

# Oulun Seudun Aivovammayhdistys ry

Jäsenkirje 2021/2

## KUTSU SYYSKOKOUKSEEN

Oulun Seudun Aivovammayhdistys ry:n sääntömääräinen syyskokous pidetään lauantaina 9.10.2021 klo 13.00-15.00. Paikka: Kumppanuuskeskus, kokoustila Asema, os. Kansankatu 53 Oulu (sisäänkäynti Vanhantullinkadun puolelta).

Kokouksessa käsitellään:

- Vahvistetaan vuoden 2022 toimintasuunnitelma, tulo- ja menoarvio sekä jäsenmaksun suuruus
- Valitaan hallituksen puheenjohtaja sekä muut hallituksen jäsenet ja varajäsenet
- Valitaan toiminnantarkastaja ja varatoiminnantarkastaja
- Mahdolliset muut asiat

Tervetuloa!

## TOIMINTAA OULUSSA

Syksyn jäsentapaamiset avoimena vertaisryhmänä kuukauden viimeisenä keskiviikkona klo 12.00-15.00.

Myös läheiset ovat tervetulleita.

- ke 29.9. Myllyojan asukastuvalla, os. Jokivarrenpolku 5 Oulu. Makkaranpaistoa, nokipannukahvia ja pihapelejä. Ilmoittautuminen tarjoilun vuoksi 24.9 mennessä Eilalle [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com) tai tekstiviestillä puh. 040 567 6989.

- ke 13.10. klo 16.00-18.00 Myllyojan asukastuvalla, os. Jokivarrenpolku 5. Oulu. Tule viettämään rattoisaa iltapäivää mukavassa seurassa, makkaranpaistoa ja nokipannukahvia. Arvontaa. Ilmoittautuminen tarjoilun vuoksi 6.10 mennessä Eilalle [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com) tai tekstiviestillä puh. 040 765 6989.

- ke 27.10. Myllyojan asukastuvalla, os. Jokivarrenpolku 5 Oulu. Grillattavan, nokipannukahvin ja yhdessäolon merkeissä. Ilmoittautuminen tarjoilun vuoksi 22.10 mennessä Eilalle [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com) tai tekstiviestillä puh. 040 765 6989.

- ke 24.11. Kastellin kirkon seurakuntasalissa, os. Töllintie 38 Oulu. Joulutorttukahvit ja kuunnellaan joulumusiikkia.

- ke 29.12. Kastellin kirkon seurakuntasalissa, os. Töllintie 38 Oulu. Uuden vuoden vastaanottoa ja suunnittelua. Tarjolla pientä purtavaa. Tiedustelut: [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com)

## AIVOVAMMAVIIKON ETÄLUENTO

Maanantaina 15.11. klo 17.00-18.00 "Toimintakyvyn avaimia"

Luennoitsija: Neuropsykiatrinen valmentaja, Marge Miettinen.

Miten arjessa jaksaisi edes osan päivästä? Mistä saisi lisää energiaa, mikä sopisi juuri minulle? Miksi aika loppuu päivittäin, enkä saa asioita hoidettua? Miten jaksan itseäni ja muita?

Kysymyksiä voit lähettää Margelle 31.10 mennessä [marge.miettinen@gmail.com](mailto:marge.miettinen@gmail.com)

Ilmoittautumiset 10.11 mennessä [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)

Saat lähempänä luentoa Teamsin osallistumisohjeet ja linkin sähköpostiisi.

ke 17.11 klo 8.30-11.30 Olka Oulu järjestöpiste Kaiku, OYS:n Avohoitotalon aulassa. Vertaistukea ja tietoa yhdistyksen toiminnasta.

## PIKKUJOULU

Lauantaina 4.12. klo 15.00 ravintola Nallikari (esteetön tila) os.Nallikarinranta 15 Oulu.  
Päivällisen hinta 10€/ jäsen ja 35€/ ei jäsen.

- Musiikkia Duo Ari Hyvälä& Keijo Paasila  
- Arvontaa

Ilmoittautumiset ja erikoisruokavaliot- ainerajoitukset 19.11.2021 mennessä  
Eilalle [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com) tai teksiviestillä puh. 040 765 6989.

Maksu Oulun Seudun Aivovammayhdistys ry:n tilille FI78 5740 7520 0587 68.

Viimeistään 19.11.2021 mennessä, viestiksi joulupäivällinen.

Tervetuloa!

### Joulubuffet:

Lämminsavulohta

Lohipateeta ja rapuskagen

Silliä ja silakkaa

Maalaispateeta ja punasipulihilloketta

Rapeaa salaattia ja luumutomaattia

Omena-sellerisalaattia talon tapaan

Talon rosollia

Metsäsienisalaattia

Tilliperunaa

Saaristolaisleipää, luomuvehänäleipää, rieskaa

Kirnuvoita

Häränlihaa ja punaviinikastikettä

Porkkana- lanttulaatikkoa

Herneitä ja luumua

Karpalo-pipari-juustokakkua

Jouluomena-lehtileivonnaisia

Vaaleita ja ruskeita pipareita

Tummapahto Mundo -luomukahvia

Just T-luomuteetä

Ruokajuomana jäävesi ja sekamehu

## KEILAILU

Yhdistys on varannut jäsentemme käyttöön kaksi keilarataa tiistaisin 5.10.,19.10., 2.11.,  
16.11., 7.12. ja 21.12 klo 12.00-13.00 Oulun Keilahallilla, os. Isokatu 97 Oulu (esteetön tila  
ja maksuton). Kengävuokra on omakustanteinen.

## NUORET AIKUISET

Lisätietoa tapaamisista saat lähettämällä sähköpostia [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)

## KULTTUURIRYHMÄ

Tiedustelut: [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)

## TOIMINTARYHMÄT

### Kemi

- ke 13.10. Aivokaisten syysretki. Ilmoittautuminen 6.10 mennessä Harrille. Tarkempi ohjelma ja paikka ilmoitetaan myöhemmin.

- ke 10.11. Keskustellaan aivovammaisten asioista. Avointa keskustelua kahvien merkeissä. Ilmoittautuminen 3.11 mennessä Harrille. Tarkempi ohjelma ja paikka ilmoitetaan myöhemmin.

- ti 7.12. Aivokaisten pikkujoulu ravintola Hertta Sky Kemi. Ohjelma ja alkamisajankohta ilmoitetaan myöhemmin. Ilmoittautuminen 23.11 mennessä Harrille.

Voit seurata toimintaamme <http://aivokaiset.blogspot.fi>

Yhteyshenkilö: Harri Hyvärinen puh. 045 617 4140, [hh.aivovammaliitto@gmail.com](mailto:hh.aivovammaliitto@gmail.com)

### Rovaniemi

Tapaturmaisen aivovamman saaneiden vertaistukiryhmä Rovaniemellä.

Rentoa ajatusten vaihtoa ja yhteistä tekemistä. Kokoonnotukset aina kuukauden 1. keskiviikko klo 18-20. Paikka: Kansalaistalo, Rovakatu 23, Rovaniemi.

Lisätietoja: Tarja puh. 040 538 2947

### Ylivieska

Lisätietoja tapaamisista sekä nuoret aikuiset-ryhmästä saat yhteyshenkilö Asto Myllylältä puh. 050 553 0606, [astojanne@gmail.com](mailto:astojanne@gmail.com)

### Kajaani

Tiedustelut: [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)

Jos haluat jäsenkirjeen sähköisesti, lähetäthän yhteystietosi tiedottaja Hannu Pirnekselle, [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)

Löydät yhdistyksen toiminnasta ajankohtaista tietoa seuraavilta sivuilta:

[www.aivovammayhdistykset.fi/osary](http://www.aivovammayhdistykset.fi/osary)

[www.aivovammaliitto.fi/aivovammayhdistykset/](http://www.aivovammaliitto.fi/aivovammayhdistykset/)

[www.facebook.com/oulunseudunaivovammayhdistysry](https://www.facebook.com/oulunseudunaivovammayhdistysry)

Aivoitus-lehden yhdistyspalsta.

Seuraa koronatilanteen vuoksi ajankohtaisia tiedotuksia yhdistyksen Facebook- ja verkkosivuilta.

Noudatamme viranomaisten ohjeita.

**HYVÄÄ SYKSYN JATKOA!**

Terveisin

Oulun Seudun Aivovammayhdistys ry:n hallitus

Eila Sääsö puheenjohtaja puh. 040 765 6989, [eila.saasko@gmail.com](mailto:eila.saasko@gmail.com)

Yhdistyksen sähköpostiosoite: [oulunavry@gmail.com](mailto:oulunavry@gmail.com)