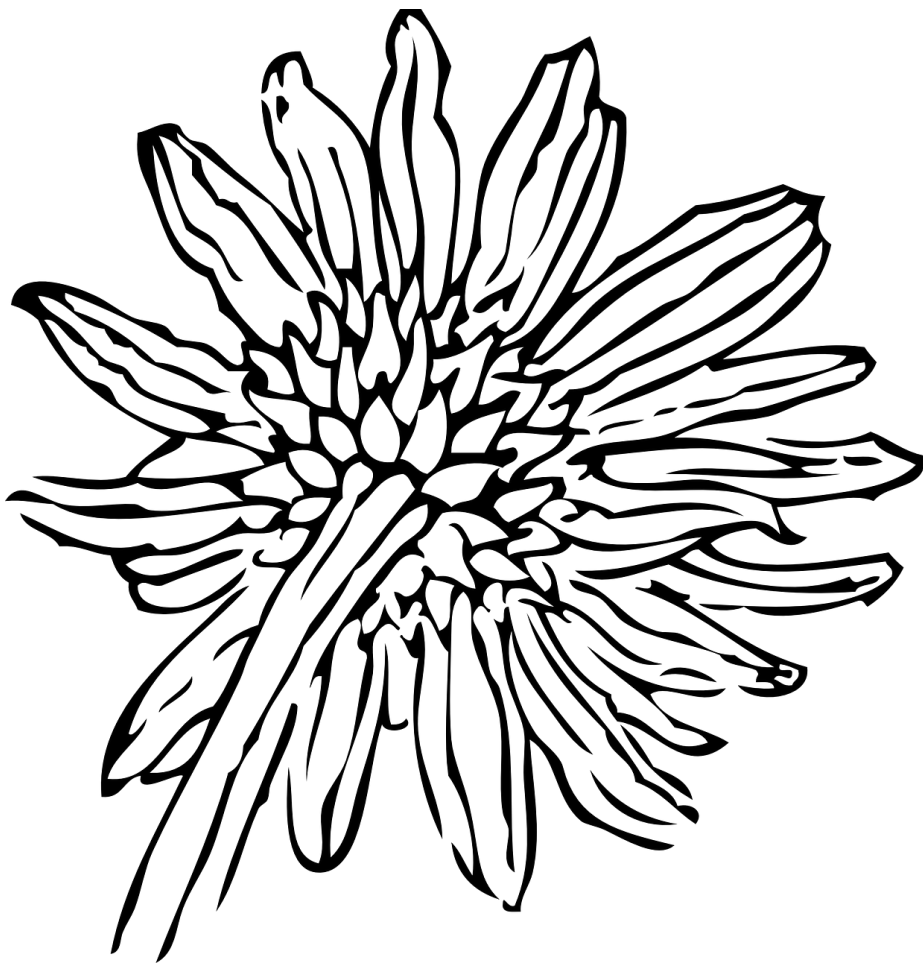


KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY

PSORI-TIEDOTE
2/2020



HALLITUKSEN JÄSENEEN MIETTEITÄ

Vielä on kesää jäljellä, nauttikaamme siitä!

Olen Eija Luostarinen, hallituksen uusi jäsen. Psori on kulkenut mukana n. 40 v. Yhdistyksen jäsen olen ollut pitkään, mutta en juurikaan osallistunut mihinkään yhdistyksen toimintaan. En kyllä tiedä miksi, mutta vuosi sitten nivelet alkoivat vaivaamaan ja reumapolilla todettiin nivelpsori. Tuli tarve etsiä kaikki mahdollinen tieto, ja mikä määrä sitä sitten löytyikin. Facebook-ryhmistä löytyi tosi paljon asiallisia vinkkejä ja tukea. Sitten olen aktiivisesti osallistunut Psoriasisliiton järjestämiin tapahtumiin ja kaikki ovat olleet todella hyödyllisiä ja mukavia tilaisuuksia. Vertaistuen voima on mahtava, on helpottavaa jutella henkilön kanssa, joka ymmärtää, että ihopsorikin voi olla myös henkisesti erittäin raskas sairaus. Hoitoväsymys on hyvin yleistä, joten kaikki, mikä vie ajatukset pois sairaudesta on tervetullutta. Kerro meille, minkä tyyppistä toimintaa toivoisit yhdistyksen järjestävän, jotta voisimme palvella jäseniämme mahdollisimman hyvin.

Kuten kaikki tiedämme, liikunta on lääke, varsinkin nivelpsorin hoidossa.

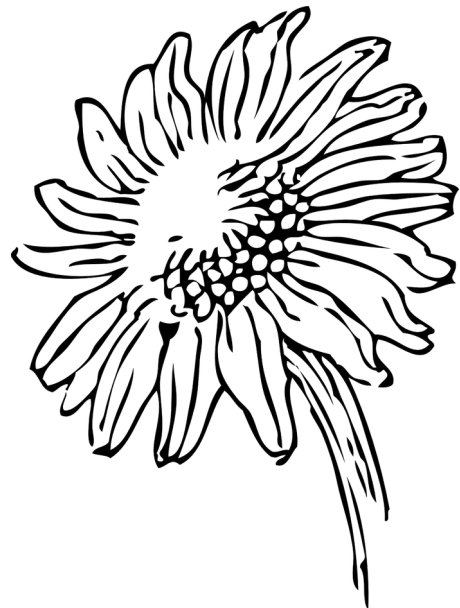
Psoriasisliitto järjestää syksyllä Liikunnan vertaisohjaajan koulutuksen ja olisi erittäin hyvä, että ohjaajia olisi useita yhdistyksemme alueella, kun välimatkat ovat pitkät.

Olet lämpimästi tervetullut kaikkiin tilaisuuksiin. Tietenkin on mahdollista, että koronan takia tilaisuuksia joudutaan perumaan, mutta seuraa nettisivujamme – sieltä löydät päivitykset.

Voimia kaikille ja iloista mieltä!

Eija

Hallituksen jäsen Eija Luostarinen



PS. muistathan yhdistyksen jäsenten edun:

Itä-Suomen yliopiston apteekissa (Sektorin, Puijonk. 23, 70100 Kuopio) saat **voimassa olevalla** jäsenkortilla 10 % alennuksen normaalihintaisista tuotteista (ei lääketuotteista).

Psoriasisliiton tarjoamat ajankohtaiset jäsenedut löydät liiton verkkosivulta <https://psori.fi/psoriasisliitto/liity-jaseneksi/> → Jäsenedut

PSORIASISLIITON TERVEISET

Nyt on jäsenyyden aika

Raskaan koronakevään jälkeen kesä toi helpotusta ja paluuta normaaliin. Kun aloin miettimään tämän kirjoituksen sisältöä, niin selvää oli, että halusin kirjoittaa liiton ja yhdistyksien tulevasta toiminnasta. Tiesin senkin, etten tahtoisi kirjoittaa koronasta. Viime viikkojen uutiset koronasta ovat kuitenkin olleet, niin huolestuttavia, että aihetta ei voi sivuuttaa tulevaisuudesta puhuttaessa.

Tulevia tapahtumia valmistellaan, mutta suuren epävarmuuden vallitessa. Nyt on jo varmaa, että Kuopioon suunniteltu senioreiden avokuntoutus joudutaan perumaan vähäisen hakijamäärän takia. Nähtävästi tässä tilanteessa ihmiset eivät ole rohjenneet hakea kurssille. Syksyn muihin koulutuksiin on toistaiseksi riittävästi osallistujia, jotta ne voidaan toteuttaa. On monta asiaa, joihin ainakaan itselläni ei tällä hetkellä ole antaa vastausta. Yksi näistä on aurinkopainotteisen sopeutumisvalmennuskurssien tilanne. Tällä hetkellä haku on käynnissä syksyn 2020 kurseille ja jatkuu 21.8. asti. Kaikista toimintaa koskevista muutoksista ilmoitetaan liiton verkkosivuilla, psori.fi.

Epävarmuuden aika ulottuu ensi vuoteen. Taustalla on koronan vaikutus Veikkauksen tuottoihin ja niiden jatko vaikutus STEAn ensi vuoden avustuksiin. Tiede- ja kulttuuriministeriksi 6.8. palannut Annika Saarikko vakuutti, että Veikkauksen laskevat tuotot tullaan tilkitsemään syksyn budjettiriihessä. Nähtäväksi jää, kuinka sosiaali- ja terveysministeriön kautta rahoitusta saavien terveyden ja hyvinvoinnin järjestöjen käy. Lisäksi paineet Veikkauksen aseman muutoksiin ja Suomen rahapelitoiminnan uudelleen organisointiin ovat kasvaneet jo pidemmän aikaa.

Useille meistä kevät oli raskasta aikaa. Useimpien kohdalla korona esti tapaamiset perheenjäsenten, suvun ja ystävien kesken. Raskautta lisäsi, että myös muut kontaktit ihmisiin olivat erittäin vähäisiä. Yhteisöjen, kuten psoriasisyhdistysten tapaamiset peruuntuivat. Helpotusta tilanteeseen tuomaan Psoriasisliitto käynnisti kevään aikana some-vertaistuki-iltoja ja Facebook Live -lähetyksiä. Verkkovertaisillat jatkuvat 12. elokuuta alkaen joka toinen keskiviikko klo 18-19.30. Kiinnostuneet voivat ilmoittautua mukaan kuntoutussuunnittelija Sanna Hassiselle: sanna.hassinen@psori.fi.

Sosiaalisen median välityksellä tapahtuva vuorovaikutus ei kuitenkaan ole sama asia kuin kasvokkain tapaaminen. Monella meistä on tarve jakaa kasvokkain kokemuksia ja ajatuksia. Psoriasisyhdistyksien paikallinen vertaistuki onkin korvaamatonta. Halu kuulua ja olla osa jotain yhteisöihin voi koronan myötä jopa lisääntyä. Oma aavistukseni on, että erilaisten yhteisöjen jäsenyyden merkitys tulee jopa kasvamaan.

Kaikille hyvää loppukesää ja terveyttä!

Järjestösuunnittelija Teuvo Leppänen

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

Itä-Suomen aluetoimisto

Käyntiosoite: Mikrokatu 1, G-osa, 70210 Kuopio

Postiosoite: PL 1188, 70211 Kuopio

SYKSYN 2020 KOKOUKSET**KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY****VUOSIKOKOUSKUTSU**

Sääntömääräinen
koronaepidemian vuoksi viivästynyt
kevätkokous pidetään

17.9.2020 klo 17.30

Ramin konditoriassa

Puijonkatu 23 (Kauppakeskus Sektori), 70100 Kuopio

Kahvitarjoilu alkaa klo 17.00.

Käsitellään sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat.

TERVETULOA!

Hallitus

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY**VUOSIKOKOUSKUTSU**

Sääntömääräinen
syyskokous pidetään

28.11.2020 klo 16.00

Ravintola Kummisedän

Kummin Aitassa

Minna Canthin katu 44, 70100 Kuopio

Käsitellään sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat.

TERVETULOA!

Hallitus

TAPAHTUMAKALENTERI SYYSKAUSI 2020

Koronaepidemiatilanteesta johtuen noudatamme erityistä varovaisuutta tapahtumien yhteydessä ja toivomme, että tulet paikalle vain terveenä ja yleisiä suojautumisohjeita noudattaen.

Torstai 17.9.2020 klo 17.30 -

Sääntömääräinen koronaepidemian vuoksi viivästynyt kevätkokous pidetään torstaina 17.9.2020 klo 17.30 Ramin konditoriassa Puijonkatu 23 (Kauppakeskus Sektori), 70100 Kuopio. Kahvitarjoilu alkaa klo 17.00. Kokouksen jälkeen kuullaan luento, jonka pitää Psorilinjan sairaanhoitaja Kristiina Rautio ja jonka aihe on Iholuomet ja luomien tarkkailu. Luennon jälkeen on maksutonta luomien tarkastusta ja psorineuvontaa. Ilmoittaudu 11.9. mennessä pj Pirjolle, p. 044 335 3263.

Lauantai 26.9.2020 klo 13 Herrasmieshuijarit -teatteriesitys Varkaudessa

Teatteriretki Varkauteen. Bussi Kuopiosta lähtee Maljalahdenkadulta klo 11.30 ja paluu esityksen jälkeen. Retken hinta on 15 €/jäsen ja 20 €/ei jäsen, sisältäen bussikuljetuksen, teatteriesityksen ja väliaikatarjoilun. Sitova ilmoittautuminen soittamalla 3.9.2020 mennessä Suomalle, p. 050 3777987 ja maksamalla omavastuuosuus yhdistyksen tilille FI52 5600 0540 1820 97. Kaikki jäsenet ovat tervetulleita mukaan, mutta erityisesti haluamme huomioida lakkautetusta Varkauden yhdistyksestä meille siirtyneitä jäseniä.

Torstai 29.10.2020 klo 10 – 13 Maailman psoriasispäivä

Yhdistys esittäytyy KYSin **OLKA**[®]-järjestöpuolella Puijon sairaalan (Puijonlaaksontie 2, 70200 Kuopio) pääaulan lasiakvaariotilassa. Tervetuloa tervehtimään ja tutustumaan!

Lauantai 28.11.2020 klo 16 - Vuosikokous ja yhdistyksen 45-vuotisjuhla

Vuosikokous Ravintola Kummisedän Kummin Aitassa, Minna Canthin katu 44, 70100 Kuopio. Vuosikokouksen jälkeen vietetään yhdistyksen 45-vuotisjuhlaa muistellen yhdistyksen perustamis- ja alkuaikojia ja nautitaan jouluisen buffetpöydän antimista. Ilmoittaudu 6.11. mennessä pj Pirjolle, p. 044 335 3263 ja maksa tarjoilun omavastuu 20 €/jäsen ja 25 €/ei-jäsen yhdistyksen tilille FI52 5600 0540 1820 97.

Joulukuussa

Opastettu tutustuminen Kuopion Korttelimuseoon. Kierroksella tutustutaan Minna Canthin saloniin ja hänen elämäänsä Kuopiossa sekä korttelimuseon joulunäyttelyyn. Kerromme tästä lisää myöhemmin kun korttelimuseon syksyn näyttelyt ovat vahvistuneet.

Liikuntatarjontamme viikoittain

HUOM!

Tätä tiedotetta laadittaessa (elokuu 2020) ei ole vielä tietoa, milloin koronaepidemiatilanteen johdosta suljetut liikuntapaikat ovat taas käytössä. Seuraa ilmoitteluaamme yhdistyksen kotisivulla ja facebook-sivulla sekä Psoriasisliiton Tapahtumakalenterissa.

ALLASJUMPPA maanantaisin klo 17.45 – 19.00 Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6, 70100 Kuopio

Ohjaajana toimii Suoma Virnes, p. 050 377 7 987

Sisään pääsee sisäpihan ovesta klo 17.30. Sauna- ja uintilipun hinta on 4,00 €/kpl

KUNTOSALIVUORO keskiviikkoisin klo 17.00 – 18.00 Puijonlaakson palvelukeskuksessa,

Sammakkolammentie 12, 70200 Kuopio

Tiedustelut: Sari Kantosalo, p. 044 2591756

Kuntosalivuoro on maksuton ja ns. avoin vuoro. Tule ja tuo ystäväsiikin kuntoilemaan!

Tapahtumista ja niiden mahdollisista muutoksista ilmoitamme myös kotisivullamme www.kuopso.net ja [Facebook-sivullamme](#) sekä Psoriasisliiton Tapahtumat -välilehdellä ja Ihon aika -lehdessä.

Puheenjohtaja:	Pirjo Laitinen	pirjo.laitinen10 (at) gmail.com 044 335 3263
Varapuheenjohtaja:	Suoma Virnes	suoma.virnes (at) gmail.com 050 377 7987
Jäsenet:	Pia Juntunen	pia.juntunen (at) niuva.fi 044 089 0439 sihteeri
	Sari Kantosalo	sari.kantosalo (at) gmail.com 044 259 1756
	Osmo Kokkonen	osmo.kokkonen49 (at) gmail.com 050 594 3429
	Eija Luostarinen	eija.luostarinen (at) gmail.com 044 358 8894
Varajäsenet:	Arja Kokkonen	arja.kokkone (at) gmail.com 040 865 8078
	Pirkko Ollikainen	kuopso (at) gmail.com 040 551 5914

Koulutettuja tukihenkilöitä ovat

- Ritva Karppinen, PPP/psoriasis, p. 050 514 2905
- Seija Mikkonen, nivelpsoriasis, kokemuskouluttaja, psoriasiamies, p. 050 542 4518
- Seija Ålander, psoriasis, kokemuskouluttaja, p. 044 544 1603

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

Jatkossa kaikki yhdistyksen tiedottaminen tapahtuu [yhdistyksen verkkosivulla](#) ja [Facebookissa](#) sekä [Psoriasisliiton verkkosivun Tapahtumat](#) -välilehdellä ja Ihonaika -lehdessä.