

27.8.2013



Hyvät jäsenet

Aurinkoinen, lämmin kesä alkaa olla muistoissamme. Toivon, että olette saaneet kesästä voimaa ja energiaa syksyn aktiiviseen toimintaan. Monet ovat jo odottaneet kerhojen ja liikuntaryhmien alkamista. On mukava päästä tuttuun porukkaan vaihtamaan kuulumisia. Toivotan kaikille innostunutta mieltä aloittamaan syksyn toimintaa. Tervetuloa mukaan!

Pirkko Miettinen, sihteeri

Päivystysajat toimistolla

Joka kuukauden ensimmäinen maanantai klo12 - 14, muulloin sovittaessa.

Puhelinpäivystys

puheenjohtaja Oili Holopainen ma - to klo 10 - 14, puh. 044 382 2350
sihteeri Pirkko Miettinen ti - pe klo 10 - 14, puh. 044 382 2351

Mikäli numerosta ei vastata, jätä yhteistietosi merkkiäänän jälkeen vastaajaan, niin soitamme sinulle.

Voit laittaa viestisi myös sähköpostiosoitteeseen: aivohalvaus@dnainternet.net
Yhdistyksen kotisivut löytää osoitteesta: psav-avhy.yhdistysavain.fi

PJ:n palsta

Tervehdys kaikille yhdistyksen jäsenille, olemme ladanneet kesän akkuja ja nyt olemme valmiina aloittamaan syksyn aktiivisen toiminnan. Kerhot Kuopiossa, Siilinjärvellä, Suonenjoella, Juankoskella ja Varkaudessa alkavat syyskuun alkupuolella kuten myös liikuntaryhmät ja Juttu-Tupa kurssi Kuopion kansalaisopistolla. Uusi valokuvausryhmä aloittaa myös toiminnan, mikäli saamme riittävästi innokkaita osallistujia mukaan. Kuopion vesijumpparyhmä Suokadun palvelutalolla oli vaarassa loppua osallistujien vähyyteen. Ryhmä toimii kansalaisopiston järjestämänä, osallistujia tulisi olla vähintään 10. Kaikki kiinnostuneet mukaan, että saamme vesijumpparyhmän jatkamaan. Yhdistys tukee osallistumismaksuissa jäseniämme.

Viedään myös tietoa yhdistyksemme toiminnasta kun kohtaamme AVH:n saaneita ihmisiä. Jäseninä saamme uutta tietoa Aivoliiton toiminnasta sekä kuntoutuksen ja hoidon uusista tuulista.

Järjestösuunnittelija Johannes Hietala on myös käytettävissä jos tarvitsette lisätietoa AVH asioissa, puh. 040 543 7289.

Aurinkoisia syyspäiviä toivottaen Oili, puh. 044 382 2350 tai 044 537 6021

Katri-Helenan konsertti

Katri Helenan 50 – vuotisjuhlakonsertti la 30.11.2013 klo 19.00. Olemme varanneet 40 lippua. (2 pyörätuolipaikkaa, saattaja pääsee ilmaiseksi). Lippujen hinta 39,50 €. Konsertti kestää 2 tuntia. **Yhdistys tarjoaa väliaikakahvit.** Ilmoittautumiset **7.9.2013** mennessä Oilille puh. 044 382 2350 tai Pirkolle 044 382 2351. Konsertti on kysytty, lippujen lunastuspäivä on 9.9.2013. Maksut yhdistyksen tilille FI56 4600 0010 4197 41.

Omaisten ilta

Omaisten ilta ma 30.9.2013 klo 16 -19. Korttelimuseon kahvilassa. Kahvi/tee, suolainen ja makea kahvileipä 5 €. Sitovat ilmoittautumiset 15.9.13 mennessä Oilille puh. 044 382 2350 tai Pirkolle 044 382 2351.

Liikuntaryhmät Kuopiossa

Allasjumppa (maksullinen)

Kuntouttava ohjattu allasjumppa jatkuu Suokadun palvelutalolla, Suokatu 6, keskiviikkoisin 17.00 - 17.45, alkaen 4.9.2013. Ilmoittautuminen paikan päällä.

Osallistumismaksu allasjumppaan lukukaudelta on 15 €/henkilö jäseniltä ja ei jäseniltä 42 €/henkilö, lisäksi kaupungin perimä allasmaksu 3,50 €/kerta. Maksut laskutetaan kauden loputtua.

Ohjattu salijumppa (maksullinen)

Alavan palvelutalolla, Siikaniemenkatu 4, salijumppa tiistaisin klo 13.30 - 14.15 3.9.2013 alkaen. Kausimaksu jäsen 15 €/henkilö, ei jäsen 26 €/henkilö.

Ohjattu vesijumppa (maksullinen)

Alavan palvelutalolla, Siikaniemenkatu 4, keskiviikkoisin klo 12.15 - 13.00, 4.9.2013 alkaen. Kausimaksu 15 €/henkilö jäsen, ei jäsen 26 €/henkilö ja lisäksi allasmaksu 3,50 €/kerta. (allasmaksu maksetaan joka kerta)

Maksut laskutetaan kauden loputtua. Lisätietoa: Kaupungin liikunnanohjaajat 044 718 2501.

Kuntosalivuoro Puijonlaakson palvelukeskus (ilmainen)

Sammakkolammentie 12, Torstaisin klo 13 - 14.30

Kaikki ryhmät ovat tasoltaan kevennettyjä, joten niissä voi tehdä voimiansa mukaan. Tärkeintä on lähteä liikkeelle. Ennakkoilmoittautumisia ei tarvita.

Kerhot Kuopiossa

Kokoontuminen Suokadun palvelutalolla, Suokatu 6, parittomien viikkojen keskiviikkoina klo 15 - 17, alkaen 11.9.2013

- 11.9. Tervetuloa uudet jäsenet tutustumaan toimintaan. Kotihoitopalvelut, liris Myöhänen esittelee toimintaansa. Kuntoutujan tarina.
- 25.9. Liikuntailtapäivä, sään salliessa Hapelähteen puistossa.
- 9.10. Puheterapeutti Krista Rönkkö tulee kertomaan puheterapiasta
- 23.10. Tiina Halonen, Muistiluotsista, muistiasiaa
- 6.11. Yhteislaulua
- 20.11. Respecta, liukkauden torjunta ja apuvälineet
- 4.12. Pikkujoulu, Suokadun palvelutalo
- 18.12. Jouluhartaus
- 13.11. Yksi elämä tanssii klo 18.00 alkaen. Paikka: Raittiustalo, Minnan Canthinkatu 52-54, Kuopio. Sydän-, diabetes-, ja aivohalvausyhdistysten jäsenille yhteiset pikkujoulutanssiaiset. Musiikista vastaa Dj Nite.

Myyjäiset

- 4.12. paikkana KYS, yhteyshenkilönä Orvokki Savolainen, puh. 040 508 5438

Juttutupakurssi

Juttutupakurssi 3.9. -26.11.2013 ti klo 10.00 - 11.45, paikkana Puistokartano D145, Puistokatu 20, kurssimaksu 56,00 €. Sopii henkilöille, joilla on afasia. Opintosetelialennus.

Aluekerhojen toimintaa

Juankoski

Syksyn kerhojen kokoontumisista ilmoitetaan Koillis-Savo lehden Muistilista- palstalla.

Tiedustelut kerhoemäntä Kaija Mustonen, puh. 040 520 3070.

Siilinjärvi

Aluekerho kokoontuu kerran kuukaudessa, kuukauden ensimmäisenä tiistaina, klo 13.00, seurakuntasalin pienessä salissa alkaen 3.9.2013.

Kuntosali ja uinti ovat joka keskiviikko Fontanellassa klo 14.00 - alkaen 11.9.2013. Kerran kuussa on ohjattu kuntosali ja kerran kuussa ohjattu vesijumppa, ilmoitetaan Uutis-Jousi lehdessä.

Seuraa Uutis-Jousen Siilinjärvellä Tapahtuu- palstaa sunnuntaisin. Tiedustelut kerhoemäntä Raija Hokkanen, puh. 044 517 0348.

Suonenjoki

Aluekerho kokoontuu Demaritivassa, Sammonkatu 6, kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 13.00, 4.9.2013 alkaen.

Kuntosalivuoro Terveyskeskuksessa parillisen viikon keskiviikko klo 12.00 - 13.00.

Kerhossa keskustellaan kuulumisia, tehdään retkiä ja ym. mukavaa yhdessäoloa kahvin kera. Seuraa Sisä-Savo lehden Seurapalstaa.

Tied. kerhoisäntä Kalevi Oikarinen puh. 0400 946 584.

Varkaus

Aluekerho kokoontuu yhdessä Parkinson yhdistyksen kanssa. Syyskausi alkaa maanantaina 2.9.2013 klo 13.00 Vammeltalo, Ahlströminkatu 12, Varkaus.

Jatkossa kerho kokoontuu kuukauden ensimmäinen maanantai sama aika ja paikka.

Vertaistukiryhmä kokoontuu 16.9., 21.10., 18.11., 16.12.2013.

Yhteyshenkilönä Paula Riehkalainen, Parkinsonyhdistys, puh. 040 741 7690.

Valokuvauskurssi

Valokuvakurssin vetäjäksi on lupautunut Eeva-Maija Pietilä, 5x2 tuntia. Kurssipaikkana yhdistyksen toimisto. Kurssin hinta jäseniltä 20 €. Kurssi alkaa, mikäli saadaan riittävästi osallistujia. Ilmoittautumiset 30.9.2013 mennessä Irmeli Kesolalle, puh. 050 341 8327.

Tukihenkilöt

Yhdistyksemme koulutetut tukihenkilöt ovat:

Matti Huuskonen, puh. 0400 985 148, Pirjo Keinänen puh. 040 542 3322,
Raija Kekäläinen, puh. 044 556 4742, Markku Koponen, puh. 0400 272 919
sekä kokemuskouluttaja Kalevi Oikarinen, puh. 0400 946 584.

Siilinjärvellä

Raija Hokkanen, puh. 044 517 0348

Tyyne Kokkarinen, puh. 044 597 0795

Adresseja

Myymme kerhoissa sekä yhdistyksen toimistolla yhdistyksemme nimellä painettuja adresseja 10 €/kpl.

Kylpylähotelli Kuntoranta Varkaus/sopimushinnat

Aivoliitto ry on tehnyt sopimuksen Kylpylähotelli Kuntorannan kanssa yhdistyksen väelle edullisemmista lomapakettihinnoista. Muistakaa kertoa varatessanne, että olette yhdistyksemme jäseniä.

AVH-päivät 2013- AVH ja arki 21. - 22.10.2013, Tampere- talo, Tampere

Tarkemmat tiedot AVH-lehdessä 2/2013

Lakimiespalvelua jäsenistölle

Lakimies Anu Aalto vastaa sairastamiseen liittyviin sosiaaliturvan ja kuntoutuksen lakikysymyksiin to - pe klo 8.00 - 16.00, puh. 040 734 5773, tai sähköpostilla anu.aalto@ms-liitto.fi.

Säilytä tämä jäsenkirje ja seuraa sunnuntain Savon Sanomain muistio- palstaa.

Tervetuloa jäsenet joukolla mukaan etsimään itselle sopivaa toimintaa.

Tapaamisiin ja hyvää syksyä!

sihteeri Pirkko

