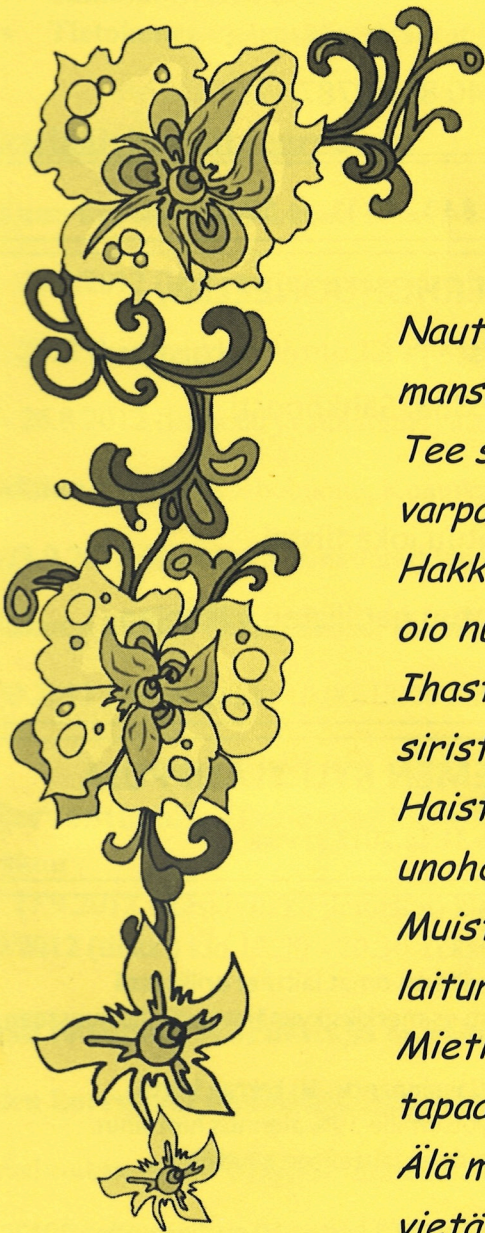




# TSI-lehti

Tampereen Seudun Invalidit ry

1-2012



*Nauti uusia perunoita ja voita  
mansikoita ja makkaroita,  
Tee saunaan tuore vasta  
varpaat veteen kasta,  
Hakkaa liiteriin halkoja  
oio nurmikolla jalkoja,  
Ihastele poutapilviä  
siristele auringossa silmiä,  
Haista kesän tuoksut  
unohda turhat juoksut,  
Muista paljon lekotella  
laturilla elämää hekotella,  
Mieti kivoja juttuja  
tapaa ystäviä ja tuttuja,  
Älä murehdi ötököitä  
vietä rauhallisia kesäiitä!*

## **Tampereen Seudun Invalidit ry**

Kuninkaankatu 36 B, 33200 Tampere, puh. 045 117 3730 tai 03-222 8388

[www.tsiry.net](http://www.tsiry.net)

**Toimisto avoinna:** ma klo 13-16, ti klo 9-15 ja to klo 9-12

**Toimisto suljettu:** 29.6.-5.8.2012 ja 20.12.12-5.1.2013

**Kesäkoti Aitoranta 9.6.-19.8.2012**

Hirviniementie 375, 33680 Tampere, puh. 040 838 9787

**Hallituksen kokouspäivät** 13.8., 10.9., 8.10., 12.11. ja 10.12.2012.

**KERHOT ALOITTAVAT SYYSKAUDEN KERHOHUONEELLA,**  
**Kuninkaankatu 36 B** Lisätietoja toiminnasta ja liikuntavuoroista  
[www.tsiry.net](http://www.tsiry.net) tai p. 045 1173 730 , 03-222 8388. Sähköposti  
[tsi1@kolumbus.fi](mailto:tsi1@kolumbus.fi)

**Hyvän olon kerho,** ti 11.9.12 klo 13. Kokoontuu joka tiistai.

**Hengellinen kerho,** ke 5.9.12 klo 14. Kokoontuu parillisten viikkojen keskiviikkoina.

**YHDISTYKSEN TOIMISTOLTA LAPINNIEMEN KYLPYLÄLIPPUJA**  
**JÄSENHINTAAN 7,50 €/KPL.** Liput voimassa 31.12.2012 saakka.

## **LIIKUNTAESTEETÖN KUNTOSALI**

Fysiocenter Hervanta, Pietilänkatu 5. Pyörätuolia käyttäville on omat laitteet erillisessä kuntosalissa. Yleisen kuntosalin laitteisiin pääsee helposti esimerkiksiikänsauvoja liikkeessään käyttävät.

Kuukausikortti: 39 euroa (voi käydä rajattomasti) + korttiavainpanti, 10 kerran kortti 45 € + korttiavainpanti. - Opiskelijoille, eläkeläisille ja työttömille 10% alennus hintoihin. Ennen kuntosaliharjoittelua saat henkilökohtaisen opastuksen laitteitten käyttöön.

Aika sovittava etukäteen Jouni Viinamäen kanssa.

- Yhdistys tukee jäsentensä omaehtoista liikuntaa myöntämällä 3 kertaa 10 euroa vuoden 2012 aikana (kuittia vastaan) tapahtuvaan kuntosaliharjoitteluun Hervannan Fysiocenterin tiloissa.

Yhdistyksen tuen saadakseen maksetut kuitit pitää toimittaa yhdistyksen toimistoon viimeistään 14.01.2013 mennessä. Tarkempia tietoja fysioterapeutti Jouni Viinamäeltä puh. 0400-893 402 tai yhdistyksen toimistolta 03-222 8388 tai 045-1173730

# KANNATTAA KATSOA TARKASTI

Kun kaupasta ostaa palan makkaraa ja kotona leikkaa sen puoleksi, niin arkiajattelu sanoo, että molemmat palat painavat yhtä paljon kuin kokonainen makkara. Mutta jos katsomme asiaa tarkasti ja meillä on tarpeeksi tarkka vaaka, niin palat painavat enemmän kuin kokonainen makkara.

Ihmissilmän erottelukyky on millimetrin kymmenesosan luokkaa. Verrattuna moniin muihin eläimiin olemme lähes sokeita. Terveet huippu-urheilijat ovat invalideja verrattuna moniin kissaeläimiin tai vaikka ameboihin.

Todellisuuteen ei liity välttämättömyyttä. Vaaleanpunaisia elefanteja voisi olla olemassa, niitä ei nyt vaan ole. Tai mikään jumalallinen mahti ei vaadi, että meillä on sähköä käytettävissä, niin vain on. Kosmoksen suuressa suunnitelmassa ei tarvitsisi olla edes yhdistystä, mutta onneksi niin kuitenkin on.

Kun katsoo tarkasti, meitä yhdistävät rajoitukset liikkumisessa ovat diagnoosien lisäksi usein vain ominaisuuksia ja raskaimmatkin liikkumisen apuvälineet vertautuvat esim. silmälaseihin likinäköisillä. Tämä siitä huolimatta, että meillä voi henkilökohtaisella tasolla olla suurta ahdistusta, kipua ja kärsimystä.

Kun meille tulee vaikeita hetkiä, niin kuin aina joskus tulee, silloin juuri kannattaa katsoa tarkasti. Se tarkoittaa, että opimme nauttimaan arjesta, opimme auttamaan ja ottamaan apua vastaan. Lähelle kannattaa päästää, sillä yksin ei pysty jakamaan eikä pelaamaan.

Elämän moninaisuutta ja arvoa ei voi huomata ilman tarkkaa resoluutiota. Arkihavainnot kyllä riittävät elämän perustaksi, mutta eivät ilman kokemusta ja itsetuntemusta.

Nähdäänpä kesällä Aitorannassa ja vietetään aikaa yhdessä leppeässä tunnelmassa.

Niin, se alun makkara painaa kokonaisena vähemmän negatiivisen paine-energian takia. Molekyylit painaa vähemmän kuin sen muodostavat atomit, eikö ole mielenkiintoista??



Kesäterveisin, Tuomo Kaarakainen  
varapuheenjohtaja

