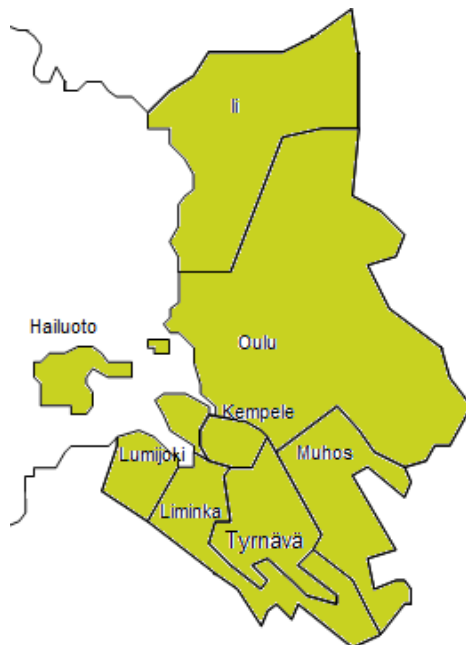


# Jäsenkirje

## Syksy 2018 – Kevät 2019



**Esteettömyyttä yhdessä!**



## **Puheenjohtajan terveiset!**

Tässä on perinteinen jäsenkirjeemme syys- ja kevätkausille. Toiminta on päässyt jo hyvään vauhtiin. Kuuloautokiertue pysähtyi 6.-7.9. Haukiputaalla ja Ylikiimingissä. Halukkaita kuulonsa mittauttamiseen oli enemmän, kuin pystyttiin ottamaan vastaan. Kuuloliitolla on "Esteettömyyttä yhdessä"-teemavuosi meneillään. Sen puitteissa järjestimme esteettömyysseminaarin, jossa oli erilliset tilaisuudet ammattilaisille ja yleisölle. Syksy ja kevät jatkuu kuukausittaisten kuuloiltojen merkeissä.

Huomatkaa, että Kuulokeskus muuttaa Medipolikseen joulukuun alussa, tarkemmat tiedot sivulla 5.

Ilmoitamme myös toiminnastamme Oulu-lehden seuratoiminta- ja Kalevan Tapahtumat-palstalla sekä Kalevan Tapahtumat-nettisivulla: <https://www.kaleva.fi/tapahtumat/haku/>, seuratkaa ilmoitteluamme. Lisää tietoa löydät yhdistyksemme nettisivuilta: [www.oulunseudunkuulo.net](http://www.oulunseudunkuulo.net)

Hyvää syksyn jatkoa ja tervetuloa tilaisuuksiimme!

Terveisin pj. Aimo Lohilahti

### **Sihteeri Leena Olsbo-Rusanen esittäytyy**

Olen aloittanut Oulun Seudun Kuulo ry:n sihteerinä elokuussa. Juho Kontiola luopui sihteerin tehtävistä aloitettuaan opiskelun, mutta jatkaa edelleen hallituksen jäsenenä. Kuuloliiton jäseneksi olen liittynyt vuonna 2002. Suomen Akustikusneurinoomayhdistys ry:n hallituksessa olen ollut viitisen vuotta ja toimin myös yhdistyksen sihteerinä. Oulun alueella olen mukana vertaistukihenkilö- ja alue toiminnassa. Olen myös Kuuloviestin toimitusneuvostossa neljättä vuotta.

Olen valmistunut arkkitehdiksi Oulun yliopistosta. Oulun kaupungilla työskentelin kolmisenkymmentä vuotta asumiseen ja esteettömyyteen liittyvissä monipuolisissa tehtävissä. Vapaaehtoistyön pariin siirryin kokonaan tämän vuoden alusta ja mielenkiintoista tehtävää on riittänyt.

Perheeseen kuuluu aviomies, kolme aikuista tytärtä ja mummin silmäteränä tyttärentytär Turussa.

## **Yhdistyksen hallitus**

Aimo Lohilahti, puheenjohtaja, puh. 040 3100 558

sähköposti: [yhdistys@oulunseudunkuulo.net](mailto:yhdistys@oulunseudunkuulo.net)

Tero Uitus, varapuheenjohtaja, puh. 040 719 2607

Aira Okkonen, jäsenkirjuri, puh. 040 704 2418

Satu Savilaakso-Aho, kuulolähipalvelu, puh. 040 775 1303

Juho Kontiola

Varajäsenet: Helena Hiivala ja Johanna Regelin

Hallituksen ulkopuoliset:

Sihteeri: Leena Olsbo-Rusanen, puh. 044 260 4771

Rahastonhoitaja: Anna Klemettilä-Sorri

## **Tulevia yhdistystapahtumia**

Pidämme pääsääntöisesti yhdistyksemme kuuloillat kuukauden ensimmäisenä tiistaina Aleksinkulman Aino-salissa, Aleksanterinkatu 9.

## **Syksy 2018**

- Ti 4.9. klo 18, syyskauden avaus vertaistapaamisen merkeissä,
- Ma 8.10. klo 17-18, kuulolähipalvelu Caritas kodissa ja klo 18-19 Maarit Isomaa Kuulo Centeristä kertoo omatoimisesta kuulokojeen huollosta
- Ti 6.11. klo 18, Oulun kaupungin esteettömyyskoordinaattori Jaana Solasvuo kertoo Oulun kaupungin esteettömyystoiminnasta
- To 13.12. klo 18, yhdistyksen joulujuhla Meniere-yhdistyksen ja seurakunnan kanssa Keskustan seurakuntatalossa, Isokatu 17

## **Kevät 2019**

- Ti 5.2. klo 18, kuulovammaisille sopivat puhelimet ja apuvälineet
- Ti 5.3. klo 18, kevätlauluja
- Ti 2.4. klo 18, klo 17-18 kuulolähipalvelu Caritas kodissa ja klo 18-19 Suomen Kuulostudion yritys- ja apuväline-esittely
- Ti 7.5. klo 18, kesäretken suunnittelua

Laulutilaisuuteen voitte ilmoittaa etukäteen omia toiveita, lähettämällä viestiä yhdistyksen sähköpostiin [yhdistys@oulunseudunkuulo.net](mailto:yhdistys@oulunseudunkuulo.net)

## **Kuulolähipalvelutoiminta**

on yhdistyksen vapaaehtoisten henkilöiden antamaa opastusta ja neuvontaa kuulokojeen käytössä. Myymme myös kuulokojeen paristoja ja väliletkua. Palvelu on ilmaista ja sitä annetaan kaikille kuulovammaisille. Paristoja ja väliletkua saa myös Helena Hiivalalta, puh. 040 775 4317.

Syksyn kuulolähipalvelutilaisuus ma 8.10. klo 17-18 Caritas-kodin Caritas-salissa, Kapellimestarinkatu 2. Maarit Isomaa Kuulo Centeristä kertoo omatoimisesta kuulokojeen huollosta klo 18-19.

Kevään 2019 kuulolähipalvelutilaisuus ti 2.4. klo 17-18 Caritas-kodin Caritas-salissa, Kapellimestarinkatu 2. Suomen Kuulostudion yritys- ja apuväline-esittely klo 18-19.

### **Syyskokous**

Yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous pidetään ti 30.10.2018 klo 18 Aleksinkulman Aino-salissa, Aleksanterinkatu 9, OULU. Tervetuloa, tule ja vaikuta!

### **Kevätkokous**

Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous pidetään ti 19.3.2019 klo 18 Aleksinkulman Aino-salissa, Aleksanterinkatu 9, OULU. Tervetuloa, tule ja vaikuta!

## **Seminaari esteettömästä kuunteluympäristöstä Oulussa**

Kuuloliitto viettää esteettömyyden teemavuotta, jonka suojelijana on presidentti Tarja Halonen. Teemavuotena tuodaan monipuolisesti esille kuunteluympäristön esteettömyyttä ja saavutettavuutta.

**Yleisötilaisuus: "Kuuluuko - sinulle, minulle, meille?"  
Ti 16.10. klo 17.30–20 Aleksinkulman Juhlasalissa,  
Aleksanterinkatu 9**

Kuuloyhdistyksen jäsenenä saat

- kuusi kertaa vuodessa ilmestyvän Kuuloviesti-lehden
- alennuksen Otavamedian lehdistä.  
<http://lehdet.otavamedia.fi/web/kampanja/kuuloliitto>
- 10-20 % alennus Instrumentariumin tuotteista
- 10 % alennus Kuuloliiton Kuulokeskuksen palveluista
- alle 30 vuotiaille Eurooppalainen nuorisokortti. Kortilla saa etuja yli 300 paikassa Suomessa ja jopa 500 000 paikasta ympäri Euroopan
- kuulolaitteiden paristoja, 5,- € / kiekko(6kpl)
- yhdistyksen induktiosilmukkaa lainataan jäsenetuna jäsenille ilmaiseksi. Muille vuokraus 75eur / ei kuljetusta, 100eur / kuljetus

**OYS:n Kuulokeskus muuttaa Medipolikseen, jonne osoite: Kiviharjuntie 11, 90220 Oulu. Näillä näkymin suunnitelmana on, että muuton vuoksi Kuulokeskus on kiinni 29.11. -9.12. ja toiminta Medipoliksessa käynnistyy 10.12.2018.**

**OYS:n Kuulokeskuksen yhteystietoja, joihin voit ottaa yhteyttä kuulokoje- ja korvakappaleasioissa.**

#### **Kuulokeskuksen yhteystiedot**

Kanslia klo 9–10 ja klo 13–15, puh. (08) 315 3406

#### **Kuulokojeen säätöajanvaraus**

klo 12–13, puh. (08) 315 4129

#### **Kuulokojeen huolto/ korjaus**

ma – to klo 9–13

#### **Kojeen voi myös lähettää:**

OYS / kuulokeskus

PL 21

90029 OYS

Laita mukaan seuraavat tiedot: käyttäjän nimi, miksi palautat kojeen, mikä kojeessa on vikana ja palautusosoite.

Huom! Ethän lähetä mukana korvakappaletta.

#### **Korvakappaleen teko/ huolto/ korjaus**

ma–pe klo 8.30–10.00 ja 13.00–15.00, Puh. (08) 315 4128

## **Oulun kaupungin palvelut kuulovammaisille**

Oulun kaupungin nettisivuilta löydät ohjeita ja tietoa kuulosta ja kuulon tutkimukseen hakeutumisesta.

Korvien tarkastukseen ja kuulon tutkimukseen hakeudutaan omalle terveysasemalle, jossa selvitetään syy kuulon heikentymiselle ja mahdollisten jatkotoimenpiteiden tarve esim. kuulokojetarve.

<http://www.ouka.fi/oulu/ikaantyneet/nako-ja-kuulo>

Oulun kaupungin erityisliikuntapalveluissa on myös kuulovammaisille suunnattuja liikuntaryhmiä 3.9. – 14.12.2018 (ei viikko 43) ja 7.1. – 10.5.2019 (ei viikko 10).

<http://www.ouka.fi/oulu/liikunta-ja-ulkoilu/liikuntaryhmat1>

Klikkaa sitten linkkiä "Aistivimmat (pdf)"

### **Kuntosaliryhmä Simpukka, kuulovammaiset, tulkit, omaiset**

Ti 10.00–11.00 Raatin uimahalli, kuntosali

Ohjattu kuntopiiri, alkuverryttelyt ja loppuvenyttelyt.

Hinta: Perusmaksu, aikuiset sarjalippu 10 kpl 45 €, kertamaksu 5,50 €

Perusmaksu, ale-ryhmät sarjalippu 10 kpl 25 €, kertamaksu 3,20 €

Ilmoittautumiset p. 044 703 8062

### **Runolan Reippaat, kuulovammaiset**

Palvelukeskus Runola, Tuulaakitie 2

Kuntosali pe 9.00-10.00

Istumajumppa pe 10.15

Oletko kiinnostunut, tule mukaan ja innostu uudesta harrastuksesta mukavassa seurassa!

Hinta: Maksuton Ilmoittautumiset p. 050 308 2684

### **Ohjattu kuntopiiri, aistivammaiset**

Ti 17.00–18.30 Oulun uimahalli, kuntosali

Reipas ohjattu kuntopiiri, alkuverryttelyt ja loppuvenyttelyt.

Hinta: Perusmaksu, aikuiset sarjalippu 10 kpl 45 €, kertamaksu 5,50 €

Perusmaksu, ale-ryhmät sarjalippu 10 kpl 25 €, kertamaksu 3,20 €

Ilmoittautumiset p. 044 703 8062

### **Kuntosali ja vesivoimistelu, aistivammaiset**

Oulun kaupunginsairaala, Kiviharjuntie 5

Ma 16.15 kuntosali

Ma 17.15 vesivoimistelu

Omaan tahtiin harjoittelua kuntosalilla, ohjaaja paikalla opastamassa laitteiden käyttöä. Lisäksi ohjattu vesijumppa, jossa liikkeitä voi toteuttaa omaan tahtiin.

Voit osallistua molempiin ryhmiin tai vain toiseen. Oma avustaja mukaan.

Hinta: Kausimaksu 30 € (syksy ja kevät erikseen), sisältää molemmat ryhmät tai vain toisen valintasi mukaan. Ilmoittautumiset p. 044 703 8048

### **Sulkapalloa aikuisille, erityisliikkujien avoin ryhmä**

Ma 17.00–18.00 Linnanmaan liikuntahalli

Aikuisten ohjattu sulkapalloryhmä, jonka toteuttaa Tervasulka ry,

[www.tervasulka.fi](http://www.tervasulka.fi)

Hinta: Vuosimaksu 80 €, ensimmäinen kerta maksuton Ilmoittautumiset p. 041 549 7755

### **Boccia, erityisjärjestöt yhdessä, erityisliikkujien avoin ryhmä**

Oulun urheilutalo, palloilusali 2. krs

Pe 10.00–12.00 peli ja harjoitteluvuoro. Paikalla saa opastusta.

Ke 13.00–15.00 avoin harjoitteluvuoro. Paikalla saa opastusta.

Hinta: Maksuton Tiedustelut p. 040 703 806

### **Oulun ev.-lut. seurakunnan kuulovammaistyö**

Oulun ev.-lut. seurakunnan järjestämä Aabrahamin poppoo, kuulovammaisten päiväpiiri Keskustan seurakuntatalossa, Isokatu 17, 2. kerros, torstaisin klo 13.30–15, 20.9., 25.10. ja 22.11.

Lisää tietoja nettisivulta: <http://www.oulunseurakunnat.fi/apua-ja-tukea/erityisryhmille/kuulovammaiset>

## **Kuuloliitto ry**

Ilkantie 4, 00400 HELSINKI  
puh. (09) 5803 830, [www.kuuloliitto.fi](http://www.kuuloliitto.fi)

Muita Kuuloliiton ylläpitämiä verkkosivuja:  
[www.moottorikorvat.net](http://www.moottorikorvat.net)

Suomen Tinnitusyhdistys ry  
puh. 040 568 1034, [www.tinnitusyhdistys.fi](http://www.tinnitusyhdistys.fi)

Suomen Akustikusneurinoomayhdistys ry  
[www.akustikusneurinoomayhdistys.com](http://www.akustikusneurinoomayhdistys.com)

## **Oulun kuulopiiri**

Isokatu 47, 90100 OULU

Tapio Riekki  
Piirin puheenjohtaja  
puh. 0400 160 317

Kuntoutussihteeri Tiina-Maija Leinonen  
puh. 0400 168 164  
sähköposti: [Tiina-Maija.Leinonen@kuuloliitto.fi](mailto:Tiina-Maija.Leinonen@kuuloliitto.fi)

## **Kursseja, leirejä ja virkistyspäiviä**

Kuuloliiton nettisivuilta löytyy tietoa erilaisista kursseista.  
<https://www.kuuloliitto.fi/palvelut/koulutukset-ja-kurssit/>

Lisää tietoja löydät yllä olevalta nettisivulta kohdasta ”Kuuloliiton kurssikalenteri 2018” ja voit tulostaa hakemuslomakkeen myös sieltä.

Lisätietoja:

Kuuloliitto ry, kuntoutussihteeri Tiina-Maija Leinonen, Isokatu 47,  
90100 Oulu, p. 0400 168 164 tai [Tiina-Maija.Leinonen@kuuloliitto.fi](mailto:Tiina-Maija.Leinonen@kuuloliitto.fi)



## **Esteettömyys**

Viime aikoina on puhuttu paljon ilmastonmuutoksesta ja sen vaikutuksista elämäämme. Tulee säästää energiaa ja suosia uusiutuvia energiamuotoja. Maapallon keskilämpötila ei saa nousta liian korkeaksi, jotta elämisen mahdollisuudet säilyvät edes jossain muodossa.

Osana ilmastonmuutoksen vastustamista on lainsäädännön kautta vaikuttaa ihmisten kulutustottumuksiin. Lain säätäjä ohjaa myös esteetöntä rakentamista. Esimerkiksi tämän vuoden alusta astui voimaan asetus rakennuksen esteettömyydestä. Myös YK:n yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista yhtenä tavoitteena on esteettömyys ja saavutettavuus. Suomi ratifioi sopimuksen pari vuotta sitten.

Voisiko ilmastonmuutoksella ja esteettömyydellä olla jotain yhtymäkohtia? Muutakin, kuin että molemmista puhutaan laki- ja sopimusteksteissä.

Esteettömän ympäristön ideana on, että mahdollisimman monella on mahdollisuus liikkua ja toimia ilman erityisratkaisuja.

Esteettömyys niin usein vieläkin mielletään liikkumisen esteettömyydeksi. Toisaalta juuri liikkuminen paikasta toiseen tuottaa suuren osan päästöistä. Vammaisten mahdollisuus esteettömän julkisen liikenteen käyttöön vähentää yksityiskyytejä, jotka tuottavat suhteessa enemmän haitallisia päästöjä ja näin liikkumisen esteettömyys tuo varmasti etua myös ilmastonmuutoksen hillitsemiseen.

Me kuulovammaiset emme välttämättä tunne itseämme niin vammaisiksi, mitä nyt kuulo vähän reistailee. Toki ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi voimme mekin tehdä sen mitä muutkin ihmiset – vähentää kulutusta.

Voisiko myös kuunteluolosuhteiden esteettömyys vaikuttaa myönteisesti ilmastonmuutokseen?

Esteettömyys kuulovammaiselle tarkoittaa, että ympäristön kuunteluolosuhteet mahdollistavat puheen avulla tapahtuvan kommunikoinnin, että televisio-ohjelmat ja elokuvat ovat tekstitettyjä, että opasteet ja ohjeet ovat selkeästi luettavissa, että yhä enenevässä määrin Internetsivustoille siirtyvät palvelut ovat helppokäyttöisiä ja mahdollisesti puheen avulla tuleva informaatio on saatavissa myös tekstinä.

Mikään ei korvaa ihmisten kohtaamista, se on tärkeää jo mielenterveydenkin kannalta. Kaikkea toimintaa ei tule siirtää verkkoon, tarvitsemme myös muita ihmisiä ja toisen kosketusta, mutta mahdollisuus hoitaa asioitaan verkon kautta säästää turhilta matkoilta ja siten vaikuttaa myös energian kulutukseen.

Kuulovammaiselle tärkeät kuuntelun ja tiedonsaannin esteettömyyteen liittyvät asiat, kuten hyvä kuunteluympäristö, induktiosilmukka ja muut äänensiirtojärjestelmät, televisio-ohjelmien ja elokuvien tekstitys ovat se osa esteettömyyttä, mikä mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen. Sosiaalinen elämä muiden ihmisten kanssa pitää taas mielen virkeänä ja jaksamme sitten kantaa oman panoksemme myös ilmastonmuutoksen ehkäisyyn.

Jukka Rasa

Vuosi 2018 on ollut Kuuloliiton esteettömyyden teemavuosi.



# KUULO- JA KORVALÄÄKÄRIPALVELUT LAADUKKAASTI JA NOPEASTI TERVEYSTALO OULUSTA.

Terveystalo Oulusta löytyy joukko huippuammattilaisia, jotka ovat perehtyneet kuuloon liittyviin palveluihin. Ammattilaistemme vastaanotolle pääset helposti ja nopeasti, jonottamatta.

## Kuulopalvelut ammattitaidolla

Audionomi **Esa Kantolan** vastaanotto  
Terveystalo Oulussa.

Kuulokojesovitukset, kokesäädöt, kuulontutkimukset ja tarvikkeet ilman jonotusta.

Korva-, nenä- ja kurkkutautien erikoislääkärit päivystävät vuoden jokaisena päivänä.



Terveystalo Oulussa on suuri joukko korvalääkäreitä, jotka ovat perehtyneet kuuloon liittyviin ongelmien ja haasteiden hoitamiseen. Myös muut korvien, nenän ja kurkun ongelmat hoituvat meillä. Aikuiset ja lapset ovat tervetulleita vastaanottoillemme.

**Terveystalo**  
Oulu

NOPEASTI HYVÄÄN  
HOITOON

[terveystalo.com](http://terveystalo.com)

Albertinkatu 16/  
Sepänkatu 17  
ma-pe 7-22  
la-su 9-22  
puh. 030 6000\*

\*Asiakaspalvelu on avoinna vuorokauden ympäri läpi vuoden. Puhelun hinta on lankaliittymästä 8,35 snt/puhelu + 3,20 snt/min, matkapuhelinliittymästä 8,35 snt/puhelu + 19,33 snt/min.

# kuulostudio

## KUULUUKO?

### ★ Meidän palveluihin kuuluu ★

kuulontutkimukset-kojesovitukset-kojehuolto  
kojevaraosat-kuulon apuvälineet-yksilölliset  
kuulonsuojaimet



Myymälämme avoinna joka arkipäivä klo 8-16

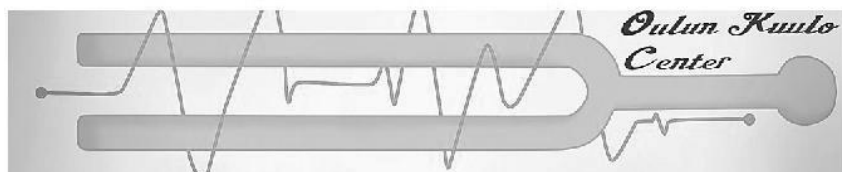
Kuulostudio Oy, Albertinkatu 13, p. 050 505 7399

# Kuulosi parhaaksi

**Kuulon tutkimukset, kuulokojesovitukset ja muu kuulonhuoltoon liittyvä palvelu ammattitaidolla ja pitkällä kokemuksella.**

**Sopimuksen mukaan myös kotikäynnit.**

**Ajanvaraukset onnistuu myös Mehiläisen nettiajanvarauksen kautta tai numerosta 010 414 00, voitte ottaa myös minuun suoraan yhteyttä.**



**Oulun Kuulo-Center / Maarit Isomaa  
c/o Mehiläinen | Kauppurienkatu 9, 90100 Oulu | 040 130 8804**

*Lämpimästi  
tervetuloa!*

## **OULUN III HANSA APTEEKKI LIMINGANTULLIN PRISMA**

*Palvelemme teitä joka päivä aamusta iltaan*

**Meiltä löydät myös terveydenhoitajan vastaanoton**

Ajanvaraukset ja lisätietoa numerosta **044 750 7205** tai osoitteesta [oulunhansaapteekki.fi](http://oulunhansaapteekki.fi)

**OULUN III HANSA APTEEKKI**  
Nuottasaarentie 1, 90400 Oulu

**AUKIOLOAIKAMME:**  
Ma-Pe 8-23, Su 10-21

**Qlu** )))

**OULUN III HANSA APTEEKKI**  
Ammattilaiset



# Tukea ja valmiuksia täysipainoiseen elämään – kuulovammaisten Kela- rahoitteiset kurssit Rokualla

Kuulovammaisten sopeutumisvalmennuskurssit  
ainutlaatuisen luonnon ympäröimänä ja kokeneiden  
ammattilaisten ohjauksessa:

**Kuulovammaisten kurssi: 72746**

01.-05.04.2019

**Meniere-kurssi, 72747**

09.-13.09.2019



**Rokua**  
Kuntoutus

[www.rokua.com/kuntoutus](http://www.rokua.com/kuntoutus)

Kuntoraitti 2, 91670 ROKUA

[kuntoutus@rokua.com](mailto:kuntoutus@rokua.com)

Kiitokset mainostajillemme!

Viimekesäisen Rokuan kesäretken kuvia.



Evästelyä kodan äärellä hellesäässä.



Puheenjohtaja kesätunnelmissa.

Palautusosoite:



## Huonokuuloisen kuulopolku julkisessa terveydenhuollossa ja yksityisillä palveluntuottajilla.

