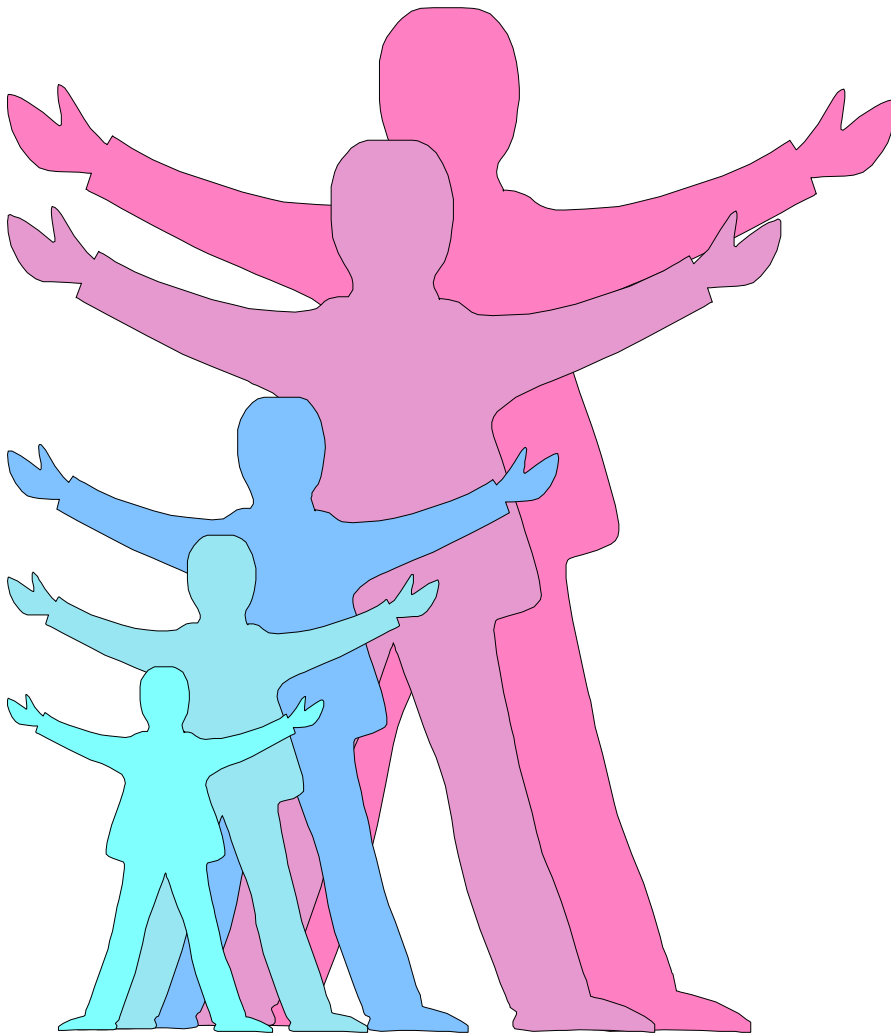
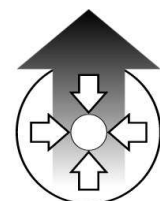


JÄRJESTÖPOSTI

1/2009



**Oulun seudun vammais- ja
kansanterveystyön järjestöt ry**



Julkaisija: Oulun seudun vammais- ja kansanterveystyön järjestöt ry

Lehden kokoaja:

Katja Kuusela ja Taina Rajanen

Jakelu: Jäsenyhdistykset ja sidosryhmät

Paino: Oulun kaupungin painatuskeskus

TÄSSÄ LEHDESSÄ MM.:

- Puheenjohtajan puheenvuoro, Juhani Pukki
- Hyvinvointia kohtaamisesta, Taina Rajanen
- Yhdessä enemmän, Helena Liimatainen
- Jäsenyhdistysten yhteystiedot
- Suolaista ja makeaa, Taina Rajanen
- Verkko-oppiminen sosiaali- ja terveysalan kehittämisessä, Paula Ojalehto
- Pidä huolta jaloistasi, Marjatta Pyykkö
- Yhteisöllisyyden ytimessä, Vuokko Keränen
- Käyttötuelle käyttöä, Saara Pajunpää
- Oulun kaupungin vammaisneuvosto tiedottaa

Seuraava JP-lehti ilmestyy:

Syksyllä 2009

tiedotus (at) vamjaka.net

HALLITUS 2009

puheenjohtaja *Juhani Pukki*
varapuheenjohtaja *Saara Pajunpää*

Leila Rytimaa
VJ Hilikka Kälkäinen

Helena Hiivala
VJ Katja Soudunsaari

Petri Hanhela

Reijo Hakala

Pasi Holopainen
VJ Teija Katvala

Elsa Sipilä
VJ Marja-Leena Huoviala

Saara Pajunpää
VJ Marja-Leena Huovinen

Järjestön jäseneksi hyväksytään vammais- ja kansanterveystyötä tekevät yhdistykset/järjestöt. Kannatusjäseniksi hyväksytään yhteisöt/yhdistykset, jotka haluavat edistää järjestön tarkoitusta.

Jäsenyyttä haetaan vapaamuotoisella hakemuksella Oulun seudun vammais- ja kansanterveystyön järjestöt ry:n hallitukselta. Hakemukseen liitetään lyhyt kuvaus jäsenyyttä hakevan yhdistyksen toiminnasta. Hakemuksessa tulee olla myös jäsenyyttä hakevan yhdistyksen täydelliset yhteystiedot.

Jäsen- ja kannatusjäsenhakemukset toimitetaan osoitteeseen:

Isokatu 47, 90100 OULU

TOIMISTO 4. krs:ssa

Kumppanuuskeskus

Isokatu 47, 4. krs 90100 Oulu

040 561 7377

toimisto (at) vamjaka.net

Hannele Lahdenmaa
VJ Sakari Murtovaara

Raili Vuorjoki
VJ Simo Jääskeläinen

Taimi Turves
VJ Lasse Virtanen

Ritva Piispanen
VJ Leena Rasilo

Timo Huusko
VJ Katja Kuusela

Seppo Turunen
VJ Aimo Tikkanen

Tuovi Kiviniemi
VJ Väinö Pulkkinen

PUHEENJOHTAJAN PUHEENVUORO

Juhani Pukki, 15.3.2009



Hyvä Yhdistysväki

Hyvää alkanutta vuotta hyvät Järjestöpostilehden lukijat. Syyskokous valitsi minut 17.11.08 yksimielisesti yhdistyksen uudeksi puheenjohtajaksi. Kiitän saamastani luottamuksesta.

Olen ollut useita vuosia Oulun seudun vammais- ja kansanterveystyön järjestöt ry:n hallituksen varajäsenenä ja yhdistyksen kirjanpitäjänä, joten sitä kautta olen päässyt näkemään yhdistyksemme toimintaa pintaa syvemmältä. Toivon, että kokemuksestani on hyötyä puheenjohtajan tehtävien hoidossa.

Yhdessä 10-vuotta

Vuonna 2008 Oulun seudun vammais- ja kansanterveystyönjärjestöt ry saavutti merkki-paalun, kun yhdistys täytti 10 vuotta. Juhlaa vietettiin 24.11.08 Yhdessä esillä –juhla-seminaarin merkeissä hotelli Holiday Inn'ssä, jossa onnittelujen ja juhlapuheiden lisäksi oli jäsenjärjestöille ja yhteistyökumppaneille varattu mahdollisuus esitellä toimintaansa.

Jäsenjärjestöjen lisäksi juhlassa esittäytyivät Järjestötietohankkeen -Tietoteknologia järjestöosaamisen välineeksi -projekti, Kumppanuuskeskuksen yhteispalvelupiste, Lapin sosiaali- ja terveystietojen järjestöjen yhteistyöhanke sekä Vares-hanke.

Kiitän erityisesti Katjaa, Maarittia sekä Tainaa juhlan onnistuneista järjestelyistä. Juhla-

seminaarissa huomioitiin lahjoin yhdistyksemme pitkäaikaisia puheenjohtajia Ulla Sauvolaa ja Katja Kuusela yhdistyksen hyväksi tehdystä työstä.

Uusi vuosikymmen edessä

Toivoisin Oulun seudun vammais- ja kansanterveystyönjärjestöt ry:n jäsen-yhdistysten aktiivien pohtivan keskuudessaan, vastaako yhteistyöyhdistyksen toiminta sitä, mitä sen perustajat alun perin hakivat - yhdistystä, jonka kautta paikalliset yhdistykset voivat näkyä ja vaikuttaa yhdessä tehokkaammin ja vaikuttavammin? Jos vastaus on myönteinen, asiat ovat kuten jäsenyhdistykset toivovat. Jos jäsenyhdistyksien mielestä yhdistyksen toiminta ei vastaa alkuperäistä toiminta-ajatusta, tulisi jäsenyhdistysten yhdessä miettiä, miten toimintaa voitaisiin kehittää. Yhdistyshän ei ole mitään ilman jäsenyhdistyksiään. Uusi vuosikymmenhän on uusi mahdollisuus.

Uskon lujasti, että yhteistyöllä paikallisyhdistysten on mahdollista saavuttaa suurempi painoarvo kuin jokainen erikseen toimimalla.

Tänä päivänä verkostotyön merkitys korostuu, kun julkinen sektori haastaa järjestöjä mukaan yhteiskunnan hyvinvoinnin edistämiseen.

Järjestöjen ja julkisen sektorin välisestä yhteistyöstä on hyvänä esimerkkinä ESKO-hanke, joka sai rahoituksen RAY:ltä, Oulun kaupunki oli sitoutuneesti mukana jo hankkeen suunnitteluvaiheessa.

Toivon jäsenyhdistysten taholta aktiivisuutta ja sitoutumista yhteisen yhdistyksen toiminnan systemaattiseen tarkasteluun ja tarvittaessa kehittämiseen.

Tervetuloa piipahtamaan yhdistyksen toimintotolla, joka on siirtynyt katutasosta Kumppanuuskeskuksen 4. kerrokseen ja jakaa nyt huoneen Kynnys ry:n kanssa.

puheenjohtaja (at) vamjaka.net

HYVINVOINTIA KOHTAAMISESTA

Teksti: Taina Rajanen

Kohtaamispaikkojen valtakunnallinen seminaari pidettiin Turussa 9.-10.2.2009. Seminaaripäivien järjestäjinä toimivat tänä vuonna Espoon Järjestöjen Yhteisö ry, Järjestöalo Seinäjoki, Kansalaisareena, Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto, Turun kristillinen opisto, Turun Seudun Vammaisjärjestöt TVJ ry sekä Yhteisöjen Yhdistys ry.

Kahden päivän aikana Turun kristilliselle opistolle kokoontui yhteensä noin 200 erilaisista kohtaamispaikoista; vapaaehtoisia, työntekijöitä tai muuten asiasta kiinnostuneita.

Turun Seudun Vammaisjärjestöt TVJ ry:n kunniapuheenjohtaja Pirkko Heino lausui seminaarin avaussanat ja hän muistutti kohtaamispaikkojen olemassaolon oikeutuksesta ja niiden merkityksestä ihmisten hyvinvoinnille. Hänen mielestään eri puolilla Suomea toimivat kohtaamispaikat ovat jo lunastaneet paikkansa omalla toiminnallaan.

Heino korosti puheessaan, että kohtaamispaikkojen olemassaolon ja toiminnan tukena tarvitaan järjestöjen keskinäistä yhteistyötä ja sen lisäksi kuntien sitoutumista toimintaan kuin myös näiden tasapuolista kumppanuutta. Kunniapuheenjohtaja kiitteli myös tärkeää taloudellista tukijaa, Raha-automaattiyhdistystä.

Kohtaamispaikkojen merkitys

Kohtaamispaikoilla on monenlaisia merkityksiä, kuten Turun Seudun Vammaisjärjestöt TVJ ry:n kunniapuheenjohtaja Pirkko Heino puheessaan totesi; ne antavat ihmisille mahdollisuuden osallistua ja toimia yhteisössä, verkostoitua, saada vertaistukea, ottaa osaa yhteisten päämäärien ja niiden tavoittamisen keinojen suunnitteluun, tulla tunnustetuksi itsessään arvokkaana yksilönä ja täysivaltaisena kansalaisena, jakaa tietämystään, tukea ja kuunnella toista ihmistä, toteuttaa omia taitojaan ja oppia uusia.

Heino nosti esille myös kohtaamispaikkojen tiedonvälittäjän merkityksen, sillä eri järjestöjen ja kunnallisten palvelupisteiden tiedotteet, tapahtumat ja tiedotustilaisuudet löytyvät yhdestä paikasta keskitetysti. Yhteiskunnallinen merki-

tys on hänen mielestään merkittävä, koska kohtaamispaikkojen toimihenkilöt ja vapaaehtoiset toimijat osallistuvat oman paikkakuntansa ja alueensa eri yhteistyötahojen kanssa tehtävään kehittämistyöhön. Nämä paikat toimivat myös opiskelijoiden ja työkokeilijoiden harjoittelupaikkoina.

Kohtaaminen – mitä se on?

Suomen Mielenterveysseuran toiminnanjohtaja Marita Ruohonen pohti esityksessään, mitä kohtaaminen tarkoittaa. Hänen luentonsa perustui Eero Vuotilaisen vuonna 2004 Kansalaisfoorumissa ilmestyneeseen artikkelisarjaan.

Kohtaaminen on tilanne, jossa henkilöt kuuntelevat toisiaan, haluavat tulla ymmärretyksi ja ymmärtää toisiaan ja mahdollisesti puhuvat toisilleen, Marita Ruohonen totesi esityksessään.

Toiminnanjohtaja uskoo, että hyvässä kohtamisessa on aito tunne tasavertaisesta mukanaolosta ja se on enemmän kuin pelkkä osallistuminen.

Ruohosen mukaan kohtamisia on erilaisia ja hän kävi esityksessään läpi monenlaisia tilanteita. Hänen mainitsemiaan kohtamisia tapahtui myös Turun seminaarissa. Siellä kohtasivat ehkä vain katseet tai ajatukset. Konkreettisempiäkin kohtamisia tapahtui; organisaatiot, tiedot, sukupolvet, kulttuurit ja jopa eri näkemykset saattoivat kohdata.

Toiminnanjohtaja Ruohosen viesti oli, että kun tapahtuu kohtamisia, niin siitä voi seurata paljon hyviä asioita kuten samanmielisyyttä, luovuutta, kumppanuutta, tasavertaisuutta, uusia teorioita, arvostusta ja yhteisymmärrystä.

Keskustelua kohtamisista

Puheenvuoroissa käsiteltiin kohtaamispaikkoja eri näkökulmista. Tutkijan näkökulmaa valtakunnallisessa seminaarissa valotti Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton tutkija Juha Peltosalmi, joka esitti tutkittua tietoa kohtaamispaikoissa kävijöistä ja vapaaehtoistoiminnasta.

Ray:n kehittämispäällikkö Ilkka Repo käsitteli kohtaamispaikkojen merkitystä Raha-

automaattiyhdistyksen näkökulmasta. Hänen mukaansa järjestötoiminta on kansalaisyhteiskunnan ydintä ja vapaaehtoistoiminta korostuu RAY:n avustuskohteena.

Kuntien yhdistyminen ja palvelurakenteiden muuttuminen puhutti panelisteja ja seminaariväkeä. He pohtivat kasvaako kohtaamispaikkojen ja vapaaehtoisjärjestöjen merkitys kuntien yhdistyessä.

Kohtaamispaikkojen merkitystä ja vuorovaikutusta opetettiin seminaariväelle uudenslaisin keinoin. Teatteri Terve Tyttö -ryhmän improvisaatioharjoitukset olivat piristävä lisä seminaaripäivien tarjontaan.

Oululaiset kohtaamispaikalla

Oululaiset olivat hyvin esillä Turussa viiden hengen voimin. Seminaariin osallistuivat Vuokko Keränen Oulun Seudun Settlementti ry:n Toppeliustalolta, Katja Kuusela, Anne Mustakangas-Mäkelä, Saara Pajunpää sekä Taina Rajanen Kumppanuuskeskuksesta. Naisenergiaa riitti ja kaksi merkittävää oululaista kohtaamispaikkaa oli hyvin esillä valtakunnallisessa seminaarissa.

Päivien viimeisenä ohjelmanumerona Saara Pajunpäällä oli kunnia esittää seminaariväelle kutsu seuraavaan Kohtaamispaikkojen valtakunnalliseen seminaariin Ouluun 15.-16.2.2010.

YHDESSÄ ENEMMÄN

Teksti: Helena Liimatainen

Kumppanuuskeskuksen yhteispalvelupisteessä sosiaali- ja terveysalan toimijat kokeilevat uudenlaista yhteistyötä. Yhdestä paikasta tarjottavan tiedotuksen ja neuvonnan avulla pyritään helpottamaan ihmisten hakeutumista järjestöjen tarjoaman tuen sekä julkisten palvelujen pariin. Uusia yhteistyökumppaneita ja yhteistyömuotoja etsitään koko projektin ajan.

Suomalainen sosiaali- ja terveysalan tukijärjestelmä on rakennettu aikojen kuluessa pienistä palasista. Palvelut ja niistä tiedottaminen ovat usean eri toimijan vastuulla: perusterveydenhuolto, erikoissairaanhoido, sosiaalitoimi, Kela, työvoimatoimisto, järjestöt... Apua on tarvittavaan mahdollista saada, jos tietää, mistä ja miten sitä pitää hakea, ja on valmis sitä aktiivisesti hakemaan.

Sosiaali- ja terveysjärjestöt toimivat puskurina ja välittäjänä ihmisen ja järjestelmän välissä. Järjestöjen toiminnot on kuitenkin paloiteltu diagnoosien ja tilanteiden mukaan. Mistä apua tarvitseva tai vapaaehtoistyöstä haaveileva ihminen tietää, mikä järjestö tarjoaa juuri omaan elämäntilanteeseen ja tarpeeseen sopivaa tukea, palvelua tai toimintaa?

Tietoa ja neuvontaa yhdestä paikasta

Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton valtakunnallisessa projektissa pyritään helpotta-

maan kansalaisten pääsyä tuen ja palvelujen pariin tarjoamalla sosiaali- ja terveysalan tietoa ja yleistä neuvontaa yhdestä paikasta. Oulussa toiminta keskittyy alan toimijoiden verkoston keskittymään, Kumppanuuskeskukseen, jonka katutasossa sijaitsevasta yhteispalvelupisteestä kansalainen saa tietoa sekä alueella toimivien viranomaisten että järjestöjen toiminnoista sosiaali- ja terveysalalla.

Yhteispalvelu Kumppanuuskeskuksessa aloitettiin viime syksynä ja se sisältää palvelusihteerin antaman yleisneuvonnan ja hakemusten täyttöopastuksen lisäksi sosiaali- ja terveysjärjestöjen kaikille kansalaisille yhteisesti tarjoamaa tiedotusta ja neuvontaa tietyistä teemoista sekä Oulun kaupungin työntekijöiden tarjoamia neuvontapalveluja: ikäihmisille suunnattua Aino-neuvontaa, muistineuvontaa sekä sosiaalityöntekijöiden tarjoamaa ohjausta ja neuvontaa.

Lisäksi pisteessä päivystää muutamia järjestöjä, jotka palvelevat päivystysaikoinaan omaan kohderyhmäänsä kuuluvia kansalaisia. Pisteeseen on kansalaisten käyttöön koottu tietokansioita sekä alan toimijoiden esitteitä ja lehtiä.

Yhteispalvelupisteen neuvontapalveluissa asioidaan ns. matalan kynnyksen periaatteiden mukaisesti: ilman ajanvarausta, nimettömästi ja

maksutta. Kynnystä madaltavat myös mahdollisuus asioida puhelimitse ja sähköpostitse sekä tilan fyysinen esteettömyys.

Projektin kokeilutoiminnan yhteyteen voidaan liittää myös muita sosiaali- ja terveysjärjestöjen toimintoja, mm. erilaisia infotilaisuuksia, vapaaehtoisten antamaa neuvontaa sekä järjestöjen esittelyjä.

Yhteispalvelupisteiden toimintaan osallistumalla toimijat saavat mahdollisuuden tavoittaa uusia ihmisiä sekä tuoda toimintaansa alueella uudella tavalla esille.

Kumppanuuskeskuksen katutasosta löytyvät yhteispalvelupisteiden lisäksi myös maksutta käytössä olevat nettipäätteet, Kynnys-Gallerian kuukausittain vaihtuvat taidenäyttelyt, järjestöjen myynnissä olevat varainhankintatuotteet sekä ammattiopisto Luovin harjoitteluympäristönä toimiva Kahvila Kamu.

Alan toimijoiden verkosto järjestää katutasossa myös kaikille avoimia maksuttomia tapahtumia ja tilaisuuksia, joiden avulla järjestötoimintaa tehdään alueella tunnetuksi.

Neuvontapalvelut löytäneet paikkansa

Yhteispalvelupisteiden palvelusihteerit palvelee asiakkaita kolme vajaan päivää viikossa. Hänen antamassaan yleisneuvonnassa käy kuukausittain parisenkymmentä asiakasta. Suurin osa pisteessä asioivista kansalaisista ohjataan sosiaali- ja terveysjärjestöjen tarjoaman tuen, vapaaehtoistyön mahdollisuuksien tai palvelujen piiriin.

Järjestöjen yhteisesti tarjoamaa neuvontaa on tarjolla kahden tunnin ajan viikoittain ja yhdellä kertaa asiakkaita on ollut paikalla nolasta seitsemään. Aino-neuvoja palvelee yhteispalvelupisteessä kahtena päivänä viikossa ja muina päivinä kaupungin Oulu10-neuvontapisteessä. Hänellä on molemmissa pisteissä yhteensä kuukausittain yli sata asiakaskontaktia. Muisti-neuvoja vastaanottaa asiakkaita

yhteispalvelupisteessä yhtenä päivänä viikossa ja muina päivinä muissa paikoissa. Hänen luonaan asioi henkilökohtaisesti yhteensä vajaat nelisenkymmentä ihmistä kuukaudessa.

Vuoden alussa aloitetuissa kahdesti kuussa toistuvissa sosiaalityöntekijöiden neuvontapäivystyksissä on käynyt kussakin kaksi asiakasta kahden tunnin päivystysaikana.

Yhdestä paikasta tarjottavan sosiaali- ja terveysalan tiedotuksen ja neuvonnan tärkeys on tunnustettu alueella laajasti. Myös asiakkailta on saatu hyvää palautetta vaivattomasta asiointista ja mahdollisuudesta keskustella rauhassa omasta tilanteestaan. Asiakkaiden kokemuksia heidän saamastaan tuesta kartoitetaan jatkossa myös opinnäytetyön avulla.

Valtakunnallista toimintaa yhteispalvelun idealla

Kumppanuuskeskuksen yhteispalvelupisteiden toiminta jatkuu Raha-automaattiyhdistyksen projektirahoituksella vuoden 2010 loppuun. Tarkoituksena kuitenkin on, että yhteispalvelupisteestä tulisi osa Kumppanuuskeskuksen pysyvää toimintaa. Uusia yhteistyökumppaneita otetaan mukaan toimintaan koko ajan ja jokaisen kanssa yhteistoiminnan muodoista sovietaan erikseen.

Tervetuloa mukaan yhteistyöhön!



Kumppanuuskeskuksen yhteispalvelupiste,
Palvelusihteerit *Helena Liimatainen*
p. 040 820 5228, etunimi.sukunimi@stkl.fi



KUMPPANUUS keskus

Isokatu 47
90100 Oulu
p. 558 44035

Katutaso

ma-to klo 9-16, pe klo 9-15

- ♣ Nettipäätteet ja sanomalehtiä
- ♣ Järjestöjen esitteitä ja lehtiä
- ♣ Kynnys-Gallerian taidenäyttely

Yhteispalvelupiste

- ♣ Sosiaalialan ohjaus ja neuvonta
ma ja to klo 9-15, ke klo 13-16.30
- ♣ Aino-neuvonta ikäihmisille
ma klo 9-15 ja ke klo 9-16.30
- ♣ Muistineuvonta to klo 9-15

Myymälä

ma-to klo 9-16, pe klo 9-15

- ♣ Kirjoja, kortteja, paitoja, pipoja,
taidetta, käsitöitä, adresseja

Kahvila Kamu

ma-to klo 9-15, pe klo 9-13

- ♣ Makeita ja suolaisia leivonnaisia
jokaiseen makuun

www.kumppanuuskeskus.fi

**OULUN SEUDUN VAMMAIS- JA KANSANTERVEYSTYÖN JÄRJESTÖT RY:N
JÄSENYHDISTYKSET HELMIKUUN 2009**

Diabetes,- munuais- ja maksapotilaat

Oulun Diabetesyhdistys ry 08 - 311 4033 Petri Hanhela oulun.diabetesyhdistys (at) dnainternet.net petri.hanhela (at) dnainternet.net	Pohjois-Suomen Munuais- ja maksayhdistys ry 0500 685 795 Saara Lassila pj. info (at) pohmus.fi
---	--

Hengityselinsairaat ja allergiset

Oulun Seudun Hengitysyhdistys ry oulunseudun.heli (at) dnainternet.net 08 - 534 3600, 040-512 0839 Reijo Hakala pj. b001reijo.hakala (at) dnainternet.net	Oulun Seudun Astma- ja Allergiayhdistys ry Puh/Fax: 08 - 370 634 Marjut Savuoja toiminnanjohtaja astmajaallergiayhdistys (at) dnainternet.net
Muhoksen Hengitysyhdistys ry 0400 520 131 Aila Väisänen pj. aiva (at) baanamail.fi 050 327 9713 Mirja Karjalainen, jäsenasiat, lomaosakkeet	

Syöpäpotilaat

Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry 010 249 1100/toimisto Pertti Taimisto toiminnanjohtaja pertti.taimisto (at) pssy.org	Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry/Oulun osasto 040 532 2944 Anneli Jalonen pj. annelijalonen (at) gmail.com
---	---

Neurologiset sairaudet

Kymmenen virran MS-yhdistys ry 050 436 0380 Hannele Lahdenmaa, pj. hannele.lahdenmaa (at) utanet.fi 0500 461 757 Marja-Leena Huovinen, sihteeri mleena.huovinen (at) dnainternet.net	Oulun seudun MS-yhdistys ry Sakari Murtovaara pj. sakari.murtovaara (at) oulu.fi
Oulun läänin lihastautiyhdistys ry Sirkka Karppinen, pj., 0400 682040 sirkka.karppinen (at) tietoenator.com 08 – 370 102, 040 540 8424 Kimmo Lamminpää, sihteeri gipe (at) iki.fi	Oulun Seudun Dementiayhdistys ry 08 - 332992, 040 716 1401 Paula Ylikulju paula.ylikulju (at) osdy.fi
Oulun Seudun CP-yhdistys ry 08 - 342 177 Antero Jurvanen pj. antero.jurvanen (at) ccc.fi	Oulun seudun ADHD-yhdistys ry 040 833 4237 Helena Pakkanen pj. adhd (at) netti.fi
Pohjois-Suomen Parkinson-yhdistys ry 044 531 6773 toimisto pohjois-suomen.parkinson-yhdistys (at) dnainternet.net	Oulun läänin Autismi- ja Aspergeryhdistys ry 044 330 1073 Saara Pajunpää pj. oulunautas (at) gmail.com
Pohjois-Pohjanmaan Epilepsiyhdistys ry 040 733 1454 Auli Kipinä pj. pp.epilepsia (at) luukku.com	Pohjois-Pohjanmaan Aivohalvaus- ja afasiayhdistys ry 040 584 2729 Olavi Salminen olavi.salminen (at) pp3.inet.fi
Oulun seudun Aivovammayhdistys ry 044 573 3278 Annamaria Marttila pj. eila.aro (at) mail.suomi.net	Suomen Migreeniyhdistys ry 040 848 1032 Matleena Helojoki, toiminnanjohtaja matleena.helojoki (at) migreeni.org

Aistivammajärjestöt

Oulun Kuurojen Yhdistys ry ja Oulun kuurosokeiden kerho 050 540 2526 (TEKSTIVIESTIT), Leila Rytimaa leila.rytimaa (at) hotmail.com	
Oulun Seudun Kuulovammaiset ry 044 552 1448 Virpi Miikki pj. virpi.miikki (at) suomi.net	Oulun Seudun Kuulovammaisten Lasten Tuki ry 040 542 2944 Sanna Loukusa pj. sannaloukusa (at) hotmail.com
Pohjois-Pohjanmaan Näkövammaiset ry 08 - 311 5653 yhdistys (at) ppnry.net	Pohjois-Suomen Glaukoomapotilaat ry 08 - 557 3679 Olavi Kylmänen siht.

**OULUN SEUDUN VAMMAIS- JA KANSANTERVEYSTYÖN JÄRJESTÖT RY:N
JÄSENYHDISTYKSET MARRASKUU 2008**

Tuki- ja liikuntaelinjärjestöt

Kynnys ry/Oulun itsenäisen elämän keskus Puh/Fax: 08 - 335 120 Marjut Korjola aluesihtööri marjut.korjola (at) kynnys.fi	Oulun Invalidien Yhdistys ry 08 – 530 1026 Kari Siponen kari.siponen (at) ouluninvat.inet.fi
Oulun Reumayhdistys ry 08 – 311 5048 toimisto 0400 586 036 Jorma Inkamo pj. oulunreuma (at) yhdistys.suomi.net	Pohjoisen Luut Lujiksi ry 08 - 313 2284 Jorma Heikkinen jorma.heikkinen (at) odl.fi
Pohjois-Suomen reumalapset ja -nuoret ry 08 - 5307 101 Auli Suorsa auli.suorsa (at) suomi24.fi	Oulun seudun selkäyhdistys ry 08-542 5220, 040 524 5809 Kalevi Stenbacka pj. kaleste (at) netti.fi

Mielenterveysjärjestöt

Haukiputaan Yhdessä yhdistys ry 08 - 556 5225 toimisto (at) haukiputaanyhdessa.net	Hyvän mielen talo ry 044 311 4160, neuvonta 044 311 4140, mielenterveysneuvonta info (at) hyvamielentalo.fi
Mielenvireys ry 041 548 5177, toimisto Anja Kaarlela pj. 041 454 8261 Aija Syväkangas toiminnanjohtaja aija.syvakangas (at) gmail.com	Oulun seudun mielenterveysseura ry Oulun Kriisikeskus 08 - 312 0611 toimisto osms (at) oulunkriisikeskus.fi

Ihopotilasjärjestöt

Oulun Seudun Atopiayhdistys ry 045 636 4450 Pasi Holopainen pj. paholopainen (at) luukku.com	Pohjois-Pohjanmaan Psoriasisyhdistys ry 040 582 6537 Olli Juujärvi pj. olli.juujarvi (at) pp.nic.fi
--	---

Keliakiapotilaat

Oulun seudun keliakiayhdistys ry 040 701 2501/yhdistys, Jarmo Virtanen pj. oulu.keliakia (at) luukku.com	Avanne- ja vastaavasti leikatut Oulun Seudun Ilco ry 0400 693 061 Toivo Kinnunen topi.kinnunen@dnainternet.net 040 555 9190 Marja-Leena Oikarinen, sihteeri marjaleena.oikarinen (at) gmail.com
--	---

Kilpirauhaspotilaat

Oulun Seudun Kilpirauhasyhdistys ry 045 127 1940 Liisa Pyrrö pj. liisa.pyrro (at) mail.suomi.net	Kehitysvammaiset Oulun kehitysvammaisten tuki ry 050 467 0572 oketuki (at) elisanet.fi
--	--

Sydänpotilaat

Oulun Sydänyhdistys ry 08 – 557 1088 Markku Ikaheimo pj. markku.ikaheimo (at) oulu.fi	Oulun Uusi Sydänyhdistys ry 0500 606 414 Jaakko Jääskeläinen pj. 040 575 3278 Raili Vuorjoki varapj. ousy (at) luukku.com
---	--

Vammais- ja kansanterveystyöhön läheisesti liittyvät

OULUN VALIDIA-PALVELUT OY 040 509 6605 Jouni Qveflander vapaa-ajan ohjaaja jouni.qveflander (at) invalidiliitto.fi	Irti Huumeista - Oulun Seutu 050 442 2206 Anu Nevanperä, aluetyöntekijä oulu (at) irtihuumeista.fi
	Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry 08 - 882 1690 040 526 8105 Marja-Liisa Kuukasjärvi, sihteeri marjaliisa.kuukasjarvi (at) omaishoitajat.inet.fi
Oulun seudun Yksinhuoltajat ja Yhteishuoltajat ry 044 590 0511 Erika Mannila pj. osyyyhdistystt (at) gmail.com	Oulun Seudun Meniere-yhdistys ry 044 0926 400 Tuovi Kiviniemi pj. tuovi.kiviniemi (at) dnainternet.net

Muutokset yhteystietoihin: toimisto (at) vamjaka.net

SUOLAISTA JA MAKEAA

Teksti: Taina Rajanen

Ammattiopisto Luovi on Suomen suurin ammatillinen erityisoppilaitos ja heillä on pitkä kokemus erityisopetuksen ammatillisina. Luovin opiskelijoiden oppimisympäristönä toimiva Kahvila Kamu aloitti toimintansa Oulun Kumppanuuskeskuksessa 12.1.2009. Kahvilassa työskennellessään opiskelijat pääsevät tutustumaan työelämään aidoissa työtehtävissä.

Kahvila Kamun vastaavana ohjaajana toimiva Minna Määttä kertoo toiminnan lähteneen liikkeelle niin, että kahvilassa on ohjaajan lisäksi yksi opiskelija. Opiskelijan työssä-oppimisaika Kamussa vaihtelee ja se voi olla yhdestä päivästä noin viikon pituiseen jaksoon.

Opiskelijat ovat pääasiassa matkailu-, ravitsemis- ja talousalalta, mutta Minna Määttän mielestä kahvila on erittäin hyvä paikka mille tahansa koulutusohjelmalle jossa opetellaan asiakaspalvelutaitoja.

Kahvipaikka kaikille

Vaikka kahvilan aukioloajat ovat suhteellisen lyhyet asiakkaita on käynyt ihan mukavasti, Minna iloitsee. Hän uskoo asiakasmäärän vielä lisääntyvän, kunhan Kamu tulee kaupunkilaisille tutuksi. ”Kamu on lähellä keskustan palveluja ja sinne on helppo tulla. Ihan rakennuksen edessä on muutama parkkiruutu invapysäköintiin ja kahvilahan sijaitsee Kumppanuuskeskuksen katutasossa joten tilaan on esteetön kulku”, Minna Määttä vielä tarkentaa.

Määttä muistuttaa, että kahvilan tuotteiden hinnat ovat kohtuullisia, koska oppilastyön osuus on huomioitu palveluiden hinnoittelussa. Kahvilan valikoimasta löytyy pientä suolaista purtavaa, makeaa leivonnaista ja tietenkin kahvia ja teetä.

Yhteistyö Kumppanuuskeskuksen monien eri toimijoiden kanssa on ollut mielenkiintoista ja antoisaa ja Minnalla on jo uusia suunnitelmia ja ideoita kahvilan toiminnan kehittämiseksi. Mutta ei niistä vielä sen enempää koska avajaisethan olivat vasta kaksi kuukautta sitten, hän naurahtaa.



Kahvila Kamu on viihtyisä kohtaamispaikka Mannerheimipuiston kupeessa. (Kuva: MR)

Kahvila Kamu
Oulun Kumppanuuskeskus
Isokatu 47
puh. 040 319 3852
Avoinna ma-to 9-15

VERKKO-OPPIMINEN SOSIAALI- JA TERVEYSALAN KEHITTÄMISESSÄ

Teksti: Paula Ojalehto

Kumppanuuskeskuksen viidennessä kerroksessa on jo muutaman vuoden ajan toiminut Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin omistama kehittämissyhtiö Medieco Oy. Yritys aloitti toimintansa vuonna 1991 toimien sosiaali- ja terveysalan palvelutoiminnan kehittäjänä Pohjois-Suomessa. Nykyisin Medieco Oy toimii koko maassa tarjoten koulutus- ja konsultointipalveluja kunnille, kuntayhtymille, sekä yksityisille sosiaali- ja terveysalan toimijoille. Järjestöpostin lukijoille Medieco on

voinut tulla tutuksi Sai-Invest laboratoriosta, jonka ilmoituksia on näkynyt lehden sivuilla. Sai-Invest toiminimellä Medieco tarjoaa laboratoriopalveluita yksityisasiakkaille. Laboratorio sijaitsee Oulun yliopistollisessa sairaalassa.

Medieco Oy:n uusin palvelu on Medieco eLearn –verkko-oppimisympäristö, jota käytetään koulutukseen, tiedottamiseen, yhteydenpitoon ja materiaalin jakamiseen. Palvelu on suunnattu erityisesti sosiaali- ja terveysalan

toimijoille. Medieco eLearn –verkko-oppimisympäristössä järjestetään mm. sairaanhoitajille suunniteltuja täydennyskoulutuskursseja, mutta sitä hyödynnetään myös projektityötilana.

Verkko-opiskelulla voidaan tukea perinteistä lähiopiskelua tai korvata se soveltuvilta osin. Verkko-oppimisella tarkoitetaan vuorovaikutteista oppimistoimintaan verkossa, jossa vuorovaikutus voi tapahtua sekä tietojärjestelmän että opiskelijoiden ja opettajien välillä. Verkkoteknologia mahdollistaa yhteydenpidon ihmisten välillä ja se tarjoaa työkaluja ryhmien työskentelyn organisointiin sekä yhteisölliseen tiedontuottamiseen. Työkaluina yhteydenpidossa ja tiedonrakentelussa ovat keskustelualueet, wikit, blogit, chatit jne. Parhaimmassa tapauksessa verkko-oppiminen tukee oppimista ja auttaa yksilöä ja yhteisöä löytämään uusia näkökulmia ja yhteisiä merkityksiä. Usein verkko-oppimisympäristöä käytetään oppimateriaalin välityskanavana, jolloin ajantasainen tieto on tarvittaessa suurenkin käyttäjäryhmän saatavilla.

Yksi merkittävistä verkon tuomista eduista on se, että oppiminen ei ole sidottu tiettyyn kellonaikaan tai paikkaan. Tämä antaa esim. vuorotyötä tekeville sairaanhoitajille mahdollisuuden perehtyä täydennyskoulutusmateriaaliin ja harjoituksiin työvuoron hiljaisimpina tunteina. Työnantajat puolestaan hyötyvät verkko-opiskelun kautta saavutettavista kustannussäästöistä.

Medieco eLearn –verkko-oppimisympäristön kurssivalikoimaan kuuluu mm. Neste- ja lääkehoidon perusteet, joka on suunniteltu itseopiskelumateriaaliksi suonensisäisen neste- ja lääkehoidon perusosaamisen lupaa varten (ns. iv-lupa). Kurssin osallistujat ovat pääasiassa sairaanhoitajia, jotka suorittavat iv-luvan teoreettisen osan verkossa ja antavat käytännön näytöt työpaikallaan. Tekstipainotteista oppimateriaalia havainnollistetaan kuvilla ja taulukoilla. Kurssilaiset pääsevät myös testaamaan tietojensa ja taitojaan lääkelaskuharjoituksissa sekä pohdintatehtävissä. Lääkelaskuista ja monivalintatehtävistä koostuva iv-tentti suoritetaan työpaikalla esimiehen valvonnassa.

Perinteiseen paperitenttiin verrattuna verkko-tentti säästää tenttipapereiden tekemiseen ja tenttien tarkistamiseen kuluvaan aikaan. Medieco eLearn verkko-oppimisympäristössä tenttikysymykset valikoituvat laajasta kysymyspankista ja tentin tarkistamisesta huolehtii automatiikka. Neste- ja lääkehoidon perusteet –kurssi on käytössä muun muassa kaikissa Pohjois-Suomen sairaanhoitopiireissä. Kurssin sisällön kehittämisestä vastaa Oulun yliopistollinen sairaala.

Toinen suosittu kurssi on Infektioiden torjunta, jonka sisältö on OYS:n infektioiden torjuntayksikön ammattilaisten kehittämää. Kurssimateriaali on tehty yhdistellen kuvia, tehtäviä, animaatioita ja videoita, jolloin lopputuloksena on visuaalinen ja mielenkiintoinen kokonaisuus.

Medieco eLearn –kurssien osallistujat ovat kiitelleet verkon tuomaa joustavuutta opiskeluun. Aikataulun vapaus sopii vuorotyötä tekeville ja kurssille pääsee tarvittaessa kotikoneeltakin. Mediecon tarjoamien koulutusten suunnittelun ja toteutuksen lähtökohtana ovat ensisijaisesti terveydenhoidon ammattilaisten tarpeet ja toiveet. Koulutusideat tulevat pääasiassa lääkäreiltä ja sairaanhoitajilta. Suunnittelussa ja toteutuksessa pyritään myös huomioimaan käyttäjien toiveet ja eri asiakkaiden toimintatavat.

Myös projektityöskentelyssä voidaan hyödyntää verkko-oppimisympäristöä. Yksi Medieco eLearn –verkko-oppimisympäristön käyttäjistä on Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry:n hallinnoima SYTY nelikymppinen –projekti, jonka tehtävänä on edistää lappilaisten nelikymppisten sydänterveyttä. Projektissa pyritään luomaan uusia teknologisia toimintamalleja, joilla löytyisi ratkaisu esimerkiksi pitkistä välimatkoista johtuviin haasteisiin.

Paula Ojalehto
asiakaspäällikkö
Medieco Oy
044 040 5152
paula.ojalehto (at) medieco.fi



FYSIOTERAPIA JA HIERONTA

**Palvelemme teitä Oulun Kiilassa
(ent. Rautaruukin pääkonttori Hirosen kaupunginosassa)
osoitteessa: Kiilakiventie 1 90250 OULU**

Fysioterapiaa lääkärin läheteellä, hierontaa ja muita hoitoja myös ilman lähetettä.

TERVETULOA!

Heikki Koistinen
040 5573312

Marjatta Pyykkö
040 7188065

PIDÄ HUOLTA JALOISTASI

Teksti: Marjatta Pyykkö

Hierojan työssäni törmään usein jalka-ongelmiin. Asiakkaat kyselevät, mistä johtuu tuo tai tämä kipu tai patti. Sen vuoksi itselleni tuli kuin tilauksesta mahdollisuus osallistua Helsingin Jalkahoitokoulun järjestämälle jalkojen hoidon peruskurssille.

Kurssilla perehdyttiin jalkojen perushoidon lisäksi yleisimpiin jalkojen ongelmiin. Nyt ei joka kerta tarvitse asiakkaalle tarjota ”empä tiiä”, kun tämä kysyy kivusta kantapäässä tai päkiän alla.

Kurssilla tutustuimme jalkavaivojen lisäksi erilaisiin hoitotuotteisiin ja tarvikkeisiin, joilla voi jalkojen hyvinvointia parantaa ja ehkäistä ongelmia.

Aivan ykkösasiana jalkojen hoidossa voisi pitää riittävää kosteutusta. Varsinkin talvella kylmässä ilmassa iholta haihtuu kosteutta ja

jalkojen iho kuivuu. Varmaan useimmille on tuttua ”korppukantapäät”, joihin sukat tarttuilevat. Kovettumiinkin jalkaspesialistien ohjeiden mukaan tepsii parhaiten kosteutus, kosteutus ja kosteutus. Ohje on siis enemmän rasvaa ja vähemmän raspia. Liiallinen raspin käyttö aiheuttaa sen, että hermostoa pitkin aivoihin menee viesti: ”ihoa ohennetaan, kasvata lisää ihoa”. Niin sitten kantapäät kovettuvat entistä enemmän.

Kenkien ja sukkiin valinta on myös tärkeää jalkojen hyvinvoinnin kannalta. Onhan se tietysti kiva sipsutella sievillä kesä- tai juhlakengillä, mutta jos on aikeissa marssia kilometritolkulla vaikkapa vain shoppaillen, on parasta valita kengät joilla on mukava liikkua. Moniko aikuinen valitsee kenkensä ”reseptin” mukaan?

Resepti on seuraava: Seiso lattialla paperin päällä, piirrä molempien jalkapohjien kuvat paperille ja leikkaa ne irti. Kun tämä resepti mahtuu kenkään ja kärkeen jää liikuntavara (aikuisellakin 1-1,5 cm). Useinhan sitä vain sovittelee kenkiä ja valitsee käyttötarkoituksesta riippuen joko kauneimmat tai mukavimmat.

Sitä ei myöskään usein tule ajatelleeksi, että kun ihmiset nykyään viettävät paljon aikaa kengät jalassa, eivät jalkaterän lihakset saa kovin kummoista liikuntaa ja lihakset

rapistuvat. Jalkajumppa on hyvä lisätä myös jalkojen kotihoito-ohjelmaan. Jalkajumppakin on helppoa: Paljain jaloin varpaille nousua, varpaiden ojentelua, koukistelua ja erilleen harottamista.

Edistyneemmälle varvasvoimistelijalle sopii seuraava ohjelma: Seiso pyyhkeen päällä ja rupea varpailla keräämään pyyhettä ruttuun jalkojen alle. Vieläkin vaikeamman jumpasta saa ottamalla kynän ”kauniisti jalkaan” varpaiden väliin ja piirtämällä paperille kahdeksikkoja. Tässä saavat jo pohje- ja säärilihaksetkin kyytiä.

Jokohan me näillä ohjeilla siirrymme kevein askelin kevättä ja kesää kohti!

YHTEISÖLLISYYDEN YTIMESSÄ

Teksti: Vuokko Keränen

Vapaaehtois- ja vertaistoiminnan resurssi-keskus-hanke, Vares, on käynnistänyt toimintansa syksyn 2008 aikana. Hanke on RAY:n, raha-automaattiyhdistyksen rahoittama ja OSS ry:n, Oulun Seudun Settlementi ry:n hallinnoima. Hanke on saanut RAY:n rahoituksen vuosille 2008 – 2011.

Hankkeessa kehitetään vapaaehtoistyön koko prosessia niin, että se on mielekästä ja järkevää niin tuen tarvitsijan, vapaaehtoisen kuin palvelujärjestelmänkin kannalta. Kehittämisen kohteena on vapaaehtoistoimijoiden hankinta eli rekrytointi, perus- ja jatkokoulutus, työnohjauksellisen tuen järjestäminen sekä virkistys.

Hankkeen aikana pyritään löytämään profiili Oulun seudun vapaaehtoistoimijalle sekä seudullisen yhteistyön malli vapaaehtoistoiminnassa. Tavoitteena on myös selkeyttää eri toimijoiden, julkisen sektorin ja yksityisten palveluntuottajien ja yritysten sekä kolmannen sektorin yhteistyömahdollisuuksia ja rooleja hyvinvoinnin verkostoissa.

Hankkeen kaiken toiminnan toteutumisen ja tavoitteisiin yltämisen takaa laaja yhteistyöverkosto. Vareksen yhteistyökumppaneina ovat tällä hetkellä: Oulun kaupunki, Oulun

Yliopisto, Oulun seudun ammattikorkeakoulu, Poske, Oulun Lyseo, Oulun normaalikoulun lukio, Esperin hoiva Oulu, Sosiaali- ja terveys- turvan keskusliitto ry STKL, Kumppanuus- keskus, Oulun ev.-lut.seurakuntayhtymä, MLL, Oulun Seudun Mäntykoti ry, Oulun Seudun Dementiayhdistys ry, Oulun seudun omaiset ja läheiset ry, Oulun NNKY, Nuorten Ystävät ry, Suomen Settlementiliitto ry, Hyvän mielen talo ry, Mielenvireys ry, Oulun Kriisikeskus, Lomakoti Onnela, SPR Oulun osasto, Oulun Kehitysvammaisten tuki ry, Nuorten Areena ry sekä Kempeleen ja Tyrnävän kunnat. Hanke on herättänyt Oulussa ja Oulun seudulla suurta kiinnostusta ja yhteistyöverkosto näyttää laajenevan koko ajan.

Tänä keväänä on koulutuksemme käynnistyneet näyttävästi. Peruskoulutuksia toteutetaan kaiken kaikkiaan viisi. Niistä yksi on kohdistettu maahanmuuttajille ja yksi toteutuu lukiolaisille suunnattuna leirikouluna yhteistyössä Oulun Normaalikoulun lukion kanssa. Lisäksi kevään aikana vapaaehtoisille tarjotaan noin kaksikymmentä erilaista jatkokoulutusta. Näin laajamittainen vapaaehtoisille suunnattu perus- ja jatkokoulutustarjonta mahdollistuu hankkeeseen perustetun koulutustyöryhmän avulla. Koulutustyöryhmä koostuu vapaaehtoistoimijoita kouluttaneista ammattilaisista.

Kaikissa peruskoulutuksissa on mukana joku hankkeen koulutustyöryhmään osallistuvista työparina Vares-hankkeen kouluttajan kanssa. Jatkokoulutuksista vastaavat hankkeessa mukana olevat kumppanit tarjoamalla omaan erityisosaamiseensa liittyvää koulutusta vapaaehtoisille.

Vapaaehtoisoulutuksien yhteydessä esitellään erilaisia mahdollisuuksia osallistua

Vares-keskus

Vuokko Keränen
projektityöntekijä/kouluttaja
044 786 8890
vuokko.keranen (at) vareskeskus.fi

Oulun Seudun Setlementti ry
Setlementtitalo Toppelius
Torikatu 16
90100 OULU
www.vareskeskus.fi

vapaaehtoistoimintaan, jolloin ne toimivat osaltaan myös vapaaehtoisten rekrytointitilaisuuksina. Sen lisäksi hankkeen kumppanit voivat jättää ilmoituksen avoimesta vapaaehtoistoinnin paikasta Vares-hankkeen kotisivuille. Vares-hankkeen työntekijöille on tullut runsaasti kyselyjä vapaaehtoistoinnista kiinnostuneilta. Siksi toivomme, että järjestöissä nähtäisiin tärkeänä yhteistyö myös tässä asiassa. Ottakaa rohkeasti yhteyttä, autamme mielellämme avoimien paikkojen laatimisessa kotisivuillemme.



Suvmaria Saarenpää
projektipäällikkö
044 786 8883
suvmaria.saarenpaa (at) vareskeskus.fi

KÄYTTÖTUELLE KÄYTTÖÄ

Teksti: Saara Pajunpää

Kumppanuusverkoston käyttötuki on löytänyt paikkansa järjestökentällä.

Tietoteknologia järjestöosaamisen välineeksi – projekti on tarjonnut käyttötukea huhtikuusta 2008 alkaen. Palvelu on ollut maksutonta kaikille sosiaali- ja terveysjärjestöille Pohjois-Pohjanmaalla.

Käyttötukea tarjotaan vuoden 2009 loppuun asti. Käytönneuvojana toimii Sami Rautiainen.

Pyydetty tukipyynnöt on kirjattu ylös ratkaisuihin ja luokiteltu ongelmien mukaan. Eniten tukipyynnöitä huhtikuusta joulukuuhun on tullut erilaisista ohjelmista, yhteensä 127 kertaa. Laitteistoon liittyviä ongelmia kirjattiin 49 kappaletta. Kaiken kaikkiaan ratkaistiin 150 ongelmaa. Käyttötukea alettiin mainostaa

Kumppanuusverkostolle vasta toukokuussa joten keskimäärin kuukausissa on ollut n30 tukipyynnöitä. Kesällä oli toki hiljaisempaa, samoin kuin joulun aikaan.

Käyttötuki on toiminut hyvänä jatkona projektin tarjoamille tietoteknologiakoulutuksille. Tietoteknologiassa esiteltäviin työkaluihin on voinut saada asennusapua ja koulutuksissa opettajien uusien työkalujen juurtumista perustyökaluksi on edesauttanut mahdollisuus saada ohjausta koulutuksen jälkeenkin.

Järjestölähtöiselle käyttötuelle on nähtävissä selkeä tarve. Pienillä yhdistyksillä ei ole varaa hankkia maksullista käyttötukea ja isoilla liitoillakin tuki on yleensä järjestetty pääkonttoreiden kautta. Työntekijän näkökulmasta on haasteellista toimittaa tietokone useammaksi

viikoksi pääkonttorille huoltoon. Varsinkin kun paikallisen käyttötuen kautta ongelmat saadaan usein ratkaistua samana päivänä.

Käyttötuki on tarjottu osana projektin toimintaa. Projektin jälkeisen käyttötuen tarjoamisen mahdollisuuksia selvitetään parhaillaan. Olisiko meillä järjestöillä mahdollista pitää tällainen palvelu yhdessä yllä? Otamme projektissa mielellämme vastaan ideoita miten järjestölähtöinen käyttötuki voitaisiin jatkosakin järjestää.

Lisätietoa projektista sekä tarjoamistamme tietoteknologiaan liittyvistä koulutuksista löydät osoitteesta:

www.kumppanuuskeskus.fi/tietoteknologia

Saara Pajunpää
projektipäällikkö

Järjestötietohanke - Tietoteknologia
järjestöosaamisen välineeksi -projekti
Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja
terveysturvayhdistys ry

050 331 1184

etunimi.sukunimi (at) kumppanuuskeskus.fi

KIRJAVINKKI - KIRJAVINKKI - KIRJAVINKKI - KIRJAVINKKI - KIRJAVINKKI - KIRJAVINKKI -

Tahdon vielä elää

Teksti: Raisa Kuusela

Kira Poutasen (s. 1974) esikoisteos ”Ihana meri” ilmestyi vuonna 2001, ja voitti samantien Finlandia Junior -palkinnon.

Kirja kertoo anoreksiaan sairastuvan Julian elämästä ja sairauden etenemisestä, hänen ajatuksistaan ja tuntemuksistaan. Kirja on kirjoitettu erikoisesti, minkä huomaa varsinkin kirjan loppupuolella. Se on jotenkin abstraktia, eikä siitä aina ota selvää. Ensin mikään ei ole hyvin ja tekisi mieli repiä hiuksia, sitten yhtäkkiä kaikki onkin taas ihan hyvin.

Ensin Julia alkaa harrastaa juoksua, sitten tehdä koko ajan rankempia kunto-ohjelmia, ja sitten pikkuhiljaa enemmän ja enemmän vähentää ja keventää syömistä naistenlehtien ohjeiden mukaan. Mitä enemmän hän laihtuu, sitä enemmän hän omasta mielestään lihoo. Vanhempien hälytyskellot alkavat soida vasta Julian käytyä terveydenhoitajalla. Ilmenee, että tytön paino on pudonnut kymmenen kiloa vuodessa. Hänet kiikutetaan lääkäriin, mutta siinä vaiheessa lääkäri vain toteaa, ettei asia näytä vakavalta, koska koulumenestys ei ollut kärsinyt. Päinvastoin, keskiarvo oli täysi kymppi.

Tilanne pahenee ja Julian vanhemmat alkavat hermostua. Julia näkee kaikessa rasvaa, ja kun on syönyt jotain vähän enemmän rasvaista, alkaa heti moittia itseään. Liikkumisesta tulee pakkomielle, mutta eihän sitä vähällä ravinnolla jaksaa loputtomiin.

Mielestäni kirja oli kirjoitettu onnistuneesti nuoren näkökulmasta. Kerronta oli aitoa ja todenmukaista. Se on jossain määrin liikuttava, mutta ennemminkin sanoisin sitä ahdistavaksi. Tuli sellainen olo, kuin olisi ollut vieressä seuraamassa tapahtumia, tai ollut itse joku henkilöistä.

Ärsyttävää kirjassa oli se, että yhdessä vaiheessa, kun kuvattiin kuinka robottimaista Julian elämä oli, toistui monta kertaa ”Hän meni kouluun, tuli kotiin, lähti juoksemaan”. Tarkoituksella tietenkin, mutta se olisi voitu sanoa vaikka ”...ja niin toistui monta viikkoa”.

Kirjasta pitäisivät varmasti henkilöt, jotka lukevat mielellään tosipohjaisia tarinoita. Ei sovellu heikkohermoisille.

Julkaisija:

Oulun seudun vammais- ja
kansanterveystyön järjestöt ry
Isokatu 47
90100 OULU

2

OULUN KAUPUNGIN VAMMAISNEUVOSTO TIEDOTTAA

Oulun kaupunginhallitus nimitti kokouksessaan, 26.1.2009, Oulun kaupungin vammaisneuvoston jäsenet; kuusi vammaisjärjestöjen edustajaa ja kuusi hallintokuntien edustajaa, mukaan lukien kaupunginhallituksen edustaja.

Kaupunginhallitus hyväksyi vammaisjärjestöjen esityksen vammaisneuvoston toimikauden pidentämisestä kahdesta vuodesta neljään vuoteen, näin ollen valitun neuvoston toimikausi on 2009 - 2012. Lisäksi kaupunginhallitus lähetti vammaisneuvoston toimintasuunnitelma- ja talousarvioesityksen sosiaali- ja terveyslautakunnan käsiteltäväksi ja totesi, että sosiaali- ja terveystoimi järjestää vammaisneuvostolle sihteerin.



Vammaisneuvoston edustajat vv. 2009 – 2012
Puheenjohtaja: Unto Lampine
Oulun Invalidien Yhdistys ry

Muut järjestöjen edustajat: Timo Huusko, Kynnys ry, Jorma Inkamo, Oulun Reumayhdistys ry, Lasse Jalonen, Pohjois-Pohjanmaan Näkövammaiset ry, Anni Mannelin, Oulunläänin lihastautiyhdistys ry, Sakari Murtovaara, Oulun seudun MS-yhdistys ry, Sirkka Rautio, Oulun Kehitysvammaisten Tuki ry.

Hallintokuntien edustajat: sosiaali- ja terveystoimi, palveluesimies Anne Filali, liikuntatoimi, erityis-liikunnanohjaaja Ulla Virrankoski, nuorisotoimi, suunnittelija Päivi Koponen, opetustoimi, erityisopettaja Irja Jylhä, Liikelaitos Oulun tilakeskus, hankearkkitehti Kari Parkkinen. Kaupunginhallituksen edustaja Marja-Leena Kemppainen.

Vammaisneuvoston sihteer:
yhteyspäällikkö Juha Fränti
044 703 4031
etunimi.sukunimi@ouka.fi