

Satakunnan  
AVH-yhdistys ry



# Satakunnan AVH-yhdistyksen jäsenkirje

1/2021

Aivoliitto   
Jäsenyhdistys

[satakunnanavhyhdistys.aivoliitto.fi](http://satakunnanavhyhdistys.aivoliitto.fi)

## Yhdistystoiminta

---

### Korona otetaan huomioon toiminnassa

Kaikessa kerhotoiminnassa otetaan edelleen huomioon koronapandemian vaikutukset. Toivomme, että myös kerhoissa ja tapaamisissa kävijät ottavat sen huomioon. Ei tulla paikalle flunssaisina, kuumeisina eikä heikkokuntoisina. Kunhan jokainen pitää itsestään parhaan mukaan huolta niin yhdessä tästäkin selvitään! Mahdollista muutoksista kaikessa toiminnassa tiedotetaan yhdistyksen nettisivuilla!

### Yhdistys tiedottaa

Yhdistyksen hallituksen kokoonpano muuttuu vuoden 2021 alusta alkaen. Poistumisvuorossa ovat Rauni Pykilä ja Esa Kivimäki ja tilalle tulevat Veijo Virtanen ja Matti Grönman. Yhdistys kiittää Raunia ja Esaa työpanoksesta hallituksessa ja toivottaa uudet hallituksen jäsenet mukaan toimintaan.

Yhdistyksen hallituksen kevätkokous pidetään 13.4.2021 klo 13:00 Yhteisötila Otavassa, osoitteessa Otavankatu 5 A, Pori. Kokoustilan nimi on Taivas ja paikalla on opastus. Tervetuloa kaikki jäsenet!



## Jäsenasioita

Satakunnan AVH-yhdistys pyrkii tiedottamaan kaikista jäseniä koskevista asioista mahdollisimman ajantasaisesti ja laajasti. Tästä syystä jäsenten yhteystietoja päivitetään jäsenrekisterissä koko ajan. Jos sinulla ei ole yhdistyksen jäsenrekisterissä kaikki tiedot ajan tasalla tai ne ovat muuttuneet, niin voit lähettää yhteystietojasi, esimerkiksi sähköpostiosoitteen, puhelinnumeron tai lähiosoitteen yhdistyksen sähköpostiin: [satakunnan.avh@gmail.com](mailto:satakunnan.avh@gmail.com).

Jäsenkirjeen voi halutessaan tilata suoraan sähköisenä suoraan omaan sähköpostiin, paperisen sijaan. Jos haluat jäsenkirjeen vain sähköpostiisi, laita tästä pyyntö sähköpostiin: [j.kangassalo@gmail.com](mailto:j.kangassalo@gmail.com). Tämäkin on itsessään pieni ympäristöteko.

Yhdistys pyrkii kehittämään toimintaansa jatkuvasti ja tästä syystä toivoisimme palautetta jäseniltämme parantaaksemme toimintaamme. Laita kehitysehdotuksia tai palautetta esimerkiksi kerhotoimintaan tai mihin vaan muuhun liittyen sähköpostiin: [satakunnan.avh@gmail.com](mailto:satakunnan.avh@gmail.com).

Satakunnan AVH-yhdistys on järjestämässä koko jäsenistön tapahtumaa 22.5.2021, koronatilanteen sen niin salliessa.

## Uuden vuoden toivotukset 2021

Uuden vuoden taian tein, sen sylissäni ulos vein. Tuulen mukana teille heitin, pehmeillä toiveilla hellästi peitin. Ettei särkyis taika, vaan tulisi onnen aika! Hyvää uutta vuotta kaikille Satakunnan AVH-laisille ja parempaa kokoontumisaikaa tulevaan toivoo Euran AVH-kerhovettäjä Ritva Järvinen.



## Ajatuksia kerhonetäjäiltä

Jäsenkirjeessä haastatellaan yhdistyksen toiminnassa mukana olevaa henkilöä ja tällä kertaa Rauman AVH-kerhon vetäjää, Marjo Meristä.

### Kuka olet ja mikä on roolisi Satakunnan AVH-yhdistyksessä?

Olen kerhonetäjä, Rauman AVH-kerhossa. Olen toiminut vetäjänä nyt seitsemän vuotta. Kerhoon tulimme mukaan 2008 syksyllä.

### Miksi olet kerhonetäjä ja mitä pidät työstäsi?

Ensin olin kerholainen, sitten apuvetäjä ja tilinpäätöksen tekijä, vuodesta 2011. Sitten otin vetovastuun. Kerho vaatii vetäjältään innostusta ja ideoita, mutta myös antaa valtavasti. Tämä harrastus on mukava! Ehkä olen onnistunut, koska kävijämäärä on vuosien aikana... tuplaantunut. Useampi uskaltautuu mukaan...

### Kuinka usein Rauman kerho kokoontuu ja missä?

Kokoonnumme tammi-toukokuussa ja syys-joulukuussa joka toinen keskiviikko osoitteessa Siikapolku 2, TulesTalo Rauma.

### Minkälaista toimintaa Rauman AVH-kerho järjestää?

Olemme koolla, vertaistukea, tietoa ja kokemuksia jakamassa ja saamassa. Jokaisen tarina on omanlaisensa. Kerhoillassa kahvittelemme ja pidämme arpajaisia, bingoa tai toisinaan askartelemme tai "haemme sanoja piiloistaan" eli aivojumppaa. Teemme retkiä, lähelle ja kauas. Porukassa on helppoa ja turvallista matkata, Rauman saaristosta - Tallinnaan ja paljon siltä väliltä.

### Kenelle AVH-kerho on tarkoitettu?

Kenelle vain... Sairastuneelle, hänen läheiselleen tai hänelle, joka on kiinnostunut AVH-asiasta. Meidän kerhossamme piipahtaa silloin tällöin myös "vierailevia Kahvi-Kaisoja", jotka haluavat tehdä hyvää kerholaistemme iloksi. Mukavaa joulua jokaiselle!

## AVH-yhdyshenkilöt sairastuneiden tukena

Yhdistyksen puheenjohtaja Juha Pajuniemi haastatteli yhtä Satakunnan sairaanhoitopiirin kahdestakymmenestä AVH-yhdyshenkilöstä. Anne Joensuun haastattelu alla.

### Kuka olet ja missä toimit?

Olen Anne Joensuu, kuntoutusohjaaja Satasairaalassa neurologian yksikössä. Työtäni on asiakkaiden (potilaiden ja läheisten) ohjaus ja neuvonta sairastumiseen tai vammautumiseen liittyvissä kuntoutus- ja palvelujärjestelmän kysymyksissä.

### Mikä on AVH-yhdyshenkilön työkuva?

Yhdyshenkilön työkuva vaihtelee eri työyksiköissä, siihen vaikuttavat yhdyshenkilön ammatti, työpaikka, resurssit sekä toimenkuva. Työ muotoutuu kullakin omaan toimenkuvaan soveltuvaksi. Pelkistettynä työnkuvasta voisi todeta, että se on aivoverenkiertohäiriön sairastaneen ja hänen omaisensa kanssa käytävää keskustelua. Kohtaamisessa voidaan käsitellä yhdessä asiakkaan arjessa pärjäämistä, hoitoa ja kuntoutusasioita sairastumisen jälkeen. Yhteistyö Aivoliiton ja paikallisten AVH-yhdistysten kanssa on AVH-yhdyshenkilön työssä ensisijaisen tärkeitä.

### Mikä on AVH-yhdyshenkilön koulutus?

AVH-yhdyshenkilö on terveydenhuollon ammattihenkilö. Satakunnan kunnissa on nimettynä 20 AVH-yhdyshenkilöä. Koulutustaustaltamme edustamme eri ammattiryhmiä; sairaanhoitajia, fysioterapeutteja ja kuntoutusohjaajia. Yhteistä meillä on AVH-potilaan hoitoon tai kuntoutukseen osallistuminen. Aivoliitto järjestää AVH-osaajakoulutuksia (10 op) ja osa on tämän käynyt. Suurin osa meistä on kuitenkin perehtynyt näihin asioihin omassa työssään.

### Mitä AVH-yhdyshenkilöt toivovat Satakunnan AVH-yhdistykseltä?

Yhdistys tarjoaa monin tavoin tukea ja apua sairastuneelle ja hänen läheisilleen. Terveydenhuollon samankaltainen pyrkimys arjessa

selviytymisen tukemiseen luo mielestäni hyvän perustan yhteistyölle. Meillä on sama tavoite työssämme, ketään ei jätetä yksin. Toivon hyvän yhteistyömme jatkuvan.

## Aluekerhot

---

### Euran AVH-kerho

Euran AVH-kerho kokoontuu joka kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona Euran Invapirtissä, osoitteessa Anttilantie 4:

- 3.2.2021 klo 15:00 – 17:00
- 3.3.2021 klo 15:00 – 17:00
- 7.4.2021 klo 15:00 – 17:00
- 5.5.2021 klo 15:00 – 17:00

Lisätiedot:

- Ritva Järvinen, p. 0400 594 681 tai r\_jarvinen@hotmail.com

### Huittisten AVH-kerho

Huittisten AVH-kerhon kuntosalivuorot pidetään joka maanantai klo 17:00-18:00 Kaarirannan palvelutalossa. Lisävuoro perjantaisin klo 15:00 – 16:00 samassa paikassa.

Lisätiedot:

- Heikki Ketonen, p. (02) 561 918 tai 044 3750 534

### Porin AVH-kerho

Porin AVH-kerho (tiistaikerho) toimii Yhteisöotalo Otavassa, Otavankatu 5 A (2 krs). Kerho kokoontuu:

- joka tiistai 2.2. – 11.5.2021 klo 13:00 – 14:30

Lisätiedot:

- Marjatta Mäkinen, p. 045 1307 055 tai leamarjatta.makinen@gmail.com  
tai Pirjo Kanth, p. 050 4624 222.



## Kankaanpään Seudun AVH-kerho

Kankaanpään AVH-kerho kokoontuu Kasevalla seuraavasti:

- 18.2.2021 klo 17:00 – 19:00
- 22.4.2021 klo 17:00 – 19:00

Lisätiedot:

- Hanna Virtanen, p. 050 5996 368 tai hanski1966@gmail.com tai
- Jarmo Jalonen, p. 046 5376 175 tai karjakas54@gmail.com

## Rauman AVH-kerho

Rauman AVH-kerho kokoontuu joka kuukauden toinen keskiviikko Rauman Tules -talolla, osoitteessa Siikapolku 2, Rauma.

- 10.2.2021 klo 18:00
- 10.3.2021 klo 18:00
- 14.4.2021 klo 18:00
- 12.5.2021 klo 18:00

Lisätiedot:

- Marjo Merinen, p. 050 5377 633 tai marjo.merinen@gmail.com

## Rauman AVH-kerho, Raum Baat "nuoret"

Rauman AVH-kerho, Raum Baat "nuoret" kokoontuu joka kuukauden kolmas keskiviikko Sydäntuvalla, Steniuksenkatu 1, Rauma.

- 17.2.2021 klo 18:00 – 20:00
- 17.3.2021 klo 18:00 – 20:00
- 21.4.2021 klo 18:00 – 20:00
- 19.5.2021 klo 18:00 – 20:00

Lisätiedot:

- Pirjo Eilola, p. 050 5552 807 tai pirjo.eilola@dnainternet.net
- Helena Pullinen, p. 040 5204 751



## Muu toiminta

---

### Työikäisten tapaaminen torstaisin

Työikäisten tapaaminen kerran kuukaudessa joka kuukauden viimeinen torstai uudessa osoitteessa Porin Seurakuntakeskuksessa, Eteläpuisto10 Pori. Työikäisten tapaaminen on suunnattu alle 60-vuotiaille, niin AVH-sairastuneille kuin omaisille ja läheisille sekä avustajille. Tervetuloa kaikki koko Satakunnan alueelta!

- 25.2.2021 klo 17.30 – 19.00
- 25.3.2021 klo 17.30 – 19.00
- 29.4.2021 klo 17.30 – 19.00
- 27.5.2021 klo 17.30 – 19.00, ulkoilutapahtuma

Lisätiedot:

- Juha Pajuniemi, p. 040 2159 420 tai juha.pajuniemi@gmail.com

### Boccia

Bocciaa heitetään Porin nuorisotalolla Isolinnankatu 12 (isosali) aina torstaisin 4.2. - 27.5.2021 kello 12:00 - 13:30. Muista katsoa salin ovesta mahdolliset peruutukset. Boccia on peli, joka sopii niin naisille kuin miehillekin, kävelijöille, kuin apuvälinein kulkijoille ja pyörätuolissa oleville. Palloa heitetään kädellä. Tutustu Boccian kiehtovaan maailmaan ja tule kokeilemaan!

Lisätiedot:

- Juha Pajuniemi p. 040 2159 420 tai juha.pajuniemi@gmail.com





## Juttu-tupa -kurssit

- Porin Juttu-tupa Otsolan kansalaisopistolla 14.1. – 22.4.2021.

Lisätiedot: Marketta Vaarne-Nygren p. 044 5640 962

- Rauman Juttu-tupa Pyynpään opistolla 13.1. – 7.4.2021.

Lisätiedot numerosta: p. 044 7934 515

- Kankaanpään Juttu-tupa Petäjä-opistolla 11.1. – 12.4.2021.

Lisätiedot numerosta: p. 044 5800 520 tai p. 0440 455 510

Lisätietoja kursseista löytyy Satakunnan AVH-yhdistyksen nettisivuilta.

## Yhdistyksen matkat ja retket

Kevään 2021 yhteisiä matkoja ja retkiä ei järjestetä jatkuvan Korona-pandemian vuoksi. Aluekerhot voivat halutessaan järjestää retkiä tai matkoja, ottaen vallitsevan tilanteen huomioon.



## Satakunnan AVH-yhdistyksen yhteystiedot —

### Yhdistyksen hallituksen jäsenet

- |                                                                                              |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| • puheenjohtaja Juha Pajuniemi<br>juha.pajuniemi@gmail.com                                   | 040 2159 420 |
| • varapuheenjohtaja Matti Grönman<br>grmatti@gmail.com                                       | 0400 966 750 |
| • sihteerä Jaana Kangassalo<br>j.kangassalo@gmail.com                                        | 044 5228 467 |
| • rahastonhoitaja Pekka Wahlroos<br>pw5@dnainternet.net                                      | 0500 599 065 |
| • jäsen Esa Mäkinen<br>esamäkinen1944@gmail.com                                              | 0400 590 219 |
| • jäsen Ulla Virtanen<br>virtanen.ulla@dnainternet.net                                       | 044 3377 689 |
| • jäsen Pirjo Kanth<br>050 4624 222                                                          |              |
| • varajäsen Jone Puputti<br>kotisivut, tiedotus, jäsenrekisteri.<br>satakunnan.avh@gmail.com | 044 2405 969 |
| • varajäsen Veijo Virtanen<br>virtanen.veijo@dnainternet.net                                 | 044 3377 688 |

- Aivoliiton Länsi-Suomen alueen järjestösuunnittelija on Carita Sinkkonen, p. 050 3089 095 tai carita.sinkkonen@aivoliitto.fi

Lisätietoa Satakunnan AVH-yhdistyksestä löytyy nettisivuilta: satakunnanavhyhdistys.aivoliitto.fi ja lisätietoja voi kysyä myös sähköpostiosoitteesta: satakunnan.avh@gmail.com.

