

NÄKÖVAMMAISTEN

airut



1

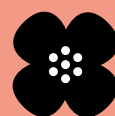
2026

**Aisti Sport
on vuoden
urheilu-
seura**

**Satu Rämön
Hildur-sarjassa
on sokea
Tinna-täti**

**Erja Tulasalo
aloittaa Airuen
kolumnistina**

**Lihavuuteen
kannattaa hakea
apua**



NÄKÖVAMMAISTEN airut

SISÄLTÖ



KANSIKUVA

Pakkanen puree nenää. Pukuhuoneessa tuoksuvat parkkiintuneet puuseinät. Jäällä kirsкуvat luistimet ja kaikuvat kiekon läimäisyt.

KUVA:
Da Silva Emmanuelle /
Shutterstock.com

 Näkövammaisten liitto

Pääkirjoitus **3**

Kiikarissa **4**

Aisti Sport valittiin Vuoden Urheiluseuraksi **7**

Airut-podcastin aiheena tekoäly **8**

Satu Rämön Hildur-sarjassa on sokea Tinnä-täti **10**

Korjausavustus auttaa kotona asumisessa **14**

Omaa ääntä etsimässä **17**

Tampereen yhdistyksellä on apuvälinepalvelu ja lomakoti **18**

Pohjoismaissa näkövammaisilla on samat haasteet työllistyä **21**

Terveudeksi! **24**

Minuuden rannalta **27**

Ilmoitukset **28**

Näkövammaisten liiton jäsenlehti

115. vuosikerta

6 numeroa vuodessa verkkolehtenä, äänilehtenä, pistekirjoituksella, Luetusjulkaisuna ja pdf:nä.

Kulttuuri-, mielipide- ja tiedelehtien liiton Kultti ry:n jäsen ja sitoutunut Journalistin ohjeisiin.

airutlehti.fi nakovammaistenliitto.fi

ISSN:
äänilehti: 1238-058X
verkkolehti ja pdf:
2737-1247
pistekirjoituslehti:
0358-2949

Ulkoasu: Marko Myllyaho

Päätoimittaja

Marika Mäkinen
p. 09 3960 4652,
0500 417 670

Taitto ja ilmoitukset

Liisa Lähteenmäki
p. 09 3960 4651
050 396 4651

airut@
nakovammaistenliitto.fi

Tilaukset, versio- ja osoitteenmuutokset

p. 09 3960 4656
ti-to klo 9-12
lehtitilaukset@
nakovammaistenliitto.fi



Kohtaavatko elämänvaiheet ja tarpeet?

Vuoden alussa voimaan tullut muutos vammaispalvelulakiin ei muuttanut itse palveluja, kuten henkilökohtaista apua tai liikkumisen tukea. Se täsmensi, kenelle vammaispalveluja myönnetään ja millä perusteilla. Muutos on merkittävä näkövammaisten kannalta.

Lakiin lisättiin säännös elämänvaiheista. Jatkossa arvioidaan, poikkeako vammaisen avun tai tuen tarve siitä, mikä hänen elämänvaiheessaan katsotaan tavanomaiseksi. Näkövamma ei ole sidottu ikään, mutta sen vaikutukset arkeen vaihtelevat elämänvaiheiden mukaan. 25-vuotiaan opiskelijan ja 80-vuotiaan eläkeläisen tarpeet ovat erilaisia.

Säännös herättää paljon kysymyksiä. Kuka määrittelee, mikä on tavanomainen tarve missäkin elämänvaiheessa ja milloin yleiset palvelut riittävät? Arvioinnin ei tule perustua yleistäviin oletuksiin vaan yksilölliseen tilanteeseen.

Olemassa olevat vammaispalvelupäätökset eivät muutu automaattisesti. Ennen vuotta 2025 tehdyt päätökset ovat voimassa siirtymäajan mukaisesti vuoden 2027 loppuun.

Vammaispalveluja haettaessa keskeistä on oma ääni ja perustelut: miten näkövamma vaikuttaa arkeen ja elämään ja miten tarpeet poikkeavat samassa elämänvaiheessa olevan näkevän ihmisen tarpeista. Tässä oikeuksienvallontamme auttaa.

Lain muutos lisää tiedon tarvetta. Järjestämme huhti-toukokuussa koulutuksia vammaispalveluista. Kerromme lisää verkkosivuillamme ja eri kanavissamme. Tieto vahvistaa oikeuksia ja auttaa varmistamaan, että elämänvaiheita punnittaessa yksilö ei katoa. 🌸

”Kuka määrittelee, mikä on tavanomainen tarve missäkin elämänvaiheessa ja milloin yleiset palvelut riittävät?”





Näkövammaisten liiton oikeuksienvallvonnalla iso merkitys ihmisten arkeen

Tuore palautekysely kertoo, että Näkövammaisten liiton oikeuksienvallvonnalla on vaikutusta ihmisten arkeen. Palautekyselyssä näkövammaiset ja läheiset kertoivat olevansa erittäin tyytyväisiä oikeuksienvallvonnasta saamaansa neuvontaan, joka saa arvosanaksi 4,9 (asteikolla 1-5).

Peräti 96 prosenttia vastaajista sai tukea tilanteeseensa ja neljä prosenttia sai avun osittain. Kukaan ei jäänyt ilman apua.

Lähes kaikki vastaajat kokivat, että yhteydenotto auttoi viemään asiaa eteenpäin ja saatu ohjaus auttoi arjessa.

Palvelu oli vastaajien mukaan asiantuntevaa, laadukasta, vaikuttavaa ja ystävällistä.

Palautekyselyyn vastasi näkövammaisia, läheisiä ja näkövammaisten lasten huoltajia. 🌸

Vapaaehtoislukijoita palkittiin

Näkövammaisten liiton lukupalvelun vapaaehtoislukijoita palkittiin ansiokkaasta työstä. **Markus Lahti** Mäntyharjulta ja **Marja Laaksonen** Helsingistä saivat hopeisen ansiomerkin ja **Raija Heimonen** Espoosta ja **Sinikka Mustonen** Helsingistä pronssisen.

Tällä hetkellä vapaaehtoislukijoita on 17. Heistä kahdeksan lukee kotona ja yhdeksän Iris-keskuksessa. Nykyisistä lukijoista kaikki ovat lukeneet vähintään 10 vuotta ja pisimpään lukenut on toiminut tehtävänsään 25 vuotta.

Näkövammaisten liiton lukupalvelu on toiminut vuodesta 1993 alkaen. 🌸

KUVA: MARIKA MÄKINEN



Vapaapainia näkövammaisille

Vuoden Urheiluseuraksi vastikään valittu Aisti Sport järjestää tämän kevään aikana vapaaottelukokeilun Helsingissä. Kokeilu toteutetaan yhteistyössä ammattilaisvapaaottelija **Alexi Mäntykiven** kanssa.

Kokeilu on suunniteltu pysty- ja matto-tekniikoiden kautta näkövammaisille soveltuvaksi. Sen tavoitteena on tuoda vapaaottelun tekniikat harjoittelumuotona mahdolliseksi näkövammaisille.

Lisätietoa kokeilusta löytyy Aisti Sportin kotisivuilla osoitteesta www.aistisport.com.



Facebook-nosto

"Uuden vuoden juhlintaa ei tarvitse lopettaa, vaikka ei raketteja ampuisikaan. Hyviä, saasteettomia ja äänettömiä vaihtoehtoja ovat esimerkiksi laser-esitykset, valotaide, ympäristöystävällisten lyhtyjien laskeminen vesille tai ilmaan ja tuli- ja drone-esitykset. Olisiko vihdoinkin aika siirtyä niihin?"

Facebook.com/
NakovammaistenLiitto 🌸

65 v

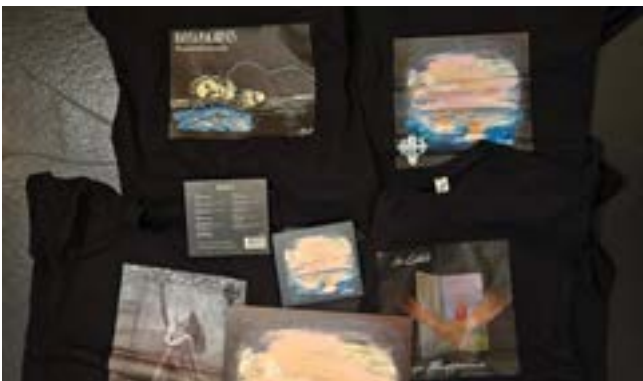
**Näkövammaisten liiton
oikeuksienvälöntötyön ikä.**

**Vielä ehdit osallistua
hyväntekeväisyys-
kampanjaan!**

Sokea muusikko **Mikko Herranen** ja visionääri **Timo Hirvonen** ovat julkaisseet Hetket-cd:n, jonka tuotot menevät we4you-yhdistykselle. We4you auttaa vakavasti sairaita lapsia ja nuoria sekä heidän perheitään. Kampanja päättyy maaliskuun alussa.

Hetket-levyllä esiintyy Herrasen lisäksi **Hanna Pakarinen, Essi Wuorela, Tanya Kemppainen, Mari Multanen, Satu Cee** sekä Amorphiksen jäsenet **Tomi Joutsen** ja **Tomi Koivusaari**.

Kampanjan mahdollinen voitto lahjoitetaan we4you:lle. Mukaan pääsee ostamalla levyn www.levykauppax.fi tai paidan mherrane@gmail.com. 🌸



KUVA: KONSTA PUNKKA / DOCART KY



Hämärä luonto ja sokea luontoharrastaja

Ota katseluun kuusiosainen Hämärä luonto -sarja, jossa yhdessä pääosassa on näkövammaisen luontoharrastaja. Sarja löytyy Yle Areenasta.

Hämärä luonto -sarja paljastaa suomalaisen luonnon salatun puolen, joka herää eloon yöllä. Suurimmalle osalle eläimistä yön tunnit ovat kaikkein aktiivisinta aikaa. Oppaina öiseen luontoon ovat viisi hämärän kulkijaa: maailmankuulu luontovalokuvaaja **Konsta Punkka**, sokea lintuharrastaja **Heidi Koivunen** opaskoiransa kanssa, kiiltomatotutkija **Linnea Kivelä** ja lepakoiden elämään paneutunut pariskunta **Anna Blomberg** ja **Ville Vasko**. 🌸



Markus Tihumäki vastaanotti Vuoden Urheiluseuran palkinnon Urheilugaalassa.

Aisti Sport valittiin Vuoden Urheiluseuraksi

Aisti Sport on valittu Vuoden Urheiluseuraksi vuoden 2026 Urheilugaalassa tammikuussa. Valinta julkistettiin palkintoseremoniassa, jossa juhlistettiin suomalaisen urheilun merkittäviä tekoja ja tekijöitä.

TEKSTI **Marika Mäkinen**

KUVA **Urheilugaala / Janina Pitkänen**

Vuonna 2017 perustettu Aisti Sport palkittiin tunnustuksella pitkäjänteisestä työstä yhdenvertaisen liikunnan edistämisen parissa. Seura tunnetaan erityisesti siitä, että se luo kohtaamisia ja osallisuutta vammaisten ja vammattomien välille. Tämän toiminta-ajatuksen ansiosta seura on noussut inklusiivisen liikunnan edelläkävijäksi Suomessa.

Aisti Sport tarjoaa laajan valikoiman

näkövammaisille sovellettuja urheilulajeja, kuten maalipalloa, näkövammaisjäähkiekkoa, näkövammaisjalkapalloa, sokkopingistä ja näkövammaistennistä. Lisäksi seura järjestää toimintaa lapsille ja nuorille Aisti Play -liikuntakerhon ja Aisti Games -pallolukerhon muodossa.

Aisti Sportia luonnehdittiin ennakkoluuloja murtavaksi toimijaksi, jonka kautta harrastajat ovat löytäneet merkitystä elämään, yhteisön ja jopa uuden ammatillisen polun.

Palkinnon vastaanotti seuran perustajajäsen **Markus Tihumäki**. Hänen mukaansa seura perustettiin alun alkaen halusta luoda enemmän harrastusmahdollisuuksia erityisesti näkövammaisille, ja tehdä tämä työ vammaisten ja vammattomien yhteistyöllä. 🧡

Airut-podcastin aiheena tekoäly

- Airut-podcastissa keskustellaan tällä kertaa tekoälyn mahdollisuuksista ja haasteista erityisesti näkövammaisten näkökulmasta.
- Markku Möttönen haastattelee Microsoftin pilviarkkitehti Aapo Latvalaa ja Näkövammaisten liiton digitalisaatioasiantuntijaa ja aktiivista tekoälyn käyttäjää Ville Lammista.

TEKSTI JA KUVA **Marika Mäkinen**

Tekoäly on ujuttautunut osaksi arkea, usein huomaamattakin, mutta millaisia vaikutuksia sillä on työelämässä ja vapaa-ajalla? Entä miten saavutettava tekoäly on?

Aapo Latvala kertoo kiinnostuneensa tekoälystä jo lapsuudessa tietokonepeliensä kanssa. Työssään hän suunnittelee asiakkaille tekoälyratkaisuja ja näkee kehityksen seuraavina askelina multimodaaliset mallit sekä niin sanotut ”digitaaliset minät”, jotka voivat tulevaisuudessa tukea ihmistä monipuolisesti verkossa ja arjessa.

Ville Lamminen puolestaan kuvaa, miten tekoäly voi olla näkövammaiselle käyttäjälle merkittävä apuväline esimerkik-

si tulkitsemalla ympäristöä ja kuvia. Arjessa erityisen tärkeitä sovelluksia ovat Be My Eyes, Be My AI ja Seeing AI sekä tekoälyn kanssa käydyt keskustelut.

Haasteitakin on. Palvelut muuttuvat nopeasti, eivätkä ne aina täytä saavutettavuusvaatimuksia. Generatiivinen tekoäly tuottaa toisinaan virheellisiä kuvauksia ja vastauksia, mikä voi näkövammaisen näkökulmasta olla jopa vaarallista. Sekä Lamminen että Latvala korostavat läpinäkyvyyttä, vastuullista kehitystä ja laadukasta koulutusdataa, jotta mallit toimisivat yhdenvertaisesti kaikille käyttäjille. Latvala nostaa esimerkiksi varhaiset kasvojen tunnistusalgoritmit, jotka tunnistivat heikosti



Aapo Latvala (vas.), Ville Lamminen ja Markku Möttönen studiossa.

tummaihoisia ihmisiä.

Tulevaisuudessa tekoäly voi sekä lisätä että vähentää yhdenvertaisuutta: hyötyjen saavuttaminen edellyttää hyviä digitaitoja ja saavutettavia palveluita. Mahdollisuudet ovat silti valtavat. Tekoäly voi tukea lääketiedettä, toimia luovana kumppanina ja helpottaa arkea monin tavoin. Ville Lamminen toivoo erityisesti kehittyneitä äylaseja ja luotettavampaa ympäristön tunnistusta.

Tekoäly on jo osa näkövammaisten ihmisten arkea, ja uteliaisuus sekä digitaitojen kehittäminen ovat avaimia sen hyödyntämiseen.

KUUNTELE

Luit juuri tiivistelmän Airut-podcastista, jonka voit kuunnella osoitteessa soundcloud.com/nakovammaistenliitto/airut-podcast-1-26. Podcastin tekstivastine löytyy Airuen verkkolehdestä osoitteesta www.airutlehti.fi/toimitus/tekstivastineet. Seuraava jakso ilmestyy 17. huhtikuuta. 🌸

Satu Rämön Hildur-sarjassa on sokea Tinna-täti

- Helsingin kaupunginteatterin Areena-näyttämön lämpiö on hiljainen tammikuisena maanantai-iltapäivänä. Päiväharjoitukset ovat loppuneet, iltaharjoitukset alkavat kohta.
- Näyttelijä Ursula Salo istahtaa harjoitusten päätteeksi kertomaan Satu Rämön Hildur-romaaniiin perustuvasta roolihahmostaan, sokeasta Tinnasta.

TEKSTI **Riikka Hänninen** KUVAT **Björgvin Hilmarsson / WSOY ja Marika Mäkinen**

Näytelmä on **Satu Rämön** Hildur-sarjan ensimmäiseen dekkariin perustuva Hildur. Tämä islantilainen rikospoliisi on koukuttanut lukijoita jo viiden kirjan verran, ja tammikuun lopussa Helsingin kaupunginteatterissa ensi-iltansa saavan näytelmän lisäksi pyörähtää käyntiin myös tv-sarja Nelosella.

Saloa kiinnostaa tarina ja ihmiset
Kaupunginteatterissa Hildurin Tinna-tätiä näyttelevä **Ursula Salo** miettii kaikessa näyttelemisessä sitä, miten hahmo vie tarinaa eteenpäin ja mitä sivuhenkilö voi auttaa kertomaan päähenkilöstä.

– Minulle tärkeintä on Tinnan ja Hildurin suhde, se lämpö ja mutkaton avoimuus, mikä heidän välillään on. Tinna on Hildurin luottohenkilö, pohdiskelee Salo.

Kahden naisen historia onkin tiivis ja painava. Tinnasta tuli Hildurin huoltaja, kun Hildurin vanhemmat kuolivat hänen ollessaan teini-ikäinen. Molemmat ovat joutuneet kohtaamaan suuria menetyksiä, kun heidän perheenjäseniään on kadonnut ja kuollut.

Ensimmäistä kirjaa seuraava lukija tutustuu kaikkeen tähän, ja vasta paljon myöhemmin, vähän kuin sivulauseessa paljastuu, että Tinna on sokea. Tämä yllättää myös Hildurin poliisikollegan Jakobin. Kun Jakob kysyy, miksei Hildur kertonut



Kirjailija Satu Rämö.

etukäteen, että hänen tätinsä on sokea, Hildur vastaa, että miksi olisi pitänyt.

- Pidän tästä sananvaihdesta niin paljon, että pysyin sen mukaan näytelmään, Salo kertoo.

- Tässä kiteytyy Tinnan ja Hildurin asenne koko asiaan.

Myös Satu Rämö pitää valintaa onnistuneena.

- Halusin kertoa Tinnan sokeudesta lukijalle vaivihkaa, ikään kuin kertoisin jonkun hiustenväristä. Olen ylpeä siitä, että onnistuin tässä.

Rämöä kiinnostaa toisin katsominen

Kirjailija Satu Rämön hyvä ystävä on näkövammainen ja sitä kautta häntä alkoi kiinnostaa, miten maailma hahmottuu, jos näköaisti ei ole pääosassa.

- Halusin, että yksi henkilöistä on sokea. Sen piti olla keskeinen henkilö, joka on lähes aina läsnä. Sokea rikostutkija tuntui vähän liian isolta palalta kakkua, joten valinta päättyi luontevasti Tinnaan, joka on Hildurin läheisin ihminen.

Kirjoissaan Rämö ei ole halunnut juuriakaan kuvailla Hildurin ulkonäköä vaan sitä, mitä hän tekee. Tällä valinnalla on syvät syyt.

- Olen kyllästynyt siihen, miten ihmisiä luonnehditaan kirjoissa ulkonäön kautta. Joku on urheilullinen, joku on pitkä, joku kaunis. Näitä ominaisuuksia liitetään aivan liian usein ihmisen luonteeseen. Myös niin, että vammaisia ihmisiä saatetaan kuvailla mukaviksi tai sankarillisiksi, koska he ovat vammaisia. Haluan, että minun kirjoissani kuka vain voi olla millainen tahansa. En halua, että fyysiset ominaisuudet määrittävät ihmisen tekoja ja olemusta.

Selvittääkseen näkövammaisena elämisen arkea Rämö on lukenut paljon lehti-juttuja ja näkövammaisuudesta kertovaa materiaalia. Parasta kuitenkin on ollut, kun hän on löytänyt luottoihmisiä, joilta hän on voinut kysyä kaikkea mahdollista näkövammaisen arkeen liittyvää.

- Vaikka Hildur-kirjat ovat fiktiota, näitä arkifaktoja en ole voinut keksiä itse. Siitä kärsisi koko tarinan maailma, sanoo Rämö.

Huolellista valmistelua

Tinna on aktiivinen ja itsenäinen nainen, jota maailman asiat kiinnostavat. Hän kokkailee säännöllisesti siskontytölleen Hildurille kaikenlaisia ruokia ja kulkee tuttuja reittejä pienellä Ísafjörðurin kylällä Islannin Länsivuonoilla.

- Pidän siitä, että Tinna ei ole mikään kotiinsa käpertynyt eläkeläinen tai sokea raukka. Harmi kyllä, Tinna ei pysty kokkailemaan näyttämöllä samalla lailla kuin kirjoissa. Meillä on hyvin pelkistetty lavastus, näyttelijä Ursula Salo selostaa.

Hän on kuitenkin haastanut itseään ja harjoitellut kotona pienien kotitöiden tekemistä sokeana. Hän kävi parikin kertaa Näkövammaisten liiton Iris-keskuksen Pimé Caféssa tutustumassa sokeana toimimiseen ja jututtamassa näkövammaisia ihmisiä heidän elämästään. Heurekaan Toisin silmin -näyttelyssä hän kirjoitti itselleen käyntikortin pistekirjoituksella.

Lavalla Tinnan sokeus näkyy pienissä asioissa, vaikka Salo itse näkeekin koko ajan, mitä on tekemässä.

- Minun pitää muistaa, etten ota katsekontaktia vastaanäyttelijään, vaikka puhuisinkin hänen äänensä suuntaan. Ja jos kättelen jotakuta, käsi ei välttämättä heti



Tinnaa näyttelevä Ursula Salo (vas.) ja Hilduria näyttelevä Elena Leeve (oik.) vierailivat Pimé Caféssa tutustumassa näkövammaisuuteen Tessa Kopsen opastuksella.

osu suoraan toisen käteen.

Liikkumiseenkin Salo on etsinyt uudenlaista otetta. Jalat ja kosketus maahan tuntuivat tärkeiltä, ja niinpä Salo päätti, että Tinnalla on kotonaan villasukat jalassa, jotta hänellä säilyy tuntuma siihen, mitä jalkojen alla on.

- Näyttämöllä kävellessä huomasin, että en voi kävellä täydellä vauhdilla ovelta toiseen paikkaan niin kuin normaalisti näkevä henkilö tekisi.

Vanhoiden versioiden ja uuden synnyttämisen erilaiset maailmat

Salon harjoitellessa Hildur-näytelmää on Rämökin saapunut Islannista Suomeen. Juuri nyt kirjailijan työhön liittyy paljon haastatteluja ja esillä olemista. Hän odot-

taa innolla sekä näytelmää että tv-sarjaa.

- On hienoa päästä katsomaan muiden ihmisten tulkintoja maailmasta, jota olen ollut itse luomassa, kirjailija sanoo.

Rämö on ehtinyt piipahtaa näytelmän harjoituksissa.

- Satu on lupautunut olemaan meille avuksi roolihenkilöiden taustojen valottamisessa, mutta hän on antanut meille hyvin vapaat kädet tämän version luomissa, Salo kiittelee.

Kun ensi-ilta on ohi ja tv-sarja pyörii, kirjailija vetäytyy kirjoittamaan kuudetta Hildur-kirjaa kotiinsa Islannin Länsivuonon rauhaan.

- En pysty luomaan uutta, jos sosiaalista elämää on liikaa. Uuden luomiseen tarvitsen yksin olemisen taikaa, Satu Rämö sanoo. 🌸

Korjausavustus auttaa kotona asumisessa

- Oma koti on monelle tärkein paikka.
- Ikääntyneille ja vammaisille henkilöille kotona asuminen voi kuitenkin olla hankalaa ilman muutoksia.

TEKSTI **Varke (Valtion tukeman asuntorakentamisen keskus)**

KUVA **Markku Hellevuo / Ehta Oy**

Kun koti tukee arjen sujuvuutta ja turvallisuutta, siellä voi asua pidempään ja huolettomammin. Jos korjauksiin ei meinaa riittää rahaa, apua voi saada valtion korjausavustuksesta.

Valtion tukeman asuntorakentamisen keskuksen myöntämällä korjausavustuksella voidaan tehdä muutoksia, jotka parantavat kodin turvallisuutta ja esteettömyyttä. Avustus on tarkoitettu perheille tai ruokakunnille, joissa asuu vähintään yksi yli 65-vuotias tai toimintarajoitteinen henkilö.

– Avustuksella voidaan esimerkiksi

asentaa tukikaiteita, korjata vuotava katto tai suihkutilat esteettömiksi, kertoo Valtion tukeman asuntorakentamisen keskuksen ylitarkastaja ja tiiminvetäjä **Hanna Ahlberg** korjausavustustiimistä.

– Korjausten on kuitenkin oltava välttämättömiä tai niiden on parannettava liikumista kodissa.

Avustusta voi saada vain, jos perheen tai ruokakunnan tulot ja varallisuus pysyvät avustuksen tulo- ja varallisuusrajoissa.

– Esimerkiksi kahden hengen taloudessa kuukausitulot voivat olla ennen veroja enintään 3 400 euroa, Ahlberg tarkentaa.



Korjausavustusta voi saada vain, jos perheen tai ruokakunnan kuukausitulot ovat ennen veroja enintään 3400 euroa.

On hyvä tutustua ennen hakemista avustuksen tarkempiin ehtoihin kuten siihen millaisiin korjauksiin avustusta voi saada. Esimerkiksi mökille tehtäviin korjauksiin avustusta ei saa.

– Avustuksella voidaan korjata sitä asuntoa tai taloa, jossa hakijan perhe asuu vakituisesti. Tarkoituksena on nimenomaan parantaa mahdollisuuksia sille, että voidaan jatkaa kotona asumista, kun sitä vaikeuttavat ja estävät ongelmat saadaan korjattua, Ahlberg kertoo.

Remonttia ei kannata aloittaa ennen avustuspäätöstä

Avustusta on haettava ennen korjaustöiden aloittamista ja hakijan on myös odotettava, että hän saa avustuspäätöksen ennen kuin aloittaa korjaukset. Kun hakija saa hyväksyvän päätöksen avustukselle, voi työt aloittaa. Kannattaa kuitenkin huomata, että korjaukset pitää ensin maksaa itse, sillä avustus maksetaan avustuksen saajalle vasta korjaustöiden valmistuttua.

Jos korjauksella on kiire, Valtion tueman asuntorakentamisen keskukselta voi pyytää lupaa töiden aloittamiseen aiem-

Hakeminen kannattaa aloittaa ajoissa – remonttia ei saa aloittaa ennen päätöstä tai ilman erillistä aloituslupaa.

min. Hanna Ahlberg tarkentaa vielä, että aloitusluvan saaminen ei siltikään takaa sitä, että hakija saisi avustuksen.

– Jos vain avustuksen hakijan tilanne sen sallii, suosittelemme siis odottamaan avustuspäätöstä ennen kuin korjauksia aletaan tekemään.

Miten ja mistä avustusta haetaan?

Korjausavustusta haetaan Valtion tukeman asuntorakentamisen keskukselta joko verkkoasiointipalvelussa tai paperihakemuksella. Verkkoasiointia käyttämistä suositellaan, sillä se nopeuttaa käsittelyä.

– Jos hakeminen tuntuu hankalalta, voi esimerkiksi sukulaisen valtuuttaa tekemään hakemuksen puolestasi, Ahlberg kertoo.

Hakijan kannattaa tutustua etukäteen avustuksen ohjeisiin ja tarkistaa sekä tulo- ja varallisuusrajat että se, voiko kotiin tarvittaviin korjauksiin saada avustusta.

Valtion tukeman asuntorakentamisen korjausavustustiimi auttaa hakijoita avustukseen liittyvissä kysymyksissä. He kannustavatkin ottamaan yhteyttä mieluummin hyvissä ajoin kuin vasta myöhemmin.

Kuka myöntää korjausavustusta?

1.3.2025 alkaen korjausavustuksen myöntäjänä on toiminut Valtion tukeman asuntorakentamisen keskus, joka on osa ympäristöministeriötä. Aiemmin avustusta myönsi Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (Ara).

Keskuksen korjausavustusten asiakaspalvelu auttaa avustukseen liittyvissä asioissa. Palvelua saa keskiviikkoisin klo 9–11 numerosta 029 525 0560 tai sähköpostitse osoitteesta korjausavustus.varke@gov.fi.

Lisätietoja osoitteesta www.varke.fi/korjausavustus

Avustusohjeet: avustusohjeet.varke.fi/fi/korjausavustus 

Omaa ääntä etsimässä

Pohjois-Pohjanmaalta syntyisin oleva Erja Tulasalo on kirjailija ja kuvantekijä, jonka esikoisromaanin Oranssi puutarha julkaistiin vuonna 2023. Tulasalo aloittaa nyt Airut-lehden uutena kolumnistina.

TEKSTI ja KUVA **Marika Mäkinen**

Erja Tulasalon laaja haastattelu julkaistiin Airut lehdessä syksyllä 2023. Tämä artikkeli perustuu tiivistelmään tuosta haastattelusta. Toimittaja Virpi Jylhän kirjoittaman jutun voi kokonaisuudessaan lukea Näkövammaisten Airut -lehden numerosta 5/2023.

Tulasalon esikoisromaani Oranssi puutarha oli vahvasti omaelämäkerrallinen teos. Kirja kuvaa kasvua ja irtautumista tiukasti rajatusta lestadiolaisesta yhteisöstä sekä identiteetin rakentumista ympäristössä, jossa poikkeaminen normeista herättää häpeää ja ulkopuolisuuden tunnetta.

Yhteisön vahvat säännöt, seksuaalisuuteen liittyvät tabut ja jatkuva synnin korostuminen muodostavat ympäristön, jossa päähenkilö kokee jo varhain olevansa vääränlainen. Erityisen raskasta on tunne siitä, ettei omaa minuutta ja rakkautta voi ilmaista avoimesti. Tulasalo kutsuu teostaan tunnetason autofiktioksi: se ei ole suora elämäkerta, vaan kirjallinen muoto, jossa koettu, kuviteltu ja kirjoitettu lomittuvat toisiinsa.

Kirjoittaminen ja taide kulkivat Tulasalon elämässä mukana jo varhaisesta iästä lähtien. Näkövamma ja yhteisön varauksel-



Erja Tulasalo Iiriksessä. Taustalla valkoisista kepeistä koostuva White Noise -tilataideteos, jonka Tulasalo teki yhdessä Maarit Hedmanin kanssa.

linen suhtautuminen taiteilijan ammattiin eivät sammuttaneet luomisen tarvetta, vaikka ne lykkäsivät sen toteuttamista. Myöhemmin irtautuminen yhteisöstä avasi tilaa kokeilla taiteen eri muotoja ja etsiä omaa ilmaisua. 🌀

Tampereen yhdistyksellä on apuvälinepalvelu ja lomakoti

- Tampereen seudun Näkövammaiset ry on perustettu vuonna 1909. Jäseniä sillä on kaiken kaikkiaan 1134. Varsinaisia heistä on 1028.
- Yhdistyksen toiminta-alue on Pirkanmaa ja osa Kanta-Hämettä. Puheenjohtajana toimii Esko Jantunen.

TEKSTI **Virpi Jylhä** KUVAT **Leena Lipponen**

Yhdistyksen toimintakeskus sijaitsee Tampereen keskustassa osoitteessa Kuninkaankatu 8. Siellä ovat muun muassa apuvälinepalvelu, kerhotila, äänilehtien lukustudiot, digineuvonnan tiloja sekä kuuden Tampereella työskentelevän henkilön työtilat. Kaiken kaikkiaan yhdistyksessä työskentelee 15 henkilöä ja yli sata vapaaehtoista.

Yhdistys tekee monipuolisesti yhteistyötä eri tahojen kanssa. Vapaaehtoiset ja toimihenkilöt vierailevat säännöllisesti

erilaisissa tapahtumissa sekä kohtaamispaikoissa kertomassa yhdistyksestä ja sen palveluista.

Lomakoti Koivupuisto

Tampereen seudun Näkövammaisten omistuksessa on Suomen ainoa jäljellä oleva näkövammaisten lomakoti. Lomaja kurssikeskus Koivupuisto sijaitsee Ylöjärvellä, noin 20 kilometrin päässä Tampereelta. Se on ollut yhdistyksen omistuksessa vuodesta 1969. Koivupuistossa



Näkövammaistyön koordinaattori Saara Ahlroth (vas.) ja vapaaehtois- ja vertaistoimija Mari Ojala.

on majoitus- ja ruokapalveluita, joista huolehtii yrittäjä. Majoituksen voivat varata muutkin kuin yhdistyksen jäsenet. Koivu-puisto palvelee laajaa asiakaskuntaa ja yhdistyksen omien tapahtumien lisäksi siellä järjestetään erilaisia tilaisuuksia, ja esimerkiksi rippileirejä.

Monipuolisesti toimintaa

Yhdistyksen tapahtumiin tai ryhmiin osallistuakseen ei tarvitse olla jäsen. Erilaisia vapaaehtoisten vetämiä ryhmiä on

kolmisenkymmentä, esimerkiksi joogaa, käsitöitä, maalipalloa, sokkopingistä, ilma-aseammuntaa ja englannin kielen keskusteluryhmä. Myös senioreille ja työikäisille on omat ryhmänsä.

– Uutena meillä toimii kevään ajan opiskelijayhteistyönä toteutettava tasapainoryhmä. Toimintamme on monipuolista, joten kannattaa lukea viikoittainen ohjelmatarjontamme yhdistyksen verkkosivuilta tai Näkövammaisten liiton ylläpitämältä Pirkanmaa-keskustelukanavalta, toiminnanjohtaja **Olli-Pekka Rättäri** vinkkaa.



Tampereen seudun Näkövammaisten apuvälinepalvelussa voi kokeilla erilaisia pienapuvälineitä.

Apuvälinepalvelua

Vuodesta 1998 Tampereella on toiminut apuvälinepalvelu, jossa pääsee tutustumaan erilaisiin näkemisen pienapuvälineisiin. Suosittuja tuotteita ovat suurennuslasit sekä kellot ja muut suomea puhuvat apuvälineet, kuten lämpö-/kuumemittari.

Apuvälinepalvelu on toimintakeskuksen ensimmäisessä kerroksessa ja se on avoinna maanantaisin kello 12–16, jolloin paikalla on tuotteita esittelemässä itsekin näkövammaisen **Mari Ojala**. Samaan aikaan avoinna on toimintakeskuksen toisessa kerroksessa sijaitseva digineuvonta, joten siellä voi piipahtaa, kun käy hoitamassa apuvälineasioita kuntoon.

Apuvälinepalvelulla ei ole verkkokauppaa. Mikäli ei pääse käymään toimintakes-

kuksella normaalin aukioloajan puitteissa, voi käynnistä sopia erikseen näkövammaistyön koordinaattori **Saara Ahlrothin** kanssa.

– Toivotamme asiakkaat lämpimästi tervetulleiksi Tampereelle tutustumaan apuvälineisiin, Ahlroth sanoo.

Yhteystiedot

Käynnit toimistolla vain ajanvarauksella.
Osoite: Kuninkaankatu 8 A 1, 33210 Tampere.
toimisto@tsnv.fi, www.tsnv.fi
puh. 050 520 5075 (ma-to 9-11)

Apuvälinepalvelu

Avoimna ma klo 12–16, muulloin ajanvarauksella. Saara Ahlroth, saara.ahlroth@tsnv.fi tai 044 705 4438. 📞

Pohjoismaissa näkövammaisilla on samat haasteet työllistyä

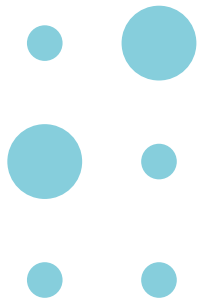
- Pohjoismaiset näkövammaisjärjestöt kokoontuivat tammi-kuussa Norjan sokeiden ja heikkonäköisten liiton kuntoutuskeskus Hurdaliin pohtimaan näkövammaisten asemaa ja mahdollisuuksia työelämässä ja työllistymisessä.
- Kävi ilmi, että ongelmat ovat pitkälti samoja, mutta erojakin löytyi.

TEKSTI **Sari Kokko** KUVA **Tero Vuorinen**

Pohjoismaissa näkövammaiset kohtaavat työelämässä ja työllistymisessä samanlaisia esteitä eikä näkövammaisten työllisyystilanne ole vuosien mittaan juurikaan muuttunut. Näkövammaisten työllisyysaste vaihteli 30–50 prosentin välillä. Suomessa näkövammaisten työllisyysaste on Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen ylläpitämän Näkövammarekisterin tilastojen mukaan 41 prosenttia.

Työelämään pääsy on kaikissa Pohjoismaissa haasteellista. Ruotsissa etenkin näkövammaisten naisten ja maahanmuuttajien on vaikea työllistyä. Tanskassa ja Suomessa näkövammaiset nuoret eivät tahdo saada jalkaansa työpaikkojen ovien väliin ja Islannissa ja Norjassa näkövammaiset jäävät muuta väestöä aikaisemmin eläkkeelle.

Työelämään pääsyn esteinä ovat useimmin asenteet ja ennakkoluulot näkövam-



Ajatus, että näkövamma on resurssi – ei riski, auttaa eteenpäin.

maisista kohtaan sekä digitaalisen saavutettavuuden ongelmat. Ennakkoluuloja kuvaa hyvin se, että Islannissa tehdyn tutkimuksen mukaan ihmiset sairastuisivat mieluummin syöpään kuin sokeutuisivat.

Etenkin Norjassa ja Suomessa isona esteenä nähdään työsyörintä, joka sisältää myös rekrytointisyörintän.

Teknologian saavutettavuusongelmat liittyvät myös rekrytointiprosesseihin, sillä niissä käytettävät testit eivät läheskään aina ole näkövammaisille saavutettavia. Henkilökohtaisia ominaisuuksia testatessa saatetaan todeta, ettei näkövammaisella ole empatiakykyä tai älykkyyttä, vaikka kyse olisi siitä, että käytetty testausmenetelmä ei ole näkövammaiselle saavutettava. Näin ihmiset eivät pääse tekemään koulutustaan ja kiinnostustaan vastaavaa työtä.

Nuorten siirtymä työelämään

Ruotsissa on tehty maisteritutkielma näkövammaisten nuorten siirtymästä opinnoista työelämään. Tutkimustuloksista käy ilmi, että opintojen aikana saadulla tuella ja toimivilla apuvälineillä on suuri merkitys

työelämään siirtymisessä. Ne nuoret, jotka eivät olleet saaneet ohjausta ja tukea, kokivat epävarmuutta eivätkä luottaneet pärjäämiseensä. Ajatus, että näkövamma on resurssi – ei riski, auttaa eteenpäin.

Pohjoismaiden näkövammaiset nuoret kävivät paneelikeskustelun työelämään siirtymisestä ja siitä, millaisia kokemuksia heillä itsellään on. Paneelissa puhuttiin kesätöiden, opintojen aikaisen työkokemuksen ja opintoihin liittyvien työharjoittelujen merkityksestä. Työkokemusta olisi tärkeää kerätä erilaisista työtehtävistä, jolloin oma näkemys laajenee ja myös työelämätaidot kehittyvät.

Ruotsissa ja Norjassa mentoriohjelmit

Ruotsissa alkoi koronapandemian aikana työllistämishanke ja mentoriohjelma, jonka tavoitteena oli antaa näkövammaisten mentoreiden avulla tukea työtä hakeville näkövammaisille. Kyse oli pilottihankkeesta, jossa selvitettiin työtä hakevien näkövammaisten tuen tarpeita. Hankkeen aikana järjestettiin kaksi lähitapaamista ja webinaareja. Hankkeen päättyessä osa



Työelämään pääsyn esteinä ovat useimmin asenteet ja ennakkoluulot näkövammaisia kohtaan sekä digitaalisen saavutettavuuden ongelmat.

oli työllistynyt, osa opiskeli ja muut kokivat saaneensa lisää ideoita ja työkaluja työnhakuun. Pilottihankkeen jälkeen Ruotsissa on aloitettu ESR-hanke, jonka tavoitteena on luoda toimiva ammatillisen kuntoutuksen malli. Hanke on käynnissä, joten sen tuloksia ei ole vielä tiedossa.

Norjan uratyöpaja-mallissa on mukana näkövammaisia mentoreita, jotka eivät anna työnhakijoille erityisiä ohjeita tai neuvoja, mutta he ohjaavat työnhakijoita ohjausta ja neuvontaa antavien tahojen piiriin. Lähestymistapa on ratkaisukeskeinen, sillä jokaisen näkövammaisen työnhakijan tilanne on yksilöllinen. Mentoringintijärjestelmästä on laadittu käsikirja,

joka ohjaa prosessia. Vuonna 2026 NAV, joka vastaa Suomen Kansaneläkelaitosta, vastaa osallistujien kustannuksista.

Näkövammaiset yrittäjinä

Suomi on Pohjoismaissa poikkeus, sillä näkövammaisista yrittäjinä toimii lähes yhtä moni kuin valtaväestöstäkin. Muissa Pohjoismaissa yrittäjyys ei ole yhtä yleistä.

Paneelikeskustelussa suomalainen ja islantilainen yrittäjä kertoivat kokemuksistaan näkövammaisena yrittäjänä. Molemmat yrittäjät myivät tuotteita tai palveluja, ja toinen työllisti myös muita kuin itsensä ja perheensä. 🧑‍💻

Lihavuus – enemmän kuin kiloja ja painon tarkkailua

Lihavuuteen liittyy paljon ennakkokäsityksiä ja usein myös häpeäleimaa eli stigmaa. Lihavuus on kuitenkin krooninen sairaus, johon saa ja tulee hakea apua.

TEKSTI **Katri Suomalainen**

Lihavuuteen liittyy merkittäviä terveysriskejä, jotka terveydenhuollon ammattilaisen on velvollisuus ottaa puheeksi. Lihavuuden hoidossa keskeistä ovat kunnioittava kohtaaminen sekä kuunteleva ja kyselevä ote.

Lihavuus katsotaan terveysriskiksi, kun painoindeksi ylittää 30 tai jos se ylittää 27 ja siihen liittyy jokin lihavuuteen liittyvä terveysongelma esimerkiksi verensokerissa, veren rasva-arvoissa tai verenpaineessa, sisätautien erikoislääkäri ja lihavuutta ja diabetesta hoitava lääkäri **Jarmo Kaukua** sanoo.

Painoindeksin lisäksi lihavuuden terveysriskiä arvioidaan vyötärön ympäryksen avulla. Se kertoo, onko rasvaa kertynyt sisäelimiin, mikä lisää terveysriskejä myös alemmilla painoindeksilukemilla.

Kaukuan mukaan kilot eivät välttämättä kerro koko totuutta terveydestä. Toisilla terveysriskit toteutuvat pienemmillä ja toisilla suuremmilla painolukemilla, ja joillakin terveysriskit eivät realisoitu koskaan.

On tärkeää huomioida ihminen kokonaisuutena ja selvittää kilotavoitteen ohella, mitä painonpudotuksella haetaan; parempaa energiaa ja jaksamista, aineenvaihdunnallisia hyötyjä, esimerkiksi verensokerin, veren rasva-arvojen ja verenpaineen parantamisen kautta vai kenties parempaa liikkumis- ja toimintakykyä, Kaukua toteaa.

Lihavuuden stigma

Lihavuuteen liittyy usein sisäistettyä stigmaa, joka voi olla esteenä hoitoon hakeutumiseen.

Jos ihminen kokee, että on epäonnistunut ja syyllinen paino-ongelmaansa eikä ansaitse siihen apua, on hän sisäistänyt stigmaa, Kaukua sanoo.

Lihavuuden puheeksi ottaminen vaatii terveydenhuollossa erityistä herkkyyttä. Painosta puhuminen voi avata tien hoitoon, mutta väärällä tavalla tehtynä se voi myös sulkea sen. Jos ihminen kokee tulleen arvostelluksi tai mitätöidyksi, luottamus hoitosuhteeseen voi murentua.

On tärkeää, että terveydenhuollon



Lihavuuden puheeksi ottaminen vaatii terveydenhuollossa erityistä herkkyyttä. On tärkeää, että terveydenhuollon ammattilaiset kohtaavat ihmisen arvostavasti ilman syylistämistä.

ammattilaiset eivät vahvista stigmaa, vaan kohtaavat ihmisen arvostavasti ilman syylistämistä. Kyselevä asenne ja potilaan tilanteeseen tutustuminen kunnioittavasti luovat pohjaa hyvälle yhteistyölle.

Kaukua kannustaa kehopositiiviseen ajatteluun.

Jokainen ihminen on arvokas kehon koosta riippumatta, mutta samalla voidaan huomioida terveysriskit, jotka lihavuuteen liittyvät.

Lihavuuden hoitomuodot

Lihavuus on krooninen sairaus, joka vaatii ammattilaisen tekemän alkuarvion, hoitosuunnitelman ja seurannan hoidon

etenemisestä. Elintapojen muuttamisen ohella käytetään lääkehoitoa sekä lihavuusleikkauksia.

Lääkehoidon vaihtoehtoina ovat suoraan keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet sekä suolistohormonit, jotka normalisoivat hormonaalista energiatasapainon säätelyä ja auttavat näin elämäntapamuutosten toteuttamisessa.

- Lääkehoitojen käyttö yleistyy kovaa vauhtia. Jos pysyvä painonpudotus ei ole onnistunut vuosien tai vuosikymmenten yrittämisellä kaikkien dieettien ja liikunnan lisäämisten jälkeen, on lääkehoito hyvä keino ottaa tilanne haltuun, Kaukua toteaa.

Lääkehoidon vaikutukset kestävät niin pitkään kuin lääkettä käytetään. Se ei ole

kuuri, jolla pystytään parantamaan lihavuuden taustalla oleva patofysiologia, ja usein lääkehoidon purkamisen jälkeen paino lähtee jälleen nousuun.

Lääkehoitoa ei suositella, jos on vaikea diabetekseen liittyvä retinopatia eli diabeetikon verkkokalvosilmäsairaus. Painon laskun myötä verensokeri voi kohentua nopeastikin, mikä voi johtaa retinopatian pahenemiseen.

Elintapamuutosten ja lääkehoidon lisäksi vaikeaa lihavuutta voidaan hoitaa lihavuusleikkauksilla. Ne ovat yleistyneet ja viime vuonna Suomessa on alettu tekemään lihavuusleikkauksia myös lapsille ja nuorille.

– Lihavuusleikkaus on tehokas hoitokeino ja sitä voidaan harkita, kun kaikki muut keinot on kokeiltu, Kaukua kertoo.

Lievä ylipaino ikääntyneen suojana

Ikääntyneiden kohdalla huoli lievästä ylipainosta ei ole aiheellinen. Ikääntyneen suositeltava painoindeksi on 24–29, sillä lievä ylipaino suojaa iäkkäämpiä ihmisiä. Laihduttamisen sijasta tulee kiinnittää huomiota riittävään ravinnon saantiin ja toimintakyvyn ylläpitämiseen.

– Jos ikääntyneen paino putoaa, on oltava tarkkana, että se ei lähde lihaksista ja heikennä sitä kautta toimintakykyä, Kaukua muistuttaa.

Säännöllinen syöminen on tärkeää, sillä se tahdistaa elimistön hormonitoimintaa ja kylläisyshormoneja ja varmistaa säännöllisen riittävän energiansaannin. Ikääntyneet tarvitsevat riittävästi energiaa, proteiinia, kuitua ja vitamiineja, joten monipuolisesta ruokavaliosta kannattaa huolehtia.

FAKTA

Sisätautien erikoislääkärin Jarmo Kaukuan lempeät vinkit uuteen vuoteen:

Sen sijaan, että miettisit, mitä voisit vähentää ja rajoittaa, mieti, mitä voisit lisätä elämääsi.

Lisää:

- säännöllisyyttä syömiseen
- proteiinia
- kuituja
- vitamiineja
- itsellesi mieluista liikuntaa, esimerkiksi kävelyä, joogaa, pilatesta, uintia tai lihaskuntoharjoittelua

Näin lasket painoindeksin:

Painoindeksi (BMI) lasketaan jakamalla paino (kg) pituuden (m) neliöllä. Painoindeksilaskuri löytyy esimerkiksi Terveyskirjaston verkkosivuilta.

Apua paino-ongelmaan voi hakea:

- Omalta terveysasemalta
- Yksityiseltä lääkäriasemalta
- Digipalveluista kuten Painonhallintatalo.fi tai Painoklinikka.fi 🌐

TEKSTI **Erja Tulasalo**

Viivojen yli lyövät laineet

Läskilinssi. Rillimakkara. Lesta.

Liikuntatunnilla nenästä virtaava punainen tahraa verkkatakin vihreän. Muu luokka vaihtaa istumajärjestystä, ainoastaan minun ja pullonpohjieni paikka on aina etupulpetissa.

Joka hetki yksi ainoa väärä ajatus voi suistaa minut helvettiin eikä se ole naurun asia.

Opettelen E-taulukon ulkoa. Syön mustikoita niin paljon, että tulee sinisen vuoro tahrata vihreä. Mutta vieläkö minä en pärjää pallojen, puomien enkä sumun takana piileskelevien pienikokoisten kirjainten, nuottien ja numeroiden kanssa.

Kotona kirjoitan suurikokoisilla kirjaimilla tarinantynkiä sinikantiseen vihkoon. Jonakin päivänä kettu tietää, kuka hän oikeasti on. Kuvitan tekstit värikkäin piirroksin. Hahmoista pelokkaimmat saavat suojakseen vahvat ääriiviivat.

Piilotan tarinavihot varmaan paikkaan aina, kun lähdän pyörilemään meren luokse. Matka ei kestä kauan, osaanhan minä reitin.

Yhtäläinen. Luovuttamaton. Loukkaamaton.

Reittiä oman tehtävän luokse en tavoittanut yhtä vaivattomasti kuin lapsuuteni meren. Synnyttäiset terveystaustat ovat sekoittaneet musteen unelmakarttoihin piirtämistäni poluista moneen otteeseen. Samaan aikaan viivojen yli lyövät laineet ovat kuitenkin opettaneet minua kyseenalaistamaan epäterveitä auktoriteetteja ja normeja, kysymään kysymyksiä, joita en ole uskaltanut aikaisemmin kysyä.

Keskiaikaisen kujan varrella on maadoittavaa etsiä ja rakentaa toista romaania. Jotakin uutta on versomassa hiljalleen myös kuvan ja muodon maaperästä.

Hyvä lukija, tulevissa kolumniteksteissä hahmottelen reittejä minuuden mittaamattomaan arvoon taiteentekijän näkökulmasta. Sisällämme avautuva meri on avarampi ja huimempi kuin uskallamme edes kuvitella. 🌊



Erja Tulasalo on kalajokelaissyntyinen kirjailija ja kuvantekijä, joka asuu Porvoossa ja viettää pidempiä ja lyhyempiä ajanjaksoja Portugalissa aina, kun siihen on mahdollisuus.

”Reittiä oman tehtävän luokse en tavoittanut yhtä vaivattomasti kuin lapsuuteni meren.”

KOKOUKSET

Kanta-Hämeen Näkövammaisten kevätkokous

to 26.3.2026 klo 12.00 Näkövammaisten toimintakeskuksessa, os. Brahenkatu 27, 13130 Hämeenlinna.

Kokouksessa käsitellään sääntöjen kevätkokoukselle määräämät asiat. Kahvitarjoilu klo 11.30. Tervetuloa!

Suomen Sokeat ry:n vuosikokous

la 11.4.2026 klo 13.00.

Kokoukseen voi osallistua paikan päällä Tampereen seudun näkövammaisten kerhotilassa Tampereella (Kuninkaankatu 8 A, 2. krs) tai etäyhteydellä.

Tarjoamme kokouksen yhteydessä kahvia. Tarjoilun ja etäyhteyden järjestämiseksi pyydämme ilmoittautumaan 31.3. mennessä sähköpostitse: paivi.vigg@gmail.com tai p. 044 530 5795.

Vuosikokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen määräämät asiat. Vuosikokousasiakirjat voi tilata sähköisinä, pistekirjoituksella tai äänitteenä 22.3.2026 mennessä.

Lämpimästi tervetuloa mukaan päättämään ja tapaamaan muita jäseniä!

Suomen Sokeat ry,
hallitus

Kaakkois-Suomen Näkövammaisten kevätkokous

su 29.3.2026 Loma- ja kokoushotelli Marjolassa, Mikonsaarentie 15, Lappeenranta. Ennen kokousta ruokailu klo 12.00 ja kokous alkaa klo 13.00.

Kokouksessa käsitellään sääntöjen 10 § määräämät toimintakertomus ja tilinpäätös vuodelta 2025. Sitovat ilmoittautumiset kokoukseen ruokailun ja kuljetuksen vuoksi 4.3. mennessä Kaakkois-Suomen Näkövammaisten toimistoon p. 044 555 8637. Tervetuloa kokoukseen! Hallitus

Pohjois-Kymen Näkövammaisten kevätkokous

ke 25.3.2026 klo 13 Kouvolan toimistolla, Salpausselänkatu 30. Sisäänkäynti pihan puolelta. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat toimintakertomus 2025, tilinpäätös 2025 sekä

sääntömuutoksia pykäliin 9, 11, 15, 16, 17.

Kahvitarjoilu alkaa klo 12.30. Tervetuloa kokoukseen. Hallitus

APURAHOJA

Suomen Näkövammaissäätiön apurahoja haettavana

Suomen Näkövammaissäätiön apurahat ovat näkövammaisten ja näkövammaistyössä toimivien haettavissa: nuorisotyöhön, opiskeluun ja ammattiopintoihin, työllisyyteen, tiedotustoimintaan, kuntoutukseen, tutkimustoimintaan, harrastus- ja vapaa-ajantoimintaan sekä näkövammaisten kansainväliseen yhteistyöhön. Näkövammaissäätiön myöntämällä apurahoilla pyritään vaikuttamaan suoraan näkövammaisten toimintaan.

Hakemuksesta tulee ilmetä:

- hakijan esittely, näkötilanne ja yhteystiedot sekä pankkitilin numero IBAN-koodin muodossa (myös sähköpostitse haettaessa)
- apurahan käyttötarkoitus
- haettava määrä ja hank-

keen kokonaiskustannukset
- onko hanketta varten saatu, anottu, aiotaanko anoa apurahaa muista lähteistä
- millä tavoin hakija rahoittaa hankkeen, mikäli apuraha kattaa vain osan kustannuksista

- mahdolliset suosittelijat.
Puutteellisia apurahahakemuksia ei käsitellä.

Apurahan saaneen tulee jättää asiamiehelle hankkeesta ja apurahan käytöstä selvitys, joka sopimuksen mukaan voidaan julkaista, mm. opinnäyte- tai väitöskirjatyöt.

Apurahan saaneen tulee pyynnöstä toimittaa tosite/kuitti kuluista, johon apuraha on myönnetty. Mikäli pyydettyä kuittia/tositetta ei saada, uutta apurahahakemusta ei käsitellä kahden seuraavan vuoden aikana. Apurahoja ei myönnetä peräkkäisinä vuosina samalle hakijalle.

Hakuaika on 1.3.-31.3.2026. Myöhästyneitä apurahahakemuksia ei käsitellä. Hakemukset tulee olla asiamiehellä maaliskuun 2026 loppuun mennessä.

Hakemukset osoitteeseen: Suomen Näkövammaissäätiö, asiamies Aila Santanen, Arhipanpolku 8 B 2, 00420 Helsinki tai aila.santanen@

live.fi. Lisätietoja: puh. 050 596 6737.

Vuonna 2025 säätiö myönsi apurahoja sääntöjen mukaisesti tarkoituksiin yhteensä noin 14 000 euroa.

Sokeain Lasten Tukisäätiön avustukset ja apurahat

Sokeain Lasten Tukisäätiö myöntää avustuksia ja apurahoja mm. näkövammaisten lasten harrastustoimintaan, erikoisliikuntavälineisiin ja perheiden lomakustannuksiin tai muuhun sellaiseen tarkoitukseen, jonka kohteena on näkövammaisten lasten ja heidän perheidensä elinolosuhteet ja niiden parantamiseen tähtäävä toiminta.

Hakemukset 31.3.2026 mennessä. Lisätietoja ja hakuohjeet: asiamies Juha Halme, p. 040 7280970, asiamies@sokeainlastentukisaatio.fi, www.sokeainlastentukisaatio.fi

MYYDÄÄN - OSTETAAN

Ostetaan Victor Reader- laite

Ostetaan toimiva Victor Reader Classic X+- laite. Myös verkkokäyttöinen käy. Yhteydenotto viestillä tai WhatsAppilla puh. nro 040 532 1100, Alekski Kangas.

Myydään iPhone SE 3

Myydään iPhone SE 3 kotinäppäimellä. 20-22 malli. Ostettu Swappielta. Takuuta jäljellä maaliskuuhun asti. Palautettu tehdasasetuksille. Uusi akku. Hinta 230 e. p. 045 181 6018.


Aineiston aikataulu

Airut 2/26 ilmestyy 17.4. Deadline: 20.3. Ilmoituksen voi jättää verkkolomakkeella: airutlehti.fi/ilmoitukset tai s-postitse: airut@nakovammaistenliitto.fi. Ilmoitukset julkaistaan kaikissa Airuen versioissa.

Toimituksella on oikeus muokata lehden aineistoja.

Lehdessä ei julkaiseta voimakkaasti poliittisia tai uskonnollisia kirjoituksia.

NÄKÖVAMMAISTEN airut

 Näkövammaisten liitto



Monimuotoinen Airut

Vaikka Airut ei ilmesty enää printtilehtenä, lehden lukemiseen on monia vaihtoehtoja: äänilehti, pistekirjoituslehti, verkkolehti osoitteessa www.airutlehti.fi. Samassa osoitteessa on myös pdf-näköislehti. Voit lukea Airuen myös Luetus-sovelluksella.



Jos haluat sähköpostiisi muistutuksen, kun lehti on ilmestynyt, tilaa Airuen uutiskirje! Uutiskirjeen voi tilata kuka tahansa. Skannaa oheinen QR-koodi kännykällä tai lähetä sähköpostia osoitteeseen airut@nakovammaistenliitto.fi.

Tilaa piste- ja äänilehti -Airut: lehtitilaukset@nakovammaistenliitto.fi tai p. 09 3960 4656 (ti-to klo 9-12). Tilaa Daisy-kuuntelulaite: p. 09 3960 4000. Laitteiden käyttöön saat apua myös omasta alueyhdistyksestäsi. Lisätietoa Luetus-palvelusta: www.luetus.fi