

Valkonauha

2/2023

*"Äiti on puu, jonka
runkoon voin nojata."*

s. 35

Simpukka ry
Vertaistukea
tahattomaan
lapsettomuuteen s. 28

2/2021
Valkonauha

Uusiyö

Kiitos äidistä
Eero Huovinen



Sisältö

Pääkirjoitus	3
Liitto ja paikallisyhdistykset toimivat	4
Mitä kuuluu, Irja Eskelinen?	5
Lukijoiden ääni	7
Kallaveden seurakunnan diakoniatyö	8
Käsillä tehden	11
Terveiset Norjasta	12
Alussa oli sana	16
Äidin kädet	18
Makumuistoja	20
Muistokirjoitus	22
Äidin päivä -julkaisu vuodelta 1945	24
Mietelauseita elämästä	27
Vertaistuesta voimaa lapsettomuuden kokemukseen	28
Naisten neurokirjon diagnosoinnin haasteet	32



Valkonauha 2/2023

Julkaisija: Suomen Valkonauhaliitto

Toimituksen osoite:

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 09 1351 268

www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Päätoimittaja: Marjut Ropo-Lyytikäinen

Toimitussihteeri: Inari Varimo

inari.varimo@suomenvalkonauhaliitto.fi

Toimituskunta: Marja Kariluoto, Päivi Kokkonen, Leena Kontula, Paula Kupias, Anna-Mari Laine, Tuulikki Perho, Pirjo Sipilä, Hannele Töyry

Taitto: Anne Tervahauta / Kuvitella

Lehti ilmestyy neljänä numerona
Tilaushinta 20 euroa vsk

Painopaikka: Eräsalon Kirjapaino Oy,
Tampere

ISSN-L 0355-7219, ISSN 0355-7219 (painettu)
ISSN 2242-0045 (verkkójulkaisu)

Kannen kuva: Inari Varimo



Suomen Valkonauhaliitto – Förbundet Vita Bandet i Finland r.y.

Liitto on vuonna 1905 perustettu kristillisyhteiskunnallinen naisjärjestö, joka toimii yksilöiden, perheiden ja yhteiskunnan hyväksi. Liitto on jäsenenä World Woman's Christian Temperance Unionissa. Valkonauha-lehti on ilmestynyt vuodesta 1909. Liitto ottaa vastaan testamentteja ja lahjoituksia. Pankkiyhteys: Danske Bank IBAN:FI98 8000 1100 0623 23

Puheenjohtaja

Marjut Ropo-Lyytikäinen, palvelupäällikkö (eläk.)

Varapuheenjohtajat

Kaija Kähkönen

Tarja Vilmi

Pääsihteeri

Pastori, työnohjaaja Inari Varimo

Toimistos sihteeri

Nina Hurtamo

Liiton ylläpitämät

Valkonauhan Kotipesä Helsingissä

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 091351 268

Opiskelijakoti Helsingissä

Snellmaninkatu 27 D 18, 00170 Helsinki

Suur-Helsingin Valkonauha ry:n ylläpitämä

Liisankoti

Luotsikatu 4 E, 00160 Helsinki



Äidistä on moneksi

Äidillä on monta roolia. Pienen lapsen äitinä Neitsyt Maria, jolla on Jeesuslapsi sylissä, on kristityn äitihahmon esikuva. Hänet on kuvattu monen ortodoksikirkon alttaritauluun ja ikoniin.

Mikä on nykyäidin rooli? Se muuttuu, kun lapsi kasvaa. Teini-ikäisen äitiä ei päästetä helpolla. Ailahtelevan nuoren käytös ei aina näytä parhaita puoliaan. Silloin äidin on pysyttävä aikuisen roolissa. Lapsen aikuistuttua äitikin pääsee helpommalla. Voi nauttia mahdollisista lapsenlapsista ja hoitaa heitä. Saa poimia rusinat pullasta pieninä annoksina omien voimavarojen mukaan.

Äiti saattaa toimia myös omaishoitajana lapselle, puolisolle tai omalle äidille. Omaishoitajuus on raskasta työtä ja syö hoitajan voimia. Itselleen pitää olla silloin armollinen ja pitää vapaapäiviä. Onnekkaimmat saavat hoidettavan tilapäiseen hoitoon, jolloin omaishoitaja voi levätä.



MARJUT ROPO-LYYTIKÄINEN
Puheenjohtaja

Kaikki eivät pääse äideiksi. Äitienpäivän vietto saattaa tuoda mukanaan kaipausta, jopa katkeruutta. Saatetaan tuntea elämän epäoikeudenmukaisuus. Eikö kaikkia naisia olekaan luotu äideiksi. Äitinä voi olla myös tukiperheessä lapselle, jonka oma äiti tarvitsee syystä tai toisesta vapaan viikonvaihteen jaksakseen arkea. Tukiperheeseen lapsi voi tulla kerran kuukaudessa, jolloin varaäitinä voi lapsetonkin saada nauttia pienen ihmisen ihanuudesta.

Runoja äideille ja äitiydestä on kirjoitettu paljon. Tässä lehdessä lappeenrantalainen **Päivi Kokkonen** on ilahduttanut meitä Äiti-runoil-la. **Marja Kariluoto** selailee Valkonauhan vanhaa äitienpäivälehteä. Monipuolisilla artikkeleilla haluamme taas ilahduttaa lukijoita. Antoisia hetkiä kevätnumeromme parissa!

Liitto ja

Paikallisyhdistykset

toimivat

MARIA KARILUOTO

Lappeenrannan Valkonauhan seminaari 26.11.2022

Seminaarin otsikkona oli *Tietoinen läsnäolo ja armollisuus itseä kohtaan apuna arjessa ja elämän myrskyissä*. Aiheesta luennoi psykologi, mindfulness-tunnetaitovalmentaja **Sanni Saari-mäki**. Hän toimii opintopsykologina Aalto-yliopistossa. Paikkana oli aiempien vuosien tapaan Lappeenrannan kirkon alasali.

Luento käsitteli ihmisten kii-reistä arkea informaatiotul-vassa. Riittämätön palautu-minen johtaa pitkittyneeseen stressiin, mistä seuraa ongel-mia. Seuraukset ovat yksilöl-lisiä. Viime vuosina hyvinkin käytetty käsite on resilienssi, jolla viitataan joustavuuteen vallitsevissa olosuhteissa ja elämäntilanteissa. Avun pyy-

täminen ja toisten tukeminen auttavat selviytymiseen haas-tavista tilanteista. Resiliens-si on enemmän yhteisön kuin yksilön ominaisuus. Yhteisön rakenteissa yksilö voi pi-tää huolta jaksamisestaan vain tiettyyn rajaan asti.

Tunteilla on merkittävä rooli – erityisesti miten niitä tul-kitsemme. Tietoisen läsnä-olon taito (mindfulness) aut-taa tunnistamaan tunteita, asemoitumaan hetkeen. Tai-don harjoitukset ovat ”mielen kuntosali”. Tunteet tarvitsevat käsittelyaikaa. Tarvitsemme myös myötätuntoa ja armolli-suutta itseä kohtaan. Tämä ei tarkoita sääliä, itsekkyyttä tai ansainta-ajatusta. Hankalia tunteita voi tarkastella myötä-tuntoisesti, uteliaana.

Väliajalla yhdistys tarjosi va-paaehtoisella kahvirahalla suo-laista ja makeaa. Seminaa-rin ajankohta adventin aatto-na oli syy tilan hiukan joului-seen koristeluun. Luentoa pi-dettiin mielenkiintoisena, ar-keen istuvana. Osallistujia oli runsaasti. Luennoitsijan oh-jeistus kommentointiin käy-tettiin hyväksi.

Vuosi sitten aikamatkailimme vuosikymmenillä 1950–1970. Jälleen etsimme uusia aiheita. Lappeenrannan Valkonau-ha jatkaa seminaariperinnettä yhteistyössä Suomen Valko-nauhaliiton ja STEP-opinto-keskuksen kanssa. Tervetuloa!

PÄIVI KOKKONEN
*Lappeenrannan
Valkonauha*



Paikallisyhdistysten kesätoiminta

KAIPAATKO KESÄÄSI TOIMINTAA JA TOISTEN IHMISTEN SEURAA?

Valkonauhaliiton paikallisyhdistykset järjestävät monenlaista toimintaa kesän aikana. Tulossa on mm. retkiä, kesäseuroja, yhteisiä kokoontumisia ja hyvän tekemistä. Seuraa ilmoittelua liiton ja paikallisyhdistysten verkkosivuilla ja Facebookissa!

Löydät tietoja osoitteesta www.suomenvalkonauhaliitto.fi/jasenet/paikallisyhdistykset/.

Tervetuloa mukaan toimintaan sekä nykyiset jäsenet että valkonauhatyöstä kiinnostuneet!

Mitä kuuluu, Irja Eskelinen?

Kysyimme maaliskuussa 2023, mitä kuuluu Valkonauhaliiton syksyllä 2022 eläkkeelle jääneelle pääsihteeri emerita Irja Eskeliselä.



Irja, mitä sinulle kuuluu?

Muutimme **Juhanin** kanssa maaliskuun alussa Pukimäestä Pihlajistoon. Tälläkin kertaa rivitaloon ja kaksikerroksiseen, vaikka yksitasoista etsimme. Menetimme ”multapihan” ja satavuotiaan omenapuun, joten nyt opettelemme parvekeviljelyä.

Mihin aikasi on eläkeläisenä kulunut?

Aika lentää niin nopeasti. Viime aikoina aikaa on mennyt kodin vaihtoon liittyviin askareisiin ja sitä jatkuu vielä tovin. Ilolla olemme myös saaneet osallistua tyttäremme **Annin** ja puolisonsa **Andreaxsen** sekä **Pikku-Livian** elämään.

- Irja Eskelinen
- Suomen Valkonauhaliiton pääsihteeri emerita, rovasti
- Aloittanut työn Valkonauhaliitossa 1987
- Jäänyt eläkkeelle syksyllä 2022
- Annin äiti ja Livian isoäiti
- Innostunut muun muassa yhteiskunnallisista asioista, historiasta ja toisten auttamisesta
- Pitää vaaleanpunaisesta, kauniista vaatteista ja matrikkeliä lukemisesta

Irja kukkaseppelöitynä toukokuussa 2022 Oulun Valkonauhan sisarten järjestämässä juhlassa.

Millaisia maisemia katselet tällä hetkellä?

Kotimme sijaitsee Pihlajistontielle, joten näkymät ovat hiukan enemmän kaupunkimaisemmat kuin Kuismakujalla ollesamme. Näkymissä on myös kallioita, sillä tältä seudulta on aikoinaan louhittu suuri osa Helsingin kivitalojen graniitista.

Mikä tuottaa Sinulle erityistä iloa?

Minulla on niin paljon ilonaiheita, että sydän on välillä aivan pakahtua. Iloitsen elämästä ja seuraajastani **Inari Varimosta** siellä Suomen Valkonauhaliitosssa. Hän tuo mieleeni paljon hyviä asioita ja tunnelmia taipaleeltani liiton palveluksessa. Ehkä ajatuksiani kuvaa alkuvuosieni Valkonauha-työtoverin, äskettäin poissukkuksen toimistonhoitaja-kirjanpitäjä **Marjatta Nuutisen** minulle aikanaan jättämä värssi: Onneksi olkoon käyty matka, kevein mielin eespäin jatka!

Mitä tuleva kesä tuo tullessaan?

Pyydän terveyttä ja aikaa läheisteni kanssa. Toivon myös kesäistä vapautta vaella merellisessä Helsingissä ja matkaa kotiseudulle sisarusten luokse. Virittäydyn myös osallistumaan syksyn tullen vapaaehtoisena rivijäsenenä valkonauhatoimintaan.

Terveisesi Valkonauha-lehden lukijoille!

Tervehdin Teitä Taize-yhteisön rukouslaulun sanoin:

*Niin loistat, Kristus, kuin aurinko meissä,
pimeyden syyttävä ääni häädä pois.*

*Oi loista, Kristus, niin kirkkaana meissä,
sinulle sydän että aueta voi!*

(suom. sanat Anna-Maija Raittila)

*Älä piilota iloa, arki.
Älä kätke kirkasta taivasta,
älä murskaa unelmia,
älä mykistä arkoja ajatuksia.*

*Näytä minulle tavallisuuden rikkaus,
pieni onni,
rikkamasta irrotettu riemu.
Vie silmistäni sumu ja yö,
päästä valloilleen heleä tuuli
että ripustaisin iloni tienviitoiksi
kaikkien nähtäviksi
valon pilkahdukset.*

PIA PERKIÖ
Kuin olisi jo kevät (2020)

OSA KIRJOITUKSISTA JA RUNOISTA tässä lehdessä on Kirjoittajayhdistys *Paltta ry*:n jäsenten kirjoittamia.

Kirjoittajayhdistys *Paltta ry* on eteläkärjalaisten ja kymenlaaksolaisten kirjoittajien yhdistys. *Paltta ry* täyttää tänä vuonna 60 vuotta. Jäseniä on 144. Yhdistys järjestää kirjoittajakursseja ja esiintymistilaisuuksia, kuten open mic -tapahtumia, tarjoaa arvostelupalvelua ja julkaisumahdollisuuksia. Paikalliset kirjoittajaryhmät toimivat aktiivisesti Parikkalassa, Lappeenrannassa, Kouvolassa ja Kotkassa.

Paltta ry järjesti viime vuonna valtakunnallisen lasten ja nuorten kirjoituskilpailun ”Lauantai 1.4.2052”. Tekstit on koottu kirjaksi *Aprillipäivä 2052*, joka ilmestyi helmikuussa 2023.

Julkaisuja, tekstejä ja asiaa kirjoittamisesta löytyy kotisivuilta <https://paltta.yhdistysavain.fi/>

Päivi Kokkonen
Lappeenrannan Valkonauha
Paltta ry:n jäsen

Yhden kuun yö

*vene hopeassa,
mustalle läikehtivässä vedessä
palpakot salmessa,
pehmeillä laineilla keinuen*

*rannalla tuulen soittama,
yön hiljainen haapa
rannanrajassa tuo illassa,
yksin laulava lintu*

*kaikki yhden kuun alla,
samassa valossa*

Päivi H. Kokkonen
Runopoluilla (2023)

OSALLISTU VALKONAUHA-LEHDEN TEKEMISEEN!

Syksyllä ilmestyvän Valkonauha-lehden teemana on **päihdetyö**. Voit lähettää lehteen oman kirjoituksesi, runosi, piirroksesi tai kuvasi, joka kertoo kokemuksesi päihhteistä, päihhteiden käyttämisestä, päihdetyöstä tai elämästä päihhteiden vaikutuspiirissä.

Julkaisemme kokemuksesi valintasi mukaan nimelläsi tai nimimerkillä.

Lisätietoja Lukijoiden ääni -palstasta saat toimitussihteeri Inari Varimolta.

Kallaveden seurakunnan diakoniatyö:

auttamista ja lähimmäisen

Diakonian Juhlavuosi 2022 on ohi mutta työ seurakunnissa jatkuu. Kysyimme kuopiolaisen diakoniatyöntekijä Maarit Kirkisen ajatuksia työstään.

Kallaveden seurakunnassa on yhdeksän diakoniatyöntekijää. He auttavat ihmisiä, jotka elävät vaikeissa elämäntilanteissa. Kulkevat rinnalla arjessa mukana, palvelen siinä, missä on hätää. Ja antamalla hengellistä, henkistä ja mahdollisuuksien mukaan myös taloudellista tukea.

Kallaveden seurakuntaan kuuluu kaupunkia ja maaseutua. Se on Kuopion suurin seurakunta asukasluvultaan, taajamassa asuu paljon lapsiperheitä ja haja-asutusalueella varttuneempia. Kaupungin väestötilaston mukaan Kallaveden alueella asuu yli 38 000 asukasta. Diakoniatyö auttaa kaikkia avuntarvitsijoita, riippumatta siitä kuuluuko ihminen kirkkoon vai ei.

Sanotaan, että diakonia lähtee alttarilta. Siunattuja ehtoollisaineita voi viedä myös koteihin, niille ihmisille, joiden on vaikea päästä kirkkoon. Kotiehtoollinen voi toimia seurakuntayhteyden ja henkilökohtaisen uskon vahvistajana.

Maarit, mitä ajattelet diakoniatyöstä?

Itselläni on takanani pitkä, jo yli 30 vuoden diakoniaura, johon on kuulunut paljon yhteiskunnallista muutosta – kuten 1990-lu-

vun lama. Myös tämänhetkinen tilanne yhteiskunnassa on huolestuttava.

Uudet hyvinvointialueet ovat tuoneet haasteet ja ihmisten on vaikea päästä mielenterveyspalveluiden piiriin varsinkin silloin, jos ihmisellä on myös päihdeongelmia.

Mielestäni diakoniatyössä antoisinta on ihmisten kohtaaminen ja kotikäyntityö.

Muistan iäti kohtaamisen ensimmäistä virkavuosiltani laitoslapsen kanssa: *Olit pakannut kassisi, odotit ikkunassa isääsi ja sanoit: ”Tänään isä varmasti hakee minut.” Katsoit jokaisen tulevan auton ja odotit kauan. Äänesi osui kuin piiska minuun. Ajattelin silloin, että rakas pikkuinen, ei isä tule tänään, ei ensi viikollakaan ei edes ensi kuussa. En voinut sanoa sinulle totuutta. Äitisi mielestä sinä olit ruma ja isäsi oli hylännyt sinut. Muistan, kuinka kiedoin käsivarteni sinun ympärillesi ja johdatin ajatuksesi muualle. Kumpikin tiesimme, miten väärin kaikki on.*

Diakoniatyö on ihmisten kohtaamista

Jeesus sanoo vuorisaarnassa ”Kaikki, minä tahdotte ihmisten tekevän teille, tehkää te heille.” Matt. 7:12

Arkisella työllämme viemme diakoniatyössä evankeliumia eteenpäin, ihan käytännön tasolla.

Kohtaamalla ihmisiä, joilla hätä tai häpeä on suurin, tuomme toivoa ja iloa. Mahdollistamme ihmisarvon. Niin pieni lapsi kuin aikuinenkin tarvitsee lämpöä, läheisyyttä



rakkautta jo yli sata vuotta

Diakonian
juhlavuoden
sukkia



Ertisidiakonian virkaan siunaaminen tammikuussa 2023.

ja läsnäoloa, kuulumista muiden ihmisten joukkoon.

Diakonian etu on kyky joustaa ja etsiä monipuoliset tavat auttaa. Toiminnan perustana on Jeesuksen kysymys: ”Mitä haluat minun sinulle tekevän?” Asenteen pitää olla sama kuin tuhlaajapojan isällä, joka ei moittinut eikä saarnannut vaan otti vastaan. Lähdemme siitä, että asiakas itse tietää avun tarpeensa. Jotkut asiakkaat voivat ajatella asioista hyvin eri tavalla kuin me tai heidän ajatuksensa ovat oman kokemuspöirimme ulkopuolella. Siitä huolimatta kohtaamme asiakkaat kunnioittavasti. Kohtaamme ihmisiä kotikäynnillä, vertaisryhmissä, vastaanotoilla ja monessa erilaisessa tilanteessa. Kallaveden seurakunnalla on mahdollista kohdata ihmisiä myös vaikkapa Matkuksen kauppakeskuksessa.

Diakonian käytännön työ voi olla mm. rinnalla kulkemista, palveluohjausta ja vapaaehtoistyön järjestämistä. Se voi olla Yhteisvastuukeräyksen järjestämistä tai diakoniakasvatusta. Diakoniatyöntekijän työ on hyvin monipuolista; milloin olet roudari, kokki, tsemppari – ja joskus saat istua vaikkapa nuotiolla kuunnellen ihmisten elämäntarinoita. Kallaveden seurakunnassa työskentelevät päihdetyön-, mielenterveys- ja kriminaalityön diakonit ovat kokoamassa myös koko seurakuntayhtymän alueella mm. päihetisiini kuolleiden läheisten sururyhmää.



Diakoniatyö lähtee alttarilta.

Eteläisen Kuopion, Petosen kaupunginosassa kokoontuu maanantai-, tiistai- ja torstaiamupäivisin matalan kynnyksen kohtaamispaikka *Pulinapaja*. Siellä yksinäinen voi kohdata toisen yksinäisen. *Pulinapajassa* työskentelee vapaaehtoisia ja kuntouttavassa työtoiminnassa olevia ihmisiä. Vapaaehtoisella maksulla on tarjolla mm. puuroa, voileipiä, kahvia ja teetä. *Pulinapajassa* diakoniatyöntekijä on aina läsnä paikan päällä, päivän lehdet ovat luettavissa ja vapaa nettiyhteys käytettävissä.

Diakoniatyössä on vahvasti mukana ihmisen hyvinvoinnin vahvistaminen ja toivon ylläpitäminen. Asiakkaiden kanssa edetään pienin askelin ja oman elämän voimavaroja etsien. **Martti Lutherin** väitetään sanoneen: ”Jos tietäisin kuolevani huomenna, istuttaisin tänään omenapuun.” Omenapuu lupaa toivoa. Puu istutetaan, että siitä kasvaa jotain suurempaa. Omenapuu kukat kuvaavat uuden alkua ja samalla katoavaisuutta, koska ne kestävät niin vähän aikaa.

Hyvää Äitienpäivää!

MAARIT KIRKINEN

Diakoniatyöntekijä, diakoniatyön työalavastaava, lähiesihenkilö Kuopion Kallaveden seurakunta Kuopion Valkonauha ry:n hallituksen jäsen

Perinteiset patalaput äidille

Aitiensä päivää miettiessäni mieleeni tuli oma äitini ja se, miten häntä äitiensä päivänä muistin. Olen lapsesta asti tehnyt käsitöitä ja patalaput olivat takuuvarma lahja äidille; kyllä ne aina vuodessa kului-
vat. Vielä nykyäänkin teen patalappuja – en enää äidil-
le, vaan nyt tyttärelle ja miniöille. Ruuhkavuosiaan elä-
vät äidit eivät niitä ehdi tehdä, mutta patalappuja tar-
vitaan yhä!

NELIÖMÄINEN PATALAPPU on vanha malli ja ohje, jota näkee vieläkin eri julkaisuissa.

Minä tein patalapun näin:

Virkkaa ensin 48 ketjusilmukkaa, sitten toiseen reunaan kiinteitä silmukoita jokaiseen ketjusilmukkaan ja ketjun päähän 3 kiinteää silmukkaa yhteen ketjusilmukkaan. Jatka toiseen reunaan kiinteät silmukat ja päähän taas 3 silmukkaa. Sen jälkeen virkkaa vain ympyrää, silmukka silmukan päälle ilman lisäyksiä. Patalappu alkaa itsestään kääntyä.

Virkkaa niin kauan, että työstä muodostuu kaksinkertainen neliö, jonka halkaisija on virkkuureuna. Sen jälkeen yhdistä reunat piilosilmukoilla ja virkkaa ripustuslenkki. Nyt sinulla on kaksinkertainen patalappu!

Tämä työ on myös oivallinen jämsälankatyö, sillä langanpätkät voi jättää patalapun sisään eikä niitä tarvitse sen ihmeemmin päätellä.

PYÖREÄN PATALAPPUUN virkkaat yksinkertaisesti vain haluamasi kokoisen ympyrän. Mittana ja muotoilun apuna voit käyttää vaikkapa lautasta. Tee kaksi samankokoista ympyrää ja virkkaa ne reunoistaan yhteen niin, että nurjat puolet jäävät sisäpuolelle. Muista tehdä lopuksi ripustuslenkki. Tähänkin käy loistavasti jämsälangat.

PIRJO VAPAAKALLIO

Nämä ohjeet ovat vapaasti käytettävissä kaikkiin tarkoituksiin. Haluatko Sinä tehdä Valkonauhan lukijoille jotain omin käsin? Ole yhteydessä toimitukseen ja jaa parhaimmat ohjeesi!



INARI VARIMO



TORGUNN SKOGLUND

Terveiset Norjasta

Toukokuussa te Suomessa äitienpäivänä muistatte ja muistelette äitejä. Niinpä minäkin haluan kirjoittaa jotain omasta rakkaasta äidistäni ja kahdesta isoäidistäni. Minä asun Norjan pohjoisosassa. Tätä osaa maasta kutsutaan Helgelandiksi. Mutta minä kasvoin Rogalandin maakunnassa, jossa myös Stavanger sijaitsee. Se kuuluu Norjan lounaisosaan. Olen ollut Valkonauhajärjestön jäsen vuodesta 1998. Tänä vuonna onkin itse asiassa 25 vuotta siitä, kun liityin jäseneksi. Olen hyvin onnellinen, että voin kuulua tähän tärkeään ja hyvään kansainväliseen organisaatioon.

Haluan aloittaa kertomalla isäni äidistä. Hän oli yksi kahdestatoista sisaruksesta maanviljelijäperheessä. Hänen vanhempansa olivat kristittyjä. Heillä oli melkein joka aamu aamuhartaus tai vähintäänkin nyt joka sunnuntai. Isoäitini **Inger Marie** meni naimisiin isoisäni **Gunnarin** kanssa vuonna 1914 ja he saivat yhdeksän lasta. Isäni oli numero seitsemän. Perheellä oli maatila, jolla minäkin myöhemmin kasvoin.

Kristityllä isoäidilläni oli tapana aamuisin kuunnella aamuhartaus radiosta. Silloin minun täytyi olla hiirenhiljaa hänen vieressään. Hänellä oli aina Raamattu radion vieressä ja myös pieni pa-

perista valmistettu rasia, johon hän pani uhrin lähetystyötä varten. Kun me söimme, hän siunasi ruuan. Minä asuin lapsesta aivan lähellä isoäitiäni ja usein juoksin pientä mäkeä pitkin ylös hänen luokseen. Isoäidillä oli tapana käydä kirkossa sunnuntaisin. Joskus minä lähdin kirkkomatkalle hänen mukaansa. Kuljimme erityisellä linja-autolla, joka oli kirkkoon menijöitä varten. Minusta nämä matkat olivat melko tylsiä, sillä aikuiset juttelivat keskenään aikuisten juttuja. Keksinkin sitten huvittaa itseäni siten, että laskin joka kerta, kuinka monella naisella on valkoinen hattu päässään. Mutta näin jälkikäteen, kun muistelen kirkkomatkoja, kylä ne kuitenkin ovat tehneet minuun vaikutuksen.

Olen viime aikoina lueskellut suuren määrän kirjeitä, joita isovanhempani ja heidän lapsensa kirjoittivat toinen toisilleen 1940-luvulla toisen maailmansodan jälkeen. Ne ovat todella mielenkiintoisia. Päivät maatilalla olivat hyvin työntäyteisiä. Tilalle oli lehmiiä, lampaita ja sikoja ja siellä kasvatettiin perunoita ja porkkanoita, ja tietysti eläimiä varten täytyi olla myös heinää. Isoäitini kehräsi villalankaa, neuloi sukkaa ja kutoi kangaspuilla. Hän teki myös lakanoita. Kukkia hän rakasti ja puutarha oli niitä täynnä.

Kirjeistä huomaan, että usko oli isäni äidille tärkeä asia. Isoäiti kirjoittaa, kuinka onnellinen hän on, että vaikeina hetkinä voi turvautua Herraan. Suuren perheen äitinä hän koki joskus avuttomuutta ja huolta siitä, että ei osaa riittävän hyvin huolehtia ja kasvattaa yhdeksää lastaan. Elämä maatilalla oli hyvin raskasta ja työt moninaisia. Perheellä oli hyvin vähän rahaa 1930-luvulla ja se toi elämään paljon lisähaasteita. Esimerkiksi yhtenä jouluna kukaan lapsista ei saanut joululahjaa, sillä heillä ei ollut yhtään rahaa hankkia niitä. Mutta kaiken keskellä isoäiti toteaa, että Jeesuksen kanssa vaikeiden aikojenkin läpi pystyttiin selviämään.

Minä muistan isoäidin lapsen silmin katsottuna hyvin vanhana. Hän eli 87-vuotiaaksi. Viimeiset seitsemän vuotta olivat vaikeita, koska hän dementoitui. Tätini **Elfrid**, joka oli työskennellyt Madagascarilla lähetystyöntekijänä ja opettajana 14 vuotta, halusi palata Norjaan ja asua äitinsä kanssa. Viimeiset 4 vuotta isoäitini asui palvelutalossa.

Pidin isäni äitiä aika tiukkana ja vanhanaikaisena, mutta opin häneltä todella paljon asioita, jotka ovat olleet merkityksellisiä myöhemmässä elämässäni. Tär-

kein asia on tietysti se, että isoäitini esitteli minut Jeesukselle ja Jeesuksesta tuli rakkain aarteeni. Usko Jeesukseen on kantanut minua elämässäni.

Toinen kertomukseni on äitini äidistä. Myös äidinäitini oli maanviljelijän vaimo. Hänen nimensä oli **Tora** ja minulle annettiin nimi hänen mukaansa. Hän oli nuorin yhdestätoista sisaruksesta. Hän kasvoi myös Rogalandissa. Tora meni naimisiin isoisäni **Toren** kanssa, joka oli sukua hänelle. Siihen aikaan se ei ollut niin tavatonta. Isoäitini oli hyvin etevä koulussa. Hän sai aina kiitettäviä arvosanoja ja kävi myös meijerikoulun. Hänellä ja Torella oli maatila Gjesdalin kunnassa. Heidän maatilansa oli ollut suvun hallussa 300 vuotta ja siellä he ahkerivat yhdessä kovasti. Maatilan nimi on *Berge*, joka tarkoittaa vuorta. Isoisäni työskenteli myös kunnan verotarkastajana.

Isovanhemmilleni syntyi viisi lasta. Vuonna 1927 isoäidilläni puhkesi mielen-terveydellisiä häiriöitä ja hänen täytyi olla sairaalassa jonkin aikaa. Kaksi hänen lapsistaan syntyi tuona aikana ja kolme nuorinta sen jälkeen. Isoäitini oli nuorimpien syntyessä 40–43-vuotias. Minusta tuntuu, että tämä aika oli perheelle hyvin raskas ja vaati oman veronsa.

Tuohon aikaan lapsien täytyi työskennellä ahkerasti maatilalla. He poimivat marjoja puutarhassa ja marjat myytiin Stavangeriin teollisuuslaitoksille,



Tora Berge ja Inger Marie Søyland v.1969.



joissa niistä tehtiin hilloa ja mehua. Toisen maailmansodan aikana perheessä oli suuri maailmankatsomuksellinen ristiriita, koska jotkut Toran siskoista kannattivat natsimielistä puoluetta. Minun isovanhempani taas kiivaasti vastustivat sitä. Heille tuntui olevan vuosikausia myöhemminkin hyvin tärkeä asia tuoda tämä vakaumus esille.

Isovanhempani olivat hyviä ihmisiä, jotka työskentelevät ahkerasti ja joilla oli korkea moraalinen. He olivat täysin raittiita. Heidän lapsensa olivat hyvin älykkäitä ja ovat tuoneet tärkeän panoksensa myöhemmin yhteiskuntaan. Perhettä kohtasi suuri suru vuonna 1936, kun toiseksi vanhin heidän lapsistaan kuoli polioviruksen aiheuttamaan tulehdukseen. Eräänä päivänä hän yllättäen sairastui ja seuraavana päivänä jo menehtyi. Se oli järkytys koko perheelle. Tytär oli silloin 11-vuotias ja todella älykäs tyttö. Uskon, että tämä kuolema varjosti koko perheen elämää.

Äidinäitini oli hoikka, ystävällinen ja tyyni nainen. Kaikki elämän kärsimykset olivat tehneet hänestä erittäin rauhallisen ja kärsivällisen. Hän ei koskaan korottanut ääntään. Hän eli maatilalla miltei koko elämänsä ajan ja auttoi myöhemmin maatilaa hallinnutta poikaansa ja tämän vaimoa talousaskareissa. Äidinäidilläni oli myöhemminkin joitain jaksoja, jolloin mielenterveydelliset ongelmat vaikeutti-

vat hänen elämäänsä, mutta hän taisteli niidenkin läpi ja eli 85-vuotiaaksi.

Minä olen oppinut hyvin paljon näiltä kahdelta utteralta naiselta. Tärkeä käytännön oppi ja kokemus oli ymmärtää jo varhain, että elämään kuuluu monia raskaitakin vaiheita ja suuria haasteita. Mutta esimerkiksi nämä kaksi naista elivät elämäänsä rohkeasti kohdaten kaikki vastaantulevat haasteet.

Lopuksi haluan kertoa rakkaasta äidistäni. Hänen nimensä oli **Gyrid** ja hän syntyi vuonna 1931. Äidilläni oli neljä sisarusta ja kuten jo mainitsinkin, yksi heistä kuoli, kun äitini oli 5-vuotias. Äitini kasvoi maatilalla, jossa lastenkin täytyi tehdä paljon työtä. Kaikki olivat sitä mieltä, että äidilläni oli uskomattoman nopeat sormet, kun hän poimi marjoja. Perheellä ei ollut paljon rahaa. Oiva esimerkki siitä on, että kerran äitini nuorin sisar sai syntymäpäivälahjaksi vaapaapäivän marjojen poimimisesta, koska syntymäpäivälahjaa ei ollut varaa ostaa.

Äidilläni oli hyvin hauska tapa nauraa: nauru oli hersyvä ja kuuluva. Hän oli lahjakas tyttö koulussa. Urkuja hän oppi soittamaan jo 4-vuotiaana. Koska kolme nuorinta sisarusta olivat miltei samanikäisiä, he leikkivät ja viettivät paljon aikaa yhdessä. Heillä oli hauskaa yhdessä. Jokainen halusi voittaa peleissä – he olivat välillä kiukkuisia toisilleen ja sitten taas ystäviä. Äitini arvosti koulutusta: hän kävi keskikoulun ja kansankorkeakoulun ja tietysti koulun, jossa valmistettiin tyttöjä avioliittoon ja emänniksi. Kansankorkeakoulussa hän tapasi isäni ja kun he molemmat täyttivät 17 vuotta, he menivät kihloihin. Neljä vuotta myöhemmin he avioituivat. Saatatte jo arvata, että äidistäniikin tuli maanviljelijän vaimo.

Maatilalla päivät olivat kiireisiä. Minä synnyin perheen ensimmäisenä lapsena vuonna 1954. Minun jälkeeni syntyi

neljä poikaa. Kaikki tämä tapahtui kymmenen vuoden aikana. Me olimme hyvin vilkkaita lapsia ihan jokainen ja meno kotona oli usein melkoista. Vanhemmillani oli varmasti tosi kova työ meitä vahties- ja kasvattaessa. Koulupäivän jälkeen meillä kaikilla oli paljon harrastuksia ja erilaisia aktiviteetteja. Meidän lasten täytyi työskennellä maatilalla, mutta ei ollenkaan niin raskaasti ja paljon kuin vanhempiemme oli täytynyt tehdä työtä lapsina. Äitini työskenteli tuvassa ja muissa askareissa. Hän lypsi lehmiä ja oli heinäpellolla. Hänestä oli mukava työskennellä ulkosalla ja hän olisi vaikka aina halunnut olla vain ulkona.

Äiti oli myös taitava kutomaan ja ompelamaan. Hän ompeli miltei kaikki vaatteen ja kutoi paljon villavaatteita meille lapsille. Myöhemmin hän kutoi myös lastenlapsille. Usein äitini istui olohuoneessa, katseli televisiota ja kutoi samalla. Hän opetti minutkin kutomaan, kun olin 7-vuotias, ja olenkin kutonut suuren määrän villapuseroita elämäni aikana. Äidille oli hyvin tärkeä asia, että teemme koululäksymme aina hyvin. Hän rohkaisi meitä opiskelemaan ja käymään kouluja. Eräs

huvittava tapaus tulee mieleeni koskien läksyjä. Olimme jo kasvaneet aikuisiksi ja äiti oli päiväunilla päivällisen jälkeen. Kuulin yhtäkkiä, kuinka hän unissaan kehotti: ” Nyt tekkää heti koululäksynne!”

Äitini halusi myös tuoda oman panoksensa paikalliselle yhteisölle, sillä hän säästi vuosikausia pianolla voimisteluryhmiä iltaisin. Lisäksi hän luki paljon kirjoja. Se oli hänen lempiharrastuksensa ja hän myös halusi olla kaikin tavoin valveutunut.

Äidilläni diagnosoitiin dementia ja hän vietti hoitolaitoksessa kolme viimeistä elinvuottaan. Tänä vuonna tammikuussa 2.1. me menetimme rakkaan äitimme. Hän eli 91-vuotiaaksi. Me lapset olemme erittäin ylpeitä hänen elämästään. Muistamme äitimme hyvin ahkerana naisena, joka nopeilla sormillaan puuhasi monia, monia asioita joka päivä.

Näitä kaikkia kolmea naista minä haluan kiittää siitä, että olen oppinut paljon työn merkityksestä, elämän kohtaamisesta ja sen tasapainottamisesta. Yhteiskuntaan on annettava oma panos tavalla tai toisella. Perheen hyvinvoinnin eteen on aina nähtävä vaivaa, sillä perheen merkitys on hyvin suuri. Äidit ovat kallisarvoisia. Siunatkoon ja auttakoon Jumala meitä kaikkia!

*Kirjoittaja on
Valkonauhasisar
Norjasta.*

*Kirjoituksen on
suomentanut
ANNA-MARI LAINE*



TORGUNN SKOGLUND

Mother Gyrid Søyland Torgunn Søyland Skoglund

ANTTI MALINEN

Alussa oli sana

Waaralinna kohoaa jylhänä uhkaavaa tunnelmaa huokuvan metsän keskellä. Linnamaisen parantolan käytävillä tapahtuu kummallisia asioita, joista nuori Oskar kohtalotovereittensa Robinin ja Vilman kanssa yrittää tehdä selkoa. Seikkailun ja ystävyyden ohella elämän varjopuolet, sairaus ja menetykset, ovat läsnä tarinassa. Jännityskertomuksen kiehtovuutta omille lapsilleni on lisännyt se, että he tuntevat kirjan kirjoittajan. Yhdessä olemme pohtineet, miten joku voi sanoilla luoda kokonaisen maailman, jonne joku toinen voi lukemalla sukeltaa. Waaralinnaa emme tästä maailmasta löydä, ja toisaalta se on kuitenkin olemassa.

Ihminen on oppinut rakentamaan ään-teistä tavuja ja edelleen sanoja. Kun sanat kootaan virkkeiksi, syntyy kommunikaatiota. Lukemalla pääsemme käsiksi kauan sitten eläneiden ihmisten ajatteluun. Sanojen avulla me puolestamme voimme jättää viestimme tuleville sukupolville.

Suomea on pitkään pidetty lukutaidon mallimaana. Kirjoitetun suomen syntyemisestä ja lukutaidon leviämisestä laajoihin kansankerroksiin menneiden vuosikatojen aikana on paljolti kiittäminen kirkon ja kristillisten toimijoiden työtä. Jot-



kut menneisyyden uskonnolliset toimijat eivät tosin aina ole suhtautuneet kaunokirjallisuuteen suopeasti, mutta luku- ja kirjoitustaitoa itsessään on pidetty tärkeänä arvona. Luterilaisuus on ollut koulutusmyönteistä ja rohkaisut opintielle.



Kunniaaksi Suomenmaan!
Kehitymme toimimmoisfa,
Edistymme opinnoisfa.
Kunniaaksi Suomenmaan!
Kasvaa meistä kansalaiset,
Wäreät ja kuuliaisat.
Kunniaaksi Suomenmaan!

Alkuvuoden aikana on uutisoitu sekä lasten sanavaraston heikentymisestä että koululaisten oppimistulosten laskusta. Nämä uutiset ovat hätkähdyttäneet minua. Olemmeko Suomessa hukkaamassa jotain, mikä on kovin arvokasta? Osaammeko jakaa sanoja, ja taitoa ymmärtää niitä, kaikille?

Kansakoululaitoksen syntyminen siirsi lukutaidon opettamisen pois seurakunnilta – ja hyvä niin. Suomessa kirkon ei tarvitse kantaa vastuuta koulutuksesta. Yhteistyö on kuitenkin tärkeää. Seurakuntien yhdeksi tehtäväksi on perinteisesti nähty yhteiskunnan suotuisan kehityksen tukeminen. Olisiko seurakuntien aika pohtia, miten me voisimme edistää lasten ja nuorten lukutaitoa sekä kielellistä rikkautta? Jatkossa meidän on tehtävä työtämme entistä monikielisemmin. On syytä havaita, että kotimaisten kielten osaaminen on yksi aivan yhteiskuntaamme, integraation väline. Mukaan talkoisiin tarvitaan monia – myös niitä järjestöjä, joilla on aikaisemminkin ollut historiassamme merkittävä rooli hyvinvoinnin, lähimmäisyyden ja sivistyksen tekijöinä.

Alussa oli sana. Minua kiehtoo ajatus siitä, että myös Jumalan luomistyönväline on juuri sanat tai paremmin Sana. Isolla kirjoitettuna Jumalan Sana viittaa Kristukseen itseensä. Ääretön Jumala saa

Jeesuksessa äärellisen muodon, evanゲliumeissa Jumala puhuu meille kuin ”ihminen ihmiselle”. Käsittämätön muuttuu ihmiselle jotenkin ymmärrettäväksi.

Kirjastosta nimeltä Raamattu avautuu portti todellisuuteen, jota emme voi maailmasta löytää, ja joka kuitenkin on olemassa. Kertomuksista suurimmassa seikkailu ja ystävyys ovat läsnä, mutta elämän varjopuolet, sairaudet ja menetykset kääntyvät lohduksi ja voitoksi.

Runebergin sanoin:

*Siis kiitos, armon Jumala,
nyt lakkaamatta aivan,
kun sinä meille sanassa
osoitat tietä taivaan.
Ken nyt on köyhä, rikas ken
sanasi saatuansa!
Sen kalliin aarteen jokainen
saa pitää omanansa.*
Virsi 183: 7

*Kirjoittaja on
Olarin seurakunnan
kirkkoherra, isä ja
perhehoitaja.*



Äidin kädet

*Pienet ristipistoliinan kukkaset
äitini viimeisillä voimillaan
viestiksi minulle halusi.*

*Kiitos käsistä.
Kiitos kukista.*

Kotiani on jo kymmeniä vuosia koristanut pieni ristipistoliina. Pöytäliinan tekee minulle erityisen arvokkaaksi se, että äitini kirjaili sen yksikertaisesti ja se valmistui vain kaksi viikkoa ennen hänen kuolemaansa.

Elämänsä viimeiset viisi vuotta äitini vietti vanhainkodissa pyörätuolissa toispuoleisen halvauksen vuoksi. Käsityötaitoisen äitini elämän pelastus oli noina vuosina innostava ja armoitettu askarteluohjaaja. Hän keksi kiinnittää äidin käsityön erityisen telineeseen. Sen avulla yhdellä kädelläkin syntyi taidokkaita käsitöitä viidelle lapselle ja lapsenlapsille sekä ystäville. Työn äärellä äidin aika kului ja elämällä oli sisältöä.

Äidin kädet olivat myös viherpeukalon kädet. Näen silmissäni äidin hoivaamassa ruusuja, istuttamassa orvokkeja tai leikkaamassa ja lannoittamassa marjapensaita. Äidin esimerkin innoittamana myös oma elämänvoimani saa paljon sisältöä suhteesta luontoon, kukkiin ja puutarhaan.

Ennen kaikkea äidin kädet olivat siunaavat ja rukoilevat kädet. Rukous oli äitini elämässä toivon ja voiman lähde vaikeinakin aikoina. Henkinen vahvuus näkyi uskomattomana





sopeutumisena uuteen elämänvaiheeseen sairauden kohdassa. En nähnyt hänen edes itkevän kuin yhden ainoan kerran tuona aikana. Äitini lukemassa Raamattua sen sijaan oli tuttu näky vierailulle mennessäni.

Lapsuuden iltarukouksesta kumpuaa seurakuntayhteyteni, joka on ollut turvasatama elämän aallokoissa koko elämäni ajan. Tietoisuus siitä, että oma pieni elämäni on osa suurempaa kokonaisuutta ja suunnitelmaa, tuo turvallisuutta ja kiitollisuutta jokaiseen päivään.

”Levolle lasken, Luojani” -iltarukous vaihtui omassa kodissani tyttarellemme laulettavaksi **Brahmsin** kehtolauluksi ”Levon hetki nyt lyö” ja nykyään mieheni ja minun yhteisenä iltarukouksena on iltavirsi 563. Äitiemme rukoukset kannattelevat elämäämme tänäkin päivänä. Suurella rakkaudella ja kiitollisuudella vaalimme äitiemme muistoa sydämissämme. Siitä muistuttavat pienen ristipistoliinan kukkaset joka päivä.

Kiitos käsistä.
Kiitos kukista.

MARJA KARILUOTO
Turku

Minun elämässäni äitiin ja äidinäitiin liittyy paljon ihania makumuistoja. Kaikki parhaimmat makukokemukseni liittyvät tavalla tai toisella heihin. Heidän luomiaan makumuistoja pyrin kuljettamaan myös eteenpäin omille lapsilleni. Tuntuu hyvältä olla osana makumuistoja luovaa äitikitjua. Samettivelli on yksi sellaisista makumuistoista, mihin ei liity kukaan muu kuin äitini: en ole koskaan syönyt samettivelliä muuten kuin äitini valmistamana. Muistan kylminä huuruavat pakkaspäivät 1980-luvun Lappeenrannassa, kun aurinko paistoi keittiön pöytään ja istuimme koko perhe syömässä. Ruoka-aikaan syötiin siskon ja veljiensä kanssa eturuoka alta pois, kinuttiin niin paljon tuoreita sämpylöitä kuin äiti suinkin suostui antamaan ja saatiin jälkiruoaksi isot lautaset pehmeää, sileää, vaaleanpunaista samettivelliä. Jos hyvä tuuri kävi -ja yleensä kävi, koska äiti osasi varautua suureen menekkiin- velliä jäi myös välipalaksi tai iltapalaksi. Samettivelli tuntui syötynä samalta kuin äiti tuntui sydämessä: lämpöiseltä, pehmeältä ja turvalliselta.

INARI VARIMO

Samettivelli



INARI VARIMO

Samettivellin resepti

- 1 l maitoa
- 1 ½ dl karkeita vehnäjauhoja
- 200 g vadelmia
- 4 tl Vaniljasokeria
- Vadelmahilloa
- (Sokeria)

Puoleen litraan kylmää maitoa sekoitetaan vehnäjauhot.

Toiset puoli litraa maidosta kuumennetaan.

Kun kuumennettava maito on kiehahtamassa, siihen lisätään vehnäjauho-maito -seos ja kaikki kiehautetaan.

Kiehahtaneeseen maitoon lisätään vadelmat ja vadelmahilloa maun mukaan.

Sokeria voi lisätä, jos vellistä haluaa oikein makeaa.

Velli on oiva jälkiruoka tai välipala ja sopii herkutteluhetkiinkin. Lapset tykkäävät velliin rakenteesta ja kauniin vaaleanpunaisesta väristä. Samettivelli on parhaimmillaan haaleana nautittuna.



*"Tänä äitienpäivänä haluan ojentaa kukat sinulle,
joka olet vasta tulossa äidiksi,
sinulle joka pidät sylissäsi esikoistasi,
sinulle, joka odotat,
sinulle, josta ei tullutkaan äitiä*

*Kukkia sinulle,
jonka lapsi ei ole sinun synnyttämäsi,
sinulle, jonka lapset ovat lentäneet pesästä,
sinulle, joka olet menettänyt lapsesi,
Sinulle, jonka lapsi on erilainen,
jonka lapsi on epäonnistunut,
jonka lapsi on polttanut siipensä.*

*Kukkia siksi,
että jaksaisit elää toivossa,
että jaksaisit lohduttaa,
että jaksaisit rakastaa,
että jaksaisit antaa anteeksi,
että jaksaisit uskoa anteeksi*

MAILA HONKANEN



Aune Marjatta Nuutinen

19.10.1927–2.3.2023

Marjatta Nuutinen, o.s. Koski syntyi Helsingissä **Armaksen** ja **Tyyne Marian** kuusilapsisen perheen esikoisena. Armas oli valtion virassa ja Tyyne Maria kotiäiti. Marjattalla oli viisi veljeä, joista kolme nuorinta lähetettiin Ruotsiin sotilapseksi. Marjatta jäi Helsinkiin ja ahkeroi sodan aikana pikkulottana. Hän valmistui ylioppilaaksi Helsingin tyttölyseosta ja aloitti lääketieteen opinnot Helsingin yliopiston lääketieteellisessä tiedekunnassa.

Huittislainen teekkaripoika **Timo Nuutinen** ja Marjatta vihittiin Vanhasa kirkossa 1951. Perheen perustaminen muutti Marjatan urasuunnitelmia ja lääketieteen opinnot keskeytyivät. Timo työskenteli Valtion Rautateiden sekä sittemmin Rautatiehallituksen palveluksessa ja Marjatta oli kotiäitinä sekä toimi perheen lasten **Mervin** ja **Pertin** koulun Vanhempainyhdistyksessä. Lasten aikuisuttua Marjatta siirtyi työelämään. Hän työskenteli rautakaupassa ja leipomossa konttoripuolella ennen siirtymistään Suomen Valkonauhaliiton toimistonhoitaja-kirjanpitäjäksi vuonna 1980. Marjatta eläköityi tästä tehtävästä syksyllä 1992.

Marjatta ja Timo matkustivat yhdessä ja matkakohteina olivat esimerkiksi In-



tia, Egypti ja Euroopan metropolit. Usein matkoilla oli mukana lapset perheineen. Marjatta jäi leskeksi 2014, mutta läheiset suhteet lapsiin ja lastenlapsiin sekä heidänkin lapsiinsa auttoivat surussa ja Timon kuoleman synnyttämässä yksinäisyyden ja kaipuun tunteissa.

Marjatta sai elää pitkän elämänsä omassa kodissaan Puotilassa lukuun ottamatta lyhyttä kahden kuukauden jaksoa Pakilakodissa, jossa hän nukkui rauhallisesti ikiuneen. Marjatan kuolinpäivän aamurukouksen psalmissa ovat sanat: *Minä ajattelen sinua levätesänä, sinä olet mielessäni yön hetkinä, sinä olet tullut avukseni, ja minä saan riemuita siipiesi suojassa.* (Psalmi 63)

Kiitos, Marjatta

Olen käynyt mielessäni matkaa, jonka sain kulkea yhdessä Marjatan kanssa. Ensimmäinen kohtaaminen oli elokuisena päivänä 1987 tutustuessani tulevaan tehtävääni Valkonauhaliiton pääsihteerinä. Marjatta ja edeltäjäni **Kirsti Koskenurmi** ottivat minut lämpimästi vastaan. Aika pian jäimme Marjatan kanssa luotusaamaan liiton toimintaa edeltäjäni siirtynytä syyskuun alussa eläkkeelle.

Marjatan kannustava ja rohkaiseva, ehkä hieman äidillinen tyyli auttoi vastaalkajaa uudessa tehtävässä. Hän toi joka päivä tullessaan hyvää mieltä ja huumoria, olivatpa päivät sitten helppoja tai vähän vaikeitakin.

Kiitos, Marjatta, kuuntelemisen ja rohkaisemisen lahjasta

Marjatalalla oli laajat yleistiedot ja avara suhtautuminen elämän ilmiöihin. Hän tunti liiton paikallisyhdistysten jäsenet ja oli valmis jakamaan uudelle pääsihteerille tietoaan. Vuosina 1989 ja 1991 toteutettiin liitossa kaksi suurta peruskorjausta. Ensimmäinen oli liiton toimiston täyssaneeraus ja taloyhtiön putki- ja julkisivuremontti ja toinen Opiskelijakodin peruskorjaus. Liitto sai Raha-automaattiyhdistykseltä investointiavustusta hankkeisiin. Marjatta hoiti taidolla ja huolella hankkeiden maksutukset saatujen myöntöjen mukaisesti. Hänen työasunsa oli liiton toimiston remontin aikana kotitakki, sillä teimme paljon pölyistä työtä ja siihen kuului muun muassa liiton arkiston siirto silloiseen Valtionarkistoon. Maitokärryillä työntelimme arkistolaatikkoja Snell-

maninkatua ylämäkeen kohti Rauhankadulla sijaitsevaa arkistoa.

Kiitos, Marjatta, kun jaksoit ottaa huomiamme ja ahdistustamme vastaan ja valoit meihin rohkeutta.

Marjatta ja Timo jakoivat kanssani elämäni merkkihetkiä. Ensin oli avioliittoon vihkiminen **Juhanin** kanssa, sitten papiksi vihkiminen ja sitten **Anni**-tytätämme syntymä. Marjatan kanssa Jumalan huolenpito ja myönteinen tyyli toteuttaa kristityn kutsumusta oli pakottamatonta ja luonnollista. Marjatta ei kuulunut valittajiin, mutta hän kyllä ymmärsi kärsimystä ja oli myötätuntoinen.

Kiitos, Marjatta, lähimmäisenä ja puolisona elämisen mallista. Kiitos, kun sain kokea myötäelämistä elämäni tärkeinä hetkinä.

Kiitos, Marjatta, yhteisestä matkasta, kiitos että rohkaisit näkemään tämän ajan taakse. Kiitos, kun palvelit uskollisesti Suomen Valkonauhaliittoa ja kannoit sen työtä eteenpäin kohti uusia haasteita ja vaiheita.

IRJA ESKELINEN

He saavat levätä

Lämmöllä, kiitollisuudella ja siunaten muistamme vuoden 2022 aikana poisnukkuneita valkonauhasisaria:

Leila Ahto, Helsinki

Eila Niva, Oulu

Ulla Kaisa Salunen, Tampere

Hilpi Vuoksimäki, Lappeenranta

Lämmin osanottomme läheisille!

Äidin päivä

-julkaisu
vuodelta 1945

Haluan kertoa teille lukijoille joitakin havaintoja, kokemuksia ja muistoja *Äidin Päivä 1945* -lehden sisällöstä. Itse hankin lehden aikoinaan antikvariaatista, koska tiesin sen Valkonauhan julkaisuksi ja vuosi on mieheni syntymävuosi. Se äitienpäivä oli hänelle ja myös minulle ensimmäinen. Viehätyin myös lehden kansikuvas- ta, sillä kerään lapsiaiheisia taidekor- teja. Lehti on yllättävän paksua paperia ajankohdan huomioon ottaen. Olen selannut sitä niin paljon, että kohta koko lehti on puhki!

Lehteä selatessa tunsin suurta kunnioitusta silloisille valkonauhaisarille heidän arvokkaasta työstään. Edelleenkin on valtava rikkaus, että aina löytyy toimeliaita, vastuullisia ja lähimmäisrak- kaita eri-ikäisiä naisia jatkamaan esiäi- tiemme alkamaa työtä iloisesti ja suurel- la sydämellä.

Äidin Päivä 1945 -lehti oli kuudestois- ta vuosikerta Suomen Valkonauhaliiton äitienpäiväksi julkaisemaa lehteä. Leh- dessä on artikkelien lisäksi useita sivu- ja mainoksille. Valkonauhatyöstä on vii- si mainosta. Tärkeä työmuoto tuolloin olivat naisten asuntolat ja yömajat. Li- säksi lehdessä on mainoksia esimerkik- si Helsingin Valkonauhahdistyksen yl-





VÄINÖ MALMIVAARA:

Äideille.

Soisimme Jumalan antavan nyt raskaiden vuosien jälkeen Suomen äideille iloa ja virvoitusta. Tekeekö Jumala niin, sitä emme tiedä, mutta luvallista meidän on niin toivoa ja rukoilla.

Soisimme ensiksikin äitien saavan nähdä omensa tulevan etensä ja kuulla heidän kiittävän äitiä kaikesta rakkaudesta. Kun lapsi astuu äitiensä eteen, katsoo äitiä silmiin ja sanoo: Rakas äiti, kiitos sinulle», niin liikahuttaa syrjäisenkin sydän, sillä kohtaus on niin pyhä ja kaunis, ettei toista sen veroista useinkaan näe täällä maan päällä. Mitä lunteneekaan

sillen äiti itse sellaisessa tilanteessa! Hän iloitsee, sillä on niinkuin hunajan pisarat putoillisivat silloin hänen sieluunsa. Se on niin erikoisen pyhää ja suloista se oman lapsen vilpittön kiitollisuus. Sen soisimme nyt virvoittavan kärsineiden äitien sydämiä.

Vieläkin enemmän iloa toivomme ja rukoilemme nyt äideille.

Soisimme äitien, jotka omien rakkaittensa tähden kuulostavat herkemmin korvin kuin muut, minkälaiset ajat nyt ovat astumassa maahamme, saavan nähdä rauhaisten ja hyvien päivien sekä hengellisen kevätkauden ja siunauksen saapumisen läänne. Jos hyvä Jumala suo heidän näkevän, ettei viha enää viilläkään ihmiserintoja, vaan rauha ja keskinäinen rakkaus ovat saapuneet luoksemme ja armonvirrat avautuneet tuomaan meille uutta elämää, joka on pyhitetty Herralle, niin ylityspä puhkeaa heidän sydämistensä ja virvoitus virtaa sieluunsa. Tämänkin suloisen virvoituksen soisimme nyt rakastaville äideille.

Mutta tähänkään vielä emme pysähdy toiveissamme ja rukouksissamme, sillä tuipaleemme ajan aalloilla on lopullakin vain lyhyt kuin yksi päivä.

Soisimme Herran antavan myös äideille pyhän toivon siitä, että he saavat rakkaittensa kanssa käydä käsi kädessä aikansa sisälle Jumalan kirkaaseen kaupunkiin. Soisimme Jumalan antavan siitä heille toivon, joka ei ole mikään turha haave. Eipä ole hurkskaalla äidillä pitempää ja pimeämpää helkeä kuin on se, jona hän pelkää oman lapsensa vaipuvan iankaikkiseen kuolemaan. Toivomme ja rukoilemme, että Jumala antaisi äitien nyt ilolla nähdä, miten armollisesti hän varjelee heidän lapsensa kaikelta pahalta näinäkään väkevien kiusausten vaarallisina aikoina.

»Jokainen anova saa, ja etsivä löytää, ja kolkuttavalle avataan», on Herra sanonut.

MARIKA PIIPPONEN



Kuiskaus läheltä, vaikuttaa oikealta pyhältä sanalta.

Arjen arvostus, rakkauden kukoistus.

Kiitollinen elämän lahjasta. Ikiaikaisesta Jumalan ihmeestä.

Enkelin viesti, sinun katseessa, onnessa ja rakkaudessa.

Sinun vuoksesi, meidän onneksi. Elämää arvostan ja onneen panostan.

Kodin aartee t. Tunnelmaltaan valoisa. Suojelusenkelin kosketus, rakkaimpien rukous.

On arjen keskellä tärkeää kuunnella sisäistä ääntä, niin voi kuulla enkeleitä.

Merten pauhu, luonnon laulu. Aallot rantaan, kuiskaus tuulen, ikuinen luulen.

Kirjan sanoma. Kun oikean kirjan löydät, on se valmiina palvelemaan sinua.

Etsi rohkeus, rukoile rukous. On siunaus. Lahja elämältä.

Siivet nää, vaikka et huomaa. Kultaisen kuiskauksen kuulet ja siivet kantaa.

Vaikka kylmä tuuli puhaltaa, vaikka valtaa vaikeaa, on aurinko valkeaa.

Ahkerasta eläjästä, kuuluu kiitos, loppaus taivaasta.

Keväinen kaunokainen, onnellinen. Sinulle toivottaa onnea, luontoäiti paikallaan, Herra takanaan.

Sydän hetket kultaisimmat antaa, jaksaa elämä kantaa.

Siivin valkein, tunnelma haikein, eteenpäin tie vie. Perillä rakkaus.

Olla ylpeä saavutuksista. Elämän peruspilareista. Olla kiitollinen, olla onnellinen.

Kaunisti kiitosta jaa läheisille sitä eniten tarvitseville.

Oppi elämästä. Pieni jyvä maasta, suuri eväs linnulle. Oppi sinulle.

Rakenna unelmiesi taloa, kotisi pihaa ja elämäsi päämäärää, On polkusi, onnesi.

Kaiken tarvitset, uskon voiman, toivon, lohdutuksen. On elämä vaativa laji.

Kiitos kukkaisista, kauniista elämän merkkipäivistä, onnen helmistä näistä.

Rauhan satama, majakka loistaa. Matkalaiset perille opastaa ja muistaa Jumalaa rakastaa.

Teksti KIRSI PAASIRANTA



PIRJO SIPIÄ

Vertaistuesta voimaa lapsettomuuden kokemukseen

Tahaton lapsettomuus on monille yksi aikuisiän suurimmista kriiseistä. Siihen liittyy voimakkaita tunteita, kuten surua, kateutta ja jopa vihaa. Kokemuksesta selviytymisessä auttavat oikea-aikainen tieto sekä läheisiltä, vertaisilta ja ammattilaisilta saatu tuki. Yksin ei kannata jäädä.

Tahaton lapsettomuus on kokemuksesta ja ilmiönä monille omakohtaisesti tai lähipiiristä tuttu. Tahattoman lapsettomuuden kokemuksessa lapsimäärä ei ole ollut toivotunlainen, tie lapsiperheeksi on ollut pitkä ja kivikkoinen tai syli on jäänyt lopullisesti tyhjäksi.

Tahaton lapsettomuus on monille yksi aikuisiän suurimmista kriiseistä. Kokemus on usein henkisesti ja fyysisesti raskas. Monilla toive lapsesta elää voimakkaana useiden vuosien ajan. Usein kriisin syvyyteen ja käsittelyyn vaikuttavat ympärillä olevien suhtautuminen, tuki tai sen puute tai jopa toisten ihmisten vaatimukset.

On tavallista, että tahattoman lapsettomuuden kohdatessa tunteet vaihtelevat ilosta ja toivosta suruun, pettymykseen, katkeruuteen ja jopa vihaan. On myös tyyppillistä, että toiseuden ja kateuden tunteet tuntuvat vahvoina lapsiperhe-elämään yhdistettävien juhlien, kuten risiäisten, äitienpäivän ja joulun aikoihin.

– On tärkeää antaa itselleen lupa tunteiden tuntemiseen. Kaikki tunteet ovat sallittuja. Lapseton kaipaa läheisiltään ja

Lapsettomuutta kokeva sulkeutuu usein kuin simpukka. Simpukan auetessa sisältä löytyy helmi, joka voi olla esimerkiksi uuden elämänsuunnan löytyminen, kun elämään löytyy taas iloa ja värejä.

vertaisiltaan ymmärrystä, hyväksyntää ja läsnäoloa. Yksin ei kannata jäädä, rohkaisee Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n toiminnanjohtaja Piia Savio.

Yksi viidestä kohtaa tahattoman lapsettomuuden

Suomessa joka viides hedelmällisessä iässä oleva kohtaa tahattoman lapsettomuuden. Lukuna määrän on arvioitu olevan 300 000 ihmistä. Osalla syynä ovat hedelmällisyyteen vaikuttavat sairaudet tai muut fysiologiset syyt. Tutkimuksia suo-

sitellaan, jos raskaus ei ole alkanut vuoden kuluessa tai jos alkanut raskaus keskeytyy toistuvasti. Tutkimuksissa selvitetään lapsettomuuden mahdollisia syitä. On myös melko yleistä, että lapsettomuuden syyt eivät selviä tutkimuksissa. Itselliset naiset ja naisparit voivat hakeutua hedelmöityshoitoihin siinä vaiheessa, kun toive lapsesta on ajankohtainen.

Elämäntilannelapsettomuudessa lapsitoive ei kohtaa kumppanin kanssa, kumppania ei ole tai esimerkiksi taloustilanne ei salli lapsen toivomista tai lapsettomuushoitoihin lähtemistä. Kyseessä on



myös tällaisissa tilanteissa yhtä lailla tahattoman lapsettomuuden kokemus.

Yhteiskunta olettaa kaikilla olevan lapsia

Tahattoman lapsettomuuden asiantuntijaorganisaatio Simpukka ry tarjoaa tietoa ja tukea lapsettomuutta kokeville. Kokemuksesta selviytymisessä on tärkeällä sijalla tieto tahattomasta lapsettomuudesta, lapsettomuushoitopolusta ja lopullisesta lapsettomuudesta. Lääketieteellisen avun lisäksi on hyvä hakea psykososiaalista tukea ja vertaistukea.

– Vaikka lapsitoiveen toteutumattomuus on yleistä, ympäristö ei aina osaa huomioida, että jotkut eivät ole vanhempia toiveestaan huolimatta. Yleinen puhe yhteiskunnassa on harmillisen lapsi-

perhenormatiivista: oletetaan, että kaikki haluavat ja saavat lapsia, huomioi Savio.

Tietoisuuden lisääminen tahattomasta lapsettomuudesta onkin yksi Simpukan perustehtävistä. Järjestö pitää tärkeänä myös viedä viestiä lapsettomien sensitiivisestä kohtaamisesta työelämässä ja muissa sosiaalisissa suhteissa.

Elämä on arvokasta ilman lastakin

Osa tahattomasti lapsettomista ihmisistä päättyä kääntämään kaikki kivet lapsetoivetiellä. Osa toteaa, että esimerkiksi lapsettomuushoidot eivät ole talouden, voimavarojen tai elämäntilanteen vuoksi mahdollisia. Jokaisen suru lapsitoiveen keskellä tai lopulliseen lapsettomuuteen päättyessä on yhtä oikeutettu riippumatta siitä, mitä kaikkea on tehty toiveen toteutumiseksi. Kokemus lapsettomuudesta saattaa tuntua raskaalta kauan aikaa senkin jälkeen, kun perheeseen on tullut lapsi tai on jatkettu elämää ilman lasta.

Lapsettomuuteen liittyvät tunteet vaihtelevat elämäntilanteen ja iän myötä. Välillä tunteet ovat voimakkaampia ja välillä ne jäävät taka-alalle. Lopullisesti lapsettomaksi jäänyt saattaa kohdata lapsettomuuden kivun ja osattomuuden tunteen uudestaan ystävien ja lähipiirin tullen isovanhemmiksi. Lapsenlapsettomuudesta tulisikin puhua enemmän ja avoimemmin.

– Lapsettomuudesta selviytymisessä tarvitaan ystävien ja vertaisten tukea ja ymmärrystä sekä itsemyötätuntoisuutta. Elämä ilman lastakin on hyvää, arvokasta ja merkityksellistä. Lopullisen lapsettomuuden hyväksyntään tarvitaan armolli-

KIRJOITA OMA TARINASI LAPSETTOMUUDESTA

LAPSETTOMIEN YHDISTYS SIMPUKKA RY

kerää ja jakaa 35-vuotisjuhlavuotensa ajan tahatonta lapsettomuutta kohdanneiden tarinoita. tarinat tuottavat tietoa lapsettomuuden moninaisista ilmenemismuodoista ja kokemuksesta sekä toimivat helposti saavutettavana vertaistukena. Tarinoita julkaistaan Simpukan Tarinoita lapsettomuudesta -blogissa. Lue lisää osoitteesta simpukka.info/tarinoita-lapsettomuudesta.



suutta itseä ja kokemusta kohtaan. Lapsettomuutta kokeva ei ole yksin, muistuttaa Savio.

Moni tahatonta lapsettomuutta kokenut onkin kertonut Simpukalle, että pikkuhiljaa elämään alkaa tulla uutta sisältöä ja väriä ja ilo palaa elämään. Vaikka elämä ei olisikaan ihan sellaista kuin suunnitteli, voi se silti olla onnellista ja merkityksellistä.

Tahattoman lapsettomuuden teema- viikkoa Lapsettomien Simpukka-viikkoa vietetään 8.–14.5.2023 ja Lapsettomien lauantaista 13.5.2023. Lapsettomien lauantai muistuttaa, että vanhemmuus ei ole itsestäänselvyys.



Kirjoittaja on Simpukka ry:n viestintäsuunnittelija, joka vastaa muun muassa Simpukan ulkoisesta viestinnästä, somekanavista ja Simpukka-lehdestä. Parviainen on toimittanut aihepiiriin liittyvän teoksen Ei kenenkään äiti – kertomuksia lapsettomuudesta vuonna 2012 (Atena Kustannus).

LAPSETTOMIEN YHDISTYS SIMPUKKA RY

- **Vuonna 1988** perustettu valtakunnallinen tahattoman lapsettomuuden asiantuntijaorganisaatio ja lapsettomien yhteisö.
- **Ajaa** muun muassa sijaissyntyislainsäädäntöä, hedelmöityshoitojen riittäviä resursseja ja psykososiaalista tukea osaksi lapsettomuuden hoitoa.
- **Tukee** muun muassa lapsitoiveisia, hedelmöityshoidoissa olevia, sekundaarisesti lapsettomia, lapsia saaneita lapsettomuuden kokeneita, synnynnäisesti kohduttomia ja kohdunpoiston kokeneita sekä lopullisesti lapsettomia.
- **Avointa ja ilmaista toimintaa**, kuten verkkoluentoja, lähi- ja verkkovertaistukiryhmiä ja chatteja.
- **Vertaisryhmiä** kokoontuu verkossa ja kasvokkain. Tahattomasti lapsettomille lapsenlapsettomuutta kokeville tarjotaan vertaistukea Sydänsimpukaryhmässä.
- **Lisätiedot vertaisryhmistä** Simpukan verkkosivuilta ja sähköpostitse viivi@simpukka.info.
- **Jäsenlehti** Simpukka ilmestyy neljä kertaa vuodessa.
- **Simpukan Helminauha-hanke** tuottaa tietoa ja tukea lahjasolujen avulla lasta toivoville ja lapsen saaneille perheille, lahjasolutaustaisille henkilöille ja ammattilaisille.
- **Lisätietoja** osoitteista simpukka.info ja helminauha.info sekä muun muassa Instagramista @simpukkary ja @helminauhaperheet.

”Onkohan sulla jäänyt ADHD diagnosoimatta?”

– Naisten neurokirjon diagnosoinnin haasteet



Neurokirjo-termillä kuvataan yksilöiden synnynnäistä moninaisuutta. Neurokirjioon kuuluvat ihmiset voivat kohdata haasteita esimerkiksi keskittymisen ja tarkkaavaisuuden sekä käyttäytymisen, sosiaalisen vuorovaikutuksen sekä aistikokemusten osalta. Yleisesti tunnetuimpia neurokirjon diagnooseja ovat esimerkiksi ADHD sekä autismikirjon häiriö. Erityisesti naisten neurokirjon oireiden tunnistamisessa ja diagnosoinnissa esiintyy ongelmia, mikä voi tuottaa neurokirjon naisille monenlaisia haasteita.

Neurokirjo on historian saatossa kuvattu erityisesti miesten ominaisuutena. ADHD:ta esiintyy merkittävästi useammin pojilla kuin tytöillä, mutta ADHD:n sukupuolittuneen esiintyvyyden taustalla voi olla tyttöjen ADHD-oireiden alidiagnosointi. Myös autismikirjon diagnostiset kriteerit ovat sukupuolisidonnaisia ja ne kytkeytyvät erityisesti miesten tyypilliseen oirekuvaan. Tästä syystä autismi on historiallisesti – ja osittain edelleen – liitetty miehiin. Tämä historiallinen painolasti voi vaikuttaa naisten neurokirjon alitunnistamiseen ja -diagnosointiin.

Criado Perezin mukaan miehet ja naiset on nähty historiallisesti hyvin samankaltaisina; lääketieteessä mies on ollut nor-

Noora Näppä ja Saija Savolainen ovat Naistenkartanon sosionomiharjoittelijoita.

mi, ja nainen taas on nähty poikkeuksellisenä. Ylipäättään naisten tutkiminen on nähty turhana tai vaativana, joten heistä ei ole kerätty riittävästi tutkimustietoa. Tämä on johtanut tilanteeseen, jossa miehiä koskevat tutkimustulokset on yleistetty koskemaan kaikkia sukupuolia. Näin on tapahtunut esimerkiksi neurokirjon diagnostisten kriteerien määrittelyssä.

70-luvulla ADHD:n varhaisissa tutkimuksissa tutkimusryhmänä käytettiin valkoihaisia hyperaktiivisia poikia, ja ADHD:n diagnostiset kriteerit muotoiltiin näiden tutkimusten pohjalta. ADHD:n kriteerit kuvaavat poikien käyttäytymistä ja oirehdintaa, joten sen vuoksi tyttöjen diagnosointi voi osoittautua vaikeaksi. Myös autismin diagnostinen kriteeristö perustuu pitkälti poikien oireista ja käytöksestä kerättyyn tutkimustietoon. Tyttöjen ja naisten neurokirjon diagnosoinnissa käytetään siis kriteerejä, jotka perustuvat lähinnä pojille tehtyihin tutkimuksiin. Neurokirjon tytöt saattavat helposti oirehtia ”sisäänpäin”, jolloin neurokirjon piirteet eivät välttämättä näy ulospäin samalla tavoin kuin pojilla. Onko siis ihmeekään, jos tyttöjen tai naisten neurokirjon diagnosoimisessa on haasteita?

Naisten kokemuksiin oireisiin ja sairauksiin voidaan suhtautua sairaanhoitojärjestelmässä vähättelevästi tai välinpitämättömästi. Se voi johtaa naisten oireiden virheelliseen diagnosointiin. Haastattelimme **Siiri Jokikotaa**, joka on saanut hiljattain ADHD-diagnoosin aikuisiällä. Äidin kommentti ”onkohan sulla jäänyt ADHD-diagnosoimatta” herätti Siirin pohdinnat mahdollisesta neurokirjon diagnosoimisesta. Siiri kertoo käyneensä useampaan otteeseen tapaamassa terveydenhuollon ammattilaisia erinäisten elämäntapausten tai arkisten ongelmien vuoksi. Ammattilaiset eivät kuitenkaan ole osanneet yhdistää Siirin kohtaamia haasteita ADHD:hen.



KUVA:AIJA

Siiri Jokikota sai ADHD-diagnoosin vasta aikuisiällä

Esimerkiksi tyttöjen ja naisten ADHD:hen viittaavaa oirehdintaa saatetaan pitää masennuksen tai ahdistuksen merkinä. Siiri kertoo, että hän toivoisi ammattilaisilta sensitiivisempää sanojen asettelua. Ammattilaisten kommentit siitä, kuinka ”Siiri on käynyt ammattikorkeakoulun, joten hänellä ei voi olla ADHD:ta” tuntuvat Siiristä pahalta. On siis mahdollista, että naisen neurokirjioon viittaava oirehdintä kyllä havaitaan, mutta oireita ei osata yhdistää neurokirjioon.

Pelkästään diagnoosi ei ratkaise neurokirjon naisen kohtaamia haasteita, mutta se voi lisätä itseyttä tai auttaa tuen piiriin. Siiri kertoo, että ADHD-diagnoosin saaminen mahdollisti armollisuuden itseä kohtaan. Hän on alkanut nähdä joitakin aikaisemmin haasteina pitämiään ADHD-piirteitä ennemminkin voimavaroina. Siiri kuitenkin kieltäytyy puhumasta ADHD:sta pelkästään supervoimana, sillä neurokirjon piirteet voivat tuottaa hänelle myös haasteita elämässä.

NAISTENKARTANO on ehkäisevän päihde- ja mielenterveyshuollon järjestö, jonka tavoitteena on vahvistaa naisten arkipäivän hallinnan ja pystyvyyden tunnetta sekä tukea naisia myönteisen muutoksen saavuttamisessa.

- Keskeisenä toimintamuotona on kaikille naisille suunnattu NOVAT-ohjelma, jonka ydin on vertaistukeen perustuva ryhmätoiminta.
- Yhdistys tarjoaa myös yksilötukea anonyymien viestipalvelun avulla ja järjestää lisäksi naiseuteen ja hyvinvointiin liittyviä luentoja, webinaareja ja työpajoja. Lisätietoa: www.naistenkartano.com.

Erityisesti tunnistamattomana ADHD voi heikentää yksilön elämänlaatua ja toimintakykyä. Siiri kertoo eläneensä monien vuosien ajan jatkuvassa syyllisyydessä sekä tunteneensa ulkopuolisuuden ja erilaisuuden kokemuksia. Hänen mukaansa ihminen voi ilman diagnoosia kärsiä ADHD:n haasteista vailla ymmärrystä, mistä on todellisuudessa kyse; tällöin ihminen voi ajatella olevansa yksinkertaisesti vain huono ihminen. Jälkikäteen ajateltuna Siiri toivookin, että ADHD-diagnoosi olisi osattu asettaa hänelle jo aiemmin.

Mahdollisten haasteiden vuoksi oikeanlaisen ja riittävän tuen saaminen olisi tärkeää. Osa sosiaali- ja terveyspalveluista on suunnattu neurokirjon ihmisille, joten oikea diagnoosi olisi tuen kannalta erityisen tärkeää. Esimerkiksi joihinkin Kelan tarjoamiin kuntoutuksiin voidaan vaatia neurokirjon diagnoosi. Mikäli neurokirjon naisella ei ole oikeanlaista diagnoosia, hän voi jäädä tarvitsemansa ammattiavun ulkopuolelle.

Toisaalta myös vertaistuellalla voi olla merkittävä rooli yksilön elämässä. Siiri ker-

tookin saaneensa valtavasti tukea vertaisryhmistä, ja itseasiassa ymmärrys hänen omasta ADHD:sta tulikin juuri vertaisryhmässä.

Tietoisuus tyttöjen ja naisten neurokirjon ominaisuuksista ja diagnosoinnin haasteista lisääntyy jatkuvasti. Tämä tukee erityisesti neurokirjon tyttöjen ja naisten hyvinvointia ja riittävän tuen saamista. Ehkäpä tietoisuuden lisääntyessä naisten neurokirjo osataan tunnistaa tulevaisuudessa paremmin.

Lähteet:

Criado Perez, Caroline (2020). Näkymättömät naiset: näin tilastot paljastavat miten maailma on suunniteltu miehille. Helsinki: WSOY Jokikota, Siiri (2023). Haastattelu. 7.3.2023.

Morgan-Trimmer, Rachel (2022). Autism in women – under-diagnosed, under-served and under-represented. Murmurations: Journal of Transformative Systemic Practic, 4(2), 10–19. Viitattu 17.2.2023. Saatavissa <https://murmurations.cloud/ojs/index.php/murmurations/article/view/158/83>

Koponen, Veera & Jehkonen, Mervi (2019). Naisen tarkkaavuushäiriö – lapsuudesta aikuisuuteen. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 135(3):283–8. Viitattu 17.2.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo14762>

Keski-Rahkonen, Anna (2022). Naiset ja neurokirjo. Super-NOVAT –hankkeen järjestämä webinaari: Naiset ja neurokirjo. 10:40-1:10:40 Viitattu 1.3.2023. Saatavissa <https://www.naistenkartano.com/naiset-ja-neurokirjo/>

Käypä hoito –suositus (2019). ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö). Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Lastenneurologinen yhdistys ry:n, Suomen Nuorisopsykiatrisen yhdistyksen ja Suomen Lastenpsykiatrisen yhdistyksen asettama työryhmä. Viitattu 7.3.2023. Saatavissa <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061>

Szalavitz, Maria (2016). Autism – It’s Different in Girls. Scientific American Mind 27, 2, 48–55. Viitattu 18.2.2023. Saatavissa <https://www.scientificamerican.com/article/autism-it-s-different-in-girls/>

Yagoda, M. 2013. ADHD Is Different for Women. The Atlantic. Viitattu 18.2.2023. Saatavissa <https://www.theatlantic.com/health/archive/2013/04/adhd-is-different-for-women/381158/>

Äiti

*Äiti on puu, jonka runkoon voin nojata
vieläkin kun maailma huojuu.*

*Äidin kädet ovat kuin puun kuoret
sileää tuohta nuorena
kaarnaksi työn kovettamat
silitys silti koivun lehden kosketusta.*

*Juuria ovat äidit
ikihonkien jykeviä
vaivaiskoivujen sitkeitä, pitkiä juuria
imevät lapsilleen voimaa karustakin maasta.*

*Vanhat äidit ovat kyhmyisiä
puun juurakoita.
Pitävät maan kasassa myrskynkin aikaan*

*valittamatta
huojuttavat runkooaan tuulessa
eivät kaadu vaan suojelevat
jokaisen lintunsa pesää oksillaan.
Siitä on hyvä lehahtaa
poikasen oman tuulensa mukaan*

*Metsän huminassa
hyräilee äiti minulle vieläkin
tuhatvuotiset tuutulaulut
niihin on turvallista nukahtaa,
äidin syliin.*

*Kierrän kädet äidin rungon ympäri
ja kiitän
jokaisen vuosirenkaan verran.*

*Kirsi Komulainen
Märepallo (2015)*

Äidin rukous

*Älä lapsi rakas
huuhtoudu
maailman meriin,
jokiin virtaaviin.*

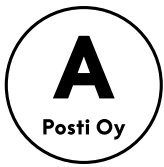
*Älä kävele
teillä
silmät kiinni,
älä usko
kaikkiin
uhkakuviin.*

*Älä itke,
ja jos itket,
tulen pyyhkimään
kyyneleesi
poskilla valuviin.*

*Älä koskaan
unohda lapsi
äitiäsi,
anna äidin
tuudittaa
sinut uniin.*

Päivikki Puonti

*Runoja Etelä-Karjalassa ja
Kymenlaaksossa toimivan
Kirjoittajayhdistys Paltta ry:n jäseniltä.*



Posti Green

Eläviä sanoja

*Kun joku on hyvin pieni,
hän yllättää voimallaan
kuin aavojen merien pauhu
on kätketty pisaraan.*

*Kun joku on hyvin pieni,
hän valloittaa sydämen
kuin hentoinen auringon säde,
kuin rohkeus siemenen.*

*Kun joku on hyvin pieni,
hän kaikkia lämmittää
ja kovimpaan kuoreenkin silloin
pikkuinen särö jää.*

ANNA-MARI KASKINEN

Sanoja vanhemmuudesta – lapsista sen näkee (2011)

PIXABAY



Valkonauha Suomessa: vastuuta sinusta ja minusta vuodesta 1896