämme perinteisesti kesäpaikka Kotarannassa, Lapinnementie 222, 74170 Iisalmi. **Kesän avaus** to 4.6. klo 17, haitaristi Antti Kemppainen, yhteislaulua, kesäkahvit, makkaraa yms. Juhannusjuhla pe 19.6. klo 17, pientä ohjelmaa, lipunosto, juhannussauna naisille ja miehille, kahvit, makkaraa. Kokko sään sallieissa. To 16.7. klo 17 Liikunnallinen ilta, pelejä ja pieniä kisailuja, kesäkahvit. To 13.8. klo 16 Uudet jäsenet, tervetuloa! Ilta jatkuu kaikille jäsenille klo 17 Yhteislauluilta, kesäkahvit, makkaraa yms. To 27.8. klo 17 Rantaongintailta, hyvät palkinnot! Kysy yhteiskyötejä pj. Eilalta p. 0440 817 350.

Vakiotoiminnat kesätauolla. Aurinkokelossa (Auringonkehrä 10) maksuton omatoiminen kuntosalit koko kesän auki ti klo 15.30–16.30 ja to klo 10–11. **Kesäkoti Kotarannassa** on vapaata kesä-, elo- ja syyskuussa, oman yhdistyksen jäsenille 20 % alennus. Vuokrataan myös muiden invayhdistysten jäsenille. Kysy vapaat päivät toimistolta, tai pj. Eilalta tai katso kotisivuilta Kesäkoti Kotaranta. Seuraa ilmoituksia Iisalmen Sanomien järjestöpalstalta, Facebookista ja kotisivuilta.

KUOPION INVALIDIT

Kuntosalit 1.6 alkaen Suokadun toimintakeskuksella maanantaisin klo 16–17. 10-vuotta sitten Suomessa ratifioitiin YK:n vammaissopimus. **10.6. juhlistetaan päivää jalkautumalla alkuillasta Kauppakadulle kertomaan ja keskustelemaan mitä sopimus merkitsee kansalaisille.** Lounasristeily m/s Queen R -laivalla 8.7 klo 12–14. Oma-astuu 17 €/jäsen (sis. risteilyn ja lounaan), 34 €/ei jäsen. Sitovat ilmoittautumiset 24.6. mennessä toimistolle. Toimisto lomalla 13.7.–7.8. **Kesäteatteri** Siilinjärven Mäntyranassa lauantaina 18.7. klo 14 Katariina ja Munkkiniemen kreivi Liput 20 €/hlö + kyydit. Ilmoittautua 3.7. mennessä toimistolle. Ajankohtaiset tiedot löydät yhdistyksen nettisivuilta ja lähetämme myös sähköpostitse tietoa tulevasta tapahtumista. Toimiston työntekijän Sirpan tavoitat puh. 044 0378 451 & sähköpostista toimisto@kuopioninvalidit.fi.

MIKKELIN SEUDUN INVALIDIT

Toimisto toistaiseksi kiinni! Yhteydenotot puh. 0400 849 224 tai sähköposti: mikkelin.seudun.invalidit.ry@gmail.com. **Vuokraa esteetön Lahdenpohja kesäkauden juhliin nyt!** Viikonloput täyttyvät hurjaa vauhtia! Lisätietoja pj. Sari Pesonen puh. 050 552 6031. **Kesäkauden karaoket** aloitetaan Lah-

denpohjassa ma 1.6. klo 17. Karaoket jatkuvat siitä kahden viikon välein maanantaisin samaan aikaan! Osallistumismaksu jäseniltä 5 € ja ei jäseniltä 7 €. Maksu sisältää teostomaksun ja kahvitarjoilun. Seuraattehan ilmoittelua tapahtumista yhdistyksen Facebook ja nettisivuilta. Launialan koululla järjestetään **vammaissulkapalloa** perjantaisin klo 16.30–18, lisätietoja Seppo Sariola puh. 050 360 0046. Ilmoittautua toimistolle, jos yhteystiedoissasi tapahtuu muutoksia. On tärkeää, että tiedot (sähköposti, postiosoite, puhelinnumero) ovat ajan tasalla, jotta saat yhdistyksen viestit perille! Otathan myös seurantaan Facebook-sivut, sillä siellä ja yhdistyksen nettisivuilla (osoitteessa www.miksival.fi) ilmoittelemme ajankohtaisista asioista ja tapahtumista.

PIEKSAMÄEN INVALIDIT

Kesäteatteri retki Kuopion Rauhanlahteen la 4.7.2026 katsomaan esitystä "Helppo Ero". Bussi lähtee Pieksämäen torin laidalta klo 12.15. Hinta 48 €/jäsen, 65 €/ei jäsen. Hintaan sisältyy matkat, väliaika kahvit ja liput. Ilmoittautumiset: Eija Hiltunen, puh. 0400 476 154, eija.hiltunen502@gmail.com 4.6. mennessä. PS. kysy peruutuspaikkoja. **Allasjumppa** jatkuu to 10.9.2026 klo 16.15–17.00 Pieksämäen Uimahallissa, ohjaaja Eila-Sinikka Niemelä. 12 x syksy, 30 €/jäsen, ilm. eilajantti@gmail.com. **Kuntopiiri** jatkuu ti 8.9.2026 ti 8.9. klo 16.30–17.30 Power4you-kuntosalilla, ohjaaja Saku Hellberg, 12 x syksy, ilm. Meiju Hellberg: puh. 040 544 0216, meiju@vipbussi.com. **Naistenryhmä** joka kk ensimmäinen ma klo 15–16. Kyselyt Tuulikki Eliala: puh. 0400 175 624, tuulateeteri@gmail.

SAVONLINNAN SEUDUN INVALIDIT

Bocciapelit/puhallustikkaa kesä-, heinä- ja elokuussa bocciaa tiistaisin klo 10–12 sään sallieissa Heikinpohjan kentällä, Heikinpohjantie 26, 57100 Savonlinna. Syksyllä syyskuusta lähtien bocciaa keskiviikkoisin klo 10–12, Linnalan seniorikeskus (esteetön), Pappilankatu 6, 57100 Savonlinna. Mahdollisuus harrastaa **ilmakiväärillä tarkkuusammuntaa.** Kysy tarkemmin p. 044 051 4093 tai s-posti inva.savonlinna@gmail.com. **5-kaupungin kisa** elokuussa Mikkelissä, tarkempia tietoja tekstiviestein myöhemmin. **Invakerhot:** Invakerhot 2026 1 krt/kk kuukauden 2. keskiviikko klo 12–14. Kesäkuukausina (kesä-, heinä- ja elokuu) invakerhoa ei pidetä. Syksyn ensimmäinen invakerho ke 9.9.2026 klo 12–14 Savonlinnan Seudun Kolomosella, Pappilankatu 3, 57100 Sln. Aiheena jalkojen hoito. **Bingo tauolla kesäkuukausina.** Syksyllä jatketaan neljän yhdistyksen vuorotellen järjestämää

bingoa maanantaisin klo 13–14, Savonlinnan Seudun Kolomonen, Pappilankatu 3, 57100 Sln. Vapaaehtoinen kahvimaksu, suositus 2 €. Pikkupalkintoja jaossa. **Yhdistysten yhteinen vapaamuotoinen kerho,** jatkuu syksyllä, keskustelua, käsityöt mukaan, pelejä ym. kiinnostuksen mukaan, kahvit, vapaaehtoinen maksu, 1 krt/kk, klo 13–15 Savonlinnan Seudun Kolomonen, Pappilankatu 3, 57100. Ilmoitus ajankohdasta tekstiviestillä. **Joukon keskustelukerho** vuonna 2026 1 krt/kk. Ajat ja paikat ilmoitetaan tekstiviestein. **Muista yhdistyksen tapahtumista ilmoitetaan myöhemmin.** Mahdollisuuksien mukaan järjestetään teatteri- ja konsertti- ym. käyntejä ja tapahtumia. Yhdistys myy suruvalittelu- ja onnitteluadresseja A4 10 €/kpl ja osanotto- ja onnittelukortteja ä 5 €/kpl. Tilaukset sähköpostitse tai puhelimitse tai kysy paikan päällä tapahtumissa. Ilmoittautumiset, yhteydenotot, tiedustelut ja kyselyt ma–pe klo 9–15 p. 044 051 4093, sähköposti inva.savonlinna@gmail.com, kotisivut www.saseinva.fi. Mukavaa ja rentouttavaa kesää kaikille!

YHDES

Koulukatu 24 B 23, 80100 Joensuu, p. 0400 123 156 (puhelinpäivystys ma–pe klo 10–16). Tapaamisen voit sopia puhelimitse. s-posti: yhdesry@gmail.com, www.yhdes.fi. Jos haluat merkkipäiväsi IT-lehteen, ilmoita siitä 3 kk ennen Jaana Tolvaselle. Muussa tapauksessa sitä ei ilmoiteta. **Kesän 2026 tapahtumia: Viikkokahvit** Torikahvio Päivänurmessa, Keskuspuistossa, alkavat ke 10.6. klo 13. Kahvittelut jatkuvat joka keskiviikko 12.8. asti. Oma-astuu 3 €. Iloinen mieli mukaan! **Pohjois-Karjalan invalidien aluepäivä Ruunaalla** ma 15.6. Kokoontuminen retkeilykeskuksessa, Neitikoskent. 47, klo 10.30. Päivän ohjelma loppuu n. klo 15. Ilmoittautuminen ja lisätietoja 7.6. mennessä p. 0400 123 156. Mukaan mahtuu 50 hlöä. Ole siis nopea ja tule mukaan luonnon keskelle! **Utran Uusi Teatteri esittää** Utran Uittotuvalla ke 8.7. klo 18 musiikkikomedian Rakkautta ja rautanauvoja. Lippuja on 40 kpl, jäsenhinta 15 €, avustajat maksutta. Ilmoittautuminen ja lisätietoja maksusta 17.6. mennessä p. 0400 123 156. **Peli-illat Kuntokeitaalla** joka kk:n 1. ke klo 16–18! Seuraava kokoontuminen Kuntokeitaalla ke 5.8. (boccia/keilaus), muu 5 €/kerta. **Kontakti-ryhmä, Kirjoittaja ja kulttuuripiiri sekä Tuolijumppa** Lieksassa ja Joensuussa jatkuvat syksyllä. Tarkemmat aikataulut seuraavassa lehdessä. **Kokoontumiset Lieksassa Tukipisteellä** jatkuvat syksyllä. Tarkemmat aikataulut seuraavassa lehdessä. Seuraa ilmoittelua yhdistyksen kotisivuilla ja Facebookissa.



KAAKKOIS-SUOMI

HEINOLAN SEUDUN INVALIDIT

Kesäkoti Syvälahti on myyty, joten ei vuokrausta eikä saunankäyttöoikeutta. Siirämme toimintamme Heinolan keskusta-alueella näkymin elokuussa. Yritämme toki järjestää jotain toimintaa ennen sitä. Ilmoitamme Itä-Häme-lehdessä.

KOUVOLAN SEUDUN INVALIDIT

Toimisto on suljettuna 3.6.–3.8. välisenä aikana. Toimisto on avoinna **4.8.** alkaen kuukauden ensimmäinen ja neljäs tiistai, muina aikoina sopimuksen mukaan. Seuraa ajankohtaisia tapahtumia yhdistyksen kotisivuilta osoitteesta: <https://ksiry.net>, Kouvolan sanomien, Keskiviikko lehden järjestöpalstalta sekä Facebookista. **Liikuntavuorot:** Kuntosali vuorot alkavat syksyllä. Kuntosalivuoro torstaisin klo 16.00–17.00, Kouvolan Lyseon lukion kuntosali, Palomäenkatu 33. Huomioitahan, että kuntosalivuoroa ei ole yo-kirjoitusten aikana.

RUOKOLAHDEN INVALIDIT

Maanantaikerhot jatkavat parittomien viikkojen maanantaisin Koivurannassa, klo 10. Pienellä eurolla kahvia ja jotain hyvää.

LAPPI

ROVANIEMEN INVALIDIT

Yhteinen Juhannus Norvajärven mökillä! Kaikki jäsenet tervetuloa mökille 19.–21.6. (pe–su) yhteiseen kesäjuhlaan. Vain muutama voi olla yötä, mutta päivällä kaikki mahtuvat olemaan yhdessä. Kesäaikana Norvajärven mökillä on **maanantaisin jäsenten maksuton omatoimipäivä**. Silloin voit tulla vapaasti kalastamaan, seurustelemaan tai paistamaan makkaraa! Muutoin mökin vuokraukset varuskalenterissa: vuokraus@rovaniemeninvalidit.fi tai puh. 0400 107 293. Katso kaikki muut kesäohjelmat nettisivuilta: www.rovaniemeninvalidit.fi.

LOUNAIS-SUOMI

EURAN SEUDUN INVALIDIT

Kuukausikerho ma 8.6. ja ma 14.9. Anttilantien Tuvalla klo 13 paketti arvontaan. **Juhannuksen iltapäivä** pe 19.6. klo 13 paketti

arvontaan, tarjoilut 12 €/hlö. **Kerhot** Anttilantien Tuvalla: ti klo 12 **Boccia** ja klo 14 **Skipbo-korttipeli**. To klo 13 **Seiska-korttipeli**. Erjan vetämä **toimintaryhmä** ke 13.5., 27.5., 10.6. ja 24.6. Uimahallilla **vesijumppa** juhannukseen asti klo 12–12.30.

HARJAVALLAN SEUDUN INVALIDIT

Yhdistyksen toimisto Yhteisötalossa, Satakunnantie 110, Harjavalta, on avoinna maanantaisin klo 9.00–13.30 p. 0440 877 020. Puheenjohtaja Tellervo Mansikkamäki p. 040 5113 280, sihteeri Anneli Mannelin-Pelkonen p. 040 8354 120. **Pelikerho** kuukauden parillisena ma klo 12–16 toimistolla. **Kerhot** kuukauden pariton ma klo 15 koulukeskuksessa, ruokasalin viereisessä kabinetissa, Myllykatu 3 A, Harjavalta. **Askartelukerho** ti klo 12–15 toimistolla. **Bocciaa** pelataan Vinnaressa ti klo 13.30–15.30 (toukokuusta syyskuulle pelataan Keskustien kentällä. **Vesijumppaa** Hopeakeitaassa Fysio SimMar ke klo 10, hinta 8 €/krt. Mukaan mahtuu 10 henkilöä. **Toimistolla myynnissä** adresseja (10 €), kortteja (3 €) ja sukkaa vauvasta vaariin. **Kesäretki** ke 15.7.2026 suuntana Tuusula. Lähtö Harjavalan linja-autoasemalta klo 7.30 ja Kokemäen linja-autoasemalta klo 7.55. Ajetaan Mers-tolan kautta. Hinta 75 € jäsen ja 80 € muut. Hintaan sisältyy kuljetus, aamukahvi, lounas ja sisäänpääsymaksut ja opastukset. Ohjelmassa aamukahvit Autokeitaalla, Sibeliuksen koti Ainola, lounas Ravintola Huvilassa, Pekka Halosen koti ja ateljee Halosenniemi ja Aleksis Kiven kuolin mökki. Lähtö kotimat-kalle n. klo 16.30. Pysähdys Forssassa, missä omakustanteinen virkistys. Sitovat ilmoittautumiset ja maksut 30.6. mennessä, puheenjohtaja Tellervo Mansikkamäki, puh. 040 511 3280, sihteeri Anneli Mannelin-Pelkonen, puh. 040 835 4120 sekä maanantaisin toimistolle (25.5. asti), puh. 0440 877 020. Ilmoita ruoka-aineallergiat. Ruokana lohimureke tai grillattu kana valinnan mukaan.

NOORMARKUN SEUDUN INVALIDIT

13.6 klo 15.00 **kesäteatteri Kirjurinluodossa**, Exän uus ja vanha. Liput 32 €. Oma kuljetus, mutta kysy kuljetuksesta, jos tarvitset. Hallitus päätti, että ei ole yhteiskahvitusta. Voit kysyä peruutuspaikkoja Seija p. 040 5883 675.

PORINSEUDUN INVALIDIT

Toimisto on avoinna joka kuukauden ensimmäinen arkitiistai klo 11–13 Pohjoispuisto 1, Pori puh. 026 334 024. Heinä- ja elokuussa toimisto on suljettu. Sähköposti toimii koko ajan: info@porinseuduninvalidit.fi. **Jäsen-**

päivä on toimistolla 8.6.klo 13.00, jolloin on kevätkauden päättäjaiset. **Teatteriretki** tehdään Veneskoskelle 8.7.2026. Näytelmän nimi on Perinnönjakajat. Retken hinta on 40 € jäseniltä ja 50 € ulkopuolisilta sisältäen kuljetuksen, teatterin ja väliaikakahvin. Lähtö on 17.00 toimistolta. Pikaiset ilmoittautumiset puh. 040 7569 877 / Oili Grönroos. Jos ilmenee kysyttävää, voi ottaa yhteyttä em. numeroon. Lisätietoja saa myös osoitteesta porinseuduninvalidit.yhdistysavain.fi. **Vesivoimistelun** kevätkauden viimeinen päivä on 11.6.2026, ja jatkuu taas 3.9.2026.

RAISION SEUDUN INVALIDIT

Kevään päätös huipentuu **kesäjuhliin Kaanaan siirtolapuutarhalla** 29.6. klo 13. Yhteiskuljetus lähtee Keolta klo 12.15. Edes-takainen hinta 15 €, tarjoilun hinta 13 €. Sitovat ilmoittautumiset Terttu Pajukoski p. 040 7386 751 viimeistään 18.6. Maksu RSI ry:n tilille FI0957105240008580. Kesän jälkeen taas jatkamme **kerholla** SRK-talolla 24.8. klo 13. Hyvää kesää!

RAUMAN INVALIDIT

Yhdistyksemme p. 044 974 1445, tästä numerosta myös mökkivaraukset arkisin klo 10–14. Toimisto suljettu. Mökillä os. Huvilapolku 20; **Jäsensauna** keskiviikkoisin ja lauanta-aisin miehet klo 15–17 ja naiset klo 17–19. Huomioi poikkeus la 22.8. jäsensauna jo pe 21.8. Saunamaksu 3 €/hlö sis. pullakahvit. **Jäsenten virkistysmaanantait** klo 12–16 mökillä, **asahia** 8.6., 6.7. ja 10.8. klo 14. Tapahtumat: **Juhannusjuhla** pe 19.6. klo 16. **Kesäjuhla** to klo 15. **Venetsialaiset** to 27.8. klo 17. **Kesäretki** to 9.7. Kankaanpään. Venesjärvellä ruokailu Viinitila Meggalassa, ostosmahdollisuus. **Kesäteatteri Perinnönjakajat** eli kuka hiton Heidi?! Veneskosken kesäteatterissa. Hissibussi käytössä. Matkan hinta 50 €/jäsenet, 40 €/hlökoht. avustajat, 80 €/hlö muut. Kaikkiin tapahtumiin ilm. yhdistyksen numeroon. Liikunta: **Kuntosali** aina to klo 11.30–12.30 Fysio-Rauma, os. Pakka-huoneenkatu 4, Potkurin kattotasanne. Oma-vastuu hinta 3 €/kerta. **Bocciaharjoituksista** lisät. Marko Ytikleemola p. 045 126 5974. Toimintoista tarkemmin Raumalaisen Kokouset-palstalla, blogissa <https://raumaninvalidit.blogspot.com> ja nettisivuilla www.raumaninvalidit.fi.

SALON INVALIDIT

Kerhot tiistaisin klo 15.30–19 toimintakeskus Leirirannassa Vähä-Rytköntie 14 Muurla. **Urheilupäivä** tiistaina 9.6. pelataan ulko- ja sisäpelejä. Mahdollisuus uitiin ja saunomi-



seen. **Juhannusaattona** 19.6. **Leiriranta jäsenten käytössä klo 15–18** sauna ja grilli kuumana. Omat eväät, yhdistys tarjoaa kahvit. **Kerhossa** 18.8. vieraana Lohjan Invalidit. **Retki Matildan laavulle** 1.7. klo 12–14. Tarjolla kahvia ja makkaraa. Mukana Lohjan Invalidien jäseniä. Kesäteatteri Egyptin prinssi Vuohensaareessa 18.7. klo 17. Liput 20 € jäsen, varaukset Pirjolta p. 050 3545 392 20.6. mennessä.

TURUN SEUDUN INVALIDIT

Asesepänkatu 1, 20810 Turku, puh: 044 985 9085. Toimisto avoinna ti klo 9–14. Puhelinpäivystys ti ja ke klo 9–14. toimisto@turunseuduninvalidit.fi, www.turunseuduninvalidit.fi. Tilinumero: FI67 5710 9720 0599 15.

Toimisto suljettu 17.6.–31.7.2026. Kirjallisuuspiiri kokoontuu toimistolla (Asesepänkatu 1) kerran kuukaudessa joka toinen maanantai klo 18. Seuraava tapaaminen ma 8.6. Kirjana Salla Heponiemen: Niin kauan kuin tunnen eläväni: taidemaalari Elin Danielson-Gambogi. Kirjallisuuspiirin yhteyshenkilö Sirpa Kumlander puh: 050 592 8360 tai sirpa.kumlander@outlook.com Lämpimästi tervetuloa mukaan! Ruusukorttelin maksuttomat **allasvuorot jäävät kesätaulolle**. Syksyn allasvuoroista ei ole vielä tullut päätöstä.

Yhdistys vuokraa lomakodin asuntolasta huoneita viikonlopuksi ja pidemmäksi aikaa. Asuntolassa on 13 kpl kahden hengen ja viisi (5) kolmen hengen huonetta, sekä yhteiset oleskelutilat. Hinta jäsenille pe–su 70 €/kaksi hlöä ja yksi hlö 40 €. Jäsenten viikkohinta on 150 €. Rantasaanamaksu yleisissä vuoroissa ke ja la 5 €/hlö. **Saunaa voi myös varata yksityisesti.** Tiedustelut pj. Porema puh: 0400 787 180. **Asuntola- ja ravintolatiloja on mahdollista vuokrata juhla- kokous- ja tai kurssipaikaksi.** Tilat ovat esteettömiä. Tiedustelut Pentti Porema puh: 0400 787 180 tai toimisto@turunseuduninvalidit.fi. **HUOM! Lomakodilla vapaita mökkejä ja asuntovaunupaikkoja vuokrattavana vielä kesäksi 2026.** Lomakodin mökki-, asuntovaunu ja laituripaikkatiedustelut Pentti Porema 0400 787 180 tai pentti.porema@gmail.com. tai toimisto@turunseuduninvalidit.fi. **Lomakodin kesän tapahtumatiedot löytyvät yhdistyksen kotisivuilta sekä lomakodin ilmoitustaululta.** Vuokraamme toimitilojemme yhteydessä (Asesepänkadulla) olevaa kokous- ja saunatilaa. Jäsenille 30 %:n alennus. Tiedustelut toimistolta puh: 044 985 9085 ti ja ke klo 9–14 tai toimisto@turunseuduninvalidit.fi. Kaikki tapahtumat löytyvät myös www.turunseuduninvalidit.fi.

LÄNSI-SUOMI

SUOMENSELÄN INVALIDIT

Perinteinen **pihajuhla** su 19.7. klo 13 alkaen Saavutuksessa, Leppävuorentie 11, Ähtäri. **Kerho** joka 3. ke klo 12 Saavutuksen kerhotilassa. Ilmoitus kerhotilan ulko-ovella ja Ähtärintein Uutisnuotan Seurat toimivat-palstalla. **Uinti** uimahalli Loiskeessa jäsenkortilla 4 €/aik., 2 €/eläk. 1krt/vko. **Boccia kesätaulolla.** Jatkuu elokuussa. www.suomenselaninvalidit.fi Meitä voi seurata myös Facebookissa.

VAASAN SEUDUN INVALIDIT

Juhannusjuhla Koivulassa pe 19.6. klo 18. **Rakkaus vaihtaa huonetta Lappajärven kesäteatterissa** su 19.7. lähtö toimistolta klo 9.30. **Toimisto on kiinni 6.7.–4.8.** Seuraa ilmoituksia Ilkka-Pohjalaisen, Vaasalehden ja Vasabladetin toimintapalstoilta sekä kotisivuiltamme <https://vaasanseuduninvalidit.yhdistysavain.fi>.

SISÄ-SUOMI

KANGASALAN INVALIDIT

Boccia/tikanheitto: Bocciaa pelataan kesä–elokuulla Keskus kentällä Urheilutiellä tiistaisin klo 10–13, paikalla voi myös heittää tikkua. **Uinti Kangasalan uimahalli Kuohussa** jäsenhintaan aikuiselta 3 €/vuoro ja lapset 0–18 vuotta 1 €/vuoro. Jäsenhinnan saa näyttämällä kassalla voimassa olevaa yhdistyksen jäsenkorttia. Vammaisjärjestöjen ja Kangasalan vammaisneuvoston järjestämää **Vesaniemen kesäpäivää** vietetään jälleen torstaina 6.8. klo 17–20. Turvallista kesää kaikille. Yhdistyksen yhteyshenkilöt: Puheenjohtaja Timo Kokki, puh. 045 138 0377, varapuheenjohtaja Tapani Lähteenmäki, puh. 050 313 8003. Yhdistyksen sähköposti: kangasalaninvalidit@kangasalaninvalidit.fi, kotisivut: www.kangasalaninvalidit.fi, facebook/instagram: kangasalaninvalidit.

JYVÄSKYLÄN SEUDUN INVALIDIT

Toimiston osoite Kilpisenkatu 6 (Fysios Mehiläisen tilat) p. 050 5759 068. **Toimiston aukiolo vain sovittaessa.** Sposti jklinikat@gmail.com kotisivut jklinikat.yhdistysavain.fi Jäsenetuina yhdistyksen Jysi tiedote 2x/v, valtakunnallinen IT-lehti 8x/v, vertaistukea sekä hyviä etuja tapahtumista. **Yhdistyk-**

semme kahviklubi on kesätaulolla, jatkaa toimintaansa elokuussa. Kyseinen ajan kohta ja paikka ilmoitetaan myöhemmin. **Syksylle tulemme järjestämään vertaistuellisen liikuntatapahtuman** Äijä-Park:ssa 5.9. Kyseisestä tapahtumasta tiedotetaan tarkemmin myöhemmin. **Hallitus ja toimisto lomailee 8.6.–17.8.** Kiireellisissä asioissa voi olla yhteydessä yllä olevaan numeroon. Jyväskylän Seudun Invalidit ry on siirtynyt digitaaliseen tapahtumailmoittamiseen vuoden 2026 alusta. Tapahtumista ilmoitetaan yhdistyksen verkkosivuilla, IT-lehden tapahtumakalenterissa sekä yhdistyksemme digitaalisessa jäsenkirjeessä. Kiva kun olet mukana! Tapahtumat löytyvät yhdistyksen verkkosivuilta (<https://jklinikat.yhdistysavain.fi/tapahtumat/>). Fb: Jyväskylän Seudun Invalidit ry ja Instag: jysi 1945.

MÄNTÄN SEUDUN INVALIDIT

Toimipaikan osoite: Kirkkokatu 2 C, 35820 Mänttä, toimipaikan nimi Kirkkis. **Kerhotointa** Kirkkiksen pikkuhuoneessa tiistaisin klo 14.30–16.30. Digineuvontaa, kahvitellaan, pelataan korttia, pidetään tietovisoja ja kutsutaan eri elämäntilanteiden asiantuntijoita esitelmöimään. **Bocciaharjoitukset** talvella keskiviikkoisin Vilppulan Parkkivuoren urheilutalolla klo 15–18.30. Myös **curlingia** harjoitellaan kesällä Länskan boccia kentällä. Muuta toimintaa: **Mäntän uimahallia** voi käyttää kahden euron (2 €) omavastuulla 20 kertaa vuodessa. Kesä–heinäkuussa mahdollisesti kaksikin **teatterimatkaa** Kartanon kievariin Äänekoskella esitys Onnenmaa, ja Ränssin kievariin Tikka-koskella, esitys Myrskyn jälkeen. **Kesällä onkikisat ja liikuntatapahtuma.**

VALTAKUNNALLISET YHDISTYKSET

SUOMEN AMPUTOIDUT

27.6. **valtakunnallinen vertaistukipäivä** Tampereen Aitorannassa. Seuraa ilmoittelua Facebookin Amputoidut-ryhmässä ja nettisivulla. 15.8. **risteily Saimaalla**, lähtö Savonlinnasta. Ilmoittautumiset: alamaki80@gmail.com. Yhteistyössä OIY ry:n kanssa järjestetään **vertaistukijakoulutus**. Aikataulu on vielä auki, mutta ilmoittautumisia otetaan vastaan: hilkka.raninen@dnainternet.net. Lisätietoa tapahtumista: www.suomenamputoidut.fi/ajankohtaista.



på svenska

61 Ledare | 62 Mer är mera | 64 | Hur får man assistenten med på resan?

ledare

Virpi Sourunjärvi
Förbundsstyrelsens första vice ordförande

Fritid tillhör alla

SOMMAREN för med sig ljus, värme och möjligheter att andas ut. Fritid, fritidsaktiviteter och samvaro är för många självklarheter.

Fritid uppstår från möjligheten att röra sig, delta och välja. Det innebär möjligheten att leva ett självständigt liv på det sätt man önskar. Att detta blir verklighet är ändå inte en självklarhet för alla, utan kräver ofta fungerande lösningar i vardagen. Att röra på sig, få träffa andra och få omväxling främjar välbefinnandet och hjälper till att man kan ta sig ut från de fyra väggarna.

Fungerande tjänster spelar en central roll. Personlig assistans är inte endast ett nödvändigt stöd i vardagen, utan en viktig del av ett självständigt liv och delaktighet. Tillräckliga och flexibla assistanstjänster bidrar till att fritid och fritidsaktiviteter kan bli en naturlig del av vardagen.

Även tjänster som underlättar rörligheten är viktiga. Tjänsterna gör det möjligt att utöva fritidsaktiviteter, att delta i evenemang och att tillbringa tid på platser som är betydelsefulla för en själv. Sådana platser kan vara en sommarstuga, ett festivalområde eller hos nära och kära på en annan ort. Fritiden begränsas inte alltid till den egna boendekommunen, utan det är viktigt för människor att kunna ta sig till anhöriga, till platser som är viktiga för dem eller till andra platser för att koppla av.

Tillgänglighet är också en central faktor. Sommarens evenemang, festivaler, utflyktsmål och badstränder säger mycket om vem som i verkligheten har möjlighet att njuta av sin fritid. När rut-ter, tjänster och miljöer utformas för alla skapas utrymme för delaktighet. Tillgänglighet handlar inte bara om ramper och bredare passager, utan om en helhet som möjliggör upplevelser, möten och minnen. Att assistenter får gratis inträde till evenemang eller fritidsanläggningar är också en viktig del som möjliggör deltagande.

Fritid och fritidsaktiviteter är ingen lyxvara. De är en del av ett gott, självständigt liv och hör till de grundläggande mänskliga rättigheterna. Därför är det viktigt att tjänster, beslut och miljöer främjar denna rättighet. Först då kan fritid och fritidsaktiviteter verkligen tillhöra alla. ●



Tillgänglighet handlar inte bara om ramper och bredare passager, utan om en helhet som möjliggör upplevelser, möten och minnen.

Mer är mera

Henna Oksanen har fler än tio diagnoser och lika många hobbyer. När förslamningen tog förmågan att springa och spela dragspel började Oksanen sticka. Nu skriver hon på sin fjärde stickbok.

Stickdesigner **Henna Oksanen** har just lagt de första öglorna av rött garn på stickorna för att börja sticka en yllestumpa.

Detta vore inte annars något särskilt för en passionerad handarbetare, men Oksanen har inte kunnat sticka på två år på grund av sina sjukdomar. Nu är det en mer än vanligt stor njutning att fatta tag i stickorna.

Sockan som nu stickas blir en del av en stickbok som publiceras i höst. Den är redan den fjärde stickboken i serien Rakkaudella Henna.

Oksanen sålde först enstaka vantinstruktioner som hon designat själv, via Instagram, och när beställningarna ökade grundade hon en webbutik.

Oksanen blev intresserad av tanken att man skulle kunna komponera en bok av stickinstruktionerna. Hon tog kontakt med förläggare men bara en av dem gav henne bara ett nedslående svar. Hon måste ge upp.

– Hösten 2022 tog sedan förlaget Readme kontakt med mig. Jag hade inte ens kommit mig för att erbjuda dem något. Samma höst tecknade jag på ett kontrakt under bokmässan i Helsingfors, berättar Oksanen.

Blomsterplanteringar med nära och kära

Oksanen är en multisjuk person med funktionsnedsättningar.

När hon var åtta år gammal insjuknade hon i ett kroniskt smärtsyndrom,

fibromyalgi. Ett par år senare hittade man en blodkärlstumör i hennes ryggmärg, kavernom. Den orsakade henne förslamningar och måste opereras år 2016. Då började en svår tid med sjukdomar. Oksanen fick en ryggmärgsskada och under åren har hon fått allt fler sjukdomar.

– Det händer hela tiden någonting. För ett par dagar sedan upptäckte jag att jag nu fått nässel- och kallutslag. Man kunde tro att när jag fyllt trettio, känner jag min kropp. Men det gör jag inte.

Totalt sett har Oksanen nu ett tiotal medicinska diagnoser. Hon säger skratande att hon inte längre ens själv hålls med i räkningarna.

I januari diagnostiserades hon med CRPS, dvs komplext regionalt smärtsyndrom, och det gör att hennes fötter och armar låses i kramp, att de börja darra med ofrivilliga rörelser och att temperaturen börjar variera.

Till all lycka har Oksanen ett tätt stödnät. De närmaste hjälper henne med både arbeten och vardagssysslor, till sist med trädgårdsarbetena. När våren kom beslöt hon sig för plantera ett "blomsterhav" på terrassen.

– Jag strävar efter att häften av varje min dag i sommar går till att sköta blommorna. Mer är mera!

Stickidéer av badrumskakel

Oksanen har alltid haft många järn i elden, samtidigt. I vuxen ålder insåg hon, "att alla andra inte har tio visor samtidigt spelande i huvudet", och sökte sig till undersökningar för adhd. Hon fick diagnosen med adhd och senare fastslog man att Oksanen har ett autismspektrumtillstånd.

Oksanen kan fördjupa sig så koncentrerat i ett intressant göromål att hon glömmer att äta och dricka eller att besöka toaletten.



Företaget är en stor anledning till stolhet för Oksanen. Det att hon trots alla besvär har kunnat göra någonting som inte alldeles alla gör känns bra.



– Jag går in för en sak och sitter fast i den i ett par veckor framöver när jag vill veta och lära mig allt om den.

Oksanen anser att stickinstruktioner kan vara svåra för människor i gruppen av neurominoriteter. I sina stickböcker har hon därför velat förklara instruktionerna för läsaren mycket noggrant.

Oksanen får inspiration överallt till illustrationer av stickningar.

– Jag ser musik, ord och bokstäver i färger eller former. När jag i badrummet till exempel ser ett kakel ser jag det som en mönsterstickning och ger mig för att utveckla idéen i ett kalkylprogram. Därmed uppstår en färdig stickning.

En romantisk nöjesbok står i turen

Fastän Oksanen till skydd har förmågan att lätt bli intresserad har sjukdomarna medfört svåra känslor.

– Det svåraste med allt i mitt liv är att miljoner idéer för business och marknadsföring snurrar i mitt huvud. Och jag tänker att, jösses, jag gör en sådan eller den där stickningen. Men kroppen, den begränsar. Jag kan inte genomföra allt vad jag skulle vilja.

Maken och vännerna har hjälp henne att acceptera sjukdomen. Maken sade åt Oksanen i början när de sällskapade att han ser hennes sjukdomar vara egenskaper på samma sätt som till exempel färgen på håret.

– Jag vet inte hur livet skulle vara utan sjukdomar och det är inte möjligt för mig att få ett sådant liv. De finns och jag lever med dem.

När en hobby blivit svårare i och med att symtomen förvärrats har Oksanen alltid intresserat sig för nya saker och ting. När hon var yngre spelad hon dragspel och sprang, men sedan koncentrerade hon sig på handarbeten. När det blev svårare att sticka började hon göra digitala illustrationer, och läsa.

Häromdagen läste Oksanen en bok där huvudpersonen var kroniskt svårt sjuk.

– När jag läste den fick jag kamrattöd och känslan av bli hörd. Jag insåg att funktionsnedsättning, sjukdomar eller hjälpmedel inte nämns så värst mycket i finsk litteratur. Oksanen väver nu själv tråden till en romantisk nöjesbok där en kroniskt sjuk huvudperson äventyrar.

– Just nu skriver jag boken färdig och skickar den sedan till förläggarna. Vi får se om jag får ett kontrakt, berättar Oksanen. ●

FÖRNYELSE

Invalidförbundet förnyar den produktbaserade insamling som erbjuds föreningarna

INVALIDFÖRBUNDET erbjuder i höst sina medlemsföreningar en reflex och en pin designade av **Mert Otsamo** till försäljning. Reflexen syns samtidigt i en riksomfattande kampanj, vilket stöder föreningarnas egen försäljning.

Försäljningsprovisionen höjs också, så att försäljningen blir ännu mer lönsam för föreningarna. Närmare information ges i början av hösten.

EVENEMANG

Invalidförbundet med på SuomiAreena

INVALIDFÖRBUNDET, Hörselförbundet och Synskadades förbund ordnar en paneldiskussion på SuomiAreena i Björneborg med rubriken "Tillit på prov – är beredskapen jämlik?"

Även en representant från inrikesministeriet deltar i diskussionen.

Beredskap och säkerhet ur olika funktionshindergruppers perspektiv behandlas tisdagen den 23 juni kl. 10–10.45 i köpcentret Puuvilla – kom och lyssna!

FORSKNING

Journalanteckningar kan upplevas som kränkande

ANTECKNINGAR som journalförs i elektroniska patientuppgifter kan upplevas som kränkande av vissa patienter, även om de är nödvändiga med tanke på vården.

I en enkätstudie ledd av Aalto-universitetet uppgav 13 procent av nästan 4 700 respondenter att de hade blivit sårade av anteckningar i tjänsten OmaKanta. Majoriteten, 87 procent, upplevde dem inte som problematiska. Bland dem som fått psykiatrisk vård hade fler, cirka en fjärdedel, upplevt anteckningarna som kränkande.

Enligt **Saija Simola**, som ansvarade för studien, finns det en särskild känslighet i ämnet:

– Psykisk ohälsa är fortfarande starkt stigmatiserad, och många upplevde att en gammal psykiatrisk diagnos lyftes fram i journalanteckningarna, även när de hade sökt vård för ett fysiskt besvär.

Studien publicerades i tidskriften Journal of Medical Internet Research.

Hur får man assistenten med på resan?

Om du vill ha en personlig assistent med på semesterresan är det värt att grundligt motivera ansökan, råder Elisa Weckman, jurist på Heta-liitto ry.

Det krävs inte en skriftlig reseplan till ansökan om en assistent för semesterresan. Men **Elisa Weckman** säger att om man bifogar en reseplan främjar den behandlingen av ansökan och att den går igenom.

Weckman är jurist på Heta-liitto, Hetaförbundet. Det är ett förbund för arbetsgivare till personliga assistenter.

– Det är värt att uppge detaljerade uppgifter om resan i ansökan om assistenten: resans längd, resmålet och en uppskattning av antalet assistenttimmar samt varför assistenten behövs.

Weckman ger också rådet att observera huruvida det behövs mer och annorlunda hjälp på resan än hemma.

– Till exempel närståendevården är ofta inte med på resan och även många andra tjänster följer inte heller med till resmålet. Frågor av denna art påverkar alltid antalet assistenttimmar som välfärdsområdets tjänster för funktionsnedsatta beviljar, råder Weckman.

Kriterierna har blivit striktare

En omsorgsfullt framställd muntlig plan duger också om personen i behov av en assistent på resan inte kan ge en skriftlig plan.

– Även socialarbetaren kan anteckna de nödvändiga sakerna på personens vägnar och behandla ärendet som en ansökan. Tjänsten för funktionsnedsatta kan sedan ställa fler frågor om resan, säger Weckman.

Weckman berättar att ansökan om en personlig assistent för semesterresan i regel blir godkänd.

– Semesterresan i sig behöver inte motiveras, till exempel i fråga om huruvida den är nödvändig. Det är dock värt att till exempel framföra att det är redan länge sedan den förra resan. I stället för totalt avslag på ansökningar är det vanligare att assistenttimmar som ansöks inte beviljas som sådana, säger Weckman.

Weckman säger att besparingstrycket inom välfärdsområdena också syns i att det blivit striktare att bevilja assistenttimmar för resor.

– Vi har fått respons från medlemmarna om att det varit svårare än förr att få timmar. Att begränsa assistenttimmar till exempelvis 14 dagar om året utgår inte från lagen, säger Weckman.

Beakta även jourtid

I sällsynta fall har ansökan förkastats emedan välfärdsområdet bedömt att personens livssituation inte längre innefattar resor.

– Detta hänger samman med den nya modellen av livsskeden i lagen om funktionshindersservice. Ansökan har även avslagits därför att perso-

nen snart efter en tidigare fjärran resa ansöker om en assistent för en ny semesterresa, säger Weckman.

Man kan få en personlig assistent även för långa semesterresor.

– En ansökan om en assistent för en två månader lång resa till Spanien kunde till exempel inte avslås med motiveringen att resan tog för lång tid. Vi rör oss dock på områden med rum för tolkningar om man ansöker om en assistent för en resa på flera månader, säger Weckman.

Weckman säger att man vid bedömning av antalet assistenttimmar även ska beakta jour utanför arbetstiden, när assistenten ska stå i beredskap.

– Man kan inte tänka sig för en semesterresa att assistentens arbetstid med lön endast skulle vara tiden när hen utför arbetet inom dagsprogrammet. Redan av säkerhetsskäl under semesterresan ska assistenten många gånger vara tillgänglig även när hen egentligen inte utför de arbeten som tillfaller hen. Detta är ett evighets-tema som vi varit tvungna att vända och vrida på i det oändliga. ●

Det krävs inte en skriftlig reseplan till ansökan om en assistent för semesterresan.





Maailma on rakennettu ihmisille, jotka toimivat tietyn mallin mukaisesti.



Vapautta ei saa vaihtaa huoleen

Kuvittele seuraava tilanne: on keväinen perjantai-ilta. Aurinko on jo hieman laskenut, mutta on yhä valoisaa. Lämmin, mutta raikas tuuli puhalttaa vasten kasvojasi. Ehkä päätät lähteä koirasi kanssa iltalenkille tai spontaanisti kavereiden kanssa avaamaan tämän vuoden terassikauden. Tai ehkä päätät vain lähteä läheiseen puistoon nauttimaan hyvästä kirjasta, säästä ja luonnosta. Kunhan vain pääset lataamaan akkuja.

Oli suunnitelmasi mitkä tahansa, vain mielikuvitus on rajana, sillä tämä on aikaa, jolloin voit todella jättää stressin taakse ja vaihtaa vapaalle. Voit keskittyä nauttimaan ja elämään ilman huolia ympäröivistä ongelmista. Voit tuntea olevasi vapaa.

Tämä on monelle ihanteellinen mielikuva, eikä oikeissa olosuhteissa edes vaikea kuvitella. Kun maailma on rakennettu itseä varten, rajoitteet ovat vain omassa päässä.

Silloin voi vain kuvitella mielessään sen yhden unohtumattoman keväisen perjantai-illan, jolloin lähti kavereiden kanssa ulos juhlimaan ja tapasi ihmisen, jonka toivoo pysyvän elämässä ikuisesti. Tai ehkä sai elämänsä työtarjoituksen. Tai tajusi itsestään tai elämästä jotain todella pysäyttävää ja tärkeää.

Nämä ovat usein hetkiä, jotka kuljettavat meitä elämässä eteenpäin ja jotka määrittävät suuntaamme. Ne muokkaavat meitä ihmisiksi, joita meidän on tarkoitus olla.

Todellisuus muuttuu kuitenkin toiseksi, kun pyörätuolin käyttäjä kohtaa ympäristön esteellisyyden: rappuset kahviloissa, joissa haluaisi käydä rentoutumassa. Hissittömät ravintolat, joissa muuten voisi nauttia olostaan. Kynnykset poluilla, joilla voisi lenkkeillä koiran, lapsen tai naapurin kanssa. Moni tavalliselta tuntuva asia muuttuu kuin näyttelyksi siitä, mitä ei voikaan tehdä yhteiskunnan silmissä.

Silloin vapaa-aika vaihtuu nopeasti ylisuunniteltuun esteettömistä reiteistä, epävarmuuteen paikan esteellisyydestä sekä pelkoon siitä, että esteetön wc on muutettu siivouskomeroksi.

Silloin elää elämää suoriutumalla hetkestä toiseen.

Maailma on rakennettu ihmisille, jotka toimivat tietyn mallin mukaisesti. Kun ihminen liikkuu, näkee, kuulee, aistii ja vielä suoriutuu yhteiskunnan normien mukaisesti, viesti on, ettei mikään voi pysäyttää häntä. Mikään ei ole sellaisen ihmisen tiellä.

Ennen kun vastaan tulevat hänen ensimmäiset esteensä, joita jokainen ihminen kohtaa jossain vaiheessa elämäänsä.

Elämme yhteiskunnassamme paradoksin aikaa. Kun mielenterveyden haasteet lisääntyvät, puhumme jatkuvasti siitä, miten voisimme helpottaa omaa elämäämme pienilläkin muutoksilla arjessa. Samaan aikaan oletus kuitenkin on, että ihmisen kuuluu olla kaikkeen pystyvä, kaiken jaksava ja kaikkea kokeva. Kaiken aikaa. Se lähes väistämättömästi johtaa stressiin, väsymykseen ja jatkuvaan uupumukseen, joita emme pääse pakoon.

Kun tämän lisäksi yhteiskunnan asettamien fyysisten esteiden jatkeeksi, ei ihminen tunne olevansa vapaa.

Siksi mielestäni onkin aiheellista kysyä: voiko ihminen olla oikeasti vapaa, jos aika, joka kuuluisi käyttää elämästä nauttimiseen, kuluu huoleen omasta ympäristöstä? Siihen, pääseekö ovesta sisään.

Lopulta kyse on siitä, minkälaista yhteiskuntaa rakennamme. Minkälaisia arvoja haluamme kantaa hetkiin, joissa ihminen joutuu kohtaamaan omat esteensä?

Haluammeko rakentaa yhteiskunnan, jossa joutuu valitsemaan esteiden ja unelmien välillä? Vai sellaisen, jossa vapautta ei tarvitse vaihtaa huoleen?

Koska on jo vapaa. ●

IT 4/2026 numeron ratkaistujen ristikoiden palautus 26.6.2026 mennessä osoitteeseen IT-lehti / Ristikko 4/2026, Kamua Helsinki Oy, Sörnäistenkatu 1, 00580 Helsinki. Oikein vastanneiden kesken arvotaan pieniä palkintoja.

IT 3/2026 ristikkoon saatiin yli 70 ratkaisua. Niiden joukosta arvottiin seuraavat kolme voittajaa: **Hannu Ahlstedt** Jämsänkoskelta, **Päivi Manninen** Kiimingistä ja **Riitta Mäkäräinen** Runnista. Onnea voittajille!

Ratkaisijan nimi _____

Lähiosoite _____

Postinumero ja -toimipaikka _____

Puhelin _____

Ratkaisu edellisen numeron ristikkoon:



Kolme katseluvinkkiä kesään

Kesällä on mukavaa välillä laittaa televisio päälle ja uppoutua ohjelmaan. Tässä on kesän katseluhetkiin kolme vinkkiä vammaisuutta käsittelevistä sarjoista tai elokuvista, jotka löytyvät suoratoistopalveluista.

1

Special (Netflix)

Special-komediasarja on kevyt, mutta terävä. Se kertoo nuoresta miehestä, joka rakentaa itsenäistä elämää cp-vamman kanssa ja etsii paikkaansa niin ihmissuhteissa kuin työelämässään. Sarjan on luonut cp-vammainen **Ryan O'Connell**, joka myös näyttelee pääosaa, ja hänen omat kokemuksensa kuuluvat juonessa. Sarjasta on kaksi kautta.

2

Crip Camp: A Disability Revolution (Netflix)

1970-luvun kesäleirille kokoontuu joukko vammaisia nuoria, jotka saavat ensimmäistä kertaa olla täysin omia itsejään. Leirin yhteishengestä kasvaa liike, joka muuttaa vammaisten oikeuksia Yhdysvalloissa. Leiriä kuvaava dokumentti muistuttaa, että monet arjen itsestäänselvytykset ovat aktivismin tulosta.

3

Kovasikajuttu ja Tokasikajuttu (Yle Areena)

Kovasikajuttu-dokumentti seuraa Pertti Kurikan Nimipäivät -punkbändin matkaa harjoituskämpiltä keikoille ja kulttisuosioon. Bändin jäsenet ovat kehitysvammaisia. Jatko-osa Tokasikajuttu palaa bändin tarinaan, kun he ovat saaneet suosiota ja päässeet Euroviisuihin. Dokumentin tekijät seurasivat bändiä pitkään ja katsojat saavat nähdä, mitä tapahtuu, kun unelma menestyksestä toteutuu.

Parempi lehti?

Hyvä lukija, auta meitä kehittämään IT-lehteä entistäkin paremmaksi vastaamalla kysymyksiin. Vastanneiden kesken arvotaan pieniä palkintoja.

Tämän lehden kiinnostavin juttu oli

Kenestä haluaisin lukea jutun lehdessä? Miksi?

Vastaaajan nimi

Osoite

Puhelinnumero

Sähköpostiosoite

Viime numeron vastaajista Onnettaren suosiossa olivat **Jukka Hokanen** Kontiolahdelta ja **Sami Meriruoho** Vaasasta. Onnea voittajille!

Palauta täytetty kuponki 26.6.2026 mennessä osoitteella IT-lehti, Parempi IT, Kamua Helsinki Oy, Sörnäistenkatu 1, 00580 Helsinki

Ratkaisu sivun 5 sudokuun

3	8	7	6	2	1	5	4	9
4	2	5	3	7	9	1	8	6
6	9	1	8	4	5	2	7	3
7	3	8	9	1	6	4	2	5
9	5	2	4	8	7	6	3	1
1	6	4	5	3	2	7	9	8
8	4	6	2	5	3	9	1	7
5	1	3	7	9	4	8	6	2
2	7	9	1	6	8	3	5	4

Tilaa Viiman ja Vipusen puuhakirja lapselle!

Viima & Vipunen on puuhakirja esikoulu- ja ala-asteikäisille lapsille. Kirjan tehtävät ovat kasvatuksellisia ja hauskoja tehtäviä, joiden avulla lapsi oppii ymmärtämään ja suvaitsemaan erilaisuutta, välttämään ennakkoluuloja sekä näkemään toinen ihminen vammaan takaa. Tehtävien avulla pyrimme vähentämään myös lasten ja nuorten kohtaamaa kiusaamista ja syrjintää.

Hanki puuhakirja lapselle. Kirja antaa paitsi kivaa tekemistä ja iloa, myös viestii tärkeistä teemoistamme tekemisen kautta. Lapset oppivat uusia ja vaihtoehtoisia käytösmalleja hauskoja tehtäviä tekemällä. – Ketään ei kiusata!



”Puuhakirjan tehtävät oli hieno tapa avata monimuotoisessa ryhmässä keskustelua erilaisuuden ymmärtämisestä ja ennakkoluulojen torjumisesta.”

Mona Kivimäki, Huhkolan päiväkotä, Huittinen

”Invalidiliiton puuhakirjaa on meillä luettu monenlaisissa lapsiryhmissä, eniten keskustelupiirissä. Se tukee loistavasti erilaisuuden ymmärtämistä ehkäisten siten kiusaamista.”

Andréa Sjöström, Stiftelsen Bensow, Kauniainen



Puuhakirjan tuotto käytetään Invalidiliiton toimintaan, esimerkiksi harvinaisen vamman tai sairauden kanssa elävien lasten ja lapsiperheitten vertaistukeen. Lue lisää: www.invalidiliitto.fi/puuhakirja

Hinta: 1 puuhakirja 57 €, 10 puuhakirjaa 206,91 €, Invalidiliiton jäsenhinta 35 €/kpl. (hinnat sisältävät 13,5% alv:n ja toimituskulut kotimaassa.)

Lisätiedustelut ja tilaukset: varainhankinta@invalidiliitto.fi
p. 044 765 0510 (ark. klo 8–16)