



+ *Nuoret*
Suomen Punaisen Risti

Ota kontakti

Ota kontakti -merkki sopii kaikenikäisille varhaisnuorille.

Merkin tavoitteena on

- * lähestyä vammaisuutta kokemusperäisesti, eläytymisen kautta
- * antaa valmiuksia erilaisiin avustamistilanteisiin
- * luoda edellytyksiä vammaisten ja ei-vammaisten varhaisnuorten yhteistoiminnalle
- * lisätä ymmärrystä erilaisuutta kohtaan henkilökohtaisten kontaktien avulla.

Ota kontakti -merkkiin kuuluu seitsemän yleistehtävää. Ne sisältävät aiheen ytimen, ja siksi ne kaikki tulee käydä läpi. Yleistehtävät kannattaa suorittaa ohjeissa annetussa järjestyksessä.

Valinnaistehtävien tarkoitus on syventää tietämystä. Viidestä valinnaistehtävästä suoritetaan vähintään kolme. Jokaisen valinnaistehtävän yhteydessä on mainittu sille sopivin suoritusajankohta. Voitte tarvittaessa mukauttaa tehtäviä ryhmäläistenne ikään ja kehitystasotseen sopiviksi.

Yleistehtävät ovat

- * Ennen näkemätöntä!
- * Silminä kaverille
- * Pistepiirustelu
- * Miltä kuulostaa?
- * Viittaus viittomiin
- * Kelailen
- * Sininen ruusu

Valinnaistehtävät ovat

- * Aistitaan ja tunnistetaan
- * Karvaiset apurimme
- * Istumalentis
- * Taidetta ilman käsiä
- * Ryhmänä radalle

Merkin suorittamiseen kuluu aikaa valinnaistehtävistä riippuen 5½–6½ tuntia. Tehtävät kannattaa jakaa usealle kerhokerralle tai leiripäivälle. Varatkaa riittävästi aikaa tehtävien valmisteluun ja tarvikkeiden hankintaan. Tehtävät on suunniteltu noin kymmenen varhaisnuoren ryhmille. Kymmentä varhaisnuorta kohden tarvitaan vähintään kaksi ohjaajaa.

Varhaisnuoret oppivat asioita aiempien kokemustensa pohjalta, joten uusi asia kannattaa linkittää jo osattuun ja koettuun. Näin asioista tulee henkilökohtaisempia ja kiinnostavampia. Antakaa varhaisnuorille mahdollisuus kertoa myös omista kokemuksistaan.

Ohjaajina teidän tulee hallita opetettavat asiat. Omia tietoja ja ennen kaikkea taitoja voitte kartuttaa tai kerrata kontaktitoiminnan peruskurssilla ja kontaktileireillä.

Kun käsittelette vammaisuuden eri muotoja, pyytäkää mahdollisuuksien mukaan ryhmän vieraaksi alan asiantuntijoita, näkö-, kuulo-, liikunta- ja kehitysvammaisia. He osaavat parhaiten vastata varhaisnuorten kysymyksiin ja kertoa omista kokemuksistaan. Ohessa on muutamien vammaisjärjestöjen valtakunnallisia toimipisteitä, joista voitte kysyä oman paikkakuntanne yhdistysten yhteystietoja:

Näkövammaisten Keskusliitto ry
puh. 09-396041
<http://www.nkl.fi>

Kuurojen Liitto ry
puh. 09-58031
<http://www.kl-deaf.fi>

Invalidiliitto ry
puh. 09-613191
<http://www.invalidiliitto.fi>

Suomen CP-Liitto ry
puh. 09-5407540
<http://www.cp-liitto.fi>

Lihastautiliitto ry
puh. 02-2739700
<http://www.lihastautiliitto.fi>

Kehitysvammaliitto
puh. 09-348090
<http://www.kehitysvammaliitto.fi>

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry
puh. 03-2403111
<http://www.kvtl.fi>

Ota kontakti -merkki toimii osaltaan muistutuksena siitä, että kaikilla varhaisnuorilla tulisi olla mahdollisuus osallistua ryhmän toimintaan. Pyrkikää poistamaan rakenteelliset esteet valitsemalla ryhmälleen liikuntaesteetön toimitila tai toteuttamalla pieniä muutostöitä kiinteistössä. Huomioikaa vammaisten ryhmäläisten tarpeet ohjelman suunnittelussa. Ryhmän jäseneksi liittyminen vaatii usein vammaiselta paljon rohkeutta, joten olkaa tarvittaessa hänen tukena. Ei-vammaisilta ryhmäläisiltä edellytetään vammaisen erityistarpeiden huomioimista sekä asenteellista avoimuutta.

YLEISTEHTÄVÄT

Ennen näkemätöntä!

- **Tavoite:** perehdyttää tavallisimpiin näkövammiin; saada pohtimaan, miten näkövamma vaikuttaa jokapäiväiseen elämään
- **Suorituspaikka:** sisällä (haluttaessa tehtävää voi jatkaa ulkona)
- **Kesto:** noin 45 minuuttia
- **Tarvikkeet:** simulaatiolaseja, kirja, ruokaa, rahaa, vaatteita, hiekkapapereita, ”Kaupunki uudessa valossa” -video
- **Ennakovalmistelut:** hankkikaa simulaatiolaseja lainaksi tai askarrelkaa niitä itse; tutustukaa videoon

Miettikää ryhmässä, mistä tunnistatte näkövammaisen (rintamerkistä, valkoisesta kepeistä, opaskoirasta jne.). Keskustelkaa myös, mistä näkövamma voi johtua.

Näkövammaisen henkilön heikko näkö ei ole silmälaseilla korjattavissa, ja siitä aiheutuu hänelle haittaa arkielämässä. Suomessa yleisin näkövammaisuuden syy on henkilön ikääntyessä ilmenevä silmänpohjan rappeuma. Se aiheuttaa näön tarkkuuden heikkenemistä ja ongelmia näkökentän keskiosan käytössä, mutta ei johda sokeutumiseen.

Retinitis pigmentosa on perinnöllinen silmän verkkokalvon sairaus, joka aiheuttaa yleisimmin hämäräsokeutta ja näkökentän supistumista. Sitä sairastava henkilö saattaa sokeutua.

Silmänpainetaudissa eli glaukoomassa silmän nestekierto on häiriintynyt ja silmän sisälle muodostuu kova paine. Se aiheuttaa häiriöitä näkökentässä ja voi johtaa jopa pysyvään sokeuteen.

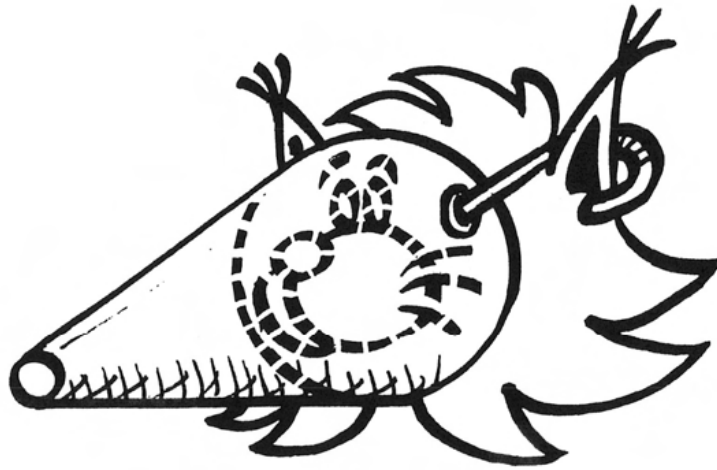
Pitkälle edennyt diabetes voi heikentää näön tarkkuutta, kontrastien erotuskykyä ja värinäköä sekä aiheuttaa muutoksia näkökentässä.

Näkövammaisuus voi johtua myös näköhermojen vaurioista, joiden syyt ovat perinnöllisiä, synnynnäisiä, sairauteen liittyviä tai pään vammojen aiheuttamia.

Pohtikaa, millä tavoin näkökyky voi heiketä. Havainnollistakaa näköaistin virheellistä tai rajoittunutta toimintaa erilaisilla simulaatiolaseilla, joita ryhmäläiset voivat kokeilla. Simulaatiolaseja voitte kysyä lainaksi esimerkiksi paikalliselta näkövammaisten yhdistykseltä.

Tarvittaessa voitte valmistaa simulaatiolaseja myös itse tai yhdessä ryhmäläisten kanssa vaikka edellisellä kerhokerralla. Laseihin kannattaa tehdä suuret ja tukevut sangat paksusta kartongista tai rautalangasta vääntämällä.

1. Heikentynyt näöntarkkuus: tehkää silmälasien linssit säilytyskelmusta
2. Keskeisen näön puutos: tehkää silmälasien linssit kirkkaasta paistokelmusta, maalatkaa molempien linssien keskusta musta piste
3. Epätasainen näkökenttä: tehkää silmälasien linssit kirkkaasta paistokelmusta, maalatkaa linssihin sinne tänne mustia täpliä
4. Toispuoleinen näkökenttä: tehkää silmälasien linssit kirkkaasta paistokelmusta, maalatkaa molempien linssien oikeat puoliskot mustalla tussilla



5. Putkinäkö: kiinnittääkää sankoihin paperitöttörö
6. Näkökyvyn lähes täydellinen menetys: tehkää silmälasien linssit valkaistusta leivinpaperista, jonka läpi ei näe juurikaan muuta, kuin voimakkaimpia valon ja varjon vaihteluja (tehkää sangoista niin suuret, ettei linssien ohi voi katsoa)

Näöntarkkuuden heikentyminen voi johtaa siihen, ettei näkövammaisen kykene erottamaan yksityiskohtia. Myös useimmat silmälaseja käyttävät kärsivät samasta ongelmasta ilman apuvälinettä.

Näkövammaisen näkökentästä voi puuttua jokin osa. Mikäli keskiosa eli tarkan näön alue puuttuu, ei henkilö näe katsomaansa kohteeseen, mutta kylläkin sen sivuille. Tällöin mm. lukeminen on vaikeaa. Putkinäkö puolestaan tarkoittaa, että henkilö näkee vain normaalin näkökentän keskustan, mutta ei sen reuna-alueita, mikä vaikeuttaa liikkumista etenkin hämärissä olosuhteissa. Näkövammaisen näkökentässä saattaa myös olla hajanaisia laikkuja tai siitä saattaa puuttua kokonaan toinen puoli.

Näkövammaisella voi olla ongelmia hahmottaa kontrasteja eli vierekkäisten pintojen vaaleuseroja. Värisokeudella tarkoitetaan häiriötä, jossa silmä ei osaa erottaa eri värisävyjä toisistaan. Silmän kyky sopeutua valoon tai hämääseen voi myös heikentyä. Tällöin henkilö ei näe hetkeen mitään tullessaan auringon paisteesta sisälle, ja vastaavasti ulos mennessään hän häikäistyy kirkkaasta valosta.

Näkövammaisella voi olla paljon silmävärvettä, jolloin silmä väpättää nopeaan tahtiin. Silmät saattavat myös karsastaa. Häiriöt aiheutuvat vaikeuksista hallita silmien liikkeitä, ja ne haittaavat etenkin etäisyyksien arvioimista.

Kehottakaa ryhmäläisiä kokeilemaan simulaatiolasit silmillään erilaisia toimintoja: lukemista liikkumista, ulkovaatteiden pukemista, syömistä, rahalla maksamista, kauneimman vaateen valitsemista jne. Ryhmäläiset voivat myös kokeilla erilaisten hiekkapapereiden asettamista karkeusjärjestykseen.

Jos teillä on videot käytettävissänne, lainatkaa kirjastosta videokasetti "Kaupunki uudessa valossa". Video kuvaa kaupunkia heikkonäköisen silmin. Se kestää 19 minuuttia, ja etenkin sen alkuosa on erittäin hyvä! Ohjaajien kannattaa katsoa se ennen ryhmäiltaa, vaikka ette sitä ryhmäläisille näyttäisikään.

Silminä kaverille

- **Tavoite:** harjoituttaa näkövammaisen opastamista
- **Suorituspaikka:** aluksi sisällä, myöhemmin liikkumista voi kokeilla myös ulkona
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** huiveja, simulaatiolaseja
- **Ennakkovalmistelut:** harjoitelkaa opastusotteita; valmistelkaa sopivia harjoitustilanteita (portaat, ovi, tuoli, puhelin, auto, ruokalautanen pöydällä...)

Näyttäkää ryhmälle oikea näkövammaisen opastusote ja selvittäkää opastamisen periaatteet eri tilanteissa. Korostakaa, että opastaja on aina vastuussa opastettavan turvallisuudesta.

Varhaisnuoret harjoittelevat opastamista pareittain. Toinen on opastaja ja toinen opastettava, joka joko sitoo silmänsä huivilla tai panee nenälleen edellisessä tehtävässä käytetyt simulaatiolasit. Kun eri tilanteet on käyty läpi, tehtäviä vaihdetaan ja harjoitus toistetaan.

Näköaistia voidaan pitää ihmisen tärkeimpänä aistina, sillä noin 80 prosenttia ulkoa tulevasta informaatiosta vastaanotetaan silmien kautta. Harvoin tulee ajatelleeksi, miten moninaisissa arkipäivän askareissa näköaisti on mukana.

Näkövammaisen voi tarvita opastusta etenkin liikkueessaan itselleen oudossa ympäristössä. Kohdatessasi näkövammaisen esittäyty ja kysy reippaasti, tarvitseeko hän apua. Jos olette entuudestaan tuttuja, voit koskettaa häntä olkapäähän tai puhutella nimeltä niin, että hän tietää sinun puhuvan hänelle. Pyydä näkövammaista kertomaan, miten hän haluaa itseään opastettavan. Muista aina ilmoittaa aikeistasi puhumalla, ennen kuin teet mitään. Vähitellen opastettavan ja opastajan välille kehittyy yhteinen kieli, niin että näkövammaisen tunnistaa toisen kehon liikkeistä lähiympäristön muutokset ilman, että niitä täytyy hänelle jatkuvasti selostaa.

Hyvä opastusote on tärkeä. Aseta kätesi suoraksi kylkeäsi vasten. Näkövammaisen tarttuu käsivarteesi kyynärpään yläpuolelta niin, että hänen peukalonsa jää ulkopuolelle.



Opastettavan kyynärpää on suorassa, 90 asteen kulmassa, jolloin hän kulkee luontevasti puoli askelta sinun perässäsi. Näkövammaiselle tarjoamaasi kättä kutsutaan yhteyskädeksi, ja sen avulla voit osoittaa opastettavalle haluamiasi kohteita: ovenkahvan, kaiteen, puhelimen jne. Aseta yhteyskätesi kyseisen esineen päälle, jolloin näkövammaisen voi liu'uttaa vapaan kätensä käsivarttasi pitkin kohteeseen.

Kun liikutte, älä vedä äläkä työnnä, vaan kulje rauhallista vauhtia. Näkövammaisen vastaa omasta liikkumisestaan, ja sinä toimit vain oppaana. Muista aina varottaa kuopista, lätäköistä, kynnyksistä ja muista esteistä. Opasta aina avustettavan näkökulmasta käsin. Sana "tuolla" ei kerro näkövammaiselle juuri mitään. Sen sijaan voit sanoa esimerkiksi: "Ovi on sinusta parin askeleen päässä oikealla".

Opastajana sinun on huolehdittava siitä, että näkövammaisella on riittävästi kulkutilaa joka tilanteessa. Lähestyessänne ahdasta paikkaa, jossa ette mahdu kulkemaan rinnakkain, siirrä yhteyskätesi selän taakse. Tästä opastettava tietää kulkureitin kapenevan ja osaa siirtyä kävelemään takanasi. Kun tilaa on taas riittävästi, tuo kätesi takaisin sivulle, jolloin opastettava palaa normaaliin asemaan.

Portaita lähestyttäessä pysähdy ja kerro portaiden lukumäärä, suunta ja jyrkkyys. Jos portaissa on kaide, osoita se opastettavalle yhteyskädelläsi. Nouskaa portaita rauhallisesti niin, että sinä kuljet yhden askelman opastettavan edellä. Pysähdy hetkeksi, kun portaat loppuvat.

Joissakin tilanteissa, esimerkiksi ovesta kuljettaessa, saatat joutua vaihtamaan puolta opastettavan kanssa. Anna opastettavan siirtyä selkäsi takana puolelta toiselle niin, ettei kosketusyhteys häviä.

Ovesta kuljettaessa opastettavan tulee olla saranan puolella. Pysähdy oven luo, ota yhteyskädelläsi kiinni ovenkahvasta ja avaa ovi. Näkövammaisen liu'uttaa vapaan kätensä yhteyskättä pitkin kädensijalle. Sinä kuljet ovesta edellä ja opastettava seuraa perässä sulkien oven.

Kun opastettava haluaa istuutua, osoita hänelle tuolin selkänoja yhteyskädelläsi. Näkövammaisen voi liu'uttaa vapaan kätensä yhteyskättä pitkin tuolin selkänojalle, tunnustella tuolin asennon ja istuutua.

Ruokapöydässä voit kuvailla annoslautasen sisältöä kellotaulun avulla: kello 12 on kauimpana opastettavasta, kello 6 lähimpänä, kello 3 oikealla ja kello 9 vasemmalla. Näin pystyt melko helposti kertomaan, mitä löytyy miltäkin lautasen sektorilta.

Auttaessasi näkövammaista autoon, osoita ovenkahva yhteyskädelläsi. Opastettava asettaa lähempänä kulkuneuvoa olevan kätensä auton katon reunalle ja aukaisee toisella kädellään oven. Pohkeellaan hän tunnustelee penkin etureunaa ja istuutuu penkille. Autosta poistuttaessa sinun tulee kertoa, miten auto on pysäköity ja kulkeeko opastettavan ulostuloväylällä ihmisiä tai kulkuneuvoja.

Pistepiirustelu

- **Tavoite:** tutustuttaa pistekirjoitukseen ja tunnustelukirjoihin
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin 40 minuuttia
- **Tarvikkeet:** pistekirjoitusaakkosia (liite 1), ohutta pahvia, lyijykyniä, paksuja neuloja, tyynyjä

pistelehtiä esim.	pistekirjoja esim.	tunnustelukirjoja esim.
"Finlands synskadade"	Gunilla Bergström: "Mikko Mallikas rakentaa helikopterin"	Eric Carle: "Pikku toukka paksulainen"
"Manteli"	Anita Katajala: "Ville pukeutuu"	Heli Hacklin: "Syysretki"
"Naskali"	Sari Oinonen: "Prinsessa Ruusunen"	Virginia Allen Jensen: "Mikä tämä on?"
"Näkövammaisten Airut"		Chizuko Kuratomi: "Otso-herra lapsenvahtina"
"Pistiäinen"		Satu Niemi: "Talvi"
		Kirsi Ylinen: "Tipu topakka"

- **Ennakkovalmistelut:** pyytäkää tarvittaessa lisää pistekirjoitusaakkosia ja pistelehtiä paikallisesta näkövammaisten yhdistyksestä tai Näkövammaisten keskusliitosta, lainatkaa kirjoja kirjastosta

Antakaa ryhmäläisten tutustua pistekirjoitusaakkosiin (liite 1), pistekirjoituksella tehtyihin lehtiin ja kirjoihin. Kaikki saavat kokeilla niitä sormillaan. Esitelmää ryhmälle myös näkövammaisille lapsille tehtyjä tunnustelukirjoja.

Suurimmalla osalla näkövammaisista on heikentynyt näkö, mutta erilaisten apuvälineiden avulla he pystyvät lukemaan ja kirjoittamaan tavallista tekstiä. Sen sijaan vaikeasti näkövammaisten on opittava lukemaan tuntoaistinsa avulla.

Pistekirjoitusta kutsutaan myös braille-kirjoitukseksi keksijänsä ranskalaisen sokeainopettajan Louis Brailleen mukaan. Pistekirjoitus on näkövammaisille tarkoitettu kohokirjoitusjärjestelmä, jota luetaan sormin tunnustelemalla. Kuuden pisteen peruskuvioista (kaksi pistettä rinnakkain ja kolme allekkain) voidaan muodostaa 63 erilaista merkkiä jättämällä yksi tai useampi piste pois. Lisäksi käytetään useammasta peruskuvioista yhdistämällä muodostettuja merkkejä. Näin saadaan kirjaimille, numeroille, välimerkeille, matemaattisille merkeille ja nuoteille omat kuvioyhdistelmänsä. Tottumattoman sormissa merkit tuntuvat mahdottomilta tunnistaa. Lukunopeus kasvaa vain harjoittelemalla; nopeimmat lukevat pistekirjoitusta 100–150 sanaa minuutissa.

Pistekirjoitusmerkit ovat kansainvälisiä. Vaikka niitä käytetään kaikkialla maailmassa, ne ovat sidoksissa kunkin maan puhuttuun ja kirjoitettuun kieleen. Näin ollen ulkomailla painettua kirjaa lukeakseen tulee pistekirjoitusmerkkien lisäksi hallita vielä kyseisen maan kieli.

Suomessa ilmestyy kymmenkunta pistekirjoituslehteä. Koska pistekirjoitus vie paljon enemmän tilaa kuin tavallinen kirjoitus, pistelehtiin ja -kirjoihin mahtuu melko vähän tietoa. Esimerkiksi Raamattu vaatii pistekirjoituksella painettuna yli kolme metriä hyllytilaa. Näkövammaisille valmistetaan myös kohokarttoja sekä äänikirjoja. Pistekirjoitusta voidaan kirjoittaa joko pistekirjoituskoneella tai käsin taulun ja pistimen avulla.

Jokainen ryhmäläinen saa tehdä oman pistepiirustuksensa. Ensin hahmotetaan kynällä pahville jokin yksinkertainen kuva. Sitten pahvi asetetaan tyynyn päälle ja paksulla neulalla pistellään kuvan ääriviivat pahviin. Lopuksi ryhmäläiset voivat silmät kiinni, sormilla tunnustellen pyrkiä hahmottaa toistensa pistepiirustuksia.

Miltä kuulostaa?

- **Tavoite:** tutustuttaa kuulovammoihin; saada pohtimaan, miten kuulovamma vaikuttaa arkipäiväiseen elämään; opettaa huulilta lukemista helpottavaa selkeää puhumista
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** tehtävälaput, kuulosuojaimia ja korvatulppia
- **Ennakkovalmistelut:** kirjoittakaa paperilapuille erilaisia tilanteita ja asioita (esim. Missä täällä on lähin poliisiasema? Lähdetkö kanssani syömään?).

Keskustelkaa yhdessä kuulovammoista.

1. Mitä kuulovammaisuus tarkoittaa?
2. Mistä kuulovamma voi aiheutua?
3. Tunteeko kukaan ketään kuulovammaista?
4. Millaista olisi olla kuulovammainen? Mitkä asiat olisivat toisin kuin nyt?
5. Millaisia apuvälineitä kuulovammaiset käyttävät?
6. Miten kuulovammaiset kommunikoivat?

Kuulovammaisiksi kutsutaan huonokuuloisia ja kuuroja ihmisiä. Huonokuuloinen kommunikoi muiden kanssa pääasiassa puhuen, kuuro pääasiassa viittoen. Nimitystä ”kuuromyikkä” tulisi välttää, sillä se koetaan loukkaavaksi ja on sitä paitsi virheellinen, koska monet kuurot osaavat puhua. Kuulovamma voi olla synnynnäinen tai myöhemmin tullut. Kuurot eivät yleensä miellä itseään vammaisiksi, pikemminkin he kokevat olevansa oma kieli- ja kulttuuriryhmänsä.

Jakakaa kullekin ryhmäläiselle paperilappu, jossa lukee jokin tilanne tai asia. Jokaisen tulee vuoronperään viestittää asiansa muille ilmeitä ja eleitä käyttäen, mutta ilman ääntä. Kokeilkaa myös huulilta lukemista. Miettikää, mitkä tekijät helpottavat ja mitkä vaikeuttavat huulten liikkeen tulkintaa.

Monet huonokuuloiset käyttävät kuulokojetta, joka vahvistaa ympäristön ääniä. Toisin kuin ihmiskorva laite ei osaa erotella tärkeitä ääniä vähemmän tärkeistä, joten meluisa ympäristö häiritsee usein huomattavasti kojeen käyttäjän kykyä kuulla ja ymmärtää kuulemaansa. Puhumalla selvästi ja rauhallisesti voit helpottaa asiasi perillemeno. Käytä ääntäsi, mutta älä silti huuda, sillä silloin sanoistasi ei saa kuulokojeenkaan avulla mitään selvää.

Helpottaaksesi huulilta lukemista asetu niin, että valo osuu kasvoillesi, eikä häikäise keskustelukumppaniasi. Käännä katseesi kuulovammaista kohti. Älä puheen aikana käännä päätäsi äläkä peitä suutasi kädellä. Toisaalta älä myöskään liioittele suun liikkeitä. Tärkeät asiat (mm. kellon ajat) kannattaa kirjoittaa paperille.

Yrittäkää saada lainaksi hyviä ja tehokkaita kuulosuojaimia. Niiden avulla ryhmäläiset voivat kokeilla, miltä tuntuisi elää äänettömässä maailmassa. Myös korvatulppia voi kokeilla tähän

tarkoitukseen, mutta ne eivät eristä ääntä kovinkaan hyvin. Paras äänieristys saadaan käytettäessä korvatulppia ja kuulosuojaimia yhtä aikaa.

Viittaus viittomiin

- **Tavoite:** tutustuttaa ryhmäläiset viittomakielen alkeisiin ja sormiaakkosiin
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin 45 minuuttia
- **Tarvikkeet:** sormiaakkoset (liite 2), tärkeimpiä viittomia (liite 2), viitottuja lauluja (liite 3), bingoruudukkoja (4x4 ruutua), kyniä, viittomakielen kirjoja

Opettelun tueksi mm.	Viitottuja lauluja mm.	Ohjaajien avuksi mm.
Camilla Mickwitz: "Hei"	Eija Auvo: "Laulu on iloista tehty, viittomista muovaeltu"	"Alan viittoa"
Mette Newth: "Noora ja sanat"	Lasten keskus: "Tuiki, tuiki tähtönen"	"Viittomakielen kuvasanakirja"
Raija Nokkala: "Satuja viittomakielellä"		

- **Ennakkovalmistelut:** etsikää kirjastosta lisämateriaalia; opetelkaa sormiaakkoset, yleisimpiä viittomia ja viitottuja lauluja

Johdattakaa varhaisnuoret viittomakielen perusteisiin. Jokainen ryhmäläinen opettelee sormittamaan oman nimensä sormiaakkosilla (liite 2). Harjoitelkaa yhdessä tärkeimpiä viittomia (liite 2) ja jokin laulu viitottuna (liite 3). Voitte myös keksiä toisillenne viittomamerkit.

Useat kuulovammaiset, kuten syntymästään saakka kuurot, kommunikoivat viittomakielellä. Viittomakieleen kuuluvat käsin muodostettavat viittomamerkit (viittoman paikalla, suunnalla ja liikkeen koolla on merkitystä) sekä ilmeet ja eleet. Puhuttuihin kieliin, esimerkiksi suomen kieleen verrattuna viittomakieleessä on erilainen rakenne ja usein myös lauseen "sanajärjestys".

Sormiaakkosia käytettäessä kielenä on oikeastaan sormitettu suomen kieli, ei viittomakieli. Viittomakieleessä sormitusta käytetään yleensä erisnimien tavaamiseen. Koska nimien sormittaminen voi tuntua hitaalta ja kömpelöltä, kuuroilla on usein ystävien antama lempinimi, viittomamerkki, joka tulee vaikkapa syntymämerkistä, jostakin luonteenpiirteestä tms. Tällöin nimi viitotaan esimerkiksi näyttämällä syntymämerkin muoto tai vetämällä suupielet ylöspäin.

Viittomalla ilmaistaan ajatuksia ja tunteita yhtäläillä kuin puhumallakin. Viittomakieli muuttuu käyttötilanteen mukaan aivan kuin puhututkin kielet. Juhlatilaisuuksissa käytetään juhlavampia ilmaisuja kuin arkikielessä. Nuoret viittovat hieman eritavoin kuin vanhukset. Eri puolilla Suomea on erilaisia viittomakielen murteita.

Viittomakieli on kehittynyt ihmisten viestinnän tarpeesta kuten puhututkin kielet. Se on muovautunut erilaiseksi eri puolilla maailmaa. Viittomakielen perusrakenteet ovat kuitenkin kaikkialla samankaltaiset, joten kuurot pystyvät kommunikoimaan eri maiden kuurojen kanssa helpommin kuin puhuttuja kieliä käyttävät.

Koska viittomakielellä on oma rytmensä ja "sanajärjestyksensä", samanaikainen viittominen ja puhuminen on hankalaa. Kun esitetään laulu "viittomakielellä", lauletaan ja viitotaan samanaikaisesti tärkeimmät sanat. Osa sanoista jätetään

viittomatta. Viittomien paikat, katseen suunta, ilmeet ja eleet ovat tärkeitä laulun tulkinnassa.

Lopuksi voitte pelata viittomakielibingo. Opetelkaa yhdessä esimerkiksi 20 viittomaa. Jokainen pelaaja saa eteensä bingoruudukon (4x4 ruutua), johon hän piirtää valitsemaansa 16 kuvaa tai kirjoittaa niiden merkityksen. Bingoemäntä/-isäntä alkaa viittoma sanoja rauhalliseen tahtiin. Ne pelaajat, joilla on ruudukoissaan kyseinen viittoma, piirtävät rastin sen päälle. Voittaja on se pelaaja, joka ensimmäisenä saa kokoon suoran rivin pysty-, vaaka- tai vinosuunnassa ja huutaa (sekä viittoo): BINGO!

Kelailien

- **Tavoite:** tutustuttaa liikuntavammoihin; saada pohtimaan, miten liikuntavamma vaikuttaa arkielämään; antaa mahdollisuus kokeilla pyörätuolin käyttöä, antaa valmiuksia avustaa pyörätuolilla liikkuvaa
- **Suorituspaikka:** sisällä, myöhemmin voitte kokeilla liikkumista myös ulkona
- **Kesto:** noin 40 minuuttia
- **Tarvikkeet:** pyörätuoleja
- **Ennakkovalmistelut:** pyytäkää pyörätuoleja lainaksi esim. terveyskeskuksesta tai apuvälinekeskuksesta, rakentakaa pujottelu- tai viestirata

Keskustelkaa yhdessä liikuntavammoista. Mitä liikuntavammoja ihmisillä on? Mistä vammat aiheutuvat? Miten vammat haittaavat suoriutumista arkipäivän askareista? Miten liikuntavammaisen selviytyy esimerkiksi suihkussa käynnistä, ostosten teosta tai ruoanlaitosta?

Liikuntavamma voi olla synnynnäinen tai tapaturman, sairauden tai sairauden jälkitilan aiheuttama. Liikuntavammaisista ovat myös lyhytkasvuiset ihmiset ja henkilöt, joilta on amputoitu raaja. Yhdistävänä tekijänä erityyppisillä liikuntavammaisilla on vain se, että vamma hankaloittaa heidän liikkumistaan ja toimintaansa.

Selkäydinvamma syntyy selkärangan ja selkäytimen vaurioituessa esimerkiksi liikenneonnettomuudessa tai pään osuessa esteeseen sukellettaessa. Selkäydinvamma aiheuttaa sen, että aivoista hermoratoja pitkin lihaksille kulkeva viesti pysähtyy vaurion kohtaan, eikä henkilö pysty tahdonalaisesti liikkutamaan raajojaan. Selkäytimen vahingoituessa kaula- tai rintarangan alueella syntyy tetraplegia, jossa sekä käsien että jalkojen toiminta on vaikeutunutta. Alempana lannerangan tasolla tapahtuva vammautuminen aiheuttaa paraplegian, jossa jalkojen toiminta on vaikeutunutta, mutta kädet toimivat normaalisti.

Selkäydinkohju (MMC) on selkänikamien ja selkäytimen synnynnäinen epämuodostuma. Se aiheuttaa liikuntavamman ja usein myös tuntohäiriöitä alavartalossa.

Aiovamma syntyy päähän kohdistuneen iskun seurauksena esimerkiksi liikenneonnettomuudessa. Sen vaikutukset ovat moninaiset riippuen siitä, mikä osa aivoista on vaurioitunut. Aiovamma saattaa aiheuttaa esimerkiksi halvauksia, tasapainohäiriöitä, muisti- ja keskittymisvaikeuksia tai ongelmia puheen tuottamisessa.

Cp-vamma johtuu aivojen hapenpuutteesta joko ennen syntymää, sen aikana tai varhaislapsuudessa. Se aiheuttaa oireyhtymän, jonka haitta-aste vaihtelee vähäisistä toimintahäiriöistä monivammaisuuuteen. Cp-vamma on liikuntavamma, johon joskus yhdistyy pakkoliikkeitä. Cp-

vammaisella saattaa olla myös puhevaikeuksia, hahmotushäiriöitä, aistivammoja tai kehitysvamma. Suurin osa cp-vammaisista on kuitenkin älyllisesti normaalilahjaisia.

Lihastaudeille on tyypillistä tahdonalaisen lihaksiston etenevä surkastuminen. Surkastuminen voi johtua joko hermon tai itse lihaksen sairaudesta.

Hydrokefalia on aivojen nestekierron häiriö, jossa aivokammioihin kertyy liikaa aivonestettä. Suurimmalla osalla selkäydinkohjua sairastavista lapsista on myös hydrokefalia.

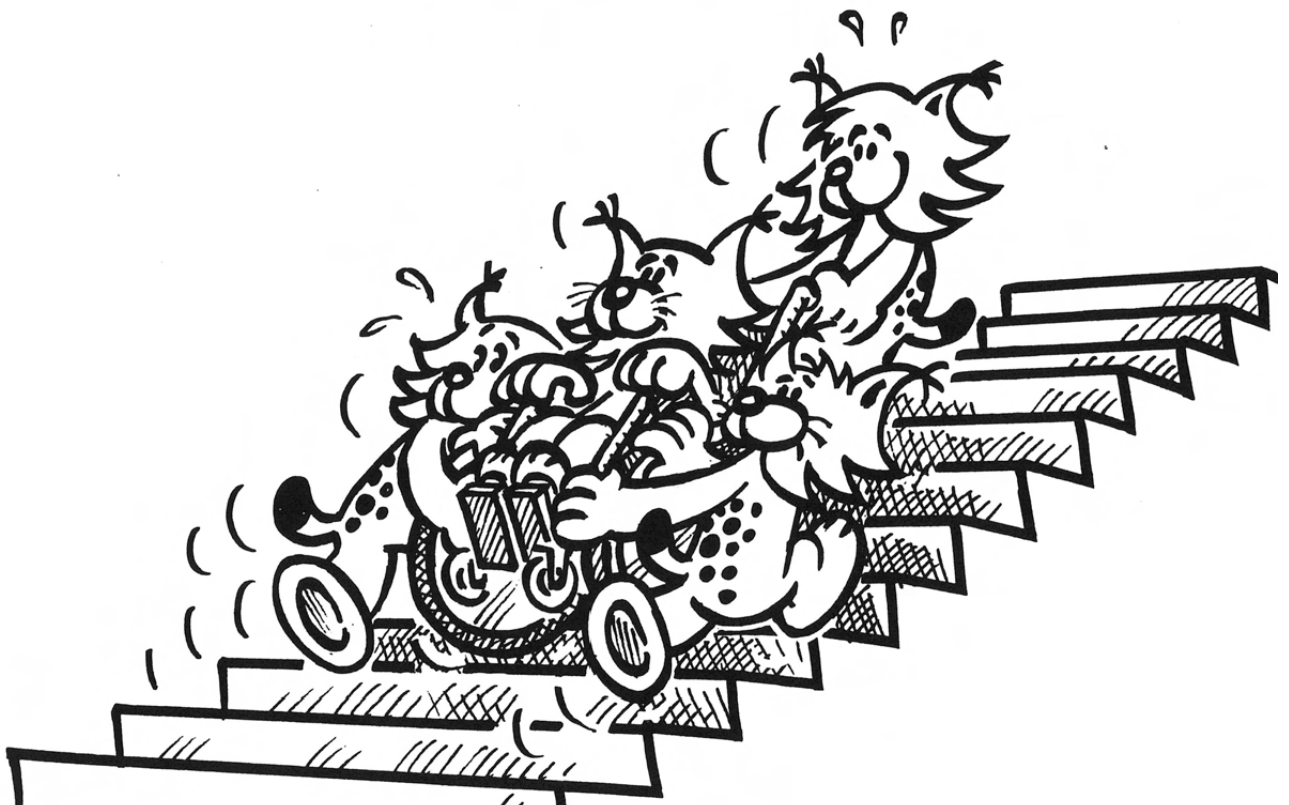
Liikuntavammaisille on suunniteltu paljon **apuvälineitä** liikkumista ja erilaisia päivittäisiä toimia helpottamaan. Osa liikuntavammaisista käyttää liikkumisen apuvälineenä pyörätuolia. Muita apuvälineitä ovat mm. tukikepit ja -sauvat, kävelytelineet, sukanvetolaite, erityistarpeisiin muotoillut leipäveitset ja muut keittiön apuvälineet sekä pitkät pihdit.

Antakaa varhaisnuorten kokeilla pyörätuolin käyttöä. Jokainen voi yrittää selviytyä pyörätuolilla esimerkiksi pujotteluradasta. Voitte myös järjestää pyörätuoliviestin.

Harjoitelkaa pyörätuolilla liikkuvan henkilön avustamista tasaisella maalla, kynnyksen ylityksessä ja portaissa (etenkin pienten ryhmäläisten kanssa kannattaa portaissa käyttää tyhjää tuolia) sekä siirryttäessä pyörätuolista tavalliseen tuoliin tai sänkyyn. Mikäli mahdollista lähtekää pyörätuolin kanssa pienelle kierrokselle lähiympäristöön: kauppaan, kirjastoon, kahvilaan, elokuvateatteriin jne. Näin saatte kuvan siitä, miten hyvin liikuntaesteettömyyden periaate toteutuu paikkakunnallanne.

Tarjotessasi apua pyörätuolin käyttäjälle kysy ensimmäiseksi, miten hän haluaa itseään autettavan. Voit myös kysyä, miten hänen pyörätuolinsa toimii, mitkä tuolin osat ovat irrotettavissa ja mistä kohtaa kannattaa nostaa. Jos auttajia on useampia sopikaa keskenänne, kuka aikoo tehdä, mitä ja miten. Sekä autettavan että auttajan turvallisuudesta tulee huolehtia kaikissa tilanteissa.

Pyörätuolia työntäessäsi muista, että kyydissä istujan mielestä tasainen meno on mukavamman tuntuista kuin äkkinäiset töyssyt ja töksähtelyt. **Kynnyksen** yli avustaessasi nosta pyörätuolin etupyöriä painamalla käsillä kahvoista tai jalalla ns. kippilaudasta tai vastaavasta.



Riippumatta siitä, kuljetaanko **portaita** ylös vai alaspäin, pyörätuolissa istuvalla ja häntä työntökahvoista avustavalla on aina kasvot portaiden alapäätä kohti. Pyörätuolin kummallakin sivulla on yksi avustaja kasvot portaiden yläpäätä kohti. Pyörätuolin takana oleva avustaja kallistaa tuolia taaksepäin ja nostaa työntökahvoista ylöspäin. Sivuilla olevat avustajat painavat pyörätuolin puoleisella kädellään pyörätuolin runkoa portaita vasten. Ulommilla käsillään he kulkusuunnasta riippuen joko pyörittävät tai jarruttavat kelausvanteista.

Kun autat liikuntavammaista siirtymään pyörätuolista esimerkiksi **tuoliin**, vie pyörätuoli riittävän lähelle tuolia. Pyörätuolissa tulee olla jarrut päällä. Sähköpyörätuolista virta on katkaistava. Jalkalaudat kannattaa irrottaa tai ainakin kääntää sivuille. Myös siirtopuolen käsinoja on syytä poistaa. Ota tukeva asento, tartu avustettavaan kunnon otteella ja nosta hänet selkää suorana, jalkoja apuna käyttäen. Pidä nostettava mahdollisimman lähellä itseäsi. Siirtymälaudasta tai liinoista voi olla apua nostossa.

Sininen ruusu

- **Tavoite:** tutustuttaa kehitysvammoihin; saada pohtimaan, miten kehitysvamma vaikuttaa jokapäiväiseen elämään
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** patjoja, CD-levy/kasetti ja soitin
- **Ennakkovalmistelut:** tutustukaa oheiseen tarinaan

Keskustelkaa kehitysvammoista. Tunteeko joku kehitysvammaisen henkilön? Mistä kehitysvammaisuus johtuu? Millaisia vaikeuksia se aiheuttaa?

Kehitysvammaisen ihmisen älyllinen toimintakyky on keskimääräistä heikompi, ja hänellä on vaikeuksia oppia ja ylläpitää päivittäiseen elämään liittyviä toimia. Asioiden ymmärtäminen, kommunikointi, itsestään huolehtiminen, sosiaaliset taidot, toisten kanssa toimiminen, itsensä hallitseminen tai oppiminen voivat aiheuttaa hänelle ongelmia. Vaikka kehitysvammaisen on joissakin taidoissa keskimääräistä heikompi, hänellä voi toisaalta olla erityisiä vahvuuksia ja kykyjä. Kunkin kehitysvammaisen avuntarve riippuu hänen yksilöllisistä puutteistaan ja vahvuuksistaan. Monesti hankaluuksia saattavat aiheuttaa esimerkiksi kellon tai rahan käyttö.

Kehitysvammaisuus voi johtua perintötekijöistä, raskauden tai synnytyksen aikana tapahtuneista häiriöistä tai lapsuudessa sairastettujen vakavien infektioiden tai tapaturmien aiheuttamista aivovaurioista. Se voi olla lievää, keskitasoista, vaikeaa tai syvää. Suurin osa kehitysvammoista on lieviä.

Yleisin kehitysvammaisuuden aiheuttaja on ns. Downin syndrooma. Siinä henkilöllä on yksi ylimääräinen kromosomi. Se on synnynnäinen, ei periytyvä vamma.

Kehottakaa ryhmäläisiä asettumaan lattialle patjojen päälle makaamaan. Soittakaa taustalla jotakin rauhallista, rentouttavaa musiikkia. Pyytäkää ryhmäläisiä kuuntelemaan tarinaa "Sinisestä ruususta". Tarinan jälkeen keskustelkaa sen herättämistä ajatuksista.

Tämä tarina kertoo työstä, joka omalla tavallaan on yhtä harvinainen kuin sininen ruusu.

Jenni on pieni, suloinen tyttö. Hänellä on ruskeat silmät ja tummanruskeat hiukset. Joskus hiusten valahtaessa silmille hän hipaisee ne pois. Mutta hänen kätensä ei menekään suoraan otsalle, vaan se kaartuu kuin kukka, joka ensin avaa terälehtensä. Sitten se hipaisee hiukset pois.

Jenni on hieman erilainen. Erilainen? Kyllä. Jenni on erilainen kuin muut lapset. Eihän kaikkien tarvitsekaan olla samanlaisia. Itse asiassa maailmasta ei löydy kahta täysin samanlaista ihmistä! Ihmiset näyttävät erilaisilta, ajattelevat eri tavalla, pitävät erilaisista asioista...

Minun mielestäni Jenni on kuin sininen ruusu. Oletteko koskaan nähneet sinistä ruusua? Ne ovat todella harvinaisia. Jokainen puutarhuri kasvattaisi mielellään sinisen ruusun. Ihmiset tulisivat sitä kaukaa katsomaan ja ihastelemaan. Sinistä ruusua pidetään erityisen kauniina ja arvokkaana, koska se on erilainen kuin muut. Punaisiin, keltaisiin ja valkoisiin ruusuihin jokainen on tottunut, mutta kun näkee sinisen – se vangitsee katseen ja sitä jää helposti tuijottamaan. Jenni on kuin sininen ruusu.

Kun Jenni oli syntynyt ja hänet tuotiin kotiin synnytyslaitokselta vaaleanpunaisena vauvana, hän itki paljon, enemmän kuin useimmat muut lapset. Ehkä hän näki varjoja, jotka pelottivat häntä. Ehkä hän kuuli outoja ääniä.

Joskus Jenni juoksee äitinsä luokse ja tarrautuu häneen ilman mitään syytä. Tai ainakin ilman sellaista syytä, jonka me muut voisimme nähdä. Sillä tavalla aloimme käsittää, että Jennin maailma on jotenkin erilainen, meille tuntematon. Sinne meneminen olisi ehkä hiukan sama, kuin jos menisimme toiselle planeetalle.

Tai ehkä hän kuulee musiikkia, jota me emme voi kuulla. Sanotaan, että kaloillakin on oma musiikkinsa ja puheensa, jota aallot kuljettavat. Sitäkään me emme voi kuulla, koska korvamme eivät ole tarpeeksi herkäät. Jenni saattaa hyvinkin kuulla ääniä, joita me emme kuule. Ehkä juuri siksi hän toisinaan äkkiä nousee ja aloittaa ikioman tanssin.

Tiedättehän, kun kissanpentu menettää häntänsä, sen sanotaan saavan tarkemmat korvat. On totta, että häntä auttaa kissanpoikasta juoksemaan lujempaa. Mutta hännätön kissa kuulee paremmin ja erottaa lähestyvät askelet aikaisemmin kuin muut kissat. Jotkut eivät tiedä kissan tarkasta kuulosta; he näkevät vain sen, ettei kissalla ole häntää.

Toisinaan ajattelen, että Jenni on kuin lintu, jolla on hyvin lyhyet siivet. Linnulle, jolla on normaalit siivet, lentäminen on helppoa ja luonnollista. Sen sijaan lyhytsiipiseltä linnulta lentämään oppiminen vaatii paljon työtä, ponnisteluja, voimaa ja aikaa. Siksi meidän on ymmärrettävä, kuinka paljon Jenni on saavuttanut opittuaan jotakin.

Mutta on toinenkin Jenni. Tyttö, joka talvisen myrskyn pauhatessa istuu suuressa keinutuolissa yksin nukke sylissään. Hän on hyvin huolestunut ja ymmällään ja sanoo hitaasti: "Äiti, Salla sanoi minua vajaaälyiseksi. Mitä se tarkoittaa? Äiti, mitä tarkoittaa vajaaälyinen? Muutkin lapset sanoivat niin ja nauroivat. Miksi he nauroivat, äiti?"

On paljon asioita, joita Jenni ei ymmärrä. Ja Jennissä on paljon sellaisia asioita, joita muut ihmiset eivät ymmärrä. Että Jenni on kuin hännätön kissanpoika. Että Jenni kuulee erilaista musiikkia. Että Jenni on kuin lyhytsiipinen lintu. Kuin sininen ruusu, hauras ja suloinen. Koska sinisiä ruusuja on niin vähän, emme tiedä niistä paljon. Tiedämme vain, että niitä on hoidettava vielä tavallistakin huolellisemmin.

VALINNAISTEHTÄVÄT

Aistitaan ja tunnistetaan

- **Tavoite:** tutustuttaa eri aisteihin ja niiden merkitykseen
- **Ajankohta:** tehtävä kannattaa suorittaa ensimmäisenä ennen "Ennen näkemätöntä!" - tehtävää
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** huiveja, lusikoita, kasetti- tai cd-soitin, äänittämänne kasetti tai valmis Sound-levy, lisäksi erilaisia haisteltavia, maisteltavia ja tunnisteltavia aineita ja esineitä (esimerkkejä alempana)
- **Ennakkovalmistelut:** ottakaa selvää ryhmäläisten ruoka-aineallergioista; pakatkaa haisteltavat ja maisteltavat aineet niin, että ne ovat helposti saatavilla; lainatkaa kirjastosta Sound-levy tai nauhoittakaa erilaisia ääniä kasetille

Tehtävät tutustuttavat ryhmäläiset aistien maailmaan ja toimivat johdantona aistivammoja käsitteleville tehtäville. Tarvikkeet löytyvät useimmista kotitalouksista, mutta voitte tarvittaessa muunnella niitä.

a) Hajut

Ryhmäläiset haistelevat erilaisia aineita silmät sidottuina ja yrittävät tunnistaa niitä. Hyviä haisteltavia ovat esimerkiksi sitruuna, kahvi, kaneli, kardemumma, vaniljasokeri, hammastahna...

b) Maku

Ryhmäläiset maistelevat erilaisia aineita silmät sidottuina ja yrittävät tunnistaa niitä. Hyviä maisteltavia ovat esimerkiksi maito, ketsuppi, kaurahiutaleet, siirappi, greippi, punajuuri, pähkinä...

c) Tunto

Ryhmäläiset istuvat piirissä kädet selän takana. Antakaa jokaisen käteen pieni esine, joka tulisi tunnistaa näkemättä sitä. Sitten kukin ryhmäläinen saa vuorollaan kuvailla esinettään ja muut yrittävät arvata, mikä se on. Esineestä saa kertoa vain sen, miltä se tuntuu, ei esimerkiksi sitä, mitä sillä tehdään. Sopivia esineitä ovat esimerkiksi tulitikku, pieni lusikka, avain, tyhjä ilmapallo, kynä, klemmari, kuminauha, pyykkipoika, pala hiekkapaperia, pumpulituppo, nappi, hiuspinni, kolikko, kampa, paristo...

d) Kuulo

Ryhmäläiset kuuntelevat erilaisia ääniä nauhalta ja yrittävät tunnistaa niitä. Ääniksi käyvät esimerkiksi vessan vetäminen, ruohonleikkurin työntäminen, löylyn heittäminen saunassa, auton käynnistäminen, puron solina, tuulen humina puissa, talitiaisen laulu, kännykän soittoaani...

e) Näkö

Ryhmäläiset katselevat hetken aikaa pöydällä olevia pikkutavaroita (katso c-kohta) ja yrittävät painaa ne mieleensä. Sitten he kääntävät selkensä, jolloin ennalta valittu henkilö poistaa pöydältä yhden esineen. Muut saavat katsoa jäljelle jääneitä esineitä ja yrittää keksiä, mikä joukosta puuttuu.

Karvaiset apurimme

- **Tavoite:** tutustuttaa ryhmäläiset johonkin avustuskoiaraan
- **Ajankohta:** jos kyseessä on

a) opaskoira → "Silminä kaverille" tehtävän jälkeen	b) kuulokoira → "Miltä kuulostaa?" tehtävän jälkeen	c) avustajakoira → "Kelailleen" tehtävän jälkeen
---	---	--

- **Suorituspaikka:** sopimuksen mukaan sisällä tai ulkona
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** –
- **Ennakkovalmistelut:** varmistakaa, ettei kenelläkään ryhmäläisellä ole vaikeaa koira-allergiaa; sopikaa koiran omistajan/käyttäjän kanssa vierailusta

Ryhmäläiset saavat tutustua koiaraan, joka on koulutettu avustamaan vammaista henkilöä. Näkövammaisilla on opaskoira, kuulovammaisilla kuulokoira ja liikuntavammaisilla avustajakoira. Koiran käyttäjä kertoo koiransa taidoista ja toiminnasta käytännön tilanteissa. Muistuttakaa ryhmäläisiä, ettei koiraa saa lähestyä, ennen kuin on saanut siihen luvan.

Opaskoira toimii näkövammaisen apuna. Sen tehtävänä on helpottaa näkövammaisen liikkumista pitämällä opastettava suoralla kulkureitillä, kiertämällä esteet, pysähtymällä ennen teiden ja katujen ylityksiä ja ilmaisemalla ne maassa olevat esteet ja pinnan epätasaisuudet, joita ei voi kiertää. Koira oppii hyvin nopeasti esimerkiksi polulla kuljettaessa tarkkailemaan opastettavan askelia niin, ettei tämä kompastu puun juuriin. Liikennevaloja opaskoira ei sentään osaa noudattaa, eikä se myöskään osaa varoa liikennettä. Näkövammaisen päättää itse kuulonsa perusteella, milloin tien voi ylittää. Näkevä henkilö voi olla avuksi kertomalla, milloin kadun ylitys on turvallista.

Opaskoiralle on opetettu käskyt, joilla se tulee luokse, on paikallaan, menee paikalleen, istuu, seuraa, noutaa, lähtee liikkeelle opastettaessa, ylittää kadun, kääntyy vasemmalle tai oikealle ja hakee erilaisia kohteita (suojatie, porras, tiski, ovi, penkki, pysäkki jne.). Koira oppii toimimaan yhteensä noin 40 käskyn perusteella. Koirat on koulutettu osittain mittatilaustyönä hallitsemaan juuri niitä asioita, jotka sen käyttäjälle ovat tärkeitä. Lisäksi koira opetetaan "työaikanaan" välttämään kiusauksia, kuten mielenkiintoisia hajuja, kaupan elintarviketiskejä ja muita eläimiä. Kun opaskoiralla on valjaat päällä, se on työssä. Ilman valjaita se on kuin mikä tahansa kotikoira. Työssä olevaa opaskoiraa ei saa mitenkään häiritä. Nuori opaskoira saattaa häiriintyä jopa vieraan tuijotuksesta.

Kuulokoira on kuulovammaisen avustaja. Sen tehtävänä on tiedottaa omistajalleen äänistä, joista tämän on syytä olla tietoinen. Tällaisia ääniä ovat esimerkiksi puhelin, ovikello, palohälytin tai herätyskello. Kuullessaan kyseisen äänen kuulokoira kertoo siitä omistajalleen koskettamalla tätä tassulla.

Avustajakoira toimii liikuntavammaisen apuna. Se saattaa mahdollistaa liikuntavammaisen itsenäisen asumisen. Avustajakoiralle opetettavat taidot riippuvat sen käyttäjän tarpeista. Se voidaan kouluttaa vetämään pyörätuolia lumessa tai ylämäessä, laittamaan valot päälle, noutamaan, nostamaan, siirtämään ja kuljettamaan esineitä, avaamaan ovia jne.

Istumalentis

- **Tavoite:** tutustuttaa vammaisille ja ei-vammaisille tarkoitettuun peliin
- **Ajankohta:** ”Kelaillen”-tehtävän jälkeen
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** maalarinteippiä, verkko, ilmapalloja, pilli
- **Ennakkovalmistelut:** kerratkaa pelin säännöt

Ryhmäläiset kokeilevat jotakin peliä, jota pelatessaan vammaiset ja ei-vammaiset ovat tasaveroisia. Tällaisia pelejä ovat esimerkiksi maalipallo, istumalentopallo ja pyörätuolikoripallo.

Maalipallo on näkövammaisten joukkuepeli. Pelikentän päädyissä on leveät maalit. Pelivälineenä on koripallon kokoinen kulkusella varustettu pallo. Kentällä on kaksi kolmihenkiä joukkuetta, jotka yrittävät tehdä maaleja heittämällä palloa lattiaa pitkin vastustajan maaliin. Omaa maalia puolustetaan koko kentän leveydeltä. Kaikilla pelaajilla on peitetty silmät, joten peli tapahtuu kuuloaistin varassa.

Istumalentopallo on erittäin raskas ja vaativa laji. Sen vuoksi siitä on muokattu varhaisnuorille soveltuva versio, jossa pelivälineenä on ilmapallo.

Merkitkää pelikenttä (noin 3m x 6m) maalarinteipillä lattiaan. Jakakaa kenttä kahtia esimerkiksi pingiskentän verkolla, sulkapalloverkolla tai maalarinteipillä. Pelaajat asettuvat lattialle istumaan. Aloittava joukkue syöttää ilmapallon peliin. Peliä pelataan lentopallon säännöillä. Syötön on mentävä kerralla keskiviivan yli. Muutoin pallo saa viipyä samalla puolella ainoastaan kolmen kosketuksen ajan. Sama pelaaja ei saa koskea palloon kahdesti peräjäälkeen. Tavoitteena on saada pallo vastustajan kenttäpuoliskon lattiaan. Kun joukkue onnistuu siinä omalla syöttövuorollaan, se saa pisteen, muutoin syöttövuoro vaihtuu. Erävoitto menee joukkueelle, joka ensimmäisenä saa kokoon kymmenen pistettä. Kahden erän voitto tuo otteluvoiton. Erävoittojen mennessä tasan voittaja ratkaistaan kolmannessa erässä.

Taidetta ilman käsiä

- **Tavoite:** antaa mahdollisuus ilmaista itseään uudella tavalla
- **Ajankohta:** ”Kelaillen” -tehtävän jälkeen
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin puoli tuntia
- **Tarvikkeet:** kortteja, suojamuovia tai sanomalehteä, suuria valkoisia papereita, pensseleitä, peitevärejä, värikippoja, sokkeloita (liite 4), kyniä
- **Ennakkovalmistelut:** –

Monet ovat joskus lähettäneet tai saaneet hienoja joulukortteja, jotka vammaisen taiteilija on maalannut ilman käsiä. Kysykää ryhmäläisiltä, miten he maalaisivat kuvia käsiä käyttämättä. Samalla voitte esitellä ryhmälle vammaistaiteilijoiden töitä.

Antakaa varhaisnuorten kokeilla maalaamista pensseli "väärässä kädessä", jalkaterien välissä, varpaiden välissä, suussa jne. Harjoitus tekee mestarin! Kukin ryhmäläinen saa myös yrittää suoriutua sokkelotehtävästä (liite 4) ääriiivoihin osumatta.

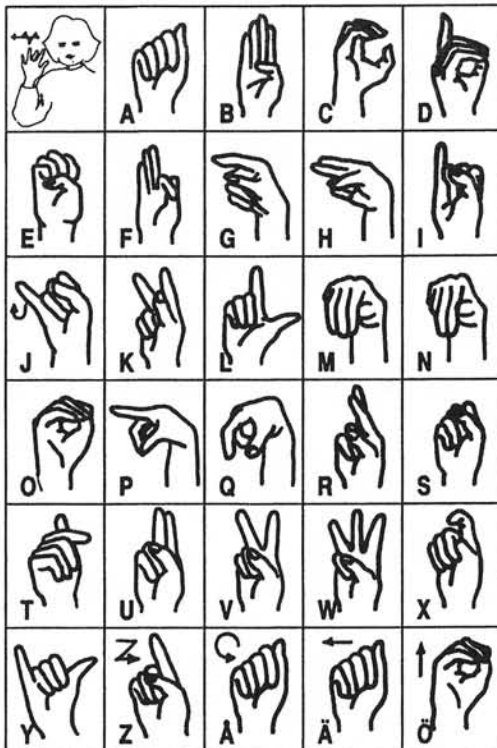
Ryhmänä radalle

- **Tavoite:** opettaa avun pyytämistä ja antamista sekä ryhmänä toimimista
- **Ajankohta:** viimeisenä kaikkien muiden tehtävien jälkeen
- **Suorituspaikka:** sisällä
- **Kesto:** noin 20 minuuttia
- **Tarvikkeet:** huiveja
- **Ennakkovalmistelut:** rakentakaa pöytiä, tuoleja, penkkejä, narua, huopia yms. käyttäen rata, josta suoriutuakseen täytyy kävellä, kiivetä, kontata, ryömiä, pomppia, kantaa tavaraa, neuvotella, edetä sokkelossa, kulkea kapealla lankulla jne.; miettikää etukäteen kullekin ryhmäläiselle "vamma", joka tekee radalla etenemisestä haasteellista ja kekseliäisyyttä vaativaa

Lavastakaa jokaiselle ryhmäläiselle jokin "vamma", esimerkiksi peittääkää silmät, sitokaa jalat yhteen, paketoikaa kädet... Ryhmäläisten pitää selviytyä radan läpi toisiaan auttaen ja neuvoen. Muistakaa huolehtia ryhmäläisten turvallisuudesta!

Ota kontakti
liite 1

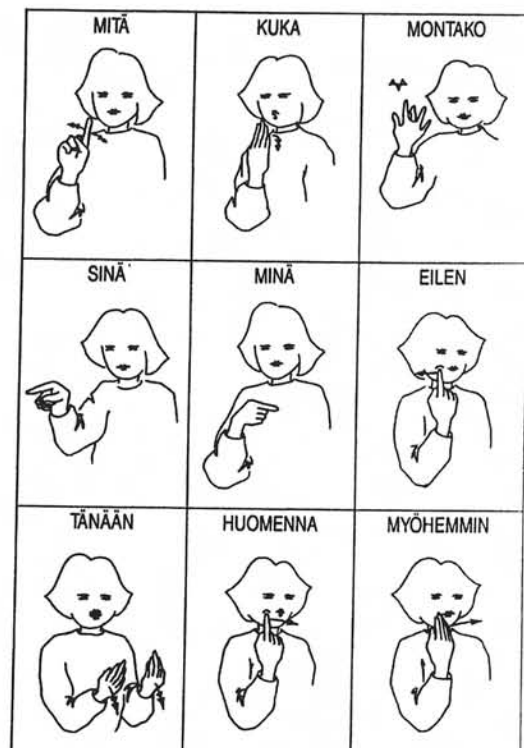
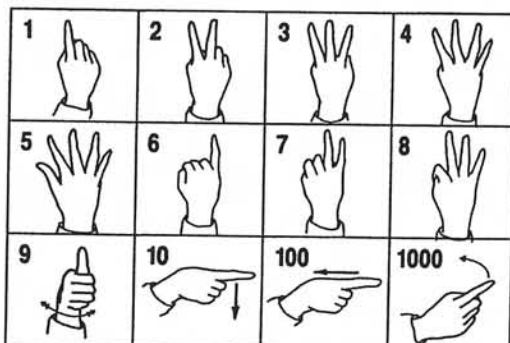
Piiritoimistot tilaavat
pistekirjoitusaakkoset
Näkövammaisten Keskusliitosta.



VIIKONPÄIVÄT

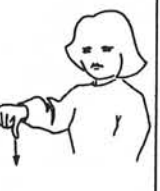


LUVUT



AAMU 	ILTA 	PÄIVÄ 
YÖ 	NIMI 	OSOITE 
PAPERI 	PUHELIN 	POLIISI 

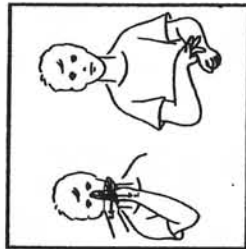
SAIRAS 	SAIRAALA 	LÄÄKÄRI 
KOTI 	KOULU 	KYLLÄ/ON 
EI 	SOPIVA 	HYVÄ 

HUONO 	KIITOS 	KÄVELLÄ 
KYLMÄ 	LÄMMIN 	AUTTAAPU 
NUKKUA 	KIIRE 	PIIAN 

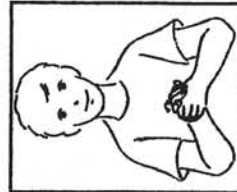
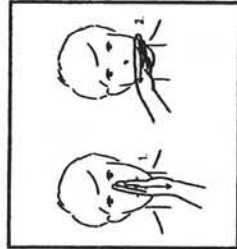
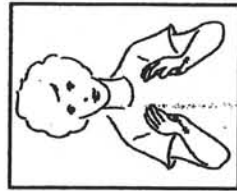
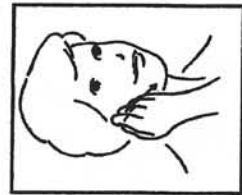
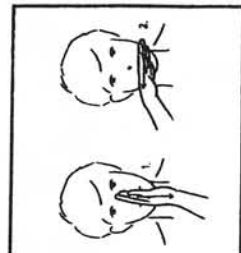
LÄHDE: VIITTOMIA KÄYTÄNNÖN TILANTEISIIN
KUUROJEN LIITO

Laulut kirjasta:
 "Viitottuja satuja ja Lauluja"
 toim. Eija Roisko ja Liisa Varho-Iivonen

sävel Georg Malmsten
 sanat R.R. Ryynänen



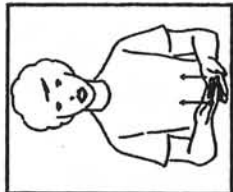
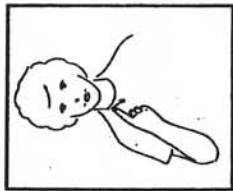
KARHUNPOIKA SAIRASTAA



Karhunpoika sairastaa häntä hellikäämme. Lääkkehällä hoidelkaa

Nalle-

ystäväämme. Maito tuore



lämpöinen

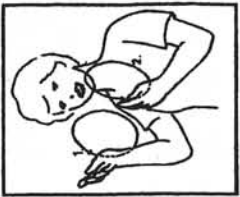
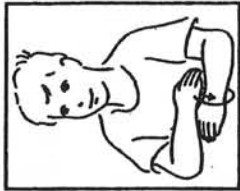
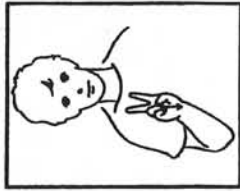
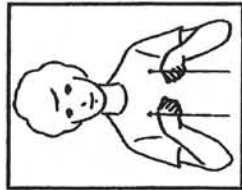
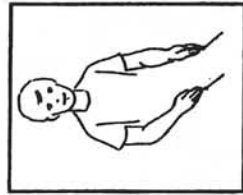
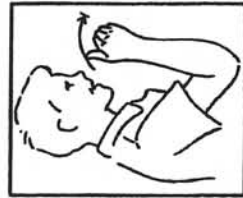
hyväks

olla voisi.

Vehnäkorppu valkoinen

ehkä

avun toisi.



Patiaksensa

parahin

matto levitellään, peitteheksi toinenkin

kääritähän

hellään.

Laulu



kaunis



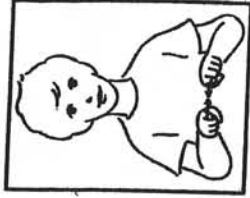
lauletaan



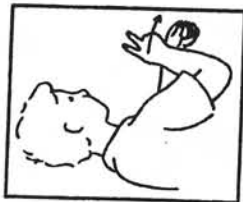
univirreksensä,



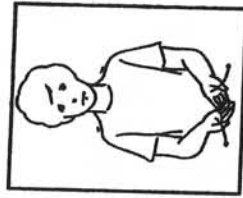
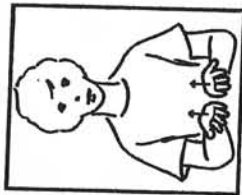
itse käymme uinumaan hänen vierellensä.



Vahtikoira



vartioi uskollisna meitä, kunnes koittaa



heitä.

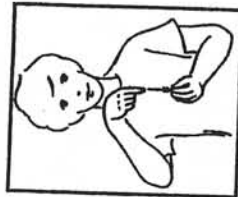
aamunkoi hän ei meitä



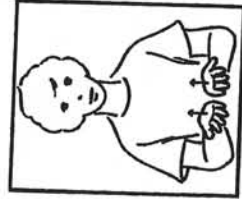
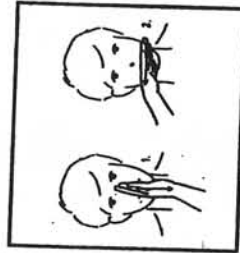
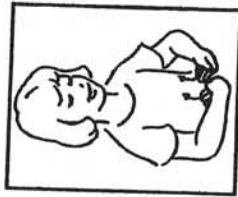
Uni



paras



lääke on siitä nauttikaamme Nalle-raukan kuntohon



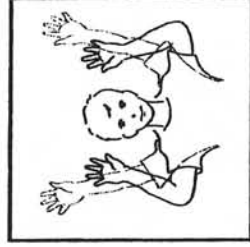
aamuksi jo saamme.

Laulut kirjasta:

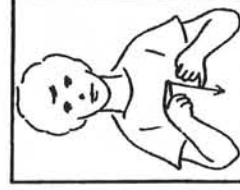
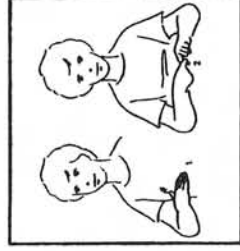
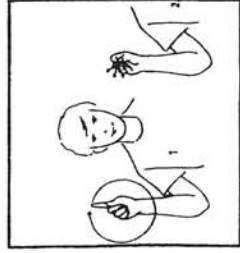
"Viitottuja satuja ja Lauluja"

toim. Eija Roisko ja Liisa Varho-livonen

sävel ja sanat Reino Helismaa



PÄIVÄNSÄDE JA MENNINKÄINEN

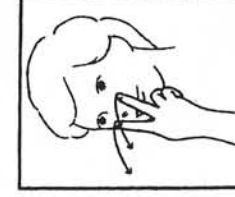
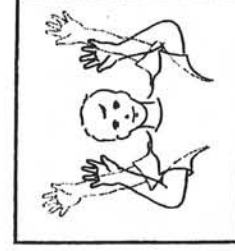
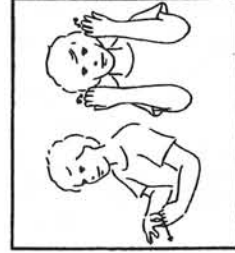


①

Aurinko kun päätti retken, siskoistaan

jäi jälkeen hetken päivänsäde viimeinen.

Hämärä jo metsään hiipi,



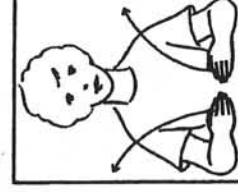
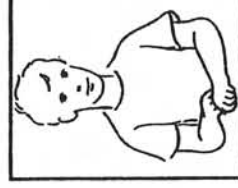
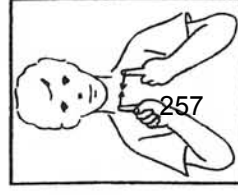
päivänsäde

kultasiipi juuri aikoi

lentää eestä sen, kun

menninkäisen pienen

näki



vastaan tulevan: se juuri oli noussut

luolastaan. Kas, menninkäinen ennen

päivän laskua ei voi



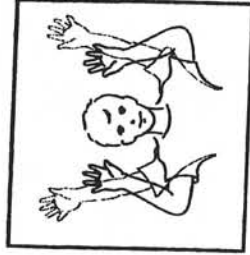
milloinkaan elää päällä



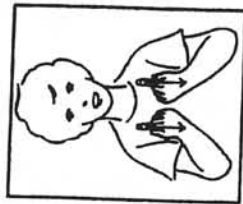
maan.

2

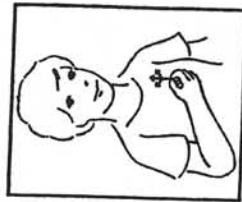
Katselivat toisiansa



- menninkäinen rinnassansa tunsi



kummaa



leiskuntaa.



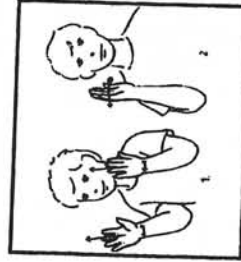
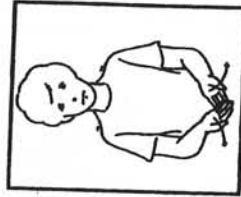
Sanoi:



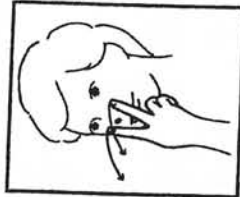
"Poltat



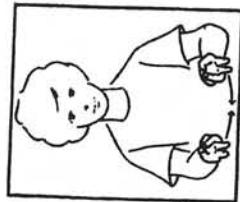
silmieni, mut' en ole



eläissäni



nähty



mitään yhtä



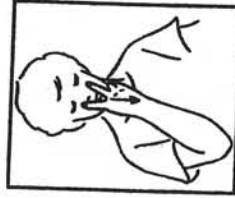
ihanaa!



Ei haittaa vaikka loisteesi



mun



sokeaksi saa on pimeässä



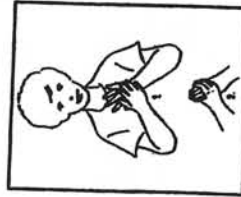
hyvä



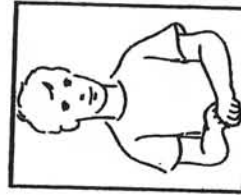
asustaa.



Käy



kanssani, niin kotiluolaan näytän sulle



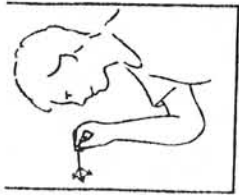
tien - ja



sinut



armaakseni



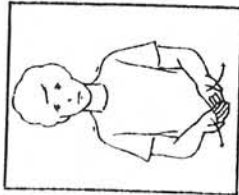
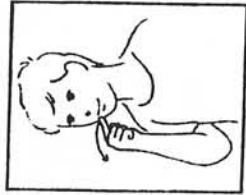
vien."

③

Säde



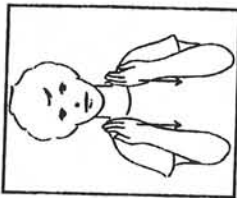
vastas:



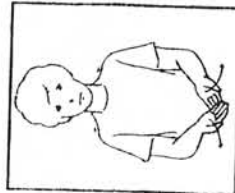
enkä



toivo



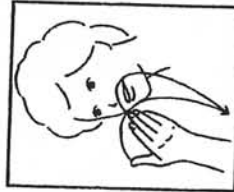
kuolemaa.



niin en hetkeäkään elää saa!" Niin lähti



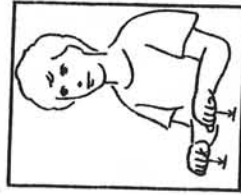
kaunis



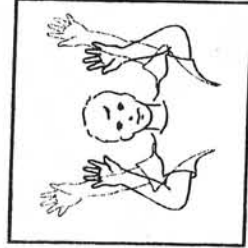
Pois mun



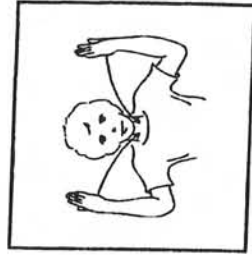
täytyy



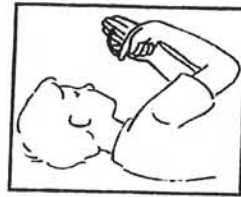
"Peikko



kulta,

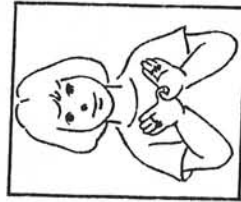
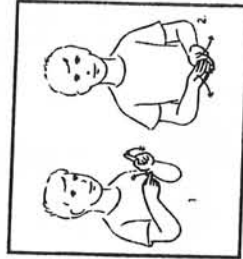


pimeys

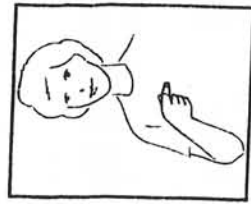
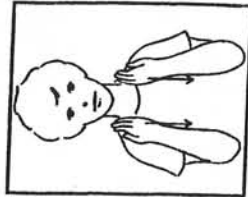


heti mennä,

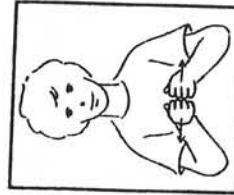
ellen kohta valoon lennä,



vie hengen multa



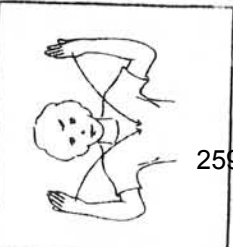
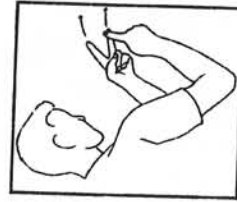
mutta



päivänsäde,



vieläkin, kun menninkäinen

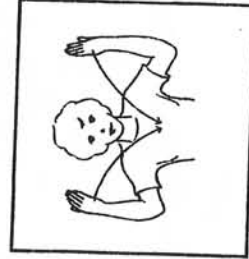
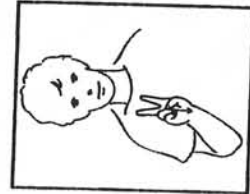
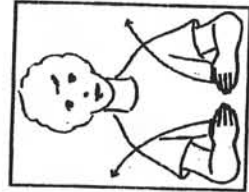


259



öisin tallustaa, hän mietti, miksi

toinen täällä valon lapsi on ja toinen



yötä

rakastaa.

