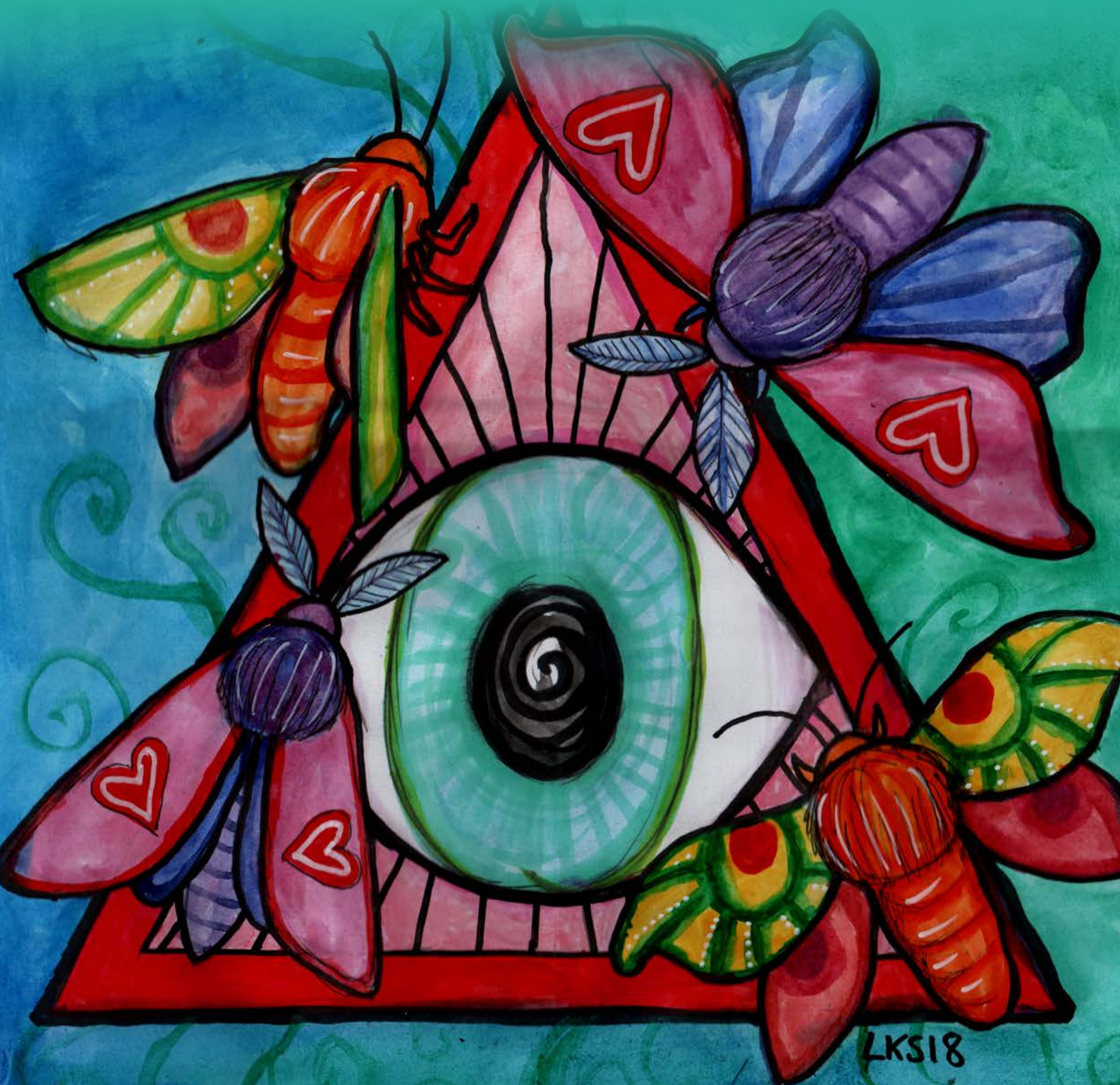


MONIÄÄNINEN

Suomen Moniääniset ry:n jäsenlehti

1/2018



PUHEENJOHTAJAN PALSTA



Vertaistukiryhmät ovat Moniäänisten tarjoama hieno tukimuoto, jossa osallistujat saavat puhua äänistä ilman, että heti ollaan viemässä sairaalaan tai lisäämässä lääkitystä. Ryhmissä huomaa, ettei ole ainoa ihminen, joka kuulee ääniä ja saa toisilta selviytymiskeinoja äänien kanssa elämiseen.

Mistä äänet sitten johtuvat? Tästä on monia mielipiteitä ja täysin varmaa vastausta ei ehkä olekaan. Ovatko äänet telepatiaa, mikrofoni aivoissa, jumalan tai demonien puhetta, aivoke-miaa, hallusinaatiota, traumoja vai mitä ne oikein ovat? Itse ajattelen, että minulle on vain näytetty jotain sellaisia maailmoja, joita kaikki eivät saa nähdä.

Minä olen saanut häiritseviin ääniin apua vertaistuesta, mielekkästä ja merkityksellisestä teke-misestä, terveellisistä elämäntavoista ja lääkkeistä. Olen huomannut lääkkeeni hyödyllisyyden arkielämässäni. Jos olen vahingossa nukahtanut ennen iltälääkkeen ottamista, olen tunnin päästä herännyt kummalliseen maailmaan. Heti kun olen ottanut unohtamani lääkkeen, tämä outo maailma on työntynyt pois mielestäni ja olen saanut nukkua turvallisesti ja sikeästi lop-puyön.

Minulla oli aikoinaan vaikea saada unta: valvoin 24 tuntia, nukuin 16 tuntia ja taas valvoin 24 tuntia. Vaikka söin nukahtamislääkkeitä, ne eivät auttaneet. Vasta kun sain vuorokausirytmän muutettua normaaliksi niin, että minulla oli päivittäin mielekästä tekemistä ja tapasin mukavia ihmisiä, en enää tarvinnut nukahtamislääkkeitä enkä myöskään päivisin rauhoittavia. Harjoit-telin monta vuotta, että sain rytmini kuntoon.

Nyt kun kevät taas on tuloillaan, haluan inspiroida teitä harrastamaan liikuntaa ja syömään terveellisesti – minäkin yritän. Olen haaveillut laihtumisesta jo monta vuotta, ehkäpä se tänä vuonna onnistuisi.

Tämä vuosi toi Moniäänisille kaksi uutta hallituksen jäsentä. Voit lukea koko hallituksen esit-telyn tästä lehdestä.

Aurinkoista kevättä,

Mervi Juuri

Moniäänisten puheenjohtaja



Suomen Moniääniset ry



facebook.com/moniaaniset



instagram.com/moniaaniset

MONIÄÄNINEN ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Lehden saa liittymällä Suomen Moniääniset ry:n jäseneksi, vuosimaksu 10 euroa. TOIMITUS JA ULKOASU Niina Lätti KANSI Liisa-Alice Sallinen TOIMITUKSEN YHTEYSTIEDOT Suomen Moniääniset ry, Asemamiehenkatu 4, 00520 Helsinki, toimisto@moniaaniset.fi, www.moniaaniset.fi JULKAISIJA Suomen Moniääniset ry PAINO Grano Oy

MONIÄÄNINEN ottaa mielellään vastaan äänien kuulijoiden kirjoituksia ja kuvia. Lähetä omasi osoitteeseen niina.latti@moniaaniset.fi

YHDISTYKSEN KEVÄTKOKOUS

Kevätkokous järjestetään Helsingissä perjantaina 20.4. klo 16:00-18:00. Kokouksen jälkeen on luvassa yhteistä ajanviettoa klo 20:00 saakka. Tarjoilujen mitoittamisen vuoksi toivomme ilmoittautumisia perjantaihin 13.4. mennessä. Kokouspaikka ei ole vielä varmistunut, mutta ilmoitamme sen kaikille osallistujille mahdollisimman hyvissä ajoin.

Ilmoittautua voi Niinalle: niina.latti@moniaaniset.fi /
puh. 050 4078 075.

VERTAISTUKIRYHMÄ JÄRVENPÄÄHÄN

Ääniä kuulevien vertaistukiryhmä kokoontuu Keski-Uudenmaan Klubitalolla kolmesti kevään aikana: 22.3., 12.4. ja 17.5. klo 16:30-18:00. Ohjaajana toimii mielenterveyshoitaja. Klubitalon osoite on Seutulantie 1, 04410 Järvenpää. Ryhmä on maksuton. Tervetuloa mukaan!

	
28.3.	Yleistä keskustelua mielen sisäisistä äänistä
11.4.	Teemailta: Taide ja äänien kuuleminen
25.4.	Yleistä keskustelua mielen sisäisistä äänistä
9.5.	Teemailta: Terassikauden uhat, päihteet ja mielenterveys
23.5.	Yleistä keskustelua mielen sisäisistä äänistä
LIVERYHMÄ ÄÄNIÄ KUULEVILLE JOKA TOINEN KESKIVIIKKO KLO 18-19:30 KIRJAUDU OSOITTEESSA TUKINET.NET	



**Karmeliitat
äänien
kuulijoiden
suojelejoina**

1400 -luvun lopulla paavi Innocentius VIII (1432–1492) aloitti laajamittaiset, erityisesti naisiin kohdistuvat vainot, jotka tunnetaan inkvisition tai "noitavainojen" nimellä. Vainoamisen kohteena olivat noitien lisäksi kaikenlaiset epätavalliset ihmiset, varsinkin sellaiset joilla oli taipumusta tavallista poikkeaviin aistikokemuksiin.

Samalta ajalta on peräisin myös inkvisition kuuluisin teos *Malleus Maleficarum* eli "Noitavasara", jossa äänen kuuleminen mainitaan erikseen tunnusmerkkinä epäillyn liitosta pahojen voimien kanssa.

Lukemattomat viattomat ja huono-onniset ihmiset kärsivät ja kuolivat inkvisition otteessa, joka lakkautettiin muodollisesti vasta 1800 -luvulla. Monet ääniä kuulevat pelastuivat inkvisition kynsistä karmeliittoina tunnetun luostariyhteisön ja sen sisällä vaikuttaneiden Avilan Pyhän Teresan (1515–82) ja Pyhän Ristin Johanneksen (1542–1591) ansiosta.

Karmeliittojen sääntökunta on vanha luostariyhdyskunta, joka painottaa toiminnassaan hiljaisuuden ja kontemplatiivisen eli pohdinnan, sisänpäin kääntyvän rukouksen merkitystä.

Karmeliitat puolustivat äänen kuulijoita sanomalla, että ääniä kuuleviin tulisi suhtautua vainoamisen sijaan "kuten sairaisiin" ja tarjota heille apua ja tukea. Todellisuudessa sekä Teresa että Johannes kuulivat itse ääniä, ja "sairaus" oli tekosyy, jonka varjolla monet karmeliittojen suojelukseen päässeet äänen kuulijat välttyivät inkvisitiolta. Karmeliitat suhtautuivat äänen kuulemiseen enimmäkseen ymmärtävästi.

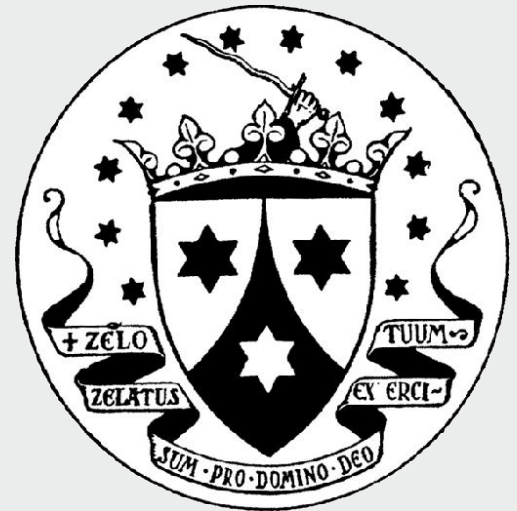
Mutkikkaiden vaiheiden kautta Teresa ja Johannes onnistuivat kohoamaan merkittävään asemaan karmeliittayhteisössä ja uudistivat sitä merkittävästi sisältäpäin. Nykyään molemmat on julistettu paitsi pyhimyksiksi, myös kirkonopettajiksi – arvonimi, joka on myönnetty vain 36 erityisen huomattavalle pyhimykselle.

Teresa ja Johannes työskentelivät yhdessä ja systematisoivat paitsi äänen kuulemista, myös muunlaisia epätyypillisiä aistikokemuksia ja niiden tulkintaa. Johannes kirjoitti mystisistä kokemuksista kokonaisen teoksen nimeltä *Nousu Karmelvuorelle* (alkup. *Subida del Monte Carmelo*: ei suomennettu), joka sisältää yksityiskohtaisia mystisten kokemusten luokittelua ja tulkintoja kokemusten alkuperästä. Äänen kuulemiselle Johannes omistaa teoksessaan kokonaisen luvun.

Omassa teoksessaan *Sisäinen linna* (alkup. *El Castillo Interior*. Suom. Kirjaneliö 1981) Teresa mm. erottelee toisistaan äänen kuulemisen syitä ja erilaisia tulkintatapoja. Äänen kuulemisen tulisi hänen mukaansa ihanteellisesti tuottaa "varmuutta, rauhaa ja lohdutusta" kuulijalleen.

Nykylukijakin saanee Teresan keskiaikaisesta teoksesta vakaumuksesta riippumatta raikkaan ja mielekkään näkökulman omien kokemustensa tulkitsemiseen ja selittämiseen. Teoksesta on otettu uusintapainos vuonna 2007, joten se on helposti saatavissa siitä kiinnostuneelle.

Karmeliitoilla on nykyään toimintaa myös luterilaisen kirkon piirissä Suomessa. He järjestävät mm. retriittejä ja messuja Kallion kirkossa Helsingissä ja heillä on erakkoluostari Helsingin Mellunkylässä.



Karmeliittojen vaakuna. Tunnuslause "Zelo zelatus sum pro Domino Deo exercituum" on Ensimmäisen kuninkaiden kirjan jae 10:19: "Hellittämättä olen taistellut puolestasi, Herra, kaikkivaltias Jumala"



**MITÄ SÄ TAAS OIKEIN
YRITÄT, EI TOSTA TUU
MITÄÄN.**

HYVIN SE MENEET!

**NO NIIN, NYT KAIKKI
KATSOO SUA.**

KUULETKO MUA?

**ÄLÄ VÄLITÄ NOISTA, TÄSSÄ
ON KYSE SUN ELÄMÄSTÄ, EI
NIIDEN.**

AINA SE PUHUU ITSESTÄÄN.

**SÄ OOT NIIN TURHA
IHMINEN. MIKSI OOT YHÄ
ELOSSA?**

**NOIN KÄY, KUN ET TEE NIIN
KUIN SANON.**

MUISTA LÄÄKKEET!

Höpiskööt äänet keskenään

Olen kamppailut mielenterveyden kanssa jo pienestä pitäen. 14-vuotiaana olin ensimmäisen kerran osastolla ja minulla todettiin psykoottinen masennus. Lääkärit kyselivät, kuulenko ääniä tai näenkö harhoja. No, en kuullut enkä nähnyt.

Aloin kuulla ääniä ollessani 16-vuotiaana työkokeilussa nuorten pajalla. Olin ollut huonossa kunnossa jo pitkään. En ymmärtänyt, mitä tapahtui, koska olin jo aika vakavassa psykoosissa. Elin omassa maailmassani, eikä työkokeilusta tullut yhtään mitään. Kärsin näköharhoista ja kuvittelin paljon kaikenlaista. Muistan yhden tilanteen, josta en vielä tänäkin tiedä, oliko se totta: kesken työpäivän läksimme kaverien kanssa autolla metsäretkelle ja parin tunnin retkeilyn jälkeen palasimme töihin. Jälkeenpäin kun mietin, niin ei kuulosta loogiselta.

Äänien kuuleminen tuli mukaan kuvioihin, kun jouduin siitä sitten sairaalaan. Kuulin oikeastaan vain yhden äänen, joka käski tehdä paljon kaikenlaista ja oli muutenkin manipuloiva. Sairaalan vieressä oli junarata ja se käski mennä radalle makaamaan. Tai kiivetä katolle ja hypätä sieltä alas. Sain taisteltua jotenkin vastaan ja sanoin, että ei käy. Ääni myös haukkui minut pystyyn. Kun en kestänyt enää kuunnella, niin haistattelin sille takaisin ja tukin korvani käsilläni.

Nyt olen kolmekymppinen, eivätkä äänet ole enää päivittäisiä, eivät edes viikoittaisia. Nykyisin ääneni ovat ihmisten puheensorinaa ja laulua, jota saatan kuulla esim. suihkussa. Välillä kun olen ollut huonommassa kunnossa, äänien määrä on lisääntynyt. Oma kunto vaikuttaa määrään. Nykyään hallitsen ääniä, eivätkä ne minua.

Vuosien harjoittelu kerryttää kokemusta

Lääkärien tuki ja sopiva lääkitys ovat edesauttaneet kuntoutumistani. Myös vertaistuki on auttanut, sitä kautta olen saanut vinkkejä hallintakeinoista. Osa keinoista on kantanut omaan elämäni. Ennen en halunnut mennä minnekään. Pelkäsin, miten minuun suhtaudutaan kaupungilla, kun puhun omille äänilleni. Nykyään en kiinnitä ääniin huomiota, annan niiden enemmän höpistä keskenään. Kun on vuosia harjoitellut, niin pystyy keskittymään kaverien kanssa juteluun, vaikka joku höpisisikin taustalla.

Nuorempana koin itseni erilaiseksi, yksinäiseksi ja ulkopuoliseksi, mutta ikä on tuonut elämään perspektiiviä. Olen ollut monta kertaa sairaalajaksolla ja kuntoutuksessa ja olen oppinut suhtautumaan niihin voimaannuttavina kokemuksina. Välillä menen sairaalaan sovitusti etukäteen – ennaltaehkäisevästi. Olen ollut asiakkaana pienestä pitäen ja saanut luotua hyvän ja luottamuksellisen suhteen omahoitajaani ja muuhunkin henkilökuntaan. Nykyään en enää haluaisi käydä niin paljon sairaalajaksoilla, kun lapseni alkaa olla jo iso. En halua laittaa häntä aina tukipalveluihin hoitoon. Siksi olen päättänyt, että haen apua aina aikaisemmin kuin tarvitsen. Onnekseni osaan tunnistaa varoituserkkejä kuntoni huononemisesta ja hakea ajoissa apua.

On tärkeää saada kertoa äänien kuulemisesta

Äänien kanssa eläminen on kasvattanut minua ihmisenä todella paljon, koska olen joutunut kokemaan niin vaikeita aikoja. Osaan

olla kiitollinen niistä viikoista ja kuukausista, kun ääniä ei kuulu ja on vapautunut olo. On ehjä olo, kun ei ole ylimääräistä metakkaa päässä.

Minulle ratkaisevaa on ollut se, että olen saanut kertoa kuulevani ääniä ja että lähipiirini tietää taustani. Ystäviltä olen saanut ymmärrystä, he ovat hyväksyneet minut sellaisena kuin äänieni kanssa olen. He tietävät, että jos teen jotain hölmöä, niin taustalla saattaa olla se, etten ole hallinnut ääniäni. Että minussa henkilönä ei ole mitään vikaa. Olen kyllä myös osannut peitellä kuntoani, jos en vaikkapa ole halunnut kuormittaa äitiäni. Nyt äitikin on jo sinut asian kanssa.

Vertaistukiryhmässä ei tarvitse selitellä

Haluan auttaa muita äänien kuulijoita. Jos minun kokemukseni auttavat muita edes vähän, niin olen todella iloinen. Siksi lähdin vetämään vertaistukiryhmää. Mielestäni vertaistuki on korvaamaton. Ryhmässä kokemallani yhteenkuuluvuuden tunteella on suuri merkitys. Siellä ei tarvitse selitellä asioita alusta alkaen, koska muut ovat kokeneet samoja asioita. Pystyy vain luottamaan siihen, että muut tietävät, mistä puhun.

Olen myös kouluttautunut kokemusasiantuntijaksi. En ole pystynyt lukemaan itselleni ammattia, joten ajattelen, että tällä tavalla voin auttaa. Haluan valaa ihmisiin toivoa siitä, että elämä ei lopu, vaikka tuntuisi, että maailma kaatuu. Kun vain jaksaa yrittää, niin kyllä se valo vielä jostain näkyy. Itselläni on ollut hetkiä, jolloin on tuntunut, että kaikki toivo on menetetty. Ettei ole ketään, joka kuuntelisi ja tarjoaisi olkapäätä. Haluan olla muille se olkapää.

Susanna

Neuromaani

INTERAKTIIVINEN ELÄMYS, JOSSA LUKIJAN OMILLA VALINNOILLA ON MERKITYSTÄ. PÄÄOSASSA MIELEN SISÄINEN ÄÄNI.

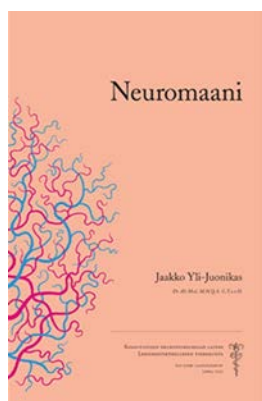
teksti SALLA SIEVÄNEN • kuva PABLO RIESTRA AEDO

Jaakko Yli-Juonikkaan *Neuromaani* (Otava, 2012) on palkittu, kohuttu ja paljon puhuttu romaani rikoksesta, rakkaudesta ja mielenterveydestä. Yli kuudensadan sivun kirja on vavahduttava kokemus aisteille sekä mielikuvi-
tukselle, vaikka teoksen koko saattaa jopa vähän pelottaa kevyemmän kirjallisuuden ystäviä. *Neuromaani* perustuu monilta osin tositapahtumiin, hyödyntäen historiatietoa, mutta kaiken kaikkiaan se on hienojakoinen risteytys useita eri kirjallisuudenlajeja ja -tyylejä. *Neuromaanille* myönnettiin Jarkko Laine -palkinto, ja Suomen Kirjataiteen komitea valitsi sen vuoden 2012 kauneimmaksi kirjaksi.

Tarina kertoo Silvo Näreen, tutkintavan-
gin, elämästä – tai ainakin tavallaan. Enem-
mänkin pääosaan asettuu Gereg, ääni Silvo
Näreen päässä joka ohjailee hänen arkipäi-
väisiä toimiaan. Ajatuksena tämä saattaa
kuulostaa puisevalta aiheelta 600-sivuiselle
kirjalle, mutta kuten Jeffrey Eugenides to-
disti *Middlesex*-teoksessaan, tarinan idean ei
tarvitse olla ihmeellinen ollakseen kiinnos-
tava. Sivujuonena kulkee myös rikosmys-
teeri, jossa neurologi Urpo K. Rinne
(lyhenteenä UKR) ja aivotutkija Paavo
Riekkinen Senor ovat kavaltaneet yliopiston
tutkimusvaroja. Kyseessä oleva rikos mu-
kailee oikeita tapahtumia viime vuosisadan
loppupuolelta. Kirja sijoittuuakin 1980-lu-
vulle, jolloin rikos on tullut ilmi, mutta ei
vielä ratkaistu. Vasta vuosituhatosen vaih-
teessa UKR ilmiantaa kollegansa, tuoden
epähuomiossa ilmi omankin osallisuutensa.

Mielenkiintoisen teoksesta tekee sen in-
teraktiivisuus lukijan kanssa. Tarina perus-
tuu valintoihin, joita tapahtuu joka luvun
lopussa. Jokainen kysymys muokkaa kerto-
muksen suuntaa ja jokainen käänne muuttaa
lopputulosta. Päätökset voivat olla hyvin





Jaakko Yli-Juonikas
Neuromaani.
Otava 2012.



arkipäiväisiä tai äärimmäisen tärkeitä. Maatako sängyssä vai suoritaako aamujumppa? Millä alalla voisin parhaiten palvella yhteiskuntaa? Pitäisikö minun tappaa itseni vai ei? Minkä tahansa vaihtoehdon valitsinkin, se ohjaa sinut uuteen lukuun ja uuteen tapahtumaketjuun. Osa valinnoista saattaa johtaa melko uskomattomiinkin seuraamuksiin. Uskoisitteko, että viaton veden puhdistamisyritys johtaa pahoihin palovammoihin ja tieteelliseksi koekaniiniksi ryhtymiseen?

Geregin ajatuksenjuoksu on kiehtovan filosofista ja niin perinpohjaista, että lukiessa unohtaa helposti, ettei hän ole todellinen – no, kirjassa olevat henkilöt eivät useinkaan ole oikeita. Gereg on kuitenkin paljon enemmän kuin vain ääni päässä. Geregillä on persoonallisuus, oma mieli joka kumpuaa Silvon alitajunnasta. Hän pohtii paljon elämää ja yhteiskuntaa liikuttavia asioita tavalla, johon monet meistä pystyvät varmasti samaistumaan. Gereg tietää monenlaisia asioita, muun muassa sen, että nimi Helsinki tulee kreikan kielen sanasta Helios, joka tarkoittaa karkeasti käännettynä kaupunkia. Hän on myös erinomainen strategi, minkä voi huomata hänen shakinpeleistään – lukijan täytyy vain antaa sysäys oikeaan suuntaan. Myönnettäköön, että Gereg on hieman rasistinen, esimerkiksi saamelaisia kohtaan, mutta se vahvistaa mielikuvaa hahmon omasta tahdosta ja luonteesta. Voimme kuitenkin sanoa tietävämmä, että Geregin kaltaiset henkilöt eivät ole todellisia samalla tavalla kuin esimerkiksi sinä, joka tätä luet, olet olemassa. Silti voi olla vaikea erottaa, mikä on Silvo Näreän ajattelua ja mikä Geregin. On toisaalta ihailtavaa, kuinka todellisena olentona Geregiä kirjassa pidetään, mutta aika ajoin tuntuu siltä, ettei kirjailija välttämättä täysin hahmota, mitä äänien kuuleminen todellisuudessa on. Tämä ei tee kirjasta yhtään vähemmän kiinnostavaa, mutta se saattaa vähentää samaistuttavuutta. Tästä huolimatta, kertomus kuvaa niin sanottua erilaista mieltä houkuttelevalla tavalla ja auttaa lukijaa jakamaan tunteen siitä, ettei aina ole omien toimintojensa hallinnassa. Kaiken kaikkiaan, kun kirjassa puhutellaan päähenkilöä nimellä ”hän”, on vaikea sanoa, kenestä oikein on kyse.

Neuromaani tarjoaa paljon hyvää. Juoni on monimutkainen mutta mukaansatempaava, siinä on kiehtovia hahmoja, jotka kuljettavat tarinaa ja sen kieli on koukuttavaa. Teoksen parhaimpiin puoliin kuuluu sen vahva kyky kuvailla ympäristöä, hahmoja ja tapahtumia. Otetaan esimerkiksi mielikuvaharjoitus luvusta 33: Hopeinen hapettunut pienoisaivo heiluu välkkyen silmiäni edessä. Silmäluomet alkavat painaa enemmän kuin heiluva punnus, lihakset rentoutuvat, mielen liike raukeaa, rantautuu tyveneen tarkkailuasemaan. Autio saari, rantakaistaleen hieno hiekka lämmittää paljaita jalkapohjia. Kuohut kuin partavaahto, sileä pehmeä posliini, koralli ja kuolleet mangroven palat, viidakko, kakadujen huudot. Aurinko porottaa armotta, puiden katveessa viileämpää. Suuri merkillinen puu jonka oksat nuokkuvat herkullisen näköisistä oransseista hedelmistä, elämänpuu, rihmasto. Kiipeä alimmalle oksalle, poimi hedelmä, haukkaa pala. Se maistuu ”juovuttavan hyvältä”. Syö hitaasti, silmät kiinni, pureskele hyvin, elämänpuu, jokainen suupala. Teos sisältää selkeää runollisuutta, jollaista filosofian maisteri Yli-Juonikkaalta saattaisi odottaakin. Kirja sisältää myös monenlaisia lyhenteitä ja sanankäänteitä, joista valtaosa on monille lukijoille vieraita, mutta jotka voi kokea humoristisina – esimerkiksi ”Iso Örveli valvoo” ja ”hlölliys”. Eräissäkin luvussa Gereg käy läpi shakkiottelun siirto siirrolta käyttäen pelkkää pelislangia ja lyhenteitä. Nämä pienet asiat täydentävät näitisti kokonaisuutta.

Minun tarinani päättyi valitettavan ennenaikaisesti Geregin traagiseen kuolemaan, muovipussiin tukehtuen. Millainen on sinun tarinasi?

Uusi hallitus esittäytyy

MONIÄÄNISTEN JOULUKUUSSA JÄRJESTETTY
SYYSKOKOUS VALITSI YHDISTYKSELLE UUDEN
HALLITUKSEN TOIMINTAKAUDELLE 2018

MERVI JUURI

Puheenjohtaja

Olen Mervi Juuri 46v, neljättä vuotta peräkkäin Suomen Moniääniset ry:n puheenjohtaja. Elän yksin Helsingissä. Olen käynyt Kallion ilmaisutaidon lukion. Sairastuin lukion jälkeen psyykkisesti. Olen kouluttautunut kokemusasiantuntijaksi: kierrän kertomassa selviytymistarinaani skitsofrenia-sairauden kanssa elämisestä toisille kuntoutujille, heidän omaisille, mielenterveyden ammattilaisille ja opiskelijoille. Pidän myös Mielenterveyden ensiapu 1 ja 2 -koulutuksia. Olen Mielenterveyden keskusliiton liittovaltuuston jäsen kolmatta kolmivuotiskautta. Pääsin elokuussa 2017 kosmetologikouluun ja jos kaikki menee hyvin, valmistun joulukuussa 2018 kosmetologiksi. Olen kuullut ääniä noin 25 vuotta. Olen saanut kuntoutua raittiiseen hyvään arkipäivään.



ANNI TERVONEN

Varapuheenjohtaja

Olen Anni Tervonen, 30-vuotias ääniä kuuleva kokemusasiantuntija Etelä-Pohjanmaalta Seinäjoelta. Harrastuksieni kuuluu musiikki, käsityöt ja uinti. Kirjoitan myös mielelläni runoja. Olen kuullut ääniä 15 vuotta ja olen toiminut kokemusasiantuntijana 5 vuotta. Olen myös ollut Suomen Moniääniset ry:n hallituksessa jo useamman vuoden ajan. Haluan jakaa tietoa äänien kuulemisesta ja haluan levittää vertaisryhmiä ympäri Suomea. Toivotan kaikki sydämellisesti tervetulleeksi Suomen Moniääniset ry:n toimintaan.



SAMULI AALTO

Rahaston hoitaja

Hei, olen ollut yhdistyksessä nyt toista vuotta rahastonhoitajana ja muutaman vuoden hallituksen jäsenenä. Tulen Suomen Moniäänisiin kuntouttavan koulutuksen työharjoittelun kautta, tätä ennen olin jo käynyt Kampin ääniä kuulevien vertaistukiryhmässä. Yhdistystoiminta on toiminut minulle kuntouttavana ja sisältää arkeen tuovana asiana, joka on minulle tärkeää. Harrastan tietokoneella tehtäviä projekteja sekä elokuvia, kirjoittamista ja pelejä. Toimin myös kokemusasiantuntijana. Mielestäni tulen toimeen hyvin, vaikka kuulenkin ääniä, joita muut eivät kuule.



SAMI JUNTUNEN

Sihteeri

Olen Sami Juntunen, 38-vuotias media-tekniikan insinööri. Olen tällä hetkellä työkyvyttömyyseläkkeellä. Olen yhdistysaktiivi ja puuhailen kokemusasiantuntijana omaa tarinaa kertoen niin yhdistyksille kuin opiskelijoille ja ammattilaisille. Harrastan elokuvien tekoa. Olen tehnyt vertaistuesta elokuvan ja opetuskäyttöön lyhyemmän version, jota markkinoin. Tärkeää elämässäni ovat ystävyys ja hyvät suhteet perheeseen. Pitkääikäinen tavoitteeni on tulla elokuvaohjaajaksi työelämässä.



SUSANNE ÅDAHL

Asiantuntijajäsen

Olen Helsingistä kotoisin oleva tutkija ja opettaja. Kiinnostukseni äänien kuulemista kohtaan syntyi tutkimustyöni aikana jolloin vuosina 2013-2015 tutkin äänien kuulijoiden kokemuksia haastattelemalla Moniäänisten jäseniä. Koen että on tärkeää tehdä työtä sen eteen, että äänien kuulemiseen liittyvä stigma häviää ja että kokemuksesta puhutaan. Hallituksen jäsenenä koen, että tehtäväni on tukea äänien kuulijoita ideoimalla uusia kehityshankkeita, joiden kautta olisi mahdollista tukea jäsenten toipumista ja parantaa heidän elämänlaatuaan.



SARI JÄRVELÄINEN

Varajäsen

Olen Sari Järveläinen, lähempänä viitäkymmentä kuin kolmekymmentä ikävuotta. Olen kuullut ääniä 90-luvun lopulta lähtien. Moniäänisissä olen toiminut sihteerinä ja rahastonhoitajana ja nyt olen hallituksen varajäsen. Olen vertaistukitoiminnassa aktiivisesti mukana. Muita harrastuksia on politiikka, olutseuran jäsenyys ja olen myös sukukerhomme aktiivi. Lisäksi harrastan jonkin verran liikuntaa ja asun avopuolisoni kanssa Vantaalla.



AATU POUTANEN

Asiantuntija, varajäsen

Olen Moniäänisten asiantuntijajäsen Turusta. Koulutukseltani olen uskontotieteilijä, ja mielenkiinnon kohteisiini kuuluvat mm. kaikenlaiset harha-aistimukset, mystiset ja uskonnolliset kokemukset ja niihin liittyvät tulkinnat. Olen kiinnostunut edistämään ääniä kuulevien hyvinvointia ja äänien kanssa toimeen tulemistä omalla työlläni. Olen myös Suomen Mielenterveysseuran koulutettu vapaaehtoistyöntekijä. Pidän blogia, jonne kirjoitan yleistajuisia juttuja mielenkiinnon kohteistani, ja tulevaisuudessa suunnitelmassani on keskittyä sekä tietokirjojen että kaunokirjallisuuden parissa työskentelyyn. Kotisivuni löydät täältä: <http://users.utu.fi/aasapo/>



Varjoihmiset

Se tunne että sinua katsellaan
Pienet kuiskaukset korviesi juurilla
Mutinaa, supinaa, et ihan selvää saa
Mutta tiedät ettei se ollut mielikuvitusta kuitenkaan
Siellä he ovat, varjoihmiset

Se mitä luulit nähneesi silmiesi kulmien alta
Se mikä joskus tuntui pelottavalta
Kuin hahmo yössä, jossain kaukana, tässä
Hahmon ihmisen ottaa, vaan on jotain tuttua;
kuin vanhassa ystävässä
Sieltä he tulevat, varjoihmiset

Se mikä aiemmin oli kuin kyynelten vuo
Jonka yön morsian sinulle huntunaan suo
On nyt jotain muuta, jotain vanhaa, jotain uutta
Eivät satuta sinua, käännä päätä, silmiä tai suuta
Sillä he eivät tahdo pahaa:
he ovat varjoihmiset

Salla Sievänen

Vuoden 2018 jäsenmaksu

Ilmoita maksaessasi nimesi ja yhteystietosi meille, jotta tiedämme, kenen jäsenmaksusta on kysymys. Ilmoita myös erikseen siitä, jos joku toinen maksaa jäsenmaksusi.

Jäsenmaksut vuodelle 2018

-varsinainen jäsen 10 €

-kannatusjäsen (esim. yhteisöt) 35 €

Saajan tilinumero Mottagarens kontnummer	Danske Bank IBAN-tilinumero: FI55 8000 1670 4431 76 BIC-koodi: DABAFIHH	TILISIIRTO GIRERING Maksu välitetään saajalle vain Suomessa kotimaan maksujen välityksen ehtojen mukaisesti ja vain maksajan antaman tilinumeron perusteella. Betalningen förmedlas endast till mottagare i Finland enligt Allmänna villkor för inrikes betalningsförmedling och endast till det kontonummer betalaren angivit.	
Saaja Mottagare	Suomen Moniääniset ry	Jäsenmaksu	
Maksaja Betalare			
Allekirjoitus Underskrift			
Tililtä nro Från konto nro		Viitenumero	10566
		Eräpäivä 29.3.2018	Euroa