

Kevätpääsky

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Lounais-Suomi

LOUNAIS-SUOMEN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYKSEN JÄSENTIEDOTE 1/2023



Muistathan ilmoittautua lipasvahdiksi!

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys ry

Toimisto: Aurakatu 22 A 1, 20100 TURKU

Avoimna: maanantai, tiistai ja torstai klo 11–16

Y-tunnus: 0595891-2

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Lounais-Suomi

puh. 040 541 3310, info@allergiaturku.com

www.lounais-suomi.allergia.fi

www.facebook.com/lounaissuomenallergia

Toiminnanjohtaja Tarja Kivelä, puh. 040 744 6414

toiminnanjohtaja@allergiaturku.com

Yhdistyksen toimialue

Aura, Kaarina, Kemiönsaari, Koski TI, Kustavi, Laitila, Lieto, Loimaa, Marttila, Masku, Mynämäki, Naantali, Nousiainen, Oripää, Paimio, Parainen, Pyhäranta, Pöytyä, Raisio, Rusko, Salo, Sauvo, Taivassalo, Tarvasjoki, Turku, Uusikaupunki ja Vehmaa.

HALLITUS 2023

Puheenjohtaja: Seppo Pekkala

Jäsenet:

Katja Jäntti

Johanna Koskinen

Pirjo-Riitta Liuksila

Erkka Valovirta

Arja Viinanen

Pirjo Gyllenberg

Tuula Koponen

Paula Nenonen

Ritva Palmuharju

Margit Roininen

Yleisvarajäsenet:

Hanna Pihlajamaa

Saana Lehtonen

Pirjo-Leena Laaksonen

Anneli Jokinen

Arja Harju

Liisa Pohjola

Allergia- ja astmaneuvo

Ma, ti ja to klo 12-14 puh. 040 744 6414

Soittaminen maksaa normaalin puhelinmaksun verran. Yhteydenotot muina aikoina sähköpostitse: toiminnanjohtaja@allergiaturku.com.

Vastaamme sähköposteihin muutaman päivän sisällä.

Luento- ja koulutuspalvelut

Luento- ja koulutuspalvelua tilattavissa puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com.

Ravitsemusneuvonta

Ravitsemusasiantuntijan vastaanotto ajanvarauksella yhdistyksen toimistolla (myös ilta-aikoja).

Hinnat: jäsenille 30€, muille 80€ per tunti

Liikunta

Liikuntavastaavana ja hierojana toimii fysioterapeutti Hanna Pihlajamaa. Yhteydenotot puh. 050 326 3379, www.fysioterapeutti.hanna.com, hanna@fysioterapeutti.hanna.com

Vastaanotamme lahjoituksia ja testamentteja

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys vastaanottaa lahjoituksia ja testamentteja. Varat suunnataan allergiaa ja astmaa sairastavien hyväksi lahjoittajan toivomukset huomioiden. Ota yhteyttä puh. 040 541 3310.

KEVÄTPÄÄSKY on Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys ry:n jäsentiedote.

Painosmäärä: 1000 kpl.

Taitto ja paino: Kirjapaino Pika Oy
Seuraava jäsentiedote, Syyspääsky ilmestyy viikolla 34-35/2023

Ilmoitusvaraukset viimeistään 15.6.2023

Aineiston jättö viimeistään 15.6.2023

Lämmin kiitos jäsentiedotteemme ilmoittajille!

Kansikuva: Tuula Koponen

Puheenjohtajan palsta

Yhdistyksemme 50. toimintavuosi (2022) sujui pääosin odotetusti arkeisen työn merkeissä ja hiukan juhlistaenkin. Yhdistyksen historiikki päivitettiin ja on saatavilla yhdistyksen nettisivuilla. Tapahtumiin osallistumista helpotti koronaviruksen leviämisen laantuminen.

Kiitokset kaikille jäsenillemme toimintamme tukemisesta jäsenyyden avulla ja kiitokset kaikille vapaaehtoistyöhömmme osallistuneille. Ilman jäseniä ja vapaaehtoisia toimintamme ja tuloksemme olisivat aika vähäisiä.

Varsinais-Suomen sosiaali- ja terveysalan hyvinvointialueen toiminta on käynnistynyt tammikuun 2023 alussa. Ensimmäinen tukianomuksemme hyvinvointialueelle on tehty marraskuussa. Yhdistys on päättänyt osaltaan laatia kuvauksen palvelutietovarannostaan, mikä tarkoittaa käytännössä yhdistyksen palveluiden kuvaamista asiakaslähtöisesti ja kaikkien nähtäville. Tämä luonee myös pohjaa sosiaali- ja terveysalan toimijoiden yhteistyölle hyvinvointialueella.

Maalis-huhtikuussa 2023 pidetään eduskuntavaalit. Sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöillä on perinteinen Pieni ele - vaalikeräys sekä ennakkoonääntäyksen että vaalipäivän äänestyspaikoilla. Keräykseen osallistuvilla

Toiminnanjohtajan terveiset

Taas on aika pohtia menneitä ja suunnitella uutta. Vuoden 2022 syyskausi on tuonut yhdistykselle edellisiä kausia enemmän mahdollisuuksia tavata yhteistyökumppaneita ja jäseniä kasvokkain. Se on suuri helpotus kahden vaikean koronavuoden rajoitteiden alaisuudessa tehtyyn työhön. On ollut ilo jakaa ammatillista tietoa tapahtumissa, toimiston luentoiloissa ja jopa turuilla ja toreilla. Tätä kevättä elämme suuren organisaatiomuutoksen tuomien haasteiden ja mahdollisuuksien keskellä. Kolmannen sektorin esille tuominen osana allergia-, iho- ja astmasairauksien hoitoa on tulevaisuuden haasteena Sote - uudistuksessa. Tähän haasteeseen olemme jo tarttuneet.

Yhteistyö terveydenhuoltoalan ammattilaisten; Allergia-, Iho- ja Astmalitiiton; vapaaehtoistoimijoiden ja yhdistyksemme hallituksen kanssa ansaitsee nyt kiitokset.

yhdistyksillä on mahdollisuus keräyksen avulla saada merkittävä taloudellista tukea toiminnalleen.

Yhdistyksemme pyrkii aktiivisesti osallistumaan keräykseen. Onnistuneen varainhankinnan pohjana on runsas joukko lipasvahteja ja paljon keräystunteja, koska tuotot jaetaan osallistuville yhdistyksille niiden tekemien keräystuntien suhteessa. Tule mukaan tähän muutaman päivän vapaaehtoistyöhön, jonka tulokset tukevat allergia- ja astmatietouden levittämistä. Toimistosiihteeri Maritta Rusin kanssa voi sopia itselle sopivista keräyspaikoista ja -ajoista.

Toiminnanjohtajamme Tarja Kivelä on alkuvuonna jättämässä tehtävänsä ja siirtymässä kokoaikaiseksi eläkeläiseksi. Tarjalle suurkiitokset toiminnastaan ja tervetuloa vapaaehtoistoimijoiden joukkoon. Tarjan työn jatkajaa ei ole toistaiseksi tiedossamme. Jos sinulla on tiedossa toimesta kiinnostuneita, niin kerro.

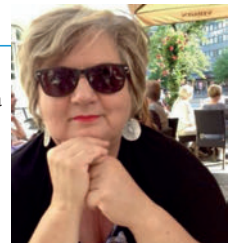
Hyvää ja toimeliasta vuotta 2023 kaikille, yhteistyössä eteenpäin.

Seppo Pekkala

Ilman asiantuntevaa ja sitoutunutta tukiverkostoa olisi toiminnanjohtajan työni ollut mahdotonta toteuttaa siinä mittakaavassa, mitä olen nyt saanut vuoden 2019 loppupuolelta asti suorittaa ammattimaisesti ja osaavasti kaikkia halukkaita neuvoen ja tukien.

Kevään myötä siirryn kokopäiväiseksi eläkeläiseksi ja muistelen lämmöllä kaikkia tapaamisia ja kohtaamisia minua tukeneiden ja elämäni rikastuttaneiden tahojen kanssa.

Tarja Kivelä



Haluatko sähköpostiisi tietoa yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista?

Ilmoita sähköpostiosoitteesi: info@allergiaturku.com.

Muistathan myös päivittää osoitetietosi niiden muuttuessa.

Ilmoittautuminen tapahtumiin: puh. 040 541 3310, info@allergiaturku.com

tai yhdistyksen sivuilla www.allergiaturku.com/tapahtumat.

Yhdistyksen pankkiyhteys: Osuuspankki FI12 5711 6120 0407 83

Huom! tapahtumakohtaiset viitenumerot.

Valtakunnallinen allergianeuvonta

ma 14-18, to 8-12 puh. 044 773 2052 allergianeuvoja@allergia.fi

Neuvontaa myös sähköpostitse jäsenille: Kirjautu palveluun: www.allergia.fi/jasenextra (sivun yläosassa).

Jäsennumero toimii käyttäjätunnuksena ja postinumero salasanan.

Iho- ja kosmetiikkaneuvonta

ma-to klo 10-15, kosmetologi Merike Laine, puh. 040 834 8803, kosmetiikka@allergiahelsinki.fi

Maksuttomasta iho- ja kosmetiikkaneuvonnasta voit kysyä kosmetiikka-allergioista ja ihonhoitoon liittyvistä asioista. Helsingin Allergia- ja Astmayhdistyksen iho- ja kosmetiikkaneuvonta palvelee valtakunnallisesti. Kysymyksiin vastaa farmaseutti, kosmetologi Merike Laine. Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys ylläpitää myös kosmetiikan allergiaportaalia, josta voit etsiä tietoja kosmetiikkatuotteista.

Kemikaalineuvonta

Ma-ke 10-14, puh. 041 448 6311, claudia.mariottini@allergia.fi

Kemikaaleihin liittyviin kysymyksiin vastaa kemikaaliasiantuntija, farmaseutti, biokemisti (FM), toksikologi (FM) Claudia Mariottini. Neuvontamme palvelee myös sähköpostitse.

Ruoka-allergianeuvonta

Liiton allergianeuvonnan lisäksi voit kysyä ruoka-allergioista myös Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksestä. Yhdistys neuvoa ruoka-asioissa valtakunnallisesti. Ruoka-allergianeuvonta avoinna ma -to klo 10-14, dieettikokki, restonomi (AMK) Tuula Jokinen puh. 045 235 2861.

Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys ylläpitää myös Erimenu-palvelua, josta erityisruokavaliota noudattavat voivat hakea helposti omaan ruokavalioon sopivia ruokaohjeita.

Siitepöly- ja ympäristöneuvonta

instituutti@allergia.fi

Siitepölyihin ja muuhun luontoon, elinympäristöömme ja allergiaterveysteen liittyvissä kysymyksissä voi kääntyä Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutin asiantuntijoiden puoleen.

Hengitysliiton sisäilma- ja korjausneuvonta

ma - to klo 9-15, puh. 020 757 5181. Numeroon vastaavat sisäilma- ja korjausneuvonnan ammattilaiset (rakennusterveys- ja sisäilma-asiantuntijat). Palvelu on maksutonta.

Soittaminen maksaa normaalin puhelinmaksun verran.

VERTAISTOIMINTA

Toiminnasta kiinnostuneet tai vertaistukea tarvitsevat voivat olla yhteydessä vertaistoimijoihimme tai yhdistyksen toimistolle.

Turku:

Johanna Louhesto: johanna.louhesto@gmail.com

Arja Harju: puh 0400 691 999 tai arja.harju933@gmail.com

Maiju Hautamäki: maju.j.hautamaki@gmail.com anafylaktisten lasten vanhemmat

Anu Rantanen anurantanen82@outlook.com, allergiset, astmaatikat ja ihosairaat

Uusikaupunki:

Sanna Anttila: puh. 050 595 5777 tai sanna.k.anttila@gmail.com, lapset

LIIKUNTAA YHTEISTYÖSSÄ HENGITYSYHDISTYKSEN KANSSA

Lisätietoa:

www.hengitysyhdistys.fi/turunseutu/toiminta/liikuntaryhmat-0



**Turun Seudun
Hengitysyhdistys**

KUNTOUTUSTA

Allergia-, Iho- ja Astmaliiitto järjestää kursseja allergiaa, astmaa ja ihon sairauksia sairastaville ja heidän läheisilleen.

Kurssien ohjelmassa on tietopainotteisia luentoja sekä erilaista ryhmämuotoista toimintaa, kuten keskustelu-, rentoutus- ja liikuntaryhmiä. Kurseilla voi jakaa kokemuksia ja saada vertaistukea, virkistystä ja saada voimavaroja arkipäivän elämään. Kurssien ohjelma vaihtelee vuosittain ja sitä muokataan hakijoiden tarpeiden ja tavoitteiden mukaan.

Lisätietoja: allergia.fi/kurssit

kuntoutussuunnittelija

marjo.tahtinen@allergia.fi, 041 530 4055

VERKKOKURSSIT 2023

Pihisee ja puhisee

31.1.-27.2.2023

Atopia & kutina

21.2.-20.3.2023

Anafylaksialapsen läheiset

14.3.-3.4.2023

Astmaatikon painonhallinta

21.3.-15.5.2023

Paksuuntunut iho

4.4.-1.5.2023

**Voimavaroja vaikean palovamman
kokeneille**

2.5.-29.5.2023

Iho ja auringonvalo

9.-29.5.2023

HIERONTAHINNASTO ALLERGIAYHDISTYKSEN JÄSENI LLE

Vastaanotto: Fysioterapeutti Hanna Pihlajamaa, Bastioninkatu 4,
Skanssi (Turun seudun Hengitysyhdistyksen kyljessä)
Ajanvaraus nettiajanvarauksen kautta: www.fysioterapeuttihanna.com
Sähköpostilla: hanna@fysioterapeuttihanna.com
Puhelimitse: 050 326 3379.
Mainitse yhdistyksen jäsenyys aikaa varatessa!

30 min	36€
45 min	46€
60 min	56€
75 min	62€
90 min	67€
Kalevalainen jäsenkorjaus 75€	

Seuraa meitä Facebookissa:

www.facebook.com/lounaissuomenallergia



LIITY JÄSENEKSI

osoitteessa www.lounais-suomi.allergia.fi

Saat etuja!



OHJELMA KEVÄT 2023

Ilmoittautumiset kaikkiin tapahtumiin puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com tai yhdistyksen sivuilla www.allergiaturku.com/toiminta.

Teatteriliput maksetaan viimeistään kuukautta ennen näytöstä yhdistyksen tilille FI12 5711 6120 0407 83. Teatterimatkat maksetaan heti varauksen yhteydessä. Käytä yhdistyksen Tapahtumat-sivuilta löytyvää viitenumeroa maksaessasi! Turun tapahtumien liput noudetaan yhdistyksen toimistolta. Muilla paikkakunnilla oleviin tapahtumiin liput jaetaan linja-autossa.

KOULUTUKSET, LUENNOT JA TAPAHTUMAT

Helmikuu

Koulutustilaisuus terveydenhuollon ammattilaisille

To 2.2.2023 klo 12-15

Koulutustilaisuus pidetään yhdessä TYKS:n kanssa (Risto Lahesmaa -sali). Ilmoittautuminen VSSHP:n koulutuskalenterin kautta.

112-päivä

La 11.2.2023 klo 10-14

Tule tapaamaan meitä kävelykadulle (Yliopistonkatu, Turku) ja tutustumaan yhdistyksemme toimintaan.

Tietoa vaikean allergian hoidosta ja adrenaliini-injektorin käytön esittelyä.

Jaamme tuotenäytteitä

Luento- ja teatteri-ilta

Ti 14.2.2023 klo 16-18.30

Ursininkatu 11, Turku (Happy House)

Tervetuloa ystävänpäivän tapahtumaan:

Luento ikääntyvän ihon hoidosta, sh Tuulikki Niskanen

Kahvia ja rupattelua

Teatteriesitys Ansa ja Tauno

Näe Ansa Ikonen ja Tauno Palo ihka elävinä nukketeatterin keinoin osallistumalla

Kuplettiradion ainutlaatuiheen lähetykseen studioyleisön jäsenenä.

Toimittaja Mikko Foni esittää lupsakoita kysymyksiä kiehtovien näyttelijäurien varsilta ja niiden lomassa Ansa sekä Tauno laulavat ikivihreitä iskelmiään Suomi-Filmin kultaisilta vuosikymmeniltä. Tuttuihin melodioihin voi yleisökin yhtyä!

Hinta 5€ sisältää ohjelman ja väliaikakahvin.

Ilmoittautumiset: info@allergiaturku.com tai

puh. 040 541 3310 Maksu Lounais-Suomen

Allergia- ja Astmayhdistyksen tilille FI12 5711

6120 0404 83 maksuviite: 2302146

Kehonhuolto

To 16.2.2023 klo 17-18

Turun seudun hengitysyhdistyksen tilat

Bastioninkatu 4, Turku

Kehonhuoltotunnilla tehdään koko

kehon lempeitä liikkuvuusharjoitteita,

hengitysharjoitteita ja venyttelyjä. Tunti

päätetään rentoutusharjoitukseen. Ota mukaan

joustavat sisäliikuntavaatteet ja vesipullo. Ohjaaja

fysioterapeutti Hanna Pihlajamaa.

Hinta jäsenille 10€ ja muille 12€.

Ilmoittautumiset viimeistään 13.2.2023:

info@allergiaturku.com tai puh. 040 541 3310

Maksu Lounais-Suomen Allergia- ja

Astmayhdistyksen tilille FI12 5711 6120 0404 83

maksuviite: 2302162

Luento- ja teatteri-ilta

Ma 20.2.2023 klo 13-15

Tillintuvalla Paimiossa Vistantie 61, 21530 Paimio

-Luento: Vaikean allergisen reaktion hoito, sh Tarja Kivelä

- Nukketeatteri kupletti

Näe Ansa Ikonen ja Tauno Palo ihka elävinä

nukketeatterin keinoin osallistumalla

Kuplettiradion ainutlaatuiheen lähetykseen

studioyleisön jäsenenä.

Toimittaja Mikko Foni esittää lupsakoita

kysymyksiä kiehtovien näyttelijäurien varsilta ja

niiden lomassa Ansa sekä Tauno laulavat

ikivihreitä iskelmiään Suomi-Filmin kultaisilta vuosikymmeniltä. Tuttuihin melodioihin voi yleisökin yhtyä!
Ilmoittautumiset: info@allergiaturku.com tai puh. 040 541 3310

Maaliskuu

Siitepöly -tietoilta

Ti 21.3.2023 klo 18-19 yhdistyksen toimistolla Aurakatu 22, Turku

Allergiaviikon 20.-26.3.2023 aiheena siitepölyt: Biologi Jukka Reiniharju kertoo allergiaa aiheuttavista siitepölyistä.
Ilmoittautumiset puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com

Äänimaljarentoutus

La 25.3.2023 klo 14-15 Turun seudun hengitysyhdistyksen tiloissa, Bastioninkatu 4, Turku

Äänimaljarentoutus on kokonaisvaltainen syvärentoutusmenetelmä. Sen vaikutus perustuu ääniaaltoihin ja resonanssiin. Tunnin alussa tehdään hengitysharjoituksia ja kehon valmistelua rentoutumiseen. Tunnin lopussa lempeä herättely. Tunnille kannattaa ottaa mukaan kevyt viltti, pieni tyyny ja vesipullo. Ohjaajana Minna Huuonen.
Ilmoittautumiset: info@allergiaturku.com tai puh. 040 541 3310 Hintaa jäsenille 10€ ja muille 12€. Maksu Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksen tilille FI12 5711 6120 0404 83 maksuviite: 2303255

Huhtikuu

Mikä on asiakkaan asema sote-uudistuksessa?

Ti 18.4.2023 klo 18-20 yhdistyksen toimistolla Aurakatu 22, Turku

Erityisasiantuntija, sosiaalityöntekijä Risto Heikkinen, Allergia, Iho- ja Astmaliitosta tulee luennoimaan ja keskustelemaan aiheesta toimistolle Aurakatu 22, Turku
Ilmoittautumiset puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com

ArkkitehtTour kulttuurikuntoilureitti kävelen

Ke 19.4.23 klo 18

Tavataan klo 18 Kauppatorilla.

Säänmukainen varustus, vetäjänä fysioterapeutti Hanna Pihlajamaa
Ilmoittautumiset puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com

Opastettu linturetki Raisiolahdelle To 20.4.2023 klo 18-20

Kokoontuminen lintutornin luona. Kiikareille on käyttöä. Omat eväät harkinnan mukaan. Lisätietoja Seppo Pekkala puh. 045 113 0047.

Toukokuu

Liikkuen hyvää sydämelle - Unelmien liikuntapäivä

Su 7.5.2023 klo 13-15

Vietämme unelmien liikuntapäivää yhteistyössä Varsinais-Suomen Sydänpäivä, Turun AMK:n terveydenhoitajaopiskelijoiden ja Turun Ladun kanssa Littoistenjärven maisemissa. Tarkemmat tiedot tapahtumasta lähempänä tapahtumaa FB ja kotisivuilla.

Ihoilta klo 18-20

Ti 23.5.2023 yhdistyksen toimistolla Aurakatu 22, Turku

Sairaanhoitaja Marjukka Sillanpää kertoo atooppisen ihon hoidosta. Ilmoittautumiset viimeistään ma 22.5.2023 info@allergiaturku.com tai puh. 040 541 3310.

Kesäkuu

Tulossa kesällä

Kuralan Kylämäki -retkipäivä

Tutustutaan Kuralan Kylämaen maalaiskylään, puutarhoihin ja rakennuksiin. Tarkemmat tiedot tapahtumasta lähempänä tapahtumaa FB ja kotisivuilla.

UUTTA - Keväällä 2023 ohjelmassa kerhoillat

Toimistolla Aurakatu 22 A 1, 20100 Turku

Kerhoilloissa on muuttuvat teemat ja kahvitarjoilu, ja ne ovat maksuttomia (paitsi mahdollinen materiaalimaksu). Ilmoittautumiset viimeistään kerhoiltoja edeltävinä arkipäivinä: info@allergiaturku.com tai puh. 040 541 3310

Ti 7.3.2023 klo 18-20 Kerhoilta aiheena Uni ja unettomuus

Nukutko huonosti? Tervetuloa tutustumaan unettomuuden lääkkeettömään hoitoon! Unettomuuteen voi löytää avun, kun tunnistetaan ensin juurisyyn unettomuuden taustalla. Luennon aikana saat tietoa unesta, unen häiriöistä sekä unettomuuden hoidosta. Saat vinkkejä unen huoltoon ja pääset kokeilemaan rentoutusharjoituksia. Aikaa on myös kysymyksille ja keskustelulle.

Luennoitsijana fysioterapeutti/CBT-I Unettomuusterapeutti Hanna Pihlajamäe

Ti 28.3.2023 klo 18-20 Onnittelukortti -askartelu

Veräjänä Hannele Wester

Ti 4.4.2023 klo 18-20 Kokemuksia ruoka-aineallergioista

Vertaistukea ja keskustelua aiheesta, Liisa Pohjola

Ti 9.5.2023 klo 18-20 Bingo

Veräjänä Maritta Rusi

KULTTUURIA 2023

Helmikuu

Punainen viiva

la 11.2.2023 klo 14 Turun kaupunginteatteri

Liput: peruslippu 79€, eläkeläinen 74€, opiskelija 68€
maksuviite: 2302117

Turun Kaupunginteatteri, Saaristo-ooppera ja Turun filharmoninen orkesteri yhdistävät voimansa, ja tuovat oopperan teatterin Päänäyttämölle 20 vuoden tauon jälkeen. Suomen historian käännekohdasta kertovaa Punaista viivaa tähdittävät solistit Johanna Rusanen ja Waltteri Torikka.



Maaliskuu

Fanny ja Alexander

la 11.3.2023 Helsingin kaupunginteatteri

Matkan hinta 95€
maksuviite: 2303116

Lähtö Turun linja-autoaseman tilausajolaiturilta
10 klo 15.45. Matkan hintaan sisältyy bussimatka,
teatterilippu ja pullakahvit menomatalla.

Fanny ja Alexander on Ingmar Bergmanin osittain omaelämäkerrallinen sukusaaga 1900-luvun alun Ruotsista. Helsingin kaupunginteatterin suurella näyttämöllä on luvassa voimaannuttava tarina, joka



valaa uskoa selviytymiseen ja elämän voimaan. Tämän upean näyttämöspektaakkelin kruunaa todellinen suomalaisen teatterin dreamteam, sillä ohjaaja Paavo Westerbergillä on käytössään työryhmä täynnä tähtinäyttelijöitä.

Julianin juhlat

to 16.3.2023 klo 19 Turun konserttitalo

Liput: peruslippu 27,50€, eläkeläinen 22,50€,

opiskelija 10,50€

maksuviite: 2303161

Julian Rachlin, kapellimestari

Yubeen Kim, huilu

Turun filharmoninen orkesteri



Modest Musorgski: Alkusoitto oopperasta Hovanštšina

Wolfgang Amadeus Mozart: Huilukonsertto nro 2 D-duuri

Johannes Brahms: Sinfonia nro 2 D-duuri op. 73

Yubeen Kim on nuoresta iästään huolimatta voittanut kolme tärkeää kansainvälistä huilukilpailua. Kilpailuvoitot ovat singonneet hänet kuuluisuuteen. Julian Rachlin esittelee Kimin turkulaisyleisölle, ja luvassa on säihkyvä tulkinta Mozartin huilukonsertosta. Rachlin on valinnut päävierailijakautensa päättävään juhlakonserttiin lisäksi Musorgskin ja Brahmsin suurien tunteiden musiikkia.

Luonto- ja runoilta

**pe 24.3.2023 klo 19 Turun kaupunginteatteri
päänäyttämö**

Liput 25€

maksuviite: 2303242

Arin & Helin toiveikas luonto- ja runoilta

Heliseviä runoja, vankkaa luontotietoa, vaihtuvia valokuvia ja paljon naurua – sitä tarjoaa yleisölleen herkeämättä puliseva, luontoa rakastava kaksikko, luontopersona Ari Karhilahti ja runoilija Heli Laaksonen.



Karita Mattila

to 30.3.2023 klo 19 Turun konserttitalo

Liput: peruslippu 49,50€, eläkeläinen 44,50€,

opiskelija 34,50€

maksuviite: 2303307

Pierre Bleuse, kapellimestari

Karita Mattila, sopraano

Turun filharmoninen orkesteri



Kotimaisten oopperätähtien ykkönen, kahdella Grammylla palkittu sopraano Karita Mattila ei esittelyjä kaipaakaan.

Konsertin ohjelmassa kuullaan Sibeliuksen lauluja.

Huhtikuu

Diandra & Bond

to 20.4.2023 klo 19 Turun konserttitalo

Liput: peruslippu 39,50€, eläkeläinen 34,50€, opiskelija 24,50€
maksuviite: 2304209

Antti Rissanen, kapellimestari

Diandra, laulu

Turun filharmoninen orkesteri



James Bond -elokuvien tarttuvimmat melodiat ja Diandran energinen ja säkenöivä lavakarisma kohtaavat Konserttitalossa. Konsertissa kuullaan suosituimpia 007:n seikkailuja siivittäneistä kappaleista läpi vuosikymmenten. Filharmonikoita agenttimailman pyörteissä johtaa orkesterin oma Q Antti Rissanen.

Pikku naisia

la 22.4.2023 klo 14 Turun kaupunginteatteri

Liput: peruslippu 48€, eläkeläinen 44€, opiskelija 25€
maksuviite: 2304225

Rakastettu tarina tytöistä, jotka eivät epäröi etsiä omaa polkuaan. Uusi sovitus klassikosta seuraa Marchin perheen eri tavoin luovien sisarusten elämää iloineen ja suruineen.



Kesäkuu

Armi

la 10.6.2023 Ilmajoen Musiikkijuhlat

Matkan hinta 140€ + ruokailu 35€
maksuviite: 2306100

Ilmoittautumiset: info@allergiaturku.com tai
p. 040 541 3310

Lähtö Turun linja-autoaseman tilausajolaiturilta.

Lähtöaika ilmoitetaan myöhemmin.

Matkan hintaan sisältyy bussimatka, lippu ja pullakahvit menomatkalla.



VAHVAN NAISEN MUOTOKUVA

Armi Ratian tarina on täynnä legendaarisia Marimekko-kaskuja, juhlia, menestyksen aallonharjaa ja vastapainona suurta epätoivoa, pettymyksiä, vihaa sekä taistelua rakkauden saamisesta ja antamisesta. Ooppera luo muotokuvan, jossa vahvana tunnettu nainen yrittää asettua itsensä kokoiseen muottiin, siinä kuitenkin onnistumatta.

Armi Ratia on ollut rakentamassa identiteettiämme ja antanut vahvan äänen suomalaiselle muotoilulle. Hänen yhdessä miehensä kanssa perustama tekstiiliyritys Marimekko on jatkanut maailmanvalloitustaan 50-luvun jälleenrakentamisen ajoista tähän päivään.

Kunniajäsenyydet Tuula Koposelle ja Inkeri Pitkäselle

Yhdistyksen perustajajäsenet, Tuula Koponen ja Inkeri Pitkänen, nimitettiin yhdistyksen kunniajäseniksi kiitoksena pitkäaikaisesta ja merkittävästä toiminnasta yhdistyksessä. Koponen ja Pitkänen olivat mukana perustamassa Turun Seudun Allergiayhdistystä 50 vuotta sitten. Yhdistyksen alkuaikoina Inkeri Pitkänen toimi yhdistyksen sihteerinä kahdeksan vuoden ajan. Tuula Koponen puolestaan on toiminut vuosien varrella mm. taloudenhoitajana ja kirjanpitäjänä ja on ollut hallituksen jäsenenä tai varajäsenenä jo 34 vuoden ajan.

Tuula Koponen

Olin TYKS:ssä töissä lastenkliniikalla, jossa professori Tuomas Pelttonen oli ylilääkärinä ja Antti Koivikko allergialääkärinä. Olin kliinis-fysiologisella osastolla ja siksi paljon heidän kanssaan tekemisissä. Tuomas Pelttonen kehoitti osallistumaan tilaisuuteen, joka muutenkin kiinnosti minua, sillä tyttäreni oli lapsena aika pahasti allerginen ja atoopikko. Koska tilaisuuden vetäjät tunsivat meidät nimeltä, niin he pyysivät Inkeri Pitkäseltä, Antti Koivikkoa ja minua yhdistyksen perustajajäseniksi.

Paikallisyhdistys perustettiin, koska liitto oli katsonut, että pitäisi olla vähän lähempänä

ihmisiä ja paikallisyhdistykselle oli tarvetta. Tämä taisi olla järjestyksessä toinen paikallisyhdistys, joka perustettiin. Aluksi jäseniä oli vähän, ehkä noin 15, mutta silloin pidettiin paljon yleisötilaisuuksia, joihin osallistui paljon enemmän ihmisiä kuin nykyään. Muistan monta kertaa istuneeni portailla, kun hammas- ja lastenkliniikan luentosalit olivat tupaten täynnä. Tilaisuuksissa oli neuvontaa ja yleistä allergiatietoutta, jota ei silloin oikein muualta saanut ja tietoa kerättiin koko ajan lisää.

Vuosien varrella yhdistyksen toiminnasta on jäänyt paljon mukavia muistoja. Mieleen ovat jääneet esimerkiksi matkat Pietariin ja Tallinnaan, joissa



meillä oli todella kivaa. Ollaan käyty teattereissa, näyttelyissä, metsissä ja vaikka missä. Matkan varrella olen tutustunut uusiin ihmisiin ja saanut paljon ystäviä. Yhdistyksessä on ollut mukava olla ja siksi varmaan olen niin kauan täällä viihtynytkin.

Inkeri Pitkänen

Muistan nähneeni lehdessä ilmoituksen, että Antti Koivikko pitää keuhkotutkimuksiin liittyvän luennon, joka kiinnosti minua kovasti. Ilmoituksessa mainittiin, että tilaisuudessa keskustellaan myös allergiayhdistyksen perustamisesta, mutta en varsinaisesti sen vuoksi sinne mennyt. Vaikka tilaisuudessa suurin osa hallituksen jäsenistä oli jo ennakoon päätetty, niin sihteerini sieltä puuttui. Puheenjohtajana ollut lastenkliniikan ylilääkäri tunnisti minut yleisöstä ja pyysi minut sitten kokouksen sihteeriksi.

Minulla ei ollut aiempaa

kokemusta millaista on olla yhdistyksen sihteeri, vaikka olinkin jo joissain yhdistyksissä ollut mukana. Maaherra Sylvi Siltanen, joka oli puheenjohtajana, oli kuitenkin erinomainen opastaja ja sain häneltä hyvät opit.

Yhdistystoiminnan käynnistäminen aloitettiin ihan tyhjästä, kun vastaavaa ei täällä vielä ollut. Aluksi tehtiin paljon mainoksia, että saatiin ihmiset tietoisiksi uudesta yhdistyksestä ja kyllä niitä jäseniä sitten tulikin. Sen kahdeksan vuoden aikana, mitä olin yhdistyksessä, perustettiin myös allergianeuvola lastenkliniikan poliklinikan yhteyteen. Siellä allergiatietoa pystyi edelleen jakamaan



eteenpäin. Oli kivaa, että olin lastenkliniikan alaisuudessa silloin kun tämä alkoi, sillä Antti Koivikko oli siellä ja hän järjesti kaiken allergia-asian sinne. Meidän oli hyvä suunnitella asioita yhdessä, kun olimme samoissa ympyröissä.

Allergia ja astma - Viime 50 vuotta ja tulevaisuus

Perustuu 1.10.2022 Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksen 50-vuotisjuhlissa pidettyyn juhlaluentoon.

Lähes kaikki nykyisin käytössä olevat astman ja allergioiden diagnostiikan ja hoidon välineet on kehitetty ja otettu käyttöön viimeisten 50 vuoden aikana.

Ennen vuotta 1972 astman hoitona olivat adrenaliinipistokset (bronkolyytit, ”laukaisut”) ja kortisoni suun kautta. Allergian hoitona olivat siedätyshoito vakioimattomilla allergeeniuutteilla ja väsyttävillä antihistamiineilla. Tohtori Antero Muittari kirjoitti Suomen Lääkärilehdessä vuonna 1966 seuraavasti: ”Allergiaa voidaan hoitaa hyposensibilisaatiolla ja osittain antihistamiineilla. Osa bronkolyytteistä vaikuttaa suoraan bronkusspasmia laukaisevasti. Liiallista vagusfunktiota voidaan estää antikolinergisilla lääkkeillä. Infektioon voidaan usein vaikuttaa antibiooteilla. Ekspektoranteilla ja mukolyteilla saadaan sitkeä lima juoksevammaksi ulos hengitysteistä. Hengitysfysioterapialla parannetaan hengitystekniikkaa, ja psykogeenista komponenttia voidaan yrittää hoitaa psykoterapialla, hypnoosilla ja sedatiivoilla”.

Tosin jo vuonna 1969 oli markkinoille tullut ensimmäinen keuhkoputkia avaava inhaloitava astmalääke, salbutamoli, jonka käyttö oli lisääntymässä Suomessa. Ensimmäinen hoitava inhaloitava steroidi astmalääke, beklometasoni, tuli markkinoille yhdistyksen perustamisvuonna 1972.

Edeltävällä vuosikymmenellä oli tehty allergologian merkittävin löytö, joka vaikutti merkittävästi allergologian tulevaisuuteen. Jo 100 vuotta oli tiedetty, että allergia on elimistön systeeminen reaktio. 1900-luvun alussa ymmärrettiin, että ihmisen veressä kiertää spesifistä allergiaa välittävä aine, joka nimettiin reagiiniksi. Vuonna 1966 Kimishige ja Teruko Ishizaka kehittivät Denverissä Yhdysvalloissa antiseerumin, joka esti allergisen reaktion välittäjäaineen, reagiinin toiminnan. He nimesivät reagiinin nyt gamma-E-globuliiniksi. Vuonna 1967 Hans Bennich ja Gunnar Johansson kuvasivat Uppsalassa Ruotsissa myeloomaproteiinin, aiemmin tuntemattoman immunoglobuliinin, joka osoittautui allergisen reaktion välittäjäaineeksi. He nimesivät

sen IgND:ksi myeloomapotilaan nimikirjainten mukaan. Kuultuaan molempia tutkimusryhmiä WHO nimesi helmikuussa 1968 uuden löydetyn immunoglobuliinin IgE:ksi.



IgE:n löytäminen mullisti allergioiden tutkimuksen ja hoidon. Allergologia kohosi arvostetuksi biolääketieteen ja immunologian osa-alueeksi. IgE:n löytäminen mahdollisti kokonaan uuden seerumimäärityksiin perustuvan allergiadiagnostiikan sekä siedätyksessä käytettävien allergiauuhteiden vakioimisen. Ensimmäinen verikokeesta tehtävä spesifinen allergeitesti, RAST, saatiin markkinoille vuonna 1974. Ensimmäinen biologisesti ja immunologisesti vakioitu allergeeniuute siedätyshoitoon, Alutard-SQ, tuli markkinoille vuonna 1978.

1980-luvulla inhaloitavien steroidien käyttö astman hoidossa lisääntyi, tosin lapsilla enemmän vasta 1990-luvulla. Uusista inhaloitavista steroideista budesonidi tuli markkinoille vuonna 1981 ja flutikasoni vuonna 1990. Natriumkromogliikaattia käytettiin 1970-luvulta lähtien sekä astman että allergisen nuhan hoitavana lääkkeenä. Vaikka myöhemmät tutkimukset ovat osoittaneet sen lähes tehottomaksi, oli sen käyttö yleistä. 1980-luvulla natriumkromogliikaatin käyttö hidasti sekä inhaloitavien steroidien että nenästeroidien käyttöönottoa. 1980-luvulla tulivat käyttöön myös väsyttämättömät antihistamiinit: Setiritsiini vuonna 1987 ja loratadiini vuonna 1988.

1990-luvulla siedätyshoidon immunologiset vaikutusmekanismit selvisivät. Siedätyshoidosta tuli täten validoitua allergian synn mukaista hoitoa, mikä johti siedätyshoidon yleistymiseen. Samoin perustutkimuksen avulla saatiin selville, että astma on keuhkoputkien tulehdussairaus, jota pitää hoitaa jo varhaisvaiheessa inhaloitavilla steroideilla. Inhaloitavien astmalääkkeiden käytössä jauheinhalaattorit ja tilajatkkeet yleistyivät. Markkinoille tulivat pitkävaikutteiset avaavat astmalääkkeet: Salmeteroli vuonna 1990 ja

formoteroli vuonna 1998. Pitkävaikutteisen avaavan ja steroidin yhdistelmävalmiste flutikasoni-salmeteroli tuli markkinoille vuonna 1998. 1990-luvulla tulivat käyttöön myös leukotrieeniantagonistit kuten montelukasti.

"Kansallinen astmaohjelma 1994-2004" käynnistyi vuonna 1994. Se tehosti astman varhaisdiagnostiikkaa, inhaloitavien steroidien käyttöä ja astman omahoitoa. Jo aiemmin inhaloitavien steroidien myötä alkanut astmauolleisuuden väheneminen jatkui.

Uudelle vuosituhannele tultaessa vuonna 2005 tuli markkinoille ensimmäinen biologinen allergia- ja astmalääke omalizumabi. Se on monoklonaalinen anti-IgE vasta-aine allergisen astman, polypoottisen allergisen nuhan ja urtikarian hoitoon. Samana vuonna Suomessa aloitettiin tutkimusluontoisesti maitosiedätys yli 6-vuotiaille lehmänmaitoallergisille lapsille. Tyksissä aloitettiin vuonna 2010 ensimmäisenä Suomessa kananmunasiedätys muna-allergisille yli 6-vuotiaille lapsille. Tutkimusluontoisesti on Suomessa tehty myös vehnä- ja maapähkinäsiedätystä. Vuonna 2006 tuli markkinoille ensimmäinen kielenalustabletti heinäallergian hoitoon. Sittemmin tulivat tabletit myös pölypunkki-allergian (2016) ja koivuallergian (2019) hoitoon.

"Kansallinen allergiaohjelma 2008-18" käynnistyi vuonna 2008. Allergiaohjelman tavoitteena oli uudenlainen suhtautuminen allergioihin. Sen pääviestejä olivat muun muassa: Tue terveyttä, älä allergiaa, vahvista sietokykyä ja asennoidu allergiaan uudelleen – älä välttä allergeeneja turhaan. Allergiaohjelman aikana aiemmat tiukat

säännöt kotieläinten pidosta ja ruokavalioista saivat väistyä. Allergia ei enää ollut aina este kotieläimille kuten kissoille ja koirille. Lievissä ruoka-allergioissa välttämisdieettien sijaan kehoitettiin kasvattamaan sietokykyä syömällä ruokia.

2010-luvulla allergeenikomponenttidiagnostiikka yleistyi ja paransi erityisesti pähkinäallergioiden diagnostiikkaa. Vakavat pähkinäallergiat voidaan nyt erottaa vaarattomasta koivun ristiallergiasta verikokeella. Painopiste on siirtynyt komponenttidiagnostiikan vuoksi ihotestauksesta IgE määrittelyyn. Ensimmäinen rekisteröity lääkevalmiste maapähkinäsiedätykseen on saanut eurooppalaisen myyntiluvan ja Suomen myyntilupamenettely on parhaillaan käynnissä.

Mitä tulevaisuus tuo tullessaan? On todennäköistä, että ruokasiedätys tulee merkittävästi lisääntymään. Käynnissä on lukuisia rekisteröintitutkimuksia uusilla ruokasiedätys lääkevalmisteilla. Astman ja allergian täsmädiagnostiikka tulee kehittymään mahdollistaen räätälöidyt hoidot muun muassa biologisilla lääkkeillä. Siedätyshoitoa voitaneen tulevaisuudessa toteuttaa muutaman pistoksen lyhyillä sarjoilla hyödyntäen synteettisiä peptidejä ja adjuvantteja.

Johannes Savolainen
Allergologian professori, Turun yliopisto



Länsikeskuksen
APTEEKKI
– mukana elämässä.

Markulantie 150, 20320 Turku
(02) 274 1211

Palvelemme:
ma-pe 8-20, la 9-17, su 12-16

@lansikeskuksenapteekki



Länsikeskuksen apteekein
kanta-asiakkaana olet
Sydänasiakas

Sydänasiakkaana saat alennuksia,
sydänasiakaspostia, kutsuja apteekein
tapahtumiin sekä tietoa tarjouksista.

Tutustu kaikkiin etuihin:
www.lansikeskuksenapteekki.fi
tai kysy lisää apteekista.

JÄSENEDET

Asiantunteva Allergia, Iho ja Astma -lehti neljä kertaa vuodessa. Lehden voi lukea myös sähköisesti osoitteessa www.allergia.fi/jasenextra. Käyttäjätunnuksena on jäsennumero ja salasana postinumero. Muut liiton valtakunnalliset jäsenedut löytyvät osoitteesta www.allergia.fi/jasenyyys/valtakunnalliset-jasenedut

PAIKALLISET JÄSENEDET

KAUNEUDENHOITO

Kauneushoitola Shania

Sirkkalankatu 29, Turku
puh. 02 431 6155
info@shania.fi
-10 %

SUOLAHOIDOT

Hyvinvointiklinikka Sentire

Kipinä yritystalo, Maariankatu 2, Turku
puh. 02 231 4240
www.sentire.fi, sentire.riitta@gmail.com
Aikuisten hoidosta -20% normaaleista hinnoista,
-30% 10x sarjakortti.
Lasten ale-hinnat kts. www.allergiaturku.com

Infinita

Markulantie 1, Turku
www.infinita.fi, info@infinita.fi
-15 % Himalajan suolatuotteet

Suolahuone ja kauneusstudio Selena

Rummunlyöjäkatu 14 B 2, 24100 Salo
puh. 045 211 7143
www.studioselena.fi
-10% suolahoidoista

SIIVOUSTARVIKKEET

Ekokauppa Ruohonjuuri

Eerikinkatu 17, 20100 Turku
puh. 030 621 9140
www.ruohonjuuri.fi
- 5 % kaikista normaalihintaisista tuotteista

Velimark Oy

Oriekdonkatu 23, 20380 Turku
puh. 02 251 0231
www.velimark.com, myynti.turku@velimark.fi
kaikki tuotteet vähintään -15 %

LIIKUNTA

VahterusRing

Liljalaaksonkatu 27, 32500 Uusikaupunki,
puh. 02 844 3939
www.kuntoputki.fi, info@kuntoputki.fi
hihto- ja kuntolipuista -10 %

Heleä Training

Turku, Raisio, Kaarina, Naantali ja Lieto
puh. 045 630 0274
www.personaltrainerturku.net
helea.training@gmail.com
-15% kaikista normaalihintaisista valmennuksista.

MUUT

Bubula Oy

puh. 040 774 3420
www.bubula.fi, info@bubula.fi
Koodilla allergiaturku 10% alennusta atooppisille lapsille suunnitelluista yöasuista.

Puutarhuri Snellman Oy

Jättänväljäntie 9 B I, 21500 Piikkiö
puh. 044 242 7120
www.puutarhurisnellman.fi
info@puutarhurisnellman.fi
-20% pihanhoitotöistä.

VORMU OY

Niittaajantie 7, 26820 Rauma
puh. 02 824 0100
www.vormu.fi
-10% jäsenkorttia näyttämällä standardikokoisista vakiotuotteista.

Huom!

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys ei vastaa mahdollisesti virheellisistä tai muuttuneista jäsenetutiedoista. Tiedustele eduista tarkemmin suoraan edun tarjoajalta.

TOIMISTOLLA MYYTÄVIEN TUOTTEIDEN HINNASTO

HUOM! Myymme tuotteita ainoastaan käteismaksulla!

	Jäsenhinta	Normaalihinta
Mini-Wright -PEF mittarit	18,00	21,00
Philips OptiChamber Diamond		
Maskilla	21,00	24,00
Ilman maskia	18,00	21,00
Limakalvojen hoitoon		
NHS nenänhuuhtelukannu	19,50	22,00
NHS nenänhuuhtelukannun nenäsuutin	2,00	3,00
VESIPIIPPU suun, kurkun, nielun ja äänihuulten kostuttamiseen	12,50	14,00
Hengitysilman lämmittimet		
Jonaset lämpöhuppu sis. yhden lämmittimen	41,00	45,50
Jonaset lämpöhuppu thinsulate-vuori sis. yhden lämmittimen	49,50	55,00
Jonaset lämpökauluri, sis. yhden lämmittimen	41,00	44,50
Jonaset lämpökauluri merinovilla sis. yhden lämmittimen	44,50	49,50
Jonaset irtolämmitin, aikuisten	24,00	26,50
Jonaset irtolämmitin, lasten	22,00	24,50
Jonaset fleecekauluri, sis. yhden lämmittimen	47,50	53,00
Jonasport irtolämmitin, beige	34,00	38,00
Siitepölysuodatinkankaat tuuletusikkunoihin		
FILTRETE Aero	56,50	64,00
PEP – Hengitysterapiaharjoituslaiteet		
Acapella Blue	44,35	44,35
Vesi-PEP – tyhjennysshoito	4,50	5,00
Muut		
Kankainen varakassi pääskykuviolla	3,00	3,00

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys ry:n

KEVÄTKOKOUS

maanantaina 20.3.2023 klo 19.00

yhdistyksen tiloissa Aurakatu 22 A I, Turku

Esillä kevätkokouksen sääntömääräiset asiat

Kokousaineisto on nähtävillä yhdistyksen kotisivuilla www.lounais-suomi.allergia.fi viimeistään 12.3.2023

Ilmoittautumiset viimeistään 16.3.2023 puh. 040 541 3310 tai info@allergiaturku.com

Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

L O U N A I S - S U O M E N
ALLERGIA- ja ASTMA-
 Y H D I S T Y S r y



Toimintaamme tukemassa:



**Pakkanen ei
 häiritse!**

JONASET hengitysilmanlämmitin
 suojaa kylmän sään haitoilta ja
 ulkoilusta voi nauttia myös pakkasella.
 Sopii astmaatikoiden sekä keuhko- ja
 sydänpotilaille. Valmistaja www.jonas.fi

Nyt yhdistyksellä myynnissä!

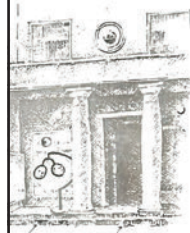


**Loimaan
 VARAOSAPÖRSSI**

Lamminkatu 5 • 32200 Loimaa
 puh. 02 763 2271 • fixusloimaa@fixus.fi
www.fixus.fi

AUTO-PELTOLA

• Peltikorjaukset • Maalaukset • Sijaisautopalvelu
 Kauttamme hinnaukset ja varaosat
 0400 608 369



**TURUN
 OPTILLINEN
 LIIKE**

p. 02 2323 694
 Yliopistonkatu 27 B, 20100 Turku
www.turunoptillinen.fi



**Kuormalavojen kierrätys,
 noudot 040 556 5575**

www.lavasuuurit.fi

Shell Oripää

Yläneentie 10, puh. 02 766 1218
ma-pe 7-18, la 8-16, su suljettu
Tervetuloa!



auranmaan

Tilitiimi Oy

Auktorisoitu tilitoimisto



**KAUPPATORIN
 TILIKESKUS OY**

Aurakatu 12 b 4.krs