

# Yhdessä tekemällä syntyy mielenkiintoinen yhdistys

**H**yvä yhdistys on sellainen, joka ruokkii jäseniään ja tuottaa uusia ideoita. Kainuun Aivoyhdistys ry linjaa suurimmaksi tavoitteekseen, että jokainen jäsen on kiinnostunut yhteisestä toiminnasta ja sen kehittamisestä.

”Haluamme aktivoida mahdollisimman monen mukaan toimintaan. Ilman jäseniä ei ole yhdistystä. Tavoitteenamme on kehittyä ja kehittää toimintaamme eteenpäin monipuolisella tavalla.”

Kainuun Aivoyhdistys juhli lauantaina Kajaanin Joutenlammella 30 toimintavuottaan.

Yhdistystoiminta alkoi kerhotoiminnalla parinkymmenen jäsenen voimin. He kiersivät pitämässä kerhoa kerran kuussa ympäri Kainuun. Silloin kukaan ei vielä puhunut vertaistuesta. Myöskään liikunnan tarpeellisuutta ei

nostettu esille 30 vuotta sitten.

Sittemmin Kainuun Aivoyhdistyksen toiminta on laajentunut kerhoiksi Kuhmossa, Sotkamossa, Ylä-Kainuussa ja Kajaanissa.

Nyt yhdistyksen jäsenmäärä ylittää hieman yli 200:n.

**KAINUUN AIVOHYDISTYS** on valtakunnallisen Aivoliiton jäsenyhdistys. Yhteistyössä Aivoliiton kanssa kainuulaiset tuottavat jäsenistölle muun muassa jäsenlehti Aivoterveyttä ja ohjausmateriaalia kuntoutujille ja omaisille.

Aivoliiton aluetoimisto sijaitsee Kajaanissa. Kainuun Aivoyhdistys toimii koko maakunnan alueella aivoverenkiertohäiriöihin sairastuneiden ja heidän läheistensä tukena.

Yhdistyksen toimintaan kuuluvat myös säännölliset kuntosalivuorot,

ja verkostoitumista. Valtakunnan tasolla aivoverenkiertohäiriöihin (AVH) sairastuneilla henkilöillä on AVH-ryhmä eduskunnassa. Eduskunnan AVH-ryhmässä toimii kansanedustajia, jotka ovat kiinnostuneet edistämään aivoverenkiertohäiriöiden ennaltaehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta.

**KAINUUN AIVOHYDISTYS** korostaa, että kaikkein tärkeintä toiminnassa on yhdessäolo ja sosiaalinen kanssakäyminen.

Liian usein yhdistyksen jäsenet kertovat, että sairastumisen myötä ystävät häviävät. Siksi jäsenten välistä ystävyyttä ei voi liikaa korostaa. Yhdistyksen motto onkin: emme jätä yksin.

”Yksi tärkeä tavoite on herätellä kaikkia ajattelemaan, miten afaatitiset henkilöt saadaan sosialisoitua, yhdistys pohtii.

Afasia tarkoittaa kielikyvyn menettystä. Kainuun Aivoyhdistyksen jäsenistä noin kolmanneksella on jonkinasteinen afasia.

Yhdistys korostaa vertaistuen merkitystä. Sitä Kainuun Aivoyhdistys toteuttaa yhteistyössä Kajaanin terveyskeskuksen kuntoutusosaston kanssa kuukausittain.

”Vertaistuki on hyvä tukipilari arjessa selviytymiselle ja sille, ettei jäädä yksin.”

Kainuun Aivoyhdistys toivoo, että myös omaisille ja läheisille olisi polkaistavissa käyntiin vertaistukiryhmä.

”Kun läheinen sairastuu aivoverenkiertohäiriöön, omainen jää muuttuneessa ympäristössä monesti yksin.”

**Terttu Härkönen, puheenjohtaja**  
**Marja Hirvonen, sihteeri**  
Kainuun Aivoyhdistys ry



PERTTI HÄRKÖNEN

■ Kainuun Aivoyhdistys vietti 30-vuotisjuhlaansa lauantaina Joutenlammella.

keilavuoro ja allasjumppa viikoittain. Ohjelmaa monipuolistavat lisäksi erilaiset retket, tapahtumat, myyjäiset,

juhlat ja luontoon liittyvät lomat.

Hyvä yhdistys tarvitsee yhdessä tekemisen lisäksi alueellista yhteistyötä