

Ikääntyneiden liikunta- ja terveysaiheita tutkinut Elina Karvisella ryhmään lähtemisen teoria, jossa keskeisiä elementtejä ovat veto, työntö, ja kynnys. Vanhusten ryhmätoiminnan pitää olla niin hyvin järjestetty, että se suorastaan vetää puoleensa (veto). Lisäksi tarvitaan läheinen tai ammattihenkilö, joka kannustaa lähtemään (työntö). Nämäkään eivät vielä riitä, vaan vedon ja työnnön pitää olla niin suuri voimaltaan, että ihminen ylittää lähtemisen kynnyksen.

Oman kokemukseni mukaan uusi ryhmä on lähtenyt loistavasti käyntiin, jos tuota kynnystä on asiakkaan kanssa ylittämässä diakoni, joka tuntee kylänsä ihmiset ja kannustaa toimintaan mukaan. Toimivassa ryhmässä mukaan houkuttelijana on usein itse aistivammainen ryhmäläinen, joka tuo heikosti näkevän naapurinsa mukanaan.

Olemme aina ryhmätoiminnassa tyytyväisiä kaikista, jotka tulevat mukaan. Viime talven kovilla 30 asteen pakkasilla olimme varmoja, että pöytään valmiiksi katetuille kahvikupeille ei tule käyttöä. Eikö mitä! Niitä piti hakea lisää. 🙋



**Sokeain Ystävien 125-vuotisjuhlavuoden suojelija Elisabeth Rehn puhui yhdistyksen juhlaseminaarissa. Juhlavuonna yhdistys lahjoittaa näkövammaisille 1 300 puhuvaa vaakaa ja Lidl puhuvia verenpainemittareita ja valollisia suurennuslaseja. Lahjat jaetaan kevään ja kesän aikana näkövammaisten aluejärjestöjen kautta.**

## TIETOVISAN VASTAUKSET

1. Sokeain Ystävät ry.
  2. Näkövammaisten kulttuuripalvelun (ent. Sokeain henkinen työ)
  3. a) Salosta b) Helsingistä
  4. Frans Emil Sillanpäättä
  5. Laulajatar Chisu
  6. Paavo Ruotsalaisen
  7. Ihosairauksia
  8. Kunnilla ei ole yhteistä rajaa.
  9. Sammakkoeläimiä
- Ässä:** Daavidin kapina (1400-luvulla), punakapina (kansalaissota), läskikapina (Salla), konikapina (Nivala), Mäntsälän kapina (1932) jne.

