



JÄSENTIEDOTE syksy 2023

Yhdistyksen toimisto on avoinna keskiviikkoisin klo 10-14.
Puhelin (toimiston aukioloaikoina): 045 3625 053

Osoite: Kumppanuuskeskus, Kansankatu 53, 2. krs., 90100 Oulu

Uusi sähköpostiosoitteemme: oulunseudun.allergia@gmail.com

www.oulu.allergia.fi uudistetut kotisivut avataan ennen joulupukkia. Sivuilta löytyy myös infoa ja hyviä linkkejä.

Seuraa ajankohtaisia tapahtumia ja infoa [Facebookista](#)
Oulun Seudun Allergia-, Atopia- ja Astmayhdistys ry.

Tykkää meistä Facebookissa – mekin tykkätään teistä 😊

SYKSYN TOIMINTAA:

Luento: Pitkäaikaissairaan sosiaaliturva

Ti 24.10.2023 klo 17.00 Oulun Kumppanuuskeskus,
Kansankatu 53, kokoustila Pysäkki/Veturi

Tervetuloa kuuntelemaan ja keskustelemaan sosiaaliturvasta sekä potilaan ja asiakkaan oikeuksista! Mitä tukea ja palveluita allergikko, ihotautia sairastava ja astmaatikko voi saada?

- Mitä oikeuksia minulla on sosiaali- ja terveydenhuollossa?
- Missä tapauksissa ja miten teen valituksen päätöksestä tai viranomaisen toiminnasta?

Luennon pitää Allergia-, iho- ja astmaliiton erityisasiantuntija, sosiaalityöntekijä Risto Heikkinen.

Paikan päälle voi tulla ilmoittautumatta. Kahvitarjoilu.



Tietoa ruoka-allergioista ja vinkkejä kahvilassa käymiseen

ALLERGIA IHO ASTMA

ALLERGIA ASTMA YHDISTYS Pirkanmaa

**RUOKA-ALLERGIALTA
KE 11.10. KLO 18–19 VERKKO**

[ALLERGIA.FI/TAPAHTUMAT](https://allergia.fi/tapahtumat)



**Muksut kokkaa -tapahtuma ke 22.11. klo 17.30
Marttalassa (Pohjois-Pohjanmaan Martat), osoite Kajaaninkatu 36**

Perheille suunnattu tapahtuma, jossa ruoka-allergiat huomioidaan ja pidetään yhdessä hauskaa ruoanlaiton merkeissä. Osallistujia otetaan kuuteen kokkauspisteeseen (2-3 hlöä/piste). Hinta 15,00/kokkauspiste
Ilmoittaudu ja ilmoita allergiasi Eilalle 10.11. mennessä:

eila.anni.karvonen@gmail.com

Lämpimästi tervetuloa mukaan! 😊

#ihorauha

IHOVIIKON VERKKOILTA:

*Ikääntyvän ihon hoito
ja jäkälöitymisihosairaudet*

to 9.11.2023 klo 14-15.30

*Ilmoittaudu mukaan:
allergia.fi/tapahtumat*

IHOVIIKKO.FI



**Oulun Allergia-, Atopia- ja Astmayhdistyksen
SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN SYYSKOKOUS 2023
Keskiviikkona 29.11.2023 klo 17.30, Oulun Kumppanuuskeskus
Kokoustila Veturi, Kansankatu 53, 90100 OULU.
Esillä sääntömääräiset asiat.
Tervetuloa!**

VESIJUMPPA SUNNUNTAISIN 26.5.2024 saakka

Allasvuorot on varattu sunnuntaisin klo 11-12.

Paikka: Raatin uimahalli, Raatintie 2, 90100 Oulu.

Vesijumppaohjaus alkaa klo 11:15 ja päättyy klo 11:45. Vesijumppa on jäsenillemme maksuton. Vesijumppaan pääsee ovikoodilla, jonka saatte meiltä kysyttäessä. Ei ennakoilmoittautumista. Kysy lisätietoja oulunseudun.allergia@gmail.com tai annikki.nappa@gmail.com

HAPPIHYPPELY-HANKE

Happihyppely on Allergia-, iho- ja astmaliiton koordinoima hanke vuosille 2023-2025. Hankkeen tarkoituksena on lisätä yli 65-vuotiaiden henkilöiden liikkumista. Toiminta on kaikille avointa. Oulussa Happihyppely-hanke käynnistyy ensi keväänä. Tiedotamme asiasta tarkemmin myöhemmin. Voit myös kysyä lisää hankkeesta: koordinaattori Anna-Riikka (Annu) Murtonen-Pesonen annu.murtonen-pesonen@allergia.fi

Kiinnostaako yhdistystoiminta?

Voit päästä yhdistyksemme toimintaan mukaan esim. tapahtumien avustajana, talkootyöntekijänä, suunnittelemaan liikunnallista toimintaa tai vertaistukiryhmää kanssamme. Meiltä löytyy monenlaisia eri tehtäviä ja rooleja joista varmasti löydät mieleisesi. Hallituksessa pääset vaikuttamaan ja saat näköalapaikan yhdistyksen toimintaan.

Mitä jäsenyys antaa?

Jäsenenä saat Allergia-, Iho- & Astmalehden, jäsenetuja, neuvontaa, liikunta- ja harrastusmahdollisuuksia sekä ajankohtaista tietoa. Tule aktiiviseen joukkoomme ja vaikuta kanssamme allergisten, atooppikojen ja astmaatikkojen elämänlaatuun! Allergia-, Iho- ja Astmaliiton jäsenyys maksaa 27 euroa vuodessa. **Jäseneksi voit liittyä** ilmoittamalla yhteystietosi sähköpostilla oulunseudun.allergia@gmail.com