

it

Invalidiliitto
7/2025

Palo päästä lavalle

**Näyttelijä Pekka
Heikkisen arjessa
kulkee mukana
avustajakoira Hali**

Sivut 8–13

**Pyörätuoleissa on
yhä monipuolisempia
ominaisuuksia**

Sivut 14–19

**Kilpailutus voi katkaista
suhteen tuttuun proteesin
valmistajaan**

Sivut 24–27

**ME/CFS-potilaille
halutaan yhtäläinen
oikeus sosiaaliturvaan**

Sivut 36–39



ISSN 0356-7249

JULKAISIJA
Invalidiliitto ry
Mannerheimintie 107
00280 Helsinki
Puh. 09 61 31 91

PÄÄTOIMITTAJA
Sinikka Rantala
Puh. 09 61 31 91
sinikka.rantala@invalidiliitto.fi

**JÄSENTEN
OSOITTEENMUUTOKSET**
jasenasiat@invalidiliitto.fi
Puh. 044 465 6054

JÄSENPALVELU
asiointi.invalidiliitto.fi

**MAKSULLISET
TILAUKSET JA
OSOITTEENMUUTOKSET**
varainhankinta@invalidiliitto.fi
Puh. 044 765 0510

ILMOITUSMARKKINOINTI
Paula Kaijanto
Puh. 040 707 1966
kaijantopaula@gmail.com

**HENKILÖUUTISET JA
TOIMINTAKALENTERI**
Riitta Lehti
Puh. 044 7650 659
(ma klo 13–15)
it-lehti@invalidiliitto.fi

TILAUSHINNAT
Kestotilaus 56 e
Vuoden tilaus 63 e
½ vuoden tilaus 39 e

KUSTANNUS JA TOIMITUS
Kamua Helsinki Oy
PL 159
40101 Jyväskylä

TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ
toimituspäällikkö
Milja Keinänen
puh. 040 635 0388
milja.keinanen@kamuahelsinki.fi

ULKOASU
Kamua Helsinki
www.kamuahelsinki.fi

LEVIKKI
21 415 (tarkastettu 2025)

PAINO
PunaMusta Oy, Joensuu

Lehti ei vastaa tilaamatta
lähetettyjen kirjoitusten ja
kuvien julkaisemisesta,
säilyttämisestä eikä
palauttamisesta.

Kannen kuva
Usva Torkki

IT on Aikakausmedia ry:n jäsen.
www.it-lehti.fi

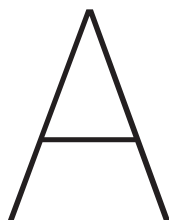


pääkirjoitus //

Janne Juvakka
Toimitusjohtaja



Apuvälineet – välineitä arjen sujuvuuteen



Apuvälineet helpottavat arkea ja tukevat itsenäisyyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Ne mahdollistavat toimintakyvyn ylläpitämisen, osallistumisen eri elämän osa-alueisiin ja omannäköisen elämän. Oikein valittu ja yksilöllisesti sovitettu väline voi merkittävästi parantaa elämänlaatua, kun taas käyttämättä jäänyt kaventaa mahdollisuuksia.

Apuvälineet ja esteettömyys kulkevat käsi kädessä. Apuvälineet poistavat ihmisen toiminnallisia esteitä, ja esteettömyys varmistaa, että ympäristö, palvelut ja tilat ovat saavutettavia. Yhdessä ne lisäävät osallistumismahdollisuuksia ja yhdenvertaisuutta, jotta jokainen voi toimia omien kykyjensä mukaan.

Monelle apuvälineen käyttö ei ole kuitenkaan itsestään selvyyttä. Toisinaan se otetaan käyttöön vasta tarpeen pakottamana. Joillekin se voi tuntua luovuttamiselta, vaikka todellisuudessa se lisää mahdollisuuksia. Käyttöänoton kynnyksen madaltaminen on tärkeää.

Leimaavuuden pelko voi arveluttaa, erityisesti nuorilla. On tärkeää muistaa, että väline ei määritä ihmistä, vaan mahdollistaa toimimisen omien kykyjen mukaan. Meidän kaikkien tehtävä on nähdä ihmiset välineiden takana – yksilöinä.

Nykyään yhä useampi haluaa personoida käyttämiään tuotteita. Väri, muotoilu tai ulkonäkö voi lisätä käyttömukavuutta ja kuvastaa käyttäjän identiteettiä. Pinkki rollaattori, kirkkaanvärinen pyörätuoli tai yksilöllisesti tuunattu väline voisivat tehdä käyttöänotosta houkuttelevampaa ja lisätä arjen hallinnan tunnetta.

Apuvälineen hankinta- ja myöntöprosessin tulee olla selkeä, joustava ja käytäjäystävällinen. Prosessi alkaa tarpeen tunnistamisesta, jatkuu testaukseen ja sovitukseen, ja mahdollistaa tarvittaessa päivitykset. Ergonominen ja tarkoituksenmukainen väline tukee hyvinvointia, lisää itsenäisyyttä ja voi vähentää muiden palvelujen tarvetta – hyödyttäen sekä käyttäjää että yhteiskuntaa. Oikein valittu ja yksilöllisesti sovitettu apuväline ei estä muiden palveluiden käyttöä kokonaan, mutta se voi vähentää niiden tarvetta merkittävästi, kun ihmiset pystyvät toimimaan itsenäisesti. Käyttäjä saa enemmän autonomiaa ja hyvinvointia. Hyvinvointialue säästää resursseja, joita voidaan kohdentaa sinne, missä toisenlaista apua tarvitaan.

Kun apuvälineet toimivat, ihminen voi toimia ja elämä sujuu paremmin. Yksilöllisen tarpeen mukainen apuväline on itsensä takaisin maksava investointi monella tapaa.

PS. Tässä lehdessä on Invalidiliiton liittoäänestysohjeet. Ehdokkaat edustavat monenlaisia taustoja, mutta heitä yhdistää halu tehdä työtä yhdenvertaisen ja esteettömän Suomen hyväksi. Sinulla, hyvä jäsen, on mahdollisuus vaikuttaa siihen, ketkä käyttävät ylintä päätösvaltaa valtuustossamme. Käytä siis äänioikeuttasi.

AJASSA LIIKKUU

- 4** Vammaiset tytöt -yhteisölle palkinto / Vastaa osallisuusbarometriin

KANSI

- 8 Pekka Heikkisen** näyttelijän ura ei katkennut onnettomuuteen

TEEMA

- 14** Pyörätuolien erikoisuudet täytyy usein maksaa itse
- 20 Niina Jäntin** koira-koulussa on avustaja-koiria valmiina töihin
- 24** Kilpailutuksista harmia proteesien käyttäjille
- 28** Mitä vastaat? Mitä jos taloyhtiö haluaa kieltää sähkömopon lataamisen?
- 30** Apuvälinetapahtuman kiinnostavat uutuudet
- 32** Apuvälinetapahtuma 6. – 8.11.
- 34** Invalidiliitto vaikuttaa

VAMMAISET JA YHTEISKUNTA

- 36** ME/CFS-potilaat jäävät usein ilman tukia
- 40 Nina Heräjärvi** tutkii vammaisten nuorten elämänlaatua
- 42** Liittoäänestyksen ehdokasilmoituksia
- 44 Mert Otsamolta** uusi heijastin Invalidiliitolle

Pirkanmaalla moni proteesin käyttäjä on joutunut tottumaan siihen, että proteesien valmistajat vaihtuvat kilpailutuksien jälkeen. Se tekee prosessista raskaan.

MIKKO KÄÄRIÄINEN

VAKIOT

- 45** Liittouutiset: Näin liittoäänestyksessä äänestetään
- 46** Liittoäänestyksen kaikki ehdokkaat
- 51** Lakia ja oikeutta
- 52** Järjestöuutiset
- 54** Koulutukset
- 55** Henkilöuutiset
- 56** Toimintaa
- 62** Ledare
- 63** På Svenska
- 65** Kolumni
lina Pykäläinen
- 66** Ristikko
- 67** Makasiini

”

Ei voi olla niin, että joka vuosi odotellaan, kuka ensi vuonna vastaa minun proteesistani.

Vammaiset tytöt voitti Planin tyttöpalkinnon

KANSALAIJÄRJESTÖ Plan myönsi tyttöpalkinnon Vammaiset tytöt -medialle ja yhteisölle. Tyttöpalkinto jaettiin nyt toista kertaa. Tarkoitus on nostaa esiin toimijoita, jotka edistävät sukupuolten tasa-arvoa.

Tuomaristo perusteli Vammaiset tytöt -median voittoa sillä, että se on rakentanut kipeästi kaivatun "meiltä meille" -yhteisön tytöille, jotka kokevat moniperusteista syrjintää.

–Esteettömyys on toistuva teema yhteisömme keskusteluissa. Tytöt puhuvat usein siitä, miten haluaisivat mennä johonkin paikkaan, mutta paikka on esteellinen. Silloin tulee tunne, että on ulkopuolinen, Vammaisten tyttöjen tuottaja **Anniina Lehtinen** sanoo.

–Toimintamme perustuu itsemäärittelyyn. Kaikki, jotka kokevat olevansa vammaisia tyttöjä tai nuoria naisia, ovat tervetulleita. Kaikki tietävät, että jokaisella yhteisömme jäsenellä on jokin vamma tai pitkäaikaissairaus, eikä kukaan kyseenalaista toisen tapaa toimia, Rusetti ry:n järjestöpäällikkö **Anni Täckman** sanoo.

Vammaisten tyttöjen toiminta on suunnattu pääasiassa 13–29-vuotiaille. Koska jäsenet asuvat eri puolilla Suomea, ryhmä toimii enimmäkseen etätapaamisissa ja WhatsApp-ryhmässä.



Vammaisten tyttöjen tuottaja Anniina Lehtinen ja Rusetti ry:n järjestöpäällikkö Anni Täckman iloitsevat palkinnosta.



Validia tuottaa henkilökohtaisen avun palveluita vammaisille ja vammautuneille henkilöille. Toimimme palvelusetelitoimittajana kaikkialla Suomessa.

Avustajamme kulkevat asiakkaan rinnalla suurella sydämellä, asiakkaan toiveita kuunnellen. Työtehtävät sovitaan asiakkaan tarpeiden ja aikataulujen mukaan.

Henkilökohtainen avustajamme auttaa myönnetyn avun mukaisesti päivittäisissä toimissa, kuten töissä, opiskelussa, harrastuksissa ja vapaa-ajan aktiviteeteissa.

Tutustu lisää henkilökohtaiseen apuumme: validia.fi/henkilokohtainen-apu



Apuvälineet

CE-hyväksytty Pito-tuki-kahvat ja -kaiteet tuovat lisäturvaa WC-tilaan. Classic- ja Deluxe-mallistot kaikissa RAL-väreissä.



Lastenhoitopöydät hissinostimella

Timkid-lastenhoitopöydissä on 20 cm korkeat turvalaidat ja EU-turvallisuussertifikaatti. Hiiwi-hissinostin takaa hoitopöydön ergonomisen korkeudensäädön.



Korkeussäädettävät ratkaisut

Sähkötoiminen elementti säätää WC-istuimen tai altaan korkeuden nappia painamalla - juuri käyttäjän tarpeiden mukaan.

Esteettömät WC-istuimet ja altaat

Tuotteiden muotoilu mahdollistaa turvallisen vessakäynnin. Suunniteltu erityisesti liikunta- rajoitteisille.

Yhdenvertaisuus ei ole luksusta, se on jokaisen oikeus.

Pesevä äly-WC-istuin

Hygea pesee ja kuivaa nappia painamalla - WC-käynnit muuttuvat hygieenisemmiksi, turvallisemmiksi ja ennen kaikkea itsenäisemmiksi.



Apuvälineet-

mallistostamme löytyy myös turvapeilejä, suihku-tuoleja ja -tukitankoja.



Kosketusvapaat hanat

Conti+ ultra -automaattihana on hygieeninen ja helppo kaikille käyttäjille sekä erityisen helppo huoltaa. Tekniikka löytyy hanan päältä auki liukuvan kannen alta.



Yhdenvertaisuus syntyy hyvästä suunnittelusta ja toimivista tuotteista

Miten paljon yksi WC-tila voi vaikuttaa arkeen? Paljon enemmän kuin moni arvaa. Kun tila on suunniteltu käyttäjälähtöisesti ja esteettömästi, se tuo turvaa, vapautta ja arvokkuutta jokaiselle. Jokainen harkittu yksityiskohta voi avata oven yhdenvertaisempaan elämään.

Ota yhteyttä:

novosan

**Apu-
väline-
tapahtuma**

6.-8.11.2025 TAMPERE

Tavataan osastolla A1, 117



PUHETTA PERHEESEEN

– aikaa keskustelulle ja yhdessäololle

Onko vanhemman vamma tai pitkäaikaissairaus herättänyt lapsessasi huolta tai kysymyksiä? Oletko pohtinut, mitä lapsesi ajattelee tilanteestasi – mutta sopivaa hetkeä keskusteluun ei ole löytynyt?

Puhetta perheeseen -kurssi, Kylpylähotelli Peurungassa 11.–14.12.2025, tarjoaa perheille turvallisen ja lämmihenkeä paikan pysähtyä näiden asioiden äärelle. Kurssilla vanhemmat ja lapset saavat tukea omissa ryhmissään, ja jokaisella on mahdollisuus jakaa kokemuksia, saada tietoa ja vahvistaa ymmärrystä toisistaan.

Lapsille ja nuorille on omat ryhmänsä, joissa on mukavaa yhdessä tekemistä sekä keskustelua asioista ikätasolla sopivalla tavalla. **Vanhemmat voivat rauhassa keskittyä** omaan ohjelmaansa ja perheen pienimmistä huolehtivat osaavat lastenhoitajamme.

Perheen yhteinen aika, mukavat aktiviteetit ja kylpylän rentouttavat palvelut tuovat iloa ja energiaa koko perheelle.

Majoitus viihtyisissä perhehuoneissa.

Haku kurssille 12.11.2025 mennessä.

Linkki hakulomakkeeseen:

<https://bit.ly/puhettaperheeseen>

Kurssi on osallistujille maksuton!

Tule vahvistamaan perheesi yhteistä puhetta ja yhdessäoloa sekä kokemaan oivalluksia lämpimässä ilmapiiressä!

Hae Invalidiliiton ruokalahjakorttia jouluksi!

Joulun 2025 ruokalahjakortit ovat nyt haettavissa. Lahjakortti on tarkoitettu **vähävaraisille** vammaisille jäsenille (1 kortti/talous). Hakemisen edellytyksenä on voimassa oleva Invalidiliiton jäsenyhdistyksen jäsenyys, ei kuitenkaan kannattajajäsenyys.

Hae 60 €:n arvoista korttia suoraan Invalidiliitolta. Hakemus on jätettävä henkilökohtaisesti.

Hae lahjakorttia viimeistään **pe 14.11.2025** joko sähköpostitse varainhankinta@invalidiliitto.fi tai soittamalla 044 765 0510 (arkisin klo 8–16).

Lahjakortti toimitetaan antamaasi postiosoitteeseen ennen joulua, varmista osoitteesi oikeellisuus. Käsittelemme tietojasi aina henkilötietosuojalain edellyttämällä tavalla.

Voit halutessasi kertoa myös, mitä jouluavustuksen saaminen sinulle merkitsee. Vapaaehtoista kuvaustasi voidaan hyödyntää varainhankinnan sisällöissä anonymisti. Palautteen saaminen on tukijoillemme ensiarvoisen tärkeää. Palaute tuo hyvää mieltä ja sitouttaa tukemaan järjestöämme jatkossakin.

Lahjakortin viimeinen hakupäivä on perjantai 14.11.





Influenssarokotteita saa taas

HYVINVOINTIALUEET alkavat jakaa influenssarokotteita yleensä syys-lokakuussa. Tarkka aika vaihtelee hyvinvointialueittain. Löydät tarkempia ohjeita esimerkiksi oman hyvinvointialueesi verkkosivuilta.

Influenssarokotteen saavat hyvinvointialueelta esimerkiksi sairauden takia riskiryhmiin kuuluvat, erilaisissa laitoksissa asuvat sekä yli 65-vuotiaat.

Samalla voidaan antaa myös koronaviruksen tehosterokote. Sen ikään liittyvä kriteeri on muuttunut tänä vuonna. Aiemmin sen saivat omalta terveysasemaltaan yli 65-vuotiaat, mutta tänä vuonna sen saavat vain yli 75-vuotiaat.

Vammaisfoorumi kysyi kokemuksia vammaispalvelulaista

VAMMAISFOORUMI selvitti vammaispalveluiden ammatteisilta kokemuksia uuden vammaispalvelulain soveltamisesta.

Tulokset tukevat Invalidiliiton kentältä kuulemaa viestiä: fyysisesti vammaisia ja toimintaesteisiä siirretään aiempaa useammin sosiaalihuoltolain palvelujen piiriin.

Samalla ammattilaiset kokevat, ettei palvelujen toteuttamiseen ole riittäviä resursseja kummankaan lain mukaisesti. Invalidiliitto on saanut useita yhteydenottoja tilanteista, joissa subjektiivisia oikeuksia on heikennetty tai muutettu ilman asiakkaan kanssa käytyä vuoropuhelua.

Vastaa osallisuusbarometriin!

TOISTA kertaa toteutettavan Invalidiliiton osallisuusbarometrin tavoitteena on saada tietoa vammaisten henkilöiden osallisuudesta. Osallisuusbarometriin voit nyt vastata ja vastausaika loppuu 19.11. Voit skannata puhelimesi kameralla oheisen qr-koodin ja pääset vastauslomakkeeseen. Löydät vastauslomakkeen myös Invalidiliiton verkkosivuilta. Voit vastata myös ruotsiksi ja englanniksi.

Osallisuusbarometrin tavoitteena on saada lisää tietoa vammaisten henkilöiden osallisuudesta ja hyödyntää saatua tietoa Invalidiliiton vaikuttamistyössä. Osallinen ihminen kokee olevansa merkityksellinen osa kokonaisuutta ja hän tulee kuulluksi.

Kysely on tarkoitettu vähintään 15 vuotta täyttäneille henkilöille, joilla on liikkumisen esteitä tai toimintarajoitteita.



Sudoku

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

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.

Kun on niin kovin hankala pysyä paikoillaan...

Careva -vyöjärjestelmät, yksilölliset asennonkorjausvyöt ja lukkosuojat takaavat turvallisen matkanteon.



HandiPlan
Pub. 0400 764 865
www.handiplan.fi

Kaikki Autoilun Apuvälineet

Parrasvaloihin esteistä huolimatta

Näyttelijä Pekka Heikkisellä on kädet täynnä töitä. Viimeisimpänä hän on esittänyt toista pääroolia Samuel Beckettin näytelmässä Leikin loppu. Heikkisen arkea helpottaa nyt myös nelijalkainen apuväline, avustajakoira Hali.





— O li minulla ker-
ran sellainen-
kin vaihe, että
pohdin tämän
ammatin jät-
tämistä. Palo
teatterin lavalle ja kameran eteen
oli kuitenkin niin vahva, että ne aja-
tukset lähtivät päästä yhtä nopeasti
kuin sinne tulivatkin.

– Kun onnettomuus vei minut
pyörätuoliin, olin vasta 28-vuotias.
Olisin ehtinyt vielä kouluttautua
vaikka lääkäriksi tai insinööriksi.
Mutta minulle oli itsestään selvää,
että näitä hommia jatkan.

Näin kertoo näyttelijä **Pekka Heikkinen**, 55, ammatinvalinnas-
taan kohtalokkaan moottoripyö-
räonnettomuuden jälkeen. Kolarin
jälkeen kului vain neljä kuukautta
siihen, että Heikkinen näytteli taas.
Hän jatkoi silloin Hovimäki-sarjan
kuvauksia.

– Käsikirjoitusta muutettiin sen
verran, että puu kaatui päälleni. Eri-
laisin tempuin, muun muassa paljon
lähikuvia käyttämällä, vammautu-
miseni häivyttiin katsojilta.

Vammautumisesta on nyt 27 vuot-
ta. Sinä aikana Heikkiselle on kerty-
nyt rooleja niin teatterissa, televisios-
sa kuin elokuvissa. Jos joskus on ollut
töiden kanssa hiljaisempaa, hän on

valmistanut oman esityksensä.

Utajärven poika

Pekka Heikkisen juuret ovat Ou-
lujoenlaaksossa, Utajärvellä. Ka-
verinsa innostamana hän päätyi
ensin Oulun ylioppilasteatteriin ja
sieltä Helsingin ylioppilasteatteriin.
Polte päästä näyttämölle oli kova ja
johtopäätös oli selvä: alan koulutus-
ta pitää saada.

– Teatterikorkeakoulun pääsyko-
keissa nuoren miehen itsetunto pa-
rin ylioppilasteattereissa vietetyn
vuoden jälkeen oli korkealla. Omas-
ta mielestäni osasin mitä vaan.

Ensi yrittämällä koulun ovet ei-
vät avautuneet, mutta toisella kyllä.
Kurssikavereita olivat mm. **Elina
Knihtilä, Veera Kiiskinen, Tom-
mi Raitolehto, Miia Nuutila ja
Jerry Mikkelinen.**

Legendaarinen **Jouko Turkka** ei
enää tuolloin ollut koulun johdossa,
mutta hänen oppinsa elivät: monet
opiskelijat halusivat näytellä ”hien
ja fyysisyyden kautta”.

Heikkinen oli 26-vuotias, kun
hän jätti teatterikorkeakoulun
taakseen. Töitä löytyi heti Tampe-
reen Työväenteatterista, jossa hän
ehti näytellä kaksi vuotta ennen
kaupungin keskustassa sattunutta
moottoripyöräonnettomuutta.

Vammautuminen ei ole estänyt
Heikkisen työtä näyttelijänä, vaika-
ka se on tuonut mukanaan omat si-
vumausteensa. Työtä löytyi tv-sar-
joista, kuten Seitsemän, Harvoin
tarjolla, Sata lasissa, Taivaan tulet.
Heikkinen esiintyi myös teatterin
lavalla esimerkiksi Espoon kau-
punginteatterissa ja Kiasma-teat-
terissa.

Eikä Heikkinen tyytynyt pelk-
kään näyttelemiseen vaan hän de-
bytoi myös ohjaajana. Ensimmäi-
sen ohjaustyönsä hän teki jo vuosi
kolarin jälkeen.

Poika syntyi ja tahti hiljeni

Vuonna 2006 Pekka Heikkisen elä-
mässä tapahtui suuri muutos, kun
hänelle ja hänen puolisolleen syntyi
poika.

– Silloin ajattelin, että menemis-
tä pitää rauhoittaa ainakin siihen
asti, kun poika menee kouluun.
Olin niin monelta kaverilta kuullut,
kuinka lapset olivat yhtäkkiä kas-
vaneet isoiksi ilman, että näyttelijä-
vanhemmat olisivat paljon ehtineet
heidän kanssaan viettää aikaa.

– Minusta oli kiva seurata pienen
miehen varttumista, ja pidin ihan
miehelläni taukoa työelämästä.

Nyt ”pieni mies” on jo kirjoitta-
nut ylioppilaaksi ja menossa armei-
jaan. Tuleeko hänestäkin näytte-
lijä, kuten niin monelle näyttelijän
lapselle käy?

– Eipä taida tulla. Hän on nähnyt,
kuinka vaatimattomasti tällä alal-
la yleisesti ottaen tullaan toimeen.
Siksi veri saattaa vetää enemmän
bisneksen puoleen.

Kun Heikkisen poika tuli koulu-
ikänsä, palasi isä suunnitelmiansa
mukaisesti näyttämötaiteen pariin.
Sen jälkeen produktioita on riittänyt.



*Teatterikoulun pääsykokeissa
nuoren miehen itsetunto
parin ylioppilasteattereissa
vietetyn vuoden jälkeen oli
korkealla. Omasta mielestäni
osasin mitä vaan.*

Pekka Heikkinen on saanut kolarin jälkeen monenlaisia rooleja. Hän on myös kirjoittanut monologeja itselleen.



PEKKA HEIKKINEN

- › Ikä: 55 vuotta.
- › Koulutus: Valmistui Teatterikorkeakoulusta vuonna 1996.
- › Työura: Kiinnitys Tampereen Työväenteatterissa vuosina 1996–1998. On ollut mukana useamman teatterin produktioissa, valmistanut monologeja, esiintynyt tv-sarjoissa ja elokuvissa sekä ohjannut näytelmiä.
- › Perhe: Parisuhteessa, 19-vuotias poika.
- › Lähes perheenjäsen: Labradorinnoutaja Hali.
- › Harrastukset: Vanhat talot, käden työt, koirat ja tietokirjallisuus.

Monologeja omaan tahtiin

Jos joskus on ollut työrintamalla hiljaisempaa, on Heikkinen valmistanut monologeja yhteistyössä kirjailija-ohjaaja **Heikki Huttu-Hiltusen** kanssa. Ensimmäinen koko illan monologi näki päivänvalon vuonna 2013. Esityksen nimi oli *Näillä mennään* ja sen pohjana Heikkinen käytti oman elämänsä tapahtumia.

– Monologit kirjoitan, ohjaan ja näyttelen itse. Lamput ja muut rekvisiitatkin on keikoilla usein hoidettava itse. Hyvällä tuurilla saan jonkun markkinoimaan esitystä ja ellen saa, markkinoin itse.

Monologeja rupesi syntymään parin vuoden välein ja välillä Heikkinen näytteli isommissakin produktioissa.

– Viimeiset neljä esitystä olen tehnyt tamperelaisen Teatteri Siperian kanssa. Se on siitä erikoinen teatteri, että sillä ei ole omia tiloja vaan esityksiä on milloin missäkin.

Siperian ja Kansallisteatterin yhteistyönä valmistui myös **Samuel Beckettin** *Leikin loppu*. Siinä Heikkinen näyttelee toista pääroolia, ja toista näyttelee irakilastaustainen **Bakr Hasan**. Esitys on saanut kiittäviä arvioita.

– Sitä on esitetty viime keväänä Kansallisteatterissa, jossa esitykset myös jatkuvat ensi keväänä. Tampereella Finlaysonin alueen vanhimmassa rakennuksessa, ”voonin-gissakin” näytelmää on esitetty.

Nyt Heikkinen ja Bakr Hasan valmistelevat yhdessä myös täysin uutta näytelmää.

Maaseutu kiehtoo

Vaikka Pekka Heikkinen on asunut ja työskennellyt Helsingissä ja muissakin kaupungeissa, on hän aina tuntenut vetoa maaseudun rauhaan. Hän hankki 25 vuotta sitten vanhan kansakoulun Tampereen Aitolahdelta ja ryhtyi remontoimaan sitä. Hän risti kohteensa Hurman kouluksi.

Eipä aikaakaan kun Hurmassa jo näyteltiin. Erityisesti Tampereen jokavuotisen Teatterikesä-tapahtuman aikana Hurma oli täynnä teatteria. Sinne tehtiin myös juhlatilat, joita vuokrattiin tapahtumien järjestäjille.

Jossain vaiheessa Hurman aika jäi taakse ja Heikkinen kokeili asumista Tampereen keskustassakin, mutta huomasi pian, että veri veti yhä maaseudulle.

– Laitoin harpin kärjen Tampereen keskustaan ja piirsin ympyrän noin tunnin automatkan päähän keskustasta. Siltä alueelta rupesin etsimään sopivaa ostokohdetta.

Heikkinen löysi lopulta Punkalaitumelta maaseutupaikan, jossa on pari 1800-luvun rakennusta sekä valtavan kokoinen kivinavetta.

Ja Heikkinen ei olisi Heikkinen, ellei Punkalaitumen tiluksilla jo näyteltäisi.

Kesäteatterin ohella siellä on järjestetty käsityöläismarkkinoita ja joulumarkkinoita.

– Jos vain onnistun saamaan maaseudun elävöittämiseen tarkoitettuja avustuksia, niin paikan kunnostaminen jatkuu. Olen pienestä asti pitänyt käsillä tekemisestä, vaikkapa hitsaamisesta. Maaseutupaikassa on aina jotain tekemistä, mikä sopii minulle.

Pekka Heikkinen mietti hetken ammatinvaihdosta, mutta palo näyttämölle oli niin kova, että sellaiset ajatukset jäivät. Heikkinen kuvattiin Tampereen Työväen Teatterin Kellariteatterissa.



Nelijalkainen "apuväline"

Pekka Heikkisellä on aina ollut koira. Mutta kun se ennen oli "vain" koira, niin nyt hänellä on oikea avustajakoira. Labradorinnoutajan nimi on Hali.

– Koirasta on apua kahdella tavalla. Ensinnäkin se on taitava auttamaan käytännön tilanteissa monella tapaa. Toiseksi se on oiva apu pitämään mielenterveyden kunnossa. Se on ympärivuorokautinen kaveri, oikeastaan jo osa identiteettiäni.

Hali tuo Heikkiselle pudonneet esineet suussa kädessä ulottuville. Ei tarvita kuin pyyntö, ja nelijalkainen avustaja hoitaa homman.

Hali ymmärtää myös rahan päälle:

– Käsittämättömyydenä on, että se osaa nostaa kolikonkin lattialta. Miten se sen tekee, noin teknisesti, on minulle täysi arvoitus.

Heikkinen turvautuu liikkessaan pyörätuolin eteen nostettavaan, sähkömoottorilla toimivaan ajolaitteeseen.

– Sillä pääsee ulkona aikamoista vauhtia ja ylämäkeenkin. Maalla se on aivan ykköslaitte.

Monet teatterit esittäytyvät nykyisin esteettöminä, mutta varsinkin vanhoissa rakennuksissa esteettömyys koskee ennen muuta katsojia. Pyörätuolilla liikkuvalla näyttämölle kapuaminen voi yhä olla vaikeaa.

– Luiskia on rakenneltu projekti-kohtaisesti tarpeen mukaan. Kerran pyörätuoliini hitsattiin kahva, jota vääntämällä se muuntui sängyksi.

– Kun tulen töihin teatteriin, jossa ennen en ole töitä tehnyt, katson yleensä ensimmäiseksi, mihin kuorma-autot purkavat tavarat. Yleensä sitä kautta pääsee pyörätuolillakin kulkemaan.

Vaikka Heikkinen esiintyy näyttämöllä useimmiten pyörätuolissa istuen, on hänellä yksi pyrkimys yli muiden:

– Pitää näytellä niin syvästi, että katsojan tietoisuudesta se pyörätuolikin häipyy niin haluttaessa olemattomiin. On vain näyttelijä, lava ja teksti. ●



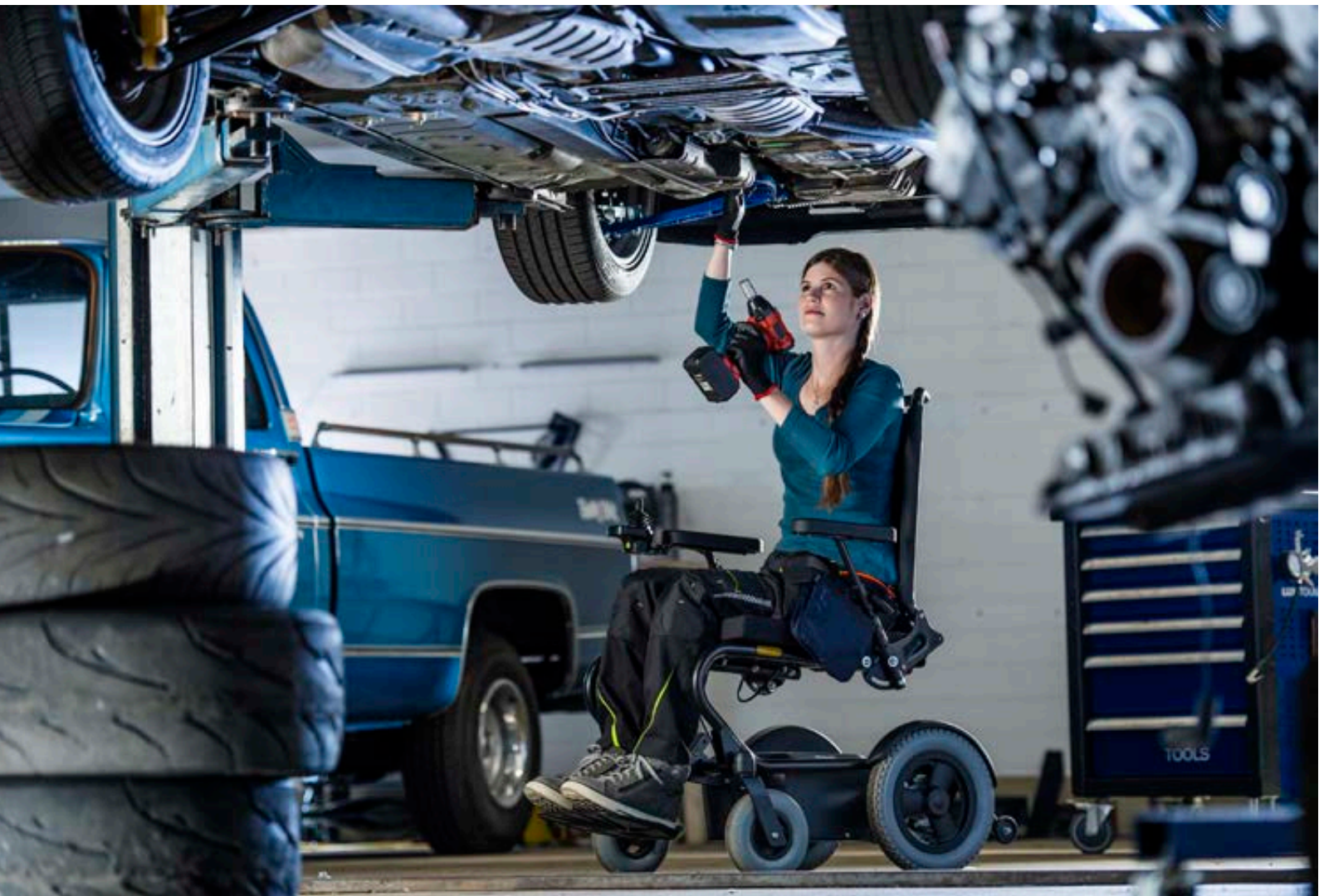
Tullessaan uuteen teatteriin Heikkinen tarkastaa yleensä ensimmäisenä, missä on kuorma-autojen purkamispaikka. Samaa kautta pääsee yleensä pyörätuolillakin.



Labradorinnoutaja Hali tekee mitä Pekka Heikkinen pyytää, nostaa vaikka kolikon maasta.

Pyörätuoliteknologia kehittyy vauhdilla

Pyörätuolit ovat yhä monipuolisempia ja sähköavusteisuus on tullut manuaalipyörätuoleihinkin. Tiukentuneessa taloustilanteessa hyvinvointialueet kuitenkin pohtivat, mitä teknologioita ne pyörätuolien käyttäjille tarjoavat.





VeloPlus-
pyörätuolikuljetuspyörä on suunniteltu kuljettamaan ihmisiä siten, että he voivat istua omassa pyörätuolissaan. "Pyörätuolipyörä katsotaan harrastusapuvälineeksi, jota ei valitettavasti lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineenä luovuteta. Vammaispalvelut ovat ainakin aikaisemmin voineet harkinnan varaisesti luovuttaa harrastuksen apuvälineitä", sanoo Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueen apuvälinepalveluiden vastuuyksikköpäällikkö Toni Tuuri. Kuva: Apuväline Awux

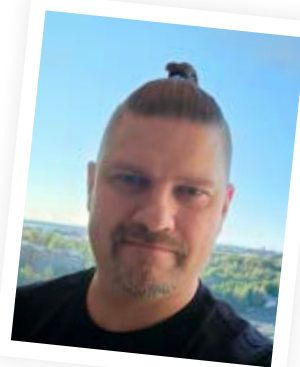
P yörätuoliteknologia kehittyi koko ajan. On tullut pyörätuoleja pystyynnostomekanismeilla ja nokkapyörillä, maasto-
pyörätuoleja sähköavustuksella ja ilman. Myös lisävarusteita on yhä enemmän: käsin kelattaviin manuaalipyörätuoleihin on jo jonkin aikaa ollut saatavilla erilaisia lisävoimalaitteita kuten kelausten kevennin tai työntöapu.

Kevyen muotoilunsa ansiosta takavetoinen Wingus-sähköpyörätuoli sopii hyvin ahtaisiin sisätiloihin ja on riittävän vakaa myös ulkona liikkumiseen. Siinä on myös mekaanisesti kallistettava selkäosa sekä korkeussäädettävät ja taakse kääntyvät käsivetimet.
Kuva: Respecta

Hyvinvointialueiden apuvälinekeskukset ovatkin kasvavien haasteiden edessä, kun niiden pitää päättää, mitkä ominaisuudet ja ratkaisut kenellekin käyttäjälle ovat tarpeellisia.

– Kilpailutusta tehdessämme pyrimme tietysti kartoittamaan, ettemme ainakaan kilpailuvaatimuksilla sulje mitään uutta ja innovatiivista pois kilpailutuksesta, sanoo Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue Pohteen apuvälinepalveluiden vastuuyksikköpäällikkö **Toni Tuuri**.

Tuuri on ollut mukana myös valtakunnallisia apuvälineiden luovutusperusteita päivittävissä sosiaali- ja terveysministeriön työryhmissä.



Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueen apuvälinepalveluiden vastuuyksikköpäällikkö Toni Tuuri korostaa hyvinvointialueensa hankinnoissa pyörätuolin kierrätettävyyttä ja kestävyyttä. – Esimerkiksi pieneen kokoon taitettavat sähköpyörätuolit ovat usein herkempiä vikaantumisille, koska niissä on enemmän liikkuvia osia, hän sanoo.
Kuva: Toni Tuurin albumi

Kierrätettävä kestää

Tuuri muistuttaa, että hyvinvointialueet kierrättävät pyörätuoleja käyttäjältä toiselle. Siksi niiden pitää myös kestää.

–Markkinoille on tullut etenkin sähköpyörätuoleja, jotka ovat yhä kevyempiä ja jotka erilaisten kokoontaittomekanismien myötä saadaan pieneen tilaan. Tämän kaltaiset sähköpyörätuolit ovat kuitenkin usein herkempiä vikaantumisille johtuen liikkuvien osien suuresta määrästä.

Tuurin mukaan markkinan paine uusille pyörätuoli-innovaatioille

voi olla välillä isompi kuin asiakkaiden todellinen tarve.

–Kokeilu käytännön arjessa osoittaa perinteiset ratkaisut toimivimmiksi. Toki poikkeuksiakin löytyy, mutta ne ovat enemmän tai vähemmän yksittäistapauk-

sia. Viimeisten 10 vuoden aikana pyörätuoliteknologian kehitys on näkynyt vahvimmin nyansseissa. Pintamateriaalien ja muotoilujen variaatiot mahdollistavat paremman otteen pyörätuolin kelausvanteesta.



Woltturnus W5 -sarjan aktiivipyörätuolia saa täyshitsattuna että säädettävänä mallina.
Kuva: Camp Mobility



Esprit Action -kevytsähköpyörätuolin teknologia tunnistaa kallistumat, hidastaa vauhtia automaattisesti ja vähentää kaatumisriskiä. Kuva: Camp Mobility



Rea Clematis Pro –pyörätuoli on suunniteltu helpottamaan sekä käyttäjän että avustajan arkea. Sen tärkeitä ominaisuuksia ovat mm. kallistettava istuin ja selkäosa sekä säädettävät jalkatuet ja pohjetuet. Kuva: Camp Mobility



FourX DL on kotimainen nelivetoinen sähköpyörätuoli, joka on suunniteltu aktiiviseen ulkokäyttöön ja vaativiin maastoihin. Kuva: Camp Mobility

EU-tasoinen lääkinnällisten laitteiden MDR-lainsäädäntö rajoittaa hurjimpia visioita.

–Maailmalta tulevat ihmeet eivät välttämättä sellaisenaan istahda tänne Suomen maahan. Varsinkin, kun pyörätuolit kustannetaan lähes yksinomaan verovaroin.

Tuurin mukaan asiakkaat kuitenkin seuraavat tarkasti pyörätuolimaailman uutuuksia.

–Meidän asiantuntijoiden ikävä velvollisuus on kuitenkin keskustella siitä, että meillä on ne omat kilpailutetut tuotteemme ja meidän pitää noudattaa hankintalain lopputulemaa. Aika ajoin nämä päätökset herättävät tunteita, kun ihminen kokee, ettei ole saanut sitä, mitä on tullut hakemaan. Toivoisin asiakkaamme ymmärtävän, että vaikka hänen apuvälinetarpeensa onkin suuri, niin tarvitsijoita on paljon muitakin. Riittävän ja tasalaatuisen palvelun tuottaminen kaikille vaatii kaikilta vastaantuloa, Tuuri sanoo.

Räätelöityjä ratkaisuja

Topi Tala vetää Kangasalla kahden veljensä kanssa Jukka-isän vuonna 1996 perustamaa Talart-apuvälineyritystä. Ydinajatus on tuottaa räätelöityjä pyörätuoleja asiakkaiden tarpeisiin.

–Isäni itse on selkäydinvammainen. Hänen mielestään pyörätuolin piti sopeutua häneen, eikä päinvastoin. Toisin kuin tänä päivänä, 1980-luvulle saakka pyörätuolit oli suunniteltu jonkun toisen kuin vammaisen itsensä liikuttamaksi. Silloin ei niinkään ajateltu vammaisen ihmisen omaa aktiivisuutta pyörätuolin käytössä, Tala muistelee.

Myös Tala nostaa manuaali-pyörätuolin eteen liitettävän sähköisen lisävoima-ajolaitteen merkittäväksi pyörätuolin käyttäjän arkea helpottavaksi innovaatioksi. Elinpiiri laajenee, kun pyörätuolin käyttäjä voi ulkona liikkeudessaan liittää tuoliinsa sähköisen lisävoimalaitteen, vaikka sisällä hän liikkuisikin omin käsin kelaan.

Pyörätuoli katsotaan lain mukaan liikuntavammaiselle kuuluvaksi lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineeksi. Mutta lisävoima-ajo-

laitteen kaltaisten ratkaisujen maksusitoumuspäätöksiin liittyy enemmän tulkinnanvaraisuutta.

–Niitä halutaan enemmän kuin hyvinvointialueet pystyvät niihin maksusitoumuksia myöntämään. Lisävoimalaite toimii hyvänä kompromissina vammaisille, joiden perusteet eivät riitä saada hyvinvointialueelta maksusitoumusta sähköpyörätuoliin, Tala sanoo.

Maksusitoumus rajoittaa

Suomessa asiakas maksaa harvoin itse pyörätuolinsa, jollei hän halua ylimää räisiä ja vähemmän välttämättömiä lisävarusteita.

Jos lisävaruste kuitenkin on tarpeen osallisuuden tai yhdenvertaisuuden turvaamiseksi esimerkiksi opiskeluissa tai harrastuksissa, siihen voi hakea harkinnanvarais- ta maksusitoumusta hyvinvointi- alueen vammaispalvelun kautta.

–Tiedän itse, että esimerkiksi käsipolkupyörä koetaan vapaa-ajan liikkumisen ja oman fysioterapeuttisen toiminnan tuotteena. Siksi sitä voidaan anoa vammaispalvelun kautta, mutta ei useinkaan perusterveydenhuollon kautta. Harrastusvälineissä yleinen linja tuntuu olevan se, et-

Talart Oy:n toimitusjohtaja Topi Tala mukaan asiakkaat pyytävät yhä enemmän täysjousitettuja pyörätuoleja, mutta perusteet maksusitoumuksen saamiseen eivät hyvinvointialueilla useinkaan riitä.
Kuva: Talart Oy

tä vammaispalvelu korvaa 50 % myönnettävien maksusitoumusten kuluista, kun taas perusterveydenhuollossa ihminen ei käytä ollenkaan omaa rahaa, Tala sanoo.

Täysjousitetut kortilla

Talan kokemuksen mukaan pyörä- tuolihankinnoissa on hyvinvointi- aluekohtaisia eroja.

–Pitkien välimatkojen pohjoises- sa näkyy avarampi suhtautuminen maksusitoumuksiin kuin suurem- man ihmismassan ja kulurakenteen



Suomalainen pyörätuolivalmistaja Talart valmisti Rock Shox –alamäkipolkupyörän iskunvaimentimilla ja frog leg –joustohaarukoilla olevan yksilöllisen pyörätuolin paralympiamitalisti Henry Mannille. Kuva: Henry Mannin albumi

pääkaupunkiseudulla, Tala sanoo.

Hyvinvointialueiden niukkenevat resurssit näkyvät Talan mukaan esimerkiksi siinä, että asiakkaat pyytävät yhä enemmän täysjoustettuja pyörätuoleja, mutta perusteet maksusitoumuksen saamiseen eivät useinkaan riitä.

Tala muistuttaa, että Suomessa vammaisuuteen liittyvät tuet ovat moneen muuhun maahan verrattuna hyvinkin kattavat, vaikka taloustilanne on tiukka.

Talan mukaan pitkälti itseohjautuva pyörätuolikin on jo osin todellisuutta.

–Kollegani tekee tällä hetkellä sähköpyörätuolin joystickiin kytkettävää älyohjausta. Harvoin näihin ratkaisuihin on kuitenkaan tarvetta, koska ihmiset haluavat jatkossakin määrätä ja ohjata itse liikkumistaan. Tuskinpa mennään pyörätuolin korvaaviin leijuviin penkkeihin, Tala naurahtaa. ●



*Tuskinpa
mennään
pyörätuolin
korvaaviin
leijuviin
penkkeihin.*



Kelauksen keventäjä e-motion DuoDrive keventää manuaalipyörätuolin käyttöä. DuoDrive-ajopyörät voidaan liittää lähes mihin tahansa peruspyörätuoliin kahdella adapterilla. Liikkuessa kelausvanteisiin sisäänrakennetut anturit mittaavat liikettä ja moottori avustaa halutun verran. Manuaalinen kelaaminen onnistuu kuitenkin edelleen tarvittaessa. (Kuva Berner Medical)

Omalla rahalla hankittu sähköpyörätuoli täytyy yleensä myös vakuuttaa itse

KESÄKUUN 2024 alusta voimaan tullut uusi liikennevakuutuslaki varmistaa vakuutusturvan entistä useammalle sähköiselle liikkumisvälineelle.

Sähköpyörätuolin vakuuttaminen riippuu kuitenkin sen ominaisuuksista ja omistuksesta. Vakuuttamis-

velvollisuutta ei ole, jos kyseessä on vammaisen henkilön omassa käytössä oleva, hyvinvointialueen luovuttama kevytrakenteinen sähköpyörätuoli.

Jos taas vammaisen on hankkinut sähköpyörätuolin itse esimerkiksi

omalla rahalla tai sosiaalitoimen avustuksella, hänen on otettava liikennevakuutus ennen liikkeellelähtöä, ellei pyörätuolia ole erikseen vapautettu vakuuttamisvelvollisuudesta.

Sähkötoiminen Klaxon Klick-lisävoima-ajolaite helpottaa liikkumista pidemmillä matkoilla ja ulkoillessa. Kun laite kytketään pyörätuoliin, pyörätuolin etupyörät nousevat irti maasta ja ajolaitteen "vetoyksikkö" muuttuu ohjaamaan ja vetämään pyörätuolia. (Kuva Respecta)



Avustajakoirat odottavat töihin pääsyä

Ainakin seitsemän valmiiksi koulutettua avustajakoira odottaa sijoittamistaan. Hakemuksia avustajakoiriin on yllättävän vähän, ja hyvinvointialueet ovat tehneet vain muutamia koirien sijoituspäätöksiä. Koirien kouluttajat tekevät töitä, mutta koirat vanhenevat ohi palvelusiän.

Avustajakoiratoiminta siirtyi vuonna 2023 Invalidiliitolta hyvinvointialueiden vastuulle. Invalidiliitto hankki ja luovutti vuosien ajan Axxell Brusaby -oppilaitoksen kouluttamia avustajakoiria sekä vastasi niiden työssäolon tuesta. Viimeisen yli 30 vuoden aikana liki 200 avustajakoiran käyttäjää sai Invalidiliitolta avustajakoiran. Vuosittain voitiin luovuttaa 4–6 avustajakoira, ja 60–70 ihmis-tä jonotti omaa koira koko ajan.

Invalidiliitto huolehtii yhä sen kautta saaduista koirista, mutta uusia avustajakoiria myöntävät hyvinvointialueet. Avustajakoirat luokiteltiin muutoksen myötä lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiksi. Invalidiliitto toivoi, että siirto

hyvinvointialueille helpottaisi avustajakoiran saamista ja lyhentäisi kohtuuttoman pitkiä odotusaikoja.

Avustajakoira haluaa hakee koira omalta hyvinvointialueeltaan, joiden työryhmät tekevät omat hankintasopimuksensa valittujen tarjoajien kanssa. Sikäli kuin tekevät, sillä avustajakoiran myöntämiskriteerit ovat tiukentuneet aiemmasta.

Neljä kouluttajatahoa

Eri hyvinvointialueiden ja HUS-yhtymän 20-jäseninen hankintarengas kilpailutti avustajakoirapalvelujen palvelutuottajat, ja pirkanmaalainen yhteishankintaja logistiikkayhtiö Tuomi Logistiikka Oy hoiti kilpailutuksen tammi-kuun loppuun 2025 mennessä.

Palvelutuottajiksi valittiin neljä

yritystä: Näkövammaisten liiton Vantaan Opaskoirakoulu, Dogmanship **Janne Ruokonen** Mäntsälässä, Suomen Opaskoirakoulu Kuopiosta sekä Koirapalvelu Heart-raidors Lappeenrannasta. Sopimuskausi on kaksi vuotta, ja siihen sisältyy optio seuraavasta vuodesta.

– Minulla itselläni on yhdeksän labradorinnoutajaa, joista 3- ja 2-vuotiaita valmiita avustajakoiria on neljä, sekä neljä yhdeksän kuukauden ikäistä ja yksi nelikuisen, eläinfysioterapeutti, eläinten-kouluttaja EAT **Nina Jäntti** Koirapalvelu Heartraidersista kertoo.





Nina Jäntin koirakoulu Heartraiders on yksi neljästä avustajakoirien palveluntuottajasta, jotka hyvinvointialueet valitsivat kilpailutuksella.

Avustajakoiran omistaa palveluntuottaja, jolta palvelu ostetaan sopimuksen mukaisesti.

Avustajakoiran koulutus kestää kaksi vuotta, ja sinä aikana koiran ravinto, hoito, lääkkeet ja rokotukset maksavat melkoisesti. Kustannukset juoksevat, vaikka tuloja koirien sijoituksista ei tulisikaan.

– Onneksi olen saanut tehdä lisäksi muita töitä kuten koirien haastavien ja ongelmallisiksi koettujen käytösten käytöskonsultaatioita ja koulutuksia.

Jäntti harmittelee sitä, että va-

lintojen etenemisestä ja määristä tihtuu niin huonosti tietoa.

Kuopiolaisen Suomen Opaskoirakoulun toimitusjohtaja **Sakari Pekkasen** mukaan kolme koiraa on nyt koulutuksessa tai jo valmiina odottamassa sopivaa hakijaa. Opaskoirakoulun avustajakoirat kouluttaa JelppiTassut Oy:n kaksikko **Kirsi Niittymäki** ja **Tiina Lehtomäki**. Lehtomäen mukaan lisäksi kaksi koiraa on vuodenvaihteen jälkeen valmiita sijoitettaviksi.

– Koiria ei voida kouluttaa varastoon, joten on tietysti vaara, että ne

menevät jonnekin muualle, jos ei käyttäjiä löydy, sanoo Sakari Pekkanen.

– Vuonna 2024 meillä oli kolme valmista avustajakoiraa, jotka jouduttiin myymään muualle perhekoiriksi, kun sijoituspaikkaa ei löytynyt, Tiina Lehtomäki vahvistaa. Nyt valmiina olevat koirat ovat viisivuotiaita, eikä niiden sijoittamista voi enää kauaa odottaa.

– Meillä on muutamia koiria koulutuksessa, ja ennen vuodenvaihdetta joitakin vähän yli 2-vuotiaita tulee valmiiksi, jotta ne voidaan si-

joittaa, Dogmanshipin Janne Ruokonen kertoo.

Vantaan Opaskoirakoulun päällikkö **Vesa Väkeväinen** ihmettelee sitä, että avustajakoiria ei haeta.

– Eikö sitten koiraa haluavilla ole käsitystä tästä muuttuneesta hakuprosessista?

Opaskoirakoululla on testattuja, puolen vuoden koulutukseen valmiita koiria useita.

– Avustajakoiralla on todella merkittävä rooli vammaisen elämän helpottajana. Olemme hyvin valmiita aloittamaan koulutuksen, kun tarvetta vain ilmenee. Nyt palveluksessa olevien koirien ikärakennekin huolettaa.

Hyvinvointialueille vähän hakemuksia

Henkilö voi hakea avustajakoiraa ensikertalaisena tai myös uutta avustajakoiraa, jos entinen koira ei pysty enää avustajatyötään tekemään. Päätösprosessi vie aikaa, kun lääkärin lähete käydään läpi ja hakijan tilanteesta tehdään yksilöllinen arviointi. Jos kriteerit täyttyvät, hyvinvointialueella on lakisääteinen velvollisuus myöntää avustajakoira.

Jos päätös on myönteinen, hyvinvointialue luovuttaa avustajakoiran sitä hakeneelle ja vastaa myös hoitokustannuksista.



Helsinki on oma hyvinvointialueensa, ja kaupungin sosiaali-, terveys- ja pelastustoimen johtavan kuntoutussuunnittelijan **Pia Yli-Kankahilan** mukaan muutamia avustajakoiria on hyväksytty sijoitettaviksi, kun luovutuksen kriteerit ovat täyttyneet.

– Meidän ei ole tarvinnut vielä arvioida kriteereitä käytännössä, kun yhtään hakemusta avustajakoirasta ei ole tullut, Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen apuvälineistä vastaava palvelupäällikkö **Sanna Suvivuo** toteaa.

– Satakunnan hyvinvointialueel-

le ei ole tullut avustajakoirahakemuksia, Vammaispalvelujen vs. vastuualuejohtaja **Sari Landvik** kertoo.

Myöskään Kanta-Hämeen hyvinvointialueella ei yhtään hakemusta avustajakoiran saamiseksi ole vastaanotettu.

Pohjois-Savossa on ollut yksi hakemus, joka evättiin.

– Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueelle Soiteen on tullut yksi hakemus, jonka hakija on itse vetänyt pois ennen varsinaista päätöksentekoa, **Tero Varila** Soiten työ- ja toimintakyvyn yksiköstä vastaa.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella avustajakoiraa haluavan omaa hakemusta ei tarvita.

– Arvion tekee Päijät-Hämeen keskussairaalan apuvälinekeskus, ja sitä varten tarvitaan erillinen lähete esimerkiksi omasta sote-keskuksesta. Apuvälinetarpeen arvio voi käynnistyä yhteydenoton perusteella. Yhtään avustajakoiraa ei ole vielä myönnetty, tuloksikkopäällikkö **Tarja Tiitinen** kertoo.

– Luovutamme avustajakoiria valtakunnallisten lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteiden mukaisesti. Lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälinepalvelut ovat osa terveydenhuollon palveluita ja niihin sovel-

Nina Jäntin kouluttamista koirista neljä olisi jo valmiita avustajakoiria. Lisäksi usean nuoremman koiran koulutus on kesken.



letaan samoja periaatteita kuin terveydenhuollossa yleensä.

Kaikilta hyvinvointialueilta ei saatu tietoja lähetemääräistä tai avustajakoirien luovutuksista. Sitä perusteltiin henkilötietojen tietoturvan takaamisella, koska kyse oli hyvin pienestä joukosta.

Eriarvoinen tilanne

Invalidiliiton välittämiä koiria on sijoitettuna työssä vielä noin 30, mutta loputkin niistä jäävät pois työstään viimeistään 2030-luvun alkuun mennessä. Invalidiliiton avustajakoira-toiminnan suunnittelija **Ulla Leivo-Lahden** mukaan STEA ei enää myöskään rahoita koirien kustannuksia, jotka ovat koiraa kohden noin 1 000 euroa vuodessa.

– Sellainen käsitys on tullut, että avustajakoirien myöntämisessä on kovin eriarvoinen tilanne hyvinvointialueiden välillä – joillakin alueilla haku- ja myöntämisprosessi sujuu hyvin, joillakin alueilla tilanne voi olla hyvinkin hankala, Leivo-Lahti katsoo. Hän arvelee syyksi hyvinvointialueiden vaikean taloustilanteen sekä sen, että tilanne on niille uusi eikä asiasta ole vielä kokemusta. Arviointikäytäntöjen pitäisi kuitenkin olla yhtenäiset kautta maan.

– Huolena ovat etenkin henkilöt, joiden avustajakoira on poistunut työstä vanhuuden tai menettymisen takia. Uuden saaminen voi estyä tai kestää kohtuuttoman pitkään. Näin ollen tämä tuo arjessa isoja muutoksia koirankäyttäjän elämään. On hyvä huomioda, että avustajakoiran käyttäjän arki on muotoutunut pitkään koiran avun turvin.

– Toki prosessi kestää, sillä olennaista on löytää hakijalle sopiva koira. Se on hyvin yksilöllistä työtä, kun hyvin monenlaiset seikat pitää ottaa huomioon.

Leivo-Lahti ihmettelee myös vähäistä hakemusten määrää, kun kuitenkin aiemmin koiraa jonottaneita oli useita kymmeniä, ja tuollain ongelmana oli avustajakoirien vähäinen määrä.

– Olemme kuitenkin tiedottaneet ja lähettäneet massapostituksia, joten tietoa pitäisi olla.

Invalidiliitto on valmis tarjoamaan asiantuntija-apua sekä osamistään hyvinvointialueille. Leivo-Lahti harmittelee, etteivät ne ole juurikaan sitä hyödyntäneet, vaikka liitolla on toiminnasta vuosikymmenien kokemus.

Leivo-Lahti muistuttaa, että jos hakija jää ilman avustajakoira, voivat kustannukset nousta huomattavasti muiden tukitoimien takia.

Ulla Leivo-Lahtea huolettavat ihmiset, joiden avustajakoira on poistunut työstä iän tai sairauden takia. Uuden avustajakoiran saaminen voi estyä tai kestää kohtuuttoman pitkään.



Avustajakoirakaksikko valmiina palvelukseen. Avustajakoira haetaan omalta hyvinvointialueelta.



Avustajakoiran hakeminen

Valmiiksi koulutettuja avustajakoiria haetaan lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineenä. Koiraa haluavan kannattaa ottaa yhteyttä oman hyvinvointialueensa erikoissairaanhoidon apuvälineyksikköön. Valmiiksi koulutettua avustajakoira hakiessa tarvitaan lääkärin lähete apuvälinearvioon. Lisätietoja asiasta saa oman hyvinvointialueen erikoissairaanhoidon apuvälineyksiköstä.

Avustajakoiran käyttäjältä edellytetään riittävää fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä sekä sitoutumista ja kokonaisvaltaista kykyä huolehtia koirasta ja sen osaamisen ylläpidosta. Käyttäjän asunnon ja sen ympäristön on oltava sellaisia, että hän pystyy huolehtimaan koiran hyvinvoinnista.

Avustajakoiran luovutusprosessi alkaa siten, että julkisen terveydenhuollon ammattihenkilö tekee arvion henkilön toimintakyvystä, lääkinnällisen kuntoutuksen luovutusperusteiden täyttymisestä sekä soveltuvuudesta koiran käyttäjäksi. Prosessi voi sen jälkeen edetä esimerkiksi siten, että palveluntuottajat (koirakoulut) arvioivat henkilön soveltuvuutta avustajakoiran käyttäjäksi käytännössä esimerkiksi arviointikurssilla. Ennen kuin avustajakoira luovutetaan, palveluntuottaja järjestää koirakolle yhteistoimintakurssin.

Lähde Avustajakoira.fi

Oma, rakas proteesi

Alaraajaproteesien kilpailutus Pirkanmaan hyvinvointialueella on vaikeuttanut proteesien käyttäjien elämää jo useita vuosia.

Tampereen Niihaman ulkoilumajalla ilmassa tuoksuu alkusyksy. Alaraaja-amputoitujen vertaistapaamisessa vaihdetaan kuulumisia ja vietetään yhdessä aikaa luonnon tuntu-massa.

Yhdessäolon lisäksi tällä tapaamisella on myös toinen merkitys.

Pirkanmaalla asuvat proteesien käyttäjät ovat jo pitkään halunneet tuoda äänensä kuulville siitä, miten kilpailuttaminen on vaikuttanut heidän elämäänsä.

Annukka Jätteenmäki on käyttänyt alaraajaproteesia 16-vuotiaasta asti.

– Vuosi oli 1985. Juoksin bussin takaa tien yli, ja vastakkaisesta suunnasta tullut auto törmäsi minuun, Jätteenmäki kertoo.

Parin kuukauden sairaalajakson jälkeen todettiin, että jalasta ei tule enää entisen verroista.

– Päädyin itse siihen ratkaisuun, että jalka amputoidaan polven yläpuolelta.

Jonkinlaista kosketuspintaa aiheeseen Jätteenmäellä oli jo entuudestaan, sillä hänen enollaan oli reisiproteesi.

– Olin nähnyt, että sellaisen kanssa kyllä pärjää. En ole katunut päätöstä, sillä elämä on mennyt hyvin. Olen tehnyt töitä ja saanut kak-

si lasta. Viime vuosina kuitenkin on ottanut pannuun, Jätteenmäki naurahtaa.

Syy Jätteenmäen ja monen muun paikalla olevan turhautumiseen on se, että Pirkanmaalla amputoidut kohtaavat yhä useammin ikäviä esteitä arjessaan, kun alaraajaproteesien hankinta ja huolto kiertävät julkisen kilpailutuksen rattaissa.

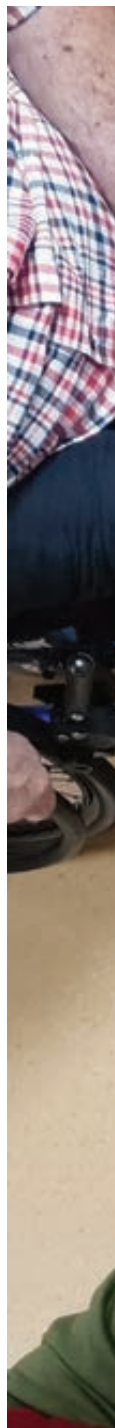
Pitkät odotusajat, sopimattomat proteesit ja vaihtuvat palveluntuottajat heikentävät monien liikkumiskykyä ja elämänlaatua. Vaikka tavoitteena on säästää kustannuksissa, käyttäjät kokevat prosessin syrjiväksi ja välinpitämättömäksi.

Alamäki alkoi vuonna 2021

Silloinen Pirkanmaan sairaanhoitopiiri kilpailutti vuoden 2021 lopussa mekaaniset alaraajaproteesit. Seurauksena alueen neljästä palveluntuottajasta kaksi putosi listoilta pois kokonaan.

Proteesien kilpailutuksen herättämä keskustelu sai kunnolla vauhtia seuraavana vuonna. Kilpailutusten jälkeen moni amputoitu huomasi, että palvelut saattoivat vaihtua yllättäen, kun proteesin valmistaja ei enää ollut sama kuin ennen.

Tämä aiheutti epäselvyyttä, turvattomuutta ja ärtymystä. Monille proteesi on elämän kannalta niin tärkeä asia, että sen käyttämi-





seen ei saisi liittyä jatkuvasti epävarmuutta. Jokainen amputoitu on yksilö ja tarvitsee juuri hänelle sopivan, yksilöllisen ratkaisun.

Asiakkaan osallistaminen

Akaalainen vuonna 2019 reisiamputoitu **Kari Pajarinen** sai tietää kilpailutuksen tuloksesta vasta proteesimestarilta käydessään proteesin huollossa.

Hän ihmetteli suuresti, että kuinka tässä oikein toteutui hankintalain henki; sen mukaan asiakasta pitäisi kuulla häntä koskevis-
sa asioissa. Samaa asiaa ihmetteli

moni muu amputoitu ympäri maan.

Silloin tunteet nousivat pintaan ja alettiin vaatia lisää tietoa hyvinvointialueen kilpailutusten toteuttamisesta. Karilla oli ja on edelleenkin siinä mielessä ollut hyvä onni, että hän on saanut pysyä saman proteesiteknikon asiakkaana.

Pelkona on kuitenkin, että kilpailutukset vähentävät palveluita tarjoavien toimijoiden määrää ja syövät yritysten toimintaedellytyksiä.

Pihtailua varaosista

Molempien jalkojen sääriamputaation läpikäynyt tamperelainen **Sini**

Suurmäki haluaa elää aktiivista ja liikunnallista elämää. Toinen hänen jaloistaan amputoitiin touku-
kuussa 2024, toinen heinäkuussa 2025 pitkien leikkausjaksojen jäl-
keen.

Suurmäki, kuten moni muukin paikallaolija, on ärsyynytynyt siitä, että myös varaosien saaminen on vaikeaa.

– Minulla tosin ei ole kokemusta ajalta ennen kilpailutuspäätöksiä, Suurmäki huomauttaa.

Yksi keskeinen varaosa proteesin käyttäjälle on silikonituppi. Tuppia käytetään amputoidun raajan jäljelle

jääneen osan, eli tyngän, ja proteesin välissä. Usein silikonituppi puetaan tyngän päälle, jotta proteesi olisi mukavampi ja turvallisempi käyttää.

On hyvin tyypillisestä, että tyn­gän iho on herkkä. Siihen voi tulla hankaumia, haavaumia tai kipua, etenkin jos proteesi ei istu kunnol­la. Se myös hikoilee. Silikonituppi suojaa ihoa hankaukselta ja paineelta.

Silikonituppi on käyttötavaraa, joka ei kestä ikuisesti. Sitä on myös pestävä säännöllisesti, jonka jäl­keen tuppi jätetään kuivumaan.

Olisi järkevää, että yhdellä hen­kilöllä olisi samaan aikaan käytössä kaksi silikonituppea. Silloin tois­ta voisi käyttää silloin, kun toinen on pesun jäljiltä kuivumassa. Näin kuitenkin ei ole, sillä silikonitup­pia myönnetään käyttäjälle vain yk­si kerrallaan.

– Kun kesällä iho hikoaa siliko­nitupen alta, tai kun urheilee, olisi toinen tuppi kiva. Minullekaan sel­laista ei myönnetty. Perusteluksi kerrottiin, että tuppi kuivuu nopeas­ti, kertoo puolestaan **Anni Huotari**.

Tupprien säästöperusteet ovat vähintäänkin kyseenalaisia, kun ottaa huomioon, että osat kuluvat joka tapauksessa. Jos niitä olisi käy­ tössä kaksi yhtä aikaa, ne myös kes­ täisivät huomattavasti pitempään kuin yksi.

Keväällä 2022 proteesien käyt­ täjät pyrkivät saamaan vastauksia Pirkanmaan hyvinvointialueen apuvälinekeskukselta. Tapaamisia järjestettiin, mutta viranhaltijat kaipasivat lisää aikaa selvityksiin. Käyttäjät kokivat, etteivät saadut vastaukset riittäneet. Asiasta otet­ tiin yhteyttä Invalidiliiton liitto­ valtuuston edustajiin ja he tekivät asiasta aloitteen. Samaan aikaan aloitettiin keräämään kokemuksia amputoitujen arjesta.

Pian esiin nousi myös tieto, että kilpailutus koskisi jatkossa pro­ teesien huoltoa ja korjausta. Tämä herätti laajaa vastustusta, sillä jat­ kuvuus ja tuttu asiakassuhde ovat monille ratkaisevan tärkeitä.

Asia vietiin tiedoksi Pirhan vam­ maisneuvostolle. Siellä asia mer­ kittiin ns. vuosikelloon. Lisäksi siitä keskusteltiin myös valtakun­



Tamperelainen Annukka Jäätteenmäki ja akaalainen Kari Pajarinen ovat muiden asianosaisten tapaan toivoneet jo pitkään muutosta Pirkanmaan hyvinvointialueen epäkohtiin proteesien kilpailutuksessa.



***Ei voi olla niin,
että joka vuosi
odotellaan, kuka
ensi vuonna
vastaa minun
proteesistani.***

odotellaan, kuka ensi vuonna vas­ taa minun proteesistani.

Keväällä 2024 kerättiin jälleen kokemuksia uudesta kilpailutus­ kierroksesta, ja palautetta saatiin laajasti eri kanavien kautta.

Prosessin aikana on käyty satoja keskusteluja, kokouksia ja yhtey­ denottoja. Vaikka matka on ollut raskas, työ ei ole ollut turhaa. Asia on noussut valtakunnalliseen kes­ kusteluun ja tehnyt näkyväksi sen, miten tärkeää jatkuvuus on protee­ sipalveluissa.

Pitkä asiakassuhde on tyypillisesti kaikkien etu

Alaraajaproteeseja käyttävät ihmi­ set toivovat pitkiä asiakassuhteita proteeseja valmistavien mestarien kanssa, sillä vuosien aikana yksilöl­ liset tarpeet tulevat tutuiksi. Kun sitten on aika vaihtaa proteesi uu­ teen, seuraavan valmistaminen su­ juu tutun henkilön kanssa nopeasti.

Jos taas tekijä vaihtuu muuta­

nallisesti, esimerkiksi Apuväline­ messuilla vuonna 2023.

Vuoden 2023/2024 kilpailutuk­ sen myötä osalla käyttäjistä palve­ luntuottaja vaihtui jälleen. Tämä koettiin syrjiväksi ja välinpitämät­ tömäksi kohteluksi. Proteesien käyttäjät totesivat aiheellisesti:

– Ei voi olla niin, että joka vuosi

man vuoden välein, yhteistyö asiakkaan ja valmistajan välillä alkaa koko ajan uudestaan. Käytännössä tämä tarkoittaa lukuisia sovitus-käyntejä ennen kuin oikeanlainen osa saadaan aikaiseksi.

Pitkät asiakassuhteet ovat kaikkien etu, sillä ne säästävät niin asiakkaan kuin tekijänkin aikaa ja vaivaa.

Ilman proteesia elävä voi tehdä ajatusharjoituksen: entä jos ei voisi-kaan ostaa kenkäkaupasta tai tilata verkkokaupasta täysin sopivaa kenkäparia tuosta noin vain, vaan pitäisi käydä 10–15 kertaa sovittamassa kenkiä, kunnes mukiinmenevä pari lopulta löytyisi?

Hankintalain pykälä 108 ei toteudu

Alaraajaproteesien käyttäjät katsovat, että julkisia hankintoja koskeva hankintalain pykälä 108 jää monen kohdalla toteutumatta. Pykälässä

Triumph-moottoripyöräharrastus katkesi, mutta logo on proteesissa siitä muistona.

sanotaan: ”Pitkäkestoisia hoito- ja asiakassuhteita koskevissa hankinnoissa sopimukset määritellään siten, ettei niistä aiheudu kohtuuttomia seurauksia käyttäjille.”

Kun asia esitettiin Pirkanmaan hyvinvointialueelle, vastaukseksi saatiin, että asiakkaalla ei voi olla hoiva-tai hoitosuhdetta palveluntuottajan kanssa. Laki ei kuitenkaan puhu hoivasta, vaan asiakassuhteesta.

– Laissa puhutaan hoito- ja asiakassuhteesta. Mielestäni ehto siis todellakin koskettaa apuvälineiden hankintaa. Ja jos minulta kysytään, niin aivan erityisesti pitkät asiakassuhteet ovat olennaisia yksilöllisten raajaproteesien hankinnassa, Jäätteenmäki sanoo. ●



Lukuisia tarinoita arjen haasteista

MONI proteesia tarvitseva henkilö halusi tuoda tässä jutussa tarinansa kuuluviin, vaikka kaikki eivät halunneetkaan tuoda omia kasvojaan tai nimeään julki. Yksittäiset tarinat valottavat laajempaa ongelmaa, jossa kilpailutus priorisoi säästöjä yli yksilöllisten tarpeiden.

Eräs pirkanmaalainen henkilö, joka menetti molemmat jalkansa vuoden 2023 lopulla – toisen säärestä ja toisen reidestä – odottaa edelleen sääriproteesia terveyskeskuksen lupauksista huolimatta.

Reisiproteesia ei ole luvattu lainkaan, vaikka hän sitä toivoisi. Kun amputoinnista oli kulunut vuosi, tilanne eteni vasta, kun fysioterapeutti otti yhteyttä Tampereen yliopistolliseen sairaalaan Taysiin.

Nainen siirrettiin huhtikuussa 2024 palvelutaloon, jossa kuntoutus alkoi fysioterapeutin avulla. Nyt hän joutuu kuitenkin kulkemaan itse terveyskeskukseen sähköpyörätuolilla, sillä taksikyytejä ei ole järjestetty. Kesällä matka on onnistunut, mutta talven lumina ja liukas reitti, joka sisältää ison mäen, herättää huolta.

Proteesin puute lisää eristyneisyyttä: ilman sitä liikkuminen on rajoitettua, ja kuntoutus keskeyty helposti.

Toinen tapaus koskee henkilöä, jonka polven takuu umpeutui huhtikuussa. Hän soitti useamman kerran lääkinnällisen kuntoutuksen toimistoon, mutta

yhteydenotot eivät tallentuneet Omakantaan.

Fysiatrikäynti syyskuussa johti kielteiseen päätökseen mikroprosessoripolven uusinnasta: odotetaan ongelmia ja arvioidaan silloin uudelleen.

– Asioiden käsittely siis kestää ihan liian kauan! Oma erittäin kokenut ja osaava proteesimestari on jäänyt pois tämän uuden kilpailutuksen aikana. Nyt aloitan uuden tekijän kanssa, proteesin käyttäjä kertoo.

Kolmas käyttäjä kuvaa kolmen vuoden kokemusta kilpailutuksista. Ensimmäinen proteesi jäi käyttämättä, kun yhteistyö mestarin kanssa ei toiminut. Haastava jalka vaati paljon testausta. Nyt tekeillä oleva proteesi on lupaava, ja aktiivisuusluokkaa kartoitettiin harrastusten ja elämäntilanteiden pohjalta.

Maksusitoumukset saatiin kohtuullisessa ajassa, ja komponentit vastasivat vanhoja. Silti tulevaisuus pelottaa:

– Kilpailutukset kiristyvät ja hinnat laskevat. Heikentykö komponenttien laatu ja mestareiden tietotaito?, hän kysyy.

– Huolta aiheuttaa myös pajojen henkilökunnan eläköityminen ja nuorten kiinnostuksen puute sellaista alaa kohtaan, jonka osaaminen on katoamassa. Kun kilpailutusten myötä palveluntuottajia karsiutuu, kuka uskaltaa kouluttautua alalle?

Mikko Kääriäinen

Aiheuttaako apuvälineiden lataaminen kiistoja taloyhtiöissä?

Joissain taloyhtiöissä on kielletty kaikkien akkukäyttöisten kulkuvälineiden lataaminen yhteisissä tiloissa ilman valvontaa. Kielto voi osua liikkumisen apuvälineisiin, jotka ovat usein tarkasti testattuja.

Turvallisuus- ja kemikaaliviraston Tukesin mukaan sähköavusteisen polkupyörän akku on hyvä ladata kuivassa, mieluiten huoneenlämpöisessä ja hyvin tuuletetussa tilassa sekä palamattomalla alustalla.

Litiumioniakkujen huono paloturvallisuus on vaikuttanut taloyhtiöiden suhtautumiseen kaikenlaisia sähkökäyttöisiä liikkumisvälineitä kohtaan, vaikka esimerkiksi liikkumisen tukena käytetyissä sähkömopoissa on yleensä turvallisempi lyijyakku. Isännöintiliiton vanhempi lakiasiantuntija **Kristel Pynnönen** on huomannut asennemuutoksen.

Onko Isännöintiliittoon tullut yhteydenottoja sähköisten kulkuvälineiden lataamisesta taloyhtiöiden tiloissa?

Kyllä, mutta viime aikoina ovat korostuneet yhteydenotot, jotka liittyvät tavallisiin sähköavusteisiin polkupyöriin ja sähköskootteihin. Akkukäyttöisiä kulkuvälineitä on viime vuosina tullut hurjasti lisää. Tämä puolestaan on aiheuttanut sen, että taloyhtiöissä pohditaan aiempaa tarkemmin akkujen lataamiseen liittyviä asioita.

Millaisia reaktioita taloyhtiöissä on ollut?

Taloyhtiöissä sähköavusteiset polkupyörät ja sähköpotkulaudat ovat herättäneet huolta turvallisuudesta. Kun esimerkiksi uutisoidaan akkupaloista, sellainen sana jää helposti ihmisten mieliin ja herättää pelkoakin.

Onko tämä vaikuttanut taloyhtiöiden suhtautumiseen sellaisia laitteita kohtaan, joita käytetään liikkumisen apuvälineenä?

Semmoinen trendi on ollut havaittavissa. Aiemmin taloyhtiöissä ei oltu järkevästi huolissaan, jos henkilön on täytynyt säilyttää tai ladata sähkömopoa tai muuta liikkumisen apuvälinettä taloyhtiön tiloissa. Nykyään taloyhtiöt tekevät herkästi sellaisia periaatepäätöksiä, että mitään akkukäyttöisiä kulkuneuvoja ei saisi ladata taloyhtiön tiloissa ilman valvontaa, vaikka liikkumisen tueksi tarkoitetut laitteet ovat testattuja ja joutuvat täyttämään tiukemmat turvavaatimukset.



*Totta kai
lataaminen
on aina
turvallisempaa
valvovan
silmän alla.*

Miksi sähköavusteisilla polkupyörillä ja muilla vastaavilla laitteilla ei ole yhtä tiukkoja turvavaatimuksia?

Sanopas se! Kun akkuja ja laitteita voi ostaa netin kautta mistä hyvänsä, turvallisuus ei aina ole yhtä hyvä kuin niiden laitteiden kohdalla, jotka ovat Suomessa Tukesin hyväksymiä. Näkisin, että kuluttajan kannattaa kiinnittää huomioita siihen, mistä akkukäyttöisiä ajoneuvoja hankitaan. Ja totta kai lataaminen on aina turvallisempaa valvovan silmän alla.

Onko taloyhtiö velvollinen järjestämään turvalliset tilat akulla toimivan liikkuksen apuvälineen lataamiseen ja säilyttämiseen?

Tässä on taustalla yhdenvertaisuuslaki, joka kieltää syrjinnän esimerkiksi vammaisuuden perusteella. Laissa puhutaan palveluntarjoajasta, ja taloyhtiö voidaan tulkita lain tarkoittamaksi palveluntarjoajaksi. Voidaan siis katsoa, että taloyhtiöllä on velvollisuus sallia liikunnallisen apuvälineen lataaminen yhteisissä tiloissa, mutta asia ei ole täysin ehdoton.

Mitä ehtoja asiaan voi liittyä?

Jos esimerkiksi pelastusviranomaisen toteaa, että paloturvallisuuden kannalta lataamista ei voi sallia, silloin taloyhtiönkään ei tarvitse sitä sallia. Yhdenvertaisuuslaki kuitenkin velvoittaa työnantajia tekemään kohtuullisia mukautuksia vammaisille henkilöille, jotta heitä kohdellaan yhdenvertaisesti muiden kanssa.

Millaiset mukautukset voidaan katsoa kohtuullisiksi?

Tämä ratkaistaan aina yksittäistapauksissa. Taloyhtiö arvioi ensisijaisesti, kokeeko se, että tarvittavat toimenpiteet ovat kohtuullisia. Pelastusviranomaisen on taas oikea taho ottamaan kantaa siihen, mitä edellytetään, että lataaminen on turvallista. Mikäli se vaatii kalliita toimenpiteitä, taloyhtiötä tuskin katsotaan velvolliseksi tekemään mukautuksia. Mutta sen sijaan varmasti sireenillä varustetun palohälyttimen hankkiminen voidaan katsoa kohtuulliseksi mukautukseksi.

Onko akkukäyttöisten kulkuvälineiden säilyttämiseen ja lataamiseen liittyviä kiistoja viety oikeuteen?

Minun tietääkseni näitä asioita ei ole ratkaistu tuomioistuimessa saakka. Se ei myöskään ole ensisijainen ratkaisu, sillä yleensä tie on pitkä ja kallis.

Mitä taloyhtiö ja osakas voivat kiistatilanteessa mieluummin tehdä?

Kannattaa kääntyä yhdenvertaisuusvaltuutetun puoleen, joka voi antaa suosituksia siitä, onko taloyhtiöllä velvollisuus tehdä mukautuksia.

Kannattaisiko akkukäyttöisten laitteiden lataamiseen liittyviin kysymyksiin varautua jo ennen kuin ne tulevat taloyhtiössä ajankohtaiseksi?

Väestö ikääntyy ja monimuotoisuus kasvaa. Kun vielä yhteiskunnassa on tavoitteet, että väestö asuu entistä pitempään kotona, taloyhtiöissäänkin moni asia muuttuu tulevaisuudessa ja ennakointi on tärkeää. Mitään isoja periaatepäätöksiä ei välttämättä tarvitse tehdä, mutta jos esimerkiksi taloyhtiössä on tulossa korjaushanke, sellaisen yhteydessä kannattaa huomioida parempi paloturvallisuus. ●

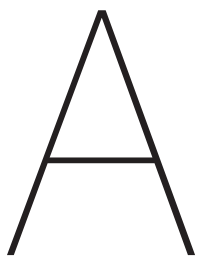


Kuva: Aleks Poutanen

Tapahtuma esittelee monipuolisen uutuuskattauksen

Fondo on erittäin matalalle laskeutuva hoitosänky motorisoidulla patjapohjalla ja korkeudensäädöllä.

Apuvälinetapahtumassa 6–8. marraskuuta voi tutustua moniin uusiin teknologioihin, jotka voivat helpottaa liikuntavammaisen ihmisen arkea. Esittelemme tässä jutussa niistä kolme.



Apuvälinetapahtumassa Tampereella on tänä vuonna mukana noin 150 näytteilleasettajaa. Joukossa on palveluita, tuotteita ja teknologioita, jotka on suunniteltu eri tavoin vammaisille ihmisille. Apuvälinetapahtuman tarkoitus on näyttää, mitä esteettömyys ja yhdenvertaisuus tarkoittavat ihmisten arjessa.

Kerromme tässä jutussa kolmesta uudesta teknologiasta, joita näytteilleasettajat aikovat esitellä Apuvälinetapahtumassa.

Helppoutta ajamiseen

Autoilun apuvälineitä tarjoava Finway tuo Apuvälinetapahtumaan kaksi varustettua esittelyautoa. Finwayn myyntijohtaja **Antti Oinas** nostaa uusista teknologioista esiin modernin Easy Drive –käsihallintaratkaisun.

Sen perusmalli on ergonominen ja helppokäyttöinen käsihallintalaite. Jarru toimii niin, että käsihallintalaitteen käyttövipua työnnetään eteenpäin. Kaasua saa, kun sitä vedetään taaksepäin.

– Easy Drivessa on aiempia ratkaisuja herkempi käytettävyyttä. Tästä syystä laitteen suosio on kasvanut. Easy Drive sopii erityisen hyvin sähköautoon, koska moottori jarruttaa nopeasti, kun käsi nostetaan pois kaasulta. Easy Drive sopii kuitenkin kaikkiin automaattivaihteisiin autoihin, myös perinteiseen polttomoottoriautoon.

Easy Drivesta löytyy mekaanisen perusversion lisäksi myös sähköinen versio.

– Siinä kaasuttaminen tapahtuu sähköisellä peukalonapilla. Vakiovarusteena on myös mäkilähtöavustin.



Käsihallintalaite on tarvittaessa helppo siirtää myös pois tieltä, koska siinä on alastaittomekanismi, Oinas sanoo.

Kevyt ja siro 3D-ortoosi

Tamperelainen apuvälinevalmistaja ICF Protech Oy esittelee messuilla 3D-tulostettuja ortooseja, jotka tois-taiseksi on suunnattu lapsille. Piro 3D -ortoosi on suunniteltu lapsille, joilla on esimerkiksi CP-vamma. Valikoi-maa ollaan kuitenkin kehittämässä myös aikuisille.

3D-tulostamisessa on monia etuja. Sillä voidaan valmistaa monimutkaisia rakenteita, säästää materiaaleja ja tehdä yksilöllisiä ratkaisuja.

– 3D-tulostustekniikan avulla pystymme tekemään ai-empaa sirompia ortooseja, jotka mahtuvat tavanomaiseen jalkineeseen. Perinteiseen muovin työstöön verrattuna saamme määriteltyä tarkemmin, mistä kohtaa ortoosin on oltava tukeva, kiertojäykkä tai joustava, kertoo ICF Pro-tech Oy:n apuvälineteknikko **Kristiina Kuukasjärvi**.

Apuvälineteknikko ottaa jalasta mitat ja suunnittelee ortoosin. 3D-tulostaminen tehdään Tshekissä.

– Piro 3D -ortoosit ovat olleet valikoimissamme tämän vuoden alusta asti. Mittoja ortoosien ja proteesien valmis-tuksessa olemme voineet ottaa tähänkin asti skannaa-malla, mutta nyt ortooseja pystytään myös valmistamaan lopputuotteiksi 3D-tulostuksella, Kuukasjärvi kertoo.

Ultramatala hoitosänky

Algol Trehab Oy:n kesäkuussa ostaman Suomen Terveys-maailman messuhitti on ultramatala Fondo-hoitosänky. Sen on suunnitellut saksalainen Tecfor Care-yritys.

Hoitosänky laskeutuu lattiatasoon asti. Se onkin tur-vallinen käyttäjälle, jolla on riski pudota sängystä.

Fondo on ollut Terveysmaailman valikoimassa run-saan vuoden.



Ohjelmassa kokemuksia ja elämyksiä

**Apu-
väline-
tapahtuma**
6.-8.11.2025 TAMPERE
apuvälineet | kuntoutus | esteettömyys

APUVÄLINETAPAHTUMASSA saa tietoa ja elämyksiä. Aiheet vaihtelevat apuvälineistä kuntoutukseen ja esteettömyyteen vapaa-ajalla. Tässä on muutama kiinnostava nosto jokaiselle messupäivälle. Muutokset ohjelmaan ja aikoihin ovat mahdollisia.

TORSTAI 6.11.

Klo 10, koulutuslava.

- CampMobility -apuvälineyrityksen tekninen päällikkö **Mervi Haatainen** kertoo, miten 3D-mallintamisella voidaan parantaa pyörätuolin käyttäjän istumisergonomiaa.

Klo 11.00–11.30, päälava.

- Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonnan päällikkö **Jukka Laakso** paneutuu lähes 30 vuoden kokemuksella asumisen riskien minimointiin.

PERJANTAI 7.11.

Klo 12.00–12.30, päälava.

- **Jere** ja **Teemu Huovinen** kertovat esteettömän kalastuksen mahdollisuuksista.

Klo 12.30–13.00, päälava.

- Esteettömän matkailun asiantuntija **Sanna Kalmari** antaa vinkkejä esteettömään matkailuun.

LAUANTAI 8.11.

Klo 12.30–13.00, päälava

- Käytännön ohjeita painevaatteiden hankintaan, käyttöön ja huoltoon. Painevaatteiden käyttäjiin voivat kuulua mm. kipukroonikot ja halvauspotilaat.

Klo: 14.15–14.45, päälava

- Televisiosta Osmo-poikansa kanssa tuttu toimittaja **Mikko "Peltsi" Peltola** jakaa luontoliikunnan ilosanomaa.

– Omaisten ja hoitohenkilökunnan on turvallista jättää liikuntavammainen henkilö sänkyyn ilman jatkuvaa huolta putoamisesta. Fondon voi myös kallistaa. Niin selän kuin jalankin nostokulman säätömahdollisuudet ovat laajat: käyttäjä voidaan nostaa helposti myös nojatuolimaiseen istuma-asentoon. Fondo on ollut vasta muutaman vuoden Yhdysvalloissa ja muualla Euroopassakin, kertoo Suomen Terveysmaailman johtaja **Mika Tuunainen**.

Fondo-hoitosängyn mitat on 90 x 200 cm. Sähköinen korkeudensäätö vaihtelee välillä 6,7 cm – 64 cm. Fondoa käyttävä potilaan enimmäispaino on rajoitettu 180 kiloon. ●

(Keskimmäinen kuva) Easy Drive on ergonominen ja helppokäyttöinen mekaaninen käsihallintalaite, johon on saatavilla niin autokohtaisia kuin yleismallinenkin asennussarja.

(Alin kuva) 3D-tulostettu ortoosi on tavanomaista sirompi ja mahtuu sen takia tavanomaiseen jalkineeseen. Piro 3D -ortoosi on suunniteltu lapsille, joilla on esimerkiksi CP-vamma, mutta mallistoa ollaan kehittämässä myös aikuisille.

Apu- väline- tapahtuma



6.–8.11.2025
TAMPERE

APUVÄLINEET • KUNTOUTUS • ESTEETTÖMYYS



Tietoa, ratkaisuja ja oivalluksia hoitotyöhön ja sujuvaan arkeen!

Apuvälinetapahtuma tarjoaa tietoa ja ratkaisuja hyvään arkeen – kaikille ikäryhmille, eri elämänvaiheisiin ja eri toimintakyvyille. Tapahtuma kokoaa yhteen apuvälineiden käyttäjät sekä apuvälinealan, kuntoutuksen, terveydenhuollon ja sosiaalitoimen ammattilaiset. Tervetuloa mukaan!

- Tutustu laajasti apuvälineisiin, kuntoutuksen ja esteettömyyden ratkaisuihin.
- Tapaa asiantuntijoita, kokemusasiantuntijoita ja vertaistukijoita.
- Kokeile paraurheilua ja soveltavaa liikuntaa Liikuntamaassa.
- Runsaasti ohjelmaa, puheenvuoroja ja kokeiltavaa.

Tapahtuma avoinna:

To 6.11. klo 9-17 ammattilaiset
Pe 7.11. klo 9-16 ammattilaiset ja yleisö
La 8.11. klo 10-16 ammattilaiset ja yleisö

- Ammattilaiset veloituksetta rekisteröitymällä.
- Yleisöliput 10 € (ovelta 12 €).

Henkilökohtainen avustaja ja alle 15 v. vanhemman tai henkilökohtaisen avustajan kanssa veloituksetta.

Tutustu koko ohjelmaan ja tule mukaan!

apuvaline.info

MUKANA 150 NÄYTTEILLEASETTAJAA!

Messuosastoilla pääset kokeilemaan erilaisia ratkaisuja, tutustumaan itsellesi sopiviin vaihtoehtoihin ja keskustelemaan asiantuntijoiden kanssa. Tutustu tapahtuman sivuilla jo etukäteen näytteilleasettajiin, uutuuksiin, tarjouksiin ja osastojen ohjelmiin!

OHJELMALAVOILLA ALAN ASIAANTUNTIJOITA JA VAIKUTTAJIA

Ohjelma tarjoilee hyvin monipuolisen kattauksen. Kuulemme mm. uudesta vammaispalvelulaista, apuvälineviidakosta, apuvälinehäpeästä, henkilökohtaisen avun merkityksestä, esteettömään matkailusta ja kivunhallinnasta.

TORSTAI 6.11.



Riikka Leinonen,
kirjailija ja vammais-
vaikuttaja



Saara Hassinen,
toimitusjohtaja,
Terveysteknologia ry

PERJANTAI 7.11.



Arja Ahtaanluoma,
Puolinainen,
kokemusasiantuntija



Sanna Kalmari,
esteettömän
matkailun asiantuntija

LAUANTAI 8.11.



Mikko "Peltsi" Peltola,
luontoliikunnan
monitoimimies



Sandra Kurki,
some-alan yrittäjä ja
vammaisvaikuttaja



Paraurheilun ja soveltavan liikunnan Liikuntamaa

Suomen Paralympiakomitean Liikuntamaa järjestetään jälleen Apuvälineen yhteydessä. Tule tutustumaan sinulle tai asiakkaallesi sopiviin lajeihin, hakemaan tietoa ja kokeilemaan!



Apuvälineradalla opastetaan liikkumaan pyörätuolilla ja avustamaan oikein



Malikkeen testiradalla pääsee kokeilemaan erilaisia toimintavälineitä ja erikoispyöriä



Pime Cafe, Näkövammaisten liiton nuorten täysin pimeä kahvila avoinna päivittäin

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

Henkilökohtaista apua on yhä vaikeampi saada

HYVINVOINTIALUEIDEN säästöpainee tuntuvat ohittavan yhä useammin henkilökohtaisen avun tarvitsijoiden subjektiiviset oikeudet. Invalidiliitto suhtautuu tilanteeseen vakavasti ja pitää säännöllisesti esillä palveluiden saatavuutta, riittävien resurssien välttämättömyyttä sekä vammaispalvelulain toimeenpanon ongelmia sekä valtakunnallisessa vaikuttamisessa että hyvinvointialueiden kanssa käytävässä vuoropuhelussa. Invalidiliitto oli yhteydessä esimerkiksi Kymenlaakson hyvinvointialueeseen, nostaten esiin avustajatuntien vähennykset ja niiden käytön rajoitukset.

Pohjois-Savon hyvinvointialueen vammaisneuvosto suunnitteli tulevaa

INVALIDILIITTO, Kehitysvammaisten Tukiliitto ja Näkövammaisten liitto järjestivät Kuopiossa seminaarin, jossa käytiin läpi vammaispalvelulakiin ja sen soveltamiseen liittyviä asioita. Paikalla olivat myös aluevaltuuston puheenjohtaja sekä vammaispalvelulain soveltamisesta vastaavat virkahenkilöt. Vammaisneuvoston toiminnalle laadittiin suuntaviivat vuodelle 2026 ja luotiin pohjaa Invalidiliiton yhteistyön syventämiselle vammaisneuvoston, virkahenkilöiden ja poliittisten päättäjien kanssa.

Länsi-Uudellamaalla ja Keski-Uudellamaalla vaikutettiin hyvinvointialueiden strategioihin

LÄNSI-UUDELLAMAALLA alueen yhdistykset ja aktiivit laativat yhteislausunnon strategiasta. Keski-Uudellamaalla annettiin kommentteja asukkaille suunnatun kyselyn kautta. Myös muualla Uudellamaalla ja Kanta-Hämeessä Invalidiliitto aktiiveineen on mukana strategiavalmisteluissa eri tavoin. Yhteistyössä alueiden vammaisneuvostojen kanssa on seurattu strategioiden valmistelua sekä osallistuttu kuulemisiin ja työpajoihin. Lisäksi on vaadittu vammaisneuvostojen osallistamista niiden laadintaan.

Vammaispalvelujen ammattilaiset kertovat huolestuttavista tilanteista hyvinvointialueilla

VAMMAISFOORUMIN tekemän kyselyn perusteella ihmisiä siirretään vammaispalvelulain piiristä sosiaali- huoltolain palvelujen piiriin. Myös Invalidiliiton tietoon on tullut lukuisia tilanteita, joissa subjektiivisina oikeuksina myönnettyjä palveluita ja taloudellisia tukitoimia on heikennetty tai palveluun liittyvää toimintatapaa on muutettu ilman keskustelua asiakkaan kanssa.

Lue lisää verkkosivuiltamme:

➤ invalidiliitto.fi/ajankohtaista

Tilaa Invalidiliiton uutiskirjeitä:

➤ invalidiliitto.fi/invalidiliiton-uutiskirjeet

Invalidiliitto osallistui hyte-suunnitelman valmisteluun Etelä-Karjalassa

INVALIDILIITTO nosti järjestöille ja seurakunnille järjestetyssä työpajassa esiin esteettömyyden toiminnallisen ympäristön edellytyksenä, vammaispalveluiden merkityksen osallisuuden mahdollistajana sekä harvinaisperheiden huomioimisen osana hyte-suunnitelmaa. Invalidiliitto on saanut hyvän aseman hyvinvointialueella, muun muassa Etelä-Karjalan hyte-työryhmän kärkiohjelman verkoston jäsenyyden sekä HYTE-kärkiohjelmien -ohjausryhmän varajäsenyyden kautta.

Invalidiliitto näkyvästi mukana Väestönsuojafoorumi 2025 -tapahtumassa

INVALIDILIITTO osallistui kahden puheenvuoron voimin Kuopiossa järjestettyyn Väestönsuojafoorumi 2025 -tapahtumaan. Liiton sanoma tilaisuudessa oli, että turvallisuus on ihmisoikeuskysymys, joka sisältää fyysisen turvallisuuden lisäksi mm. selkeän ja ymmärrettävän tiedon saamisen luotettavista lähteistä.

Päijät-Hämeessä vaikutettiin liikkumisen tukeen

PÄIJÄT-HÄMEEN liikkumisen tuen asiakkaiden seurantaryhmässä nostettiin esiin matkatilien haasteet sekä uuden vammaispalvelulain päätöksillä rajoitettu asiakkaan spontaani liikkuminen, jonka ratkaisuksi ehdotettiin euro-kukkaroa. Invalidiliitto on tuominnut myös esille tulleet seksuaalisen häirinnän tapaukset kuljetuksissa. Käynnissä on kartoitus, millä tavoin hyvinvointialue voisi toimia häirintätilanteissa sekä millaisin keinoin tapauksia voisi tuoda ilmi.

Invalidiliitto nosti esiin vammaisille henkilöille tärkeitä asioita väestönsuojiiin liittyen

INVALIDILIITTO osallistui Helsingissä järjestettyyn väestönsuojaharjoitukseen yhdessä kokemustoimijoiden kanssa. Harjoitus osoitti, että eri tavoin toimivien ja liikkuvien ihmisten huomioimisessa ja väestönsuojien esteettömyydessä on paljon parannettavaa. Liitto nosti esiin monia vammaisille henkilöille oleellisia asioita, kuten suojaan kulkeminen, tiedonsaanti sekä toiminta väestönsuojissa. Paikalla olleet pelastusalan ammattilaiset korostivat myös omatoimisen varautumisen tärkeyttä.

Invalidiliitto HELA25 -yhteistoimintaharjoituksessa Etelä-Pohjanmaalla

LIITTO ja Länsi-Suomen vapaaehtoiset osallistuivat ensimmäistä kertaa monitoimijaiseen varautumisen yhteistoimintaharjoitukseen syyskuussa Kauhavalla. Apuvälineiden käyttäjät toimivat osana maalihenkilöiden ryhmää, joka harjoituksessa evakuoitiin myrskytuhojen tieltä evakuointikeskukseen. Harjoitus antoi paljon oppia vammaisten ihmisten erityistarpeiden huomioimisesta niin viranomaisille kuin heidän työtään tukeneille vapaaehtoisille. Harjoituksessa oli mukana SPR, Vapepa, MPK, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue, poliisi sekä kuntien edustajia.

ME/CFS-potilailta puuttuu oikeus sosiaaliturvaan

ME/CFS eli krooninen väsymysoireyhtymä rajoittaa sitä sairastavien elämää ja voi johtaa työkyvyttömyyteen. Silti sitä sairastavat voivat jäädä jopa kokonaan ilman sosiaaliturvaa. Tätä yritetään nyt muuttaa.

ME/CFS eli krooninen väsymysoireyhtymä rajoittaa merkittävästi sairastavan elämää. Se on moniulotteinen, ja aaltoileva sairaus. Se voi olla vakava ja invalidisoiva. ME/CFS on luonteeltaan systeeminen, eli se vaikuttaa koko elimistöön.

Sairaus on toistaiseksi etiologialtaan epäselvä. Se tarkoittaa, että aiheuttajaa ei vielä tunneta.

Invalidiliiton valtakunnallisiin jäsenyhdistyksiin kuuluva Suomen ME/CFS-yhdistys tekee jäsentensä edunvalvontatyötä ja pyrkii vaikuttamaan epäkohtien korjaamiseen.

– Suomen ME/CFS-yhdistys (SMEY) ry:n tavoitteena on, että ME/CFS:ää sairastavat osittain tai kokonaan työkyvyttömät saisivat sairausperusteista sosiaaliturvaa, eli esimerkiksi sairauspäivärahaa, kuntoutustukea tai työkyvyttömyyseläkettä, yhden-

vertaisesti muiden sairausryhmien kanssa, sanoo ME/CFS-yhdistyksen puheenjohtaja **Heini Aaltonen**.

– On erittäin tavallista, että työkyvyttömät ME/CFS-sairaajat eivät saa tarvitsemaansa sairausperusteista sosiaaliturvaa, hän jatkaa.

Kirjaus hallitusohjelmaan

SMEY teki viime eduskuntavaalien aikaan vaikuttamistyötä, joka johti siihen, että **Petteri Orpon** hallituksen ohjelmaan tuli kirjaus ME/CFS-potilaiden tarvitsemien tukien sekä sairaus- ja kuntoutusetuuksien saamisen edistämistä. Yhdistys pyrkii nyt vaikuttamaan asian etenemiseen poliittisella tasolla.

Aaltonen huomauttaa, että pahimpia puutteita ovat tällä hetkellä ME/CFS-sairaiden vaikeudet saada diagnooseja, hoitoa ja asianmukaista kohtelua sekä tieteellisistä standardeista joustaminen ME/CFS:n kohdalla, kun päätöksiä tehdään.





Vuosien piina

KIINNOSTUIN paneutumaan ME/CFS-sairauteen, koska minulla on ollut pitkään monia sairausryhmän kaltaisia oireita, joiden alkuperä on jäänyt tuntemattomaksi.

Perussairauteni on polio ja sen jälkitilana kehittynyt hengitysvajaus. Tämän vuoden alusta olen saanut uudessa vammaispalvelulaissa määritellyn hengityslaitteen varassa elävän henkilön aseman, koska käytän elämää ylläpitävää hengityslaitetta. Iän myötä hengitysvajauksella on tapana edetä. Näin on käynyt myös minun kohdallani, ja samaan aikaan erilaiset epämääräiset ja monimuotoiset oireet ovat lisääntyneet.

Juttua tehdessäni olen kahlannut läpi ME/CFS-yhdistyksen ansiokkaasti laaditut nettisivut sekä muuta verkosta löytyvää aineistoa. Soitin juttua kootessani myös perusterveydenhuollon omalääkäriini ja kävimme lävitse oirekuvaani.

Uskon nyt yhä vahvemmin, että minulla on ollut krooninen väsymysoireyhtymä jo pitkään, mutta sitä ei ole osattu tai haluttu tunnustaa, diagnosoimisesta puhumattakaan.

Olen ainakin neljän vuoden ajan ottanut oireeni esille lukuisia kertoja sekä useamman neurologin että keuhkosairauksien erikoislääkärin kanssa. Olen saanut heistä hyviä kuuntelijoita, mutta siihen apu on jäänyt. Oloni on laitettu hengitysvajauksen piikkiin tai sen on sanottu olevan fatiikkia, osa polion myöhäisoireita. On jäänyt tunne, että kukaan ei ota asiasta koppiä, vaan sysää sen mielellään eteenpäin jollekin toiselle vastuualueelle. Oireiden epämääräisyyden vuoksi minulle on myös vihjailtu, että tarkkailen itseäni liikaa ja reagoin tuntemuksiini jopa psyykkisesti.

Väsymysoireet lamauttavat

Millaisia väsymysoireeni sitten ovat? Väsymysoireet iskee yleisimmin aamupäivällä, melko pian aamiaisen jälkeen. Tunne on epämiellyttävä. Se ilmenee yhtäkkisenä fyysisenä voimattomuutena ja huonon olon tunteena. Se lamaannuttaa toimintakyvyn totaalisesti: hampaiden pesu voi olla suuri ponnistus, pyörätuolilla kelaaminen työlästä, tietokoneella työskentely tökkii ja niin edelleen. Tuntemuksen taklaamiseksi olen kokeillut muun muassa vitamiineja, kliinisiä ravintovalmisteita, lepoa, pitempiä yöunia ja eräiden aamulääkkeiden vähentämistä. Mikään näistä ei ole tuonut ratkaisevaa apua.

Kaiken kokemani perusteella en voi välttää ajatukselta, että lääkärit eivät tunne riittävästi oireyhtymää tai osaa tunnistaa sitä. Omalääkäriini myönsi suoraan, että krooninen väsymysoireyhtymä on kiistanalainen sairaus lääkärin keskuudessa. Lukemani lukuivat potilaskertomukset vain vahvistavat käsitystäni.

Hannu Salonen



Suuri puute on myös vaikeus saada sairausperusteista sosiaali-turvaa. Silloin ME/CFS-sairaana täytyy turvautua tilanteeseen nähden väärin sosiaaliturvaetuuksiin tai hän voi jäädä täysin vaille yhteiskunnan tukea.

– ME/CFS-potilaiden etuusasiat Suomessa ovat parhaillaan myös YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksien komitean käsittelyssä. Päätöstä asiassa ei kuitenkaan odoteta lähiaikoina, Aaltonen kertoo.

Kohtuuttomia tilanteita

Heini Aaltonen on hiljattain valmistuneessa maisterintutkielmassaan tarkastellut laajasti sairausryhmän kokemia vaikeuksia sosiaaliturva-etuuksien saamisessa. Aaltosen tutkimus on merkittävä, sillä aiheesta ei ole aiemmin tehty juuri lainkaan tutkimusta Suomessa. Myös kansainvälisesti siitä löytyy vähän tutkimustietoa.

Aaltonen tutki, millaisia tarinoita ME/CFS:ää sairastavat kertovat sosiaaliturva-etuuksien hakemiseen liittyvistä haasteista ja niiden vaikutuksista.

– Keräsin tutkimusaineistoksi sairausryhmää sairastavien kirjoituksia. Muodostin aineiston kertomuksista neljä tyyppikertomusta: evätään sosiaaliturva – valtavirta-narratiivin sekä nurkkaan ajetun, sopeutuneen ja taistelijan tyyppikertomukset, Aaltonen sanoo.

– Kertojat ovat joutuneet sosiaaliturvainstituutioiden poiskäännyttämiksi ja kokeneet moninaisia kohtuuttomia tilanteita. Näyttää siltä, että ME/CFS:ää sairastavien poiskäännyttäminen käynnistyy usein puutteellisista kohtaamisista terveydenhuollon kanssa.

Hänen mukaansa näillä tilanteilla on ME/CFS:ää sairastaville konkreettisia ja vakavia seurauksia, kuten haasteet toimeentulossa sekä erilaiset henkiset ja fyysiset seuraukset.

– ME/CFS:ää sairastavat joutuvat usein turvautumaan tilanteeseensa nähden väärään sosiaaliturvaetuuteen, ja osa on jäänyt täysin epävirallisen tuen varaan. Henkisiin ja fyysisiin seurauksiin lukeutuvat kokemus stigmasta,

itsetuhoiset ajatukset, romahdukset toimintakyvyssä ja sisäistetty ableismi, Aaltonen toteaa.

Hoitopolut kuntoon

Sekä HUS:n Meilahden sairaalassa että Turun yliopistollisen keskussairaalan neurologian ylilääkärinä pitkään toiminut neurologian professori **Risto O Roine** on osallistunut useamman sadan ME/CFS-potilaan hoitoon. Hän tuntee hyvin sairausryhmän ongelmat Suomen terveydenhuollossa. Roine on perehtynyt erityisesti covidin jälkitiloihin.

–Pahimpia epäkohtia ovat diagnoosin viivästyminen ja epäselvät tai puuttuvat hoitopolut. Myöskään sairauden hoitoon erikoistuneita keskuksia ei ole, toisin kuin monessa muussa maassa, hän sanoo.

Roine tähdentää, että ME/CFS on kaikkien kansainvälisten suositusten mukaan biologinen sairaus, ei toiminnallinen häiriö. Sen oireet ja tautimekanismit kuuluvat ensisijaisesti neurologian ja immunologian alaan, mutta kumpikaan näistä erikoisaloista ei yleensä ota potilaita vastaan.

Roine harmittelee, että diagnoosin saaminen voi kestää vuosia, koska oireita ei tunnisteta tai niitä tulkitaan virheellisesti toiminnalliseksi tai psykiatrisiksi.

– Potilaat kokevat säännön mukaisesti vähättelyä etenkin sairauden alkuvaiheessa. Diagnoosi viivästyy, eikä sairauden diagnostisia kriteereitä noudateta. Fyysisiä oireita pidetään usein psykosomaattisina ja toiminnallisina. Niihin tarjotaan usein hoitosuositusten vastaisia hoitomuotoja, kuten liikunnan lisäämistä tai psykoterapiaa parantavana hoitona.

Vähättelyä ja syyllistämistä

– Potilaat ovat väliinputoajia ja jäävät paitsi useimmista terveydenhuollon palveluista ja jopa sosiaaliturvasta. Huolimatta kotimaisesta Duodecimin työryhmän suosituksesta, tilanne on Suomessa edelleen ristiriidassa kansainvälisten suositusten kanssa, Roine toteaa.

Hänen mielestään leimaaminen ja epäasiallinen kohtelu ei ole vähen-

tynyt. Potilaita saatetaan edelleen syyllistää sairaudestaan ja kohdella vähättelevästi. Vaikutelmana on, että tilanne ei ole korjautumaan päin, vaikka tieteellinen näyttö lisääntyy ja hoitosuosituksia on tehty.

– Ajankohtaisena asiana on mainittava myös covid-19 pandemia. Sen aikana tautitapaukset ovat olleet voimakkaassa kasvussa, ja covidista on myös tullut ylivoimaisesti tavallisin ME/CFS:n syy, Roine sanoo.

Sairausryhmä unohdettu

Epäkohtia voidaan Roineen mukaan korjata, kun varmistetaan kansallisen hoitosuosituksen noudattaminen. Täytyisi myös perustaa erikoistuneita hoitoyksiköitä. Ammattilaisten koulutuksen tulisi perustua uusimpaan tieteelliseen tietoon eikä uskomuksiin.

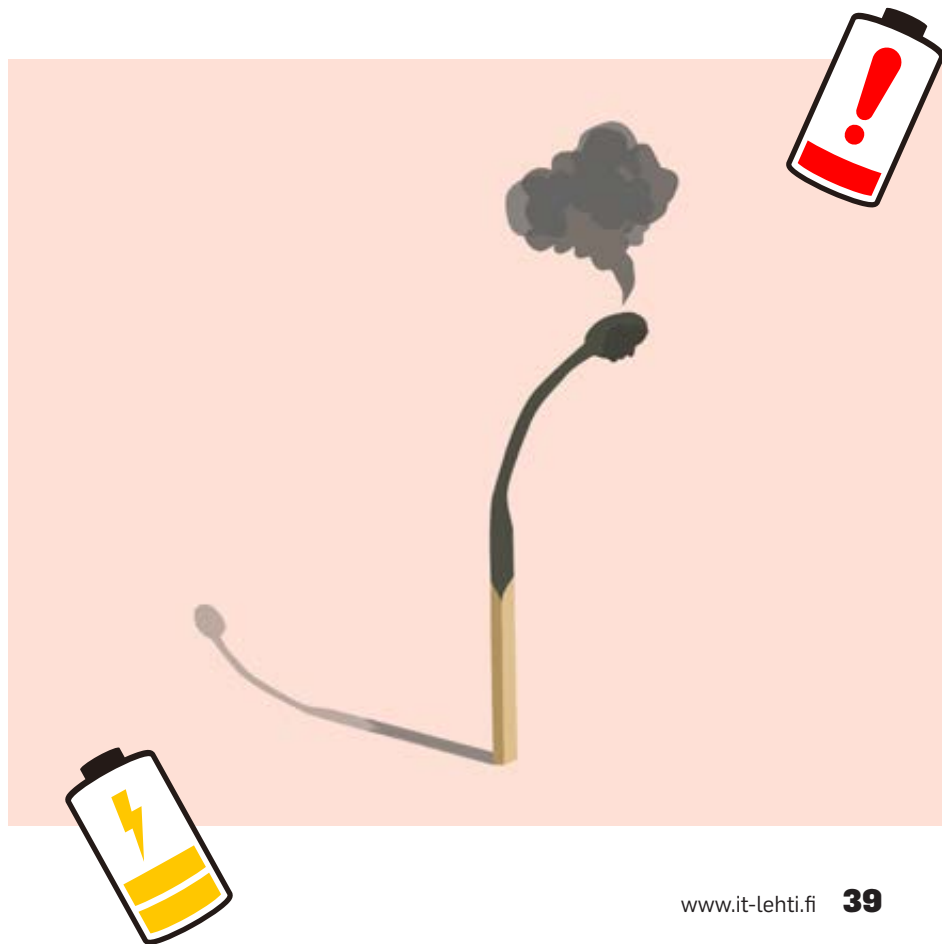
– Potilaille tulee taata heille kuuluva sosiaaliturva. Tarvitaan selkeä linjaus ME/CFS:n tunnistamisesta työkyvyttömyyden syyksi. Nykyään sairaus on vakuutusyhtiöiden näkökulmasta toiminnallinen häiriö, ei sairaus, joten se ei lainsäädännön mukaan oikeuttaisi sairauspäivärahaan, työkyvyttömyyseläkkeeseen tai edes

”
Pahimpia epäkohtia ovat diagnoosin viivästyminen ja epäselvät tai puuttuvat hoitopolut.

kuntoutukseen, hän toteaa.

Kysymykseen, onko nykyisessä sosiaaliturvassa lainkaan huomioitu sairausryhmää, Roine vastaa:

– Ei ole käytännössä huomioitu, vaikka sosiaaliturva sisältyy Duodecimin suositukseen. Lähes kaikki sairaudet on paremmin huomioitu, mukaan luettuna mielenterveyden häiriöt. ●





Nina Heräjärvi sanoo, että vaikeasti vammaisen lapsen äitiys on opettanut ottamaan monenlaisista asioista selvää, koordinoimaan ja huolehtimaan.

Elämänlaatu ei saa loppua lapsuuteen

Kun vaikeasti vammaisen nuori aikuistuu, hän voi menettää tutut hoitokontaktit ja jäädä ilman riittävää tukea. Tutkija ja äiti Nina Heräjärvi haluaa, että näitä nuoria pysähdyttäisiin kuuntelemaan.

Mitä on hyvä elämänlaatu? Tätä **Nina Heräjärvi** on pohtinut paljon. Hän on tutkija ja nyt jo aikuisen, vaikeasti cp-vammaisen pojan äiti. Hänellä on palo tehdä yhteiskunnasta parempi erityisesti vammaisille nuorille.

–Väitöstutkimukseni aihe lähti oikeastaan ihan arjen tarpeista. Siitä, että itsellänikin on vammaisen lapsi, hän kertoo.

Tutkimus käsitteli sitä, miten vaikeasti liikuntavammaisten

nuorten elämänlaatua voitaisiin parantaa. Siinä kysyttiin vaikeasti liikuntavammaisilta 19–22-vuotiailta nuorilta myös kokemuksia toisen asteen koulutuksesta sekä terveydenhuollosta.

Nuoruudesta aikuisuuteen

Yksi elämänlaadun kannalta kriittinen kohta on se, jossa nuoruus jää taakse ja varhaisaikuisuus alkaa. Tähän elämän taitteeseen voi ihan kaikilla ihmisillä liittyä kipuilua ja oman identiteetin hakemista.

Vaikeasti vammaisilla nuorilla

elämänvaiheeseen liittyy kuitenkin erityisiä hankaluuksia, joista Heräjärvi haluaa puhua. Esimerkiksi: nuori tippuu ulos niistä terveydenhuollon palveluista, joita hän on aiemmin käyttänyt.

–Jos ajatellaan liikuntavammaisiakin, niin heiltä loppuu terveydenhuollossa lastenneurologinen seuranta. Se loppuu yleensä kuusi-toistavuotiaana, Heräjärvi kertoo.

–Se on monille iso asia, koska moniammatillinen ja säännöllinen seuranta on kannatellut lasta ja perhettä siihen asti. Lastenneurologi

on ymmärtänyt, millainen on monivammaisen lapsen tilanne ja toimintakyky, ja millaista perheen arki.

Heräjärvellä on tähän elämänvaiheeseen ehdotus, joka voisi parantaa elämänlaatua:

–Pitäisi perustaa nuorisovastaanottoja, joista saisi myös seurantaa. Toimintakyky pääsee heikentymään, jos sen haasteisiin ei puututa ajoissa.

Toinen vaikea asia aikuisuuteen siirtymisessä on se, että vaikeasti vammaisten nuorten täytyy muuttaa usein jo 16-vuotiaana pois kotiaan. Erityiskoulut sijaitsevat usein kaukana kotoa.

–Tavallisissa toisen asteen kouluissa opettajilta puuttuu usein ymmärrystä siitä, miten liikunta- tai kehitysvammaisia ja monivammaisia oppilaita voisi tukea, Heräjärvi sanoo.

Myös Heräjärven oma poika muutti nuorena toiselle paikkakunnalle erityiskouluun. Taksimatkaa kertyi 2,5 tuntia suuntaansa. Jos poika sairastui, saattoi viikonlopun kotivapaa jäädä väliin.

–Onhan se rankkaa. Nuori ei saa samalla tavalla perheen tukea kuin vammaton nuori. Vaikka muuallakin on asiantuntevia aikuisia, niin on eri asia olla perheen kanssa. Tuon ikäiset vielä yleensä nukkuvat kotona ja viettävät jonkun verran aikaa vanhempien kanssa, Heräjärvi sanoo.

Tutkimuksessaan hän ehdottaa ratkaisuksi e-coachingia eli eräänlaista etäohjausta. Siinä erityisammattioppilaitoksen tai vaikka yliopiston erityisopettaja voisi etäyhteyksin neuvoa paikallista opettajaa reaaliajassa.

–Silloin nuoren ei tarvitsisi muuttaa kauas ja katkaista tärkeitä siteitä perheeseensä, Heräjärvi sanoo.

Elämänlaatua voi tutkia

Palataan vielä elämänlaatuun. Heräjärvi sanoo, että välillä hänelle kyseenalaistetaan sitä, voiko elämänlaatua tutkia. Kyllä voi, hän vastaa.

Elämälaatuun liittyy toisaalta henkilökohtainen puoli.

–Myös vammaisella nuorella on omat odotuksensa, norminsa, tavoitteensa ja huolensa.

Elämänlaatua parantaa tietysti

se, jos nämä omat henkilökohtaiset tavoitteet täyttyvät eivätkä huolet käy toteen.

Toisaalta elämänlaadussa on paljon yleistä ja yhteistä; sellaista, mitä voidaan mitata koko yhteiskunnan tasolla. Näitä ovat esimerkiksi terveydentila, koulutustaso, asuminen, työllistyminen ja tulotaso. Se, saako ihminen töitä ja sitä kautta rahaa, vaikuttaa suoraan ihmisen mahdollisuuksiin tehdä itselleen mielekkäitä asioita.

Juuri köyhyys näkyykin paljon vaikeasti vammaisten nuorten elämänlaadussa.

–Miksi emme voisi tukea enemmän heitä, joilla ei ole niin paljon terveyttä ja toimintakykyä?, Heräjärvi kysyy.

–Ne taloudelliset tuet, joita vaikeasti vammaiset saavat, ovat tosi pieniä. Monelle se tarkoittaa köyhyyttä koko loppuelämäksi, hän jatkaa.

Moni vaikeasti vammainen alkaa saada jo nuorena niin sanottua takuueläkettä.

–Siitä voi olla tosi vaikea päästä enää kiinni työhön ja palkkaan. Minusta yhteiskunnan pitäisi muuttua siihen suuntaan, että työnantajat voisivat ottaa vammaisen ihmisen töihin vaikka edes 10 tai 20 prosentin työajalla. Monelle olisi tärkeää tehdä edes sen verran töitä.

Tutkijan ja äidin roolit jatkuvat

Heräjärvi aikoo jatkaa vammaisten ihmisten elämänlaadun tutkimista. Hän on perustanut nyt Jyväskylän yliopistoon Quality of life -tutkimusryhmän, joka lähestyy aihetta monien eri tieteenalojen kautta.

Tutkimusryhmä ja -hanke tutkivat, miten vammaisten nuorten elämänlaatu on yhteydessä heidän kokemuksiinsa terveydenhuollosta ja sosiaali- ja koulutuspalveluista. Kun elämänlaatua heikentävät tekijät

tunnistetaan, voidaan palvelujärjestelmissä kehittää niihin ratkaisuja.

Myös vammaisen lapsen äitiys on rooli, joka jatkuu Heräjärven elämässä, vaikka lapsi on jo aikuistunutkin.

–Moni vammaisen lapsen vanhempi on jo tosi väsynyt siinä kohdassa, kun lapsi aikuistuu. Hoivaaminen on jatkunut jo vuosia ympäri vuorokauden. Itse täytyy myös selvittää, koordinoida ja hankkia paljon tietoa. Kukaan ei tule kertomaan, mihin lapsella on oikeus, vaikka kyse olisi lakisäätteisistä oikeuksista.

Heräjärvi toivoo, että vaikeasti vammaisten omat äänet kuuluisivat yhteiskunnallisessa keskustelussa lujemmin kuin nyt. Se vaatisi sitä, että välillä muut pysähtyisivät kuuntelemaan.

–Yhteiskunnallinen keskusteluhan on vähän sellaista, että me vammattomat, me kovaaäänisimmät, huudamme välillä aika lujaa. Jos vammaisten oma ääni ei kuulu, heidän tilannettaan ja elämänlaatuaan on vaikea parantaa, hän sanoo. ●



Nina Heräjärvi asuu Jämsänkoskella. Hänen kuvattiin Jyväskylän yliopistolla, mihin hän on perustanut vammaisten nuorten elämänlaatua tutkivan tutkimusryhmän.

Liittoäänestyksen ehdokkaita

Joensuun Seudun Invalidit ry

JUSSI TOLVANEN



**ÄÄNESTÄ
UUTTA ILOISTA
INNOVATIIVISTA
AJATTELUA**

Liittovaltuustoon,
jäsenten parhaaksi

64

VANNOUTUNEET VAMMAISAKTIIVIT KOULUTUKSELLA JA KOKEMUKSELLA LIITTOVALTUUSTOON!



Invalidiliitto on muutoksen kynnyksellä. Uuden vammaispalvelulain soveltaminen hyvinvointialueilla vaatii tarkkaa seurantaa ja epäkohtiin puuttumista. Haluamme olla vaikuttamassa siihen, että jatkossa liiton resursseja suunnataan enemmän yhdistysten jäsenten etujen ajamiseen ja hyvinvointiin.



KRISTIINA KARHOS

varatuomari

- HIY:n pitkäaikainen puheenjohtaja
- Invalidiliiton liittohallituksen jäsen
- Helsingin vammaisneuvoston pitkäaikainen jäsen

NRO 73



VIKTORIA WELLING

suurtalousesimies, herastuomari

- HIY:n hallituksen monivuotinen jäsen
- kulttuurikerho Kulturan perustajajäsen ja vetäjä
- Helsingin käräjäoikeuden pitkäaikainen lautamies

NRO 78

Tämän ilmoituksen maksaa Helsingin Invalidien Yhdistys ry



*Jaana
Märsynaho*

16



Kuuntelen, vaikutan ja teen työtä
yhdenvertaisen yhteiskunnan eteen.

FM, kirjastonhoitaja,
Oulun Invalidien Yhdistyksen sihteeri



**Jussi
Syrjälä**

35

**LOUNAI-SUOMEN
ÄÄNESTYSALUE**

Kokenut vastuunkantaja, jolla on näkemystä, tietoa ja taitoa. Vahvasti verkostoitunut vaikuttaja.

Invalidiliiton valtuustotyössä 16 vuotta, josta 8 vuotta liittohallituksessa.

Raision Seudun Invalidit.

Invalidiliitto.fi/liittoaanestys

**Sydämellä
mukana**

Edunvalvontaa Lapin
ihmisten puolesta
jo yli 20 vuotta.

31

Minna Muukkonen

Lapin vaalipiiri



**JUHA
JULMALA**

**POSITIIVINEN
POHOJALAANEN
YHTEESTEN
IHIMISOIKEUKSIEMMA
PUOLELLA**

- OSALLISUUS
- AKTIIVISUUS
- TYÖ-
MAHDOLLISUUKSIEN
PARANTAMINEN

**LÄNSI-
SUOMEN
ÄÄNESTYSALUE**

49



32 VUOTTA KOKEMUSTA

- vahva ääni yhdenvertaisuuden puolesta

Tunnen vammaisen arjen ja haluan edistää kaikkien oikeutta täysipainoiseen elämään. Toimin aktiivisesti Aivovammaliitossa, Mäntsälän vammaisneuvostossa ja vapaaehtoistyössä vammaisten, ikäihmisten ja nuorten hyväksi.

Mikko Ratia

Järvenpään Seudun Invalidit ry

72



Johanna Juntunen

- Sanavalmis ja oikeudenmukainen aktiivitoimija numerolla 8
- Marfan ja sen kaltaiset sairaudet ry:n valtakunnallinen ehdokas
- Markkinointialan yrittäjä, kouluttaja, avustajien työnantaja (Hetan jäsen)
- Vaikuttamista '93 lähtien, nyt puheenjohtaja- ja vpj-roolit mm. Ertossa, Digmarit ry:ssä ja Opetushallituksen toimikunnassa

äänestä harvinaista liittovaaleissa

8



Sisä-Suomen vaalipiiri

Emilia Mäenpää

24

- Äetsän Invalidit ry:n hallituksen jäsen
- Merkonomi ja neljän lapsen äiti
- Pyrkimys edistää vammaisten tasa-arvoa ja tuoda esiin myös näkymättömät rajoitteet
- Yhteistyö ja avoimuus – jokaisella on oikeus tulla kuulluksi

Äetsän Invalidit ry



KAUKO VÄISÄNEN

63

**KOKO ETELÄ-SAVON
VAHVA JA PITKÄAIKAINEN
VAIKUTTAJA.**

**YHDENVERTAINEN ETELÄ-SAVO RY
ITÄ-SUOMEN ALUE**



**Apua tarvitsevan ihmisen
asialla sekä paikallisesti että
valtakunnan tasolla.**

- * yhdenvertaiset palvelut
- * tasa-arvo
- * itsenäisen elämän mahdollisuus
- * talouden tasapainottaminen
- * kiusaamis-, häirintä- ja uhkatilanteiden kartoittaminen sekä niihin puuttuminen

18

Terttu Salmi

Toimittaja, hotellivirkailija
Pudasjärven Invalidit ry.



**Olen ehdolla Länsi-Suomen
äänestysalueella.**

Olen ehdolla jotta,

- voimme tehdä esteettömästä arjesta totta – työmme ei ole vielä valmis!
- vammaispalvelulain mukaiset palvelut säilyvät – ei leikkauksia!
- yhdenvertaisuus ja tasa-arvo toteutuu työelämässä – kaikilla oikeus työhön ja koulutukseen!
- äänemme kuuluu oikeuden ja osallisuuden puolesta – sinun äänesi on tärkeä!

**Invalidiliitto ry on tärkeä tukiranka
työlle alueellamme.**

48

Anne Ojanperä
Kurikan Invalidit ry



Mert Otsamon suunnittelema heijastin on onnenamuletti

Muotisuunnittelija Mert Otsamo suunnitteli Invalidiliitolle uuden heijastimen. Se on onnenamuletti, joka pitää kantajansa konkreettisesti turvassa liikenteessä. Kurkistimme kulissemiin, kun heijastimen myyntikampanjaa kuvattiin.

Invalidiliiton uudessa heijastimessa metalliketjujen päässä roikkuu kolme symbolia: piikki, tähti ja kädet, jotka muodostavat sydämen.

–Aloin miettiä heijastimen merkitystä. Minulle tuli siitä vahvasti mieleen moderni lucky charm eli onnenamuletti. Onnenamuletti perustuu taikauskoon, mutta heijastin tuo ihan konkreettisesti turvaa ja voi pelastaa hengen. Halusin yhdistää nämä kaksi maailmaa, heijastimen suunnittelija **Mert Otsamo** kertoo.

Jokaisella kolmella symbolilla on merkitys. Sydämen muodostavat kädet kuvaavat rakkautta ja auttamista.

Tähti on kirkas Pohjantähti, joka tuo valoa ja näyttää suuntaa. Pohjantähti on toiminut vuosituhansia ihmisille opastuksen ja suojelun symbolina.

Piikin tarina taas ulottuu vuoteen 2016.

Otsamo suunnitteli silloin Invalidiliitolle Piikki-rintaneulan. Sen viesti oli, että kaikki kohtaavat elämässään haasteita, piikkejä, ja että niitä voi kantaa ylpeydellä.

–Halusin pitää piikin mukana, mutta viedä teemaa vielä pidemmälle, Otsamo kertoo.

Hänelle oli selvää, että yhteistyö jatkuu, kun liitto pyysi häntä suunnittelemaan uutta heijastinta.

–Invalidiliiton kanssa oli ihana tehdä töitä aiemmin ja sitä tuntui luontevalta jatkaa. Oli hienoa päästä jatkamaan piikin ajatusta siitä, mihin jäimme viimeksi, Otsamo sanoo.

Heijastin voi estää vammautumisen

Heijastin on esineenä merkityksellinen siksikin, että liikenneonnettomuuksissa vammautuu vuosittain monia ihmisiä.

–Vammautuminen on niin pienestä kiinni joskus. Heijastin voi suojata siltä, kertoo Invalidiliiton keräyspäällikkö **Petri Äikiä**.

Otsamon suunnittelema esine pitää siis turvassa, mutta se on myös tyylikäs esine kantaa päällään.

–Se tuo uutta stailia heijastimiin. Se on suunnattu myös nuorille ihmisille, jotka haluavat, että heillä on hyvännäköisiä tuotteita päällään. Yritämme kasvattaa tästä ilmiötä ja haluaisimme tehdä tästä jatkumon niin, että esimerkiksi parin vuoden välein suunniteltaisiin uusi heijastin, Äikiä kertoo.

Heijastimen kampanjaa kuvattiin lokakuun alussa, ja malleina oli monimuotoinen joukko ihmisiä. Heistä moni on tuttuja kasvoja esimerkiksi sosiaalisesta mediasta.

–Oli tärkeää tehdä design-tuote

Kuvauksessa mallina ollut Kastanja Rauhala tunnetaan tanssijana ja yhtenä Tanssii tähtien kanssa -ohjelman opettajista.



Mert Otsamo ja Sergey Hilman vaihtoivat kuulumisia. Hilman oli yksi kuvauksen malleista.



Anna-Stina Lindén ennen omaa kuvausvuoroaan.



ja kampanja, joka kiinnostaa muitakin kuin niitä, jotka ovat jo valmiita tukemaan Invalidiliittoa, kertoo **Katja Koivisto** Pentagon Design Oy:stä, joka oli mukana suunnittelemassa heijastimeen liittyvää myyntikampanjaa.

Heijastinta voi nyt ostaa Invalidiliiton verkkokaupasta osoitteesta ostaheijastin.fi. ●



Liittouutiset

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

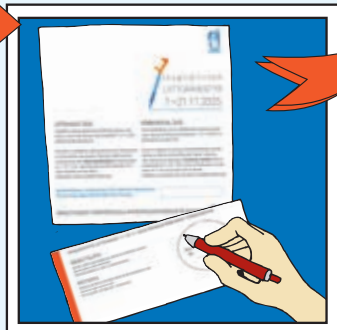
MUISTA
ÄÄNESTÄÄ!

Invalidiliiton
LIITTOÄÄNESTYS
7.-21.11.2025

POSTI TUO SINULLE PIAN
LIITTOÄÄNESTYKSEN ÄÄNESTYSKIRJEEN.



MERKITSE ÄÄNESTYSLIPPUN
EHDOKKAASI NUMERO.
KATSO EHDOKKAASI NUMERO
ÄÄNESTYSALUELUETTELOSTA.



TAITA ÄÄNESTYSLIPPU
JA SULJE SE PALAUTUSKUOREEN.



PUDOTA PALAUTUSKUORI POSTI-
LAATIKKOON VIIMEISTÄÄN 21.11.

TAI:

1. Mene osoitteeseen
www.invalidiliitto.fi/liittoaaneestys
2. Klikkaa sivun äänestyskuvaketta.
Syötä äänestyskirjeessä mainittu henkilö-
kohtainen tunnuksesi + henkilötunnus.
Kirjaudu sisään verkkopankkitunnuksillasi.
3. Ehdokkaiden nimet näkyvät ruudulla äänestysalueittain. Valitse
ehdokkaasi klikkaamalla ja varmista valintasi sivulla olevan ohjeen
mukaan.
4. Sähköinen äänestys alkaa 7.11. klo 8 päättyy 21.11. klo 24



 invalidiliitto.fi/liittoaaneestys



Ryhdy kuukausilahjoittajaksi ja tue kotimaista vammaistyötä

Lahjoittamalla säännöllisesti varmistat, että fyysisesti vammainen 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:

- Soita lahjoituspuhelinnumeroon **0600 100 300**
(10,18 euroa / puhelu + pvm)
- Lähetä tekstiviesti **TUKI10** numeroon 16301 (10 euroa / viesti)



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

Liittoäänestyksen ehdokkaat 2025

Invalidiliiton korkeinta päätösvaltaa käyttää liittovaltuusto. Liittovaltuustossa on 39 jäsentä, jotka valitaan 7.-21.11.2025 pidettävällä enemmistövaalilla liittovaltuuston hyväksymän äänestysaluejaon mukaisesti. Lisäksi jokaiselle äänestysalueelle valitaan yksi varajäsen. Nuorten äänestysalueelta valitaan yksi liittovaltuutettu ja yksi varavaltuutettu. Valituiksi tulevat kustakin äänestysalueelta eniten ääniä saaneet. Valtuuston toimikausi on vuodet 2026–2029.

VALTAKUNNALLISTEN YHDISTYSTEN ÄÄNESTYSALUE



2 Johansson Jan

VTT, sosiaalipääällikkö, Asevelvollisena vammautuneiden tuki ry, Helsinki



3 Täckman Anni

järjestöpääällikkö, liittovaltuuston puheenjohtaja, Selkäydinvammaiset Akson ry, Tampere



4 Väisänen Sara

järjestökoordinaattori, kokemustoimija, Selkäydinvammaiset Akson ry, Helsinki



5 Sallinen Joonas

sairaanhoitaja, Apeced ja Addison ry, Varkaus



6 Poikela Markku

liikunnanohjaaja, vertaiskuntouttaja, Selkäydinvammaiset Akson ry, Helsinki



7 Nykyri Elina

FM, Suomen Turner -yhdistys ry, Vantaa



8 Juntunen Johanna

kouluttaja, markkinointiasiantuntija, Marfan ja sen kaltaiset sairaudet ry, Tampere



9 Booth Neill

FT, Suomen Amputoidut ry, Tampere



10 Nirhamo Ellen

kauppatieteiden kandidaatti, virkamies, Lyhytkasvuiset - Kortväxta ry, Helsinki



11 Koskela Hanna

HR-Assistentti, Suomen Kampurajalkayhdistys ry, Pori



12 Karttunen Karita

sosionomi (AMK), diakoni, Lyhytkasvuiset - Kortväxta ry, Vantaa



13 Kärpänen Jenna

järjestelmäpääkäyttäjä, tradenomi AMK, Suomen Ehlers-Danlos -yhdistys ry, Hyvinkää



14 Välimäki Anne

VTM, sosiaalityöntekijä, Vammaisten naisten valtakunnallinen yhdistys Rusetti ry, Huittinen



OULU-KAINUUN ÄÄNESTYSALUE



15 Qvist Arja

eläkeläinen, hallintopäällikkö,
Haapajärven Invalidit ry, Haapajärvi



16 Märsynaho Jaana

FM, kirjastonhoitaja, Oulun Invalidien
Yhdistys ry, Oulu



17 Räisänen Maaret

eläkeläinen, Oulaisten Seudun Invalidit ry,
Oulainen



18 Salmi Terttu

toimittaja, hotellivirkailija, Pudasjärven
Invalidit ry, Pudasjärvi



19 Pitkänen Liisa

eläkeläinen, Kuusamon Invalidit ry,
Kuusamo

SISÄ-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



20 Talso Tiina

merkonomi, eläkeläinen, Saarijärven
Invalidit ry, Äänekoski



21 Timonen Osku

yhteisöpedagogi (AMK), Tampereen
Seudun Invalidit ry, Tampere



22 Manninen Jarkko

eläkeläinen, Wiitaseudun Invalidit ry,
Pihtipudas



23 Lessman Riikka

lasten ja nuorten erityisohjaaja,
Saarijärven Invalidit ry, Saarijärvi



24 Mäenpää Emilia

merkonomi, Äetsän Invalidit ry,
Sastamala



25 Ahlgrén Jyrki

palomies, evp., Jyväskylän Seudun
Invalidit ry, Jyväskylä



26 Seppälä Aila

piirtäjä, eläkeläinen, Valkeakosken
Seudun Invalidit ry, Valkeakoski



27 Rautiainen Ville

elinvoima-asiamies, FM, Saarijärven
Invalidit ry, Saarijärvi



28 Tukia Timo

agrologi, Mäntän Seudun Invalidit ry,
Mänttä-Vilppula



29 Koivisto Harri

eläkeläinen, Keurusseudun Invalidit ry,
Keuruu



30 Hänninen Jan

väitöskirjatutkija, Jyväskylän
Seudun Invalidit ry, Laukaa

Nuorten ja
valtakunnallisten
yhdistysten
äänestysalue
kattaa koko
Suomen.

LAPIN ÄÄNESTYSALUE



31 Muukkonen Minna

merkonomi, Rovaniemen
Invalidit ry, Rovaniemi



32 Hurtig Anneli

FM, kirjastonhoitaja, Tornion
Invalidit ry, Tornio

LOUNAIS-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



33 Häkkinen Leila

eläkeläinen, Turun Seudun Invalidit ry,
Turku



34 Virtanen Vesa

kirvesmies, Turun Seudun Invalidit ry,
Turku



35 Syrjälä Jussi

filosofian maisteri, eläkeläinen,
Raision Seudun Invalidit ry, Raisio



36 Lehti Seija

eläkeläinen, Noormarkun Seudun
Invalidit ry, Merikarvia



37 Lehtinen Ari

muurari, Ulvilan Seudun Invalidit ry,
Ulvila



38 Virtanen Pirjo

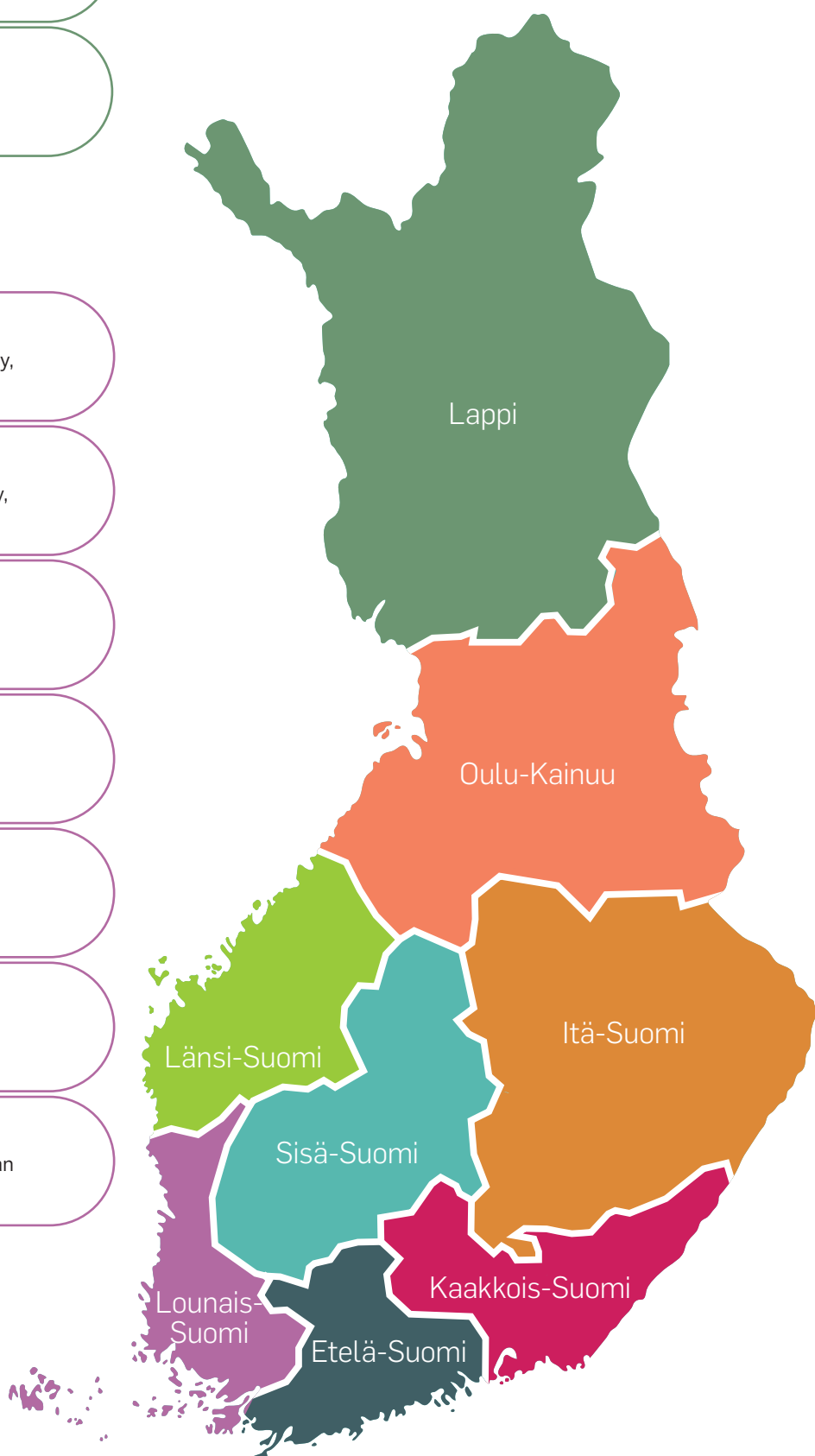
eläkeläinen, Salon Invalidit ry, Salo



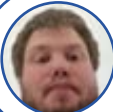
39 Mansikkamäki Tellervo

kassa-myyjä, eläkeläinen, Harjavalan
Seudun Invalidit ry, Harjavalta

Liittoäänestyksen äänestysalueet



NUORTEN ÄÄNESTYSALUE



40 Salminen Henrik

vapaaehtoistoimija, Lahden Seudun Invalidit ry, Lahti



41 Kaasinen Arttu

opiskelija, Lyhytkasvuiset - Kortväxta ry, Espoo



42 Granlund Linnea

yhteisöpedagogi, kirkon nuorisotyönohjaajaopiskelija, Kokkolan Seudun Invalidit ry, Kokkola



43 Mäkinen Emmi

taksinkuljettaja, merkonomi, Redy ry, Jurva



44 Nera Selinä

Rusetin järjestötyöntekijä, julkisoikeuden opiskelija, Vammaisten naisten valtakunnallinen yhdistys Rusetti ry, Turku

LÄNSI-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



46 Kolunsarka Hannu

yrittäjä, Suomenselän Invalidit ry, Ähtäri



47 Djupsjöbacka Sofi

vapaaehtoinen, Vaasanseudun Invalidit ry, Vaasa



48 Ojanperä Anne

talousasiantuntija, Kurikan Invalidit ry, Kurikka



49 Julmala Juha

toimittaja, Seinäjoen Seudun Invalidit ry, Peräseinäjoki



50 Aula Vuokko

Fil. kand., toimintaterapeutti, Kauhavan Invalidit ry, Kauhava



51 Riskumäki Sari

omaishoitaja, kokemustoimija, Jalasjärven Invalidit ry, Jalasjärvi

KAAKKOIS-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



52 Nieminen Eero

eläkeläinen, Lahdenseudun Invalidit ry, Lahti



53 Asp Jarmo

toimitusjohtaja, eläkeläinen, Heinolan Seudun Invalidit ry, Heinola



54 Jaakkola Kata

sosionomi AMK, neuropsykiatrinen valmentaja, Lahden Seudun Invalidit ry, Lahti



55 Vento Simo

yrittäjä, Ruokolahden Invalidit ry, Ruokolahti



56 Mäkinen Pasi

yhteisöpedagogi, Lahden Seudun Invalidit ry, Lahti



57 Mahkonen Minna

toimistosihteeri, lähihoitaja, Kouvolan Seudun Invalidit ry, Kouvola



58 Tervo Sami

tietohallintosuunnittelija, Kotkan Seudun Invalidit ry, Kotka



59 Mielikäinen Päivi

asiakassihteeri, eläkkeellä, Ruokolahden Invalidit ry, Lappeenranta



60 Hänninen Helena

eläkeläinen, Imatran Invalidit ry, Imatra

Lisää
ehdokkaita
seuraavalla
aukeamalla

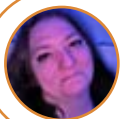


ITÄ-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



61 Mononen Vesa

eläkeläinen, sairaanhoitaja, Keski-Karjalan Invalidit ry, Rääkkylä



62 Kekäläinen Katriina

koulunkäynninohjaaja, lähihoitaja vammaistyö, Siilinjärven Invalidit ry, Siilinjärvi



63 Väisänen Kauko

yo-merkonomi, eläkeläinen Yhdenvertainen Etelä-Savo ry, Mikkeli



64 Tolvanen Jussi

eläkeläinen, Joensuun Seudun Invalidit ry, Joensuu



65 Sourunjärvi Virpi

yrittäjä, yhteisöpedagogiopiskelija, Kuopion Invalidit ry, Kuopio



66 Petäjämäki Timo

ICT-yrittäjä, eläkkeellä, Mikkelin Seudun Invalidit ry, Mikkeli



67 Korpinen Markku

eläkeläinen, johtava ohjaaja, Lieksan Seudun Invalidit ry, Lieksa



68 Koistinen Eila

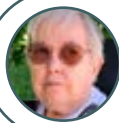
puheenjohtaja, eläkeläinen, lisalmen Invalidit ry, lissalmen



69 Plick Satu

merkonomi, sosiaalialan työnantaja, Outokummun Invalidit ry, Outokumpu

ETELÄ-SUOMEN ÄÄNESTYSALUE



70 Mononen Liisa

eläkeläinen, Lohjan Seudun Invalidit ry, Lohja



71 Kuusela Pirkko

projektinjohtaja, eläkeläinen, ESPIN ry, Espoo



72 Ratia Mikko

sosiaalisen median vaikuttaja, freelancer-kirjoittaja, Järvenpään Seudun Invalidit ry, Mäntsälä



73 Karhos Kristiina

varatuomari, HIY:n puheenjohtaja, Helsingin Invalidien Yhdistys ry, Helsinki



74 Sinisaari Antti

asiantuntijaoperaattori, Porvoon Invalidit ry, Porvoo



75 Rissanen Leena

eläkeläinen, Vihdin Invalidit ry, Vihti



76 Rauhanen Hannele

graafinen suunnittelija, vammaisneuvoston jäsen, Kirkkonummen Seudun Invalidit – Kyrkslättssnejdens Invalider ry, Kirkkonummi



77 Matikainen Sami

liittovaltuuston jäsen, maisteriopiskelija, Hyvinkään Invalidit ry, Hyvinkää



78 Welling Viktoria

suurtalousesimies, herastuomari, Helsingin Invalidien Yhdistys ry, Helsinki

Kenellä on äänioikeus?

Liittoäänestyksessä äänioikeus on niillä jäsenyhdistysten varsinaisilla jäsenillä, joista on toimitettu tieto 31.5.2025 mennessä liiton jäsenrekisteriin, joiden syntymäaika on liiton jäsenrekisterissä ja jotka ovat täyttäneet 15 vuotta 7.11.2025 mennessä.

Jos henkilö on varsinaisena jäsenenä yhdessä

tai useammassa paikallisessa tai alueellisessa sekä yhdessä tai useammassa valtakunnallisessa liiton jäsenyhdistyksessä, tai hän ikänsä puolesta kuuluu nuorten äänestysalueeseen, hän tekee äänestysaluevalinnan äänestyshetkellä. Jäsenyyksien määrästä riippumatta jokaisella on käytössään vain yksi ääni.



Apuvälineen suorahankinta on myös mahdollista

Apuvälineet ovat yhdenvertaisen itseenäisyyden, osallisuuden ja aktiivisen toimijuuden tae. Ne avaavat ovia elämään ja ovat osa turvallisuutta. Apuvälineiden merkitys apuvälineen käyttäjälle vaihtelee. Toisen toimintakyky estyy täysin ilman apuvälinettä, kun taas toinen voi korvata apuvälineen ainakin väliaikaisesti sinnikkyydellään ja kekseliäisyydellään.

Pelkästään se, että esimerkiksi liikuntarajoitteiselle ihmiselle on myönnetty liikkumisen apuvälineenä pyörätuoli, ei tee siitä apuvälinettä. Apuvälineen tulee vastata vamman tai sairauden edellyttämään yksilöllisen toimintarajoitteen aiheuttamaan tarpeeseen. Sen tulee soveltua siihen käyttöympäristöön ja elämäntilanteeseen, missä liikuntarajoitteinen ihminen elää ja toimii. Lisäksi on huomioitava käyttöturvallisuus ja ergonomia niin käyttäjälle kuin häntä mahdollisesti auttaville henkilöille.

Apuvälinemarkkinat ovat suuret, kuin myös niiden hintalappukin. Siksi ei ole sama, miten niitä järjestetään. Suomessa valtaosa välttämättömistä apuvälinepalveluista toteutetaan julkisin varoin, joko erikoissairaanhoidon tai yleisen terveydenhuoltopalveluiden kautta.

Toimijoita säätelee useat eri säädökset. Apuvälinepalvelut katsotaan osaksi potilaan hoitoa sairaanhoidossa, ja se liittyy osana kuntoutushoidon toteuttamiseen. Apuvälineen tarvitsijan joutuminen potilaan rooliin aiheuttaa kuviossa haasteita, koska oikeudellinen toimijuus omassa asemassa on tällöin rajoittunut. Asemaa rajoittaa entisestään apuvälineiden hankintatavat, jotka ovat osa julkisia hankintoja, joissa apuvälineen tarvitsija on täysin ulkopuolinen.

Tästä huolimatta on syytä muistaa, että lääkinnällisen

kuntoutuksen säädösten mukaista apuvälinepalveluiden toteuttamista ohjaa käyttäjälähtöisyys, käyttöympäristö, oikea-aikaisuus, yksilöllinen apuvälinetarpeen arviointi ja palveluiden toteuttaminen hoidon edellyttämä kiireellisyys huomioon ottaen ja kohtuullisessa ajassa.

Yhä enenevässä määrin ongelmaksi onkin noussut apuvälinepalveluiden massaluonteisuus ja sen joutamattomuus vastata yksilöllisiin, haasteellisimpiin apuvälinetarpeisiin, joissa tarvitaan yksilöllisiä ratkaisuja. Tämä tulee esille myös Invalidiliiton 2024 toteuttamasta kyselystä, joka koski lääkinnällisenä kuntoutuksena myönnettävien liikkumisen apuvälineiden käyttäjien kokemuksia apuvälineprosessista.

Ongelma ei itseasiassa piile säädöksissä, vaan enemmänkin organisaatioiden kyvyttömyydessä muokata toimintatapojaan niissä poikkeustilanteissa, joissa apuväline ei sellaisenaan ole suoraan pakasta otettu ja puitesopimuksella valittu. Välttämättömissä tilanteissa apuvälineen suorahankinta on aina yksilökohtaisesti mahdollista. Edes EU-tasoinen MDR-säädös ei estä välttämättömien muutostöiden tekemistä, kunhan tekniset vaatimukset, turvallisuus ja prosessi on dokumentoitu. Tämä on usein tarpeen erityisesti vaikeimmin vammaisten kohdalla, jotka tosiasiallisesti edustavat todennäköisimmin apuvälinepalveluiden asiakkaista vain noin 1 %.

Eduskunnan oikeusasiamies on antanut 16.9.2025 kantelupäätöksen EOAK/6882/2024, jossa se on ottanut kantaa nimenomaan sopivien apuvälineiden löytämisen, yksilöllisten muutostöiden tekemisen ja apuvälineiden luovutuksen kohtuuttomaan viivästymiseen. Ratkaisussa Helsingin kaupungin sosiaali-, terveys- ja pelastustoimen oli katsottu menetelleen lainvastaisesti. Eduskunnan oikeusasiamies on ratkaisussaan pyytänyt Helsingin kaupungilta 31.12.2025 mennessä ilmoitusta siitä, mihin toimenpiteisiin kaupunki on ryhtynyt ratkaisun johdosta. ●

Invalidiliiton Pohjois-Savon väki tapasi Rientolassa

Pohjois-Savon alueen yhdistyksistä n. 150 pääsi paikalle Iisalmen Invalidit ry:n kumppaneiden kanssa yhdessä järjestämään tapahtumaan. Olimme tällä kertaa koolla Vieremällä, Rientolassa tällä kertaa yhdistystoiminnan perusasioissa ja sopivasti hyvinvointia nostamassa. Paransimme yhdistysten vetovoimaa yhteistyön teemalla sekä tutustuimme uuteen VPL: iin,



Pohjois-Savon HVA: n pj. Tanja Airaksinen



Vieremän erityisliikunnanohjaaja Sari Kautto

maispalvelua tarvitseville ihmisille. Iloitsin siitä, että hänen puheenvuoronsa aikana käytiin hyvää ja aktiivista keskustelua ja annoimme hänelle tervetuloa vietäväksi HVA:lle. Vaikuttamismahdollisuuksien parantamisen lisäksi osallistujille tarjottiin erilaista aktiivista toimintaa.

Kuten tiedämme, ihminen tarvitsee hyvinolonsa puolesta mukavaa toimintaa. Vieremän kunnan erityisliikunnanohjaaja **Sari Kautto** veti meille erinomaisen tuolijumpan. Siinä saatiin istumiselle hyvää vastapainoa ja sehän virkisti meitä kaikkia.

Aamupäivän ahkeroinnin jälkeen pidimme ansaitun tauon ja pääsimme istahtamaan Tmi **Pertti Tervon** ja **Pirjo Tervon** järjestämään runsaaseen lounaspöytään. Raikas ja kevyt lounas antoi potkua iltapäivän touhuihin. Musiikki on osa meidän hyvinvointiamme ja pienten sattumusten jälkeen saimme estradille v. 2015 Seinäjoen tangomarkkinoiden finalistin **Tiina Pitkäsen**. Saimme kuulla kaunista iskelmämusiikkia ja päivän viimeisellä tunnilla myös itse laulaa. Ohjelmaan saatiin mahtumaan hyvä tunnin mittainen karaokeosio. Hiljan 60 vuotta täyttänyt Sonkajärven yhdistyksen puheenjohtaja **Kari Rönkkö** ”räjäytti” potin. Hän vetäisi ”savolaisella otteella” itse Ruikonperän mul-



Kari Rönkkö ja karaokebiisi – Hilma ja Onni



Artisti Tiina Pitkänen lauloi kauniita iskelmiä

takurkun, **Jaakko Tepon** v. 1980 julkaistun suosituksen biisin – Hilma ja Onni. Yllätyin laulajien innostuksesta karaokeen, ja siinäpä heitettiin ilmoille mahdollinen alueemme karaokekilpailujen järjestäminen. Järjestöasiantuntija **Mika Saastamoinen** juonsi 6.9.25 pidetyn tapahtuman.

Pertti Laajalahti
Iisalmen invalidit ry
Kunniapuheenjohtaja



Osallistujat tuolijumpassa

jotta voimme vahvistaa vaikuttamistoimintaamme.

Pohjois-Savon HVA:n perhe- ja vammaislautakunnan puheenjohtaja **Tanja Airaksinen** kertoi meille uudistuneesta vammaispalvelulaista ja sen merkityksestä vam-

Joensuun Seudun Invalidit täytti 80 vuotta 9.9.2025

inlandia soi taustalla Paula Vesalan esittämänä, joka viritti juhlaväen vastaanottamaan tulevan tilaisuuden.

Olipa hienoa olla Joensuun Seudun Invalidien syntymäpäivillä 13.9 Joensuun Rantakylän kirkon tiloissa, jotka ovat esteettömät ja antoivat arvokkaan ympäristön tähän tapahtumaan. Yhdistysväkeä oli runsaasti ja alueelta ystävähdistyksiä; Iisalimesta, Sonkajärveltä, Savonlinnastakin saakka oli tullut vieraaksemme porukkaa ja Outo-kummusta tietenkin myös. Yhteistyökumppaneita ja vammaisjärjestöjä oli paikalla. Oma väkeäkin oli kiitettävästi.

Invalidiliiton Itä-Suomen alueen järjestöasiantuntija **Mika Saastamoinen** ja yhdistyksen puheenjohtaja **Jaana Tolvanen** toivottelivat arvoisat juhluvieraat tervetulleiksi. Mika Saastamoinen hoiteli juontohommat asiantuntevasti. Mikäpä oli juontaessa, kun ohjelmassa oli letkeää Kaiutin-yhtyeen musiikkia. Mm. Ievan polkka sai tosi osaavan 7 henkeä käsittävän ryhmän esittämänä tunnelman kattoon. **Elsi Komu** ja **Tellervo Paavilainen** esittivät hienosti runoa ja runonlaulantaa, kuten pohjoiskarjalaiseen tyyliin sopiinkin. Historiikin esitti kunniapuheenjohtaja **Seija Lehikoinen**.

Juhlapuheen piti Invalidiliiton toimitusjohtaja **Janne Juvakka**. Juhlapuheessa hän esitti huolensa tulevista leikkauksista, jotka koskevat järjestökenttää.

Seurakunnan tervehdyksen esitti pappi **Heikki Mujunen**.

Muistamiset myös muistettiin.



Kuvassa vasemmalta oikealle: **Iiris Karvinen, Mika P. Peuhkurinen, Risto Tanninen, Seija Lehikoinen, Raili Mastola, Taito Mastola, Marja Piipponen, Helvi Soikkeli ja Lasse Vakkala**

Invalidiliiton kultainen plaketti luovutettiin ansiokkaasta, pitkäaikaisesta työstä **Iiris Karviselle**. Luovutuksen toimitti **Janne Juvakka**. Vuosimerkit jaettiin jäsenen ilmoittaessa, tahtooko ottaa sen vastaan oltuaan 40- tai 50-vuotta Invalidiliiton jäsenyhdistyksissä.

40v. **Mika P. Peuhkurinen** ja **Risto Tanninen** ja **Eero Kinnunen**

50v. **Seija Lehikoinen, Helvi Soikkeli, Marja Piipponen, Lasse Vakkala, Taito Mastola, Raili Mastola ja Jouko Sahlman**.

Joensuun Villit Martat pitivät huolen, että tarjoilut pelasivat ja ettei kuivin suin tarvinnut lähteä kotiin. Hymyssä suin kaikki poistuivat tahoilleen.

Niillä valtuuksilla, jotka tässä kirjoittajalla on, kiitän kaikkia yhdistyksen puolesta.

Seija Lehikoinen



Puheenjohtaja Jaana Tolvanen

Huittisten Seudun Invalidien syyskauden tapaamiset alkoivat elokuun viimeisenä maanantaina Invatuvalla. Paikalle saapui 15 jäsentä. Avauksessa oli vierailijana **Reino Äikiä**, hän kertoi karjalaisuudesta Huittisissa. Samalla tutustuttiin monelle uuteen herkkuun, rapuihin. Onneksi yhdelle jäsenelle ravut olivat tuttuja, joten hän toimi opastajana päivän antimien syömiseen.



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

Katsasta myös loppusyksyn webinaarit. Tarjolla on tietoa varautumisesta ja turvallisuudesta, sosiaalihuollon asiakkaan sekä potilaan oikeuksista.

LMOITTAUTUMINEN JA KURSSIOHJELMAT
www.invalidiliitto.fi/koulutuksia

KAIKILLE KIINNOSTUNEILLE

MITEN UUSI VAMMAISPALVELULAKI TOIMII HYVINVOINTIALUEILLA?

Aika: 11.11. klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Kaikki kiinnostuneet
Tavoite: Keskustella uuden vammaispalvelulain toivuudesta hyvinvointialueilla
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 10.11. mennessä tai liittymällä keskusteluun nettisivuilla olevan linkin kautta

INVALIDILIITTO TUTKII: TIETOA SELKÄDINVAMMAN KANSSA ELÄMISESTÄ osa 2

Aika: 18.11.2025 klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Selkädinvammat henkilöt, heidän läheisensä, ammattilaiset, jotka työskentelevät selkädinvammatteiden kanssa sekä muut kiinnostuneet
Tavoite: Keskustella ja saada tutkittua tietoa selkädinvammatteiden henkilöiden terveydestä ja toimintakyvystä sekä esteettömyyden haasteista perustuen FinSCI-haastattelututkimusosuuteen.
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 17.11. mennessä

MITÄ JOKAISEN ON HYVÄ TIETÄÄ VARAUTUMISESTA JA TURVALLISUUDESTA?

Aika: 2.12.2025 klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Vammaiset henkilöt, heidän läheisensä ja kaikki kiinnostuneet
Tavoite: Saat tietoa varautumisen kokonaisuudesta, varautumisesta käytännössä sekä valmiuksia toimia häiriötilanteessa.
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 1.12. mennessä

MITÄ JOKAISEN ON HYVÄ TIETÄÄ SOSIAALIHUOLLON ASIAKKAAN OIKEUKSISTA?

Aika: 9.12.2025 klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Kaikki kiinnostuneet
Tavoite: Saat tietoa sosiaalihuollon asiakaslaista ja asiakkaan oikeuksista sosiaalipalveluissa (tiedon saaminen, osallistuminen, itsemääräämisoikeus, päätöksen merkitys, oikeusturva).
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 8.12. mennessä

MITÄ JOKAISEN ON HYVÄ TIETÄÄ POTILAAN OIKEUKSISTA?

Aika: 16.12.2025 klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Kaikki kiinnostuneet
Tavoite: Saat tietoa potilaslaista eli potilaan asemasta ja oikeuksista sekä tukea potilaan oikeuksien tunnistamisessa terveydenhuollossa.
Hinta: Maksuton

AJANKOHTAISTA YHDISTYSTOIMINNASSA

ALUEELLISTEN VAIKUTTAJAJEN JA VAMMAISNEUVOSTOJEN JÄSENTEN VALTAKUNNALLISET TAPAAMISET

Aika: 5.11.2025. klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Alueiden vaikuttajaverkoston ja vammaisneuvostojen jäsenet
Tavoite: Keskustella eri alueilla nousseista vaikuttamistoiminnan teemoista, jakaa kokemuksia ja hyviä käytäntöjä, verkostoitua ja saada vertaistukea. Teemana ajankohtainen alueilla puhuttava asia, jota voi myös itse ehdottaa etukäteen.
Hinta: Maksuton.
Ilmoittautuminen: 3.11. mennessä

KANSAINVÄLINEN MIESTEN PÄIVÄ

Aika: 19.11. klo 18-19:30
Paikka: Teams. Lisäksi yhdistykset eri puolella Suomea järjestävät omia tapahtumiaan.
Kohderyhmä: Invalidiliiton jäsenyhdistysten miehet
Tavoite: Viettää yhdessä kansainvälistä miesten päivää
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 17.11. mennessä webinaariin

ELINVOIMAISET ALUEET: KOKEILE JA KEHITÄ!

Aika: 25.11.2025 klo 17-18:30
Paikka: Teams
Kohderyhmä: Invalidiliiton jäsenyhdistysten hallitusten jäsenet ja muut aktiivit
Tavoite: Saat intoa, ideoita ja valmiuksia kokeilla ja kehittää yhdistysten ja alueiden yhteistyötä.
Hinta: Maksuton
Ilmoittautuminen: 24.11. mennessä

KOULUTUKSIIN ILMOITTAUTUMISET JA LISÄTIEDOT

Ilmoittautuminen www.invalidiliitto.fi/koulutuksia

LISÄTIETOJA

koulutussuunnittelija Auli Tynkkyseltä,
auli.tynkkynen@invalidiliitto.fi, p. 040 778 8690.

Koulutukset toteutetaan Opintokeskus Siviksen tuella.





Hei, olen **Riitta Lehto** ja kokoon IT-lehteen yhdistyksistä tulevat tiedot. Voit soittaa minulle puhelinaikana **ma klo 13–15** numeroon **044 7650 659**. Voit jättää myös soittopyynnön tai lähettää sähköpostia osoitteeseen **it-lehti@invalidiliitto.fi**.

Seuraavan lehden (8/2025) aineistot 5.11. mennessä.

ONNEA

HELSINKI

80 Anna-Maija Järvinen 20.11.

HYVINKÄÄ

85 Solveig Crusell 12.12.

KUOPIO

90 Kaija Korkalainen 10.11.,
Tauno Tenhunen 1.12.
70 Liisa Nissinen 19.11.

KURIKKA

85 Kirsti Haapamäki 27.8.
80 Annikki Hahto 24.10.,
Jussi Mäki-Kisko 18.9.,
Anneli Keskinieki 15.10.
75 Martti Ritola 15.8.
70 Anniina Haanpää 14.8.

KUUSANKOSKI

70 Vesa Keinänen 15.11.

LAHTI

75 Tapio Lahtinen 17.11.

PORVOO

90 Marja-Leena Penttinen 22.10.
85 Erkki Hopeamaa 25.10.
80 Erkki Hietala 24.11.

RAUMA

75 Marja Purokallio 23.11.
70 Eeva-Liisa Kähönen 18.11.,
Allan Aalto 25.11.

RUOVESI

70 Salme Kiprianoff 14.12.

SÄYNÄTSALO

75 Ilkka Heinäaho 22.11.

VAASA

85 Annikki Malm 1.12.
80 Terttu Renko 2.12.
75 Jorma Harju 17.11.
70 Raija Koski 12.11.

VANTAA

95 Kivilä Hilka 29.9.
85 Nissinen Liisi 1.8., Salonen Laila 12.8.,
Stadius Marja-Liisa 27.10.
80 Tiainen Esa 6.7., Latvala Vuokko 7.9.,
Keskikukko Leena 14.11.,
Osolanus Pertti 6.12.,
Alatalo Marjatta 14.12.,
Pehkonen Leena 17.12.
75 Pesonen Pentti 16.7.,
Rauvala Eeva Liisa 15.9.
70 Salopää Veikko 2.8., Paasio Arja 22.8.,
Kolhinoja Arja Margit 22.8.,
Alafuzoff Tuula 23.10.,
Joensuu Tuuli Maaria 6.11.,
Friman Aarne 10.11.,
Villgren Kristina 24.11.
65 Vesimäki Kirsi 27.7., Ojala Vesa 9.8.,
Kivinen Kauko 8.10.
50 Partanen Taina 9.7.,
Ihanainen Janne 12.11.,
Volk Mathias 4.12.

KUOLLEET

Ritva Oksanen

Euran Seudun Invalidit ry

Pirkko Kortemäki

Vaasanseudun Invalidit
- Vasanejdens Invalider ry

Kalevi Mäkelä

Vantaan Invalidit VANIN ry

Kaarlo Kiiskinen

Sirpa Lehtikoinen

Sirkka Limatius-Toivanen

Arvo Toivanen

Joensuun Seudun Invalidit ry

Malkamo Aino

Jaakola Antero

Kääntä Paavo

Somero Mauri

Wilén Erkki

Pehkonen Jaakko

Ylivieskan Invalidit ry

MYYDÄÄN

Tandempyörä VanRaam, 3-pyöräinen, laadukas tandempyörä, joka sopii hyvin mm. liikuntarajoitteisille ja ikäihmisille. Matalla astinkorkeus helpottaa kyytiin nousemista ja poistumista ja kaksi takapyörää varmistavat turvallisen pyöräilyn. 8-vaihteinen pyörä on 13 vuotta vanha. Pyörä on sähköistetty. Pyörää on säilytetty lämpimässä autotallissa ja myydään tilanpuutteen vuoksi. Nouto Hyvinkäältä. Mahtuu pakettiautoon tai peräkärryyn. Tee tarjous, Lisätietoja p. 050 331 3081 /Sanna.



**Lähetä aineistot
vuoden 2025 kahdeksanteen
numeroon 5.11. mennessä.**



ETELÄ-SUOMI

ESPIN

ESPINin toimisto, puhelinneuvonta, jäsenasiat sekä lisätietoja tapahtumista ym. Anne Virtanen 0415480638, espinry.toimisto@gmail.com. **ÄIJÄkahvit** ma 3.11. ja ma 1.12. klo 13.30, lisät. Jarmo Nurmi 0400873877. **Lounastapaaminen** pe 7.11., pe 5.12. ja pe 9.1. klo 12.30 paikat jäsentiedotteessa, lisät. ja ilm. pe 31.10., pe 28.11. ja pe 26.12. mennessä, Tuovi Nykänen 0451314455, tuovi.nykanen@gmail.com. **Kirjapiiri** etänä klo 17 alkaen, ma 27.10. luetaan Miri Yü: Uenon asema, ma 24.11. luetaan Laura Gustafsson: Mikään ei todella katoa ja ma 26.1. kirja ilmoitetaan myöhemmin, lisät. ja ilm. Ritva Viljanen, 041 319 9877 (tekstiviestillä), ritva.viljanen64@gmail.com. **Luovan toiminnan syyskierros** joka toinen to klo 12–14, 6.11. (kalenteriaskartelu) ja 20.11. Iso Omenan kirjasto, lisät. ja ilm. Ritva Viljanen. **Joulukorttipaja** to 4.12., klo 12–15 Karaportissa, os. Karaportti 5, Espoo, lisät. ja ilm. Ritva Viljanen. **Asahi** live-etänä joka ma 1.9.–15.12., klo 13.00–13.45, lisät. ja ilm. ESPIN toimisto. **Tuolilattarit** joka to 4.9.–11.12. klo 16.50–18.00 Kuitinmäen koulu os. Kuitinkuja 4, Espoo, lisät. ja ilm. Kristina Bjugg 040 577 3398, kit-ti.bjugg@hotmail.fi. **Jäsentapaamiset** Karaportissa ma 3.11. ja ma 1.12. klo 17–19, os. Karaportti 5, Espoo lisät. ja ilm. ESPIN toimisto. **Syyskokous ja puurojuhla** la 29.11. klo 14–19, Ravintola Hills, Klovinspellontie 1–3 torni 1, 02180 Espoo, lisät. ja ilm. ti 18.11. mennessä Aija Tarkiainen, 0400 900 657 tai aija.tarkiainen@gmail.com. Lisää tapahtumia ja tarkemmat tiedot tapahtumista jäsentiedotteessa. Jäsentiedote 4/2025 ilmestyi lokakuun aikana. Katso myös espin.fi.

HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS

Toimiston osoite: Voudintie 6, 00600 Helsinki. Internet-sivut: www.hiy.fi. Toimisto auki ma, ti, to 9–16, ke 9–19 ja perjantaisin toimintakeskus on suljettu, palvelemme klo 9–15 vain puhelimitse puh. 09 7206 240, s-posti: toimisto@hiy.fi. Sähköposti muotoa etunimi.sukunimi@hiy.fi. Puheenjohtaja Kristiina Karhos puh.0504635732, s-posti: pj.hiy@hiy.fi. Toiminnanjohtaja Pirjo Virtaintorppa, puh.09 7206 2415 **HIY:n ajankohtaista. Vaalipaneeli, Invalidiliitto liittoäänestys** ke 5.11. klo 17–18.30.

Voudintie 6. Yleisö voi osallistua myös etänä, Teams-ohjelmalla. Ilm.2.11. toimisto@hiy.fi / 09 7206 240. **Lukupiiri** ma 17.11. klo 17–19. Voudintie 6. /etänä Teamsissa. Kirja: Pajtim Statovcin "Lehmä synnyttää yöllä". Ilm. riitta.sjolanki@gmail.com / 040 514 7526. Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n **sääntömääräinen syyskokous** ti 18.11. klo 17–19, kahvitarjoilu klo 16. Voudintie 6. Kokouksessa käsitellään sääntöjen 6 §:n mukaiset asiat, sekä valitaan hallitukseen jäseniä ja yhdistyksen varapuheenjohtaja. Lisäksi päätetään Helsingin kaupungin tontin 91–45-127-1 (Tuulimyllyntie 5) uudelleenvuokrauksesta, siihen liittyvistä kiinnityksistä ja panttauksista sekä valtuutuksien antamisesta talous- ja kiinteistöpäällikölle asian hoitamista varten. Kokoukseen järjestetään etäyhteys Teams-ohjelmalla. Virallinen osallistuminen ja äänestäminen on mahdollinen tietoliikenneyhteyksin. Jos aiot olla etänä, muista ilmoittautua viimeistään pe 14.11. toimisto@hiy.fi / 09 7206 240. **MIESTEN saunailta**. Ke 19.11. klo 17–20. Invalidiliiton tiloissa, Mannerheimintie 107 (Käynti Nauvontie 8). Vietetään yhdessä kansainvälistä miestenpäivää. Teemana miesten hyvinvointi - Mies, pidä itsestäsi huolta! Ilm. Seppo Pihkala: spihkala@gmail.com / 045 318 6266. Oma pyyhe mukaan. **Digikoulutus** to 20.11. klo 13.15–14.15. Voudintie 6. Tietotekniikan sanastoa selitettynä.

HYVINKÄÄN INVALIDIT

Hallitus kutsuu koolle **sääntömääräisen syyskokouksen** su 23.11. klo 13, Onnensilta, käyntios. Värttinäpolku A7, Hyvinkää. Kahvitarjoilu klo 12:30 alk. Testamentti-luento ma 1.12. klo 17-18:30, pääkirjasto, Torikatu 5, Hyvinkää. Luennoitsijana OTM Jussi-Pekka Hanhela. Joulujuhla to 4.12. klo 14–17, lounasrav. Munkinkulma, Munkinkatu 65, Hkää. Hinta 30 €/jäsen, avustajat, ryhmänvetäjät, kahviotyöntekijät ja hallitusjäsenet 20 €/hlö. Seuralaisea tuleva ei-jäsen 42 €. Ilm. jasensih-teeri.hyvinka@gmail.com rai p. 046 6446 121 /Kirsi ja maksu tilille FI 14 4260 1220 0665 39, viite 4129 viim. 17.11. menn. Ilm. ajan jälkeen tulleista peruutuksista peruu-tusmaksu on 50% osallistumismaksusta. **Asahi** ma klo 15–16, palvelukoti Lepovilla, Torikatu 10. Syyskauden viim. vuoro 24.11. **Boccia** ja **sisäcurling** la klo 10–12, Hyria B-talo, Kauppalankatu 18, Hyvinkää. **Kuntosali palvelukoti Lepovilla**, ti klo 14–15 ja pe klo 16–18. **Kuntosali palvelukoti**

Mäntykoto, ti klo 15–17 ja to klo 17:30–19, Sähkökatu 28. **Harvinaisia sairauksia sairastavien henkilöiden vertais-tukiryhmä** ma 10.11. kko 15–17 teema "Kevään haaveita ryhmälle ja omien haaveiden toteuttaminen" ja 8.12. klo 15–17 teema "Joulu ja sen odotus" Onnensilta. Yhteyshlö Sanna-Kaisa Patjas harvinaiset.hyvinka@gmail.com. **Jouluvalmisteluja-ryhmä** ke klo 16:30-18:30, Onnensilta. **Kässäkerho** to klo 13-15:30, Onnensilta. **Senioribio** ke 5.11. ja 3.12. ip, Biorex. Elokuva ja tarkka aika selviävät myöh. Seuraathan ilmoittelua. **Keilaus** 7.11. ja 5.12. klo 13–14, Nurmijärvi. Ilm.viim. 3.11./3.12. jasensih-teeri.hyvinka@gmail.com tai p. 046 6446 121. Lisätietoja Aamupostin Yhdistykset-palsta, www.hyvinka.fi, Facebook, Instagram, p. 046 6446 121/Kirsi.

JÄRVENPÄÄN SEUDUN INVALIDIT

Syyskokous ti 18.11. klo 15–17. Myllytien toimintakeskus, Myllytie 11, Järvenpää. Tilana Luokka, käynti sisäpihan kautta, ovi C. Kahvitarjoilu. **Boccia** ti 25.11. ja 16.12. **Huom! muuttunut aika** klo 13–14.30. Järvenpään ev.lut.seurakunnan liikuntahalli, Kirkkotie 1 C. Lisät. Markku p. 040 968 9449. **Pikkujoulu** yhdistys tarjoaa ti 9.12. klo 16–18 jäsenilleen pikkujouluaterian. Kakkutalo GILAN, Vanha Yhdystie 17, Järvenpää. Ilm. viim. 24.11. jarvenpaan.invalidit@gmail.com tai Saila, ilmoitathan, jos on erityisruokavalio ja, jos tarvitset kyydin. Tapahtumatiedot Keski-Uusimaa-lehden järjestöpalsta, js-inva.fi, Facebook, p. 050 434 9166/Saila

KARKKILAN SEUDUN INVALIDIT

Syyskokous 18.11.2025 klo 15.30 Kansankulmassa, Helsingintie 54. Syyskokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Vieraana järjestöasiantuntija Aapo Rantanen Invalidiliitosta. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

VANTAAN INVALIDIT

Vantaan Invalidit VANIN ry:n kotisivut osoitteessa www.vantaaninvalidit.fi. **Syyskokous** sunnuntaina 23.11. klo 13, kahvitus klo 12.30 alkaen. Joulumyyjäiset 20.12. Korson S-marketilla klo 10 alkaen. **Askartelu** torstaisin klo 12–14 kauden viimeinen kerta 18.12. **ATK-kerho** 10.11. klo 17–20 vieraana **Arto Kouhia** Vantaan kaupungin Digituki, apua esim. MAISA -sovellukseen, 8.12. maanantaina klo 17-20, omat tietokoneet ja älypuhelimet mukaan. **Länsi-Vantaan kerho**, Myyrmäki-



talossa, tapahtumahuone, 2 krs (kirjaston talo) maanantaina 10.11. klo 14–16, **as-karrellaan**, maanantaina 8.12. klo 14–16, vietetään pikkujoulua. **Istumalentopallo & sisäboccia** tiistaisin klo 17:30–19:30 Kuusikon koululla. **Hieroja Satu Kräkin Markkulassa** to 6.11. ja to 11.12. klo: 9–14, lisätiedot toimistolta. **Hengellinen piiri** ke 26.11 klo 13–14:30 Markkulassa, joulujuhla. Paikalla Tikkurilan SRK:n pappi Jarkko Korhonen + ehtoolinen ja muistellaan vuoden aikana poisnukkuneita jäseniä. **Keskiviikkokerho** ja **naistenpiiri**, Keskiviikkokerho on tauolla. **Pe 21.11** klo12–15 naistenpiirin joulukranssi askartelua. Materiaalimaksu 5 € Minnalle ja 5 € Anille paikan päällä. **Ke 10.12** klo12–15 naistenpiirin ja keskiviikkokerhon yhteinen pikkujoulu Markkulassa. Ota pikku paketti mukaan max. 8 €. **Tuolijumppa** 12.11.klo 14:00 alkaen, 26.11. klo 14:30 alkaen, joulukuussa ei ole tuolijumppaa! **Sisäboccia** torstaisin peruttu.

LOUNAIS-SUOMI

EURAN SEUDUN INVALIDIT

Kuukausikerho ma 13.10. klo 13.00. **Sääntömääräinen syyskokous** ma 10.11. klo 13. Molemmissa paikkana Anttilantien Tupa ja paketti arvontaan. **Vesijumppa** Urheilutalolla jatkuu torstaisin klo 12–12.30. Muut kerhot jatkuvat Anttilantien Tuvalla entisiin ajoin. Tiistaisin **boccia** klo 12.00 ja **skipbo** korttipeli klo 14.00. Torstaisin **seiska korttipeli** klo 13–17. **Joululounas** ke 17.12. klo 14. Maksu 30 €/hlö. Noin 4 € arvoinen paketti pukinkonttiin. Erjan vetämän **toimintaryhmän** aikataulu on ilmoitustaululla. Tiedustelut Ollilta p. 050 439 1666.

HARJAVALLAN SEUDUN INVALIDIT

Yhdistyksen toimisto, Yhteisöotalo, Satakunnantie 110, Harjavalta. Puheenjohtaja Tellervo Mansikkamäki p. 040 5113280, sihteeri Anneli Mannelin-Pelkonen p. 040 8354120. **Pelikerho** parillisenä ma klo 12–16 toimistolla. **Kerho** kk:n pariton ma klo 15 koulukeskuksessa, ruokasalin viereisessä kabinetissa, Myllykatu 3 A, Harjavalta. **Askartelukerho** tiistaisin toimistolla klo 12–15, **Bocciaa** pelataan Vinnareissa tiistaisin klo 13.30–15.30. **Muistutamme vielä: Syyskokous 3.11.2025 klo 15** koulukeskuksen ruokasalin viereisessä kabinetissa, Myllykatu

3 A, Harjavalta. Esillä sääntöjen määräämät asiat, kuten toimielinten valinnat, toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2026. Kahvitus klo 14.30 alkaen. **Apuvälinemessut Tampereen messu ja urheilukeskuksessa**. Olemme **pe 7.11.** menossa messuille yhdessä Satakunnan Neuroyhdistyksen kanssa. Kuljetus on esteetön. Porista kyytiin pääsee vanhalta linja-autoasemalta klo 9, Nakkilasta pikavuoropysäkillä klo 9.15, Harjavalasta linja-autoasemalta klo 9.30 ja Kokemäeltä linja-autoasemalta klo 9.45. Hinta on 20 € jäseneltä, 25 € ei jäseneltä. Menomat-kalla ruokailaan n. klo 11. Perillä ollaan n. klo 12 ja kotiinlähtö n. klo 16. **Kerho 17.11.** klo 15 koulukeskuksessa, ruokasalin viereisessä kabinetissa, Myllykatu 3 A, Harjavalta. Edustaja Kelasta paikalla. **Kansainvälinen miesten päivä 19.11. klo 18–19.30 Yhteisöotalolla, toimistolla.** Tarjoilua ja ohjelmaa miesten hyvinvoinnista. **Joulujuhla koulukeskuksen ruokasalissa 1.12. klo 16.** Hinta 20 € jäsen. Yhdistyksen joulumyyjäiset 9.12. klo 10–13 Yhteisöotalolla, toimistolla. Glögitarjoilu. Katso lisätietoja yhdistyksen kotisivuilta <https://www.hsinv.fi> ja Sydän-Satakunnan seuratoimintapalstalta. **Invalidiliiton liittovaltuustovaalit 7.-21.11.2025** Muista äänestä!

NOORMARKUN SEUDUN INVALIDIT

Jäsenilta 4.11 srk klo 16.30, kahvi 16.00. Arvontaa. **Syyskokous** 18.11 srk klo 16.30, kahvi 16.00. **Yhdistyksen joulujuhla** 13.12 srk. klo15.00. Ilm. Laurille 0405633286, 28.11 mennessä.

PORIN SEUDUN INVALIDIT

Porin Seudun Invalidit ry:n yhdistettyä **80-vuotisjuhlaa/pikkujoulujuhlaa** jäsenistölle vietetään Diakonialaitoksen Pihlajasalissa 15.11.2025 klo 12–16. Ilmoittautumiset sihteeri Oili Grönroosille 6.11.2025 mennessä puh. 02 6334 024. Tervetuloa! Toimisto on avoinna joka kuukauden ensimmäinen tiistai klo 11–13, Pohjoispuisto 1, Pori puh. 02 6334 024. Sähköposti toimii koko ajan info@porin-seuduninvalidit.fi. **Vesivoimistelu** jatkuu edelleen torstaisin klo 12–12.45 Diakonialaitos, Metsämiehenkatu 2, päättyen 18.12. **Fyysinki**, Mikonkatu 5, jatkuu edelleen. Päivät ovat 11.11., 25.11. ja 9.12. **80-vuotisjuhla** on 15.12. klo 12–16 Diakonialaitoksen Pihlajasalissa. **Sääntömääräinen syyskokous** on 24.11.25 klo 13.00. **Torttukahvit** juodaan toimistolla 15.12.25 klo

13.00, jolloin on myös **musavisa**. Jos ilmenee kysyttävää, minuun voi ottaa yhteyttä puh. 040 7569 877. Lisätietoa saa myös osoitteesta porinseuduninvalidit.yhdistysavain.fi.

RAUMAN INVALIDIT

Toimisto suljettu. Jäsenasiat p. 02-824 1631/Taina arkisin klo 10–15. **Joulujuhla** to 20.11. klo 17 Ravintola Fööri os. Sinkokatu 11, Rauma. Tiernapojat esiintyvät ja laulattavat joululauluja. Jouluinen nou-topöytäruokailu ja kahvit. Hinta 20e/hlö jäsenet ja henkilökohtaiset avustajat, muut 40e/hlö. Ilm. viim. 10.11. Marja-Leenalle p. 050-321 8995. Mukaan n. 5e arvoinen pikkupaketti. Maksu yhd. tilille FI55 5630 0020 2694 00, viite 20255. Osallistumme **Hyväntekeväisyysjärjestöjen myyjäisiin** la 29.11. klo 11–13 Posellissa os. Nortamonkatu 12. Mikäli haluat leipoa, kutoa sukkia tms. lisät. Tainalta. **Invan mimmit** ma 10.11. ja 24.11. klo 13–15 toimistolla os. Aittakarinkatu 1. **Miesten Äijäpiiri** ke klo 10–12 mökillä os. Huvilapolku 20. Liikunta: **Keilaus** ma 3.11., 17.11. ja 1.12. klo 13–14 keilahallilla. **Curling** ma 10.11. ja 24.11. klo 17–18 Kaunisjärven hyvinvointikeskuksen juhlasalissa os. Steniuksenkatu 4. **Kuntosali** to klo 11.30–12.30 Fysio-Rauma, os. Pakkahuoneenkatu 4, Potkurin kattotasanne. Omavastuuhin-ta 3e/kerta. **Bocciaharjoituksista** lisät. Marko Ylikleemola p. 045 126 5974. Toiminnoista lisää Raumalaisen Kokoukset -palstalla sekä blogissa <https://raumaninvalidit.blogspot.com/>

RAISION SEUDUN INVALIDIT

Kerhot: Hulvela ma 10.11. Kotifysio Malena ja Kajsa kertovat toiminnastaan. Srk-talo ma 24.11., **Sääntömääräinen syyskokous** Raision SRK-talolla ma 24.11 klo 13 käsitellään syyskokoukselle määrätty asiat. Kahvitarjoilu. **Syksyn viimeinen kerho** Joulutunnelmaa. **Kaarina teatteri** su 9.11.klo 17–19 Esitys on farsisi "ILMASTA RAHAA" Lipun hinta 23 e. Väliaikakahvit + pulla 5 e. Yhteiskuljetus Raision Keolta 15 e. Lähtöaika ilmoitetaan myöhemmin. Sitovat ilmoittautumiset Ter-tulle, p. 040 7386 751 27.10. mennessä. Maksuja kerätään kerhoissamme. Tervetuloa mukaan! **Pulina- ja käsityökerho** Isotokkilassa pe klo 14–17 osoite Kaup-pakuja 2. Pöytäcurling klo 15–16 pe 7.11. HUOM. ei pe 14.11., pe 21.11., pe 28.11. ja pe 12.12. **Kansainvälinen miestenpäivä web** 19.11.25 klo 17.30–19.30 Kisakat-



somo: Raison kaupungintalo takkahuone Nallinkatu 2 21200 Raisio. **Jouluateria** to 18.12. vahvistetaan myöhemmin.

TURUN SEUDUN INVALIDIT

Sääntömääräinen syyskokous 27.11 klo 17.00 Lounatuulet Yhteisötaalo ry Län-tien Pitkätie 33 Turku. Hyväksytään ta-lousarvio ja toimintasuunnitelma vuo-delle 2026. Valitaan varapuheenjohtaja (2026–2027) ja hallituksen jäsenet kau-deksi 2026. Joulupuuroa tarjolla toimis-tossa ke 10.12 klo 12–14. Ilmoittautumi-set toimisto@turunseuduninvalidit.fi ma 1.12.2025 mennessä. Tervetuloa virittä-ytymään joulutunnelmaan! **Kirjallisuus-piiri** kokoontuu toimistolla kerran kuukau-nessa. Seuraava kokoontuminen ma 10.11 klo 18.00. Kirjana Hannu Salmi, Tunteiden palo, Turku liekeissä 1827. Tiedustelut Sir-pa Kumlander puh: 050 592 8360 tai sir-pa.kumlander@outlook.com Yhdistys jär-jestää **joulubingon** toimistolla 14.12 klo 14.00. Tervetuloa! Kuusiston Lomakeskus järjestää **isänpäivä buffetlounaan** su 9.11.2025 Tiedustelut ja ilmoittautumiset Sanna puh: 050 330 4578. **Kuusiston Lo-makeskuksen** hallinnoimassa ravintolas-sa on mahdollista järjestää erilaisia juh-lia ja tapahtumia. Lisäksi asuntolasta voi vuokrata huoneita viikonlopuksi tai vaikka-pa pidemmäksi aikaa. Asuntolassa on 13 kpl kahden hengen ja viisi (5) kolmen hengen huonetta, sekä yhteiset oleskelu-tilat. Asuntolatilaja on myös mahdollis-ta vuokrata juhla- kokous - ja tai kurssipai-kaksi. Tilat ovat esteettömiä. Tiedustelut Sanna Karonen puh: 050 330 4578 tai in-f@kuusistonlomakeskus.fi **Lomakodil-la on vapaita mökkejä vuokarattavana kesäksi 2026.** Lomakodin mökki-, asun-tovaunu ja laituripaikkatiedustelut Pentti Porema 0400 787 180 tai pentti.porema@gmail.com. Tiedustelut Pentti Porema puh 0400 787 180. **Vuokraamme toimitilo-jemme yhteydessä olevaa kokous- ja saunatilaa.** Jäsenille 30%:n alennus. Tie-dustelut toimistolta puh: 044 985 9085 ti ja ke klo 9-14 tai toimisto@turunseudu-ninvalidit.fi. Kaikki tapahtumat, myös yh-distyksen kotisivuilla, www.turunseudu-ninvalidit.fi.

ULVILAN SEUDUN INVALIDIT

Pj. Ari: 044 3044 543, ari.t.lehtinen@gmail.com. Siht. Laura: 044 5200 281, usi-ry.shteeri@gmail.com. **Hallituksen ko-kous** pe 28.11. klo 15. **Yhdistyksen syys-kokous** lounas ja kahvit la 29.11. klo 12.

Vertaiskahvila ma 110.–24.11. ja 8.12. klo 11. **Elokuva** ke 5.11. ja 3.12. klo 11. **Boccia & mölkkä** to klo 17 ja su klo 12, paikka tarkentuu myöhemmin. Muut ta-paamiset Ulvilan olohuoneella, Friitalan-tie 18.

ITÄ-SUOMI

IISALMEN INVALIDIT

Invatalo, Joukolankatu 6, 74120 Iisal-mi. puh. 0440 824 455. Puheenjohtaja Ei-la Koistinen p. 044 0817 350. s-posti: pu-heenjohtaja@iisalmeninvalidit.fi. Toimisto auki ma-ke klo 10–12. s-posti: toimisto@iisalmeninvalidit.fi, kotisivut www.iisal-meninvalidit.fi. **Keilavuoro** torstaisin klo 13–14 Keilahallilla (Untamonk. 8). **Vesi-voimistelu** maanantaisin klo 14.15–14.45 Iisalmen Saukko-uimahallissa (Joukolank. 15). **Lauluillat** torstaisin klo 17–18.30 In-vatalolla (Joukolank. 6). Vetäjinä Pek-ka Ryhänen ja Kaarina Vartiainen. Aurin-koellessa (Auringonkehrä 10) maksuton omatoiminen kuntosalit ti klo 15.30–16.30 ja to klo 10–11. **Tehdään käsin -kerho** joka toinen maanantai klo 14–16.30 In-vatalolla. **Jäsen: äänestä oma ehdo-kas** Invalidiliiton liittovaltuustoon liittoää-nestyksessä 7.-21.11.2025! **Jäsenilta** ma 3.11. Invatalolla klo 17–18.30. Kahvit klo 16.30 alk. Aiheena Invalidiliiton liittoää-nesty ja paikalla Itä-Suomen äänestys-alueen ehdokas, Iisalmen Invalidien pj. Eila Koistinen. Iisalmen Invalidit ry:n syyskoko-us ke 26.11. klo 17 Invatalolla, Joukolank. 6, Iisalmi. Esillä mm. Toimintasuunnitelma ja budjetti v. 2026 sekä uusi hallitus, joten tule ja vaikuta! Tulossa: **Joulujuhla** pe 19.12. klo 14 Iisalmen Työväentalolla. Iisal-men Invalidit ry:n 80-vuotisjuhla pe 23.1. 2026 klo 17 Metsäpirtillä. Seuraa ilmoituk-sia Iisalmen Sanomien järjestöpalstalta, Facebookista ja kotisivuilta.

JOENSUUN SEUDUN INVALIDIT

Koulukatu 24 B 23, 80100 Joensuu p. 0400 123 156 (puhelinpäivystys ma-pe klo 10–16). Tapaamisen voit sopia puhelimit-se. s-posti: joeninja@gmail.com, www.joeninja.fi **Neuvontapisteessä** palve-levat yhdistyksen kokeneet vapaaehtoi-set. Voit kysyä neuvoa vammaisuuteen liittyvissä asioissa, esim. vammaispalve-lujen hakemiseen, hakemusten täyttä-miseen ja avustamista oikaisupyyntöjen tekemiseen. Soita tai lähetä s-postia toi-

mistollemme ja varaa aika asiasi käsitte-lyyn. Jos haluat merkkipäiväsi IT-lehteen, ilmoita siitä 3 kk ennen Jaana Tolvasel-le p. 0400 123156 tai joeninja@gmail.com. Muussa tapauksessa sitä ei ilmoite-ta. Avustajaklinikka, Lakitoimisto Kumpu-vuori ja Joensuun Seudun Invalidit ry jär-jestävät yhteistyössä **Vammaisoikeuden ajokortti - Henkilökohtaisen avun spe-siaali -tapahtuman** Joensuussa tiistaina 11.11. klo 10–15 ravintola Kerubissa, Sil-takatu 1, (Kerubin kellari). Tapahtuma on osana Invalidiliiton Itä-Suomen aluepäivää ja tarkoitettu kaikille henkilökohtaisesta avusta, vammaispalveluista ja vammais-palvelulaista kiinnostuneille henkilöille. Kysy Jaanalta lisätietoa, ilmoittautumi-nen 4.11 mennessä! **Sääntömääräinen syyskokous** ma 24.11 klo 18.00, kahvi-tus 17.30, Vessel-keskuksessa, Kouluk. 24 B 23, 80100 Joensuu. Kokouksessa käsi-tellään sääntöjen 6§:n mukaiset asiat ja valitaan hallitukseen jäsenet erovuorois-ten tilalle. Päätetään yhdistyksen nimen ja sääntöjen muuttamisesta. Jäsenet ter-vetuloa! **Peli-illat Kuntokeitaalla** joka kk:n 1. ke klo 16–18! Seuraavat kokoontu-miset Kuntokeitaalla ke 5.11 ja 3.12 (mak-suton) klo 16–18 (boccia/keilaus). muu 5 €/kerta. **Kontakti-ryhmä** kokoontuu jo-ka kk:n 2. to klo 17–20 Vessel-keskukses-sa, Koulukatu 24 B 23, Joensuu. Seuraa-vat kokoontumiset ovat to 13.11 ja 11.12 klo 17–20. Iiris Karvinen p. 0400 649 677, iiris_karvinen@hotmail.com, Mauri Pieti-lä p. 050 359 7713, pietilamauri@gmail.com. **Kirjoittaja- ja kulttuuripiiri** ko-koontuu seuraavan kerran ke 19.11. Ves-sel-keskuksessa, Koulukatu 24 B 23, Jo-ensuu. Ohjaajana Paula-Helena Moller, p. 0440511111. **Tuolijumppa** ti 4.11, 11.11 kerta avoin, 18.11, 25.11 klo 14 - 15, Kou-luk. 24 B 23. **Liikunta- ja kelausvuorot** jatkuvat Joensuu Areenalla tiistaisin klo 10–12, Torstaisin klo 13–15. Vuorot ovat il-maisia, kävijöillä pitää olla joko EU:n vam-maisliikuntakortti tai Joensuun kaupungin vammaisliikuntakortti.

KUOPION INVALIDIT

Vuosikokous ja ohjelmallinen pik-kujoulu ruokailuineen la 29.11 klo 13–17 Kuopion Raittiustalolla, Minna Can-thin katu 52, sisäänkäynti Savonkadulta. Kokouksessa käsitellään sääntöjen 6§ määrätty asiat. Pikkujouluun sitovat il-moittautumiset 19.11 mennessä erityis-ruokavalioineen toimisto@kuopioninvali-dit.fi tai 0440 378 451. Omavastuu 10 €/



hlö tulee suorittaa yhdistyksen tilille FI96 4786 0010 1640 12 viitteellä 30892. **Kii-reetön kohtaaminen** ma 3.11 klo 13–15 toimistolla päiväkahvien merkeissä. **Henkilökohtainen apu uudessa vammais-palvelulaissa** ti 18.11 klo 17–19 Kuopion valtuustosalissa (Suokatu 42). Yhteistyös-sä lakitoimisto Kumpuvuori ja vammais-neuvosto. **Kansainvälistä vammais-tenpäivää** vietetään ke 3.12 klo 13–15 Kuopion Raittiustalolla, Minna Canthin ka-tu 52, sisäänkäynti Savonkadulta. Ohjel-massa musisointia, tanssia, päiväkahvit, arvontaa ym. Ajankohtaiset tiedot löydät yhdistyksen nettisivuilta ja lähetämme myös sähköpostitse tietoa tulevista tapah-tumista. Toimiston työntekijän Sirpan ta-voitat puh. 044 0378 451 & sähköpostista toimisto@kuopioninvalidit.fi.

PIEKSÄMÄEN INVALIDIT

Yhdistyksen yht. pj. Sari Sorvali p. 0407300900, sari.sorvali65@gmail.com. **Naisten kerho** kokoontuminen syksyl-lä joka kk:n 1. ma klo 15 Toimintakeskus Neuvokkaassa, Tasakatu 4–6, 3 krs. Seu-raava kerta 3.11. Lisätietoja naisvastaaval-ta Tuulikki Elialta puh. 0400175624, sp: tuulateeteri@gmail.com. **Ohjattu kun-tosaliryhmä** kokoontuu ti klo 16.30–17.30 Power4You kuntosalilla, 9.9–2.12.25, 12x. Ohjaaja Saku Hellberg. Omavas-tuu 40e. Ilmoittautumiset Merja Hellberg p.0405440216, meiju@vipbussi.com. **Oh-jattu allasjumppa** to klo 16.15–17 Piek-sämäen Uimahallilla, 11.9–27.11, 11x. Ohjaaja Eila-Sinikka Niemeläinen. Oma-vastuu 30e. Ilmoittautumiset Eija Hiltunen puh 0400476154, eija.hiltunen50@gmail.com. **Lattia-Curling** Pieksämäen Uima-hallin esteetön alakerta to klo 15–16, syys-kausi 11.9–13.11. 10x syksyllä, 10x kevääl-lä. Ohjaaja ensimmäisillä kerroilla, tavoite ohjaus ryhmäläisiltä. Hinta jäseniltä 20e/kausi. Sari Sorvali p.04007300, sari.sorva-li65@gmail.com. **ITÄ-SUOMEN (Pieksä-mäki, Mikkeli, Savonlinna) aluetapaa-minen su 23.11. klo 12 Pieksämäen Veturitalleilla ravintola Ukko Bist-rossa.** Tapahtuma alkaa ruokailulla klo 12, jonka jälkeen ohjelmassa: Invalidiliit-ton terveiset, Eloisan tietoisuus (uusi vammais-palvelulaki) ja Pieksämäen kaupun-gin tervehdys. Päiväkahvien jälkeen **Kari Tapion 80 v Juhlakonsertti.** Osallisu-mismaksu jäsen 30 €/ei jäsen 70 € sis-ältää koko päivän ohjelman. Paikkoja rajoitetusti, ilmoittautumiset heti: Anne-li Miettinen p. 0445705754, anneli.miet-

tin@pkkanavat.fi. Tervetuloa mukaan viettämään yhteistä, ajankohtaisaiheita käsittelevää ja kulttuurin sävyttämää päi-vää! **Syyskokous 17.11 klo 17.30** Neu-vokas toimintakeskuksessa (3krs, hissi on), Tasakatu 4–6, 76100 Pmk. Käsitel-lään syyskokoukselle sääntöjen määrää-mät asiat. Kahvitarjoilu. Tervetuloa! **KuVa-seteleitä (arvo 10e)** saatavilla kaudel-le 1.9.2024–31.12.2025 saatavilla liikunta-ryhmissä tai Sari Sorvalilta. **Yhdistyksen suruadresseja** ostettavissa Sari Sorvalil-ta 9e/kpl. Yhdistyksen yhteystiedot: pj Sari Sorvali, puh. 0407300900, sp: sari.sorva-li65@gmail.com. Tervetuloa mukaan toi-mintaan!

SAVONLINNAN SEUDUN INVALIDIT

Bingoa maanantaisin klo 13–14 Savon-linnan Seudun Kolomosella, Pappilanka-tu 3, 57100 Savonlinna. Kahvitarjoilu, va-paaehtoinen kahvimaksu. Pikkupalkintoja jaossa, vetäjinä vuorotellen Savonlinnan Seudun Reumayhdistys ry, Savonlinnan Seudun Diabetes ry, Savonlinnan Seudun Romaniyhdistys ry ja Savonlinnan Seu-dun Invalidit ry. Tervetuloa pelaamaan! **Syksyn invakerhot** joka kuukauden 2. ke klo 12–14; 12.11. ja 10.12. (puurojuh-la), Savonlinnan Seudun Kolomonen, Pap-pilankatu 3, 57100 Savonlinna. **Boccia-pelit/puhallustikka** keskiviikkoisin klo 10–12, Linnalan seniorikeskus liikuntasali (esteetön), Pappilankatu 6, 57100 Savon-linna. **Joukon keskustelukerho** kerran kuukaudessa, ajat ilmoitetaan tekstivies-tein kerhoon ilmoittautuneille. Ilmoittaudu Joukolle 040 764 6388. **Syyskokous** ti 18.11.2025 klo 16–18, Savonlinnan Seudun Kolomonen, Pappilankatu 3, 57100 Sa-vo-nlinna. **Marraskuussa miesten päivä** ke 19.11.2025 klo 18–19:30 Kolomosella, Pappilankatu 3, 57100 Sln, aiheena mies-ten hyvinvointi, Invalidiliiton Teams-yh-teys. Kahvitarjoilu. Tervetuloa! **Pikku-joulu** pe 28.11.2025 klo 16–19, Kahvila ja Ravintola Reilu (ent. Pietari Kylläinen), Olavinkatu 15, 57130 Savonlinna, omavas-tuu 20 €/jäsen, avustajat kustantaa yhdis-tys. Ilmoittautuminen 14.11.2025 mennen-sä spostiin tai tekstiviesti/soitto 044 051 4093. Ohjelmassa ruokailu, joululauluja, arpajaiset palkintona mm. kinkku, lisäk-si muutakin ohjelmaa. **Miesten päivä** ke 19.11.2025 18 – 19:30 Savonlinnan Seu-dun Kolomonen, Pappilankatu 3, 57100 Savonlinna. Invalidiliiton Teams, puhujana lääkintöneuvos Jarmo Karpakka aiheena miesten hyvinvointi. Kahvitarjoilu, tervetu-

loa! **Kansainvälinen vammaisten päivä** 3.12.2025. **Osallistumme joulumyyjäi-siin** joko Linnalassa tai Linja-autoasemal-la tai Casinolla. Ilmoitus tarkemmin myö-hemmin. Otetaan vastaan myytäväksi leivonnaisia, käsitöitä tms. **Uimalippuja** jäsenille Sln uimahalliin 2 €/kpl, 2 lippua kerrallaan. Kysy tilaisuuksissa tai p. 044 051 4093. Ilmoittautumiset, yhteydenotot, tiedustelut ja kyselyt ma-pe klo 9–15 p. 044 051 4093, sähköposti inva.savonlin-na@gmail.com. Kotisivut www.saseinva.fi

KAAKKOIS-SUOMI

HEINOLAN SEUDUN INVALIDIT

Keilausta keskiviikkoisin klo 13.00. Syys-kokous su 16.11.2025 klo 15.00 osoittees-sa Konsulinkatu 4 kerhohuone. Tervetu-loa!

IMATRAN INVALIDIT

Keilaus ma 10.11. ja 24.11. klo 14–15 Imatran Keilahallilla. **Miesten kerho** ti 11.11. klo 13–15. **Syyskokous** su 16.11. klo 14. **Peli-iltapäivä** ke 19.11. klo 14–16. Tapahtumat järjestetään Kesäkotia Haka-lassa, Hakalantie 10.

RUOKOLAHDEN INVALIDIT

Sääntömääräinen syyskokous ma 17.11. klo 10. Koivurannan kerhotila, Viras-totie 4. Ruokolahti. Etelä-Karjalan yhdis-tysten yhteiset **pikkujoulut** ke 26.11. klo 13. STEP-koulutus opisto Ruokolahti. Ti-laisuudesta tulee yhdistyksille lisätietoa.

LAPPI

KEMIN SEUDUN INVALIDIT

Sääntömääräinen syyskokous ti.18.11.2025 klo 13.00 Toimintakeskus Koivurannassa Etappitie 41 94900 Kemi. Kahvitarjoilu. Tervetuloa.



LÄNSI-SUOMI

HÄRMÄIN INVALIDIT

Syyskokous torstaina 13.11.2025 klo 13.00 Härmän kylpylässä, Vaasantie 22, Ylihärä. Käsitellään sääntömääräiset asiat sekä päivitetään yhdistyksen uudet säännöt. Ruokailu alkaen klo 12 ennen kokousta. Tervetuloa! Hallitus

VAASAN SEUDUN INVALIDIT

Apuvälinemessut Tampereella pe 7.11. lähtö toimistolta klo 7.00. **PIAF** Vaasan kaupunginteatterissa to 13.11. klo 19. **Syyskokous** to 27.11. klo 18, **joulujuhlat** su 14.12. klo 14 Kotirannan Työväentalolla. Seuraa ilmoituksia Ilkka-Pohjalaisen ja Vasabladetin toimintapalstoilta sekä kotisivuiltamme www.vaasanseuduninvalidit.fi yhdistysavain.fi

SUOMENSELÄN INVALIDIT

Syyskokous su 16.11. klo 13 Saavutuksessa, Leppävuorentie 11, Ähtäri. **Kerho** joka 3. ke klo 12 Saavutuksessa. Seuraa kokoontumiskerta Ähtärinjärven Uutisnuotan Seurat toimivat-palstalla ja kerhotilan ulko-ovella. **Uintilippu** Loiske Ähtärissä: nimi lipunmyynnissä olevaan vihkoon ja hinnat 4 €/aik. ja 2 €/eläk. Yksi kerta/vko. Jäsenkortti mukaan. **Boccia** ti klo 16–17.30 Otson yhtenäiskoulun liikuntasalissa. Viimeinen kerta tänä vuonna ti 16.12. **Liittovaalit** 7.–21.11. Äänestä Hannua nro 46! www.suomenselaninvalidit.fi

SISÄ-SUOMI

HANKASALMEN INVALIDIT

Seniorikeskus kerho tiistaisin klo 15–17, jatkuen marraskuun loppuun. **Kuntosali, boccia, bingo**, kahvira 2 euroa. Palveluneuvontaa ja ohjausta, sovittaessa. Yhteydenotot: invahankasalmi@gmail.com

KANGASALAN INVALIDIT

Yhdistyksen varsinainen syyskokous pidetään perjantaina 14.11.2025 klo 15.00 alkaen. Kokous pidetään Jalmarinkodan kokoushuoneessa osoitteessa Fennintie 11, 36200 Kangasala. Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen mukaiset syyskokouksessa käsiteltävät asiat sekä valitaan jäsenet Kangasalan palvelutalosaatiön hallitukseen

sekä vammaisjärjestöjen yhteistyöryhmään vuodelle 2026. **Boccia** Asarilla joka tiistai klo 12–15. **Jumppa** maanantaisin Malm-areenalla klo 12–13 **Keilailu** perjantaina 7.11 ja 12.12, Kaupin keilahallilla klo 11–12. **Uinti** Kangasalan uimahalli Kuohussa jäsenhintaan aikuiselta 3 €/vuoro ja lapset 0–16 vuotta 1 €/vuoro. Jäsenhinnan saa näyttämällä kassalla voimassa olevaa yhdistyksen jäsenkorttia. **Vammaisjärjestöjen perinteinen yhteinen pikkujoulu Pirtillä 5.12 klo 17.00**, jäsenhinta yhdistyksen jäseniltä 30 euroa, muilta 45 euroa lippuun sisältyy monipuolinen jouluruokailu sekä joulukahvit/tee. Ilmoittautuminen Tapani Lähteenmäelle perjantaihin 23.11 mennessä. Puheenjohtaja Timo Kokki, puh.045 138 0377, Varapuheenjohtaja Tapani Lähteenmäki, puh. 050 313 8003. sp: lahtenmaki.tapani@gmail.com. Yhdistyksen sähköposti: info@kangasalaninvalidit.fi Kotisivut: www.kangasalaninvalidit.fi

JYVÄSKYLÄN SEUDUN INVALIDIT

Toimiston osoite Kilpisenkatu 6 (Fysio Mehiläisen tilat) p. 0505759068. Toimiston aukiolo vain sovittaessa. S-posti jklinv@jklinvat@gmail.com kotisivut jklinvat.yhdistysavain.fi Jäsenetuina yhdistyksen Jyso tiedote 2x/v, valtakunnallinen IT-lehti 8x/v, vertaistukea sekä hyviä etuja tapahtumista. **Kahviklubi / Jyväskylän Seudun Invalidit ry:n historiaa**, ke 5.11. klo 16, Alustajana Anja Sukanen, Matara kokoustila Saunio, Matarakatu 6 A 1, Jyväskylä. Jyväskylän Seudun Invalidit ry:n **sääntömääräinen syyskokous**, to 13.11.2025. Klo 17 alkaen Matara-salissa (Matarakatu 6, 2.krs). Kokoukseen voi osallistua myös etäyhteydellä. Etäyhteydellä osallistujat ilmoittautuvat vapaamuotoisella viestillä ti 11.11.2024 mennessä sähköpostitse osoitteeseen jklinvat@gmail.com, etäyhteydellä osallistujilla on puhe- ja läsnäolo-oikeus, mutta ei teknistä syistä äänestysmahdollisuutta. Valtakirjalla äänestäminen on kokouksessa sallittu. Valtakirjalla valtuutettu voi äänestää enintään kolmella valtakirjalla jäsenten puolesta. Vain jäsenmaksun suorittaneilla jäsenillä on oikeus äänestää. **Ilma-aseammuntaa** Tikkahallissa, Kirkkokatu 1, Tikkakoski. torstai 20.11. klo 16.30. Hinta jäseniltä 5 € ja muut 10 €. Ilmoittaudu Tarjalle p. 050 572 0707 Mak-su 20.11.2025, tilille FI77 5290 0220 0162 30, Saaja: Jyväskylän seudun invalidit ry,

maksun viestikoktaan ammunta ja nimesi. **Multamäen vertaistuellinen liikunnallinen päivä**, 22.11.2025 klo 14 alkaen, Tapahtuman ohjelmaan kuuluu toiminnallinen iltapäiväosuus, jonka vetää ammattilainen fysioterapeutti, Tämän jälkeen on pikkujouluteemallinen ruokailu ja yhdessä oloa, Muutkin kuin jäsenet ovat tervetulleita tutustumaan JYSIn toimintaan, Multamäen leirikeskus, Fennintie 292, 41350 Laukaa, ilmoittautumiset Jyrki Ahkgren 050 575 9068. **Kahviklubi joulukahvit**, ke 3.12 klo 16. kahvila Nikolai, Asemakatu 6 Jyväskylä. Seuraa Jyväskylän Seudun Invalidit ry:n sosiaalisen median kanavia, kanavissa ilmoitetaan tulevista tapahtumista. **Kiva** kun olet mukana! Fb: Jyväskylän Seudun Invalidit ry ja Instag: jysi 1945.

VALKEAKOSKEN SEUDUN INVALIDIT

Marraskuu on uimakuuksa. Uimasa saa käydä marraskuussa 4 kertaa itse valitsemina päivinä Valkeakosken uimahallissa. Muista ottaa mukaan jäsenkorttisi ja merkitse käynnit uimahallin kassalla listaan. **Sääntömääräinen syyskokous** sunnuntaina 16.11. kello 14.00, Valtakatu 20, 37600 Valkeakoski. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat, valitaan varapuheenjohtaja kaudelle 2026–2027 ja hallitus vuodelle 2026, sekä päätetään Leponiemen hinnat kaudelle 2026. Kokoukseen ennakoilmoittautuminen tarjouksen vuoksi. Ilmoittautumiset viimeistään ke 12.11. Susannalle numeroon 050 321 7281 soittamalla tai tekstiviestillä. **Pikkujoulut la 13.12.** klo 16.00 Myllysaaren tilausravintolassa. Ohjelmassa jouluruokailu, arpajaiset ja tietysti joulupakettien jako eli tuo paketti tullessasi ja saat lahjan itsellesi. Osallistumismaksu 0–11-vuotiaat 15 €, 12-vuotiaasta ylöspäin ja aikuiset 25 €. Ei -jäsen 35 €. Henkilökohtainen avustaja 0 €, avustajan jouluruokailu 25 €. Sitovat ilmoittautumiset Ailalle 040 823 9551 viimeistään 16.11. Osallistumismaksu tulee olla maksettuna viimeistään pe 28.11. Yhdistyksen tilille OP Valkeakoski FI25 5494 0920 0306 59. Viestiksi: Pikkujoulut ja osallistujien nimet.



VALTAKUNNALLISET YHDISTYKSET

VAMMAISTEN NAISTEN VALTAKUNNALLINEN YHDISTYS – RUSETTI RY

Kaikkiin tapaamisiin ilmoittaudutaan lähettämällä sähköpostia osoitteeseen toimisto@rusetty.fi tai nettisivujen www.rusetty.fi/tapahtumat kautta! **Vammaisille naisille tarkoitettuja, verkkovälitteisiä yhteisötapaamisia, nettitreffejä** järjestetään joka kuukausi Teamsin välityksellä. Seuraavat nettitreffit **To 20.11. klo 17.30–19.00** teemana oma kehon hyvinvointi ja kehorauhan löytäminen. **Rusetin syyskokous** järjestetään **hybridimuotoisena tiistaina 25.11. klo 17 alkaen**. Fyysisesti kokoonnumme Tampereella ja kokoukseen voi osallistua myös etänä Teamsin kautta. Ennen syyskokousta klo 16–16.45 voit seurata läsnä tai etänä ajankohtaiseminaaria vammaisiin naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisemisestä. **Seuraa Rusetin verkkosivuja ja somea** (rusetty.fi, @rusetty), jotta saat tarkemmat tiedot ja ajankohtaisimmat uutiset.

SELKÄYDINVAMMAISET AKSON RY

Avaimia hyvään elämään -messuseminaari Apuvälinemessuilla 8.11. Akson järjestää Apuvälinemessujen yhteydessä myös Avaimia hyvään elämään -messuseminaarin la 8.11. klo 9 alkaen. Luvassa ajankohtaista tietoa selkäydinvamman kokonaisvaltaisesta kuntoutuksesta, hoitotarvikkeista ja muista aktiivista arkea edistävästä ratkaisuista sekä Nemo Pajulan kokemuspuheenvuoro "Teho-osastolta takaisin kilpaurheilijaksi". Tapahtuma on maksuton selkäydinvammaisille henkilöille ja heidän läheisilleen, sisältäen aamiaisen, luennot ja messuliiput. Tilaisuus järjestetään yhteistyössä Aksonin, Premius Kuntoutuksen, Medfanetin sekä Wellspect Oy:n kanssa. Tervetuloa! Ilmoittautumiset viimeistään 26.10: <https://bit.ly/messuseminaari2025> **Voidaan hyvin yhdessä -tapahtuma Vantaalla 18.11.** Tervetuloa Voidaan hyvin yhdessä -tapahtumaan Vantaalle 18.11. klo 17–19.30. Luvassa tietoa seksuaalisuudesta selkäydinvamman kanssa sekä Wellspect Oy:n luento rakon ja suolen toiminnasta. Puhujina Oysin seksuaali-

neuvoja ja uroterapeutti Niina Hiukka. Lisäksi kuullaan Aksonin tuoreimmat kuulumiset. Tapahtuma on avoin ja maksuton kaikille. Tarjolla kahvia ja pientä iltapalaa. Ilmoittaudu mukaan viimeistään 31.10. Tilaisuus järjestetään yhteistyössä Aksonin ja Wellspect Oy:n kanssa. Lue lisää: https://bit.ly/Voidaan_hyvin_yhdessa_Vantaa **Ratkaisuja arkeen -tapahtuma Kotkassa 3.12.** Tervetuloa Ratkaisuja arkeen -tapahtumaan Kotkassa 3.12. Klo 17–20. Ohjelmassa puheenvuoro Respectalta aiheella Kuntoutuksen digitaaliset mahdollisuudet: FES-ortoosit ja Exopulse Mollin neuromodulaatiopuku sekä kivunhallinta. Kuullaan myös puheenvuoro paikalliselta vammais palveluiden asiantuntijalta sekä yhdistysten ajankohtaiset kuulumiset. Lisäksi paikan päällä on mahdollisuus tutustua Respectan aktiivipyörätuoleihin sekä lisävoimalaitteisiin. Tapahtuma on kaikille avoin ja maksuton. Tilaisuudessa on kahvitarjoilu ja pientä purtavaa. Ilmoittaudu mukaan viimeistään 26.11. Tilaisuus järjestetään yhteistyössä Aksonin, Kymenlaakson Neuroyhdistyksen, Kotkan seudun Invalidien ja Respectan kanssa. Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan: https://bit.ly/Ratkaisuja_arkeen_Kotka Haemme uusia vertaistukihenkilöitä! Merkityksellistä vertaisuutta kotiin ja vapaaehtoisuuteen -hankkeessa muotoillaan vertaistuen välityksen prosessi selkäydinvammakeskuksista kotiutuville vastavammautuneille selkäydinvammaisille. Hankkeen myötä haemme uusia vertaistukihenkilöitä Aksoniin. Voisitko juuri sinä olla tukena vastavammautuneelle tai hänen läheiselleen? Lue lisää: <https://bit.ly/haluan-tarjota-tukea> **Jyväskylän aksonlaisten tapaamiset:** Keskiviikkona 29.10. klo 16.30 tavataan kansalaistoiminnan keskus Matarassa. Coloplast tulee keskustelemaan kanssamme rakon ja suolen toiminnasta sekä kertomaan tarjoamistaan apuvälineistä. Ilmoittautuminen Sinille etukäteen. Keskiviikkona 12.11. klo 17 tavataan Cafitella Sepässä vaihdellen kuulumisia. Lisätiedot: Sini Pasanen, pasanensini92@gmail.com tai p. 045 156 0380. **Turun aksonlaisten tapaamiset:** Keskiviikkona 29.10. klo 18–21 tavataan Lounatuulet yhteisötoimistolla, tilana Koivu. Askarrelaan heijastavia koruja Tiinan opastuksella. Keskiviikkona 26.11. klo 18–20 tavataan Lounatuulet yhteisötoimistolla, tilana Jalava. Coloplast vierailee ryhmässä kertomassa virtsarakon, suolen ja avanteen hoitoon liittyvistä asioista ja tuotteistaan.

Kaikkiin tapaamisiin ilmoittautuminen etukäteen Sadulle tai Päiville. Lisätiedot: Satu Lopenen, stumaa75@gmail.com tai p. 044 517 6188. Päivi Hovi, paihov11@gmail.com tai p. 040 505 5777. **Oulun aksonlaisten tapaamiset:** Oulun tapaamiset ovat alustavasti joka kuun toinen tiistai Kumppanuuskokouksessa ellei toisin mainita! Lisätiedot: Vuokko Klasila, vuokko.klasila@outlook.com. **Tampereen Aksonlaisten tapaamiset:** Torstaina 23.10. klo 17 tavataan Premius Kuntoutuksen järjestämässä vertaistuki-illassa. Osoite on Sarvijaakonkatu 5 B, Tampere. Torstaina 20.11. klo 13 tutustutaan poliisimuseooppaan johdolla. Tarjolla pientä syötävää. Osoite on Vaajakatu 2, Hervanta, Tampere. Ilmoittautuminen etukäteen Paulalle 18.11. mennessä. Lisätiedot: Paula Ah-ti, paula.ahiti@gmail.com tai p. 0400 631 077. **Kävelevien selkäydinvammaisten verkkoryhmän tapaamiset:** Tiistaina 28.10. klo 17.30–19, Teamsissä. Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Outi Onikki, kavelevat@aksonry.fi. Seuraa tiedotustamme verkkosivuillamme www.aksonry.fi, tilaa uutiskirjeemme tai seuraa meitä sosiaalisen median kanavillamme Facebookissa ja Instagramissa, niin pysyt ajan tasalla toiminnastamme!



Hjälpmedel - redskap för en smidig vardag

Hjälpmedel underlättar vardagen och bidrar till självständighet, trygghet och välbefinnande. Hjälpmedel gör det möjligt för dig att bibehålla din funktionsförmåga, att delta i olika delar av livet och att leva ett sådant liv man önskar sig. Ett korrekt valt och individuellt anpassat hjälpmedel kan avsevärt förbättra livskvaliteten, medan ett hjälpmedel som inte används begränsar möjligheterna.

Hjälpmedel och tillgänglighet går hand i hand. Hjälpmedel undanröjer funktionella hinder för människorna och tillgänglighet säkerställer att miljö, tjänster och lokaler är åtkomliga. Tillsammans ökar de möjligheterna till delaktighet och jämlikhet, så att alla kan agera utifrån sina egna förutsättningar.

Men för många människor är det ändå inte en självklarhet att använda ett hjälpmedel. Ibland tas hjälpmedlet i bruk endast på grund av nödvändighet. En del kan uppleva att det är som att ge upp, när det i själva verket är ett sätt att stärka sina möjligheter. Det är viktigt att man sänker tröskeln för att använda hjälpmedel.

Rädsla för att stämplas kan vara ett problem, särskilt för unga människor. Det är viktigt att komma ihåg att hjälpmedlet inte definierar dig, utan ger dig möjlighet att agera utifrån dina egna förmågor. Det är upp till oss alla att se människorna bakom hjälpmedlen - som individer.

Nuförtiden vill allt fler människor personifiera de produkter de använder. Färg, design eller ut-

seende kan öka bekvämligheten och återspegla användarens identitet. En rosa rollator, en rullstol i starka färger eller en personligt stajlad utrustning kan göra ibruktagandet mer attraktivt och öka känslan av kontroll i vardagen.

Processen för anskaffning och godkännande av ett hjälpmedel måste vara tydlig, flexibel och användarvänlig. Processen börjar med att man identifierar behovet, fortsätter med testning och anpassning och möjliggör en uppdatering vid behov. Ett ergonomiskt och ändamålsenligt hjälpmedel främjar välbefinnandet, ökar självständigheten och kan minska behovet av andra tjänster - vilket gynnar både användaren och samhället. Ett korrekt valt och individuellt anpassat hjälpmedel förhindrar inte helt användningen av andra tjänster, men kan avsevärt minska behovet av dem när människor kan fungera självständigt. Användaren blir mer självständig och mår bättre. Välfärdsområdet sparar på resurser som kan omdirigeras till andra former av behövligt stöd.

När hjälpmedlen fungerar kan människan fungera och livet löper bättre. Ett personligt anpassat hjälpmedel är en investering som återbetalar sig på många olika sätt.

PS. I den här tidskriften finns Invalidförbundets anvisningar om hur man röstar i förbundsomröstningen. Kandidaterna har olika bakgrund, men de förenas av en vilja att arbeta för ett jämlikt och tillgängligt Finland. Du, bästa medlem, har möjlighet att påverka vem som kommer att ha den högsta beslutanderätten i vårt fullmäktige. Använd alltså din rösträtt. ●

I rampljuset trots funktionsnedsättning

Skådespelaren Pekka Heikkinen har händerna fulla med jobb. Senast har han spelat en huvudroll i Samuel Becketts skådespel *Endgame*, dvs. Leikin loppu på finska. Heikkinens vardag underlättas nu av ett fyrfota hjälpmedel, assistenthunden Hali.

Ett tag upplevde jag även ett skede där jag funderade på att lämna det här yrket. Men glöden för teaterscenen och att stå framför kameran var dock så häftig att de idéerna försvann ur huvudet lika kvickt som de dök upp.

– Jag var bara 28 år gammal när en olycka satte mig i rullstolen. Jag skulle ännu ha hunnit utbilda mig till exempelvis läkare eller ingenjör. Men för mig var det självklart att jag fortsätter med det här jobbet.

Så berättar skådespelaren **Pekka Heikkinen**, 55, om sitt yrkesval efter en ödesdiger motorcykelolycka. Det tog bara fyra månader efter olyckan för Heikkinen att igen uppträda på scenen. Då fortsatte han med inspelningarna av *Hovimäki*-serien.

– Manuset ändrades såtillvida att ett träd föll över mig. Man tog till olika trick, bland annat många närbilder, för att få min funktionsnedsättning att försvinna ur ögon på åskådarna.

Det är nu 27 år sedan skadan inträffade. Under den tiden har Heikkinen haft roller såväl på teatern som i televisionen och filmer. Om det någon gång har varit mer stilla med jobben har han producerat egna föreställningar.

Grabben från Utajärvi

Pekka Heikkinen har sina rötter i Ule älv dalen, i Utajärvi kommun. Sporrad av en kompis hamnade

han först på Uleåborgs studentteater och därifrån på studentteatern i Helsingfors. Glöden för att få komma upp på scenen var stark och slutledningen var klar: han måste få utbildning i branschen.

– Efter två år på studentteatern stod självförtroendet högt hos den unge mannen vid inträdesprovet till teaterhögskolan. Själv ansåg jag att jag kunde vad som helst.

Dörrarna till skolan öppnades inte vid första försöket, men nog vid de andra. Bland annat **Elina Knihtilä**, **Veera Kiiskinen**, **Tommi Raitolehto**, **Miia Nuutila** och **Jerry Mikkelinen** var kurskamrater.

Då var legendariske **Jouko Turkka** inte längre i ledningen för skolan, men hans läror levde vida-

re: många elever ville uppträda ”via svett och fysik”. Heikkinen var 26 år gammal när han lämnade teaterhögskolan bakom sig. Han fick genast arbete på Arbetarteatern i Tammerfors, där han hann uppträda i två år innan motorcykelolyckan i stadens centrum.

Skadan har inte ställt hinder för Heikkinens arbete som skådespelare, även om den gett egna extra kryddor. Han fick jobb på tv-serier som *Seitsemän*, *Harvoin tarjolla*, *Sata lasissa*, *Taivaan tulet*. Heikkinen uppträdde också på scenen i till exempel *Esbo stadsteater* och *Kiasmateatern*.

Heikkinen har inte heller nöjt sig med att bara spela, han har även debuterat som regissör. Sitt första arbete som regissör utförde han redan ett år efter kollisionen.

Sonen föddes och takten saktade

År 2006 inträffade en stor förändring i Pekka Heikkinens liv när han och hans maka fick en son.

– Då tyckte jag att vi borde minska på farten åtminstone tills pojken börjar i skolan. Jag hade hört av så många kompisar hur barnen plötsligt hade vuxit sig stora utan att skådespelarföräldrarna skulle ha hunnit tillbringa så värst mycket tid med dem.



– Jag tyckte det var kul att se en liten karl växa upp, och jag höll mycket gärna en paus i arbetslivet.

Nu har ”den lilla karlen” redan skrivit studenten och är på väg att ta sig till armén. Ska även han bli skådespelare, såsom det går för så många barn till skådespelare?

– Det lär han inte bli. Han har sett hur anspråkslöst man allmänt taget klarar sig i den här branschen. Därför drar blodet honom mer till att göra affärer.

När Heikinens son nådde skolåldern återvände fadern såsom planerat till scenkonsten. Efter det har det varit gott om produktioner.

Monologer i egen takt

Om det ibland har varit tystare på arbetsfronten har Heikkinen producerat monologer – i samarbete med författaren/regissören **Heikki Huttu-Hiltunen**. Den första helkvälls monologen såg dagens ljus 2013. Föreställningen hette Näillä mennään och för den utgick Heikkinen från händelserna i sitt eget liv.

– Jag skriver, regisserar och spelar monologerna själv. Lampor och övrig rekvisita under spelningarna måste jag ofta sköta själv. Med god tur kan jag få någon att marknadsföra föreställningen och om jag inte får någon, gör jag det själv.

Monologerna började uppstå vartannat år och ibland spelade Heikkinen även i större produktioner.

– De senaste fyra föreställningarna har hållit tillsammans med Teatteri Siperia från Tammerfors. Den är såtillvida en speciell teater att den inte har egna lokaler utan håller föreställningar där det faller sig.

Även **Samuel Becketts** Endgame, Leikin loppu, producerades under samarbete mellan Siperia och Nationalteatern. Där spelar Heikkinen ena huvudrollen medan den andra spelas av **Bakr Hasan**, som har irakiskt ursprung. Föreställningen har fått mycket positiv kritik.

– Den gick i våras på Nationalteatern där föreställningarna fortsätter även nästa vår. Skådespelet har också visats i Tammerfors på ”våningen” i det äldsta huset i Finlay-



sons område.

Heikkinen och Bakr Hasan förbereder nu tillsammans också ett helt nytt skådespel.

Fyrbent ”hjälpmedel”

Pekka Heikkinen har alltid haft en hund. Medan den förr var ”bara” en hund, har han nu en assistenthund. Labradorretrievern heter Hali.

– Hunden är till hjälp på två sätt. Först och främst är den skicklig på många sätt att hjälpa i praktiska situationer. För det andra är den förträfflig i att hålla den mentala hälsan i skick. Den är en kompis dygnet runt, rentav redan ett stycke av min identitet.

Hali för med munnen de föremål som fallit till Heikkinen inom räckhåll för honom. Han behöver bara be hunden, så sköter den fyrbente assistenten jobbet.

Hali förstår sig också på pengar:

– Det är helt oförklarligt att den också kan lyfta upp ett mynt från golvet. Hur den gör det, tekniskt sett, är helt en gåta för mig.

När Heikkinen rör på sig tyr han sig till ett kördon som lyfts upp framför rullstolen och drivs med en elmotor.

– Med den uppnår man ganska rejäla hastigheter utomhus och även i uppförsbackar. På landet är den ett helt fantastiskt åkdon.

Många teatrar framställs numera som tillgängliga, men särskilt i gamla byggnader gäller detta främst åskådarna. Det kan alltså vara svårt för den som rör sig med rullstol att kliva upp på scenen.

– Projektspecifikt har det byggts

ramper allt efter behovet. En gång svetsade man ett handtag i min rullstol så att den blev en säng genom att man vred på handtaget.

– När jag kommer till jobbet på en teater där jag inte har arbetat tidigare ser jag oftast först efter var man lastar av lastbilar. Den vägen kan man oftast också förflytta sig med rullstol.

Fastän Heikkinen oftast uppträder på scenen sittande i rullstolen har han framför allt ett mål före andra:

– Jag måste spela så intensivt att även rullstolen totalt försvinner ur åskådarens medvetande om man så vill. Det finns bara skådespelaren, scenen och texten. ●

PEKKA HEIKKINEN

- Ålder: 55 år.
- Utbildning: Blev färdig från Teaterhögskolan år 1996.
- Arbetskarriär: Engagerad vid Arbetarteatern i Tammerfors åren 1996–1998. Han har deltagit i många produktioner vid teatern, producerat monologer, uppträtt i tv-serier och filmer samt regisserat skådespel.
- Gift: Parförhållande, en 19-årig son.
- Nästan familjemedlem: Labradorretrievern Hali.
- Hobbyer: Gamla hus, slöjdarbeten, hundar och faktalitteratur.



Kuka puskee mut läpi talven?

E

 lettiin alkutalvea 2020. Muistan, että istuin ulkona, kaarevan talon sisäpihalla. Siellä, missä ensimmäinen asuntoni sijaitsi. Vuoden ensimmäiset talvipäivät olivat saapuneet, joten ilma tuntui raikkaalta, mutta ei liian kylmältä. Maahan oli satanut pari senttiä tuoretta lunta. Ihanaa.

Se vain oli juuri sellaista lunta, johon saattaa jäädä pyörätuolilla jumiin.

-Mä oon just lähdessä kauppaan, muistan saneleni siskolleni puhelimesta.

Mutta kyllähän se nyt hyvin menee. Minulla on sähköinen kelauksenkeventäjä apuna, ja se työntää pyörätuolia vaikeimmissa kohdissa. Ei ole edes pakkasta, eikä maassa ole melkein yhtään lunta. Kyllä laite sen kestä.

Niin siis ajattelin.

Reissu alle kilometrin päässä olevaan kauppaan ja takaisin kesti noin puolitoista tuntia. Kelauksenkeventäjä hyötyi viimeistään ylämäessä, ja siispä mukana oli paluumatkalla pienten ostosten lisäksi noin kuusi kiloa ylimääräistä painoa.

Laite toipui pienestä määrästä lunta, jota se oli saanut pyöräänsä. Itselläni olo oli kuin voittajalla.

Se jäi kuitenkin viimeiseksi kerraksi, kun uskalsin lähteä talvella ulos sähköisen kelauksenkeventäjän avulla.

Kirjoittaessani tätä eletään lokakuuta 2025. Talvi ei ole vielä tehnyt tuloaan, muttei myöskään ole kaukana.

Ja edelleen mietin, että miten sitä taas lykkii itseään eteenpäin tulevana talvena.

Siksi päätin vastata omaan kysymykseeni: Mikä on paras tapa liikkua pyörätuolilla lumisessa ja kylmässä ympäristössä, tällaisessa maassa kuin Suomi?

Ja ovatko asiat muuttuneet parempaan suun-

taan siitä, kun viimeksi asiaa tutkin?

Lähdin etsimään vastauksia uteliaana. Onhan Suomi omalla tavallaan kylmien talvien, lumen ja talviurheilulajien asiantuntija. Mahdollisuuksia erilaisiin ratkaisuihin ja insinöörityön taidonnäytteisiin on monia sekä täällä että ulkomailla. Tiedän, että kysyntää niille ainakin olisi.

Pakkohan jonkinlaisia ratkaisuja talvella liikkumiseen on löytyä. Enkä ollut väärässä, sillä niin niitä onkin.

Tarjolla on yllättävän monia ratkaisuja talvella liikkumiseen. Esimerkiksi maastorenkaat tuntuvat yksinkertaiselta vaihtoehdolta päästä eteenpäin haastavassa maastossa. Ne voi kiinnittää tarvittaessa omaan pyörätuoliin, ja halukkaat voivat budjetin salliessa hankkia myös erillisen maastopyörätuolin.

Kiinnostavin löytöni oli kuitenkin eturenkaiisiin kiinnitettävät pienet sukset. Ne vaikuttavat näppäriltä, eikä kiinnitys vaikuta kovin hankalalta. Tämä on myös budjettiystävällinen vaihtoehto, sillä suksista maksetaan vuokraa vuorokausikohtaisesti.

Urheilunnälkäisille saatavilla on myös istumakelkkoja, joilla pääsee varmasti oppimaan nopeasti jyrkässäkin rinteessä.

Liikkumisen apuvälineitä talven varalle siis on. Joistakin tiesin, ja kehitystä on tapahtunut. Itse olen vaikuttunut eturenkaisiin kiinnitettävistä suksista, vaikka käytännön kokemusta ei ole.

Vaihtoehtoja on, ja olen siitä mielissäni. Silti kysyn: Onko se tarpeeksi?

Voisimmeko innovoida, kehittää ja haastaa toisiamme vielä lisää? Puskea ideoita siihen asti, kunnes jokainen meistä pääsee ulos lumisessa säässä viereiselle lenkkipolulle, kauppaan tai töihin? Tehdä vielä paremmin?

Minä sanon, että voimme.

Silloin en joutuisi vetämään noin kuutta kilometriä painoa, vaan olo olisi kuin voittajalla.



TOSI
HIE-
NO

PUU-
HAT

PIKKU-
LIN-
TUJA



AMER-
RIKAN
VÄKEÄ

JALO-
PUUTA

VARPOS-
LINTO

Sn

AAL-
TO

OHEN
NAIMA-
TON!

PIÖRÄ-
TUOLI-
VERBI

MAAR!

NUKUT-
TAVAA

KYKY

MAAN-
OSA

LIIMA-
PINTAI-
NEN

GOLF-
LYÖNTI

LOVATA

VOUHOT-
TAMISTA

TYTTÖ
JA
KANAVA

POU-
LEVYJA

KEVÄTTÄ

KANA-
LOISSA

ISÄ
HÄNNIN
TOL-
LOI

LADA-
MALLI

VAR-
TI-
OI-
DA

SISILI-
ASSA

LYPPEÄ
LEIPÄ

TYTTÖ
JA
KANAVA

PANK-
KI

PETEN
SUKU

ROINAA

KORISTE-
PENSAA

PIIR-
ROS-
POSSU

24.12.
31.12.

IT 7/2025 numeron ratkaistujen ristikoiden palautus 17.11.2025 mennessä osoitteeseen IT-lehti/Ristikko 7/2025, Kamua Helsinki Oy, Sörnäistenkatu 1, 00580 Helsinki. Oikein vastanneiden kesken arvotaan pieniä palkintoja.

IT 5/2025 ristikkoon saatiin yli 100 ratkaisua. Niiden joukosta arvottiin seuraavat kolme voittajaa: **Sonja Kuitunen Saarijärveltä, Mauri Hämäläinen Helsingistä ja Marjatta Tofferi Valkeakoskelta.** Onnea voittajille!

RATKAISIJAN NIMI

LÄHIOSOITE

POSTINUMERO JA -TOIMIPAikka

PUHELIN

Ratkaisu edellisen numeron ristikkoon:





Elinsiirtourheilija kävi unelmiensa vaelluksella

ELINSIIRTOURHEILIJA Tuisku-Tuulia Leinonen toteutti syksyllä suuren unelmansa: kymmenen päivän vaelluksen Suomen käsivarren erämaassa.

Kirjoitimme Leinosen ennätysjahdista It-lehdessä alkuvuonna 2025. Aikaisemmin Leinonen on esimerkiksi tehnyt kuulantönnön Suomen ennätyksen elinsiirtourheilijoiden 30–39-vuotiaiden naisten sarjassa.

Jutussa Leinonen kertoi, että hänen seuraava tavoitteensa on Haltin huiputus. Terveysshaasteiden takia tavoite Haltin huipulle pääsemisestä vaihtui 10 päivän vaellukseen ja tuo tavoite täyttyi elokuussa.

– Reissu oli kaikin puolin onnistunut ja upea hyvän ennakkoinnin ja runsaan harjoittelun vuoksi. Peruskuntoni ja lihaskuntoni olivat hyvät. Vaikka terveys oli mikä oli, niin niiden avulla pystyin nauttimaan matkasta ja reissusta, Leinonen kertoo.

Ennen matkaan lähtöä hän oli kärsinyt jalkapöydän murtumista. Leinosella on moninaisia oireita aiheuttava APECED-oireyhtymä ja hän on saanut munuaisensiirron vuonna 2014.

Leinonen haluaa muistuttaa, että haastavistakin lähtökohdista on mahdollista toteuttaa suuria unelmia. Näin hän kertoo blogissan tunnelmista vaelluksen lopussa:

– Olin pystynyt toteuttamaan monta unelmaa reissulla, juonut suoraan tunturipurosta raikasta vettä ja selvinnyt erämaassa 10 päivää. Kokemus oli uskomaton ja hyvin voimaannuttava. Luonto antoi mittasuhteet asioille ja muistutti, kuinka pieniä me ihmiset olemme kaiken tämän keskellä.



makasiini

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 **Ritva Piili** Imatralta ja **Tiina Paakkanen** Villähteeltä. Onnea voittajille!

Palauta täytetty kuponki 17.11.2025 mennessä osoitteella IT-lehti, Parempi IT, Kamua Helsinki Oy, Sörnäistenkatu 1, 00580 Helsinki

Ratkaisu sivun 7 sudokuun

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

TULE NÄHDYKSI.

Käytä amulettia, joka voi pelastaa henkesi oikeasti.



ostaheijastin.fi
TUET INVALIDILIITON TYÖTÄ.

