

TÄYTTÄ ELÄMÄÄ

HIY 80 vuotta s. 5

HIY lomakylät 2018 s. 24



Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n jäsenlehti 1 / 2018



HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY

Perustettu vuonna 1938

Toimisto: Voudintie 6, 00600 Helsinki

Yhteystiedot

Toimisto auki ma – pe klo 9 – 16

puh. 09 7206 240

tai toimisto@hiy.fi

Puheenjohtaja

Kristiina Karhos

puh. 050 463 5732

s-posti **pj.hiy@hiy.fi**

Varapuheenjohtaja

Jan Huopainen

puh. 040 058 2762

s-posti **jan.huopainen@gmail.com**

Toiminnanjohtaja Ilse Uoti

puh. 09 7206 2415 tai

045 657 8943

tai **ilse.uoti@hiy.fi**

Taluspäällikkö Helena Venäläinen

puh. 09 7206 2411

tai **helena.venalainen@hiy.fi**

Asuintalot

Tuulimyllyntie 5, 00920 Helsinki

Huoltoyhtiö R. Asikainen Oy

puh. 09 3421 006 tai

toimisto@kp-asikainen.fi

Voudintie 6, 00600 Helsinki

Huoltoyhtiö Piha- ja Talohuolto Oy

puh. 020 7433 400 tai

asiakaspalvelu@pth-huolto.fi

As. Oy Helsingin Juhana Herttuantie 17,
00600 Helsinki

Huoltoyhtiö Piha- ja talohuolto Oy

puh. 020 7433 400 tai

asiakaspalvelu@pth-huolto.fi

Helsingin Invalidien Yhdistys ry on perustettu vuonna 1938 edistämään fyysisesti vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa yhteiskunnassa. Toimialueena Helsingin kaupunki.

Yhdistys tarjoaa jäsenilleen vertaistukea, liikuntaa ja vapaa-ajanviettomahdollisuuksia erilaisissa kerhoissa ja liikuntaryhmissä sekä järjestää neuvontaa ja koulutusta. Yhdistyksen neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Täyttää 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 2017 lopussa yhdistyksessä oli jäseniä 1715.

Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2018 on varsinaisilta jäseniltä 23 €, kannatusjäsenmaksu yksityishenkilöiltä 45 € ja yhteisöiltä 150 € vuosi. Lisätietoja jäseneksi liittymisestä saa yhdistyksen toimistosta ja internet-sivuilta www.hiy.fi.

**HIY VÄLITTÄÄ
HENKILÖKOHTAISTA APUA
PALVELUSETELILLÄ**

Välitys avoinna maanantaista perjantaihin

klo 8.00 – 17.00

puh. 045 851 9000 tai

avustajavälitys@hiy.fi



Asiantuntijalehti vammaisille sekä sosiaali- ja terveyden- huoltoalan ammattilaisille



Kansikuva: Laura Lundström

Sisällysluettelo

Lukijalle	4
Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n 80-vuotisjuhla 7.3.2018	5
Ensimmäisen vuoden saldo	6
HIY vaikuttaa	7
Eräs alkaminen toisen jatkuessa – ja sen uudet versot	8
Joulun viettoja Helsingin Invalidien yhdistyksessä	9
Tuleeko takuueläkkeellä toimeen?	10
Terveisiä Torreviejasta	12
Remppateatteri pohtii hulluuden ja harhaisuuden määritelmää	15
Kultura järjestää	16
Liikuntarajoitteisten matkakokemuksia matkalla Krakovaan	18
VR Helsingin aseman kohtaamispaikan muutos	19
Kulttuurikaveri	20
Pieniä paloja	21
HIY:n lomakylät 2018	24
Naisten illat	26
Kerhot	27
Liikuntaryhmät	28
10 hyvää syytä liittyä HIY:n jäseneksi	30
Jäsenhakemus	31
Kevät 2018	takakansi

TE - Täyttä Elämää -lehti

Julkaisija: Helsingin Invalidien Yhdistys ry
Päätoimittaja: Ilse Uoti
Toimittaja: Eija Mäntynen
Toimitus: Voudintie 6
 00600 Helsinki
 puh. 09 720 6240
 s-posti ilse.uoti@hiy.fi

Lehti ilmestyy: 4 kertaa vuodessa
Ilmoitusmyynti: toimisto@hiy.fi
 puh. (09) 720 6240
Paino: Oriveden Kirjapaino

Lukijalle

Helsingin Invalidien Yhdistyksen 80:s toimintavuosi pyörähti käyntiin täydellä teholla heti joulutauon jälkeen. Jos jouluherkut saivat olon raukeaksi, on paluu arkeen ollut rivakka ja siihen sopii tänä synkkänä ja lumettomana keskitalven aikana.

HIY:n uusi hallitus on jo pitänyt ensimmäisen kokouksensa. Siinä on lyöty lukkoon koko vuoden kokousajankohdat, toimikuntien vetäjät ja yhdistyksen vuoden 2018 tärkeimpien tapahtumien päivämäärät.

Vuoden 2018 ehdoton kohokohta on HIY:n 80-vuotisjuhla. Juhlaa vietetään Kampin palvelukeskuksessa 7. maaliskuuta.

Katso kutsu toisaalla tässä lehdessä ja ilmoittaudu mukaan. Harvoin saa juhlia näin elinvoimaista kahdeksankymppistä! HIY:n tulevaan vuoteen mahtuu syntymäpäiväjuhlien lisäksi kosolti mielenkiintoista ja mukavaa tapahtumaa ja tekemistä. Lehden takasivulta löytyy kevään 2018 muistilista, johon voit ruksata sinua kiinnostavat tapahtumat ja jonka voit vaikka tallettaa kalenteri väliin. Itse olen jo kirjannut päiväryini monet tärkeät päivämäärät ja tietysti lempilajini, viikoittaiset asahin ja joogan, joihin olen hurahtanut täysin ja joiden toivon osaltaan auttavan joulukilojenkin karistamisessa. Näkemisiin HIY:n toiminnassa!

Kristiina Karhos
puheenjohtaja



Takarivissä Markku Lohikoski, Viktoria Welling, Tuula Partanen, Kristiina Karhos, Heikki Aulio ja eturivissä Riitta Jolanki, Seppo Pihnala, Paula Anttila, Jan Huopainen ja Risto Korhonen.



Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n 80-vuotisjuhla

keskiviikkona 7.3.2018

Kampin palvelukeskuksen juhlasalissa
Salomonkatu 21 B, 00100 Helsinki

Vieraiden vastaanotto klo 14.30 – 15.30

Juhlaohjelma klo 15.30

Tilaisuuden avaus, puheenjohtaja Kristiina Karhos

Helsingin kaupungin tervehdys, apulaispormestari Sanna Vesikansa

Invalidiliiton tervehdys, pääjohtaja Petri Pohjonen

Mitä yhdistys on minulle merkinnyt? Pirkko Justander

Musiikkia, konserttikantele ja laulu, Sanni Virta

Huomionosoitukset:

Invalidiliiton kultaiset ansioplaaketit, Petri Pohjonen

HIY:n kunniakirjat, Kristiina Karhos ja Jan Huopainen

Musiikkia, konserttikantele ja laulu, Sanni Virta

Kahvitarjoilu klo 16.45–17.45

Teatteriesitys, Mielipuolen päiväkirja, klo 18.00–20.00

Mikkelin Remppateatteri

Ilmoittautumiset 19.2.2018 mennessä Helsingin Invalidien Yhdistykseen toimisto@hiy.fi tai puh. 09-7206240. Voit ilmoittautua päiväjuhlaan, teatteriesitykseen tai molempiin. Ilmoittautuessasi kerro oletko pyörätuolin käyttäjä ja otatko oman avustajan. Ilmoittautuminen on välttämätön tarjoilun vuoksi.

Tervetuloa!



ENSIMMÄISEN VUODEN SALDO

Ensimmäinen vuoteni Helsingin Invalidien hallituksessa on ollut kuin liikenne Turun moottoritiellä perjantaisin. Ei niin vaarallista mutta yhtä kiihkeää ja nopeasti polveilevaa.

Alkuvuosi kului sisäänajossa ja ihmisiin tutustumisessa, mikä jatkuu edelleen huikean 80 -vuotiaan yhdistyksen juhluvuonna. Tulethan viettämään sitä kanssani, hyvä jäsen.

Mutta se saldo – Kesällä tutustuin yhdistyksen kauniisiin lomakyliin, kävin puistojumpissa, osallistuin yhdistyksen järjestämiin ryhmiin ja tapahtumiin ja mikä hienointa, tapasin jäseniä saaden uusia ystäviä.

Ensimmäisen yhdistysvuoteni aikana käytiin Invalidiliiton liittovaalit. Jo se, että valitsitte minut ehdokkaaksi Helsingistä, oli itselleni ylpeyden aihe ja monelle muulle lähes käsittämätöntä, että uutena, maalta tullessa pääsin ehdokkaaksi. Leenan, Riitan

ja Kristiinan valinta valtuustoon hyvillä äänimäärillä osoittaa luottamusta kokemukseksi ja edellyttää valituilta jatkossa paljon työtä Invalidiliiton agendan puolesta. Seuraavaksi valtuusto kokoontuu valitsemaan liittohallituksen ja valtuuston puheenjohtajiston. Noihin paikkoihin valitut eivät pääse helpolla, sillä tulossa on paljon muutoksia. Invalidiliiton 149 yhdistystä, 30 000 henkilöjäsentä ja aluetoiminta sekä 2500 työntekijää sekä palvelua tarjoavat tytäryhtiöt vaativat valtuuston hereillä oloa ja sitoutumista. Toivotan uudelle valtuustolle menestystä tuleviin haasteisiin.

Oma äänimääräni ei riittänyt valtuustopaikkaan mutta sain kuitenkin 54 ääntä ja kiitän sydämestäni jokaista minua äänestänyttä. Oma työni vammaispolitiikassa jatkuu. Saldo on plussalla.

Paula Anttila
hallituksen jäsen

MIESTEN SAUNAILLAT

Invalidiliiton tiloissa klo 16.00–19.30

Mannerheimintie 107 (Käynti Nauvontie 8)

14.2. 2018 suunnitellaan yhdessä kauden toimintaa.

14.3. 2018 vieraana eräopas Petri Rissanen.

11.4. 2018 vieraana prikaatikenraali Juha Mäkipää, joka kertoo
itsestään ja urastaan armeijan palveluksessa,
ja vastaa kysymyksiin.

16.5. 2018

Ilmoittautumiset: Risto Korhonen,
045-1716 492 tai ripa.korhonen@hotmail.com



Invalidiliiton liittovaalit käytiin viime vuoden marraskuun puolivälissä. Ennen vaaleja HIY:ssä järjestettiin vaalipaneeli, jossa HIY:n ehdokkaita sai tentata. Vaikka Etelä-Suomen vaalipiirin paikkalukua valtuustossa on pienennetty, pääsi vaalipiiristä valtuustoon kolme HIY:n ehdokasta: Riitta Jolanki, Kristiina Karhos ja Leena Simola-Nikkanen. Invalidiliiton 49 jäsenen liittovaltuustossa on nyt puolet uusia jäseniä. Uusi valtuusto aloittaa työskentelyn järjestäytymiskokouksella tammikuun loppupuolella.

Uudenmaan vammaisjärjestöt koontuivat HIY:ssä 16.11.2017. Kokouksessa keskusteltiin mm. tulevasta kuljetuspalvelujen kilpailutuksista Uudenmaan alueella, vammaispalvelujen toteutumisesta maakuntamallissa ja väliaikaisen maakuntallisen vammaisneuvoston perustamisesta. Vammaisjärjestöt kantavat huolta maakuntamallin toteutumisesta Uudellamaalla, onhan kyseessä toteutuessaan historiallisen suuri valtakunnallinen hallintouudistus. Kuntalaisten itsemääräämisoikeuden, valinnanvapauden ja yhdenvertaisten palvelujen saatavuus täytyy olla itsestäänselvää myös vammaiselle henkilölle.

Uudenmaan sosiaali- ja terveysjärjestöjen kumppanuusverkosto – **Kumaja** piti verkostotreffit HIY:n toimintakeskuk-

sessä 29.11.2017. Katso Kumajasta lisää <https://kumaja.fi/>. Verkostotreffeillä sote-uudistuksesta olivat puhumassa sote-osallisuusjohtaja Pirjo Marjamäki ja Helsingin kaupungin vammaistyön ostopalvelupäällikkö Minna Eronen. Kaupungin asukkaita halutaan mukaan osallistumaan tulevaan sosiaali- ja terveyspalvelujen palvelutarpeen arviointiin, jossa asiakaslähtöisyys on yksi tärkeimmistä periaatteista. Vammaisjärjestöt peräänkuuluttavat järjestöjen mukaan ottamista jo nyt, valmisteluvaiheessa, jotta saataisiin kehitettyä alusta asti mahdollisimman asiakaslähtöisiä ja toimivia palvelumalleja.

HIY:n toimintakeskuksessa pidettiin 4.12.2017 YK:n vammaistenpäivän tapahtuma otsikolla **Miten tulla toimeen takuueläkkeellä**. HIY ja Kuka kuuntelee köyhää –ryhmä järjestivät keskustelutilaisuuden, jossa panelistit keskustelivat siitä, kuinka vaikeaa on pärjätä pelkän takuueläkkeen turvin. Illan avasi Helsingin vammaisneuvoston puheenjohtaja Justus Mollberg. Köyhyystutkija, leipäjonoista väitellyt Maria Ohisalo kertoi tutkimuksestaan ja siitä, miltä oli tuntunut elää viikko pelkän takuueläkkeen varassa.

Kristiina Karhos
pj, HIY

Helsingin Invalidien Yhdistys ry etsii päätoimittajaa

JULKAISEMALLEEN TÄYTTÄ ELÄMÄÄ LEHDELLE.

LEHTI ILMESTYY NELJÄ KERTAA VUODESSA.

HAKEMUKSET LÄHETETÄÄN OSOITTEELLA ILSE.UOTI@HIY.FI TAI
HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY, VOUDINTIE 6, 00600 HELSINKI.
KUOREEN MERKINTÄ PÄÄTOIMITTAJAA.

Eräs alkaminen toisen jatkuessa – ja sen uudet versot...

Tyttäreni tullessa kouluikään mielikuvat oman olemiseni muodostumisesta näyttäytyvät elävinä:

”Tutkimusten mukaan jo viisi minuuttia metsässä oleskelua vaikuttaa myönteisesti henkiseen hyvinvointiin.”

Taipaleeni Suomen 100-vuotisessa historiassa alkoi toukokuussa vuonna -83. Kansallismuistiimme tuolta vuosikymmeneltä tallentuneet Reaganin politiikka, Neuvostoliiton loppu, kokotuulipuku ja isot olkattopaukset kertovat tarinaansa sen ajan päätöksestä. Omissa muistoissani seikkailevat Ransu-koira, leppoisa Nalle Luppakorva ja nykypäivän televisioyhtiöiden naureskelema Hapsiainen, aikakautensa symboli: Rekvisiittana kasa hiekkaa ja miehen omituisista otusta, Hapsiaista, esittävä käsi. Sormen päässä liimatut silmät. Yksinkertaista, eikä paljoa maksa.

90-luvulla pänntäsin peruskouluni. Me pukeuduimme poolopaitoihin ja farkkuhaalareihin, levylautasella soivat Neon 2 ja Ace of base. Jojot olivat kuumaa kamaa. En omistanut anorakkia, joka oli viimeisintä huutoa ollessani 11. En myöskään joutunut käyttämään hammasrautoja. Palkitsin tasapelitilanteeni suhteessa maailmankaikkeuteen syömällä ylimääräisen juustovoileivän välipalaksi lukien samalla postiluukusta kolahdanutta tuoretta Aku Ankkaa.

Koska olin pikkutyttönä päässyt musiikkiluokalle, pysyivät luokkatoverini samoina koko orastavan teiniyteni näyttämön, yläasteen ajan. Alaluokkien kasvualustani siirtyi siis sellaisenaan uuteen ympäristöön tasoittaen kehitystäni toukasta koteloksi. Lököttävissä housuissa kulkevien, kasvaviin raajoihinsa sotkeutuvien poikien ja maskaraa tottumattomasti ripsilleen sutineiden, parfyymipilven peittämien tyttöjen yllä leijui hämmennys ja toimintaa leimasi kömpelö totuttelu muuttuvaan kehoon ja ajatuksiin.



Kaisa Kario

Kolumnin kirjoittaja asuu perheensä kanssa itähelsinkiläisessä lähiössä, noudattaa ”tee itse”-ideologiaa ja on vannoutunut elämän merkityksellisyyden ja hyvän olon kannattaja.

Lukiassa tunsimme jo raajojemme mittasuhteet. Partaveden ja myskin löyhähdyksessä ja testosteronia purskاهدellen pojat ja aikuisen näköiseksi puunatut tytöt purjehtivat liioitellun itsetietoisesti koulun käytävillä, kun itse lähinnä pujahtelin varjoissa omaan kaveriporukkaan tukeutuen. Olin se vähän outo tyttö, joka suoritti muut aineet keskin kertaisesti, mutta ei pärjännyt matikassa. Ainekirjoitusta tuo tyttö rakasti yli kaiken, eikä koskaan taipunut opetukseen jäsentämisen ja suunnittelun tärkeydestä. Kaavat lensivät kaarella paperikoriin ja hämmästys oli aito, kun jokaisen palautetun aineen kulmassa komeili kiitettävä todistuksena siitä, että päään kaaos oksennettuna konseptipaperille oli riittävän kelvollista luettavaa.

Lumihiutaleiden tanssi hämärtyvässä illassa, puiden tummat varjot, pikkupakkasen kipristää.

Retkueemme pysähtyy tauolle. Haltiattaren Lahja: Kaakaotermari repussa. Hengityksemme huuru ja ilmassa viipyilevä taika kietoutuvat kehystämään hetken todistajia; ilmahöyry kietoo meidät sisäänsä lämpimään turvaan...

Suomen täyttäessä 100 vuotta, meidän retkemme oman uunituoreen itsenäisyyteni ensipoluille ravistelee ytimiä. Mutta se onkin jo toinen tarina, uusi alku.

ONNEA SUOMI 100 JA TYTTÄRENI 7 VUOTTA!

JOULUN VIETTOA HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYKSESSÄ

Jo perinteeksi muodostuneet joulua edeltävät tapahtumat ovat osoittautuneet jäsenistömme suosikeiksi. Joulun vieto käynnistettiin tiistaina 28.11. 2017 pikkujouluristeilyllä Länsisatamasta Eckerö Linen laivalla kohti Tallinnaa. Kävimme vain satamassa, emme siis poistuneet laivasta. Tuula Partanen matkanjohtajana ja yleisavustajina olivat Matti, Mikaela ja Petra-ISO KIITOS heille kaikille. Matkalle oli ilmoittautunut noin 70 henkeä, osalla myös oma avustaja mukana. Meille oli varattu invalidi- ja vamma- ja kulkuvälineitä, joihin pääsimme viemään vaattemme ja matkatavaramme, osa porukasta oli myös hommannut itselleen oman hytin.

Tuula oli ottanut meihin huonosti liikkuviin yhteyttä, koska terminaalissa oli joitain huoltotöitä ja laivalle olisi normaalia pidempi kävelymatka. Jos matka olisi mahdollon kävellä, niin saisi henkilökohtaisen kuljetuksen. Itse kieltäydyin kuljetuksesta, koska matka olisi kuulemma vain pari sataa metriä. Kyseistä paria sataa metriä kävellessäni se tuntui pikemminkin parilta kilometriltä, mutta tulihan käveltyä.

Risteily alkoi buffetti ravintolasta. Taas olivat laivan kokit loihittineet meille herkkua monenlaista. Eipä tarvinnut nälissään poistua ravintolasta. Ruokailun jälkeen meillä oli vapaata toimintaa laivalla. Jotkut menivät ostoksille, toiset taas lepäämään hytteihin ja kuka mihinkin. Illemmalla esiintyi tangokuningatar Erika Vikman, upea laulaja ja näyttävä nainen. Itse en ollut kuitenkaan hänen musiikkiinsa hirveästi tykännyt vaan siirryin kuuntelemaan vaimon kanssa trubaduuria. Trubaduurin lopettaessa saimme nauttia karaokemusiikin iloista.

Torstaina 30.11.2017 oli HIY:n päämajassa Voudintiellä kauneimmat joululaulut pianistimme Kirsin johdolla. Paikalle oli saapunut vähän yli kaksikymmentä laulajaa, joista miehiä oli vain viisi. Taitaa tää laulu-



Puurojuhla.

homma siis enempi olla naisten juttu. Kirsi laulatti meillä tunnin aikana lähes kaikki tutut joululaulut.

Sunnuntaina 10.12. 2017 HIY:n toimintakeskuksessa järjestettiin sitten jo perinteeksi muodostunut puurojuhla. Paikalle saapui noin kuutisenkymmentä puuroilijaa. Oli laulua, musiikkia, runonlausuntaa ja jouluevankeliumi stadiksi, lukijana Markku Lohikoski. Juhlan päätti joulupukki, joka oli jälleen kerran tullut Korvatunturilta pistokeikalle vain meitä varten. Lopuksi söimme riisipuuroa ja osa oli voittanut palkintoja arpalipuista.

Keskiviikkona 13.12.2017 oli sitten miesten pikkujoulusauna Invalidiliiton tiloissa kuudennessa kerroksessa Mannerheimintien. Paikalle meitä miehiä oli tullut reilut viisitoista. Aapo ja Risto olivat järjestäneet meille taas mukavan juhlan. Sauna oli lämmin ja pöytä notkui herkuista ja juomista. Juhlapuhujaksi pojat olivat järjestäneet Invalidiliiton toimitusjohtajan Petri Pohjosen. Mukavaa rupattelua ja leppoisa yhdessäoloa. Saunan puolella taas porukamme löytyä pelkäämättömät saunojapojat Jukka ja Risto ottivat KUNNON LÖYLTY.

PuMu

Tuleeko takuueläkkeellä toimeen?

Helsingin Invalidien Yhdistys ja Kuka kuuntelee köyhää -ryhmä järjestivät YK:n vammaistenpäivänä paneelikeskustelun ”Kuka kuuntelee köyhää takuueläkeläistä?”

Paneelikeskustelun vetäjänä toimi Pirkko Justander. Helsingin Invalidien Yhdistyksen puheenjohtaja Kristiina Karhos toivotti kuulijat tervetulleeksi. Vammaisneuvoston puheenjohtaja Justus Mollberg toi tilaisuuteen Helsingin kaupungin vammaisneuvoston tervehdyksen.

Puheessaan Mollberg tähdensi, ilman positiivista erityiskohtelua köyhän vammaisen henkilön on vaikea pärjätä arjessa.

-Lähetetään Suomen hallitukselle vies-

ti, ettei tulevassa Sote- ja maakuntauudistuksessa romutettaisi vammaispalveluita ja vammaisten ihmisten oikeuksia, hän sanoi.

Kevyt -yrittäjä ja erityissexuaalineuvoja Aura Kaskisydän, kertoi yleisölle, mitä on työskennellä takuueläkkeellä. Panelisti Mella Villberg, sanoi olleensa takuueläkkeellä ikänsä ja tiesi mistä puhui. Selda Demirtas toi keskusteluun opiskelijan näkökulman.

- Opiskelijana mulla on tällä hetkellä enemmän rahaa, kuin opiskelutovereillani, koska olen takuueläkkeellä ja saan kuntoutustukea, hän sanoi ja lisäsi: ”Uskon, että pitkässä juoksussa tilanne on hyvinkin toinen, kun ei voi tietää työtilanteesta”.

Pirkko Justander totesi kaikkien tietävän,



Kuka kuuntelee köyhää – panelistit vasemmalla Aura Kaskisydän, Pirkko Justander, Selda Demirtas ja Mella Villberg.



Kansanedustaja ja leipäjonoista väitellyt tutkija Maria Ohisalo kertoi, miltä tuntui elää viikko takuueläkkeellä.

ettei vammaisen henkilön leipä ole kovin leveä.

- Tutkimusten mukaan työssäkäyvien näkövammaisten miesten ja naisten euro on 65 senttiä.

Tilaisuuden lopuksi leipäjonoista väitellyt tutkija Maria Ohisalo kertoi, miltä tuntui elää viikko takuueläkeläisen tuloilla.

Paula Anttila



HIY NEUVONTAPALVELU

**NEUVONTAA MM. VAMMAIS-
JA SOSIAALIPALVELUIHIN
LIITTYVISSÄ ASIOISSA JA
HAKEMUSTEN TÄYTTÄMISESSÄ
LUOTTAMUKSELLA JA MAKSUTTA.**

Puhelinaika m-ke kello 13-16
puh. 050 365 2620
Tuula Partanen

Terveisiä Torre viejasta

Yhä lisääntyvä määrä suomalaisia eläkeläisiä viettää talvet jossain lämpimämissä maissa. Yleisimpiä syitä ovat terveys, parempi ilmasto ja halvemmat elinkustannukset. Suomalaiskeskittymiä löytyy Espanjasta, Portugalista, Turkista, Thaimaasta ja USA:sta.

Seuraavassa Risto Antikaisen kertomus elämästään Espanjan itärannikolla Torre viejassa.

Olen asunut Torre viejassa vuodesta 2001 lähtien. Viimeiset neljä vuotta rullatuoli, rollaattori tai pyörätuoli apuvälineenä. Nykyisin jopa sähkömopo on käytössäni. Olen näihin erilaisiin apulaitteisiini erittäin tyytyväinen.

Kuntoni on vuosi vuodelta huonontunut ikääntymisen ja selän pettämisen seurauksena. Lääkäreiden mukaan selkävaivat ovat monen vanhenevan ihmisen ongelma. Minua on lääkitty, leikattu, kuntoutettu ja tehty kaikki voitava liikuntakykyäni säilyttämi-

seksi. Olen ylpeä saamastani avusta ja hoidosta.

Täällä terveydenhuolto on ilmaista ja huippuluokkaa. Se edellyttää, että kirjautut kaupungin asukkaaksi. Asia on helppo hoitaa kielitaidottomanakin, koska tulkkeja on saatavilla pilvin pimein.

Eikä täällä ole liukkaus- tai lumiongelmia. Sateen sattuessa ollaan sisällä. Vuodessa yhteensä parin viikon aikana saattaa sataa ja sekin on hieman epävarmaa. Ihmiset ovat ystävällisiä ja halukkaita auttamaan. Jos kielen opiskeluun paneutuu, niin tuttavapiiri laajenee huomattavasti.

Täällä puhutaan ja kirjoitetaan, että Torre viejassa on maailman paras ilmasto ympärillä olevien suolajärvien ansiosta. Suolaa haihdutetaan merivedestä ja se saa aikaan ns. mikroilmaston muuttumisen suotuisaksi hengityselin ongelmista kärsiville.

Kanssaihminen, erityisesti espanjalaisen ystävällisyydestä pieni esimerkki: Olin menossa kirkkopuiston vieraaksi, kun





espanjalainen vanhempi pariskunta tarttui tuoliini ja nosti minut kirkkopuistoon neljän askeleen päähän kadusta. Kielitaidottomana en osannut sanoa kuin kiitos (muchas gracias). Puiston invaliuska oli toisessa päässä, josta pääsin takaisin kadulle. Kannattaisiko opiskella kieltä?? No, laiskuuttani pärjään ilmankin. Harrastuksena kielitaidon kehittäminen on varmasti hyvä,

mutta minulle se ei sovi. Minulle on jäänyt 1950-luvun oppikoulusta virhekammo. Taas tuli yhdeksän pisteen kielioppimoka ja siitä sai kuulla koko luokan edessä oikein esimerkkinä kielitaidottomasta ja kehityskyvättömästä nollatason oppilaasta. Silloin sivallettiin sanoilla, kun lyöminen oli muutama vuosi aikaisemmin kielletty.

Työurani tein postissa, vaikka oppikou-



lun apulaisrehtori kutsui koko luokan ikkunaan katsomaan pihan poikki kävelevää postimiestä ja sanoi, että tuonne jouduitte ellette lue läksyjänne. Kyseinen poika oli muutama viikko aikaisemmin erotettu koulusta. Minä sitten jonkin kuukauden kuluttua liityin postimiesten joukkoon ja viihdyin Suomen suurimman työnantajan palveluksessa eri tehtävissä lähes 40 vuotta. Eläkkeessäni ei ole valittamista. Apurehtori kavalsi oppilasruokalan rahoja ja sai potkut muutaman vuoden kuluttua. Tasan ei käy onnenlahjat.

Invalidit tai liikuntarajoitteiset ovat minulle tuttuja lapsuudestani. Isäni ja myöhemmin äitini olivat Kuopion invalidien

yhdistyksen toimistonhoitajina ja asuimme samassa asunnossa yli kymmenen vuotta. Osa asunnosta oli invalidien työhuoneena.

Minä pidin oven takana kirkonmeininkiä, nousin virsikirja kädessä ja huusin kuin pappi pöntöstä: ”Köyhät, rammatt, raajarikot, kuurot, mykät, sokeat. Kaikki, kaikki Jeesukselle ovat yhtä rakkahat”. Ja ne ”invalidit” siellä seinän toisella puolella itkivät ja totesivat että tuosta pojasta tulee pappi. Ei muuten tullut, mutta Espanjan Torreviejaan olen päässyt.

Tervetuloa tänne!

Risto Antikainen (77v)

Torrevieja



Torrevieja sijaitsee Espanjan itärannikolla noin 50 kilometriä Alicantesta etelään. Alicante lentokentälle on Helsingistä päivittäisiä lentoja.

Torreviejassa on n. 85000 asukasta, näistä n. 50000 on espanjalaisia. Suurimpia ulkomaalaisryhmiä ovat englantilaiset (n. 4800), venäläiset (n. 4500), marokkolaiset (n. 2600) ja sakasalaiset (n. 1100). Suomalaisia Torreviejassa asuu n. 500. Kaupungissa on kuitenkin huomattavasti enemmän väkeä, koska turisteja on jatkuvasti huomattava määrä ja kesäaikaan kaupungin asukasmäärä saattaa kaksinkertaistua.

Torreviejan kaupunki sijaitsee pitkänä kaistaleena pitkin Välimeren rantaa. Kaupungissa on useita, kilometrien pituisia hiekkarantoja. Ne ovat saaneet tunnustusta siisteyden ja palveluiden suhteen. Uimakausi jatkuu, rohkeimpien osalta, lähes ympäri vuoden.

Kesäkuukausina (kesäkuu–syyskuu) lämpötilat nousevat 30–40 asteeseen. Kevään ja syksyn lämpötilat vaihtelevat 20–30 asteen välillä. Talvikautena (joulukuu – helmikuu) ovat päivälämpötilat tavallisesti 15–22 asteen välillä.

Torrevieja on kuivaa aluetta ja sateita on hyvin vähän – auringonpaistetta sitäkin enemmän. Kaupungin ilmastoon vaikuuttavat myöskin, kaupungin kupeessa sijaitsevat, kaksi suurta suolajärveä. Ne lisäävät kaupungin ilmastoon suolapitoisuutta ja terveellisyyttä. WHO:n mukaan Torrevieja on yksi maailman terveellisimpiä asuinpaikkoja.

Espanjan terveyden- ja sairaanhoito toimii hyvin ja on saanut kansainvälistä tunnustusta. Matkailija saa kaikki tarvitsemansa kiireelliset hoidot maksutta, julkisella puolella, esittämällä Euroopplaisen Sairaanhoitokortin.

Elämisen tahti on Espanjassa leppoisaa ja turha kiire on parasta unohtaa. Kaveriporukalla saatetaan lähteä ulos syömään tai yhteisiin harrastuksiin. Suomenkielistä seuraa löytyy suomi-seurasta, seurakunnista ja yhteisistä harrastuksista.

Kaiken muun lisäksi etuna on myös se, että asuminen ja eläminen on huomattavasti edullisempaa kuin Suomessa.

Martti Rääinä

YSTÄVÄNPÄIVÄKAHVIT



Ke 14.2.2018 klo 13.00-14.30

HIY:n toimintakeskuksessa

Voudintie 6, Helsinki

TULE TAPAAMAAN VANHOJA JA UUSIA YSTÄVIÄ!

Ilmoittautuminen 9.2.2018 mennessä
puh. (09) 720 6240 tai toimisto@hiy.fi

TERVETULO!

Remppateatteri pohtii hulluuden ja harhaisuuden määritelmää

Esitys 7.3.2018 HIY 80-v juhlassa.

Ohjaajana Matleena Nokelainen, käsikirjoitus Esa Lesakinen ja Sami Keski-Vähälä

Tragikomediksi kuvattu näytelmä pohjaa nykymaailman järjettömyyttä. Pääosassa on A.I. Putkonen, tuiki tavallinen toimistorotta, jolle excel-taulukkojen pyörittely on osa arkirutiinia.

Mies työskentelee virkakoneiston rattaana toimistossa, joka voisi olla kenen tahansa työpaikka. Päivissä näkyvät ja tuntuvat arjen paineet ja organisaatiomuutokset.

Eräänä aamuna Putkonen herää erikoiseen tunteeseen ja huomaa tukkansa kadonneen päästä. Samalla kyytiä saa myös miehen järki, ja tästä tarina alkaa.

Mielipuolen päiväkirja on nähty aiemmin Ryhmäteatterin esittämänä Helsingissä vuosina 2015—2016. Näytelmä perustuu Nikolai Gogolin kertomuksiin Nenä ja Hulun päiväkirja.



Remppateatterin version näytelmästä laulle ohjaaja Matleena Nokelainen.—Näytelmä kysyy, kuka tai mikä maailmassa loppujen lopuksi onkaan hullu, järjestelmät ja työelämä vai yksilö, Nokelainen kertoo.

TERVETULO! VIIHTYMÄÄN!

Kultura järjestää

Tutustuminen VELJEKSET VON WRIGHTIN näyttelyyn Ateneumissa lauantaina 17.2.2018 klo 10:30

Johdantoluento Ateneum-salissa veljesten Magnus, Wilhelm ja Ferdinand von Wrightin elämästä ja taiteesta. Luennon kesto n. 30 minuuttia, jonka jälkeen jokainen voi tutustua näyttelyyn omaan tahtiinsa.

Liput 13 €, museokortilla 0 €. Lippu maksetaan paikan päällä. Mukaan mahtuu 30 henkeä. Vamman vuoksi välttämättömän avustajan saa ottaa sekä johdantoluentoonsa että näyttelyyn maksutta.

Sitovat ilmoittautumiset 6.2.2018 mennessä mieluiten sähköpostitse tai tekstiviestillä: viktorija.welling@gmail.com tai puhelimitse klo 19.00-21.00 välisenä aikana puh. 040-534 4907.

Ilmoita myös, jos käytät manuaali-/sähköpyörätuolia, ja onko sinulla avustaja mukana. Ateneumin osoite: Kaivokatu 2, esteetön käynti Ateneuminkujan puolelta, osoite Mikonkatu 10. Ryhmä kokoontuu lipunmyyntipisteen luona.

Ryhmämme noudetaan Ateneum-saliin klo 10:45. Olethan paikalla klo 10.30!

TERVETULOA MUSIIKKITALOON RSO:N KENRAALIHARJOITUKSEEN

Keskiviikkona 18.4 klo 9.30. Ohjelmassa tauko noin klo 11.30, jonka aikana voi jo poistua. Harjoitus päättyy kello 13 mennessä. Ohjelmassa on Jean Sibeliuksen ja Arnold Schönbergin Pelléas ja Melisande sekä kantaesityksenä Perttu Haapasen huilukonsertto.

Ilmoittautumiset sähköpostilla tai tekstiviestillä 10.4 mennessä Pekka Mustoselle; pekkajuhani.mustonen@gmail.com tai 050 5111 650.

Mukaan mahtuu 30 ensiksi ilmoittautunutta. Ilmoittautuessa mainitse jos tarvitset pyörätuolipaikan.



Kuva: Jukka Lintinen/Yle



Taiteilijakuvassa Kaisa Korhonen Haastattelijana toimittaja ja teatteriohjaaja Päivi Istala

Teatteriohjaaja, näyttelijä, laulaja ja dramaturgi Kaisa Korhonen kertoo urastaan ja elämästään.

Papintytär ja Lapualaisopperan Lyyti, Tsehov-ohjaaja ja Työläisäidin kehtolaulujen laulaja, Siionin virret ja Orvokki-kabaree, kunniaotohtori ja ”pelottava ilmestys.” Siinä joitakin tähdenvälejä teatteriohjaaja Kaisa Korhosen minuudesta. 1960-luvulla rääväsuisiksi sanottu uskaltaja hämmensi kuulijansa. Hän oli joko ihailtu näyttämöhahmo tai inhottu radikaalinen. Ihailu nosti hänet kokonaisen sukupolven ikoniksi, radikaalisuus taas ei ollut ollenkaan sopiva rooli nuorelle naiselle. Yliylöntejäkin tuli, kenellepää ei olisi tullut ajan hurjassa juoksussa. Vuosikymmenten myötä Kaisa Korhosesta on tullut osaava ja arvostettu ohjaaja, teki hän sitten Väinö Linnan Pohjantähteä tai Märta Tikkasen Vuosisadan rakkaustarinoita.

Teatterialan opettajana hän on vaikuttanut sekä Helsingissä että Tampereella. Teatteriryhmien synnyssä 1960-70 -lukujen vaihteessa ja myöhemminkin Kaisa Korhosella on ollut vankka kädenjälkensä, mainittakoon vaikkapa KOM ja Musta rakkaus.

Palkintoja ja kunnianosoituksia on sadellut pitkin matkaa – ura alkoi Brechtin Pikkuporvarihäiden ohjauksesta, joka palkittiin eurooppalaisilla ylioppilasteatterifestivaaleilla Ranskassa 1960-luvun alussa.

Tunnuslauseensa Kaisa Korhonen on löytänyt Raamatusta: ”Usko on lujaa luottamusta ja kurottautumista sitä kohti, mitä ei ole olemassa”. Se pätee myös teatterin tekemiseen.

ti 6.3.2018 klo 14.00–15.30 (ei väliaikaa)
Vuotalo, Mosaiikkitori 2, 00980, Helsinki

Liput 7 €, vammaispalvelulain perusteella myönnetty henkilökohtainen avustaja pääsee pyörätuolia käyttävän kanssa maksutta.

Sitovat ilmoittautumiset ja tiedustelut:

Riitta Jolanki, p. 040-514 7526 tai

riitta.jolanki@hiy.fi

Liput maksetaan 27.2. mennessä toimistoon tai yhdistyksen tilille FI59 8000 1000 0574 80 (viestikenttään ”Kaisa Korhonen” ja oma nimi). HIY:llä on 15 maksullista lippua, joista 5 pyörätuolipaikkoja, sekä 5 maksutonta avustajalippua.

Tervetuloa Uutisvuodon nauhoitukseen yleisöksi

Perjantaina 27.4.2018 kello 10.45 -13.30.

Paikka: Uutiskatu 5, Studiotalo 9.

Ohjelma lähetetään TV 1:ssä la 28.4 klo 21.15

Jos tulet omalla autolla vahtimestarilta saa pysäköintiluvan, sillä 2 tunnin pysäköintipaikat eivät riitä nauhoituksen ajaksi.

Yleisö ei saa poistua studiosta ennen nauhoituksen päättymistä.

Kahvia tarjolla Studiotalon kahvilassa.

Paikkoja on varattu rajoitetusti ja pyörätuolipaikkoja 5kpl.

**Ilmoittautumiset Tuula Partanen 12. 2.-18.4. välisenä aikana ma-ke kello 13-17
p.045-1396068 tai sähköpostitse tuula.partanen@hiy.fi**

Ikäraja 15-v ja oma avustaja mukaan!

TERVETULO!



Kuva: Yle Kuvapalvelu

Liikuntarajoitteisen matkakokemuksia matkalla Krakovaan

Lhastuimme keväällä Krakovaan, joten päätimme että vietämme vuoden vaihteen samassa kohteessa ja samassa hotellissa. Hotelli Columbus oli hyvällä paikalla, raitiovaunupysäkit lähellä molempiin suuntiin, juutalaiskortteli naapurissa ja hotellin henkilökunnalla hyvä englanninkielen taito.

Pyörätuoli-kuljetukset olivat järjestyneet hyvin lentomatkallemme. Ensin Pekka sai kyytiä pyörätuolilla, sitten istahdimme eräänlaiseen autoon ja viimeinen siirtyminen tapahtui kuin junalla vaihtaessamme konetta Münchenissä. Vastaavanlainen on Skyliner Frankfurtissa, joka tosin kulkee yläilmoissa. Saimme pyörätuolin lainaksi ja jatkoimme niin, että työnsin siinä Pekkaa paikasta toiseen kun vaihtoaikaa oli reilusti.

Lähtöportilla oli normaalin näköisten istuinten lisäksi aurinkotuolia muistuttavia istuimia joissa pääsi puolittain makuuasentoon. Moni tuoli on merkitty invasyMBOLILLA. Yleisilme oli kauttaaltaan siisti. Jätimme siirtymiseen tarvitsemamme pyörätuolin muiden lainatuolien joukkoon ja nousimme koneeseen.

Krakovaan tullessa haeskelimme hotellin taksikuskin kanssa tovin toisiamme, mutta lopulta kohtasimme ja pääsimme matkasamme taas tovin eteenpäin. Taksikuljetuksen saa olemalla yhteydessä hotellille ja se maksaa 90 szloty eli noin 25 euroa.

Hyvin me silti pärjäsimme sillä yrittänyt ei laiteta. Muutamilla raitiolinjoilla on pyörätuolisymboli. Raitiovaunu on silloin matalalattia-mallia ja niissä on silloin luis-kanmuotoinen sisäänkäynti, erillisesti merkityt inva-sisäänkäynnit ja mahdollista taittaa astinsiltaa vielä alemmaksi. Useimmilta jalkakäytäviltä on kuitenkin vielä roima pudotus ajoradalle jossa autojen on tarkoitus väistää raitiovaunuun menijöitä. Joillakin pysäkeillä vaunu ja jalkakäytävä on lähelläkin ja samalla tasolla. Meillä on julkis-



Monin paikoin oli hankala liikkuu.

sa liikennevälineissä pysähtymispainikkeenä usein lastenrattaat –symboli, täällä on pyörätuolisymboli. Meille on joskus tullut vastaan miten avustaja on hakenut kuljettajalta bussista eräänlaisen avaimen jolla saa taitettua luiskaa esille. Tämä on hyvä systeemi. Meillä Suomessa on turha ärhennellä kuskille auttamisvelvollisuudesta kun aikataulut on vedetty liian tiukalle. Luiskankääntäminen onnistuu hyvin avustajaltaakin, eri asia jos siinä on jotakin ongelmia, jäykkyyttä tai muuta toimimattomuutta. Joissakin vanhanmallisissa raitiovaunuissa oli myös pyörätuolisymboli, mutta emme keksineet mitään konstia miten pyörätuolin saisi niihin sisään. Ensin lähes puoli metriä alimmalle askelmalle ja samalla jyrkkyydellä kaksi seuraavaa.

Jos tarvitsee pyörätuolikuljetuksia tai muuta erityistä matkalla, on matkan hyvä suunnittelu kaiken A & O. Ebookersin nettilomakkeista eivät asiat näyttäneet aiempien kokemusiemme perusteella välittyvän eteenpäin. Vaikka olimme merkinneet pyörätuolin tarpeen siirtymisiin, tuli kentällä vastaan tilanne ettei heillä ollut asiaa tietoa. Tieto pyörätuolin tarpeesta tulee olla heillä 24 h tuntia ennen matkaa. Tästä viisastuneena varmistimme pariinkin otteeseen soittamalla, että pyörätuolikuljetus saadaan kuten olimme merkinneet varaus-tietoihin ja että varatussa hotellihuoneessa

olisi suihku kylpyammeen asemasta kuten olimme matkaa ostaessamme merkinneet. Hotelli Columbus Krakovassa oli hyvin avulias ja asiakaspalvelu toimi erinomaisesti sähköpostilla etukäteen. Terminaaleissa on runsaasti, pelkästään vammaisten avuksi varattua henkilökuntaa, Frankfurtissa tähän tehtävään palkattua henkilökuntaa on 700 – 800. Henkilökunta on terminaaleissa töissä ja heidän on varmasti hyvä tietää etukäteen mitä on tulossa. Erikoistilanteiden asiat järjestyvät kuten paluumatkalla huomasimme, pitää vain saada suunsa auki eikä hätäntyä.

Kun suunnittelimme tätä retkeä ajattelimme vierailla Galician juutalaismuseossa, joka on samalla juutalaisen kulttuurin keskus. Otin etukäteen selvää onko siellä mahdollista lainata pyörätuolia. Heillä ei

ollut itsellään, mutta pystyisivät kyllä sellaisen vuokraamaan. Vuokra olisi 20 szloty eli pyöreästi 5 euroa. Sovimme museovierailumme päivän henkilökunnan kanssa etukäteen ja kaikki sujui hyvin.

Monin paikoin oli hyvin hankala liikkua. Vanhoissa rakennuksissa vessat ovat usein kellarikerroksessa ja sinne vie usein jyrkät rappuset jotka jatkuvat vielä vessasakin sisällä. On tietenkin eri asia kun liikkuu vielä omin jaloin, mutta kieli keskellä suuta saa mennä. Sitten voi sanoa ettei pääse jos on yrittänyt eikä onnistu. Pyörätuolin ja muiden vastaavien apuvälineiden käyttäjille en suosittele mäkihypyyn muunnelmaa rappusissa.

Hyvin onnistuneesta matkasta lisää seuraavissa numeroissa.

Kirsi-Maria Mustonen



Helsingin aseman kohtaamispaikan muutos

VR on järjestänyt vuodesta 2009 lähtien vammaisten asiakkaiden avustamispalvelua rautatieasemalla, jossa avustamista voi saada nousuun tai junasta poistumiseen. Tilauksen voi tehdä maksuttomasta vammaispalvelunumerosta p. 0800 166 888 tai aseman lipunmyynnistä.

Kaikkiaan avustamisasemia on koko rautaverkolla 37 kpl.

Helsingissä rautatieaseman kohtaamispaikka sijaitsee tällä hetkellä Elielinaukiolla vilkkaan kulkuväylän vieressä. Odotus-

paikassa ei ole katosta. Asiakkailta saadun palautteen johdosta kohtaamispaikka siirretään katetulle laiturialueelle laiturin 11 asemanpuoleiseen pätyyn.

Kohtaamispaikan yhteyteen tullaan sijoittamaan myös äänimajakka.

Uuden paikan sijainti on määritetty yhteistyössä VR:n, Liikenneviraston ja Helsingin vammaisneuvoston kanssa.

Uusi kohtaamispaikka otetaan käyttöön to 1.2.2018.

Kohtaamispaikka siirtyy laiturikatoksen alle



Nykyinen kohtaamispaikan sijainti



Uusi kohtaamispaikan sijainti

Kohtaamispaikka kartalla



KULTTUURI- KAVERI



Kulttuurikaveritoiminta on tarkoitettu avuksi kaikille, joille kulttuuritapahtumaan lähtemisen kynnyks on korkea, joita yksin lähteminen ei houkuttele tai joille se on vaikeaa. Vapaaehtoiset kulttuurikaverit lähtevät seuraksi kulttuuritapahtumaan, varaavat liput ja tarvittaessa avustavat tai opastavat tapahtumapaikalle.

Kaverin seurassa maksat pääsylipustasi korkeintaan 5 euroa. Ilmaistapahtumiin pääset maksutta. Kulttuurikaverin seura ja opastus on ilmaista.

Toimi näin:

1. Valitse tapahtuma.
2. Soita numeroon (09) 310 58237 (ma-to klo 10–13) ja kerro valitsemasi tapahtuma.
3. Kaveri varaa lipun ja soittaa sinulle. Sopikaa missä ja milloin tapaatte.

Voit jättää yhteydenottopyynnön myös sähköisellä lomakkeella.

Tapahtuman voit valita seuraavien paikkojen ohjelmistoista:

Elokuvat

- Elokuvateatteri Orion

Teatteri

- Suomen Kansallisteatteri • Suomen komediateatteri

Tanssi

- Compañía Kaari & Roni Martin
- Zodiak – Uuden tanssin keskus

Konsertit

- Helsingin kaupunginorkesteri
- Kansallisooppera (pääharjoitukset ja teetanssit)
- Ooppera Skaala • Radion sinfoniaorkesteri
- Suomalainen barokkiorkesteri
- Umo – Uuden musiikin orkesteri

Museot

- Ateneum • Helsingin kaupunginmuseo
- Helsingin taidemuseo HAM
- Suomen Kansallismuseo • Sinebrychoffin taidemuseo
- Suomen valokuvataiteen museo • Teatterimuseo
- Hotelli- ja ravintolamuseo

Kulttuuritalot

- Kanneltalo • Malmitalo • Savoy-teatteri • Stoa • Vuotalo
- Annantalo – Ohjelmaa koko perheelle.

Kirjastot

- Helsingin kaupunginkirjasto

Hyvää kulttuurielämystä!

OSALLISTU HIY 80V JUHLALEHDEN TEKOON KERRO TARINASI – MUISTOJA JA MUISTELUITA HIY:N HISTORIASTA

Osallistu jäsenlehden juhlanumeron tekoon omalla kokemuksellasi yhdistyksen taipaleella.

Kirjoitustyylillä on vapaa, voit osallistua vaikka runon muodossa. Autamme kirjoittamisessa, jotta hyvät tarinat eivät jäisi kirjoittamatta.

Osallistua voi myös anonyyminä, kun ilmoitat toimistolle, että et halua nimeäsi julkaistavan lehdessä.

Aiheina voi mm. olla tai jotain muuta:

1. Muistoja Hevossalmesta ja Päättiältä
2. Voimaa vertaistuesta
3. Yhdistys nyt ja silloin

Kirjoituksen tai kuvia voit lähettää ilse.uoti@hiy.fi tai kirjepostissa HIY, Voudintie 6, 00600 Helsinki.

TIEDOKSI KELAN MATKAOMAVASTUUN TÄYTTYMISESTÄ VÄLIAIKAINEN TODISTUS

Voit tulostaa 1.1.2018 alkaen Kelan sähköisestä asiointipalvelusta itsellesi väliaikaisen todistuksen vuosiomavastuun täyttymisestä heti, kun vuosiomavastuusi on vahvistettu ja vuosiomavastuukorttisi on postitettu. Voit myös ottaa kuvan asiointipalvelun näyttöruudusta, jolla väliaikainen todistus on. Tällä todistuksella tai kuvalla,

voit osoittaa taksille jo ennen vuosiomavastuukortin saapumista, että vuotuinen oma-vastuuosuutesi on täyttynyt, eikä sinun tarvitse enää maksaa omavastuuosuutta. Kun saat varsinaisen vuosiomavastuukortin postitse, tulee tämä kortti ottaa käyttöön.

Kela

Helsingin sosiaali- ja terveys-toimen apulaispormestari Sanna Vesikansa oli HIY:n vaikuttamistoimikunnan vieraana 11.tammikuuta. HIY:n edustajilla oli tilaisuus tuoda esille yhdistyksen jäsenistön kannalta tärkeitä asioita koskien tulevaa SOTE-uudistusta ja yhdistyksen perustoiminnan turvaamisen edellytyksiä.



Lomakylät kuntoon!

LOMAKYLISSÄ PIDETÄÄN KEVÄTTALKOOT
HEVOSSALMESSA SU 29.4.2018 KLO 9.00 ALKAEN
JA PÄÄTTIÄLLÄ LA 5.5.2018 KLO 9. ALKAEN.
TALKOOLAISILLE TARJOLLA SOPPAA JA SAUNA!



Erika Vikman viihdytti miniristeilyllä

Hii:n perinteistä pikkujoulujuhlaa vietettiin miniristeilyn merkeissä MS. Finlandialla 28.11.2017. Risteilyllä oli mukana noin 80 henkilöä.

Iloinen puheensorina kuului buffetissa jonne oli katettu runsas joulubuffet. Tämän jälkeen juhlat jatkuivat laivan ravintolassa virvokkeiden ja hyvän musiikin tahdissa. Musiikista vastasi upea Erika Vikman bändeineen ja sai meidän porukan viihtymään tanssilattialla.

Kiitos kaikille matkalla mukana olleille ja seuraavalla reissulla tavataan!

Tuula Partanen

KIITOS KAIKILLE ÄÄNESTÄJILLEMME LIITTOVALTUUSTOVAALEISSA!

Nyt on aika kääriä hihat ja alkaa hommiin.
Riitta Jolanki, Kristiina Karhos, Leena Simola-Nikkanen.

Joogapäätärät

Kuten jokaisen syyskauden lopussa, myös vuoden 2017 syyskauden päättyessä yhdistimme tuolijooga- ja joogaryhmän ja kutsuin meille vierailijan syyskauden viimeiselle tunnille.

Joogaryhmät ovat toimineet jo kymmenen vuotta ja vierailijamme on usein tavalla tai toisella liittynyt joogaan tai ollut minulle merkityksellinen henkilö. Niin oli myös tällä kerralla.

Mietittyäni ensin pääni puhki, että kuka joogi on vielä käymättä vieraanamme, vastaus olikin silmieni edessä.

Tuolijoogaryhmässä on jo muutama vuoden ajan käynyt Marja Pihnala, Invalidiliiton entinen toimitusjohtaja.

Oli kiehtovaa ja innostavaa kuulla hänestä asioita joista minulla ei ollut ollut aavistustakaan, mm. Marjan Afrikassa viettämä



lapsuus.

Marjan osuuden jälkeen teimme kaikki vielä tuolijoogaharjoituksen ja sillä aikaa salin oven taakse oli ilmestynyt kärryllinen joulukerkuja.

Kiitos!

Heidi

Yhdistyksen vuokratalo Tuulimyllyntie 5 asukkaat ”menettivät” kylmäkellarin mutta saivat tilalle kivan kerhotilan ja tavarankierrätyspisteen. Kierrätyspisteeseen saa viedä tarpeetonta tavaraa ja vastaavasti jos löytää sieltä itselle sopivaa vaatetta, astioita, kirjoja tai muuta niin saa ottaa.

Ennen joulua oli kerääntynyt paljon vaatteita ja muuta tavaraa. Kokosimme tavarat laatikoihin ja säkkeihin. Ystävätkin toivat ylijäämätavaraa keräykseen. Talosta löytyi henkilö, jolla on yhteydet avustusrjestöön

ja sitä kautta tavarat lähtivät ennen joulua Karjalaan.

Taas kun vaaterekistä tulee sopivan täysi eikä tavara vaihdu, aiomme lähettää vielä hyväkuntoiset vaatteet eteenpäin jonkun muun iloksi.

Asukastoimikunta voi toimia myös näin. Tehkääpä muut perässä!

TMT asukastoimikunta

Helsingin Invalidien Yhdistys
kiittää lahjoituksista:



HIY:N LOMAKYLÄT 2018

Yhdistyksellä on kaksi lomakylää jäsenistön ja heidän ystäviensä kesän-viettopaikkana. Toinen sijaitsee Helsingissä, Laajasalossa ja toinen Lopella, Pilpalan kylässä. Lomakylissä voi vierailla päiväkävijänä tai vuokrata mökin.

Lomakylät ovat avoinna toukokuun alusta syyskuun loppuun.

Pikkumökkien varaustoivomuksia otetaan vastaan 12.2.-5.3.2018 s-postilla toimisto@hiy.fi tai puh. (09) 7206240.

Isoihin mökkeihin tehdään sitovat varaukset.

Mökkien varausmaksu on 50 €, joka hyvitetään mökkilaskussa.

Mökkivarausten peruutukset tulee tehdä viikkoa ennen vuokra-ajan alkua. Myöhemmistä peruutuksista tai peruu-



tuksen tekemättä jättämisestä peritään 50 € korvaus.

Mahdollisesti vapaana olevia mökkejä voi kysyä kesän aikana valvojilta tai toimistosta.

Lomakyläiden kevättalkoot Hevossalmessa su 29.4.2018 klo 9 alkaen ja Päättilällä la 5.5.2018 klo 9 alkaen.

HEVOSSALMEN LOMAKYLÄ

Osoite: Vuorilahdentie 7, 00870 Helsinki (Laajasalo)

Hevossalmeen pääsee Herttoniemen metroasemalta bussilla 86. Pysäkiltä on noin 300 metrin kävelymatka perille. Alueella on päärakennus, jossa oleskelu- ja ruokailutilat, itsepalvelukeittiö, kaksi inva-wc:tä sekä suihku- ja pukeutumistilat miehille ja naisille. Saunarakennuksessa on takkatupa 10-20 hengelle. Alueella on grillikatuppa ja 15 vuokrattavaa mökkiä.

Hevossalmen hinnasto vuonna 2018

Kaikki hinnat sisältävät alv:n.

Isot mökit (16 ja 17)

Alueella on kaksi isoa vaikeavammaisille pyörätuolinkäyttäjille soveltuvaa 2-4 hengen lomamökkiä, joissa inva-wc, suihku, pienoiskeittiö, jääkaappi, kahvinkeitin ja mikroaaltouuni.



Hevossalmen isot mökit.

Isoja mökkejä vuokrataan enintään 7 vuorokaudeksi kerrallaan.

HIY:n jäsenille 50 €/vrk, muiden Invalidiliiton yhdistysten jäsenille 60 €/vrk ja muille 100 €/vrk.

Mökkien varausmaksu on 50 €, joka hyvitetään mökkilaskussa.

Hevossalmen pienet mökit

Pieniä mökkejä vuokrataan pääsääntöisesti koko kesäksi tai puoleksi kesää.

Mökit ovat ilman mukavuuksia.

910 € touko-syyskuu (5kk)

460 € puoli kesää (2½ kk)

Kiertomökki, pieni mökki nro 3

Tarkoitettu vain lyhytaikaiseen käyttöön.

120 €/ 1 viikko

190 €/ 2 viikkoa

300 €/ 1 kk

Alle viikon varaukset 30 € / vrk.

Saunamaksut

Lauantaisauna 4 €/henkilö.

Perhesauna tilauksesta

26 €/ 2 tuntia

20 €/ 1,5 tuntia

Tilaussauna (sisältää takkahuoneen käytön)

125 €/ 2 tuntia + 30 €/lisätunti

Mökin varanneille tiistain saunavuoro sisältyy mökin hintaan, muille 4 €/henkilö.

Takkahuone tai päärakennus

100 € 1-4 tuntia, lisätunnit 30 €/tunti

HUOM! Päärakennuksen varausaikana mökkiläisillä on oltava vapaa pääsy rakennukseen.

Piha-alueen tai grillin varaus ryhmille

PÄÄTTIÄN LOMAKYLÄ

Käyntiosoite: Päättiäntie 47

Postiosoite: Hautahuhdantie 178, 12750

Pilpala

Päättiän lomakylä sijaitsee Lopella, Pilpalan kylässä. Matkaa Helsingistä on n. 70 kilometriä. Lähimmälle linja-autopysäkille lomakylästä on matkaa noin 300 metriä, lähin taksi on Läyliäisissä.

Alueella on päärakennus ja huoltorakennus, jossa ruokailutilat, keittiö, suihku ja inva-wc. Rantasauna sijaitsee Päättiäislammen rannalla.

Päättiällä on kuusi loma-asuntoa, joista viisi vuokrataan koko kesäksi (5kk) tai puoleksi kesää (2½kk). Yksi loma-asunto on varattu lyhytaikaiseen vuokraukseen



Hevossalmen pienet mökit.



100 € 1-4 tuntia, lisätunnit 30 €/tunti.

Pesukoneen käyttö 3 €/käyttökerta.

Ei sisällä pesuaineita.

Lisätietoja saa toimistosta, puh (09) 7206 240 tai kesäaikana valvojalta puh 045 6578867



Päättiän loma-asunto.

Päättiän hinnasto vuonna 2018

1290 € touko-syyskuu (5 kk)

670 € puoli kesää (2½ kk)

(vuokrat sisältävät sähkön ja sauna 1krt/vk).



Päättiän loma-asunto ja asuntovaunualue.

Yksi loma-asunto lyhytaikaiseen käyttöön
1 kk 350 € (touko-, elo-, ja syyskuu)
1 kk 390 € (kesä- ja heinäkuussa)
2 viikkoa 250 €
1 viikko 170 €

Alle viikon varaukset 40 €/vrk

Asuntovaunu

20 €/vrk
55 €/viikko
130 €/4 viikkoa
590 €/koko kausi (sisältää saunan 1krt/vk)
Asuntovaunu- tai telttapaikkoja on tarjolla koko kesän!

Asuntovaunujen sähkömaksu

0.30 snt Kwh tai 4 €/vrk.

Saunamaksut

Perhesauna 2 tuntia 26 € ja 1,5 tuntia 20 €
Tilaussauna 2 tuntia 50 €

Saunamaksu yleisillä saunavuoroilla 4 €/henkilö

Päärakennus

Päärakennuksen mummon kammari keittiön käyttömahdollisuudella 40 €/vrk.
Mummon kammaria vuokrataan 1-3 vuorokaudeksi kerrallaan.

Päärakennus sis. kammari, tupa ja keittiö 140 €/vrk.

Koko päärakennus sis. kammari, tupa, keittiö ja takahuone 250 €/vrk.

Pesukoneen käyttö 3 €/käyttökerta. Ei sisällä pesuaineita.

Tiedustele vapaita asuntovaunupaikkoja ja muita vuokrattavia tiloja valvojalta
puh. 045 657 8686.

TERVETULOA LOMALLE!

Naisten illat



Torstaina 22.2; 15.3; 5.4; 26.4; 17.5; 31.5.2018.

22.2. Anna-Stina Lindén: Etelä-Afrikan matka

15.3. Erikoistutkija, farmasian tohtori, dosentti Leena Saastamoinen, Kela:
Kertoo lääkkeiden käytöstä, lääkkeiden määräämisestä, lääkekustannuksista ja pitkäaikaisslääkityksestä.

5.4. Alustavasti sovittu seuraava ohjelma: Pääsihteeri Terhi Heinilä ja projektipäällikkö Liisa Ketolainen, Naisjärjestöjen Keskusliitto: Naisliike eilen tänään huomenna (Tilaisuus on yhteinen Rusetti -Vammaisten naisten valtakunnallinen yhdistys ry:n kanssa). Jos em. ohjelma siirtyy seuraavaan kertaan eli 26.4., vaihtoehtoisena ohjelmana katsotaan Moonlight-draamaelokuva.

Ilmoittautuminen: Riitta Jolanki, p. 040 5147 526 tai riitta.jolanki@hiy.fi

KERHOT

**HIY:n toimintakeskuksessa,
Voudintie 6.**

Canasta

Keskiviikkona klo 15.00 -21.00.

Yhteyshenkilö Seija Suominen
puh. 040 744 3209.

Tervetuloa uudet pelaajat!

DELETE – ATK-neuvontapiste

Tiistaisin klo 12.00 -14.00.

Yhteyshenkilö Eino Meriläinen,
eino.merilainen@hiy.fi tai
puh. 044 2419404.

Eläkeläisten kerho

Torstaina klo 13.00- 15.00.

Yhteyshenkilöt: Tarja Raassina
puh. 045 2700 969 ja

Liisa Leinonen puh. 040 744 6274.

Maalauskerho

Maanantaina klo 12.30 -15.30.

Opettaja Sari Koski- Vähälä
puh. 050 567 4505.

Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

Omat Käsityöt – ryhmä

Maanantaina klo 15.00-18.00.

Yhteyshenkilö Anneli Koskinen
puh.040 5959106.

Naisten illat

Torstaina klo 17.30 -20.00

Ilmoittautuminen Riitta Jolangille,
puh.040 5147526 tai riitta.jolanki@hiy.fi.
Kevätkausi 22.2; 15.3; 5.4; 26.4; 17.5;
31.5.2018.

Amputoitujen vertaistapaamiset

Kevätkauden tapaamiset:

Kuukauden toisena tiistaina klo 17.30
-19.30.

9.1., 13.2., 13.3., 10.4., ja 8.5.HIY:n
toimintakeskus, Voudintie 6.

Yhteyshenkilö Eeva Paavilainen, Vertainen
vierellä -hanke,

puh. 050 321 5150, eeva.paavilainen@
hiy.fi. Tapaamiset ovat avoimia kaikille
amputoiduille.

**Henkilökohtaisten avustajien
työnantajat keskusteluryhmä.**

Kokemusten ja ajatusten vaihtoa
henkilökohtaisen avustajan työnantajan
roolista ja työnantajuuuteen liittyvistä
käytännön kysymyksistä.

Ilmoittautumiset Riitta Jolanki

puh. 040 514 7526.

Kokoontumiset kuukauden 1. perjantai
klo 16.30- 18.30.

**Kuntonyrkkeilyä kaikille****Sunnuntaisin klo 18–19**

Helsingin Invalidien Yhdistys, Voudintie 6, Koskela

Ajalla 14.1.–4.3.2018 (6 kertaa) ei 28.1 ja 4.2.

Hinta: 35 € / 70 € (HIY:n jäsenet* / muut)
(*HIY:n vuosijäsenyys 23 € v.2017)

Ilmoittaudu: sposti: jennibboxing@gmail.com
puh. 045 7871 4656 tai Facebook: JenniBBoxing

Tervetuloa harjoittelemaan kuntonyrkkeilyn
tekniikoita iloisin mielin!



VOUDINTIE 6 TOIMINTAKESKUKSESSA KOKOONTUVAT RYHMÄT:

Asahi

Maanantaina klo 10.00-11.00.
Ilmoittautuminen puh.09-7206 240,
s-posti: toimisto@hiy.fi.
Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 €
ei jäsenille 78 €.

Boccia

Tiistaina ja perjantaina klo 13.00-16.00.
Yhteyshenkilö: Paula Talpia,
puh. 040 514 3395.

Jooga

Keskiviikkona klo 11.00-12.00.
Yhteyshenkilö: Heidi Viheriälä,
puh. 040 584 3188,
heidi.viheriala@welho.com.
Kausimaksu jäsenille 39 €
ei jäsenille 78 €.

Tuolijooga

Keskiviikkona klo 12.30-13.30.
Yhteyshenkilö: Heidi Viheriälä,
puh. 040 584 3188,
heidi.viheriala@welho.com.
Kausimaksu jäsenille 39 €
ei jäsenille 78 €.

Tuolijumppa

Perjantaina klo 10.00-11.00.
Ryhmä on maksuton.

Äijäjooga

Keskiviikkona klo 14-15.
Yhteyshenkilö: Eino Meriläinen,
puh. 044 2419404
eino.merilainen@hiy.fi
Kausimaksu jäsenille 35 €
ei jäsenille 70 €.
Jooga ja Tuolijooga järjestetään
yhteistyössä Helsingin kaupungin
liikuntaviraston kanssa.

Mualla kokoontuvat liikuntaryhmät:**Liikunta- ja näkövammaisten
koululaisten liikuntaryhmä
Sporttis-kerho**

(Alle 12-vuotiaat koululaiset)
Maanantaina klo 18.00-19.00. Iiriksen
liikuntasali, Marjaniementie 74.

Treenis-urheilu

Yli 12- vuotiaat nuoret.
Torstaina 18.00-19.30, Metropolia AMK
osoite: Vanha Viertotie 23, Helsinki.
Ilmoittautumiset ja lisätiedot
Marjo Vainikka puh.050 462 3334 tai
s-posti marjo.vainikka@hiy.fi.

Istumalentopallo

Siltamäen ala-asteen koulu, Siltakyläntie
7-9, 00740 Helsinki
Maanantaina klo 19.00-21.00 ja torstaina
klo 19.00-21.00.
Ilmoittautuminen hiyhelsinki.nimenhuuto.
com järjestelmän kautta. Yhteyshenkilö:
Aulis Vistbacka s-posti aulis@vistbacka.fi ja
Petra Pakarinen s-posti petra.pakarinen@
wippies.fi.

Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

Kuntosali

Torstaina klo 18.00-20.00 Validia Kuntoutus
Helsinki (Synapsia). Nordenskiöldinkatu
18 B. Ilmoittautumiset suoraan ohjaajalle.
Kausimaksu jäsenille 39 € ei jäsenille 78 €.

Pyörätuolikoripallo

Torstaina klo 18.00-20.00 Validia Kuntoutus
Helsinki (Nordenskiöldinkatu 18 B).
Yhteyshenkilö: Jarmo Leppänen,
puh. 040 838 9479,
jarmo.leppanen@haltija.fi.
Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

Pyörätuolirugby

Keskiviikkona klo 18.00-20.00
Validia Kuntoutus Synapsiassa
(Nordenskiöldinkatu 18 B).
Yhteyshenkilö: Tuukka Nisso,

puh.050 5299 192,
tuukka.nisso@outlook.com
Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

■ Pyörätuolisalibandy

Maanantaina klo 19.00-20.00 Validia
Kuntoutus Synapsiassa
(Nordenskiöldinkatu 18 B)
Yhteyshenkilö: Tuukka Nisso,
puh.050 5299 192,
tuukka.nisso@outlook.com
Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

■ Pöytätennis

Kisahallissa. Yhteyshenkilö: Erkki Puranen
puh. 0500 449 792,
erkki.puranen@pp.inet.fi.

■ Sisäkurling ja sulkapallo

Tiistaina klo 19.00- 21.00. Validia
kuntoutus Helsinki (Synapsia),
Nordenskiöldinkatu 18 B.
Yhteyshenkilö Seppo Pihnala
puh. 045 3186266 tai
spihnala@gmail.com.
Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.
Tiistaina klo 19.00- 21.00. Validia
Kuntoutus Helsinki (Synapsia),
Nordenskiöldinkatu 18 B.
Sulkapallo yhteyshenkilö:
Risto Korhonen puh. 045 171 6492 tai
ripa.korhonen@hotmail.com.
Kausimaksu jäsenille 35 € ei jäsenille 70 €.

■ Sähköpyörätuolisalibandy

M-Team Electric Gladiators
Latokartanon liikuntahalli,
Agronominkatu 26.
Tiistaisin klo 17.00-19.00
Yhteyshenkilö:
Anna Niemelä 041 504 3443,
annaelinaniemela@gmail.com

Helsinki Outsiders

Treenit Myllypuron Liikuntamyllyssä
(Myllypurontie 1) keskiviikkona klo 16.30-
18.00 ja perjantaina klo 17.00-18.30.
Perjantaisin valmennusta myös junioreille.
Yhteyshenkilö: Sails Luumi
jory@helsinkioutsiders.net,
puh. 044 343 5661
Lajin www-sivut:
<http://www.sptsalibandy.net>.
Yhteystiedot:
lajivaliokunta@sptsalibandy.net.

■ Ammunta

Ilmakivääri ja -pistooli.
Yhteyshenkilö: Jari Manni,
puh 050 324 2027,
s-posti jari.manni@gmail.com.



Lisätietoja erityisliikunnasta saa
Helsingin kaupungin liikuntaviraston
erityisryhmien liikunnan suunnittelijalta
puh. 09 3108 7509 ja Facebook.com
Spurtti-liikunta sivuilta.



10 SYYTÄ LIITTYÄ HIY:n JÄSENEKSI

Helsingin Invalidien Yhdistys ry (HIY) on perustettu vuonna 1938 ja on yksi Invalidiliiton perustajayhdistyksistä ja sen suurin jäsenyhdistys. Yhdistys edistää fyysisesti vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuutta ja valvoo heidän oikeuksiaan yhteiskunnassa. Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä myös perheenjäsen, ystävä tai muu henkilö, joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen ja säännöt. **Liity jäseneksi ja osallistu monipuoliseen toimintaamme!**

1

Yhteisiä uutisia – Täyttä Elämää -jäsenlehti

Ajankohtaista tietoa elämästä vaikuttavista muutoksista yhteiskunnassa. Tietoa HIY:n toiminnasta ja tarinoita jäsentemme elämästä

2

Tietoa ja taitoa, eväitä itsenäiseen elämään – koulutus

Hyvinvointi, esteettömyys, sosiaalipalvelut: monipuoliset koulutuksemme ajankohtaisista aiheista tarjoavat käytännönläheistä tietoa arkielämäsi tueksi.

3

Tukea toisistamme – vertaistuki

HIY:n toiminnassa tapaat samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Yhteisen tekemisen ja harrastusten parissa saat vertaistukea ja tietoa.

4

Lasten ja nuorten toiminta – menoa ja meininkiä

Pelejä, melontaa, geokätkentää ja paljon muuta. Lasten ja

nuorten liikuntaryhmissä ja retkillä tarjoamme hauskaa yhdessäoloa, liikunnan riemua ja monipuolisia harrastusmahdollisuuksia.

5

Harrasta monipuolisesti HIY:ssä

Löydä oma juttusi ja uusia ystäviä. Toimintakeskuksessamme ja muissa tiloissa kokoontuu yhteensä yli 20 liikunta- ja harrastusryhmää. Urheiluseurana tarjoamme myös mahdollisuuden kilpaurheiluun monissa eri lajeissa.

6

Pidämme puoliasi – tavoitteena kaikille esteetön Helsinki

Työskentelemme jatkuvasti yhdenvertaisemman ja tasa-arvoisemman Helsingin puolesta. Teemme yhteistyötä muiden järjestöjen kanssa ja olemme vahva vaikuttaja vammaispolitiikassa.

7

Lomaile esteettömästi lomakylissämme

Lomakylämme meren rannalla Helsingin Hevossalmessa ja maalaismaisemissa Lopella tarjoavat mainiot puitteet lomailuun ja yhdessäoloon.

8

Yhdistyksessämme tapahtuu – iloa yhdessä toimimisesta

Järjestämme ympäri vuoden erilaisia tapahtumia ja tilaisuuksia: Teatteriretkiä, museovierailuita, liikuntapäiviä ja tapahtumia eri teemoilla. Tule tutustumaan, erilaisista tapahtumista löydät itsellesi kivan tavan osallistua.

9

Avustajavälitys – suurella sydämellä, sinua kunnioittaen.

Huomioimme jokaisen asiakkaan yksilönä ja takaamme palvelun laadun sekä valinnanvaraa avustajien suhteen. Ylläpidämme avustajiemme ammattitaitoa jatkuvasti kouluttamalla heitä. Toimistollamme on tuttu ja pysyvä henkilökunta vastaamassa tarpeisiin. Avustajavälitystä pyörittää yhdistyksemme.

10

Invalidiliiton jäsenedut

Asiantuntijaneuvontaa, rahanarvoisia etuja, IT-lehti ja paljon muuta: HIY:n jäsenenä saat myös Invalidiliiton monipuoliset jäsenedut.



UUSI JÄSEN TÄYTTÄÄ:

Sukunimi Etunimet

Syntymäaika Lähiosoite

Postinumero Postitoimipaikka

Puhelin Sähköposti

Koulutus Ammatti tai muu vastaava

Asiointikieli ☐ Suomi ☐ Ruotsi ☐ Englanti ☒ Muu☐ Liityn varsinaiseksi jäseneksi ☐ Liityn kannatusjäseneksi☐ Haluan vaihtaa yhdistystä (vaihtaessaan paikallista jäsenyhdistystä jäsenen tulee erota edellisestä paikallisyhdistyksestä

Jäsenmaksusi määräytyy jäsenyhdistyksen mukaan.

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

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

Toimintakyky- ja osallistumisrajoitteeni on

☐ Tapaturman aiheuttama ☐ Sairauden aiheuttama ☐ Synnynnäinen

Ensisijainen diagnoosi, joka aiheuttaa toimintakyky- ja osallistumisrajoitteita

Ensisijaiset apuvälineet

Lisätietoja / Terveiset Invalidiliitolle tai jäsenyhdistykselle

SUOSTUMUS JA ALLEKIRJOITUS

Suostun ylläesitettyjen tietojen tallentamisen Invalidiliitto ry:n ja jäsenyhdistyksen rekisteriin ja tietojen käyttämiseen keskinäisessä yhteydenpidossa. Käsittelemme tietoja luottamuksellisesti ja Henkilötietolain 22.4.1999/534 mukaisesti.

Paikka ja päiväys Allekirjoitus

JÄSENYHDISTYS TÄYTTÄÄ

Yhdistyksen nimi Jäseneksi hyväksymisaika Jäsennumero





Posti Green

MUISTILISTA

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: toimisto@hiy.fi tai 09-720 6240

- ▣ 13.2., 13.3., 10.4., ja 8.5 klo 17.30 -19.30. HIY:n toimintakeskus.
Amputoitujen vertaistapaamiset.
- ▣ 14.2.2018 klo 13-14.30.Ystävänpäiväkahvit, HIY:n toimintakeskus.
- ▣ 17.2.2018 klo 10:30 VELJEKSET VON WRIGHTIN
näyttelyn vierailu Ateneumissa
- ▣ 22.2; 15.3; 5.4; 26.4; 17.5; 31.5.2018 klo 17.30 – 20 Naisten illat
- ▣ 6.3.2018 klo 14.00 -15.30 Taiteilijakuvassa Kaisa Korhonen, Vuotalo
- ▣ 7.3.2018 klo 15.00 Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n 80-vuotisjuhla,
Kampin palvelukeskus
- ▣ 14.2, 14.3, 11.4, 16.5.2018, Miesten saunaillat, Mannerheimintie 107
- ▣ 18.4 klo 9.30 RSO:n kenraaliharjoitus, Musiikkitalo
- ▣ 27.4.2018 kello 10.45 Uutisvuodon nauhoitus
- ▣ 29.4.2018 klo 9 Hevossalmen Lomakylän kevättalkoot
- ▣ 5.5.2018 klo 9 Päättiän lomakylän kevättalkoot

Liity yhdistyksen sähköpostilistalle: toimisto@hiy.fi

Jos haluat saada tietoa ajankohtaisista tapahtumista ja yhdistyksen kuulumisista, liity sähköpostilistalle lähettämällä viesti osoitteeseen toimisto@hiy.fi. Viestin otsikoksi **"Sähköpostilistalle"**.