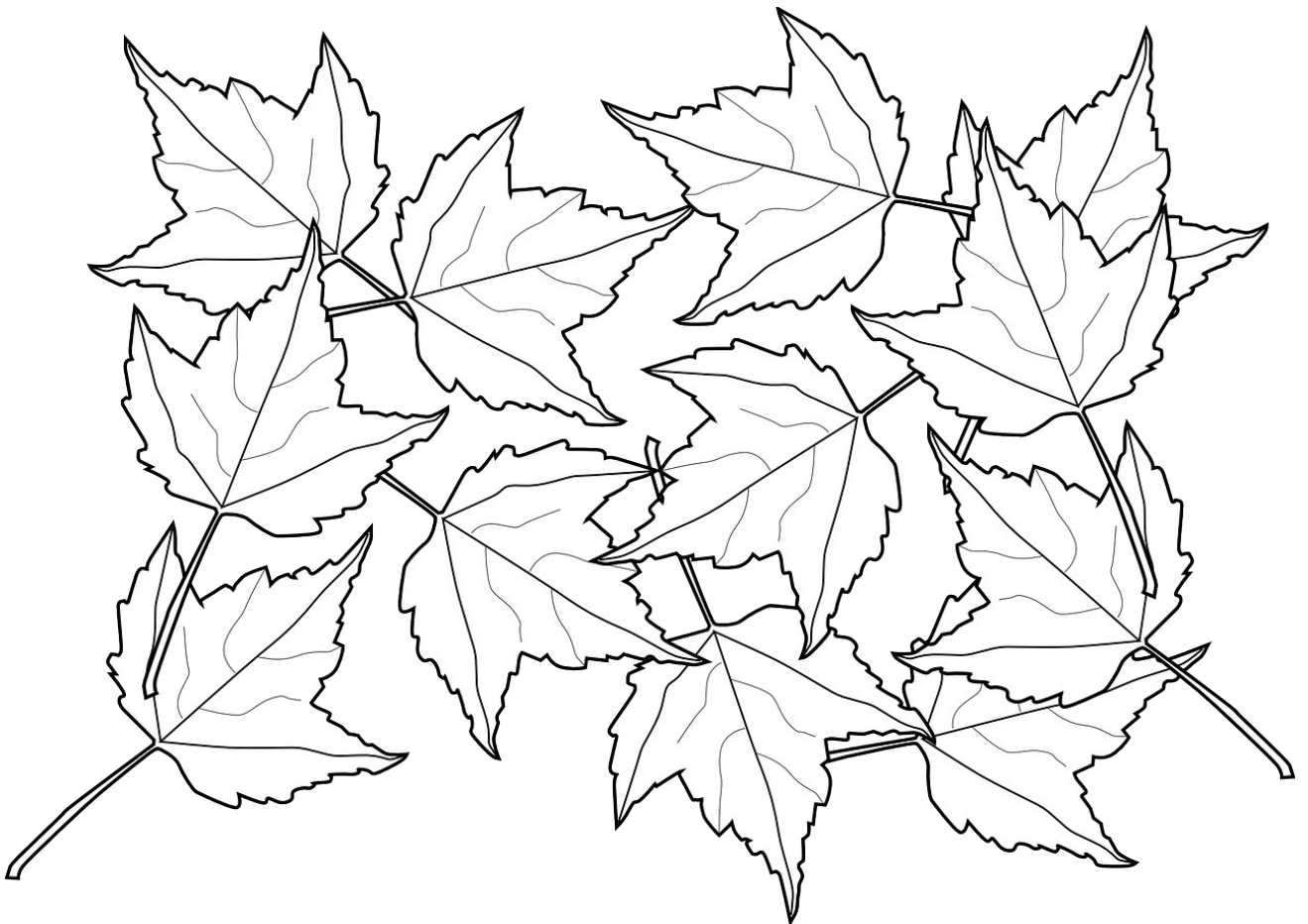


KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY

PSORI-TIEDOTE
2/2018



Puheenjohtajan mietteitä

Hyvä yhdistyksemme jäsen

Kirjoitan tätä heinäkuussa, kolmenkymmenen asteen helteessä. Eipä ole vastaavia lukuja näin pitkään ollut edellisinä kesinä. Toivottavasti olet saanut apua psoriasikseen auringosta sekä lämmöstä. Tarvetta etelän lämpöön ei ole ollut tähän mennessä, katsotaan sitten syksymmällä.

Pitääkö olla huolissaan vai ei...

Vuosien saatossa olemme kyselleet tiedotteessa, minkälaiset tapahtumat tai tekemiset teitä jäseniä kiinnostaisivat. Vastauksia olemme saaneet tosi vähän. Yritämme hallituksessa parhaamme mukaan ideoida ja järjestää erityyylisiä tapahtumia teille. Useasti harmittaa osanottajien vähäinen määrä tilaisuuksissa. Olemme kaikki vapaaehtoisia ja käytämme omaa vapaa-aikaamme tähän yhdistystoimintaan. Olet todella tervetullut tekemään yhdessä uusia juttuja esimerkiksi myyjäisten yhtenä myyjänä, vaalikeräysten lipasvahtina tai vaikka kahvinkeittäjänä. Kynnys on matala. Tässäkin tiedotteessa niitä erilaisia tapahtumia on tarjolla.

Liitossa on käynnissä mietintä, miten uudet sääntöuudistukset saataisiin toimimaan. Työn alla on, minkämuotoinen uudistus palvelisi jäseniä parhaiten. Siitä saamme tietää enemmän tuonnempana.

Hyvää syksyä!
puheenjohtaja Seija
p. 044 335 3263

Syyskokous

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY

VUOSIKOKOUSKUTSU

Sääntömääräinen syysvuosikokous pidetään

lauantaina 24.11.2018 klo 16.00

Puijon Majalla

Puijontie 135 70300 Kuopio

Käsitellään sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat.

TERVETULOA!

Hallitus

Psoriasisliiton terveiset

Hyvinvointia luvassa

Liiton toimintalinjaukset vuosille 2017-2019 hyväksyttiin Psoriasisliiton liittokokouksessa 2016. Olemme nyt tuon toimintakauden puolivälissä, joten vielä ei ole arvioinnin aika. Tavoitteita, mutta myös aikaa niiden toteuttamiseen, on vielä runsaasti jäljellä.

Jokaiselle toimintavuodelle valitsimme teeman, jota kyseisenä vuotena erityisesti painotetaan. Vuonna 2017 se oli vaikuttamistoiminta ja oikeuksien valvonta, kuluvana vuonna keskitymme viestinnän vahvistamiseen ja vuonna 2019 painotamme psoriasisista sairastavien hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on iso teema, jota voi hyvällä syyllä pitää Psoriasisliiton toiminnan punaisena lankana. Se huomioidaan toiminnassa aina, mutta ensi vuonna on lupa odottaa jotain uutta tällä saralla. Tässä vaiheessa on puhuttu muun muassa liikunta- ja kulttuuritapahtumista ja valokuvauskilpailusta. Jäsenten ja yhdistyksien teemaan liittyvät toiveet ja ehdotukset ovat tervetulleita, joten ottakaa pikaisesti yhteyttä.

Liiton ensi vuoden toiminnan suunnittelu on paraikaa käynnissä ja toimintasuunnitelma vuodelle 2019 on jo alustavasti tehty. Tutut ja hyväksi havaitut toiminnot, kuten aurinkosopeutusvalmennus, alueellinen kuntoutus, Psorilinja ja tuetut lomamat pysyvät liiton toiminnassa mukana entiseen tapaan. Toiminnan suunnittelua jatketaan syksyllä ja lopulliset suunnitelmat lyödään lukkoon Veikkauksen avustuspäätösten vahvistuttua.

Toivomme, että yhdistykset ottavat ensi vuoden teeman huomioon tulevia suunnitelmiaan tehdessään. Yhdistys voi samalla kokeilla myös jotain ihan uutta ja erilaista. Samalla toimintaan voi innostua mukaan ihan uusia jäseniä.

Toimintasuunnitelmaa tehdessä on hyvä muistaa ratkaisukeskeisyyden kolme periaatetta (DeJong P. & Kim Berg 1997):

- Kun tiedät mikä toimii, tee lisää sitä
- Jos jokin ei toimi, tee jotain muuta
- Jos jokin ei ole rikki, älä yritä korjata sitä

Muistetaan, että jokainen meistä voi tehdä paljon oman terveytensä ja hyvinvointinsa edistämiseksi ja toisaalta ketään ei voi pakottaa aktiiviseksi.

Aktiivista syksyä kaikille toivottaen,

Teuvo Leppänen
järjestösuunnittelija

teuvo.leppanen@psori.fi p. 040 7281 144

Itä-Suomen aluetoimisto

Käyntiosoite: Mikrokatu 1, G-osa, 70210 Kuopio

Postiosoite: PL 1188, 70211 Kuopio

TAPAHTUMAKALENTERI SYYSKAUSI 2018

Perjantai ja lauantai 24. – 25.8.2018

Olonkorjuutori Kuopion torilla

Yhdistys on mukana Olonkorjuutorilla 24.8. klo 12 – 16 ja 25.8. klo 10 – 14.

Tule tutustumaan ja tervehtimään!

Torstai 27.9.2018 klo 18.00 – 20.00

Jäsenilta Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6 70100 Kuopio

Psorilinjan sairaanhoitaja Kristiina Rautio: Voimavarat ja psoriasis

Keskustelutilaisuuden jälkeen on mahdollisuus saada maksutonta ohjausta ja neuvontaa.

Ilmoittaudu jäseniltaan perjantaihin 21.9.2018 mennessä pj Seijalle, p. 044 335 3263.

Lauantai ja sunnuntai 29. – 30.9.2018

Hyvinvointimessut Kuopio-hallissa, Opistotie 4 70200 KUOPIO

Yhdistys on yhdessä Psoriasisliiton edustajien kanssa mukana Hyvinvointimessuilla

lauantaina 29.9. klo 10 – 17 ja sunnuntaina 30.9. klo 10 – 16.

Tiistai 2.10.2018 klo 10 – 13

Yhdistykset esittäytyvät Suonenjoella

Yhdistys on mukana muiden kuopiolaisten terveysjärjestöjen kanssa Suonenjoen S-Marketilla.

Tiistai 23.10.2018 klo 17.30 – 19.00

Keilailuilta Kuopion keilahallissa, Keilakuja 3 70110 Kuopio

Jäsenilta keilailun merkeissä.

Ilmoittaudu jäseniltaan tiistaihin 16.10.2018 mennessä pj Seijalle, p. 044 335 3263.

Maanantaina 29.10. vietetään Maailman psoriasispäivää

Yhdistys esittäytyy KYSin ihotautipoliklinikalla viikolla 44 – tarkempi päivä selviää myöhemmin.

Lauantai 24.11.2018 klo 16 –

Vuosikokous ja pikkujoulu Puijon Majalla, Puijontie 135 70300 Kuopio

Vuosikokous alkaa klo 16 ja pikkujoulua vietetään heti sen jälkeen.

Perinteisen jouluaterian hinta on 15 euroa/jäsen ja 30 euroa/ei-jäsen.

Ilmoittaudu perjantaihin 9.11.2018 mennessä pj Seijalle, p. 044 335 3263 ja maksa aterian hinta yhdistyksen tilille FI52 5600 0540 1820 97.

Tiistai 4.12.2018 klo 17 –

Askarteluilta Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6 70100 Kuopio

Askarrellaan jouluisia koristeita ja kortteja.

Ilmoittaudu askarteluiltaan maanantaihin 26.11.2018 mennessä Pirjolle, p. 0400 017 428.

Maanantai 17.12.2018 klo 7 – 12

Myyjäiset KYSissä

Ota yhteys pj Seijaan, p. 044 335 3263, jos haluat mukaan joko myymään tai tuomaan myytävää.

Liikuntatarjontamme viikoittain:

ALLASJUMPPA maanantaisin klo 17.45 – 19.00 Suokadun toimintakeskuksessa

- sisään pääsee sisäpihan ovesta klo 17.30
- ohjaajana toimii Suoma Virnes, p. 050 377 7987
- sauna- ja uintilipun hinta on **4,00 €/kpl**

KUNTOSALIVUOROT keskiviikkoisin seuraavasti:

klo 17.00 – 18.00 Puijonlaakson palvelukeskuksessa, Sammakkolammentie 12, 70200 Kuopio

Tiedustelut: Sari Kantosalo, p. 044 2591756

klo 17.00 – 18.00 Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6, 70100 Kuopio

Tiedustelut: Arvo Korhonen p. 044 545 6513

Molemmat kuntosalivuorot ovat maksuttomia ja ns. avoimia vuoroja. Tule ja tuo ystäväsikin kuntoilemaan!

Tapahtumista ja niiden mahdollisista muutoksista ilmoitamme myös kotisivullamme www.kuopso.net ja Facebook - sivullamme <https://www.facebook.com/kuopso> sekä Ihon aika-lehdessä ja Psoriasisliiton nettisivuilla www.psori.fi.

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY HALLITUS v. 2018

Puheenjohtaja: Seija Ålander seija.alander59(at)gmail.com
044 335 3263

Varapuheenjohtaja: Suoma Virnes suoma.virnes(at)gmail.com
050 377 7987
liikuntavastaava

Jäsenet: Pia Juntunen perhe.juntuset(at)luukku.com
044 089 0439
sihteeri

Pirjo Laitinen pirjo.laitinen10(at)gmail.com
0400 017 428
askarteluvastaava

Pirkko Ollikainen kuopso(at)gmail.com
040 551 5914
tiedottaja/jäsenvastaava/rahastonhoitaja

Varajäsenet: Osmo Kokkonen osmo.kokkonen49(at)gmail.com
050 594 3429
kuljetusvastaava

Ritva Tenhunen ritva.tenhunen(at)hotmail.com
040 596 0180
virkistysvastaava

Koulutettuja tukihenkilöitä ovat

- Sirkka-Liisa Kalstela, acrodermatitis Hallopeau continua, p. 040 766 8623
- Ritva Karppinen, PPP/psoriasis, p. 050 514 2905
- Seija Mikkonen, nivelpsoriasis, kokemuskouluttaja, psoriasiamies, p. 050 542 4518
- Seija Ålander, psoriasis, kokemuskouluttaja, p. 044 335 3263

**Muistathan päivittää muuttuneet yhteystietosi
joko sähköpostilla kuopso@gmail.com tai soittamalla hallituksen jäsenille!**

Psoriasisliiton Psorilinja auttaa ja neuvoo:

PSORILinja

Kysy psorista – Psorilinja

Vaivaako psori?

Psorilinja on maksuton neuvontapuhelin, jossa sairaanhoitaja vastaa psoriasikseen liittyviin kysymyksiin.

Soita p. 0800 557 767 ma 8–12 ja ti–ke 14–18.

Psorilinjan puhelinvastajaan voit jättää viestin ympäri vuorokauden viikon jokaisena päivänä. Jätä vastaajaan nimesi ja puhelinnumerosi, ja hoitaja soittaa seuraavana päivystysaikana takaisin.

Puhelut Psorilinjalle ovat maksuttomia ja voit soittaa nimettömänä.

Voit myös lähettää kysymyksiä sähköpostilla **psorilinja@psori.fi**

Psorilinjalla on myös oma **Facebook-ryhmä**. Psorilinjan sairaanhoitaja vastaa ryhmässä hänelle osoitettuihin kommentteihin ja yksityisviesteihin Psorilinjan aukioloaikoina. Ryhmä on avoin sen jäsenten keskinäiselle keskustelulle psoriasiksesta myös muina aikoina.

Kiitos yrityksille, jotka mahdollistavat Psorilinjan toiminnan!

abbvie

 NOVARTIS

Lilly

 Celgene