

Lastenneurologian hoitajat ry



LASTEN ASIALLA

9/2023



Sisällysluettelo

Pääkirjoitus Wanted: Vuorovaikutusta	3
Tietellistä tietoa Ulospäin suuntautuvien käytösoireiden, haitallisten suoritusstrategioiden ja koulumenestyksen negatiivinen kehä	4
Kommenttipuheenvuoro Tukitoimet - Mitä ne ovat?	7
Kehittävää tietoa Autismikirjon uusi käypähoito-suositus	8
Lukuvinkkejä Nepsy-kirjallisuutta ja runoja	11
Verkostoidutaan Terveisiä Kainuusta	14
Perheen kera Vilho ja Hanna-Maria	16
Tule mukaan Lane kouluttaa	18
Takakansi Koulutuspäivät 2024 Helsinki	20

Lasten asialla -lehti

9. numero, 8.vuosikerta

Julkaisija: Lastenneurologian hoitajat ry (Lane)

Yhteystiedot: ilona.lepisto@valteri.fi

Päätoimittaja: Ilona Lepistö

Toimittaja: Tanja Salmensuu

Kuvitus ja taitto: Emilia Kejonen

Ilmestymispäivä: 20.11.2023

Seuraava numero: syksyllä 2024

ISSN 2343-5119 (painettu), ISSN 2343-5127 (verkkojulkaisu)

Wanted: Vuorovaikutusta

Tuntomerkit: Hymy, katse, kosketus ja yhteiset jaetut ilot

Edessäsi on Lasten asialla lehden 9. numero. Lehti on osa tärkeää toimintaa Lastenneurologian hoitajien -yhdistyksessä ja nimensä veroisesti – Lasten asialla!

Ansioituneesti päätoimittajan tehtävää aikaisemmin hoitanut Johanna Olli kirjoitti viimeisessä pääkirjoituksessaan lehtemme arvoista ja lapsinäkökulman esiin tuomises- ta. Kiitän Johannaa tärkeästä pioneerityöstä – niin yhdistyksen kuin lehdenkin suhteen – ja otan vastaan päätoimittajan tehtävän suurella kunnioituksella edeltäjää kohtaan. Lehden toimituksessa jatkamme samojen arvojen mukaista toimitustyötä.

Tämän lehden teemaksi nousi Nepsy. Neuropsykiatrinen, neuroepätyypillinen, neurokirjo. Monta erilaista ilmaisua ja hyvin monta erilaista tulkintaa on kuultu tämän aiheen tiimoilta. On lukuisia määriä lapsia, joilla on jokin neurokirjon diagnoosi, mutta ei välttämättä psykiatrisia oireita. On myös lapsia ja nuoria, joilla neurokirjon diagnoosi on tuonut mukanaan erilaista psykiatrista oirehdintaa. Neurokirjon diagnoosit eivät aina näy päällepäin. Tämän ns. sateenvarjon alle kuuluu erilaisia diagnooseja, joissa oireet ja ilmentymä voivat poiketa toisistaan paljonkin.

Lasten ja nuorten nepsy-oireilun (esim. eriaisteiset keskittymisen haasteet, kuormittuminen, aistiyliherkkyys) lisääntymisestä on puhuttu jo jonkin aikaa, ja se näkyy selkeästi niin kouluissa, varhaiskasvatuk- sessa kuin sairaanhoidon ja sosiaalitoimen puolella lisääntyneenä tuen ja avun tarpee-

na. Lasten ja nuorten hoidossa ja kuntou- tuksessa on olemassa paljon erilaisia nepsy- liitteisiä toimintoja; poliklinikoita, tiimejä, kirjallisuutta ja materiaaleja. Olemme siis jo aika valveutuneita siinä, miten nepsy-lapsen ja/ tai nuoren profiili näyttäytyy ja kuinka heitä voisi parhaalla mahdollisella tavalla tukea heidän omissa toimintaympäristöis- sään. Hienoa!

Olen itse pitkään pohtinut, missä mah- taa olla syyt yhteiskuntamme keskittymät- tömyyteen.

Onko yhdessä vietetty aika, aito vuoro- vaikutus sekä vanhemman ja lapsen välinen kanssakäyminen vähentynyt? Olemmeko siirtyneet aidon katsekontaktin ja tuntei- den jakamisen sijaan tuijottamaan ruutuja ja tarjoammeko aina vaan nuoremmille lapsille älylaitteen? Lyhentääkö sosiaalisen median tarjoama viihde entisestään keskittymiskykyämme? Miten jatkamme elämää tietäen, että vastaus kaikkiin edellä mainit- tuihin kysymyksiin on kyllä?

Sanotaan, että se mitä käytämme, vah- vistuu. Pyritään siis kohtaamaan toisemme hymyin, katsein, kosketuksin ja yhteiset ilot jakaen. ■



Ilona Lepistö,
Päätoimittaja

Ulospäin suuntautuvien käytösoireiden, haitallisten suoritusstrategioiden ja koulumenestyksen negatiivinen kehä

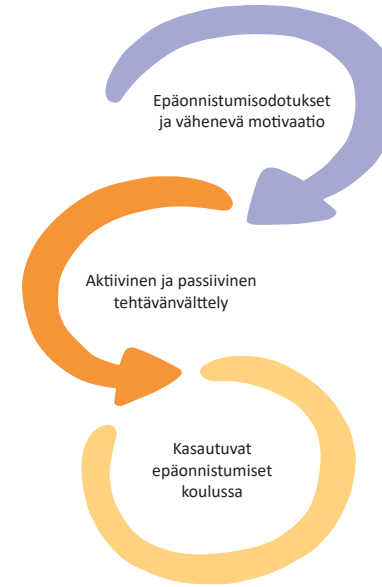


TEKSTI:
Iines Palmu, kehittämiskoordinaattori,
Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri
väitöskirjatutkija, Jyväskylän yliopisto
iines.palmu@valteri.fi

Elämänkaareissa monet ikävät kehityskulut ovat yhteydessä sekä ulospäinsuuntautuviin käytösoireisiin että heikkoon koulumenestykseen (Erskine ym., 2016; Trout ym., 2003). Nämä ovat myös yhteydessä toisiinsa ja tällaisten negatiivisten kehityskulkujen näkökulmasta koulusiirtymät ovat riskin paikkoja (Evans ym., 2018). Lisäksi nuoruusiässä oppimismotivaatio usein laskee (Eccles ym., 1991) ja oppimismotivaation ilmentymä, haitalliset suoritusstrategiat, ovat yhteydessä ulospäin suuntautuviin käytösongelmiin (Aunola ym., 2000). Väitöskirjatutkimuksessani tarkastelin ADHD- ja käytöshäiriöiden suhdetta koulumenestykseen alakoulun viimeisten ja yläkoulun ensimmäisen vuoden välisenä aikana. Tavoitteenani oli selvittää kolmen osatutkimuksen avulla, millaisia pitkän aikavälin yhteyksiä eri käytösoireiden ja koulumenestyksen välillä voidaan havaita, ja toisaalta tarkastella millainen rooli haitallisilla suoritusstrategioilla sekä

kouluun sopeutumisella on käytösoireiden ja koulumenestyksen välistä suhdetta selitettäessä. Tutkimusjoukko koostui otoksesta viidesluokkalaisia, joita seurattiin seitsemännen luokan loppuun. Käytösoireet mitattiin opettajien arvioina, eivätkä ne perustuneet olemassa oleviin diagnooseihin. Haitallisia strategioita oppilaat arvioivat itse ja tieto koulumenestyksestä saatiin opettajilta sekä koulun rekistereistä.

Suoritusstrategioita voidaan kuvata ajatusten, tunteiden ja toiminnan prosessina, joka käynnistyy, kun ihminen kohtaa haastavan tilanteen. Aiemmat kokemukset ovat tuottaneet minäkäsityksen, joka luo pohjan tehtävään liittyville odotuksille. Odotukset puolestaan käynnistävät tietynlaista toimintaa, joka yleensä määritellään tehtävään liittyväksi tai liittymättömäksi. Prosessi päättyy tehtävän onnistumisen tai epäonnistumisen syiden pohdintaan. Tässä yhteydessä haitalliset suoritusstrategiat viittaavat epäsuotuisiin, epäonnistumiseen johtaviin strategioihin oppimistilanteissa. Haitalliset strategiat näyttäytyvät mm. epäonnistumisen pelkoja ja tehtävänvälttelynä haastavissa tilanteissa mm. epäonnistumisen pelko ja tehtävänvälttely haastavissa tilanteissa (Nurmi, 1993; Elliot & Hulleman, 2017). Aiemmassa kirjallisuudessa on puhuttu myös itseä vahingoittavasta



Kuvio 1. Haitallisten strategioiden negatiivinen kehä

toiminnasta (Jones & Berglas, 1978), opitusta avuttomuudesta (Dweck & Leggett, 1988) ja tehtävää välttelevästä käyttäytymisestä (Nurmi 1993).

Tutkimukseni tulosten mukaan erityisesti ADHD -oireet ovat riski heikkenevälle koulumenestykselle tässä ikävaiheessa. Aiemmasta tutkimuksesta tiedetään, että oppilaat joilla on ADHD-oireita (mutta eivät täytä diagnostisia kriteereitä), suoriutuvat koulussa usein heikosti suhteessa taitotasoonsa (Diamantopoulou ym. 2007; Rodriguez ym. 2007). Niillä oli pitkän aikavälin vaikutuksia koulumenestykseen myös silloin, kun lapsen ja perheeseen liittyviä taustatekijöitä kontrolloitiin, ne vaikuttivat haitallisten suoritusstrategioiden kanssa toisiaan vahvistaen, ja nämä vaikutukset

heijastuivat yli koulusiirtymän. Lisäksi yläkoulun alussa haitalliset suoritusstrategiat välittivät aikaisempien ADHD-oireiden vaikutusta koulumenestykseen pojilla, mutta tytöillä oireiden vaikutus oli suora.

Pitkittäisyhteys ADHD-oireiden ja haitallisten suoritusstrategioiden välillä on olemassa, ja nämä yhteydet ovat merkittävän pysyviä yli ajan. Toisaalta tämä on hyvä uutinen: interventio yhdellä osa-alueella (ADHD-oireet tai suoritusstrategiat) voi hyödyttää myös toisella. Pitkittäisyhteys ADHD-oireiden ja haitallisten suoritusstrategioiden välillä ei ole yllätys, sillä aivojen tarkkaavuustoiminnot ovat keskeisessä roolissa adaptiivisessa käyttäytymisessä (Berger ym. 2007). On todennäköistä, että tarkkaavuuteen liittyvät vaikeudet itsesäätelyssä ja toiminnan ohjauksessa (l. inhibitiokontrolli, ongelmanratkaisu, itsetarkkailu) lisäävät haitallisten suoritusstrategioiden käyttöä koulupolun varrella, samalla näitä strategioita vahvistaen. Kun lapsen tai nuoren on vaikea tarkkailla ja säädellä kognitioitaan, emootioitaan ja käyttäytymistään, tavoitteiden saavuttaminen ja/ tai sopeutuminen kognitiivisiin ja sosiaalisiin vaatimuksiin oppimistilanteissa on vaikeaa.

Tulokset puhuvat tuen tarpeen (sekä ADHD-oireet että haitalliset strategiat) varhaisen tunnistamisen ja pedagogisen tuen toteuttamisen sekä oikea-aikaisen kohdentamisen tärkeyden puolesta. Jo alakoulussa on tärkeää tunnistaa käyttäytymisen, toiminnanohjauksen, oppimisen ja motivaation tuen tarve, ja tuen tulisi seurata oppilasta yli koulu-

siirtymän. ADHD-oireet ovat merkittävä riski koulumenestykselle erityisesti tässä koulupolun vaiheessa, ja erityisen riskin muodostaa oireiden ja haitallisten strategioiden toisiaan vahvistava negatiivinen kehä, joka muodostuu jo alakouluaikana. Tämän negatiivisen kehän vaikutukset ylittävät yli koulusiirtymän, jopa ensimmäisen yläkouluvuoden loppuun. Yhtenäiset käytänteet ja tuen jatkuvuus olisivat ensiarvoisen tärkeitä tässä muutosvaiheessa erityisesti niille oppilaille, joilla on ADHD-oireita.

Tässä kehitysvaiheessa nuoret määrittelevät, ovatko he sellaisia henkilöitä, jotka pärjäävät hyvin koulussa. Tämä on kriittinen aikaikkuna, jolloin opettajat molemmilla kouluasteilla voivat auttaa oppilaita kehittämään positiivista akateemista identiteettiä suotuisien suoritusstrategioiden opettamisen ja pedagogisen tuen kautta. Tämä tarkoittaa tasapainottelua kehitysvaiheeseen liittyvien autonomian, kykenevyyden ja yhteenkuuluvuuden (Ryan & Deci 2017; Eccles ym., 1991) tarpeiden ja käyttäytymisen ja oppimisen tuen tarpeiden välillä. Ympäristöön ja motivaatioon liittyvät tekijät vaikuttavat yksilön toimintakykyyn eri tilanteissa (esim. miten paljon ADHD-oireet haittaavat oppimista eri tilanteissa), ja nämä on huomioitava opetusta ja tukea suunniteltaessa. Ensin on tärkeää tunnistaa oppilaat, joilla on ADHD-oireita ja haitallisia suoritusstrategioita (ja ennakkoiden näihin liittyviä oppimisen tuen tarpeita). Tämä on erityisen tärkeää ADHD-oireiden ja haitallisten suoritusstrate-

gioiden muodostaman tuplariskin vuoksi. Toiseksi erityisesti tyttöjen, joilla näitä haasteita on, tunnistaminen olisi tärkeää. Koska ADHD-oireet ilmenevät tytöillä ja pojilla hieman eri tavoin, saattavat tytöt tässä vaiheessa naamioida tarkkaavaisuuden haasteensa muiden oppimis- tai motivaatiovaikeuksien taakse, käyttää haitallisia suoritusstrategioita ja jäädä näin oikein kohdennetun tuen ulkopuolelle. Tukitoimia tulee myös kehittää: vaikka pojat, joilla oli ADHD-oireita, saivat pedagogista tukea, tämä tuki ei riittänyt keskeyttämään ADHD-oireiden ja haitallisten strategioiden toisiaan vahvistavaa kierrettä. Pitkän aikavälin negatiivisten seurausten välttäminen edellyttää kierteen katkaisemista. Nämä oppilaat hyötyisivät todennäköisesti metakognitiivisten taitojen harjoittelusta, johon yhdistetään akateemista ja toiminnanohjauksen tukea sekä valinnan ja itselähtöisen päätöksenteon mahdollisuuksia. Kun negatiivinen kehä onnistutaan katkaisemaan ja opettamaan adaptiivisia strategioita, ne pitävät itseään yllä ja tukevat onnistumisen mahdollisuuksia myös tulevaisuudessa. ■

Väitöskirjani julkinen tarkastustilaisuus pidetään Jyväskylän yliopistolla 19.1. 2024 klo 12.00. Seminaarinmäki, S 212.

Artikkelin lähteet löytyvät verkkosivuilta.

Tukitoimet – mitä ne ovat?

TEKSTI: **Mari Ajasto**,
sh, kuntoutusohjaaja, lasten ja nuorten neurologia,
Päijät-Hämeen hyvinvointialue, Lahti

On äärimmäisen tärkeää saada uutta tutkimustietoa ADHD-oireisiin liittyen. Iines Palmu esittelee uudessa väitöskirjassaan ADHD-oireiden ja koulumenestyksen välistä suhdetta, joka on myös oman työni kautta käsillä päivittäin. Palmun väitöskirjan tulokset tukevat oletusta, että syy-yhteys on olemassa. Se tähdentää haitallisten suoritusstrategioiden luomaa kierrettä, mikä on tärkeä huomio. Mielikuva itsestä oppijana muotoutuu koulupolun kuluessa ja mielikuva pyrkii usein vahvistamaan todellisuutta. Mikäli tämä mielikuva rakentuu jatkuvien epäonnistumisten, negatiivisen palautteen ja vähittäisen syrjäytymisen ympärille, on suuntaa vaikea kääntää. Tutkimuksen aikajana loppui seitsemänten luokkaan, mutta kokemukseni mukaan yläkoulun mittainen murrosikä ei tuo tilanteeseen helpotusta ja edellä kuvatut haitalliset suoritusstrategiat saattavat vahvistua.

Mielestäni tutkimusartikkelin tärkein viesti ammattilaisille on riittävän varhainen diagnosointi ja huolellisesti suunnitellut ja toteutetut tukitoimet. Tieto ei lisää tuskaa vaan ymmärrystä. Kun lapsen tai nuoren lähihenkilöt tunnistavat ADHD-oireiden taustatekijöitä, on erityistarpeiden ja voimavarojen hyödyntäminen helpompi huomioida. Anita Puustjärvi

kirjoitti Lääkärilehdessä (23/2021) upeasti ADHD:hen liittyvistä ”supervoimista”, kuten joustavuudesta, uteliaisuudesta, resilienssistä ja kyseenalaistamisen kyvystä. Hänen mukaansa ADHD-oireisia henkilöitä pidetään kekseliäinä, luovina ja seikkailunhaluisina. Ei siis voida ajatella, että ADHD-oireisten henkilöiden tulevaisuus olisi jotenkin lähtökohtaisesti haastava, vaan heissä kytee valtava voimavara, joka tulee osata valjastaa.

Iines Palmu esittää tutkimusartikkelinsa loppupuolella upeita kannanottoja tuen rakenteeseen ja toteutukseen. Valittavasti kouluihin ja opetukseen kohdistuvat säästötoimet, opettajien uupuminen ja resurssipula on todellista arkea. Monissa yläkouluissa on niin haastava tilanne oireilevien oppilaiden kanssa, että opettajat ovat usein neuvottomia. Panostaminen esimerkiksi viidennellä luokka-asteella näiden oppilaiden tukeen pelastaisi varmasti monia nuoria ei-toivotulta tulevaisuudelta. Mitä tämä tarkoittaisi? Ainakin lisää turvallisia aikuisia kouluihin! Palmu viittaa kirjoituksessaan negatiivisen kierteen katkaisemiseen metakognitiivisten taitojen harjoittelulla. Voisiko helpompi pääsy neuropsykologiseen kuntoutukseen tukea kokonaisuutta? Opetuksen ja kuntoutuksen maailmassa tulisi tapahtua suuria asioita, jotta ADHD-oireiset lapset ja nuoret saisivat ansaitsemansa tulevaisuuden. ■

Autismikirjon häiriön käypä hoito -suositus



TEKSTI:

Sari Kujanpää

Psykologi, kouluttajapsykoterapeutti, työnohjaaja, autismikirjon Käypä hoito -suositus työryhmän jäsen
Ajatuskuja Oy, Jyväskylä
sari.kujanpaa@ajatuskuja.fi

Autismikirjon häiriön Käypä hoito -suositus julkaistiin 24.1.2023. Tavoitteena oli tehdä kattava tietopaketti autismikirjon tunnistamisen tueksi eri ikäisillä, eri kognitiivisen kehitystason henkilöillä, myös tytöillä ja naisilla. Lisäksi tavoitteena on saada yhtenäistettyä hoitopolkua ja toimintamalleja läpi Suomen. Suosituksessa on 15 suosituslausetta (koottu tämän artikkelin loppuun). Suositusrunkotekstin lisäksi mukana on 40 näytönastekatsauksia ja 86 lisätietotekstiä. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50131>

Keskeinen sisältö

Autismikirjon häiriö on vaikeusasteeltaan ja oirekvaltaan heterogeeninen. Kyse on keskushermoston kehityksellisestä häiriöstä, jonka ydinoireita ovat toimin-

takykyä haittaavat, pysyvät ja laaja-alaiset sosiaalisen kommunikaation erityispiirteet ja rajoittuneet, toistavat käyttäytymismallit sekä kiinnostuksen kohteet. Autismikirjon häiriö ilmenee lapsuudessa, mutta piirteet voivat tulla näkyviin myöhemminkin. Osa henkilöistä on saattanut mm. naamioida autismikirjon piirteitään. Monilla naisoletetuilla (koskee myös miesoletettuja) maskaaminen saattaa siirtää oireiden tunnistamisen ikää. Varhainen tunnistaminen ja varhain aloitettu kuntoutus sekä tukitoimet ovat tärkeitä lisäämään yksilön toimintakykyä ja tukemaan myönteistä minäkuvaa sekä ehkäisemään monihäiriöisyyttä. *Autismikirjon häiriön ydinoireisiin ei suositella lääkkeitä.* Autismikirjon häiriöön liittyy suurentunut riski somaattisiin ja neurologisiin sairauksiin sekä psykiatrisiin häiriöihin. Nämä nk. samanaikaishäiriöt saattavat olla toimintakyvyn kannalta merkityksellisesti haittaavia ja tällöin lääkehoito voi olla tarpeellinen. *Autismikirjon häiriön monimuotoisuudesta takia autismikirjon diagnostiikka tulee tehdä huolellisesti ja moniammatillisella yhteistyöllä.* Käypä hoito -suositus tuonee yhdenmukaisuutta terveydenhuollon käytänteisiin. Autismikirjon häiriön Käypä hoito -suositus on tehty ICD 10 tautiluokituksen mukaisesti, mutta ICD 11 -luokituksen siirtyminen on jo huomiotu mm. kuvattaessa autismikirjon häiriön ilmenemiskäyttäytymisen laadullista vaihtelua eri tilanteissa.

Kuntoutuksessa keskeistä on oikea tieto, asenne ja ympäristön mukauttaminen

Autismikirjon henkilöiden kuntoutus tulee suunnitella yksilöllisesti. Suositeltavaa on, että terveydenhuollon moniammatillinen tiimi tekee kuntoutussuunnitelman yhteistyössä henkilön itsensä ja hänen lähipiirinsä kanssa. Suunnittelussa tulee ottaa huomioon henkilön ikä, kehityksen ja kommunikoinnin taso, mahdolliset harjoitettavat ja tuettavat taidot, henkilön oma motivaatio sekä muut samaan aikaan ilmenevät häiriöt. Tärkeää on arvioida, mitkä oireet ja arjen haasteet vaikuttavat henkilön toimintakykyyn eniten ja tarjota riittävästi tukea kotiin, kouluun, opiskeluun ja vapaa-ajalle. *Ympäristön muokkaus toimintakykyä tukeväksi on tukitoimien keskeisin osa.* Tukitoimet ja tarpeenmukainen ympäristön muokkaus tulee käynnistää heti, kun epäily tai huoli autismikirjon piirteistä herää. *Tukitoimien aloittaminen ei vaadi diagnoosia.*

Hoitomuotoja ovat arjen kuntouttaminen toimien ja ympäristön muokkauksen lisäksi taidollinen kuntoutus (mm. sosiaaliset- ja tunnetaidot, kommunikoinnin ja ongelmanratkaisun taidot, itsehallinnan- ja hillinnän taidot) ja psykososiaaliset hoidot. Lääkinnällisen kuntoutuksen tavoitteena on tukea taitoja, jotka varmistavat mahdollisimman itsenäisen elämän, omien tavoitteiden saavuttamisen ja terveen itsetunnon kehittymisen. Tavalaisia kuntoutusmuotoja ovat esimerkiksi puheterapia ja AAC-ohjaus, toimintaterapia, neuropsykologinen kuntoutus, kognitiivinen käyttäytymisterapia, musiikkiterapia, KELA:n monimuotoinen

moniammatillinen LAKU-perhekuntoutus (5–15-vuotiaille) ja Oma väylä -kuntoutus (16–29-vuotiaille). Kuntoutuksessa tulisi käyttää menetelmiä, joista on tutkimusnäyttöä autismikirjon häiriöissä. *Autismikuntoutus edellyttää kuntouttajalta syvää ymmärrystä autismikirjosta, ja lapsen kehityksestä sekä perehtyneisyyttä autismikirjon kuntoutukseen.*

Viiteryhmä mukana suositustyössä

Autismikirjon häiriön Käypä hoito -suosituksen laatimisprosessissa oli ensimmäistä kertaa mukana myös potilaiden ääni. Viiteryhmään oli koottu autismikirjon henkilöitä ja heidän läheisiään, joiden näkökulma tuli huomioiduksi suositustyössä. Viiteryhmä seurasi suosituksen valmistumista ja kommentoi tekstiä aktiivisesti. Autismikirjon häiriö -termi koettiin ongelmallisena. Häiriö termin ei koettu soveltuvan kuvaamaan etenkin niitä henkilöitä, joiden elämäntilanteeseen autismikirjolla ei ole merkittävää haittaa. Osa autismikirjon henkilöistä ei koe autismia sairautena tai häiriönä, vaan joukkona ominaisuuksia ja piirteitä. Kirjo on hyvin laaja.

Suosituslausheet

Suositus 1. Autismikirjon häiriön diagnostiikkaa suositellaan toteutettavan moniammatillisessa työryhmässä, jossa on perehdytty autismikirjon häiriöön tai jossa on riittävä osaamista ja mahdollisuus konsultoida autismikirjon häiriöön perehtynyttä työryhmää.

Suositus 2. Autismikirjon häiriö diagnostisten kriteerien täytyminen varmistetaan

havainnoimalla ydinoireiden ilmenemistä henkilön tavassa olla vuorovaikutuksessa ja kommunikoida sekä mahdollisia maaneereita ja muuta kaavamaisista toistavaa käyttäytymistä ja erityismielenkiinnon kohteita.

Suositus 3. Autismikirjon häiriön diagnostiikan osana kerätään tietoa aiemmista kehitysvaiheista sekä nykytilanteesta vanhemmilta, muilta lähipiirin henkilöiltä ja asiakirjoista sekä lasten osalta varhaiskasvatuksesta ja koulusta haastattelemalla tai käyttäytymiskuvausten avulla.

Suositus 4. Kliinisen arvioinnin osana on hyvä käyttää strukturoituja diagnostisia menetelmiä, mutta diagnoosia ei tulisi tehdä pelkästään yhden menetelmän tulosten tai katkaisupistemäärien perusteella.

Suositus 5. Diagnostiseen prosessiin liitetään tarvittaessa yksilötutkimuksia diagnostiikan täsmentämiseksi, samanikäishäiriöiden arvioimiseksi ja kuntoutussuunnitelman laatimiseksi.

Suositus 6. Autismikirjon häiriön diagnostiikassa ja kuntoutuksen suunnittelussa tarvitaan usein laaja-alaisesti eri lääketieteen erikoisalojen erityisosaamista.

Suositus 7. Osana autismikirjon häiriön diagnostista prosessia tulee arvioida etiologisten tutkimusten tarve tapauskohtaisesti henkilön kehityshistoria, monihäiriöisyys, sukuanamneesi ja tutkimuslöydökset huomioiden.

Suositus 8. Ainakin tyttöjen/ naisten ja maahanmuuttajataustaisten, monikulttuuristen, monihäiriöisten jne. kuuluvien

diagnostiikassa suositellaan erityistä huolellisuutta.

Suositus 9. Tukitoimet ja tarpeenmukainen ympäristön muokkaus tulee käynnistää heti, kun epäily tai huoli autismikirjon piirteistä herää, ja arvioida niiden tarvetta uudelleen diagnoosin varmistuttua tai tilanteen muuten muuttuessa.

Suositus 10. On tärkeää, että henkilö itse, hänen perheensä ja muut lähihenkilönsä saavat tietoa autismikirjon häiriöstä, erilaisista tukimuodoista ja arjen sujuvuutta lisäävistä keinoista.

Suositus 11. Lasten ja nuorten kuntoutus tulee suunnitella ja toteuttaa yhteistyössä vanhempien ja lapsen tai nuoren kanssa ikä ja kehitystaso huomioiden.

Suositus 12. Yleisestä hyvinvoinnista huolehtimiseksi on tärkeää huomioida muun muassa riittävä uni, säännöllinen syöminen ja monipuolinen ravinto, liikunnan myönteiset vaikutukset sekä ruutu aika.

Suositus 13. Kuntoutus tulee suunnitella yksilöllisesti ikä, kehitystaso, toimintakyky, monihäiriöisyys ja perheen sekä aikuisilla asumisympäristön kokonaistilanne huomioiden.

Suositus 14. Autismikirjon häiriön ydinoireisiin ei ensisijaisesti suositella lääkkeitä missään ikävaiheessa.

Suositus 15. Jokaisella hyvinvointialueella laaditaan ja otetaan käyttöön selkeä autismikirjon diagnostiikkaa, hoitoa ja kuntoutusta koskeva ohjeistus ja alueellisen hoitoketjun kuvaus, jota ylläpidetään.



Apua, sukissani on lohikäärmeitä! Satuja aistilyherkkyyksistä. Hämynen, Annika & Lehtomaa, Johanna. Kumma-kustannus 2022.

TEKSTI: **Tanja Salmensuu**

Tämä loistava satukirja kuvaa varsin elävästi kolmen sadun avulla aistilyherkän Kaikon arkisia tilanteita päiväkodissa ja kotona. Kaiku taistelee lohikäärmesukkien kanssa, tekee tuttavuutta ruokalautaselle vahingossa päätyneen ujon porkkanan kanssa ja kokee muurahaiskekopään. Aistitiedon käsittelyn ja säätelyn vaikeudet eivät aina näy ulospäin ja ympärillä olevien ihmisten voi olla vaikea ymmärtää, mistä niin sanotusti kenkä puristaa. Vaikka kirjan sadut saivat hymyn huulille ja naurun lipsautamaan lukiessa, aistilyherkkyydet ovat usein niitä kokevalle hyvin haastavia. Sadut kuvaavat erittäin elävästi niitä arjessa ilmeneviä tilanteita, joita aistilyherkät kohtaavat.

Kirjan neljännessä luvussa Kaiku haaveilee Pyrstaista, päivästä, jolloin kaikki sujuisi hyvin. Kaiku miettii, miten asiat sujuisivat, jos ne sujuisivat helposti hänen näkökulmastaan. Luvun loppu haastaa miettimään, miten minun, sinun tai jonkun toisen unelmapäivänä, Pyrstaina, asiat tapahtuisivat. Kirjan lopussa lastenpsykiatri Anita Puustjärvi vielä avaa aistitiedon käsittelyn ja säätelyn vaikeuksia sekä niiden helpottamista.



Neurokirjon oppilas. Opettajan ja ohjaajan työkalupakki. Matilainen, Maria. PS-kustannus 2023.

TEKSTI: **Tanja Salmensuu**

Maria Matilainen on kirjoittanut käytännönläheisen oppaan neurokirjon oppilaiden tukemisesta. Kirjassa Matilainen avaa neurokirjoa ja sen ilmentymiä sekä tarjoaa selkeitä käytännön työkaluja, painottaen kouluarkea. Käsiteltäviä teemoja ovat muun muassa käyttäytymiseen vaikuttaminen, saa-käytös, kuormituksen ja tyypillisten jumi- tai pulmatilanteiden ymmärtäminen sekä niiden ennaltaehkäisy.

Pääpainona kirjassa kuvautuu halu sekä ymmärtää neurokirjon lapsia ja nuoria, että pyrkiä löytämään heitä ja heidän onnistumistaan tukevia tekijöitä. Myötätuntoinen suhtautuminen kohdentuu myös neurokirjon lasten ja nuorten kanssa toimiville ammattilaisille.

Vaikka kirja on suunnattu koulussa työskenteleville ammattilaisille, ovat kirjan teemat ainakin itselleni hyvin tuttuja neurokirjon lasten ja nuorten vanhempien kanssa käydyistä psykoedukatiivisista keskusteluista. Mielestäni tämä Matilaisen loistava kirja sopii erinomaisesti kaikille neurokirjon lapsista, nuorista ja heidän vanhempiensa kanssa työskentelystä kiinnostuneille.



Naisia autismin kirjolla.
Törnvall, Clara. Atena 2023.

TEKSTI: Johanna Olli

Tämä kirja on sekoitus aikuisena autismidiagnoosin saaneen kirjoittajan omaa elämäntarinaa, asiantietoa sekä muiden joko autismidiagnoosin saaneiden tai jälkikäteen autisteiksi arvelujen historian naisten tarinoita. Autismia tarkastellaan monista eri näkökulmista, kuten lääketieteeseen, autismiaktivistien ja taiteen näkökulmista. Eri lähestymistapojen sekoitus tekee kirjasta hieman poukkoilevan, mutta toisaalta elämänläheisen.

Kirjan parasta antia on naisnäkökulma, jonka tunteminen on lääketieteessä ja yleisessä tietämyksessä edelleen vähäistä. Esimerkiksi tyttöjen ja naisten ekkot eli erityismielenkiinnon kohteet saattavat vaikuttaa niin ”tavallisilta”, ettei niitä tunnisteta ekkoiksi. Tytöt saattavat olla myös parempia maskaamaan eli välttelemään autismityyppillistä käyttäytymistä mukautumalla neurotyypillisiin vaatimuksiin, koska heille opetetaan sosiaalisia taitoja alusta asti tarkemmin kuin pojille.

Kirja antaa perustietoa autismista heille, joille se on vieras ilmiö. Henkilökohtaisuutensa ja monien näkökulmiensa vuoksi kirja voi olla antoisa myös ammattilaisille, joilla on jo paljon tietoa autismista.



Tunnetaitojen käsikirja. Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle. Pöyhönen, Julia & Livingston, Heidi. Kustannus-Mäkelä OY 2023.

TEKSTI: Tanja Salmensuu

Oletko koskaan arvioinut tunteiden voimakkuutta tunteiden tuulikartan avulla? Tuntuuko tunne tuulenvireeltä vai esimerkiksi pyörremyrskyltä? Tai oletko koskaan kokeillut Sisu Ketun tai Fiksu Fantin hengitysharjoituksia?

Tunnetaitojen käsikirja on suunnattu vanhemmille lapsen tunnetaitojen harjoitteluun yhdessä lapsen kanssa. Kirja tarjoaa sekä teoretietoa tunnekasvatuksesta että konkreettisia tunnetaito-oharjoituksia, joista yksinä esimerkkeinä tunteiden tuulikartta ja hengitysharjoitukset. Kirja tarjoaa onnistuneen kokonaisuuden tietoa ja helposti arjessa toteutettavia, lasta osallistavia harjoituksia.

Kirjan positiivinen sekä salliva ilmapiiri ja erityisesti kirjan sivuilla seikkailevat varsin inhimilliset Ympyräisten satuhahmot luovat erinomaisen lähtökohdan tunnetaitojen harjoittelulle.



Saatan sinut unille. Kallio, Maaret, kuvittanut Vuorento, Kati. WSOY 2023.

TEKSTI: Ilona Lepistö

Tämä hurmaava runoteos pitää sisällään paljon muutakin, kuin kauniisti riimitteleviä runoja ja kuvia. Kuten monissa muissa Maaret Kallion teoksissa, tässäkin on taustalla jokin isompi merkitys. Runokirja tarjoaa ajatuksia ja vinkkejä siihen, mikä tukee niin lapsen kuin aikuisenkin hyvää unta. Jokaisen sivun otsikosta voi lukea konkreettisen teon, jolla uneen pääsemistä tai sen hyvää laatua voidaan vaalia ja parantaa. Esimerkiksi tassutellen, keinutellen, turvaa tankaten ja hyvän huomaamalla.

Maaretin taito pukea sanoiksi ja kauniiksi lausahduksiksi maailmamme isoja ja vaikeita asioita, nousee esiin myös runoissa. Vai miten voisi paremmin kiteyttää sen tosiasian, että uni on meille kaikille korvaamatonta ja jos olemme nukkuneet huonosti, ei mikään oikein onnistu tai tunnu kovin hyvältä, kuin Maaretin sanoin: ”Uni on onnen eteinen”

Tule mukaan tekemään Lasten asialla -lehteä!

Lasten asialla lehti on lastenneurologian hoitajien yhdistyksen kerran vuodessa julkaiseva lehti, joka ilmestyy yhdistyksen jäsenille paperisena postiluukusta ja lisäksi on kaikkien luettavissa myös nettiversiona osoitteessa <https://lastenneurologianhoitajat.yhdistysavain.fi/lasten-asialla-lehti/>

Tällä hetkellä lehden päätoimittajana toimii Ilona Lepistö, toimittajana Tanja Salmensuu ja kuvittajana ja taittajana Emilia Kejonen.

Ilonan työkokemus tulee suurimmaksi osaksi lastenpsykiatrialta ja lastenneurologialta (yli 15v). Viimeisimmät 8 vuotta hän on työskennellyt oppimis- ja ohjauskeskus Valterissa. Pääpainona työssä on kouluttaminen, nepsy- valmennukset ja konsultointi erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kouluasioissa. Vapaa-ajalla Ilonan harrastuksiin kuuluvat mm. tanssi, partio ja käsityöt.

Tanjalla on pitkä kokemus lastenneurologian yksikön sairaanhoitajan tehtävistä. Hänen erityisosaamistaan on autismitietäminen ja neuropsykiatria, hän on myös nepsy- valmentaja. Tällä hetkellä Tanja opiskelee terveystieteiden opettajaksi. Vapaalla Tanja tykkää lukemisesta, mökkeilystä ja neulomisesta.

Emilia on graafisen muotoilun neljännen vuoden opiskelija. Vapaa-ajalla Emilia nauttii luonnosta ja harjoittelee yrityksen perustamista kuvituksen saralla.

Kaipaamme vahvistusta lehden toimittajajoukkoon, joten jos koet intoa päästä kirjoittamaan, ideoimaan lehteä, kuvittamaan tai etsimään kirjoittajia, niin olet oikein tervetullut mukaan. Ole rohkeasti yhteydessä jos kiinnostuit! [ilona.lepisto\(at\)valteri.fi](mailto:ilona.lepisto(at)valteri.fi)

Tervehdys Kainuusta!



TEKSTI:
Jenna Räisänen
Sairaanhoitaja
Lastenneurologian poliklinikka
Kainuun keskussairaala

Vanha, vuodesta 1969 alkaen palvelut, Kajaanissa sijaitseva Kainuun keskussairaala on purettu ja uusi Kainuun keskussairaala valmistui syksyllä 2020. Uuden sairaalan pihatyötkin alkavat olla jo loppusuoralla. Lastenneurologian poliklinikka on toiminut uudessa sairaalassa sen valmistumisesta lähtien. Myös toimintoja muutettiin aika tavalla uuteen sairaalaan muuttamisen myötä. Haasteita on ollut niin sähköisissä järjestelmissä, uusien tilojen käyttöönotossa kuin työtavoissa. Kaikki on loppujen lopuksi hioutunut yhteen ja teemme työtä sovussa sekä hyvillä mielin lasten ja nuorten hyväksi.

Lastenneurologian poliklinikka toimii ajanvaraus- ja tutkimusjaksopoliklinikkana lasten ja nuorten poliklinikan yhteydessä. Lasten ja nuorten tutkimisen

sekä hoidon lisäksi moniammatillinen tiimimme osallistuu lasten ja nuorten kuntoutussuunnitelmien laatimiseen. Tämän vuoden aikana uutta on ollut, että osa ADHD-lasten ja nuorten kontrolloista on siirtymässä lapsen/nuoren omaan kuntaan neuvola- tai koululääkärille. Tähän saakka kontrollit ovat toteutuneet erikoisosaamisen vuoksi lastenneurologian poliklinikalla.

Moniammatilliseen lastenneurologian poliklinikkamme tiimiin kuuluu sairaanhoitaja, lastenneurologian erikoislääkäri, erikoistuva lääkäri (tarpeen mukaan), neuropsykologi, 2 kuntoutusohjaajaa, toimintaterapeutti, puheterapeutti, fysioterapeutti, sosiaalityöntekijä, osastosihteerit, apulaisosastonhoitaja ja lastentautien yhteinen osastonhoitaja.

Elämme tällä hetkellä muutoksen aikaa. Sairaanhoitaja, joka on työskennellyt lasten ja nuorten poliklinikalla vuodesta 1986 lähtien ja viimeiset seitsemän vuotta lastenneurologisena hoitajana, on jäämässä eläkkeelle. Kuluneen kesän 2023 jälkeen minä olen siirtymässä tähän lastenneurologisen hoitajan tehtävään. Sinällään siirtyminen tähän tehtävään ei ole jännittänyt. Olen perehtynyt neurologiseen hoitotyöhön jo noin kolmen vuoden ajan samalla, kun olen työskennellyt poliklinikalla. Olen sijaistanut edellistä työntekijää lomien ym. aikana. Työni on tällä hetkellä potilaiden vastaanottotyötä ennen lääkärin vastaanottoa ja lääkäreiden määräysten toteuttamista vastaan-

ottojen jälkeen. Lisäksi teen yhteistyötä eri tahojen kanssa puhelimitse. Vastaan perheiden puheluihin ja soitan suunniteltuja puheluita perheille. Työhöni kuuluu myös ajanvaraustyötä.

Olen kiinnostunut ja innostunut kehittämään lastenneurologisen hoitajan työnkuvaa poliklinikalla. Haaveena olisi tulevaisuudessa saada pitää omia hoitajan vastaanottoja esim. ADHD- ja migreenipotilaiden kontrollikäyntien vastaanotot. Paljon on työtä vielä edessä, mutta innolla odotan tulevaa. Jonkin verran olen saanut jo suunnitelmiani eteenpäin. Tästä on hyvä jatkaa. ■



Kainuun keskussairaalan seinätaidetta. Seinätaidetta on ympäri sairaala. Materiaalina käytetty puuta.



Kainuun keskussairaalan lastenneurologian työryhmä.

Vilho ja Hanna-Maria

HAASTATTELU JA TEKSTI: Tanja Salmensuu
KUVAT: Vilho ja Hanna-Maria

12-vuotias Vilho on kotona viettämässä iltaa perheensä kanssa, kun saavun tapamaan häntä ja hänen äitiään Hanna-Mariaa. Vilho tervehtii minua ja kertoo, että voin kutsua häntä Vilhoksi tai Bosmoksi. Vilho kertoo, että hän pitää musiikista, rumpujen soittamisesta ja piirtämisestä. Minun siirtyessä juttelemaan Hanna-Marian kanssa, Vilho jatkaa rakkaan piirtämisharrastuksensa parissa, käyden kuitenkin välillä kuuntelemassa, mistä jutellaan.

Hanna-Maria kertoo, että Vilho oli 3-vuotias, kun hänellä diagnosoitiin lapsuusiän autismi. Vilho on perheen kolmesta lapsesta vanhin ja vanhemmilla ei ollut tarkkaa käsitystä, miten lapset tyypillisesti kehittyvät. Diagnoosi tulikin vanhemmille yllätyksenä. Hanna-Maria pohtii, että perhe olisi kaivannut alkuvaiheessa ammattilaisilta enemmän konkreettista tukea niin Kelan hakemusten kanssa kuin autismituntoutuksen toteuttamisessa Vilhon arjen toimintaympäristöissä. Vanhemmat saivat neuvoja, mutta toteuttaminen pelkkien neuvojen varassa oli haastavaa. Hanna-Maria muistaa pohtineensa esimerkiksi, mitä se struktuuri käytännössä tarkoittaa ja miten sitä kotona toteutetaan.

Nyt, kun Hanna-Mariaa kuuntelee, on Vilhon erityistarpeista tullut luonteva osa perheen arkea. Vanhemmat ovat etsineet tietoa, kokeilleet erilaisia toimintatapoja ja pitäneet toimivimmat ja par-



Vilho ja Hanna-Maria

haat. Kertynyttä tietoa ja kokemusta Hanna-Maria käyttää myös työskennellessään nykyisin ohjaajana kehitysvammaisten ryhmäkodissa ja käydessään kouluttamassa tulevia terveydenhuollon ammattilaisia vammaistyöstä. Vilhon pikkusisko haluaisi jo äidin mukaan töihin, joten seuraava sukupolvi vammaistyön ammattilaisia lienee tuloillaan.

Matkan varrella perhe on tehnyt yhteistyötä lukuisten ammattilaisten kanssa ja lopuksi keskustelemme vielä toiveista ja vinkeistä ammattilaisten suuntaan. Hanna-Maria toivoisi, että Vilho huomittaisiin paremmin kohtaamisissa, hänelle annettaisiin mahdollisuus osallistua, vaikuttaa ja päättää omista asioistaan ja siten

tuettaisiin hänen itsemääräämisoikeuttaan ja itsenäistymistään. Myös perhettä voitaisiin kuunnella enemmän ja perheen näkemyksiä ottaa paremmin huomioon erityislapsen asioissa, olipa kyse sitten kuntoutuksesta, koulusta, asioinnista terveydenhuollossa tai tilapäishoidosta. Hanna-Maria kaipaa ammattilaisten tukea, mutta miten rakentaa yhteistyö, jossa asiakkaan ja perheen kuuleminen sekä ammattilaisten osaaminen toimitivat saumattomasti lapsen hyvää tavoiteltaessa?

Katsomme Hanna-Marian kanssa vielä yhdessä Vilhon piirustuksia ja Hanna-Maria kertoo, että muun piirtämisen lisäksi Vilho käy piirtämällä läpi hänelle tapahtuneita asioita ja ilmaisee tunteitaan piirustuksissa. Vilhokin kiinnostuu ja tulee katsomaan omia piirustuksiaan yhdessä meidän kanssamme. Hymy karrehtii Vilhon kasvoilla, kun vilpittömästi kehumme häntä taitavaksi piirtäjäksi. Vilho ja Hanna-Maria perheineen jäävät iltapuuhiihin, kun minun on aika suunnata kotimatkalle monen monta ajatusta mielessäni pyörien. ■



Vilhon peilitsemppiä. Vilho on nimennyt selfien uudestaan "tsemppiä". Kaikki tarvitsevat päiväänsä vähän peilitsemppiä!



Vilhon piirustuksia

Lane ry:n koulutuspäivät Lahdessa 13.-14.4.2023

TEKSTI JA KUVAT: Ilona Lepistö



Kevätaurinko paistoi hyppyrimäkien takaa kauniisti, lokit kirkuivat taivaalla ja ilmassa oli selkeästi kevään tuntua. Vihdoinkin oli aika kokoontua yhteen koulutuspäivien merkeissä, ihan konkreettisesti. Edellisistä koulutuspäivistä oli jo pitkästi aikaa, sillä edellisen keran Lane ry:n koulutuspäiviä oli vietetty Helsingissä vuonna 2019. Nyt Lahden koulutuspäivien aiheena oli perheen ja yhteisön tukeminen hoitotyön keinoin.

Päivät pitivät sisällään monipuolista ohjelmaa lasten ja nuorten, sekä heidän

perheidensä kanssa työskentelevien ammattilaisten osaamisen kartuttamiseksi. Ohjelma sisälsi uusinta tutkimustietoa, erilaisia näkökulmia lasten ja nuorten kuntoutukseen, työtapoja ja työotteita eri puolilta Suomea, sekä kaikkia koskettavan kokemusasiantuntijan puheenvuoron. Puheenvuorot ja esitykset tukivat ajatusta siitä, että kun teemme työtä lasten ja heidän perheidensä kanssa, on vuorovaikutuksella ja lapsen osallisuudella iso rooli. Lasten osallisuuden tukemista ja vanhempien kuulemista nostettiin esille

useammassa puheenvuorossa, hiukan eri tulokulmista.

Varmasti jokainen paikalla ollut saattoi kokea päivien aikana vahvoja tunteita – samaistumista, uusia oivalluksia, myötälämistä, ammatillista vahvistumista ja merkityksellisyyttä. Kaikkea tätä ja sen lisäksi vahvaa yhteen kuulumista, omien sa joukossa olemista.

Tärkeänä osana koulutuspäiviä onkin aina myös verkostoituminen ja ajatusten vaihto osallistujien kesken. Siihen oli varattu yhteistä aikaa niin ohjelman puitteissa kuin myös upean illallisen lomassa Lahden Seurahuoneella. Seurahuone tarjosi koulutukselle aivan upeat puitteet niin tilojen kuin tarjoilujenkin osalta! Koronavuosien ja lisääntyneen etälämän jälkeen tuntui erityisen arvokkaalta kohdata ihmisiä ihan kasvotusten ja päästä juttusille niin kahvijonossa kuin ryhmäkeskustelutilanteissakin.

Koulutuspäiviä toteuttanut työryhmä oli tehnyt hienoa työtä järjestellessään puhujia ja koulutuspaikkaa meille osallistujille! Toteutus vaatii useamman kuu-

kauden työn ja seuraavat koulutuspäivät ovat jo työn alla. Niitä vietetään Helsingissä 11.–12.4. 2024.

Nyt on kiitosten aika Lahden työryhmälle: onnistuitte tekemään upeat päivät, joista saimme paljon ajattelemisen aihetta. Sydämellinen kiitos Lahden tehoitiimille ♥!

Liity mukaan

Koulutuspäivien yhteydessä pidettiin myös Lane ry:n kevätkokous, joka oli kaikille avoin tilaisuus. Jos et vielä ole yhdistyksen jäsen, niin nyt kipin kapin nettisivuille täyttämään jäsenhakemusta! Meitä lastenneurologista hoitotyötä tekeviä ihmisiä on maassamme marginaalinen joukko ja olisi hienoa, jos mahdollisimman moni liittyisi yhdistyksen jäseneksi. Näin pääsemme lisäämään tietoutta, tuomaan lasten asioita ja ääntä kuuluville, sekä vaikuttamaan asioihin yhdessä mahdollisimman paljon. Yhdessä olemme enemmän! <https://lastenneurologianhoitajat.yhdistysavain.fi/>



Lastenneurologian hoitajat (Lane ry) järjestää:

LASTENNEUROLOGIAN HOITOTYÖN VALTAKUNNALLISET KOULTUSPÄIVÄT HELSINGISSÄ

11.-12.4.2024

OHJELMA SISÄLTÄÄ AJANKOHTAISIA ASIOITA
LASTENNEUROLOGIAN KENTÄLTÄ. AIHEINA:
AUTISMILASTEN PERHEIDEN VARHAINEN TUKEMINEN,
NUORET JA EPILEPSIA, SEKÄ TYÖSSÄ JAKSAMINEN.

TARKEMPI OHJELMA JA ILMOITTAUTUMISTIEDOT
ILMOITETAAN LANE RY:N NETTISIVUILLA TUONNEMPANA.
SEURAA ILMOITTELUA JA TERTVETULOA HELSINKIIN
KOULUTTAUTUMAAN SANKOIN JOUKOIN!

Paikka: Folkhälsan, Töölö

