

Täyttä ELÄMÄÄ

HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY:N
JÄSENLEHTI 4|2021



Helsingin uusi vammaisneuvosto s. 6

Retkikerhon Haltia-retken kuvia s. 10

HIY:n joulutapahtuma s. 21



HELSINGIN INVALIDIEN YHDISTYS RY

Perustettu vuonna 1938

YHTEYSTIEDOT

Voudintie 6, 00600 Helsinki
puh. 09 720 6240 toimisto@hiy.fi
Toimisto avoinna arkisin klo 9-15
ja lisäksi syys-huhtikuussa ke 9-19

Hallituksen puheenjohtaja
Kristiina Karhos
puh. 050 4635 732
pj.hiy@hiy.fi

Varapuheenjohtaja
Heikki Aulio
puh. 0407048597
heikki.aulio@hiy.fi

Toiminnanjohtaja **Pirjo Virtaintorppa**
puh. 09 7206 2415
pirjo.virtaintorppa@hiy.fi

Taloussihteeri **Marianne Nuutinen**
puh. 050 4701 768
marianne.nuutinen@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 ja se on Invalidiliiton suurin jäsenyhdistys. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten ihmisten mahdollisuuksia toimia yhteiskunnan yhdenvertaisina ja täysivaltaisina jäseninä ja valvoa heidän oikeuksiaan yhteiskunnassa sekä kehittää heidän mahdollisuuksiaan yhdessäoloon.

TOIMINTAAMME ohjaavat arvot ovat luotettavuus, ihmisarvo, innovatiivisuus, osallistavuus ja vastuullisuus.

YHDISTYS tarjoaa jäsenilleen vertaistukea, liikuntaa ja vapaa-ajanviettomahdollisuuksia erilaisissa kerhoissa ja liikuntaryhmissä. Yhdistyksestä saa neuvontaa ja koulutusta tietotekniikkaan liittyvissä kysymyksissä.

YHDISTYS omistaa vuokra-asuntoja, joita vuokrataan pääasiassa helsinkiläisille vammaisille henkilöille, ensisijaisesti yhdistyksen jäsenille. Itä-Helsingissä sijaitseva Hevossalmen lomakylä on kaikkien yhdistyksen jäsenten ja ystävien kesänviettopaikka.

KÄSISSÄSI oleva neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Täyttä Elämää -lehti ja kotisivut toimivat yhdistyksen tiedotuskanavana jäsenistölle ja muille toiminnastamme kiinnostuneille.

YHDISTYKSEN varsinaiseksi jäseneksi voidaan hyväksyä fyysisesti vammainen tai toimintaesteinen henkilö, hänen perheenjäsenensä tai muu henkilö, joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen ja säännöt.

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

UUODEN 2020 lopussa yhdistyksessä oli 1480 jäsentä. Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2021 on varsinaisilta jäseniltä 23 €, kannatusjäsenmaksu yksityishenkilöltä 45 € ja yhteisöltä 150 € vuosi. Lisätietoja jäseneksi liittymisestä saa yhdistyksen toimistosta ja sivuilta www.hiy.fi.

Täyttä ELÄMÄÄ

ASiantuntijalehti vammaisille sekä
sosiaali- ja terveydenhuoltoalan
ammattilaisille

Kansikuva: Pirjo Virtaintorppa



Digipisteen Jouni Ahonen, artikkeli s. 14

SISÄLLYSLUETTELO 4/2021

Lukijalle	s. 4
Helsingin vammaisneuvosto	s. 5
Ajankohtaista	s. 6
Kulturan lukupiiri	s. 8
Retkikerhon huipennusretki	s. 10
Virtuaalimatkaesittely ja joulukonsertti	s. 12
Kolumni, Anna Berghäll	s. 13
Digipisteen Jouni Ahonen tutuksi	s. 14
Kuolevaisen käsikirja, Sarianne Hartonen	s. 16
In memoriam Leila Kallio ja Liisa Leinonen	s. 17
Kesän ihastuttavimmat retkeni, Suvi Konttinen	s. 18
HIY:n talviristeily	s. 19
Koronan varjosta, Hanna Maidell	s. 20
HIY:n joulutapahtuma	s. 21
Liikuntaryhmät	s. 22
Muuta liikuntatarjontaa, kerhot ja vertaistukiryhmät	s. 24
Uusi terapeutin tanssin ryhmä alkaa	s. 25



Retkikerhon huipennus Nuuksiossa, artikkeli s. 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, 2021
ILMOITUSMYynti: TJM-SYSTEMS OY, PUH. 044 566 718, AINEISTOT@TJM-SYSTEMS.FI
YHTEYDENOTOT: TOIMISTO@HIY.FI, PUH. 09 7206 240 ISSN 2489-9992**

Lukijalle

PIILEVIÄ KYKYJÄ, SALAISIA TAITOJA?



NYKYISESSÄ HIY:n toiminnanjohtajan työssäni kohtaen paljon erilaisia ihmisiä, jäseniä yhdistyksessä on noin 1400 ja työntekijöitäkin noin 100. Erilaisia, eri-ikäisiä ihmisiä, jotka ovat paljon muutakin kuin HIY:n jäseniä tai työntekijöitä. Jutellessa monesta paljastuu mitä yllättävämpiä seikkoja.

Joku harrastaa kalastusta, toinen soittaa jotain eksotista soitinta, kolmas osaa nyplätä pitsiä, neljäs tehdä kynttilöitä tai saippuaa, viides osaa jotain harvinaista kieltä ja kuudes on tietokirjailija. Meillä on joukossamme mitä erilaisimpia taitoja omaavia ihmisiä – enkä varmasti tiedä niistä (vielä!) kuin pienen osan.

KUNHAN tästä koronakurimuksesta kunnolla päästään eroon, on suunnitelmissa erilaisia tapahtumia ja kursseja, joissa yhdistyksen vapaaehtoiset neuvoisivat / näyttäisivät / kertoisivat / opettaisivat muille näitä taitojaan ja kykyjään - ja innostaisivat myös uusia ihmisiä toimimaan yhdessä.

ONKO sinulla jotain sellaista osaamista, jota voisit jakaa muille? Ei kannata pelätä pitkää sitoutumista, voimme järjestää esimerkiksi yhden lauantai-iltaapäivän mittaisen kynttiläntekotapahtuman tai pienen kantelekonserтин. Moni saattaisi kyllä haluta osallistua vaikka englanninkieliseen keskustelukerhoon, opiskella venäjän alkeita tai päivittää ruotsintaitojaan koko kevään

ajan. Helpointa olisi, jos jonkun kurssin vetäjäksi ilmoittautuisi parivaljakko tai porukka, joka voisi yhdessä ideoida juttuja eikä vastuu kasaantuisi kenenkään yhden henkilön harteille. Katso peiliin, voisiko siellä olla uuden kerhon tai kurssin vetäjä? Pirauta ystävälle: ”Lähdetkö kaveriksi?”

HIY:N toimintakeskuksessa on kerhuhuone, jonne mahtuu opiskelemaan ja askartelemaan ja sali, jossa voi liikkua ja musisoida. Älä turhaan ajattele, ettei taitosi olisi kiinnostava. Ota yhteyttä ja kerro mitä osaat. Mietitään yhdessä, miten voisimme toteuttaa tapahtuman, josta muutkin saisivat iloa ja hyötyä, ehkä oppisivat jotain uutta.

OLEMME viimeisen puolentoista vuoden aikana järjestäneet tapahtumia siten, että osallistuminen on mahdollista sekä paikan päällä että etänä. Tällä tiellä aiomme jatkaa, sillä yllättävän moneen juttuun on ihan kätevää osallistua kotoa käsin. Moni ei halua osallistua etänä, koska pitää tärkeänä yhdessäoloa ja sosiaalisia kontakteja - ja se onkin ihan ymmärrettävää. Etäosallistumisessa on kuitenkin myös kiistattomia hyötyjä: rajalliset taksimatkat säästyvät, paikasta toiseen siirtymisessä käytetty aika säästyy ja pienen nuhan tai yskän takia ei tarvitse perua osallistumista.

Tärkeintä on yhdessä tekeminen!

HIY:n toimisto on suljettu 23.12.–9.1.

INFO

HELSINGIN VAMMAISNEUVOSTO

HELSINGISSÄ vammaisneuvosto perustettiin 40 vuotta sitten eli kauan ennen kuin Suomen kunnille tuli kuntalakiin perustuva velvollisuus perustaa vammaisneuvosto vuonna 2017. Helsingin vammaisneuvosto toimii useiden eri vammaisyhdistysten edustajien (10 paikkaa), valtuustoryhmien edustajien (5 paikkaa) ja kaupungin eri toimialojen ja keskushallinnon (5 paikkaa, asiantuntijajäseniä) yhteistyöfoorumina sekä osallistumis- ja vaikuttamistoimielimenä.

VAMMAISNEUVOSTO kokoontuu kuudesta kahdeksaan kertaa vuodessa. Työvaliokunta kokoontuu ennen neuvoston kokouksia.

KASVUN PAIKKA – Helsingin kaupunkistrategiassa vuosille 2021-2025 on kirjattu, että kaupunkiympäristön ja kaupungin palvelujen suunnittelussa huomioidaan esteettömyys ja saavutettavuus. Kaupungin tulee myös mahdollistaa aktiivisella osallistamisella vammaisten ihmisten yhdenvertainen osallistuminen. Nämä nimenomaiset kirjaukset strategiassa velvoittavat kaupunginkansliaa ja kaupungin eri toimialoja varmistamaan, että vammaisneuvostolla on todelliset mahdollisuudet vaikuttaa kaupungin palveluihin ja päätöksentekoon. Tätä edellyttää myös Suomessa lain tasoisena voimassaoleva YK:n vammaisyleissopimus. Näistä lähtökohdista on hyvä aloittaa vammaisneuvoston uusi toimintakausi 2021-2023.

KULUNEINA vuosina vammaisneuvosto on kehittynyt aktiiviseksi kaupungin yhteistyö- ja vaikuttamistoimielimeksi, joka antaa lausuntoja ja esityksiä kaupungin toiminnan valmisteluun sekä seuraa palvelujen toteutumista. Vammaisneuvoston eri vammaisyhdistyksiä edustavia jäseniä kuuluu moniin kaupungin pysyviin tai määräaikaisiin työryhmiin, kuten Osallisuuden ja vuorovaikutuksen neuvottelukuntaan ja sosiaali- ja terveystoimialan Kuljetuspalvelujen asiakasyhteistyöryhmään.

VAMMAISNEUVOSTO tekee yhteistyötä muiden pääkaupunkiseudun vammaisneuvostojen kanssa ja yhteisiä kokoontumisia pidetään vuorotellen kussakin kaupungissa. Uudellamaalla toimivat vammaisneuvostoaktiivit ennakoivat maakuntauudistusta ja perustivat 15.1.2018 Uudenmaan väliaikaisen vammaisneuvoston, jossa Helsingin vammaisneuvoston edustajat ovat toimineet alusta asti.



VAMMAISNEUVOSTO järjestää vuosittain kansainvälisenä vammaistenpäivänä 3.12. tilaisuuden, jossa on jaettu esteettömyystunnustus, tavattu keskeisiä yhteistyökumppaneita ja keskusteltu ajankohtaisista teemoista. Vammaisneuvosto järjestää myös eriaiheisia seminaareja ja keskustelutilaisuuksia, joitakin niistä yhdessä vammaisjärjestöjen kanssa.

Vammaisneuvoston edustajat osallistuvat erilaisiin tapahtumiin ja tilaisuuksiin, joissa käsitellään vammaisten ihmisten asemaa yhteiskunnassa. Tällaisia ovat esim. valtakunnalliset vammaisneuvostopäivät, maakuntafoorumi ja henkilökohtaisen avun päivät.

HELSINGIN Invalidien Yhdistys on perinteisesti ollut aktiivinen vammaisneuvostotyössä. Alkavalla kaudella vammaisneuvoston 1. varapuheenjohtajana toimii HIY:n puheenjohtaja Kristiina Karhos (Helsingin Vihreiden mandaatilla). HIY:n hallituksen jäsenistä Markku Poikela toimii neuvoston varsinaisena jäsenenä ja Viktoria Welling hänen varajäsenenään.

Vammaisneuvoston sihteerinä toimii Helsingin kaupungin vammaisasiamies Tiina Lappalainen. Katso Tiinan haastattelu Täyttää Elämää -lehestä 3/2020.

Lisää tietoa Helsingin vammaisneuvostosta löydät täältä:

<https://ihmisoikeudet.hel.fi/vammaisneuvosto/>

AJANKOHTAISTA

Avustajavälityksen henkilöstöuutisia

Koordinaattori Pia Mattila on jäänyt vanhempainvapaalle ja uudeksi koordinaattoriksi on palkattu pitkään HIY:n avustajavälityksessä henkilökohtaisen avustajan tehtävässä toiminut Katariina Kankaanpää. Hänet ja toiset koordinaattorit, Laura Kaas ja Maria Lievonen, tavoittaa edelleen avustajavälityksen puhelinnumerosta 09 478 900 00 ja sähköpostitse avustajavälitys@hiy.fi.

VANHEMPAIN- JA OPINTOVAPAILTA palaileva Laura Filppu hoitaa 1.1.2022 alkaen asiakkuuspäällikön tehtäviä ollen osittaisella hoitovapaalla. Lauran tarkemmat työajat ilmoitetaan myöhemmin.

Krista Saari jatkaa avustajavälityksen palvelupäällikkönä.

Haluatko vapaaehtoiseksi liikuttajaksi?

Iloliikuttaja-koulutus on vertaisohjaajille, jotka tykkäävät liikkua ja haluaisivat liikuttaa myös muita. Mukaan voivat hakea yli 30-vuotiaat vammaiset ja pitkäaikaissairaat henkilöt. Ensimmäinen jakso on 25.-27.2.2022.

SUOMEN Paralympiakomitea kouluttaa Iloliikuttajia levittämään liikunnan ilosanomaa vertaisohjaajana ja vetämään esimerkiksi liikunta- ja aktiivisuustuokioita oman yhdistyksen sekä muiden tahojen tilaisuuksissa. Iloliikuttaja voi vetää esimerkiksi liikunta- ja aktiivisuustuokioita HIY:n tilaisuuksissa.

Kiinnostuitko? Ota yhteyttä ja kysy lisää: toimisto@hiy.fi / puh. 09 7206 240. Me ilmoitamme sinut kurssille ja maksamme koulutuksesta aiheutuvat kulut.

Kansainvälinen vammaisten päivä 3.12.2021

Invalidiliitto järjestää webinaarin torstaina 2.12. klo 16–17.30. Webinaarissa keskustellaan siitä, miten vammaisista ihmisistä ja vammaisuudesta pitäisi puhua. Kuka määrittelee vammaisuuden sekä miten myös yhdistystoiminnassa ja omassa puheessaan jokaisen pitäisi huomioida yhdenvertaisesti muut ihmiset.

Luvassa on mielenkiintoinen keskustelu, jossa syntyy uusia ajatuksia ja mielipiteitä. Webinaari järjestetään digitaalisesti, Teams-kokouksena. Linkki kokoukseen tulee kotisivuillemme ja Facebook-sivuillemme.

HIY:n tapahtumiin uudet peruutusehdot

HIY:n hallitus on hyväksynyt seuraavat peruutusehdot, joita noudatetaan yhdistyksen tapahtumissa, (muun muassa teatteriretkillä, messumatkoilla, risteilyillä)

Mikäli ilmoittautunut ei osallistu tapahtumaan, on siitä aina tehtävä peruutus etukäteen. Maksun maksamatta jättäminen ei ole sama asia kuin peruuttaminen.

Mikäli peruutus tehdään ennen viimeistä ilmoittautumispäivää, palautetaan osallistumismaksu takaisin.

Sairaustapauksissa maksu palautetaan, mikäli peruutus on tehty ennen tapahtuman alkua.

Muissa kuin sairaustapauksissa maksua ei palauteta



Hevossalmen mökkivaraukset kesälle 2022

Hevossalmen mökkivarauksia otetaan vastaan 1.3.2022 alkaen. Varausehdoista-, ajoista ja hinnoista tietoa Täyttä Elämää -lehdessä, joka ilmestyy helmikuussa.

Tartuntatautilakiin lisättävä henkilökohtainen apu ja kotihoito

Vammaisfoorumi vaatii, että tartuntatautilakia on viipymättä korjattava henkilökohtaisen avun ja kotihoidon osalta. Vammaisfoorumi on lausunut asiasta sosiaali- ja terveysministeriölle ja Invalidiliitto on ollut mukana lausunnon valmistelussa.

Vammaisfoorumi esittää, että tartuntatautilakia täsmennetään toimintayksiköiden lisäksi kotisairaanhoidon, kotipalvelun, kotihoidon ja henkilökohtaisen avun tehtävissä työskentelevien henkilöiden osalta.

- Henkilökohtaisessa avussa ja kotihoidossa autetaan lähikontaktissa asiakkaita, jotka ovat alttiita vakaville seurauksille. Vammaisfoorumi esittää, että tällaisissa tilanteissa saisi vain erityisestä syystä työskennellä henkilö, jolla on puutteellinen rokotussuoja. Vaikeavammaisen henkilökohtaisen avun käyttäjällä on oltava mahdollisuus suojautua koronavirukselta ja muiltakin tartuntataudeilta myös henkilökohtaisen avun työnantajamallissa, Invalidiliiton lakimies Elina Nieminen sanoo.

Lähde: Invalidiliitto

Esteettömyys huomioitava rakennushankkeissa

Invalidiliitto on esittänyt oikeusministeriölle, ympäristöministeriölle sekä työ- ja elinkeinoministeriölle kannanoton, jossa liitto katsoo, että myönnettäessä avustuksia yleishyödyllisiin uudis- ja korjausrakennushankkeisiin on avustettavalta kohteelta edellytettävä esteettömyyden toteutumista.

Yhdenvertaisuuslaki ja YK:n yleissopimus vammaisten ihmisten oikeuksista korostavat syrjimättömyyttä.

- Emme tarvitse enää yhtään enempää esteellisiä rakennuksia tai ulkoympäristöjä, joihin kaikkien ihmisten ei ole mahdollista päästä, sanoo vastaava esteettömyysasiantuntija Marika Nordlund.

Rakennushankkeeseen ryhtyvä on velvollinen noudattamaan valtioneuvoston asetusta rakennetun ympäristön esteettömyydestä vain luvanvaraisessa rakentamisessa.

- Määräykset ja niitä tukevat ohjeet antavat hyvän perustan esteettömään rakentamiseen, ja niitä kannattaa tietenkin noudattaa, vaikka varsinaista velvoitetta ei olisikaan. Esteetön ympäristö hyödyttää kaikkia, ja mm. fyysisesti vammaisille ihmisille se lisää yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia. Esteetön rakentaminen on myös ekologisesti kestävä ja säästää resursseja, kun esteettömyyskorjauksia ei tarvitse tehdä jälkikäteen, Nordlund muistuttaa.

Lähde: Invalidiliitto

Kulttuuritoimikunta KULTURA:n lukupiiri vuonna 2022

KULTURA-toimikunnan jäsenet ovat valinneet kolme ehdokasta ensimmäisen Lukupiirin kirjaksi:

1. Maria Jotuni: Huojuva talo (Kustantaja: Otava)
2. Antonio Iturbe: Auschwitzin kirjastonhoitaja (Kustantaja: Like)
3. Khaled Hosseini: Tuhat loistavaa aurinkoa (Kustantaja: Otava)

ÄÄNESTÄ 15.1.2022 mennessä, minkä kirjan edellä mainituista haluaisit ensimmäiseksi lukupiirin kirjaksi, sähköpostilla tai tekstiviestillä (riitta.sjolanki@gmail.com/ 040-5147526). Tulos julistetaan Täyttä Elämää -lehdessä 1/2022, jossa ilmoitetaan myös ohjeet ja Kulturan lukupiirin kokoontumisaika. Äänestäjien nimiä ei julkaista. Lukupiiriin voi osallistua, koronatilanteen niin salliessa, paikan päällä HIY:n toimintakeskuksessa tai etänä Teamsillä.

MARIA JOTUNI: HUOJUVA TALO

Huojuva talo on avioliittokertomus, jonka on kirjoittanut Maria Jotuni (1880–1943). Kirja tuli valmiiksi jo vuonna 1935 mutta jäi unohduksiin. Se löytyi kuitenkin uudestaan ilmestyen 20 vuotta Maria Jotunin kuoleman jälkeen vuonna 1963. Kirjailijan pojanpojan, Kari Tarkiaisen, mukaan Huojuva talo kuvaa myös Jotunin omaa avioliittoa. Kirjasta on tehty monia näytelmäversioita sekä tv-sarjanäytelmä vuonna 1990. Pääosissa olivat Kari Heiskanen ja Sara Paavolainen.

KIRJA on 575-sivuinen, ja sitä löytyy äänikirjana Areenasta. Kirjastosta löytyy myös tv-taltiointi DVD:nä.

ANTONIO ITURBE: AUSCHWITZIN KIRJASTONHOITAJA

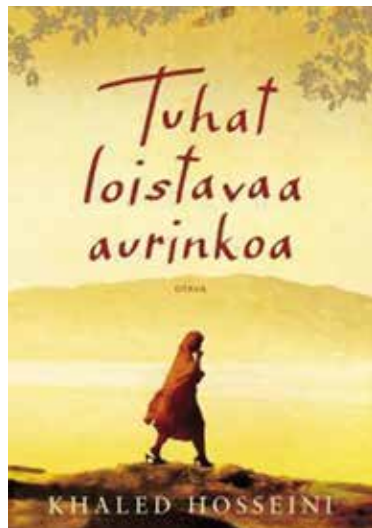
Auschwitz-Birkenauin kuolemantehdaalla oli perheleiri, joka oli erikoinen poikkeus. Siellä lapsia ei erotettu vanhemmistaan, ja lapsilla oli lupa käydä koulua. Leirille juuri tuotu 14-vuotias Dita Adlerova saa kunniatehtävän juutalaiselta parakkipäälliköltä varjella salaista kirjastoa. Kirjat olivat leirillä ankarasti kielletty, joiden hallussapidosta rangaistiin kuolemalla. Niinpä Dita vaali aarretta henkensä uhalla, sillä kirjat toivat toivon kipinän ikuiseen pimeyteen, ja pakopaikan kauhuista ja kurjuudesta. Tämä tositapahtumiin perustuva tarina on rohkean lapsen tarina maanpäällisestä helvetistä, jossa rakkaus kirjoihin antoi uskoa elämään.

ESPANJALAINEN Antonio Iturbe (s. 1967) haastatteli kymmenkunta vuotta sitten nykyisin 92-vuotiaasta Dita Krausia (Edita Adlerova) useita kertoja, ja kävi hänen kanssaan kirjeenvaihtoa. Kirja julkaistiin alun perin vuonna 2012, ja nykyään se on julkaistu 30 maassa. Vuonna 2019 se oli Iso-Britannian myydyin käänños-kirja. Myös elokuva on suunnitteilla.

Kirja on 480-sivuinen, ja sitä saa myös äänikirjana ja e-kirjana, ja kirjastoista ainakin paperiversiona ja e-kirjana.

KHALED HOSSEINI: TUHAT LOISTAVAA AURINKOA

Khaled Hosseini syntyi vuonna 1965 Kabulissa Afganistanissa. Vuonna 1976 perhe muutti Pariisiin, missä perheen isä toimi diplomaattina Afganistanin Ranskan suurlähetystössä. Heidän piti palata kotimaahansa vuonna 1980, mutta paluu oli mahdotonta, sillä Afga-



nistan oli jo käynyt läpi sisällissodan, kommunistien vallankaappauksen ja Neuvostoliiton miehityksen. Hosseinin perhe sai turvapaikan Yhdysvalloista. Ennen varakas perhe oli menettänyt kaiken omaisuutensa ja joutui elämään sosiaaliturvan ja hyväntekeväisyyden varassa. Khaledin isä teki monenlaisia hanttihommia ja onnistui vähitellen ahkeralla työllään pääsemään jaloilleen ja kouluttamaan lapsensa. Khaled valmistui lääkäriksi vuonna 1993.

ESIKOISROMAANI Leijapoika ilmestyi 2003. Kirjasta tehtiin samanniminen elokuva vuonna 2007. Hosseinin toinen romaani Tuhat loistavaa aurinkoa, jonka

englanninkielinen alkuteos julkaistiin vuonna 2007 ja suomennos vuonna 2008, on unohtumaton tarina kahden naisen kohtalosta ja ystävydestä sotien haavoittamassa Afganistanissa aina 1970-luvulta 2000-luvulle asti. Romaani onnistuu varsin hyvin tuomaan esille teemaa naisen asemasta Afganistanissa. Se ei ole kevyintä luettavaa. Koskettavat ihmiskohtalot loistavine ihmis-kuvauksineen ja täysin erilaiseen kulttuuriin tutustuminen tekevät kirjasta antoisan, ajatuksia herättävän lukukokemuksen.

KIRJA on 399-sivuinen ja saatavana kirjastoista myös äänikirjana Antti Pääkkösen lukemana.

ILOA JA HYÖTYÄ LIIKKUMISEN APUVÄLINEISTÄ

Aika: ke 8.12. klo 17.30-19.30

Paikka: Voudintie 6, Helsinki

Tule tutustumaan liikkumisen apuvälineisiin!

Tarjolla täsmätietoa kuinka käyttää liikkumisen apuvälinettä ergonomisesti.

Tilaisuudessa opit ottamaan kaiken hyödyn irti kyynärsauvoista, rollaattorista ja manuaalipyörätuolista.

Lisäksi vinkkejä liikkumisen apuvälineen käyttäjän avustajalle.

Paikalla myös TuleApu-hankkeen apuvälinekummeja!



Retkikerhon huipennus Nuuksiossa

Retkikerhon kevään retket olivat suosittuja ja kerhon huipennukseksi järjestettiin reissu Espoon Nuuksion kansallispuiston kupeessa sijaitsevaan Haltian luontokeskukseen. Opastetulle retkelle mahtui 18 henkeä, enemmänkin olisi ollut halukkaita tulossa. Retken ohjaajana oli kevään retkien tapaan monille hiyläisille ennestään tuttu Jenni Blomqvist.



RETKI aloitettiin Maahisenkierroksen esteettömällä luontopolulla, joka on noin kaksi kilometriä pitkä. Mukana oli opas, joka kertoi **Ruth Aaltosen** mukaan kivalla, henkilökohtaisella otteella alueen luonnosta ja maastosta. Opasta kehui myös retkellä mukana ollut **Hilkka Jokivirta**. Luontopolku oli kummankin mielestä upea kokemus ja sääkin mitä parhain.

ULKOILUN jälkeen oli Haltian luontokeskuksessa hyvää aikaa tutustua Suomen luonto -päänäyttelyyn ja Lataa aivosi luonnossa -erikoisnäyttelyyn. Tilavalla hissillä pääsi helposti kulkemaan kerroksesta toiseen ja rakennus oli muutenkin vaikuttava. Rakennuksen tarinahan on mielenkiintoinen.

HALTIAN rakennus ja arkkitehtuuri saivat kipinän Suomen kansalliseepoksen, Kalevalan, maailman synnystä

kertovasta runosta. Sen mukaan alussa oli vain vettä ja ilmaa. Ilmatar, ilman impi ikävystyi yksinäisyyteen -sä ja laskeutui alkumereen. Pesäpaikkaa etsivä sotka, nykykielellä telkkä, teki pesänsä Ilmattaren polvelle ja muni siihen kuusi kultaista ja yhden rautaisen munan. Hautominen alkoi kuumottaa Ilmattaren polvea, ja hän liikautti sitä, jolloin munat vierähtivät veteen ja särkyivät. Palasista syntyi maa, taivas, aurinko, kuu, tähdet ja pilvet.

HALTIA muistuttaa muniaan hautovaa sotkaa. Rakennuksen torni on kuin linnun kaula, ja linnun pää on kääntynyt katsomaan Pitkäjärvelle. Katon aurinkopaneelit muistuttavat linnun höyheniä. Sotkan muna löytyy lopulta Haltian päänäyttelystä. Talo tekee tiedosta elämyksen. Haltia ympäröi kävijän tarujen ja myyttien maailmalla, jossa ovat samaan aikaan läsnä muinaissuo-



malainen luonto ja nykyluonto. Kaiken innoittaja on ka-
levalainen kulttuuri.

RETKIKERHON huipennusretken loppuhuipennus oli
Haltian hienossa ravintolassa nautitut kahvit pikkupur-
tavineen.

RETKIKERHO sai alkunsa toiminnanjohtajan omasta
ulkoiluharrastuksesta ja innosta etsiä uusia paikkoja
Helsingissä. Vanhanaikaisena ihmisenä uskon ulkoilun
ja ulkonaliikkumisen parantavaan ja vahvistavaan vai-
kutukseen ja haluan kannustaa kaikkia mahdollisuuksien
mukaan liikkumaan.

Lisähaastetta tietysti tuo paikkojen mahdolliset esteel-
lisyydet, mutta jäsenillemme sopivien retkikohteinen
etsiminen ja kartoittaminen on mielenkiintoista.

NUUKSION lisäksi retkillä on käyty Lammassaassa,
Seurasaassa, Longinojan luontopolulla, Suomenlin-
nassa, Kirsikkapuistossa, Alppiruusuipuistossa, Kaisa-
niemen puutarhassa ja Pitkäkoscilla. Nyt kun nämä
paikat on löydetty, voi kukin retkellä käynyt viedä seu-
raavan kerran sinne jonkun kaverin ja näin laitetaan
hyvä kiertämään.

RETKIKERHOA on tarkoitus jatkaa keväällä mahdol-
lisuuksien mukaan ja uusia ideoita esteettömistä koh-
teista voi kertoa: toimisto@hiy.fi / puh. 09 7206 240.

POHDINNASSA on myös museokerho, olisitko sinä
kiinnostunut vierailemaan esteettömissä museoissa
yhdessä muiden HIY:n jäsenten kanssa? Voisitko toi-
mia retken ohjaajana? Järjestelyt ja aikataulut tehdään
toimistolla, mutta retkillä on hyvä olla joku ikään kuin
matkanjohtajan ominaisuudessa.



HIY:N KULTURA JÄRJESTÄÄ

Lähtisitkö virtuaalimatalle?

Ma 29.11. klo 18-19.30 Heikki Aulio esittelee erilaisia virtuaalimatkailusivustoja. Tapahtuma järjestetään Teams-ohjelmalla.

Lähde mukaan tutustumismatalle ja suunnittele ja toteuta oma virtuaalimatkasi - vaikka maailman ympäri!

Ilmoittaudu viimeistään su 28.11. heikki.aulio@hiy.fi
Saat ennen tilaisuutta Teams-linkin.

Tervetuloa!



Kulturan mukana joulutunnelmiin!

Ogeli Big Band goes Christmas



Hyvän mielen joulukonsertti svengaavien Big Band-klassikoiden parissa. Tors-
taina 9.12. klo 19-20 (ei väliaikaa), liput jaetaan klo 18.30.

Malmitalo, Ala-Malmintori 1

Liput 7 € / pyörätuolipaikka + avustaja yht. 5 € / muut avustajat 0€.

Jos käyttää henkilökohtaista avustajaa, täytyy sen tarpeesta olla vammaispalvelun myöntämä päätös.

Sitovat ilmoittautumiset (viimeistään 29.11.) ja tiedustelut: Viktoria Welling,
puh. 040 534 4907 (klo 18.30-19) tai viktoria.welling@gmail.com

Liput maksetaan viimeistään 29.11. toimistoon (käteismaksu) tai
HIY:n tilille FI59 8000 1000 0574 80
(viestikenttään teksti "Malmitalo 2021" ja oma nimi).

Älä maksa lippuja ennen kuin olet varmistanut, että mahdut mukaan!
Kts. peruutusehdot Täyttä Elämää -lehti 4/2021 sivu 6.

Tervetuloa!

Sankareita ja sulkeutuvia ympyröitä



SELLAISETKIN olivat tässä alkusyksystä kuin Tokion paralympialaiset. Niiden jälkitunnelmissa olen muistellut parin jutun otsikkoa, jotka ovat aikoinaan tehneet minuun vaikutuksen, ehkä hieman eri syistä. Ammattini vuoksi jään jumittamaan yksittäisiin sanoihin ja otsikoihin varmaan enemmän kuin moni, joten jutut voivat olla vaikka kuinka vanhoja.

ENSIMMÄINEN oli Ylen ja se kuului suurin piirtein "Leo-Pekka Tähti on kuin Usain Bolt ilman jalkoja". Nuorisokielen ilmausta käyttäkseni: WTF? Jos henkilö on lajinsa suvereeni hallitsija, miksi "jalattomuudesta" on tehtävä numero? Lukija on jo paraolympialais-sivuilla ja oletettavasti tietää, miksi Tähti kilpailee ratakelauksessa. Toinen oli IT-lehden, jonka juttu kertoi vammaisten ihmisten esittämisestä mediassa. "Sankareita ja sirkkeleihin kaatuneita orpoja". Ihanaa ironiaa! Mutta niin totta.

EN itsekään ole vapaa vammaisten henkilöiden nostaamisesta jollekin ihme jalustalle. Pitäisikö meitä pitää siellä? Ehkä joskus, mutta ei kaikkia koko aikaa. Emmeköhän me ole ihan samanlaisia kuin kaikki muutkin, useimmiten ihan tavallisia, välillä luusereita.

AIEMMIN tänä vuonna pähkäilin kolumnissa deittailun haasteita. Asia ei edennyt, mutta sitäpä en kertonut, että olin yhdeksän vuotta sitten vuorotteluvapaalla Kanadan Torontossa. Siellä tapasin – kenetpä muun kuin paralympiasankarin – joka oli töissä kuntosalilla, jolla kävin. Olkoon hänen nimensä siksi PT, Personal trainer. PT:lle oli nuorena tehty reisiamputaatio ja parikymmentä vuotta myöhemmin hän edusti Kanadaa melonnassa Pekingin paralympialaisissa. Meillä oli kevyttä kesäheilastelua, jonka molemmat tiesimme päät-

tyvän, kun palaisin Suomeen, ja niin myös kävi. Puoli vuotta kotiin paluustani vammauduin itse.

OLEN positiivinen ja kuulemma monen sankari – aargghh – mutta silti huumorintaju oli monta kertaa vähällä loppua, kun hyvää tarkoittavat ihmiset kehottivat pysymään positiivisella mielellä ja harjoittelemaan vain kärsivällisesti. PT sanoi samaa, mutta hän oli tuttavapiirissäni ainoa, joka tiesi, mistä puhui. Ainoa, jota jaksoin kuunnella ja niin lähennyimme välimatkasta huolimatta. Olin mennyt Torontoon kirjoittaakseni kirjan, jonka sanoma olisi jotakuinkin "Aivokasvaimesta huolimatta voi elää Täyttää elämää" (!). Sitten halvaannuin ja elämä alkoi olla yhtä puolikasta kuin kroppani, ja kirja jäi. Tuli sitä avioliittoa ja muuta, kuntouduin, elämä täyttyi taas. Vuosien jälkeen olen kaivanut käsikirjoituksen muistitkun uumenista ja siellä on mm. PT:stä seuraava maininta: "Ehkä kahden elämässä kolhiutuneen taistelijaluonteen kuului päätyä yhteen. Ehkä hänet on annettu minulle oppaaksi ja ystäväksi. Joka tapauksessa hän tulee aina olemaan sankarini."

KIINNI JÄIN!

Kirjan työnimi on "Toivottavasti hyvänlaatuinen". Tässäkin asiassa sankarini on minua auttanut, sillä en tiedä, kuinka syvälle käsikirjoitus olisi hautautunut, ellen olisi saanut seuraavaa piristysruisketta: kun matkustusohjeet EU:n ulkopuolelta alkavat pysyä edes pari viikkoa paikallaan, PT tulee Suomeen käymään.

TÄMÄ on näillä näkymin viimeinen kolumnini Täyttää Elämää -lehdessä. On ollut hauskaa kirjoittaa! Toivottavasti ajoittain myös lukea. Kiitos näistä kahdesta vuodesta.

Digipalveluneuvoja Jouni tutuksi!

Jouni Ahonen on jo monille tuttu hiyläinen parin vuoden ajalta, mutta paljon on niitä, jotka eivät häntä tunne eivätkä tiedä missä asioissa Jounia kannattaa lähestyä. Tutustutaanpa Jouniin vähän paremmin.

JOUNI AHONEN aloitti HIY:n Digipisteen hankekoordinaattorina huhtikuussa 2019. Digipiste oli STEA:n veikkausvaroin rahoitettu hanke, jonka tavoitteena oli koulutuksen ja neuvonnan sekä henkilökohtaisen palveluneuvonnan avulla vammaisten henkilöiden taitojen lisääminen ja vahvistaminen. Hankkeeseen kuului myös sosiaalipalvelujen neuvontaa, jota toteutti Tuula Partanen ja kotidigitukea, jota antoi Heikki Aulio.

HANKKEEN aikana tuli selväksi, että digineuvonta on jäsenillemme todella tärkeää, ja siksi HIY:n hallitus päätti hankkeen päätyttyä vakinaistaa Jounin työsuhteen. Kerrotaan Jounin toimenkuvasta myöhemmin tarkemmin, mutta annetaan miehen itse kertoa kuka hän oikein on.

PALJASJALKAINEN HELSINKILÄINEN

Olen syntynyt ja asunut koko ikäni Helsingissä. Koulutkin olen käynyt täällä Helsingin puolella, mutta jotkut edelliset työpaikkani ovat olleet muissa kaupungeissa Uudenmaan alueella.

OPINNOT JA AMMATINVALINTA

Juuri tälle alalle päädyin vähän sattuman kautta eli opiskelin datanomiksi vasta kolmekymppisenä ja valmistumisen jälkeen ensimmäinen työhaastattelu sattui olemaan Helsingin palvelukeskuksessa, jossa eläkeläiset käyvät päivisin viettämässä aikaa, harrastamassa ja syömässä. Näissä palvelukeskuksissa tarjottiin myös opastusta tietokoneen käyttöön ja huomasin nopeasti, että tämä on minulle sopiva työ.

ELÄKELÄISJÄRJESTÖJEN PALVELUKSESSA

Tämän palvelukeskusten opastustyön jälkeen olen tehnyt vastaavia hommia muutamassa eläkeläisjärjestössä. Suurin ero nykyiseen työhöni oli se, että niissä työ tapahtui koko Suomen alueella. Eli olen matkustanut paljon ympäri Suomea pitämässä erilaisia koulutuksia ja kursseja. Digitukea tarvitaan selvästi koko maassa

ja tilanne on parempi isoissa kaupungeissa, joissa opastusta on tarjolla huomattavasti enemmän kuin jollain ihan pienillä paikkakunnilla.

PARHAAT HETKET HIY:SSÄ

Parhaat hetket tässä työssä on niitä, kuin asiakkaat saavat itse oppimisen kokemuksia ja he saavat hoidettua omia asioitaan eteenpäin. Me olemme viime vuosina tehneet myös suoria nettilähetyksiä esimerkiksi yhdistyksen kevät- ja syyskokouksista ja erilaisista jumpista. On ollut tosi kiva nähdä, että niissä käy sellaisia ihmisiä, jotka eivät välttämättä käy täällä meidän toimintakeskuksessa lainkaan. Olemme siis saaneet etäyhteydellä houkuteltua uusia ihmisiä osallistumaan tapahtumiin. Se on ollut todella tärkeä askel myös yhdistykselle.

DIGIPALVELUNEUVOJANA

Nyt kun hanke on loppunut, eikä meillä ole edes osajaksena työntekijänä neuvontaa antavaa Tuulaa eikä kotidigitukea antavaa Heikkiä, on Jounin toimenkuvaa laajennettu. Jouni on opiskellut erilaisten vammaisuuteen ja sosiaalietuuksiin liittyvien tukien hakemista ja pystyy neuvomaan jäseniämme myös niissä. Hakemukset tehdään usein digitaalisesti ja tietokoneisiin totuttomalle hakemusten täyttäminen voi olla vaikeaa. Jounilta voi pyytää apua myös niiden teossa.

HIY:N digipalveluneuvonnan tavoitteena on saada ihmiset luottamaan omiin kykyihinsä käyttää tietokonetta ja älypuhelimia niin, että niistä on mahdollisimman suuri hyöty käyttäjälle. Jouni auttaa ja neuvoo mielellään, mutta kaikista parasta hänen työssään on se, että ihmiset oppivat itse uutta. Siinä todella tuntee tehneensä merkityksellistä työtä!

JOUNI KOULUTTAA

Jo kahden ja puolen vuoden ajan Jouni on järjestänyt vähintään kerran kuussa koulutuksia erilaisista ajankohtaisista ja tärkeistä aiheista. Koulutukset ovat kos-



keneet muun muassa sähköistä asiointia, kuvien siirtoa laitteesta toiseen ja tietoturva.

HYVIÄ koulutustoivomuksia tuli esiin vuoden 2020 jäsenkyselyssä ja toiveita saa esittää edelleen. Jouni suunnittelee koulutukset noin puoleksi vuodeksi etukäteen ja niistä kerrotaan Täyttä Elämää -lehdessä, sähköisessä uutiskirjeessä ja HIY:n kotisivuilla osoitteessa www.hiy.fi. Lisäksi Digipisteellä on omat Facebook-sivut, joissa muistutellaan tulevista koulutuksista.

KESÄLLÄ TAVATTAVISSA HEVOSSALMEN LOMAKYLÄSSÄ

Jo kolmena kesänä Jouni on ollut viikoittain tavattavissa Hevossalmessa. Hän on pitänyt vastaanottoa siellä saunarakennuksen takahuoneessa, jossa tietoturva ja yksityisyys on mahdollista säilyttää.

MONI Hevossalmen päiväkävijä on voinut siellä käännyä ihan ex tempore hänen puoleensa, kun on ollut jotain kysyttävää. Järkeväähän se on olla siellä, missä porukkin kokoontuu ja viettää aikaansa.

MONIPUOLISTA NEUVONTAA

HIY:n omalla digipisteellä Jouni neuvoo tietokoneisiin ja puhelimiin liittyvissä ongelmissa. Lisäksi hän antaa neuvontaa ja koulutusta uusien ohjelmien käyttöönotossa ja hyödyntämisessä sekä viranomaisten digitaalisten palveluiden käytössä.

JOUNI opastaa ja neuvoo myös vammaispalveluun ja Kelan palveluihin liittyvissä hakemuksissa, muun muassa toimeentulo- ja asumistuki, vammaiskortti, hoitotuen korotus, kotitalousvähennys ja asunnonhaku.

Neuvonta on ilmaista ja luottamuksellista. Tärkein sääntö on, että tyhmiä kysymyksiä ei ole!

JOUNI ON HELPOSTI TAVOITETTAVISSA

Digipalveluneuvoja Jouni on varmaankin yhdistyksen kysytyin työntekijä. Varmimmin Jounin neuvontaa saa kun varaa ajan etukäteen joko soittamalla Jounille numeroon puh. 050 564 8034 tai lähettämällä sähköpostia osoitteeseen: digipiste@hiy.fi.

!INFO

LOPPUVUODEN KOULUTUKSET:
7.12.2021 klo 14 Verkkokaupat:
Ostaminen ja myyminen

KUOLEVAISEN KÄSIKIRJA

KUTEN Lukijalle -kirjoituksessa mainitsin, jäsenistössämme ja työntekijöissämme on paljon osaamista ja tietoa, joka ei arjessa tule ilmi. HIY:n avustajaväilyksen työntekijä, henkilökohtainen avustaja Sarianne Hartonen on myös tietokirjailija. Häneltä on tänä syksynä ilmestynyt Kuolevaisen käsikirja, jonka soisi kaikkien lukevan.

Isän sairauskohtaus oli sysäys kirjan kirjoittamiseen

Sarianne kertoo kirjan alkusanoissa niistä hätäntymisen ja epätietoisuuden tunteista, tiedon puutteesta pelon ja surun keskellä, jotka johtivat kirjan kirjoittamiseen. Me kaikki joudumme joskus tekemisiin kuoleman kanssa. Läheisen kuolema voi olla helppompi kohdata, kun tietää millaisia järjestelyjä siihen liittyy.

Paljon uutta tietoa

Sarianne sanoo yllättyneensä siitä, miten paljon kuolemaan ja hautajaisiin liittyy kaikenlaisia käytännön asioita, joita sanelevat perinteiset tavat, totuttu käytäntö ja joskus jopa sairaalan byrokratia. Hyvä esimerkki tästä on se, millaisia mahdollisuuksia sairaalassa kuolleen omaiselle annetaan hyvästelemiseen.

KIIRE ja sairaalan omat käytännöt saattavat luoda sellaisen käsityksen, että vainajan huone / petipaikka pitää vapauttaa mahdollisimman pian eikä omaisille tarjota rauhallista jäähyväishetkeä. Kovin moni ei siinä järkytyksen ja surun keskellä tule edes ajatelleeksi, että vainajan voisi pyytää saada hyvästellä perheen kanssa rauhassa sairaalahuoneessa. Omaisille voisi olla tärkeää saada itse pestä vainaja ja pukea hänet vaikka rakkaaseen silkkiseen pyjamaansa, eikä henkilökunta tällaista mahdollisuutta useinkaan huomaa ehdottaa.

Perinteet velvoittavat, vai velvoittavatko?

Perinteet elävät ajassa, perinteisten hautajaisten menoja on viime vuosikymmeninä haastanut sekä kirkkoon kuulumattomien määrän lisääntyminen että tuhkaamisen yleistyminen. Tällaiset muutokset antavat meille kaikille mahdollisuuden miettiä ri-



tualeja uusiksi. Myös perinteisissä arkkuhautajaisissa on paljon mahdollisuuksia tehdä asioita toisin kuin on totuttu. Kuinka moni meistä on esimerkiksi tullut ajatelleeksi, ettei vainajaa ole välttämätöntä viedä papin luokse? Pappi voi tulla siunaamaan ihmisen myös kotiin, kastetaanhan vauvojakin kotona! Kirja tuo tällaisia asioita näkyväksi ja antaa ajattelemisen aihetta, surun keskellä ei ole pakko tehdä kaikkea tavan vuoksi tietyllä tavalla.

Mitä meidän kaikkien olisi hyvä tehdä?

Sarianne korostaa sitä, että meidän kaikkien olisi hyvä keskustella läheistemme kanssa käytännön asioiden hoitamisesta etukäteen, silloin kun vielä voimme. Edunvalvontavaltakirjan ja hoitotahdon tekeminen helpottavat varsinkin silloin kun syystä tai toisesta tulemme kykenemättömiksi hoitamaan omia asioitamme. Kukaan meistä kun ei voi koskaan tietää, milloin sellainen tilanne on omalla kohdalla.

LOPUKSI kysyin Sariannelta onko Kuolevaisen käsikirjan kirjoittaminen muuttanut hänen omaa suhtautumistaan kuolemaan. "Kuolema on yleisinhimillisesti vaikea aihe, oli kyse sitten omasta tai läheisen kuolemasta. Keskustelu aiheesta on tärkeää ja sitä haluan tällä kirjalla myös edesauttaa. Itselleni ainakin on rauhoittava ajatus, että nyt tiedän mitä asioita tulee eteen, kun kuolema tulee vastaan."

In memoriam
**LEILA KALLIO JA
LIISA LEINONEN**

**KAKSI PITKÄAIKAISTA JA AKTIIVISTA
JÄSENTÄ ON POISTUNUT
JOUKOSTAMME.**

Lokakuussa pois nukkunut **Leila Kallio** keksi aikanaan ehdottaa HIY:lle boccia-kerhoa. Leila oli aktiivinen tal-koolainen Hevossalmessa ja kävi loppuun asti pelaamassa canastaa Voudintien toimintakeskuksessa keskiviikkoiltapäivisin.

JOULUJUHLASSA 2019 Leila sai HIY:n huomionosoituksen "Leila on todellinen monitoimimainen, joka hiljaisella puurtamisellaan on saanut paljon hyvää aikaan meidän kaikkien hyväksi."

MYÖS lokakuussa menehtynyt **Liisa Leinonen** toimi HIY:ssä vapaaehtoisena eläkeläisten kerhon vetäjänä ja hengen luojana lähes kahdenkymmenen vuoden ajan. Liisa osallistui aktiivisesti yhdistyksen tarjoamaan toimintaan ja näin omalla esimerkillään kannusti ikään-tyviä yhdistyksen jäseniä osallistumiseen.

LIISALLA oli myös tarkkanäköinen myötäelämisen taito ja vilpitön halu auttaa kanssaihmissiään. Liisa Leinonelle myönnettiin vuonna 2011 vapaaehtoistoiminnan tunnustuspalkinto.

Kumpaakin edesmennyttä jää kaipaamaan suuri joukko ystäviä ja tuttuja.



Leila Kallio



Liisa Leinonen

Kesän ihastuttavimmat retkeni

SIPOONKORPI 12.5.2021

Tilasin yläkerrasta aurinkoisen päivän. Toisena koronarokotuspäivänä suuntasimme taksilla Vantaan Tasakalliontielle, josta retkemme alkoi. Valittuamme esteettömän reitin, olimme puolessa tunnissa makkaripaistopaikan äärellä. Kuuma grilli polttopuineen odotti meitä. Omasta takaa olivat mukana makkarapaistotikut, salaatti, ketsuppi, kolajuoma ja kertakäyttölautaset.

LAMMEN rauhoittava vaikutus lämmitti mieltä. Hirvigrilleri oli mieleenpainuva elämys.

KAHDEN tunnin luonnonpuistoseikkailun paluumatalla näimme auringossa lekottelevan kyykäärmeen. Sipoonkorven lumo huumasi meidät täysin.

LAPPIRAVINTOLA 7.6.2021

Pitkän ravintolatauon jälkeen tämä paikka oli tarkoin harkittu. Ensivaikutelma oli hieno, oli helppoa kuvitella olevansa Lapissa. Kaiken lisäksi meille oli järjestetty ”oma kabinetti” ikkunapaikalla Annankadulle päin. Pyörätuoleilla pääsi helposti sisään. Ruoka maistui taivaalliselta, riimiporo, poron paahtopaistia ja poron filee. Lakkavanukas kruunasi aterian.

ULLANLINNA 9.6.2021

Aloitimme retken cafe Ursulasta mahtavan merimaisen ja hurmaavan jäätelöannoksen kera. Kulkiessani mattolaiturin ohi muistui mieleeni jo lapsena koettu mäntysuovan tuoksu.

MERIKATUA pitkin kulkiessa kohtasimme pian yhden Helsingin kauneimmista kaduista eli Huvilakadun. Jugendtyyliset pastelliväriset julkisivut tekivät unohtumattoman vaikutuksen.

HISTORIAA huokuvaa Tehtaankatua pitkin suunnistimme legendaariseen ravintola Sea Horseen. Ilmeensä siistineellä paikalla oli Valmetin iänikuista rauhaa huokuva seinäkello.

PÄIVÄSTÄ jäi viipyilevä muisto menneeltä ajalta.

SEURASAARI 16.6.2021

Meillä Helsingissä asuvilla pääsee unohtumaan miten hienoja paikkoja täällä on. En ollut itsekään käynyt Seurasaarella vuosiin. Jo lapsuudesta tutut oravat pähkinöineen olivat melkein hävinneet. Kaksi pientä arkaa nuorta oravaa ainoastaan näimme. Varikset, lokit ja pulut varastivat oraville tarkoitetut pähkinät. Ulkoilu, meri, joutsenet ja jäätelö olivat kuumaa tavaraa tälle päivälle

KAHVILA KAMPELA 12.7.2021

Jälleen pääsimme puolisoni kanssa meren äärelle, tällä kertaa Vuosaareen. Lohikeitto oli todella hyvää. Lohta oli vähintään riittävästi. Valloittavat purjeveneet olivat löytäneet kotisatamansa. Lokkien kirkumiset kuuluivat luonnollisella tavalla tähän paikkaan.

TAMPERE 16.7.2021

Ilmastoitu auto oli päivän Tampere-matkan onnistumisen edellytys. Hyvä kuljettaja ja sitten kaikki menikin ihan nappiin. Pysähdyimme mennessä Valkeakoskella kahvilla. Perillä kävimme ensin ihailemassa Pyynikin harjun upeita maisemia. Sen jälkeen kutsui Tammelan tori ja päivän kohokohta mustamakkara puolukkahillolla. Missään muualla mustamakkara ei voi maistua niin hyvältä.

SOKOS HOTELLI TRIPLA 16-17.8.2021

Mielenkiinnosta varasin avustajani kanssa tänne yön. Olihan hotelli uusi ja hieno. Huone sijaitsi 17. kerroksessa ja näköala oli hieno. Lisäksi esteettömyysasiat oli huomioitu hyvin. Triplassa kauppoja riitti, mieluinen ravintola Fredde's tarjoili meille illallisen ja business-lounaan.

MINIRISTEILY 6.9.2021

Vapisimme kauhusta ennen laivan lähtöä. Lähtöselvityspisteessä huomasimme yhden matkustajistamme unohtaneen matkustusasiakirjat kotiin. Kiltti avomies toimitti ne satamaan viime hetkellä. Paniikkimme oli itkua vailla.

LAIVAN lähdettyä suuntasimme suoraan baariin lähdödrinkeille. Teimme ostoksia hetken mielijohteesta. Ikkunapöydässä meren rauhallisia aaltoja ihaillen nautimme herkulliset kala-ateriat jälkiruokineen. Olimme perusonnellisia.



Huvilakadulla Ullanlinnassa

HIY:N TALVIRISTEILY

Ti 18.1. klo 14. Länsiterminaali 2 (Tyynenmerenkatu 14)

Eckerö Line M/s Finlandia, paluu Länsiterminaaliin klo 21.

Ei maihinnousua.

RISTEILY JA RUOKAILU RUOKAJUOMINEEN HINTA 35 €

(myös avustajat 35 €), lasten (6-17 v) lipun hinta 17,50 €

SITOVAT ILMOITTAUTUMISET JA MAKSU VIIMEISTÄÄN 20.12.

(Ilmoita syntymäaikasi, puhelinnumerosi ja onko käytössäsi apuväline.

Aikaisemmat ilmoittautumiset eivät ole voimassa, ilmoittaudu uudelleen.)

Puh. 09 720 6240 tai toimisto@hiy.fi **MAKSU HIY:n tilille**

FI59 8000 1000 0574 80 Viestikenttään: "RISTEILY ja OSALLISTUJAN NIMI".

Peruutukset viimeistään 10.1., jonka jälkeen osallistumismaksua ei palauteta.

Mukana tulee olla voimassa oleva henkilöllisyystodistus tai passi sekä tarvittaessa oma avustaja.

Liput jaetaan terminaali 2 lähtöselvitysporttien oikealla puolella.

Laivan myymälässä on tammikuussa alennusmyynti.

Risteilyllä noudatetaan silloin voimassaolevia viranomaisten määräyksiä ja suosituksia.



**TERVETULO!
OTA YSTÄVÄSIKIN
MUKAAN!**

Koronan varjosta



MÄ taidan olla sellanen koronakoira kun mä muutin tänne just silloin kun se alkoi... Ne höpisee jostain digiloikasta näitten kahden koronavuoden aikana, musta se on ihan liioiteltua. Hanna-täti on kuullut sanottavan digitaalisen murroksen olevan vallankumous. Ensimmäinen teollinen vallankumous otti vesi- ja höyryvoiman käyttöön ja koneellisti useita töitä. Toinen teollinen vallankumous käytti sähköä hyödykseen ja loi massatuotannot. Kolmas teollinen vallankumous koitti elektroniikan ja informaatioteknologian kehittyessä automaatioksi. Nyt meneillään oleva neljäs teollinen vallankumous pohjautuu kolmannen vallankumouksen luomaan automaatioon. Me ollaan vielä uuden aikakauden alkuhämärissä.

JOIDENKIN nörttien mielestä on nastaa keksiä uusia kikkoja uusiin ohjelmiin. Sit niistä on kivaa kun ne voi brassailla olevansa parempia kuin mummot ja papat. Ja helppoahan on siirtää joku hallinnollinen etuuden hakuprosessi verkkoon sen sijaan, että joutuisi miettimään lainsäädäntöä myöten miten sen tekisi mahdollisimman ymmärrettäväksi ja helpoksi hakijalle. (Tämän sanoi Hanna-täti, tietty). Digisyrjäytyneistä joku idiotti puhuu, vaiks se että tietsikat kehittyivät niin myö-

hään ja ovat niin surkeita laitteita, ei voi olla 90-vuotiaan vika. Digikuilu on Hanna-tädinkin mielestä parempi ilmaisu – jos se vain ymmärretään oikein eikä niinku sen tuntema tyyppi, jonka mielestä ”sokot” tai ”Helsingin invalidit” on sen kuilun pohjalla. Kuilu on se, joka erottaa ihmiset täydestä digikansalaisuudesta ja yhteiskunnan pitäs rakentaa siltä sen yli.

MUSTA tuntuu et se digikuilu taitaa vaan levetä. Mikään taho ei ota oikeasti vastuuta siitä, että kaikille annettaisiin mahdollisuus oppia digitaitoja. Vähän niinku 100 vuotta sitten, kun kansakoulu perustettiin ja sinne oli pakko mennä, niin ei kukaan ei olis kertonut, missä se koulurakennus sijaitsee. Jotkut löytää digituen 1000 eri yhdistyksen tai kunnan tarjonnasta, mutta aika moni ei. Eikä voi löytää, kun valtiovalta ei kerro, että uuden kansalaistaidon opetusta varten ei ole mitään reittiä kerrottu sinne ”digikansakouluun”. Pitää itse etsiä metsästä joku tönö ja arvuutella, onko sieltä löytyvä opettaja riittävän pätevä. Koulukirjat on ripoteltu mättäisiin ja ne pitää itse etsiä vaiks ei oo sellasta hajuaistia ku meillä koirilla, heh. Ja jos ei ole vaatteita, joita pukea päälle lähteäkseen sinne etsintäretkelle, niin sitten olet ilman tätä uutta kansalaistaitoa.

HEVOSSALMEN

JOULUTAPAHTUMA
La 11.12. klo 15-16

**Tule mukaan tunnelmoimaan
Hevossalmen lomakylään
Vuorilahdentie 7, Helsinki**

Monille tuttu kesäinen Hevossalmi
näyttää meille silloin talviset kasvonsa.
Lauletaan tunnelmavalaistuksessa
yhdessä joululauluja ja nautitaan
kuumaa glögiä ja kylmiä piparkakkuja.

Yllätysohjelmaa!

Päärakennus on talvella suljettu, joten pukeuduthan
sään mukaan. Saunarakennuksen wc-tilat ovat käytössä.

**Ilmoittautumiset viimeistään 7.12.
puh. 09 720 6240 tai toimisto@hiy.fi**

TERVETULOA!

LIIKUNTARYHMÄT

HIY:n hallitus on päättänyt, että liikuntaryhmissä ryhmäkoko oltava joukkuelajeissa vähintään 8 henkeä ja yksilölajeissa vähintään 5 henkeä.

HIY:N TOIMINTAKESKUKSESSÄ KOKOONTUVAT LIIKUNTARYHMÄT, VOUDINTIE 6, HELSINKI

Ota yhteys toimistoon ja tarkista ryhmän alkaminen ennen ensimmäistä kertaa.

BOCCIA

Tiistaisin klo 12-15

Yhteyshenkilö: Paula Talpia, puh. 040 514 3395.

Ryhmä on maksuton.

Kevätkausi alkaa 18.1.

TUOLIJOOGA

Keskiviikkoisin 19.1.-27.4. klo 15-16

Ryhmään voi osallistua myös etäyhteydellä.

Ilmoittautuminen puh. 09 720 6240,

s-posti: toimisto@hiy.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille

39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

LUOVA TERAPEUTTINEN TANSSI

Keskiviikkoisin 19.1.-27.4. klo 16.15-17.15

Ilmoittautuminen puh. 09 720 6240,

s-posti: toimisto@hiy.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille

39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

TUOLIJUMPPA

Torstaisin 20.1.-5.5. klo 11.45-12.45

Tunti soveltuu kaikille.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: puh. 09 720 6240,

s-posti: toimisto@hiy.fi

Ryhmä on maksuton.

KUNTONYRKKEILY

Sunnuntaisin 21.11.-12.12. klo 17.30-18.30

Tunti sisältää lämmittelyn, pariharjoituksia, nyrkkeilytekniikkaa ja liikeyhdistelmiä. Tunti sopii kaikenikäisille ja liikkeet sovelletaan tarpeen mukaan. Kausi jaetaan noin 4-5 viikon mittaisiin jaksoihin, joihin ilmoittaututaan aina erikseen. Lisätiedot: Jenni Blomqvist, puh. 050 306 6961, s-posti: jennibboxing@gmail.com. Hinta määrittäyt osallistujamäärän mukaan.

MUUALLA KOKOONTUVAT HIY:N LIIKUNTARYHMÄT

ISTUMALENTOPALLO

Torstaisin 13.1.-28.4. klo 19-21.

Paikka: Siltamäen ala-asteen koulu, Siltakyläntie 7-9,

Helsinki. Lisätiedot: Petra Pakarinen,

petra.pakarinen@wippies.fi. Ilmoittautuminen hiyhel-

sinki.nimenhuuto.com järjestelmän kautta. Kausimak-

su HIY:n jäsenille 39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

PYÖRÄTUOLISALIBANDY

Maanantaisin 17.1.-2.5. klo 19-20.30

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Matti Ropa,

mattiropa@hotmail.com, puh. 040 727 2550.

Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa

ja 78 euroa ei-jäsenille.

SISÄKURLING

Tiistaisin 18.1.-26.4. klo 19-21

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Seppo Pihkala puh.

045 318 6266, spihkala@gmail.com.

Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa ja

78 euroa ei-jäsenille.

SULKAPALLO

Tiistaisin 18.1.-26.4. klo 19-21

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Lauantaisin 8.1.-30.4. 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 39 euroa ja

78 euroa ei-jäsenille.





PYÖRÄTUOLIRUGBY

Keskiviikkoisin 19.1.-27.4. klo 18-20

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Tuukka Nisso puh.

050 529 9192, tuukka.nisso@outlook.com. Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

KUNTOSALI

Torstaisin 20.1.-28.4. klo 18-20

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Ilmoittautuminen toimistoon: puh. 09 720 6240,

s-posti: toimisto@hiy.fi. Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

PYÖRÄTUOLIKORIPALLO

Torstaisin 20.1.-28.4. klo 18-20

Paikka: Validia Synapsia-talo, Nordenskiöldinkatu 18 B.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Jarmo Leppänen puh.

040 838 9479, jarmo.leppanen@haltija.fi

Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

VESIJUMPPA

Lauantaisin 15.1.-30.4. klo 14-14.45

Paikka: Kampin liikuntakeskus, Malminkatu 3, Helsinki.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: puh. 09 720 6240

liikunta@hiy.fi. Ryhmä on maksuton, mukaan mahtuu 16 henkilöä.

LASTEN JA NUORTEN SULKAPALLOKERHO (10-22 V)

Lauantaisin 15.1.-23.4. klo 10-12

Paikka: Ruskeasuon liikuntahalli, Ratsastie 10.

Yhteyshenkilö: Anja Kima puh. 041 440 5315, anja.kima@welho.com. Ryhmä on maksuton.

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

TIEDOKSI MUITA LIIKUNTAMAHDOLLISUUKSIA (EI HIY:N RYHMIÄ)



AMMUNTA

Ilmakivääri- ja pistooliammuntamahdollisuus Maunulan liikuntahallissa, Maunulanmäki 3-5. Kokeilupäiviä järjestetään 1-2 kertaa kuukaudessa, hinta 5€ / hlö. Lisätietoja ja ilmoittautuminen Tarmo Kanninen t.kanninen@gmail.com / puh. 050 4095163.

SPORTTIS-LIIKUNTAKERHO

Näkövammaisille ja liikuntavammaisille lapsille ja nuorille (7-15 vuotta)
Paikka: Palvelukeskus Iiris, Marjaniementie 74
Aika: Tiistaisin klo 16-17. 11.1.-26.4.2022
Hinta: Maksuton.
Ilmoittautumiset ja lisätiedot: Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry, osallistun@hun.fi / puh. 09 3960 5602 (ma-ke klo 10-12). Yhdistyksen verkkosivut: www.hun.fi

KERHOT

HIY:N TOIMINTAKESKUKSESSA, VOUDINTIE 6.

Ota yhteys toimistoon tai kerhon yhteyshenkilöön ja tarkista alkaminen ennen ensimmäistä kertaa.

MAALAUSSKERHO

Maanantaisin klo 12.30-15.30
Yhteystiedot: toimisto@hiy.fi tai puh. 09 720 6240
Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 €, muille 78 €
Kevätkausi alkaa 17.1.

Canasta

Keskiviikkoisin klo 13-20
Yhteyshenkilö: Seija Suominen puh. 040 744 3209
Kevätkausi alkaa 19.1.

LASTEN JA NUORTEN SÄHKÖPYÖRÄTUOLISALI- BANDY

Sähköpyörätuolilla liikkuville lapsille suunnattu salibandyryhmä. Ryhmä on pieni ja sopii siksi hyvin aloittelijoille. Ryhmä on omatoiminen ja maksuton, ja paikan päällä on vapaaehtoinen ohjaaja. Pelaamaan pääsee perjantaisin Ruskeasuon koululla osoitteessa Tenholantie 15. Aika vaihtelee klo 17-19 välillä ja ohjaajalta saa tiedon etukäteen. Yhteyshenkilö: Jorma Lehmus puh. 045 112 8649

TUOLIJUMPPAA ETÄNÄ

Tuolijumppaa netin kautta keskiviikkoisin klo 15-16.15. Maksu HIY:n jäsenille 4 euroa kerta. Lisätietoja: veikonvenytys.fi

ELÄKELÄISTEN KERHO

Torstaisin klo 13-15
Yhteystiedot: toimisto@hiy.fi tai puh. 09 720 6240
kerho kaipaa uutta vetäjää tai vetäjäporukkaa.
Kevätkausi alkaa 27.1.

HENKILÖKOHTAISTEN AVUSTAJIEN TYÖNANTAJAT VERTAISTUKIRYHMÄ

tapaamiset kuukauden 1. perjantaina klo 18-20
7.1., 4.2., 4.3., 1.4., 6.5. ja 3.6.2022.
Ilmoittautumiset Heikki Aulio, puh 040 704 8597 tai heikki.aulio@hiy.fi



Luova Terapeuttinen Tanssi

19.1.-27.4.

KLO 16.15-17.15

Tule tanssimaan vapaasti, luovasti ja terapeuttisesti – oman mielesi mukaan!

Helena Romppasen terapeuttisen tanssin kurssilla tunnustellaan luovuutta ja syvää rentoutuneisuutta yksin ja yhdessä tehtävien liikkeellisten harjoitusten kautta sekä opetellaan kehon kuuntelun kautta tuottamaan omaa liikettä ja vahvistamaan itseilmaisua.

Kurssilla voit liikkua vapaasti ja tehdä omia valintoja huomioiden kehosi ja mielesi tilan ja niiden sallimat mahdollisuudet – siis tanssit ja liikut itsesi näköisesti ja itseäsi kuunnellen. Hengitys-, rentoutus- ja kehotietoisuusharjoitukset virittävät osallistujat luontevasti liike- ja tanssi-improvisaatioihin.

Osallistuminen ei vaadi aiempaa tanssikokemusta eikä iällä ole väliä – kukin osallistuja liikkuu omista lähtökohdistaan.

Kurssin ohjaa helsinkiläinen tanssi-liiketerapeutti, freelancer tanssija/tanssipedagogi/koreografi Helena Romppanen

Ilmoittautuminen: toimisto@hiy.fi tai puh. 09 720 6240,
Kausimaksu HIY:n jäsenille 39 euroa ja 78 euroa ei-jäsenille.

TILAA EDULLISESTI

SÄÄNNÖLLINEN KOTISIIVOUS

MEILTÄ SENIOREILLE
SIIVOUSPALVELUT
ARVONLISÄVEROTTOMASTI

OTA YHTEYTTÄ
P. 040 6241 323

kotisiivous@diferents.fi
www.diferentsiivous.fi



Diferents siivous
Parhaat työntekijät – Paras työn jälki



Jorvin Apteekki

**Avoinna joka päivä
klo 24 saakka**

**Espoon sairaala – Karvasmäentie 6
P. 050 541 2378**

VUOKRAETU

150 €

Kuukausivuokasta
3 kuukauden ajan +
lahjakortti Päiväkummun
palveluihin viimeistään
1.1.2022 alkaviin
vuokrasopimuksiin

Puustellintie
1
Helsinki

Senioriasuntoja vuokrattavissa

Helsingin Malminkartanoon lokakuun 2021 alussa
valmistuneesta palvelu- ja senioritalosta

Vapaana olevat asunnot

- 8 kpl yksiöitä 30–38 m², vuokrat alkaen 817 €/kk
- 16 kpl kaksioita 35–56 m², vuokrat alkaen 902 €/kk.

**Mahdollisuus ostaa hoivapalveluita
yksilöllisen tarpeen mukaan.**

Kysy lisää vapaana olevista seniorivuokra-asunnoista

Realia asuntovuokraus 010 228 5555

Ilona Lindström 040 525 4071

pks.management@realia.fi

www.tyvene.fi

 **tyvene**

Tarvitsetko digitukea?

Helsingin kaupungin digituki auttaa sinua maksutta tietokoneen, tabletin ja älypuhelimien käytössä. Saat halutessasi myös apua digipalveluita ja sähköistä asiointia koskevissa kysymyksissä.

Pyydä etädigitukea

- nettilomakkeella tai chatissa osoitteessa digituki.hel.fi
- soittamalla Helsinki-infoon, puh. 09 310 11 111 (ma-to klo 9-16, pe 10-15)

Löydä digituki läheltäsi

- kirjastoista ja asukastaloilta
- kaikki tukipaikat verkkosivulta digituki.hel.fi



**Koe Haltiassa helposti ja esteettömästi
koko Suomen luonto
ja lähde pyörätuolilla retkelle.**



HALTIA

Suomen luontokeskus Haltia

Nuuskiontie 84, Espoo | www.haltia.com



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 paikallisyydistyksestä)

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 tallentamiseen 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





Helsingin Invalidien Yhdistys ry:n sääntömääräinen syyskokous

Aika: la 27.11. klo 13-16.

Paikka: Voudintie 6, Helsinki.

Kokoukseen järjestetään etäyhteys Teams-ohjelmalla.

Kokouksen aluksi Invalidiliiton toimitusjohtaja Janne Juvakka
tuo Invalidiliiton tervehdyksen kokoukselle.

Kokouksessa käsitellään sääntöjen 6§:n mukaiset syyskokousasiat ja
valitaan hallitukseen jäsenet erovuoroisten tilalle sekä
valitaan yhdistyksen varapuheenjohtaja sekä käsitellään valtuutuksen
antamista hallitukselle yhdistyksen henkilökohtaisten
avustajien välityksen toimintojen yhtiöittämiseksi.

Toivotaan mahdollisimman laajasti etäosallistumista.

**Virallinen osallistuminen ja äänestäminen
on mahdollinen tietoliikenneyhteyksin.**

Digipisteen Jouni Ahonen neuvoo tarvittaessa etukäteen
puh. 050 564 8034 ja digipiste@hiy.fi

Pakollinen ennakoilmoittautuminen viimeistään ma 22.11.

sähköpostitse toimisto@hiy.fi tai puhelimitse 09 7206 240

Tervetuloa!