

Alkukesä on Seposta parasta vuodenaikaa

Luonto ja retkeily on **Seppo Mertalle** tärkeää.

-Sitä pääsee moneen paikkaan, kun ei ole lunta, hän toteaa.

Merja Männikkö

Luonnossa mieli rauhoittuu ja irrottautuu arjesta. Kesän valoisa aika ilahduttaa ja saa retkeilijän nauttimaan kauniista kesäilmoista.

-Tykkään laittaa nuotion pystyyn, keittää nokipannukahvit ja paistaa makkaraa. Retken jälkeen sitä nukkuu seuraavan yön hyvin, Mertala kertoo.

Aikaisemmin elämässään Mertala oli hyvin työkeskeinen. Jo nuorena miehenä hän työskenteli ahkerasti kattotöissä. Myöhemmin samoissa töissä vuonna 1998 sattunut tapaturma johti elämänmuutokseen, jonka jälkeen pyörätuolista tuli tärkeä liikkumaväline.

-Hätkähdin, kun pieni lapsi piirsi minulle pyörätuolin ja sen viereen aidan. Onneksi nyt, kun aikaa on kulunut, este on hävinnyt pyörätuolin luota, Mertala muistelee.

Hän on ottanut tehtäväkseen käydä oppilaitoksissa kertomassa, miten aivovamma vaikuttaa ihmisen elämään. Nuorten on tärkeää saada kuulla kokemustietoa eikä vain lukea faktaa kirjoista.

Joskus ihmiset tarjoavat apuaan liiankin kanssa esimerkiksi nähdessään Sepon menevän autoonsa, jolloin hän toteaa: -Kiitos, mutta selviän kyllä itse. Mertala kertoo pyytävänsä apua aina, kun tarvitsee. -Joskus ylämäessä meno muodostuu niin rankaksi, että henkilökohtaisen avustajani apu on silloin tarpeen.

Mertalan viikko-ohjelma on melkoisen täynnä. Hän painottaa, että jokaiselle on tärkeää lähteä liikkeelle neljän seinän sisältä, hakeutua uusiin harrastuksiin ja saada sitä kautta uusia ystäviä.

- Toivon aamuisin, että päivästä tulisi hyvä eikä tulisi peräkkäin kahta samanlaista päivää, Mertala pohtii ja tietää, että on paljon mahdollisuuksia harrastaa.

Sepon ykkösharrastus on pyörätuolitanssi, jossa keskitytään vakioihin ja latinalaisiin tansseihin Stepping out -tanssiseurassa. Hän kokee olevansa hyvä valssissa **Heidi-parinsa** kanssa. Härkätaistelijan Paso doble on saatu haltuun, ja Quickstepiä on helppo mennä.

-Tanssissa kiehtoo se, kun rytmi vie mukanaan ja saa heittäytymään tanssiin, Mertala kertoo ja jatkaa:

-Tässä lajissa kilpaileminen on hauskaa.

Mertala on tehnyt kolme kertaa kisamatkan Cuijikiin Holland Dans Spektakel -kansainvälisiin pyörätuolitanssikilpailuihin. Viime pääsiäisenä oli vuorossa 30-vuotisjuhlakilpailu.

- Oulun Invalidien Yhdistys ry on tukenut kisamatkojani, mutta lisäsponsorit eivät olisi koskaan pahitteeksi, Seppo toteaa virnistäen ja kertoo parhaan kisamenestyksen tulleen Hollannissa vuonna 2017, jolloin hän sai parinsa kanssa tulokasluokassa kultaa ja pronssia.

Seppo harjoittelee kymmenen hengen tanssiryhmässä, jossa ihmiset ovat hitsautuneet yhteen ja kannustavat toisiaan. Tanssi jos mikä nostaa kuntoa ja saa hyvälle mielelle.

Toinen Seppo Mertalan intohimo on boccian pelaaminen oman peliporukan kanssa. Laji vaatii keskittymiskykyä ja tarkkuutta. Siinä voi harrastamisen lisäksi kilpailla, josta Mertala pitää myös tämän lajin kohdalla. -Meidän peliporukassa lentää hyvä huumori, josta tykkään kovasti, Mertala vinkkaa lopuksi.

Faktalaatikko:

Seppo Mertala

syntynyt: Kellossa vuonna 1964

Eronnut: 4 lasta: kaksostytöt ja kaksi poikaa, jotka käyvät viikoittain auttamassa arjen askareissa

Asuu: Iissä

Koulutus: autonasentaja

Työ: kattotöihin 17-vuotiaana, palasi niihin töihin takaisin oltuaan jonkin aikaa puutavara-autoilijalla töissä

Harrastukset: pyörätuolitanssi, boccia ja silloin tällöin sulkapallo

Luottamustoimet: mukana Haukiputaan Aivoyhdistys ry:n ja Esteetön ry:n hallituksissa

Elämänmotto: ”Tärkeää ottaa askel ulos arjesta ja lähteä uusiin harrastuksiin.”

Kuvatekstiehdotuksia:

Lähikuva Seposta: -On tärkeää lähteä liikkeelle kotoaan harrastamaan ihmisten pariin, Seppo Mertala toteaa. Kuva: Merja Männikkö

Boccia-kuva Seposta: Seppo Mertala keskittyy mielellään boccian pelaamiseen hyvässä kaveriporukassa. Kuva: Merja Männikkö