

Tässä on jäsenkirje syksyn 2020 toiminnasta. Aivoitus-lehden yhdistyspalstalta löydät täydentävää tietoa tarvittaessa jäsenkirjeiden ilmestymisen välissä. Jäsenkirjeen ja tapahtumaluettelon löydät aina myös verkkosivuiltamme.



Varsinais-Suomen
Aivovammayhdistys ry

Puheenjohtajan tervehdys!

Oikein hyvää syksyn alkua kaikille! Toivottavasti kaikki olette selvinneet koronakeväästä terveinä. Meillä on ollut todella pitkä ja vaikea tilanne Suomessa, jotain sellaista mitä kukaan ei osannut ajatellakaan. Vieläkin asiantuntijat pelkäävät uusia pesäkkeitä tai sitä toista aaltoa. Toivotaan ettei mitään sellaista tule ja päästään normaalin elämän alkuun ja yhdistysasiat taas saadaan järjestykseen. Paljon asioita on peruttu ja vieläkin joudutaan perumaan, siitä kohta.

Aloitetaan **Hyvinvointikerholla**, se kokoontuu seuraavasti:

1.9 klo 16.30 aiheena keskustelutilaisuus koronakeväästä ja sen tuomista muutoksista elämäämme. Tule keskustelemaan ja saat purkaa sydäntäsi oikein kunnolla.

Seuraavat kokoontumiskerrat ovat **6.10 ja poikkeuksellisesti 17.11 klo 16.30**. näiden kokoontumisten aiheet tulevat teidän toivomusten mukaisesti.

Toinen tärkeä asia on **ylimääräinen vuosikokous 8.9 klo 18.00**.

Erovuorossa hallituksesta ovat Risto Savolainen, Pirjo Saarinen, Terje Vainio ja Eija Järveläinen, siis valitaan neljä varsinaista jäsentä ja yksi varajäsen. Näistä henkilöistä yksi varsinainen jäsen valitaan yhdeksi vuodeksi Marita Lindholmin tilalle, joka erosi hallituksesta kesken toimikauden muutettuaan toiselle paikkakunnalle, ja muut valitaan kahdeksi vuodeksi. Tule mukaan valitsemaan uusia hallituksen jäseniä!

Virkistysviikonloppu on valitettavasti peruttu. Syynä koronavirus, jonka takia kaikki rippikoulut keväältä jouduttiin peruuttamaan ja koska ne ovat pakollisia, niin nyt Sinapin leirikeskus on varattu koko syyskuun rippileirejä varten.

Mutta ei hätää. Nyt on tarjolla kuitenkin jotakin, olen sopinut seurakunnan diakoniatyöntekijä Tanja Rantaperen (joka oli varannut koko viikonlopun leiriä varten) kanssa seuraavaa:

Vietetään silloin leirilauantaina 19 syyskuuta iloista iltapäivää Hirvensalossa, meren rannalla. Aloitetaan klo 13.00 ja ollaan niin kauan kuin huvittaa. Tanja lupasi tuoda grillimakkarat, jos joku haluaa muuta suuhunpantavaa, niin pitää tuoda mukana. Minä tuon kahvin- ja vedenkeitin. Tanjalla on muuta ohjelmaa: laulatusta ja visailua. Paikka on täysin esteetön, ainoa puute on invavessa. Siellä on myös hyvä mahdollisuus uimiseen. Vaatetus sään mukaan, jos on todella huono sää, tilaisuutta ei voida pitää. Tanja lupasi tuoda pari telttaa, mutta jos sataa reilusti grillaus ei onnistu. Toivotaan hyvää keliä.

Sitten ohjeet paikan päälle:

POHJATALON LAITURIPERINNEYHDISTYKSEN PIENVENESATAMA

OSOITE: Polpy Kesätuulenpolku, Hirvensalo

esim. taksi osaa tällä ohjeella.

Omalla autolla tuleville ohje: Ajetaan Hirvensalossa Kaksikerrantietä lähelle Satavan siltaa. Ennen siltaa viimeisen mäennyppylän päältä vasemmalle, Suvelankujalle, sitten vasemmalle, Kesätuulenkujuille. Seuraavaksi heti talojen jälkeen puiston reunaa oikealle, Kesätuulenpolkua alas rantaan. Tiehaaroissa on opaste: venesatama.

Bussilla (14 tai 15) tuleville ohje: pyydätte kuljettajaa jättämään teidät viimeiselle Hirvensalon pysäkillä. Ja sitten kävelette tuon auto-ohjeen mukaan rantaan. Matka on lyhyt, mutta on vähän mutkainen. Karttakuva netistä google-haulla: "Pohjatalon Laituriperinneyhdistys" tai suoraan: "https://www.google.ee/maps/place/Pohjatalon+Laituriperinneyhdistys+ry/@60.3866124,22.2259697,249m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0x468c79c37cd8f099:0xe8be7c1431633f91!8m2!3d60.386411!4d22.227477?hl=fi"

Tilaisuuteen on **ilmoittauduttava**, jotta tiedämme, kuinka paljon makkaroita tarvitaan.

Soita numeroon 044 314 4838 tai lähetä sähköpostia: puheenjohtaja.vsavy@gmail.com

Tervetuloa mukaan!

Otathan yhteyttä. Olen täällä juuri sinua varten.

Marjatta Pihlajamaa

puheenjohtaja

sähköposti [puheenjohtaja.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:puheenjohtaja.vsavy(at)gmail.com)

puhelin 044 314 4838



Yhteystiedot

Postiosoite

PL 115, 20101 Turku

Sähköposti

[info\(at\)vsavy.fi](mailto:info(at)vsavy.fi)

Puhelin

044 314 4838, voit lähettää myös tekstiviestin tai jättää soittopyynnön.

Kotisivut

www.vsavy.fi

Tilinumero

Liedon Säästöpankki FI66 4309 1520 0042 74

Puheenjohtaja

Marjatta Pihlajamaa, [puheenjohtaja.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:puheenjohtaja.vsavy(at)gmail.com)

Sihteeri

Jari Kauhaniemi, [sihteeri.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:sihteeri.vsavy(at)gmail.com)

Huom! Korvaa sähköposteissa merkkijono (at) merkillä @.

Hallituksen jäsenet kevät- ja kesäkaudella 2020

Marjatta Pihlajamaa, puheenjohtaja

Risto Savolainen

Pirjo Saarinen

Karoliina Takkinen

Tarja Kiviranta, varapuheenjohtaja

Terje Vainio, rahastonhoitaja

Eija Järveläinen

Hilkka Kauhaniemi, varajäsen

Hallituksen ulkopuolinen jäsen

Jari Kauhaniemi, sihteeri

Jäsentiedotteiden postitus

Seuraava jäsenkirje 1/2021 ilmestyy tammikuussa. Tämä jäsenkirje on luettavissa verkkosivuillamme. Muistathan seurata myös Aivoitus-lehden yhdistyspalstan ilmoituksiamme.

Voit ilmoittaa jäsenillässä tai sähköpostilla [tiedotus.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:tiedotus.vsavy(at)gmail.com), kun haluat muutoksen jäsentiedotteiden postitukseen.

- 1) Haluan jäsenkirjeen ilmestymisestä ilmoituksen sähköpostiini
- 2) Haluan jäsenkirjeen paperisena postissa kotiini
- 3) Haluan sähköpostiini ilmoituksen yhdistyksen verkkosivujen muutoksista

Ilmoittamaasi sähköpostiosoitetta ei anneta minkään muun tahon käyttöön.

Yhdistyksen Facebook- sivut löydät osoitteessa

<http://www.facebook.com/VarsinaisSuomenAivovammayhdistys>. Voit käydä katsomassa ilmoituksiamme ilman Fb- tunnuksia tai Fb- kirjautumista. Facebook-utiset ovat myös luettavissa nettisivujemme vsavy.fi etusivun vasemmassa alakulmassa.

Tämän jäsenkirjeen sisältö:

- 1) Tiedotettavaa ja tulevia tapahtumia
- 2) Vertaisryhmät
- 3) Kevään tapahtumakalenterit
- 4) Salon ja Forssan toimintaryhmät

Sivut

4–5

6–8

9–10

11

Tiedotettavaa ja tulevia tapahtumia

Jäsenmaksu 2020

Olethan maksanut yhdistyksemme jäsenmaksun tälle vuodelle. Laskun olisi pitänyt tulla keväällä. Jos et muista onko asia hoidettu, niin saat sen selville osoitteesta [sirpa.salonen\(at\)aivovammaliitto.fi](mailto:sirpa.salonen(at)aivovammaliitto.fi) tai puhelimitse numerosta 050 408 7095. Sirpalta saat tarvittaessa myös jäsenmaksun maksutiedot.

Hallituksen kokoukset

Tiedoksi jäsenillemme, että **yhdistyksen hallitus kokoontuu** kuukausittain.

Hallitus hoitaa järjestön yhteisiä asioita ja tekee niistä päätöksiä. Mikäli sinulla on asiaa hallituksen jäsenille tai haluat, että hallitus käsittelee kokouksessaan jonkin sinulle tärkeän asian, ota yhteyttä hallituksen jäseniin joko suullisesti tai kirjallisesti ja esitä heille asiasi. Yhteystiedot löydät tämän kirjeen alusta ja nettisivuilta.

Ylimääräinen vuosikokous

Kutsumme jäsenemme mukaan yhdistyksen ylimääräiseen vuosikokoukseen **tiistaina 8.9.2020**, alkaen **klo 18 Happy Houseen**, os. Ursininkatu 11. Kokouksessa valitaan uudet jäsenet hallitukseen erovuoroisten tilalle.

Keväällä pidetyssä vuosikokouksessa käsiteltiin vain tilinpäätös, jotta vahvistettu tilinpäätös saatiin toimitettua avustushakemuksiin. Päätettiin, että viime vuonna valittu hallitus jatkaa syksyllä pidettävään ylimääräiseen vuosikokoukseen asti.

Seuraavilla henkilöillä: Marjatta Pihlajamaa, Tarja Kiviranta, Karoliina Takkinen ja Hilikka Kauhaniemi on vielä toinen vuosi toimikaudesta jäljellä. Kokouksessa valitaan uuteen hallitukseen neljä varsinaista jäsentä ja yksi varajäsenen.

Perhepäivä

Varsinais-Suomen Aivovammayhdistys järjestää jäsenistölleen **Perheiden retkipäivän Korkeasaareen 22.8.2020**. Lähtö klo 9.00 Turun **Tuomiokirkon aukiolta**. Takaisin Turussa olemme noin klo 19.00. Retken **hinta on 20€/perhe**. Perheestä vähintään yhden pitää olla yhdistyksemme jäsen.

Hintaan sisältyy: bussimatkat, liput Korkeasaareen, opastettu kierros Korkeasaarella, menomatalla kahvi ja sämpylä, pieni välipalapussi päiväksi. Bussi on matalalattiabussi, joten pyörätulia käyttävät istuvat bussin penkeillä matkan ajan. Paikkoja retkipäivään on rajoitetusti. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

Ilmoittautumisaika retkipäivään oli 2.5-3.8.2020. Jos olisit lähdössä mukaan, niin kannattaa kysellä Hilkalta, onko vielä vapaita paikkoja. Ilmoittautumiset: info@vsavy.fi. Ilmoittautumisessa pitää olla jäsenen nimi, retkelle lähtevien lukumäärä ja puhelinnumero. **Lisätietoja p. 0500 525 595, Hilikka**.

Vain maksettu matka on varattu matka. Maksut **viimeistään 3.8.2020** yhdistyksen tilille. Tilinumero: FI66 4309 1520 0042 74, käytä viitettä **2804**. Jälkiilmoittautuneet maksavat maksun heti.

Tervetuloa viettämään mukavaa retkipäivää !!!

Ruotsin risteily

Siirrämme risteilyn ensi vuoden keväälle, jolloin koronatilanne on toivottavasti helpottunut mahdollistaen turvallisen osallistumisen risteilylle.

Ruotsalainen teatteri

Menemme opastetulle kierrokselle **Turun ruotsalaiseen teatteriin ti 15.9. klo 17.30.**

Huom kellonaika Tapaaminen on teatterin lipunmyynnin edessä Thalian kauppakeskuksen puolella. Valitettavasti teatterissa kulkeminen ei sovi pyörätuolia käyttäville jäsenillemme. Tilaisuuteen mielellään ilmoittautuminen, sillä paikkoja on rajoitetusti (maks. 25), joko puhelimitse 044 3144 838 tai sähköpostilla [puheenjohtaja.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:puheenjohtaja.vsavy(at)gmail.com)

Kävelyrobotiikka avuksi liikkumisen opetteluun

Robotisoidusta kävelykuntoutuksesta hyötyvät tutkimusten perusteella etenkin neurologiset asiakkaat, kuten aivoverenkiertohäiriön, MS, parkinson taudin, **aivovamman tai selkäydinvamman** saaneet tai neurologisia sairauksia sairastavat, joilla kävely on vaikeutunut tai ei onnistu lainkaan.

Turkuun toukokuussa 2019 avatussa Neuropisteessä on otettu käyttöön alueen ensimmäinen **Lokomat Pro FreeD** -laite, joka mahdollistaa tehokkaan toiminnallisen kävelyterapian. Robotisoidusta kävelykuntoutuksesta ja sen vaikutuksista on tehty yli 10 vuoden ajalta tieteellisiä tutkimuksia. Siitä meille tulee kertomaan **ti 6.10.** jäseniltään Neuroliiton avokuntoutuspäällikkö **Arja Toivomäki**.

Aivovammojen käypähoitosuositus

Tiistain 20.10. jäsenillassa meillä on erinomainen tilaisuus kuulla aivovammojen uusitusta käypähoitosuosituksesta. Puhujana ja vastaamassa kuulijoiden kysymyksiin on aivovammaliiton toiminnanjohtaja **Päivi Puhakka**.

Asiantuntijaluento

Syksyn luento pidetään **tiistaina 17.11.2020 klo 18.** Illan aiheena on **Tukea arkeen**. Puhujana Tyksin sosiaalityöntekijä **Taina Kiuru**.

Paikkana on **Happy House**, Ursininkatu 11. Luentotilaisuus on kaikille avoin ja sinne on vapaa pääsy.

Vertaisryhmät

Yhdistys toimii aivovammaisten ja eri syistä aivovaurion saaneiden ja heidän omaistensa sekä ammattihenkilöiden yhdyssiteenä. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen monenlaista vertaistukea.

Keskinäiseen keskusteluun ja kokemusten vaihtoon perustuvaa vertaistukea on tarjolla sekä yksilöille että ryhmille, niin vammautuneille kuin heidän läheisilleenkin.

Ryhmät kokoontuvat säännöllisesti syyskuusta toukokuuhun. Kokoontumisajat ja paikat on kerrottu jäljempänä kevään tapahtumakalenterissa.

Aivovammaisella henkilöllä tai hänen läheisellään on mahdollisuus saada myös henkilökohtainen vertaistukihenkilö. Tukihenkilöiden välittämistä hoitaa **järjestösuunnittelija Leena Koivusaari, Aivovammaliitto, puh. 050 306 4181** (hänen sijaisenaan toimii Elina Perttula).



Vertaisryhmät

Aivovammautuneen läheisten vertaistukiryhmä kokoontuu kerran kuussa vaihtamaan kuulumisiaan vertaistensa kanssa. Kokoontuminen on yleensä kuukauden ensimmäisen jäsenillan yhteydessä **Happy Housessa**. Toisinaan on myös muuta ohjelmaa. Ryhmään on kaikilla vapaa pääsy. Ryhmän vetäjät:

Tarja Kiviranta puh **041 504 8909** tai

Eija Järveläinen puh. **040 767 9786**.

Miesten ryhmä (Karjukerho) kokoontuu pari kertaa kuukaudessa. Miehet kokoontuvat kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona **Happy Housessa** juttelemassa ja kahvittelemassa samalla he yhteisesti päättävät siitä mikä on kuukauden toisen tapaamisen aihe. Miesten ryhmään ovat kaikki tervetulleita. Miesten ryhmästä voit kysellä

Risto Savolainen, puh. **040 506 5192**

Jari Karjalainen, puh. **0400 818 104**

Vammautuneiden naisten ryhmä kokoontuu kuukauden ensimmäisenä torstaina **Happy Housessa**. Myös naisten ryhmään ovat kaikki tervetulleita. Naisten ryhmästä voit kysellä

Pirjo Saarinen, puh. **050 528 6475**

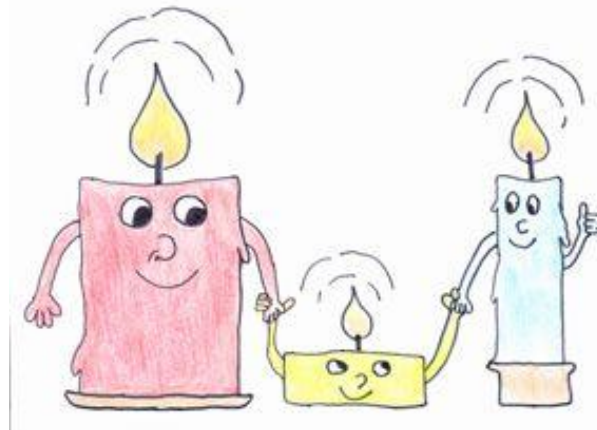
Marja Leena Mäntyharju, puh **0440 991 231**.

Nuorten aikuisten ryhmän toiminta keskitetään yksittäisiin tapahtumiin, mm. iloinen iltapäivä, laivaristeily ja virkistysviikonloppu. Yhteyshenkilönä: **Terje Vainio**, puh. **040 565 3737** tai sähköposti [nuoriso.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:nuoriso.vsavy(at)gmail.com). Seuraa sähköposti- ja Facebook-ilmoittelua.

Vertaistukihenkilö vammautuneille on myös läsnä joka kuukauden ensimmäisessä jäsenillassa klo 18 alkaen. Mikäli haluat jäsenillan yhteydessä keskustella vertaistukihenkilön kanssa kahden kesken, toivomme, että soitat etukäteen ja varaat ajan,

Pirjo puh. **050 528 6475**. Voit olla yhteydessä vertaistuen tarpeesta myös sähköpostitse:

[vertaistuki.vsavy\(at\)gmail.com](mailto:vertaistuki.vsavy(at)gmail.com). Keskusteluja voidaan käydä sekä ryhmä- että yksilökeskusteluina.



Hyvinvointikerho

Hyvinvointikerho kokoontuu **Marjatta Pihlajamaan** ohjauksella **kuukausittain** ennen ensimmäistä jäseniltaa Happy Housessa. Kerho aloittaa **1.9 klo 16.30** aiheena keskustelutilaisuus koronakeväästä ja sen tuomista muutoksista elämäämme. Seuraavat kokoontumiskerrat ovat **6.10 ja poikkeuksellisesti 17.11 klo 16.30**. näiden kokoontumisten aiheet tulevat teidän toivomusten mukaisesti. Marjatan tavoitat numerosta **044 314 4838**.

Liikuntaryhmät

Tammikuun jäsenkirjeessä ja netissä oli, että kootaan liikunnan suunnitteluryhmä ja kevään aikana päätetään mitä tehdään. Ryhmään oli jäsenkirjeessä kutsu, mutta ei tullut yhtään halukasta pohtimaan asiaa. Hallituksessa sovittiin liikunnallista tapahtumaa ryhmiin. Kevään aikana eivät ryhmät juurikaan ole kokoontuneet, joten liikunnallisia tapahtumiakaan ei ole ollut

Taidekerho

Taidekerho on kokonaisuudessaan tauolla. Kerhon bändi harjoittelee, eli jos olet kiinnostunut yhteissoitosta, niin ota yhteyttä p. **044 314 4838**. Jos olet kiinnostunut taiteen ja toiminnan kuntouttavasta vaikutuksesta, ota yhteyttä Happy Houseen. He järjestävät siihen liittyvää monenlaista toimintaa. Taideryhmä kokoontuu parittoman viikon tiistaisin klo 11–13.30. Muitakin esimerkkejä tarjonnasta on tässä alla kohdassa Muut kerhot ja myös Happy Housen nettisivuilla www.happyhouseturku.fi.

Tarkista yhdistyksen järjestämien tapaamisten paikka ja aika tapahtumakalenterista.

Muut kerhot

Happy House, os. Ursininkatu 11, Turku, tarjoaa monenlaisia tapahtumia ja kerhoja sekä kursseja. Näistä kannattaa etsiä lisätietoja ja hintoja osoitteesta www.happyhouseturku.fi tai Happy Housen Facebookista.

Syksyn tapahtumakalenteri

Kokoontumispaikkojen osoitteet:

- Kohtaamispaikka **Happy House**, Ursininkatu 11
- Turun ruotsalainen teatteri, Aurakatu 10

Syyskuu 2020

ti 1.9.	16.30-17.30	Hyvinvointikerho, Happy House. Aiheena: keskustelutilaisuus koronakeväästä ja sen tuomista muutoksista elämäämme.
	18-20	Läheisten ryhmä, Happy House
	18-20	Jäsenilta , Happy House. Syksyn ohjelma, yhdistyksen toiminnan ja hallituksen esittely.
ke 2.9.	12.30-14.30	Miesten karjukerho, Happy House
to 3.9.	13-15	Naisten ryhmä, Happy House
ti 8.9.	18-20	Ylimääräinen vuosikokous, Happy House
ti 15.9.	17.30-19.30	Jäsenilta, opastettu vierailu Turun ruotsalaisessa teatterissa. Huom. kellonaika!
la 19.9.	13.00-	Hirvensalo , iloinen iltapäivä, katso pj-palsta kirjeen alussa

Lokakuu 2020

ti 6.10. ->	16.30-17.30	Hyvinvointikerho, Happy House.
	18-20	Läheisten ryhmä, Happy House
	18-20	Jäsenilta, Happy House, Kävelyrobotiikka avuksi liikkumisen opetteluun , Neuroliitto, avokuntoutuspäällikkö Arja Toivomäki
ke 7.10.	12.30-14.30	Miesten karjukerho, Happy House
to 8.10.	13-15	Naisten kerho, Happy House
ti 20.10. ->	18-20	Jäsenilta, Happy House, Uusittu aivovammojen käypähoitosuositus, Aivovammaliiton toiminnanjohtaja Päivi Puhakka

Marraskuu 2020

ti 3.11.	18–20	Läheisten ryhmä, Happy House
– >	18–20	Jäsenilta, Happy House, vapaata seurustelua, kahvia ja pelejä
ke 4.11.	12.30–14.30	Miesten karjukerho, Happy House
to 5.11.	13–15	Naisten kerho, Happy House
ti 17.11.	16.30–17.30	Hyvinvointikerho, Happy House.
– >	18–20	Asiantuntijaluento , Happy House, illan aiheena on Tukea arkeen ja luennoitsijana on Tyksin sosiaalityöntekijä Taina Kiuru .

Joulukuu 2020

ti 8.12.	18–20	Joulujuhla , Happy House
– >		
ke 9.12.	12.30–14.30	Miesten karjukerho, Happy House
to 10.12.	13–15	Naisten kerho, Happy House



Salon seudun toimintaryhmä

Salon seudun toimintaryhmä kokoontuu joka **kuukauden toisena tiistaina klo 18. Prykin kerhokeskuksessa**. Paikka sijaitsee kävelymatkan päässä Salon rautatieasemalta. Rautatieasemalta kulkee kevyen liikenteen väylä suoraan Prykin kerhokeskukseen. Osoite on Salmenranta 2, Salo.

Syksyn 2020 jäseniltojen ohjelma:

- syyskuu ti 8.9. Vapaata seurustelua. Kevään ja kesän kuulumiset ja syksyn muiden jäseniltojen ohjelmasta sopiminen
- muut jäsenillat ti 13.10., 10.11. ja 8.12.

Ryhmän vetäjänä on **Terhi Hellberg**, puhelin **044 314 4838**.

Tervetuloa mukaan niin uudet kuin vanhatkin jäsenet!

Forssan seudun toimintaryhmä

Forssan toimintaryhmän **kuukausikokoontuminen** pidetään Ystävän kammarilla (Hämeentie 5) maanantaisin klo 14–16. Syksyn kokoontumispäivät ovat **21.9., 19.10., 16.11. ja 14.12.** Iltapäivien ohjelma vahvistetaan kevään tapaamisissa. Tapaamisen kahvimaksu on 2,50e.

Forssan toimintaryhmän **liikuntaryhmän** kokoontumiset jäävät vähäisen osallistumisen vuoksi tauolle.

Tervetuloa mukaan! Lisätietoja: **Tiina Ählman**, [tiina.ahlman\(at\)gmail.com](mailto:tiina.ahlman(at)gmail.com)

Osoite: PL 115
20101 Turku
044 314 4838
www.vsavy.fi
Varsinais-Suomen
Aivovammayhdistys ry



Varsinais-Suomen
Aivovammayhdistys ry

