

Täyttä ELÄMÄÄ

HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY:N
JÄSENLEHTI 4/2020



Lasten kauneuskilpailut
vuonna 1947 s. 6

Syyskokouskutsu s. 12

Valokuvauskurssilainen
Laura Lundström s. 14



HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY

Perustettu vuonna 1938

YHTEYSTIEDOT

Toimisto: Voudintie 6, 00600 Helsinki

Toimisto avoinna:

ma, ti, to, pe klo 9–15 ja ke 9–19

puh. 09 720 6240 toimisto@hiy.fi

Talousjohtaja Helena Venäläinen

ma-to puh. 09 7206 2411

helena.venalainen@hiy.fi

Toiminnanjohtaja Pirjo Virtaintorppa

ti-pe puh. 09 7206 2415

pirjo.virtaintorppa@hiy.fi

ASUINTALOT

Tuulimyllyntie 5, 00920 Helsinki

HT-Kiinteistöpalvelu Oy

puh. 0400 850 735

www.htkiinteistopalvelu.fi

Voudintie 6, 00600 Helsinki

Huoltoyhtiö HHS Palvelut

puh. 044 986 0179

www.hhspalvelut.fi

As. Oy Helsingin Juhana Herttuantie 17,

HHS Palvelut

puh. 044 986 0179

www.hhspalvelut.fi

HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY ON PERUSTETTU VUONNA 1938 EDISTÄMÄÄN FYYSISET VAMMAISTEN HENKILÖIDEN YHDENVERTAISUUTTA JA TASA-ARVOA YHTEISKUNNASSA. TOIMINTA-ALUEENA HELSINGIN KAUPUNKI.

YHDISTYS tarjoaa jäsenilleen vertaistukea, liikuntaa ja vapaa-ajanviettomahdollisuuksia erilaisissa kerhoissa ja liikuntaryhmissä sekä järjestää neuvontaa ja koulutusta. Yhdistyksen neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Täyttä Elämää -lehti ja kotisivut toimivat tiedotuskanavina jäsenistölle.

YHDISTYKSEN varsinaiseksi jäseneksi voidaan hyväksyä fyysisesti vammainen tai toimintaesteinen henkilö, hänen perheenjäsenensä tai muu henkilö, joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen ja säännöt. Yhdistyksen 15 vuotta täyttäneellä varsinaisella jäsenellä on yksi ääni yhdistyksen kokouksessa. Alle 15-vuotiaalla jäsenellä on läsnäolo- ja puheoikeus, mutta ei äänioikeutta. Varsinaisena jäsenenä henkilö voi kuulua ainoastaan yhteen Invalidiliiton paikalliseen jäsenyhdistykseen.

KANNATTAJAJÄSENEKSI, jolla ei kuitenkaan ole äänioikeutta yhdistyksen kokouksissa, voidaan hyväksyä henkilö, rekisteröity yhdistys tai muu oikeuskelpoinen yhteisö, joka haluaa tukea ja edistää yhdistyksen toimintaa. Jäseneksi hyväksymisestä päättää yhdistyksen hallitus.

VUODEN 2019 lopussa yhdistyksessä oli 1550 jäsentä. Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2020 on varsinaisilta jäseniltä 23 €, kannatusjäsenmaksu yksityishenkilöltä 50 € ja yhteisöltä 150 € vuosi. Lisätietoja jäseneksi liittymisestä saa yhdistyksen toimistosta ja internet-sivuilta www.hiy.fi

Hei kuntavaaliehdokas!

**Osta ilmoitustilaa Täyttä Elämää
lehden numerosta 1/2021.**

HIY:n jäsenille 20 % alennus.

Kysy lisää: TJM-Systems Oy / Sari

Aarnio, puh. 044 566 7194,

sari.aarnio@tjm-systems.fi

Täyttä ELÄMÄÄ

ASiantuntijalehti vammaisille sekä
sosiaali- ja terveydenhuoltoalan
ammattilaisille

Kansikuva: Jouni Ahonen



HIY:n valokuvauskurssilainen
Laura Lundström, artikkeli sivulla 14.

SISÄLLYSLUETTELO 4/2020

Lukijalle	s. 4
"Ken on maassa kaunehin"	
lasten kauneuskilpailut v 1947	s. 6
Digipisteen kuulumiset	s. 10
Syyskokouskutsu	s. 12
Kolumni, Anna Berghäll	s. 13
HIY:n valokuvauskurssilainen Laura Lundström	s. 14
Ajankohtaista	s. 17
Liikuntakoordinaattori Tanja Ketola	s. 18
Uuden retkikerhon syksy	s. 19
Liikuntaryhmät	s. 22
Kerhot	s. 24



Uuden retkikerhon syksy, artikkeli sivulla 19.



Digipisteen kuulumiset, artikkeli sivulla 10.

**TÄYTTÄ ELÄMÄÄ ON HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY:N JÄSENLEHTI.
LEHTI ILMESTYY NELJÄ KERTAA VUODESSA.**

**JULKAISIJA JA TOIMITUS: HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY, VOUDINTIE 6, 00600 HELSINKI.
PÄÄTOIMITTAJA: PIRJO VIRTAINTORPPA. TAITTO: C.DIEM OY. KIRJAPAINO: AKSIDENSSI OY, 2020
ILMOITUSMYynti: TJM-SYSTEMS OY, PUH. 044 566 718, AINEISTOT@TJM-SYSTEMS.FI
YHTEYDENOTOT: TOIMISTO@HIY.FI, PUH. 09 7206 240 ISSN 2489-9992**

Lukijalle

REMONTIN JÄLKEEN



VOUDINTIEN toimintakeskuksen ilmastointilaitteet on uusittu, seinät ja katot on maalattu ja salin lattia uusittu - ja mikä tärkeintä: sisäilma on nyt puhdasta ja sitä on riittävästi! Koko remonttiprosessi oli jättimäinen ponnistus. Toimintakeskus oli tyhjennettävä remontin tieltä ja kaikki siellä ollut tavara toimitettiin puhdistuksen kautta välivarastoon ja evakotiloihin liris-keskukseen. Remontin jälkeen koitti paluumuutto, jonka yhteydessä tehtiin uudelleenjärjestelyjä arkiston säilytyksen ja huoneiden suhteen. Saliin hankittiin uudet kätevämmät pöydät.

ONNEKSI remontissa pysyttiin aikataulussa, eikä syyskauden toiminnan aloittaminen viivästynyt kuin kuukauden. Koko remontti rahoitettiin yksityishenkilöltä vuonna 2018 saadulla testamentilla.

YHDISTYKSEN toimintaa kehitetään jatkuvasti. Jäsenkyselyssä toivottiin pidempiä aukioloaikoja ja mahdollisuutta käydä ilman asiaakin juttelemassa toimistolla. Toimisto on lokakuun alusta alkaen auki muina arkipäivinä klo 9–15 ja keskiviikkoisin klo 19 asti, jolloin paikalla ovat Digipisteen Jouni Ahonen ja allekirjoittanut, jonka kanssa voi käydä juttelemassa mieltä askarruttavista asioista.

VOUDINTIEN aulassa on taas kirjahylly, johon voi tuoda itselleen tarpeettomia kirjoja, dvd-elokuvia ja cd-le-

vyjä kierrätykseen. Siihen voi siis tuoda ja siitä hakea luettavaa, katsottavaa ja kuunneltavaa.

AVUSTAJAVÄLITYKSEN henkilökunnassa on tapahtunut muutoksia. Laura Filppu jatkaa vanhempainvaapaalta opintovapaalle, joka jatkuu aina vuoden 2021 loppuun asti. Hän tekee pääasiassa etätyönä osa-aikaisen kehityspäällikön tittelillä opintojensa ohessa ennalta sovittuja kehittämistehtäviä. Kirsi Lankisen työsuhte päättyy hänen siirtyessä muihin tehtäviin vuoden vaihteessa. Palvelupäällikön opintovapaasijainen rekrytoidaan syksyn aikana. Uutena osa-aikaisena koordinaattorina on aloittanut Maria Lievonon, joka täydentää koordinaattoritiimiä.

TALOUSJOHTAJA Helena Venäläinen työskentelee osa-aikaisena neljänä päivänä viikossa (maanantaista torstaihin) ja on parhaiten tavoitettavissa sähköpostitse ja puhelimitse. Allekirjoittaneelle on siirtynyt Helenalta asuntoasioiden hoito, eli asuntoihin ja asuntohakemuksiin liittyvissä asioissa kannattaa olla yhteydessä toiminnanjohtajaan. HIY:n omistamiin vuokratiloihin liittyvissä huoltoasioissa oikea osoite on tietysti huoltoyhtiö, joiden yhteystiedot löytyvät tämänkin lehden sisäkannesta s 2.

TÄTÄ kirjoittaessa koronaviruksen aiheuttaman pan-



Yhdistyksen kevätkokous pidettiin 5.9.2020 Iiris-keskuksessa.

demian kehittyminen on täysi arvoitus. Loppuvuonna emme järjestä mitään suurempia tapahtumia, mutta pyrimme pitämään kerhot ja ryhmät toiminnassa. Voudintiellä on käsidesiä tarjolla ja maskin käyttöä suositellaan tilaisuuksissa, joissa turvavälien pitäminen ei onnistu. Puurojuhlakin perutaan, koska yhdessä syömistä ja juhlaan liittyvää ohjelmaa ei pystytä viranomaisten suositusten puitteissa järjestämään.

KAIKESTA huolimatta suunnittelemme vuoden 2021 toimintaa toiveikkaina. Erityisen iloinen olen siitä, että viime keväälle suunniteltu retkikerho pystyttiin toteuttamaan syyskuussa. Liikuntakoordinaattori Tanja Ketolan vetämistä retkistä tuli niin hyvää palautetta, että uskallan jo luvata retkikerhon toiminnan jatkuvan ensi keväänä. Lue lisää sivulta 19.

SUOSITTU luovan kirjoittamisen jatkuu ensi vuonna, jos löydämme uuden ohjaajan. Kerrothan minulle, jos tiedät jonkun sopivan henkilön kurssimme ohjaajaksi.

KEVÄTKOKOUS pidettiin Iiris-keskuksessa 4.9. ja kokoukseen järjestettiin etäyhteys, jolla kahdeksan henkilöä seurasi sitä. Yhdistyksen syyskokous 29.11. pidetään (jos koronatilanne sallii!) Voudintiellä erikoisjärjestelyin. Seuraavaksi kaksivuotiseksi kaudeksi hallituksen jäseneksi haluavat voivat lähettää lyhyen esittelyn itsestään viimeistään 13.11. osoitteeseen toimisto@hiy.fi. Erovuorossa ovat Kristiina Karhos, Pekka

Hätinen, Matti Koikkalainen, Seppo Pihkala ja Marjaana Väre. Lisäksi vuorossa on puheenjohtajan vaali. Kokoukseen järjestetään etäyhteys, jolla kokousta voi seurata. Vain läsnäolijat voivat osallistua äänestyksiin. Lue lisää sivulta 12.

TOIVOTAN jäsenillemme hyvää loppuvuotta ja kiitän kaikkia aktiivisia jäseniä tästä vuodesta! Olemme selvinneet tästä koronan sävyttämästä erikoisesta vuodesta ja niin selviämme tulevistakin haasteista.

Yhdessä, toisiamme tukien!

ps. Toimisto on jouluaikaan suljettu 23.12.-6.1.



KIERRÄTYSHYLLY

HIY:n toimiston aulassa on taas hylly, johon voi tuoda itselleen tarpeettomia kirjoja, dvd-elokuvia ja cd-levyjä. Siitä saa hakea luettavaa/kuunneltavaa ja palauttaa ne tai laittaa eteenpäin kaverille.

Laitetaan hyvä kiertämään!

"Ken on maassa kaunehin" - lapset kilpailivat kauneudesta sodasta toipuvassa Suomessa

Olin aivan ällikällä lyöty kun Helsingin yliopiston historian opiskelija Henriikka Tilli otti minuun yhteyttä Helsingin Invalidien Yhdistyksen vuonna 1947 järjestämistä lasten kauneuskilpailuista. Mistä ihmeestä oli kyse? Annetaan Henriikan kertoa. Kursivoidut lainaukset ovat Henriikan kandintyöstä.

SODAN jälkeisten vuosien sanomalehdet olivat täynnä sodan läheisyydestä kertovia kirjoituksia. Palstatilaa veivät esimerkiksi uutiset rauhansopimuksista, sotakorvauksista, Tukholmasta saatavasta ruoka-avusta sekä kahvin korkeasta hinnasta. Kaiken tämän keskeltä lehdistä löytyy vuoden 1946 lopussa ja vuoden 1947 alussa myös mainoksia Helsingissä Messuhallissa sunnuntaina 19.1.1947 järjestettävistä lasten kauneuskilpailuista... Kilpailun järjesti Helsingin Invalidien Yhdistys ry, mutta mukana oli myös monia muita tahoja tuomareina, erilaisten ohjelmanumeroiden suorittajina ja palkintojen lahjoittajina.

MITEN TULIT TARTTUNEEKSI JUURI TÄHÄN AIHEESEEN KANDITYÖSSÄSI?

"Kun aloin miettiä, mistä tekisin kandintyöni, en vielä tiennyt näistä lasten kauneuskilpailuista mitään. Olen kuitenkin kiinnostunut lastenkulttuurista ja lasten historiasta ja niinpä ajattelin, että haluaisin tehdä kandintyöni jostakin lasten kulttuuriin liittyvästä aiheesta.

AJATTELIN myös, että haluaisin mieluiten tutkia joko sota-ajan lasten kulttuuria tai heti sodan jälkeistä lasten kulttuuria. Ylen Elävästä Arkistosta etsiessäni Markus-sedän pitämiä lasten radiotunteja löysin sattumalta myös lyhytelokuvan vuonna 1947 järjestetyistä lasten kauneuskilpailuista. Lähteiden löytäminen osoittautui varsin haastavaksi salapoliisityöksi ja monta kertaa olisi ollut helpompi ja varmempi ratkaisu luovuttaa ja siirtyä johonkin vaihtoehtoisiin aiheistani. En kuitenkaan luovuttanut, koska pidin löytämiäni lasten kauneuskilpailuja ehdottomasti jännittävimpänä ja kiinnostavimpana aiheena ja halusin tutkia nimenomaan niitä."

KYSEISET kilpailut olivat formaatiltaan hyvin vastaavaanlaiset kuin aikuistenkin kauneuskilpailut, joskin lapset vält-

tyivät uimapukukierrokselta esiintyen lavalla vain yhdessä vaatekerrassa. Mutta kuten aikuistenkin kauneuskilpailuissa, lasten kauneuskilpailuiden nuoret kilpailijat astelivat lavalla yleisön ja tuomariston arvosteltavina ryhmittäin ja numerokyltit käsissään.

LASTEN kauneuskilpailut ylipäätään ovat yleensä aihe, joka herättää paljon tunteita ja mielipiteitä. Monen mielestä on ehdottoman väärin kilpailuttaa lapsia – tai yhtään ketään – kauneudesta, mutta siitä huolimatta kilpailuja kuitenkin järjestetään. Nämä Messuhallissa tammikuussa 1947 järjestetyt lasten kauneuskilpailut ovat tapahtuma, joka on syystä tai toisesta jäänyt myöhemmin varsin pimentoon: nykyisin käytännössä kukaan ei ole koskaan kuullutkaan niistä. Yhtään vähemmän hämmäntäviä näistä kilpailuista ei tee myöskään niiden ajoittuminen sodan jälkeiseen pula- ja jälleenrakennusaikaan eikä liioin se seikka, että kyseisen kilpailun keksi järjestää Helsingin Invalidiyhdistys...

KILPAILUT eivät kuitenkaan välttyneet kritiikiltä vaan niitä kritisoitiin myös melko rajuin sanoin ja monenlaisin perustein. Kritiikki paljastaa monia kiinnostavia ajatuksia siitä, millainen hyvän lapsen ja oikeanlaisen lastenkasvatuksen siihen aikaan ajateltiin olevan.

TULIKO TUTKIMUSTYÖN AIKANA ESIIN JOTAIN YLLÄTTÄVÄÄ?

"Isoin yllätys, jonka tutkimustyöni aikana koin oli se, kun löysin kauneuskilpailuista kertovan lyhytelokuvan ja sain tietää, että sellaiset kauneuskilpailut ylipäätään oli järjestetty. En ollut koskaan tullut ajatelleeksi, että Suomessa olisi ikinä järjestetty mitään sellaista. Muistan edelleen elävästi sen mykistyneen ja hämmäntyneen tunteen, kun löysin lyhytelokuvan ja katsoin sen



Henriikka Tilli

ensimmäisen kerran. Tätä hämmennystä vain lisäsi se, miten kukaan, kenelle asiasta kerroin, ei ollut koskaan kuullutkaan kyseisistä kilpailuista – tähän päivään mennessä en ole tavannut yhtäkään ihmistä, joka olisi joskus kuullut näistä kilpailuista.

KILPAILUT olivat omana aikanaan kuitenkin sen verran iso juttu, että niissä oli mukana monia eri tahoja, niihin osallistui noin 300 lasta, joista oletettavasti moni on vielä elossa ja kilpailusta tehtiin jopa lyhytelokuva, joka nytkin on Elävässä Arkistossa kaiken kansan katsottavissa. Ja silti kilpailut näyttivät jotenkin unohtuneen ja kadonneen ihmisten tietoisuudesta varsin pian niiden pitämisen jälkeen.”

KILPAILUN järjestäneen Helsingin Invalidien Yhdistyksen aineistoissa kilpailu mainitaan yhteensä vain kuusi kertaa. Kaikki nämä maininnat löytyvät yhdistyksen johtokunnan kokouspöytäkirjoista, ja ne ovat nimenomaan mainintoja, eikä niistä saa kovin paljoa irti. Yhdistyksen vuoden 1947 toimintakertomuksessa kilpailuja ei mainita sanallakaan. Kaikkiaan yhdistyksen materiaaleista saa sellaisen kuvan, että kyseiset kilpailut olivat yhdistyksen toiminnassa varsin marginaalinen asia, lähinnä yhden ihmisen projekti. Kilpailuja puolustavia tai perustelevia merkintöjä ei löytynyt myöskään tapahtuman järjestäneen yhdistyksen papereista. Sielläkin vain todettiin, etteivät kilpailuista kirjoitetut sanomalehtikirjoitukset vaatineet mitään toimia. Ainoa puolustava tekijä kilpailuille löytyy siis niiden suosiosta ja siitä, kuinka moni taho ja yritys oli mukana niitä järjestämässä.

MIKSI SODAN LAPSET LAITETTIIN KILPAILEMAAN KAUNEUESTA HELSINGISSÄ?

Kun lähtee etsimään vastausta kysymykseen, miksi ky-

seiset lasten kauneuskilpailut järjestettiin, ensimmäinen – ja ainoa suoraan ilmaistu – vastaus löytyy kilpailuiden mainoksista, joissa todetaan ”tulot invalideille”... Kilpailut järjestäneen Helsingin Invalidiyhdistyksen vuoden 1947 toimintakertomuksessa todetaankin yhdistyksen menojen moninkertaistuneen kaikissa muodoissaan. Toimintakertomuksessa kuvataan, kuinka yhdistyksen työ- ja toimintamuodot ovat laajentuneet ja jäsenmäärä on ollut jatkuvassa kasvussa. Toimintakertomuksessa myös kiitetään useita tahoja, jotka ovat antaneet yhdistykselle avustuksia ja toivotaan yhdistyksen ”olojen vakiintuessa” pääsevän varmemmalle taloudelliselle pohjalle...

MIKSI ihmeessä rahaa päätettiin kerätä juuri lasten kauneuskilpailuilla? Varmasti olisi ollut olemassa paljon muitakin varainhankintakeinoja, jotka olisivat myös olleet vähemmän kyseenalaisia ja herättäneet vähemmän kritiikkiä. Tätä ihmettelivät myös aikalaiset...

PROSESSI lasten kauneuskilpailuiden järjestämiseksi ei näytäkään edenneen niin, että yhdistyksessä olisi kuumesti mietitty, mistä saadaan lisää rahaa ja vastauksena tähän sitten keksitty järjestää lasten kauneuskilpailut. Pikemminkin vaikuttaa siltä, että kilpailut olivat yhden ihmisen, neiti Sievisen, päähänpisto, joka todennäköisesti meni yhdistyksen johtokunnassa läpi siitä syystä, että rahaa tarvittiin ja toteuttamalla neiti Sievisen idea, sitä oli mahdollista saada. Toisaalta on ihan yhtä mahdollista, että neiti Sievinen sai ideansa läpi innokkaalla painostuksella. Ei ole mitään keinoa saada tähän varmaa vastausta. Ei myöskään ole mitään keinoa saada varmaa vastausta siihen, keksikö neiti Sievinen ehdottaa lasten kauneuskilpailuiden järjestämistä rahan kerääminen mielessään, vai olivatko hänen motiivinsa aivan toiset. Varmaa on vain se, että ehdotus meni läpi ja kilpailuilla kerättiin rahaa invalideille...



Lähteiden perusteella on selvää, ettei tilaisuuden ollut tarkoitus olla mikään erityisen vakavamielinen arviointitilaisuus, vaikka se ihan oikeaoppiseksi kauneuskilpailuksi olikin järjestetty. Sen oli tarkoitus olla hauska ja iloinen tapahtuma – ja nimenomaan hauska ja iloinen lastentapahtuma. Yhtenä kilpailuiden järjestämisen merkittävänä motiivina voidaankin päätellä olleen hauskan ja piristävän tapahtuman järjestäminen lapsille.

KRITIIKKIÄ

Noin viikkoa kilpailuiden jälkeen julkaistiin Uudessa Suomessa, Helsingin Sanomissa, Suomen Sosiaalidemokratissa ja Vapaassa Sanassa kasvatus- ja lastensuojelutyötä harjoittavien järjestöjen vetoomus vastaavanlaisia kilpailuita vastaan...

VETOOMUKSEN ydin oli siinä, että vaikka kilpailut oli järjestetty lasten huvitilaisuudeksi, ne olivat lapsen edun vastaisia, ne asettivat jonkun muun edun lapsen edun edelle, ja saattoivat näin vahingoittaa lasta ja lapsen kehitystä. Näin ollen ne eivät olleet sopivanlainen tapahtuma lasten huvitilaisuudeksi...

LASTEN kauneuskilpailuiden monista ongelmista kaikkein vahvimmin [erilaisissa kriittisissä] kirjoituksissa nousee esi-

le lapsen ulkonäön kehuminen. Kehuminen vaikuttaakin olleen sen ajan ihmisten keskuudessa varsinainen kirosana...

LAPSESTA, jonka ulkonäköä kehuttiin, pelättiin tulevan ”tyhjämpäiväinen”, mikä tosin oli varmasti yhteydessä siihen, että ulkonäkö näytteli lapsen päässä liian suurta roolia... Siinä missä kehuja saavista lapsista pelättiin tulevan itserakkaita, ylpeitä ja turhamaisia, pelättiin kehuitta jääneistä lapsista tulevan katkeria, yksinäisiä ja onnettomia sekä joutuvan vaikeiden alemmuuskompleksien valtaan.

YRITITKÖ ETSIÄ KILPAILUUN OSALLISTUNEITA LAPSIÄ? LÖYTYIKÖ SELLAISIA?

”Mietin jossain vaiheessa, että olisinko yrittänyt etsiä heitä, mutta siihen ei oikein ollut kovin hyviä keinoja käytössä. Ensinnäkään minulla ei ollut kilpailuun osallistuneista lapsista muuta tietoa kuin syntymävuodet ja kilpailun voittaneiden lasten nimet. Kokeilin kyllä etsiä näiden lasten nimillä erilaisista tietokannoista, joita muutenkin käytin lähteitä etsiessäni (kirjastot, arkistot) ja myös googlesta, mutta en löytänyt mitään.”

KRITIIKKI OLI AIKA KOVAA, KUINKA AIHEELLISEKSI KOET SEN?

”En itse periaatteessa kannata minkäänlaisia kauneus-



kilpailuja, joten sikäli pystyn ymmärtämään ihmisiä, jotka ovat niitä kritisoineet. Toisaalta näitä kyseisiä kilpailuja kohtaan esitetty kritiikkikin kuulosti näin nykyihmisen korvaan hieman hassulta, kun esimerkiksi kritisoitiin lapsen kehumista.

OMASTA mielestäni sekä kilpailuja kohtaan esitetty kritiikki että itse kilpailut ja niiden järjestäminen, erityisesti sodan jälkeisenä pula-aikana, tuntuivat molemmat osittain hieman erikoisilta. Toisaalta täytyy muistaa, että menneisyydessä ihmiset ovat eläneet hyvin erilaisessa maailmassa ja ajassa ja näin ollen myös heidän ajatusmaailmansa ovat voineet olla hyvin erilaisia. Se, mikä on meille hassua, voi olla heille aivan normaalia ja toisin päin.

AJATTELENKIN, että historian tutkijan tehtävä ei ole tuomita menneisyyttä vaan pyrkiä ymmärtämään sitä ja siksi en haluaisi tuomita näitä kilpailuja enkä toisaalta myöskään niiden kritisoijia. Tein tutkimustyössäni paljon töitä sen eteen, että olisin pystynyt ymmärtämään näitä kilpailuja paremmin, mutta se osoittautui varsin vaikeaksi siitä yksinkertaisesta syystä, etteivät lähteet kerro juuri mitään kilpailuiden järjestämisen taustalla

olleista motiiveista ja niiden varsinaisesta tarkoituksesta ja niinpä jouduin lähinnä spekuloidaan, mitä nämä motiivit ovat olleet.

Tämä tekee varsin vaikeaksi myös kritiikin aiheellisuuden arvioimisen; tilanne on melko samanlainen, kuin jos jostakin sodasta olisi käytettävissä vain toisen osapuolen kirjoitukset asiasta. Mutta oli kritiikki sitten aiheellista tai ei, olisi sen joka tapauksessa voinut useimmissa kirjoituksissa esittää huomattavasti rakentavammin."

Ylen Arkistosta löytyvä video kilpailusta löytyy esimerkiksi hakusanoilla "lasten kauneuskilpailu" <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2006/09/08/meidan-lapset-kilpailu> -silla

Kuvat: Ylen Arkisto



Digipisteen kuulumisia

Mikä ihmeen Digipiste? Jos et vielä tiedä, niin nyt on korkea aika tutustua!

TOUKOKUUSTA 2018 alkaen HIY:ssä on toiminut STEA:n rahoituksella Digipiste, jonka tavoitteena on ollut koulutuksen ja neuvonnan sekä henkilökohtaisen palveluneuvonnan avulla vammaisten henkilöiden digitaitojen lisääminen ja vahvistaminen.

DIGIPISTE järjestää henkilökohtaista neuvontaa Voudintien toimintakeskuksessa sekä liikkuvaa digitukea ihmisten kotona. Kaikki Digipisteen toiminta on luottamuksellista ja maksutonta.

JOS tarvitset apua esimerkiksi vammais- ja sosiaalipalveluiden kanssa tai Kelan palveluihin liittyvissä hakeumuksissa, Tuula Partanen antaa niihin henkilökohtaista neuvontaa. Tuula on tehnyt neuvontatyötä jo vuosia ja tekee sitä tällä hetkellä Digipisteen puitteissa. Hänen osaamisalueenaan on etenkin sosiaali- ja terveysala. Voit soittaa Tuulalle ja varata ajan numerosta 050 365 2620 ma-ke klo 13 – 16 tai sähköpostilla tuula.partanen@hiy.fi.

DIGIPISTEELLÄ usein neuvottuja asioita ovat esimerkiksi älypuhelimien käyttö ja asetukset, Kelan sähköiset palvelut, kuvien siirtäminen laitteesta toiseen ja muut arkiset ongelmat. Digipisteellä neuvotaan aiheita laidasta laitaan, tyhmiä kysymyksiä ei ole. Monet olettavat muiden tietävän digiasioista paljon enemmän, eivätkä kehtaa kysyä muilta. Suuri osa ihmisistä on oikeasti epävarmoja tietokoneiden ja älypuhelimien käytössä, mutta eivät välttämättä näytä sitä muille.

HENKILÖKOHTAISEN neuvonnan lisäksi noin kerran kuukaudessa järjestetään kutakuinkin puolitoista tuntia kestävä ryhmäluento tai -koulutus eri aiheista, kuten esimerkiksi pankkipalvelut, esteetön matkailu tai tietotekniikan oudot termit.

YLEENSÄ digiopastus ja palveluneuvonta on kahdenkeskistä, saman pöydän ääressä tai ainakin samassa huoneessa tapahtuvaa toimintaa. Koronaviruksen myötä lähikontakteja jouduttiin rajoittamaan huomattavasti, ja Digipiste siirtyi etäopastukseen.

ETÄOPASTUS toimii yleensä niin, että sekä opastaja että opastettava puhuvat puhelimesta keskenään. Samaan aikaan molemmat osapuolet avaavat Teamviewer-nimisen etäyhteysohjelman, jonka avulla opastaja näkee, mitä opastettavan tietokoneen ruudulla tapahtuu. Ohjeet Teamviewer-ohjelman lataamiseen löytyvät Digipisteen verkkosivuilta ja sitä voi kysyä myös puhelimesta.

VAIKKA etäopastuksessa neuvoja näkee, mitä toisen ruudulla tapahtuu, hän ei tee asioita toisen puolesta, vaan neuvoo suullisesti, mitä opastettavan pitää tehdä. Opastaja ei hoida laskujen maksamista, tai muita pankkiasioita vastaavia toimenpiteitä opastettavan puolesta. Joskus yksinkertaisemmissa asioissa pelkkä puhelu riittää, eikä etäyhteysohjelmaa tarvita. Jos sinulla on tuttu, joka tarvitsisi apua digi- tai asiointiongelmia, voit vinkata siitä Digipisteelle. Me voimme tarvittaessa ottaa yhteyttä ja kysyä, miten voimme auttaa.

KESÄLLÄ näytti siltä, että koronaviruksen leviäminen hidastuu ja tilanne näytti valoisammalta. Kesäkuussa päätettiin aloittaa kuitenkin digikuvauskurssi suunnitellusti. Ensimmäiset kokoontumiset olivat Hevossalmen lomakylässä ja Voudintien remontin valmistuttua kurssi siirtyi toimintakeskukseen. Kurssi päättyi lokakuussa 2020 ja osallistujien kuvista järjestetään näyttely Voudintien toimintakeskuksessa 26.10.2020 alkaen vuoden loppuun. Vuoden 2020 loppuun Digipiste toimii pääosin toimiston aukioloaikana. Poikke-



Näin hulppeissa maisemissa digiopastusta annettiin kesällä Hevossalmen lomakylässä.

uksena ovat keskiviikot, jolloin projektikoordinaattori on tavattavissa klo 19 saakka. Näin myös työssäkäyvät voivat helpommin kysyä Digipisteeltä neuvoja.

SYKSYLLÄ 2020 ryhmäkoulutuksia on vielä tulossa muutamia ja niiden aiheet ovat:

4.11. klo 17-18.30 Taulukkolaskennan (Excel) perusteet

10.11. klo 14-15.30 Yleisimpiä digihuijauksia

8.12. klo 14-15.30 Verkkokaupat: myyminen ja ostaminen

YLEENSÄ ryhmäkoulutukset on järjestetty toimintakeskuksen kerhohuoneella ja niin tehdään koronatilanteen salliessa. Mikäli tilanne muuttuu pahempaan, koulutukset toteutetaan verkon kautta ja ohjeet niiden seuraamiseksi löytyvät hankkeen verkkosivulta.

DIGIPISTE oli alun perin suunniteltu hankkeeksi, jonka kesto on kolme vuotta (2018-2020). Jo hankkeen alussa kuitenkin huomattiin, että tarve digituella ja hakemuksien ja vammaispalvelujen neuvonnalle ei tule loppumaan vaan pikemminkin lisääntyy.

KESÄN 2020 aikana HIY:n hallitus päätti, STEA-avustuksen päätyttyä pyritään digineuvontaa jatkamaan omalla rahoituksella. Eli digiasioihin ja erilaisiin hakemuksiin ja vammaispalveluihin saa jatkossakin neuvoja ja apua yhdistykseltä.

TÄTÄ juttua kirjoitettaessa kokoontuminen oli melko vapaata, mutta samaan aikaan hallituksessa suunniteltiin uusia koronasuosituksia sekä -rajoituksia. Digtukea voi toistaiseksi antaa myös perinteiseen tapaan lähiopastuksena, mutta talvella se ei välttämättä ole mahdollista.

Lisätietoja digineuvonnasta saat:
puh. 050 564 8034 tai digipiste@hiy.fi

Sanastoa

PÄIVITYS: Päivitys voi tarkoittaa kahta asiaa. 1) Ohjelman tai käyttöjärjestelmän uuden version asentamista, joka korjaa ohjelmistossa olleita virheitä tai parantaa sen toimintaa. 2) Viestin tai kuvan julkaisemista sosiaalisessa mediassa, kuten Facebookissa.

TILI: Eri verkkosivuilla tulee vastaan jatkuvasti pyyntö kirjautua tilille tai luoda tili. Tili-sana ei tässä yhteydessä viittaa pankkitiliin eikä sillä ole rahan kanssa tekemistä.

Näissä tapauksissa tili tarkoittaa, että sinulla on tunnukset, eli yleensä sähköpostiosoite ja salasana johonkin palveluun, kuten sosiaaliseen mediaan. Esimerkiksi Google-tili tarkoittaa, että sinulla on Gmail-sähköpostiosoite ja salasana. Facebook-tili taas tarkoittaa, että sinä olet rekisteröitynyt omalla sähköpostilla ja salasana Facebookin käyttäjäksi.

TWITTER: Sosiaalinen media, johon voi kirjoittaa lyhyitä viestejä. Twitter on suosittu esimerkiksi toimittajien ja poliitikkojen keskuudessa. Twitteriin voi lisätä tekstin lisäksi myös kuvia ja videoita. Twiitti (tai tviitti) on puolestaan Twitteriin kirjoitettu viesti.



Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n sääntömääräinen syyskokous

Aika: su 29.11. klo 13.

Paikka: Voudintie 6, Helsinki.

Kahvitarjoilu klo 12.30.

Kokouksessa käsitellään sääntöjen 6§:n mukaiset
syyskokousasiat ja valitaan hallitukseen uudet jäsenet
erovuoroisten tilalle sekä
valitaan yhdistyksen puheenjohtaja.

Kokoukseen järjestetään etäyhteys,
jota kautta voi seurata kokousta.

Virallinen osallistuminen kokoukseen ja
äänestyksiin ei ole mahdollinen etäyhteydellä.

Vain läsnäolijat voivat äänestää.

Kokousjärjestelyjen vuoksi pyydämme
ilmoittautumaan etukäteen,
viimeistään pe 27.11.

sähköpostitse toimisto@hiy.fi tai
puhelimitse 09 7206 240.

Tervetuloa!

Seikkailija muistelee nuoruuttaan



KUN makasin toinen puoli halvaantuneena sairaalassa 7,5 vuotta sitten enkä täysin vielä käsittänyt tilanteen vakavuutta, se alkoi selvitä minulle etenkin yhdestä sinänsä pienestä yksityiskohdasta. En pystynyt kääntymään vatsalleni. Eivätkä hoitajat halunneet kääntää minua siihen asentoon, koska se olisi ollut jotenkin epäedullinen. Ei siitä ollut kuin reilu kymmenen vuotta, kun Helsingin Sanomat lähetti minut ensimmäisenä naistoimittajana yksinään konfliktialueelle, tekemään juttuja Kongon sodasta). Nyt olen kuin koppakuoriainen.

KORONA on pakottanut meidät suuntaamaan ajatukset enemmän nojatuolimatkailuun kuin fyysisen habituksemme siirtämiseen toisiin maihin. Matkustamista on tullut mietittyä myös siksi, että juuri vuosi sitten näihin aikoihin matkustin yksin Kyprokselle.

OLIN Nikosiossa, mikä ei ole varsinainen rantakohde. Paikallisiin busseihin olisin saattanut jotenkin päästä, mutta kapeine keskiovineen ja rappusineen ne eivät vakuuttaneet minua esteettömyydellään, ja rannalle oli puolen tunnin matka.

KYPROSLAINEN tuttavani tunsivat ihmisiä, jotka voisivat ehkä auttaa ja vei minut kahvilaan tapaamaan vanhempien herrasmiesten seuruetta. Eräs lääkäri omisti osuuden yksityisrannasta ja rantaklubista Diana Beachilla. Tiukan kahvin äärellä seurasi stereotyyppisen kiivas keskustelu ja käsien huitominen aiheesta "voiko aivo- kasvainrouvan päästää mereen". Sain kuitenkin papat rauhoitettua sillä, että meillä on Suomessakin ihan vettä, ja pystyn puolellakin kropalla uimaan. Jos ei alueella ole pahoja merivirtoja eikä ranta ole kivinen, pärjään.

RANTAKLUBILÄÄKÄRI luopui vaatimuksestaan saada lausunto minun lääkäriltäni, ja pääsin ihanaan uimahallilämpöiseen veteen. Klubilla tietenkin kaikista tarpeistani huolehdittiin erittäin ystävällisesti. Minut

melkein kannettiin rantaan portaita pitkin, vaikka pyysin kantamaan vain juoman.

PORTAAT, etenkin liuku-, ovat aiheuttaneet sydämen-tykytyksiä Euroopan ulkopuolella. Pari vuotta ennen Kyprosta olin päässyt kokeilemaan vaurioituneita siipiäni Etiopiassa ja Kamerunissa. Addis Abebaan olin pyytänyt pyörätuoliavustuksen, koska en tuntenut kenttää ja minulla oli isot käsimatkatavarat.

PIKKURUINEN etiopialaismies päätti työntää pyörätuolini ylöspäin meneviin rullaportaisiin! Kiljaisin kauhusta, mihin hän: "Älä ole huolissasi, tämä on työtäni!" Minä että "I WORRY" siinä vaiheessa, kun itse painan silmämääräisesti arvioiden kymmeniä kiloja enemmän kuin avustaja. Mutta siitäkin selvitettiin. En voi sanoa, että kunnialla mutta selvitettiin.

LOPULLINEN määränpäni oli Kamerun, josta muuten kolumnikuvani on, kotini parvekkeelta. Siellä käytännön ongelmia riitti kokeneellekin Afrikan-kävijälle. Välillä se oli uuvuttavaa. Kuten kun juoksevaa vettä ei ollut tai taksi hajosi kesken kotimatkan, niin että loppumatka piti taittaa pimeässä kävellessä sillä samalla tiellä, jonka kuoppaisuus katkaisi taksista jonkin akselin.

JOS ihminen on seikkailija, ei hän siitä muuksi muutu vammautuessaan. Olen usein pandemian aikana miettinyt niitä asioita, jotka ovat tehneet eri tilanteista entistä tasa-arvoisempia vammaisille ja vammattomille ihmisille. Esimerkiksi striimatut keikat ovat yksi tällainen asia, toinen on matkailu. Jos pandemia- ja ilmastoystistä siirrytään enenevässä määrin virtuaalimatkailuun, se on lähes yhtä saavutettavaa kaikille. Kuitenkaan kaikkia elämyksiä ei voi kokea virtuaalisesti. Toivonkin, että hyvä ystäväni, "vammaiskollegani" ja elämänoppaani Kanadasta pääsee matkustamaan tänne ihan fyysisesti tänä talvena.

Kaikki alkoi Kokis-kamerasta!

Hiyläinen Laura Lundström osallistui Digipisteen kuvauskurssille ja kertoo taas lehdessämme kuvausharrastuksestaan, joka sopii kaikille! Liikuntavamma ei ole este.

60-LUVULLA Coca Colaa tehtiin tunnetuksi monilla tavoilla. Yksi niistä oli se, että Suomen Coca Cola järjesti kampanjan, jossa Cola-pullon korkeilla sai Afgan Iso-Rapid -kameran. Keräämällä 20 korkkia ja maksamalla postiennakkomaksun (16 mk) sai 44 markan arvoisen kameran.

LAURAN isä oli lavastajana televisiossa ja keräsi sieltä kruunukorkit talteen, kotona ne liimattiin vihkoihin, maksettiin postiennakko ja lähetettiin jonnekin. Niin perheen kolme siskosta ja vielä isoäitikin saivat kaikki omat kamerat.

”Siitä asti olen kuvannut. Se oli hyvä kamera, se oli käytössä monta vuotta. Silloin filmin kehitys kesti kolme viikkoa! Helsinkiin tuli ensimmäinen laboratorio Foto Nyblinille, joka oli siinä Kolmen sepän patsaan luona.”

KOKIS-KAMERAN jälkeen Laura sai ensimmäisen järjestelmäkameran, Canonin legendaarisen EOS300, joka toimii vielä ihan hyvin. 40-vuotislahjaksi Fujican kameran, jolla hän kuvasi vuoteen 2007, jolloin sai ensimmäisen digikameran.

ITSEOPPINUT KUVAAJA JA TALLENTAJA

Valokuvaamisen Laura on oppinut ihan itseksensä. Joitakin vuosia sitten hän osallistui työväenopiston neljän kerran kurssille, mutta muuten oppi on tullut kantapään kautta. Valokuvaamisessa pätee sama kuin monessa muussakin lajissa, harjoittelu tekee mestarin.

Kuvia on vuosien varrella kertynyt hirveät määrät. Vanhat kuvat on tietysti albumeissa, mutta nyt Laura

skannailee niitä ja merkitsee tiedostoihin kuvauspaikat ja -ajat.

”Kuvaaminen on mulle terapiaa. Sitten kun lähdän ulos niin sitä näkee luonnon niin erilailla. Tuossa Oulunkyläntiellä juuri otin kuvan ihan läheltä yhdestä lehdestä ja katsoin sitä myöhemmin, että siinä katukäytävässäkin on niin montaa eri sävyä harmaata ja mustaa. Ei niitä huomaa kun vaan kulkee kadulla.”

LUONTOA VAI IHMISIÄ?

Mieluiten Laura kuvaa luontoa ulkona, mutta kyllä hänet voi usein bongata myös HIY:n tilaisuuksissa kuvaamassa ihmisiä ja esiintyjä.

”Mieluisin kuvauskohde on ehdottomasti linnut. Toisaalta vuonna kuvasin 84 eri lintulajia. Tänä vuonna olen pupuja kuvannut tuolta kolmannelta kerroksesta, yksi pupukuvista tulee siihen valokuvanäyttelyynkin.”

Laura kertoo kävelevänsä paljon metsissä ja kaupungin muissa luontokohteissa. ”Seurasaari on lempipaikkani ja tietysti käyn jatkuvasti Kaivopuistossa, Pihlajasaarella, Töölönlahdella ja mitä näitä nyt onkaan. Pornaistenniemen piilokojulla kuvasin toissakesänä ensimmäiset jalohaikarat, neljä samalla kertaa! Kerran sain siellä kuvan pikku-uikusta, joita on vain kahdeksan kappaletta havaittu näillä leveysasteilla. Skanssenilla Tukholmassa kuvasin kaulushaikaroita. Viiksitimalia en ole nähnyt, sen ja kuningaskalastajan haluaisin nähdä.”

Kuvaaminen on yksinäistä puuhaa. Laura sanoo painokkaasti, että kukaan kuvaaja ei halua höpöttävää



Joutsenenpoikanen Töölönlahdella



Taistelevat sinisorsat Seurasaaren sillalla

kaveria viereensä. Hän kuvaakin paljon likkakaverinsa kanssa yhdessä, kumpikin omissa oloissaan.

Omia kuviaan Laura ei ole mihinkään kilpailuihin koskaan lähettänyt, kun rimakauhu on niin kauhea. Täyttä Elämää -lehdessä hänen kuviaan on kuitenkin nähty ennenkin. Laura sanoo kuvaavansa omaksi ilokseen. "Kuvaaminen on mulle terapiaa."

DIGIPISTEEN VALOKUVAUSKURSSILLA KESÄLLÄ

Laura osallistui Digipisteen maksuttomalle valokuvauskurssille. Kurssin aikana harjoiteltiin muun muassa erilaisia kuvakulmia, valaistusta ja kuvan sommittelua.

Kurssi kokoontui kerran viikossa parin tunnin ajan kerrallaan, yhteensä 10 kertaa. Kesällä kokoontumiset pidettiin tietysti Hevossalmen lomakylässä, syksyllä jatkettiin Voudintiellä. Kokoontumisten aikana käytiin ensin läpi teoriaosuus ja loppu aika harjoiteltiin kuvaamista käytännössä. Kurssilla harjoiteltiin ulkona ja sisällä kuvaamista sekä kuvien siirtoa.



Laura Lundström kuvauskurssilla Hevossalmessa, kuva Pirjo Isomäki

Kurssiin osallistujilla oli käytössään erilaisia laitteita. Suurin osa käytti kuvaamiseen älypuhelinia, muuttamalla kuvaamista pidempään harrastaneella on käytössä järjestelmäkamera. Kurssilla kokeiltiin myös selfie-kepin käyttöä lähikuvaamisessa.

Kurssin opettajana toimi valokuvausta Helsingin Evankelisessa Opistossa opettanut valokuvaukseen erikoistunut medianomi Henri Airo.

Lauran mukaan kurssista oli paljon hyötyä. "Sain apua siihen mitä voin tehdä vielä paremmin." Ohjaaja kertoi ensimmäisellä kerralla, mitä pitää aina kuvatessa ottaa huomioon, valot ja ympäristö ja näin poispäin. Mä sanoin hänelle, että yksi tuosta puuttuu se millä tasolla kuvaaja on kuvattavaan nähden. Kurssin vetäjä sanoi, että se oli loistava huomio ja lupasi lisätä sen omaan listaansa", kertoo kymmeniä vuosia myös liikuntavammaisia ja pyörätuolissa istuvia ihmisiä kuvannut Laura.



Harmaahaikara Pornaistenniellä

**TERVETULOA
VALOKUVANÄYTTELYYN**



HIY:n Digipisteen digikuvauskurssin osallistujien kuvista järjestetään näyttely HIY:n Voudintien toimintakeskuksessa. Kurssi kokoontui 10 kertaa ja lahjakkaiden osallistujien kuvien joukosta näyttelyyn valittiin sopivimmat.

Avajaiset pidettiin 26.10. klo 17. Valokuvat ovat toimintakeskuksen salissa vuoden loppuun asti.

Ajankohtaista

Invalidiliitto antoi lausunnon oikeusministeriölle viharikoksista.

INVALIDILIITTO kannattaa lähtökohtaisesti oikeusministeriön rikoslakiesitystä, jossa sukupuoli lisätään rangaistuksen mittaamisen koventamisperusteisiin. Tämä edistää myös vammaisten naisten ja tyttöjen oikeus-suojaa. YK:n vammaissopimus pitäisi näkyä kuitenkin rikoslakiesityksen perusteluissa paljon vahvemmin ja vammaisten naisten sekä tyttöjen muita haavoittuvampi asema.

INVALIDILIITTO esittää, että erillinen viharikossäännös luodaan rikoslakiin. Viharikoksella tarkoitetaan tekoa, joka on johtunut rikoksen uhrin henkilökohtaisista ominaisuuksista kuten vammaisuudesta. Viharikoksesta ei ole omaa yleistä rikostunnusmerkistöä, vaan rangaistuksen koventamisperusteissa voidaan ottaa sa-nottu seikka huomioon.

KÄYTÄNNÖSSÄ viharikosmotiivi jää varsin usein selvittämättä ja vammaisten rikoksen kohteiksi joutuvien uhrien kohdalla rangaistuksen koventamisperustetta ei ole sovellettu. Vaikka viharikos voi olla melkein mikä vaan rikoslain mukainen rikos, niin tuntuvalle rangaistusuhalla varustettu yleinen viharikossäännös voisi kattaa henkeen ja terveyteen sekä kunniaan ja yksityisyyden suojaan liittyviä tekoja.

INVALIDILIITTO painottaa lausunnossaan lopuksi oikeusviranomaisten koulutusta, jossa pitäisi nostaa esiin aiempaa paremmin viharikosmotiivien havaitseminen vammaisiin kohdistuvissa rikoksissa. Tässä yhteistyö vammaisjärjestöjen kanssa on erityisen suositeltavaa.



Vähävaraisille tarkoitettujen maskien jakelu jatkuu – kaksi uutta pistettä avautumassa

Helsingissä vähävaraisille kohdennettujen kasvomas-kien jakelu on sujunut hyvin. Kankaisia maskeja on jaettu 32 000 pakettia, joissa kussakin on neljä maskia. Jakelun kokonaismäärä on tällä hetkellä noin 128 000 maskia. Lisäksi on jaettu kertakäyttöisiä maskeja.

5. lokakuuta avautui kaksi uutta jakelupistettä: Maunu-

lassa Asukastalo Saunabaari (Metsäpurontie 25), jossa maskeja jaetaan arkisin kello 14–16 ja Kannelmäessä D-asema Kannelmäki (Klaneettitie 11), jossa maskeja jaetaan arkisin kello 9.30–10.30.

Tarkemmat tiedot ja kaikki jakelupisteet osoitteessa [Hel.fi/kasvomaskit](https://hel.fi/kasvomaskit).

ESITTELYSSÄ LIIKUNTAKOORDINAATTORI TANJA KETOLA



OLEN Tanja Ketola, 26-vuotias liikunnanohjaaja (AMK). Aloitin Helsingin Invalidien Yhdistyksen liikuntakoordinaattorina elokuussa 2020.

OLEN opintojeni loppusuoralla oleva maisteriopiskelija Jyväskylän yliopistossa, jossa opiskelen liikunnan yhteiskuntatieteitä ja liikuntapsykologiaa. Tällä hetkellä suoritan myös työharjoittelua Suomen Paralympiakomitealla.

MINULLA on monipuolinen tausta liikunnan ja urheilun parissa ja työkokemusta löytyy monipuolisesti liikunnanohjauksesta eri kohderyhmille, seuratyöstä, projektityöskentelystä sekä asiakaspalvelusta. Olen

parhaimmillani kun pääsen toimimaan yhteistyössä ihmisten kanssa ja auttamaan muita onnistumaan ja saavuttamaan tavoitteitaan.

LIIKUNTAKOORDINAATTORINA pääsen toimimaan HIY:n liikuntatoiminnan kehittäjänä. Vapaa-ajallani nautin aktiivisesta elämästä ja luonnossa liikkumisesta kaikkina neljänä vuodenaikana, sekä hyvästä ruoasta – erityisesti silloin, kun hetket saa jakaa muiden kanssa.

TEEN töitä osa-aikaisesti, joten minut tavoittaa parhaiten sähköpostilla: liikunta@hiy.fi tai jättämällä viesti numeroon 050 462 3334.

Retkikerho – Elinvoimaa, yhteisöllisyyttä ja elämyksiä luonnosta

HIY järjesti syyskuussa retkiä Helsingin esteettömiin luonto-kohteisiin. Retkiä järjestettiin yhteensä neljä – Seurasaareen, Lammassaareen, Suomenlinnaan ja Longinojan luontopolulle.

LUONTO ja sen resurssit ovat mittaamattoman arvokkaita sekä maapallollemme että hyvinvoinnillemme. Suomen monimuotoinen luonto ja puhdas ilma ovat maamme suurimpia rikkauksia, joita saavutaan ihastelemaan kauempaakin. Luonto tarjoaa elämyksiä ja ympäristön, jonka äänistä, tuoksuista, väreistä ja elämästä jokainen pääsee nauttimaan haluamallaan tavalla – kävellen, kelaten, pyöräillen, meloen, marjastaen tai lintuja bongaten. Yksin tai yhdessä. Viime vuosina myös luontokohteiden esteettömyyteen on alettu kiinnittää huomiota ja kehittää ratkaisuja, sillä luonto kuuluu kaikille.

LUONNON terveysvaikutuksia on tutkittu paljon ja sen on todettu lisäävän sekä fyysistä että henkistä hyvinvointiamme. Luonnossa oleskelu ja liikkuminen laskee verenpainetta ja sykettä, parantaa unenlaatua ja vastustuskykyä, sekä auttaa keskittymään, rentoutumaan ja palautumaan stressistä. Tutkimusten mukaan säännöllinen luonnossa oleskelu madaltaa myös riskiä sairastua sydän- ja muistisairauksiin. Huomionarvoista on, että näitä positiivisia terveysvaikutuksia on mahdollista saavuttaa lyhyessäkin luonnossa vietetyssä ajassa – esimerkiksi jo viiden minuutin luonnossa oleskelun on todettu kohentavan mielialaa.



Lammassaaren lintutornista avautuvat upeat maisemat ja paljon elämää



Suomenlinnan retkikerho 18.9.2020

LUONTOON ei tarvitse hakeutua ainoastaan liikkumaan ja hikoilemaan, ellei näin halua – monet luonnon terveyttä ja hyvinvointia lisäävät vaikutukset ovat saavutettavissa jo luonnossa aikaa viettämällä. Usein fyysinen aktiivisuus lisääntyy luonnossa kuin itsestään ja saatamme liikkua reippaammin luonnossa kuin muissa ympäristöissä, vaikka luontoliikunta saatetaankin usein kokea todellista kevyempänä.

LUONTOLIIKUNNAN lisäksi jokainen Retkikerhon kohde tarjosi jotain ainutlaatuista luoden jokaisesta retkestä omanlaisensa kokemuksen. Seurasaarella päästiin vihreän luonnon lisäksi ihailemaan saaren upeaa museomaisemaa ja paistamaan makkaraa nuotiolla. Lammassaaren esteetön reitti pitkospolkua pitkin lintutornille tarjosi upeita maisemia ja luonnon ääniä ruokojen keskellä, sekä mahdollisuuden lintujen bongaukseen. Suomenlinnassa nautittiin merilinnoi-

tuksen jylhien rakennusten lisäksi merimaisemista, historian havinasta, auringonpaisteesta ja kahvihetkestä Suomenlinnakeskuksen kahvilassa. Longinojan talkootyöllä kunnostettu puro toi luontopolun keskelle kaupunkiympäristöä. Jokaisella retkellä havahduttiin ihmettelemään, kuinka nopeasti oltiinkin poissa kaupungin sykkeestä, vaikka tuttuja Helsingin maamerkkejä olikin vielä näkyvissä.

RETKIKERHOSSA korostui erityisesti sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen yhteisöllisyyden kautta. Jaettu ilo on paras ilo, ja luonto tarjoaa erinomaiset puitteet nauttia raittiista ilmasta ja kauniista ympäristöstä yhdessä. Luonnossa liikkumisen ja evästaukojen lomassa vaihdettiin kuulumisia, naurettiin, keskusteltiin ajan-kohtaisista aiheista ja luonnosta sekä ihailtiin ruskun väriloistoa. Kovasti toivottiin, että mukaan löytäisi lisää uusia ja vanhoja tuttavuuksia ja retkikerhot saisivat jat-



Tauko Longinojan luontopolulla

koa. Jokainen oli tervetullut mukaan omana itsenään.

Vaikka lämmin yhteisöllisyys ja luonnon kauneus jäivätkin liikuntakoordinaattorille päällimmäisenä mieleen syksyn retkistä, ei sovi unohtaa evästaukojen merkitystä – eväät ja kahvi kun maistuivat vielä tavallistakin paremmalta raikkaassa syysilmassa ja hyvässä seurassa. Retkikerhoista päästään nauttimaan HIY:ssä myös keväällä!

Lähteet

Luonnonvarakeskus, Luonnon hyvinvointivaikutukset, haettu 28.9.2020

Metsähallitus, Luonto ja terveys, sivu päivitetty 22.01.2020, haettu 28.9.2020

UKK-instituutti, Liiku metsään ja polulle, päivitetty 24.08.2018, haettu 28.9.2020

KOE SUOMEN LUONTO HALTIASSA



HALTIA

Suomen luontokeskus Haltia

Nuuskiontie 84, Espoo | www.haltia.com | nuuksioon.fi

LIIKUNTARYHMÄT

HIY:n hallitus on päättänyt, että liikuntaryhmissä vuonna 2021 ryhmäkoko oltava joukkuelajeissa vähintään 8 henkeä ja yksilölajeissa vähintään 5 henkeä. Kokoon-
tumiskertoja on 15 / kausi (syys- / kevätkausi) ja ryhmien hinnat ovat yhden viikko-
kokoontumiskerran osalta 39 euroa jäsenille ja 78 euroa ei-jäsenille.

LIIKUNTARYHMÄT

**Kevätkausi alkaa viikolla 2. Kaikkien ryhmien jatku-
minen varmistuu vuoden 2021 alussa. Ota yhteys
toimistoon ja tarkista alkaminen ennen ensimmäistä
kertaa.**

ASAHI

Maanantaisin klo 10-11

Asahi on rauhallinen liikuntamuoto hengityksen tahdis-
sa. Tunnilla tehdään pitkiä avaavia liikkeitä ja tunti kehit-
tää tasapainoa. Sopii kaikenikäisille ja kaiken kuntoisille.
Ilmoittautuminen puh. 09 720 6240, s-posti:
toimisto@hiy.fi.

Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 €, muille 78 €.

BOCCIA

Tiistaisin klo 13-16

Boccia on tarkkuuspallopeti, jota pelataan pehmeillä
palloilla. Peli muistuttaa sovellettua petankkia ja palloa
voi heittää tai vierittää itselleen sopivalla tavalla. Ryh-
mä on omatoiminen. Yhteyshenkilö: Paula Talpia,
puh. 040 514 3395. Ryhmä on maksuton.

ÄIJÄJOOGA

Keskiviikkoisin klo 14-15. SYYSKAUSI PERUTTU!

Äijäjoogassa vetreytetään jäykkiä lihaksia ja lisätään
liikkuvuutta hengityksen tahdissa. Tunti sopii kaiken-
ikäisille ja kaiken kuntoisille äijille. Ilmoittautuminen
puh. 09 720 6240, s-posti: toimisto@hiy.fi.

TUOLIJOOGA

Keskiviikkoisin klo 15.30-16.30

Tuolijoogassa tehdään rentouttavia joogaharjoituksia
istuen. Tunti on rauhallinen ja lisää tietoista läsnäoloa.
Ilmoittautuminen puh. 09 720 6240, s-posti: toimisto@
hiy.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 €, muille 78 €.

JOOGA

Keskiviikkoisin klo 16.45-17.45

Joogassa tehdään liikkuvuutta ja keuhonhallintaa kehit-
täviä liikkeitä hengityksen tahdissa. Liikkeet tehdään
lattialla joogamatolla. Tunti on rauhallinen ja lisää
tietoista läsnäoloa. Ilmoittautuminen puh. 09 720 6240,
s-posti: toimisto@hiy.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille
39 €, muille 78 €.

TUOLIJUMPPA

Torstaisin klo 11.45-12.45

Tunnilla tehdään avaavia, sykettä nostavia liikkeitä tuo-

lilla istuen. Välillä käytetään välineitä kuten käsipainoja.
Tunti soveltuu kaikille. Lisätiedot ja ilmoittautuminen:
puh. 09 720 6240, s-posti: liikunta@hiy.fi. Ryhmä on
maksuton.

KUNTONYRKKEILY

Tunti sisältää lämmittelyn, pariharjoituksia, nyrkkei-
lytekniikkaa ja liikeyhdistelmiä. Tunti on energinen ja
tärkeintä on pitää hauskaa yhdessä. Tunti sopii kai-
kenikäisille ja liikkeet sovelletaan tarpeen mukaan.
Kausi jaetaan noin 4-5 viikon mittaisiin jaksoihin, joihin
ilmoittaudutaan aina erikseen. Lisätiedot: Jenni Blom-
qvist, puh. 050 306 6961, s-posti: jennibboxing@gmail.
com. Hinta määrittyy osallistujamäärän mukaan.

MUUALLA KOKOONTUVAT HIY:N LIIKUNTARYHMÄT

Kevätkausi alkaa viikolla 2.

ISTUMALENTOPALLO

Maanantaisin klo 19-21 ja torstaina klo 19-21

Istumalentopallo on sovellutus tavallisesta lentopallosta
ja se pelataan istuen. Ryhmä on omatoiminen. Paikka:
Siltamäen ala-asteen koulu, Siltakyläntie 7-9, Helsinki.
Lisätiedot: Aulis Vistbacka, aulis@vistbacka.fi ja Petra
Pakarinen, petra.pakarinen@wippies.fi. Ilmoittautumi-
nen hiyhelsinki.nimenhuuto.com järjestelmän kautta.
Kausimaksu jäsenille 35 €, muille 70

PYÖRÄTUOLISALIBANDY

Maanantaisin klo 19-20.30. SYYSKAUSI PERUTTU!

Ryhmässä harjoitellaan syöttöjä ja pallon hallintaa. Lo-
puksi pelataan yhdessä. Välineet löytyvät paikan päältä.
Ryhmä on omatoiminen. Paikka: Validia Synapsia-talo,
Nordenskiöldinkatu 18 B. Lisätiedot ja ilmoittautu-
minen: Matti Ropa, mattiropa@hotmail.com, puh.
0407272550

SISÄKURLING

Tiistaisin klo 19-21

Sovellettua kurlingia, jossa kurlingkiveä heitetään joko
kadella tai apuvälineellä ja heittäminen tapahtuu paikal-
taan. Omatoiminen ryhmä. Paikka: Validia Synapsia-ta-
lo, Nordenskiöldinkatu 18 B. Lisätiedot ja ilmoittautu-
minen: Seppo Pihnalä puh. 045 318 6266, spihnalä@
gmail.com. Kausimaksu jäsenille 35 €, muille 70 €.

SULKAPALLO

Tiistaisin klo 19-21

Ryhmässä harjoitellaan vammaissulkapalloa ja syöttöjä pareittain. Tunnin aikana vaihdetaan pareja. Sulkapalloon voi osallistua mikäli mailan käyttäminen onnistuu. Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Anja Kima puh.

041 440 5315, anja.kima@welho.com. Kausimaksu HIY:n jäsenille 35 € (osallistuminen yhteen ryhmään) ja 55 € (molemmat ryhmät), muille 70 € / 100 €.

Lauantaisin klo 10-12

Paikka: Ruskeasuon liikuntahalli, Ratsastie 10. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Anja Kima puh. 041 440 5315, anja.kima@welho.com. Kausimaksu HIY:n jäsenille (osallistuminen yhteen ryhmään) 35 € ja 55 € (molemmat ryhmät) muille 70 € / 100 €.

PYÖRÄTUOLIRUGBY

Keskiviikkoisin klo 18-20

Harjoitellaan pallon syöttöä ja liikkumista pelikentällä. Lopuksi pelataan yhdessä. Välineet löytyvät paikan päältä. Ryhmä on omatoiminen. Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Tuukka Nisso puh. 050 5299 192, tuukka.nisso@outlook.com. Kausimaksu HIY:n jäsenille 35 €, muille 70 €.

KUNTOSALI

Torstaisin klo 18-20

Vapaaharjoittelua kuntosalilaitteiden avulla. Ohjaaja neuvoo laitteiden käytössä. Tarvittaessa oma avustaja mukaan. Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B. Ilmoittautuminen paikan päällä ohjaajalle. Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 €, muille 78 €.

PYÖRÄTUOLIKORIPALLO

Torstaisin klo 18-20

Ryhmässä harjoitellaan syöttöjä ja pelataan yhdessä. Ryhmä on omatoiminen.

Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Jarmo Leppänen puh. 040 838 9479, jarmo.leppanen@haltija.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille 35 €, muille 70 €.

VESIJUMPPA

Lauantaisin klo 14-14.45

Vesijumppaa lämpimässä vedessä. Soveltuu henkilöille, jotka pääsevät altaaseen omin voimin. Liikuntakeskukseen pääsee pyörätuolilla/rollaattorin kanssa esteettömästi, mutta tiloissa ei ole henkilönostinta eikä altaassa ole hissiä. Tarvittaessa oma avustaja mukaan. Paikka: Kampin liikuntakeskus, Malminkatu 3, Helsinki. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: puh. 09 720 6240 liikunta@hiy.fi. Vesijumppa on maksuton.

LAPSET JA NUORET

LIIKUNTA- JA NÄKÖVAMMAISTEN NUORTEN LIIKUNTARYHMÄ

Treenis (yli 15-vuotiaat nuoret)

Torstaisin klo 18-19.30

Ryhmässä tutustutaan eri lajeihin ja peleihin ohjaajan opastuksella. Tarkoituksena on, että ryhmästä löytyisi mieluista laji, minkä harrastamista voisi jatkaa. Tarvittaessa oma avustaja mukaan. Paikka: Metropolia ammattikorkeakoulu, Myllypurontie 1, 00920 Helsinki. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Salla Hiltunen, salla.hiltunen@gmail.com, puh. 045 787 383 89. Ryhmä on maksuton.

LASTEN JA NUORTEN SULKAPALLOKERHO

Lauantaisin klo 10-12

Ryhmässä harjoitellaan vammaissulkapalloa ja syöttöjä pareittain. Tunnin aikana vaihdetaan pareja. Sulkapalloon voi osallistua, mikäli mailan käyttäminen onnistuu. Paikka: Ruskeasuon liikuntahalli, Ratsastie 10. Yhteyshenkilö: Anja Kima puh. 041 440 5315, anja.kima@welho.com. Kausimaksu 35 €.

Istumalentopallo, vesijumppa, lasten ja nuorten sulkapallokerho, jooga ja tuolijooga järjestetään yhteistyössä Helsingin kaupungin liikuntapalvelujen kanssa. Lisätietoja erityisliikunnasta saa Helsingin kaupungin liikuntapalvelujen erityisryhmien liikunnan suunnittelijalta puh. 09 3108 7509



KERHOT

HIY:N TOIMINTAKESKUKSESSA, VOUDINTIE 6.

Kaikkien ryhmien jatkuminen ja alkamisen ajankohta varmistuu vuoden 2021 alussa. Ota yhteys toimistoon ja tarkista alkaminen ennen ensimmäistä kertaa.

MAALAUSSKERHO

Maanantaisin klo 12.30-15.30.

Yhteystiedot: toimisto@hiy.fi tai puh. 09 720 6240

CANASTA

Keskiviikkoisin klo 13-20

Yhteyshenkilö: Seija Suominen puh. 040 744 3209

Tervetuloa uudet pelaajat!

ELÄKELÄISTEN KERHO

Torstaisin klo 13-15

Yhteyshenkilö: Tarja Raassina puh. 045 270 0969

NAISTEN ILLAT

Torstaisin 1-2 kertaa kuukaudessa klo 17.30-19.30

Syyskausi 12.11. ja 3.12.

Yhteyshenkilö: Riitta Jolanki, puh. 040 514 7526

tai riitta.s.jolanki@gmail.com

AMPUTOITUJEN VERTAISTAPAAMISET

Kuukauden toisena tiistaina klo 17.30-19.30.

Tapaamiset ovat avoimia kaikille amputoiduille.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset puh. 044 350 0071

HENKILÖKOHTAISTEN AVUSTAJIEN TYÖNANTAJAT VERTAISTUKIRYHMÄ.

Ilmoittautumiset Heikki Aulio, puh 040 704 8597

tai heikki.aulio@hiy.fi

Kokoontumiset kuukauden ensimmäinen

perjantai klo 17-19.

TEKSTI: TEIJA HALME | KUVA: JARMO LAHDENPERÄ



Korona-ajan yhteisöllisyyttä

Me Tuulimyllyntie 5:n asukkaat olemme koko kevään ja kesän ahkerasti kahvitelleet lähes joka päivä sään niin salliessa sekä grillanneet 1-2 kertaa viikossa. Joskus on jopa muurinpohjalettujakin paistettu.

On ollut ihana päästä oman kerrostalon pihaan kahvittelemaan ja naapurien kanssa juttelemaan. Monet talon asukkaista ovat riskiryhmäläisiä, sairauden, lääkitysten, iän tai muun syyn takia.

Kahvitteluhetki on piristänyt päivää ja luonut yhteisöllisyyttä. Monena päivänä en muuten olisi muita ihmisiä nähnyt. Kahvit olemme yhteisesti hankkineet. Jo-

kainen on osallistunut pienellä summalla tarvikkeiden hankintaan. Silloin tällöin on joku tuonut pullaa tai keksipaketin yhteiseen kahvitteluhetkeen. Kaikki ovat olleet tervetulleita. Kahvinkeittovuorokin on välillä kiertänyt.

Näin korona aikana pihakahvit ovat olleet minulle tärkeä ja piristävä juttu, kun olen pääosin pysytellyt kotona omaehtoisessa eristyksessä.

Suuri kiitos pihakahveista kuuluu asian organisoineelle Tarja Raassinalle. Iso kiitos hänelle.

HIY:N KULTURA JÄRJESTÄÄ:

Opastettu vierailu museoon tiistaina 12.1. klo 11.45

Vincent van Gogh - Tie taiteilijaksi



Tapahtuma on maksuton. Mukaan mahtuu 20 henkilöä.

Didrichsenin taidemuseo, Kuusilahdenkuja 1, Helsinki

Pakollinen ilmoittautuminen 3.1. mennessä.

Viktoria Welling: viktoria.welling@gmail.com

puh. 040 534 4907 (klo 18.30 jälkeen)

Tervetuloa mukaan!



LASTEN JA NUORTEN SULKAPALLOKERHO

Lauantaisin klo 10-12. Ruskeasuon liikuntahalli,
Ratsastie 10, Helsinki. Tilat ovat esteettömät.

Vammaisille lapsille ja nuorille tarkoitettu
harrastusryhmä, jossa pelataan sulkapalloa.

Ryhmässä opitaan vammaissulkapallon perusteet ja
pelataan vapaasti.

Omat avustajat tarvittaessa mukaan.

Kausimaksu on 35 euroa.

Ilmoittautumiset: Anja Kima, puh. 041 440 5315,
anja.kima@welho.com



RAPPUAVUSTIN



mahdollistaa liikkumisen portaissa hissini puuttuessa. Avustimella liikut portaita ylös tai alas, helposti ja turvallisesti. Nyt myös vuokralle, vaikka matkallekin.

Onko yrityksesi huomionnut liikuntarajoitteisen evakuoinnin, meiltä löydät siihen edullisen ratkaisun.

LISÄTIETOA: www.rappuavustin.fi



AVIRIS

ON NÄKEMISEN APUVÄLINEIDEN ERIKOISMYYMÄLÄ

www.aviris.fi

Marjanientie 74
Iiris-keskus, Helsinki



Valikoimissamme mm. suurennuslasit sekä puhuvat kellot ja näppäinpuhelin.

Avoinna: Ma-ke klo 12-15 tai sop. mukaan.

Puh.palvelu: Ma-pe klo 9-15, p. 09 3960 4700



**Vapautta ja
elämänlaatua**

Hoitotuotteet ja apuvälineet helposti, edullisesti, nopeasti ja yksityisyyttäsi kunnioittaen.

Ilmainen toimitus
kotiin tai
noutopisteeseen
yli 125 €
ostoksille

www.dreamcare.fi | Vanajantie 10A, 13110 Hämeenlinna
asiakaspalvelu@dreamcare.fi | 050 523 0080

UUSI APTEEKKI VUOSAARESSA

OVEN EDESSÄ laaja maksuton parkkipaikka, bussipysäkki ja OTTO-automaatti.

Apteekin kautta S-MARKETIIN.

Palvelemme ma-pe 9.30-18.30, la 10-16

Lämpimästi tervetuloa

helposti lähestyttävään Apteekkiin!



Vuosaaren pohjoinen ostoskeskus
www.vuoapteekki.fi

VUOAPTEEKKI

Mustalahdentie 4, 00960 Helsinki, 010 406 7180



APUVÄLINEKAUPPA.FI

Laadukkaat, arkea helpottavat apuvälineet!

- Apuvälineet • Kuntoutustuotteet • Hygieniatuotteet
- Tena-tuotteet • Tuet ja ortoosit – myös urheilijoille!

Verkkokaupastamme löydät yli 500 erilaista tuotetta!



UUDET ROLSER- OSTOSKÄRRYT

Monta eri mallia!

Hinnat alkaen **59 €**



Rollaattorit
alkaen **95 €**

Valikoimassa erilaisia
**tuki-, hoito- ja
lentosukkia!**



**Meiltä nyt myös erilaisia
hengityssuojaimia**



Kivijalkamyymälämme
löydät Tampereelta,
jossa sinua palvelee
asiantuntija.

Myymälä avoinna
ma 10-17,
ti-pe 10-15

Tuotteet löydät verkkokaupastamme

www.apuvalinekauppa.fi

Tuotteet perillä jopa seuraavana arkipäivänä!

Suomen Apuvälinekauppa.fi Oy

Käpytie 6, 33180 TAMPERE

050 430 5850, info@apuvalinekauppa.fi

www.apuvalinekauppa.fi



Etunimet Sukunimi

Syntymäaika Lähiosoite

Postinumero Postitoimipaikka

Puhelin Sähköposti

Sukupuoli ☐ mies ☐ nainen ☐ muu

Asiointikieli ☐ suomi ☐ ruotsi ☐ englanti ☐ muu

Jäsenlaji ☐ Liityn varsinaiseksi jäseneksi ☐ Liityn kannatusjäseneksi

☐ Haluan vaihtaa yhdistystä (vaihtaessaan paikallista jäsenyhdistystä jäsenen tulee erota aiemmasta paikallisyhdistyksestä)

Jäsenyhdistys johon haluan liittyä Jäsenmaksusi määräytyy jäsenyhdistyksen mukaan.

☐ Haluan It-lehden jäsenetuna ☐ En halua It-lehteä jäsenetuna ☐ Tilaan kannatusjäsenenä It-lehden hintaa 53 €/vuosi

SUOSTUMUS JA ALLEKIRJOITUS

Suostun ylläesitettyjen henkilötietojen tallentamisen jäsenyhdistyksen ja Invalidiliitto ry:n rekisteriin ja tietojen käyttämiseen keskinäisessä yhteydenpidossa ja tilastollisena aineistona. Käsitlemme tietoja luottamuksellisesti, EU:n tietosuojasetuksen, muun soveltavan lainsäädännön sekä jäsenyhdistyksen ja Invalidiliiton tietosuojaselosteen mukaisesti (löytyy www.invalidiliitto.fi). Minulla on oikeus peruuttaa näiden tietojen käsittely ilmoittamalla siitä kirjallisesti yhdistykselle tai Invalidiliitolle. Alle 13-vuotiaan puolesta hakemuksen vahvistaa huoltaja.

Paikka ja päiväys Allekirjoitus

Vapaaehtoiset tiedot: Seuraavien tietojen täyttäminen on vapaaehtoista. Tietojen avulla voimme huomioida paremmin tarpeesi jäsenpalvelujen suunnittelussa. Tietojasi käsitellään luottamuksellisesti.

Ensisijainen liittymissy (valitse yksi)

- ☐ Olen fyysisesti vammainen tai toimintaesteinen henkilö ☐ Olen fyysisesti vammaisen tai toimintaesteisen henkilön omainen
- ☐ Haluan edistää Invalidiliiton ja sen jäsenyhdistysten toiminta-ajatuksen toteutumista ja hyväksyn yhdistyksen tarkoituksen ja säännöt

Toimintakyky- ja osallistumisrajoitteeni on

- ☐ Tapaturman aiheuttama ☐ Sairauden aiheuttama ☐ Synnynnäinen

Ensisijainen diagnoosi, joka aiheuttaa toimintakyky- ja osallistumisrajoitteita

Ensisijaiset apuvälineet

SUOSTUMUS JA ALLEKIRJOITUS

Annan suostumukseni Invalidiliitolle ylläolevien terveydentilaan liittyvien tietojen tallentamiseen EU:n tietosuojasetuksen artiklojen 5, 7 ja 9 mukaisesti. Tiedostan, että minulla on oikeus peruuttaa näiden tietojen käsittely ilmoittamalla siitä kirjallisesti Invalidiliitolle. Alle 13-vuotiaan puolesta suostumuksen vahvistaa huoltaja.

Paikka ja päiväys Allekirjoitus

JÄSENYHDISTYS TÄYTTÄÄ

Yhdistyksen nimi

Jäseneksi hyväksymisaika Jäsennumero



