

Tervehdys sanylaiset!

Talvi on kääntymässä kevääksi ja kuljemme kohti valoa, vaikka uutiset maailmalta ovat mustaakin mustempia. Takanamme on kaksi koronavuotta, jotka ovat rajoittaneet yhdistyksemme toimintamahdollisuuksia merkittävästi. Olemme kuitenkin onnistuneet ylläpitämään toimintaa siinä määrin ja niillä keinoilla, joilla se on ollut mahdollista. Toivon vahvasti, että tästä vuodesta tulisi koronamielessä valoisampi ja pääsisimme lähemmäs normaalia toimintaamme ja tapaamaan toisiamme!

Tästä jäsentiedotteesta löydät ajankohtaista tietoa Sanysta ja Sany tapahtumista. Jatkossa tavoitteena on kehittää tiedotetta enemmän jäsenlehden suuntaan. Julistammekin kilpailun jäsenlehden nimestä. Kilpailun voittajalle on luvassa yllätyspalkinto!



Anu Tuomi: Ylimääräinen korva

Tämä on ensimmäinen tervehdys Sany jäsenille, jota kirjoitan yhdistyksen puheenjohtajana, joten pieni esittäytyminen lienee paikallaan. Olen 54-vuotias inkoolainen, perheeseeni kuuluu aviopuolison lisäksi kaksi lukioikäistä nuorta. Teen kokopäivätyötä erityisasiantuntijana Verohallinnossa suuryritysten verotuksen parissa.

Vapaa-aikaani vietän yhdistystoiminnan lisäksi ulkoillen, joogaten ja käsitöitä tehden. Akustikusneurinoomani todettiin ja leikattiin syksyllä 2017. Pitkälti Sany kursseilta ja vertaistoinnista saamani tiedon ja tuen ansiosta olen sopeutunut sairauteeni varsin hyvin. Liityin Sanyyn alkuvuodesta 2018 ja olen ollut yhdistyksen hallituksessa vuodesta 2019 lähtien. Koen vapaaehtoistoiminnan Sanyssa erittäin merkitykselliseksi ja antoisaksi, lisäksi olen saanut tutustua moniin ihaniin ihmisiin!

Päivin ansiokkaiden puheenjohtajavuosien jäljiltä Sanyn toiminta on erittäin hyvällä mallilla. Kiitos, Päivi, mahtavasta panoksestasi meidän kaikkien puolesta! Tästä on hyvä jatkaa eteenpäin. Sanyn upea aktiivitoimijoiden joukko on yhdistyksen tärkein voimavara, ja aktiivitoimijoiden yhteistyöllä onnistumme jatkosakin. Mukaan mahtuu aina, joten jos vapaaehtoistoiminta kiinnostaa, lähde rohkeasti mukaan!

Tarja Koikkalainen

Sany ry:n puheenjohtaja 2022

MIKÄ NIMEKSI SANYN JÄSENLEHDELLE?

Osallistu ja ideoi nimi Sany ry:n lehdelle. Lähetä nimiehdotuksesi osa-aikaiselle tiedottajalle Hannalle 30.4. mennessä osoitteeseen sanytiedottaja@gmail.com



Muistokirjoitus

Professori Henry Troupp 23.3.1932-19.2.2022

Yhdistyksemme kunniapuheenjohtaja Henry Troupp on kuollut 19.2.2022 Espoossa. Neurokirurgian professori Henry Troupp oli merkittävässä roolissa akustikusneurinoomien leikkaushoidon kehittämisessä 1970-luvulla Töölön neurokirurgian klinikalla toimiessaan. Hänen aikanaan muun muassa AN-leikkauksia alettiin keskittää klinikan sisällä samalle kirurgille, jolloin osaamista kertyi ja hoitotulokset paranivat.

Potilasyhdistyksen perustamiseen Troupp antoi ratkaisevaa kannustusta silloisille aktiiveille. Hän toimi yhdistyksen ensimmäisenä puheenjohtajana vuosina 1989-1999.

Suomen Akustikusneurinoomayhdistys ry kunnioittaa Henry Trouppin muistoa ja ottaa osaa läheisten suruun.

Kiitollisuus lisää merkityksellisyyttä

Jos haluat lisätä kiitollisuutta elämääsi, pidä kiitollisuuspäiväkirjaa. Se on helppo ja yksinkertainen tapa keskittyä myönteisiin asioihin.

Kirjoita päiväkirjaan iltaisin **kolme hyvää asiaa** elämästäsi. Ne voivat olla päivän aikana tapahtuneita, kuten hyvän kirjan lukeminen, mukava kahvihetki, kevään ensimerkit tai asioita, joista olet yleisesti kiitollinen, kuten perhe, ystävät, sukulaiset.

Joskus voi olla hankala löytää asioita, joista on kiitollinen, mutta silloin voi kiittää siitä, että raskas tai haasteellinen päivä on ohi.

Kiitollisuus lisää itsetuntemusta ja myönteinen asenne vähentää stressiä sekä parantaa unen laatua. Kun osoitat kiitollisuutta, voivat ihmissuhteesi paremmin ja opit keskittymään hyvään.

Kiitollisuutta voi harjoitella, esimerkiksi näin: [Kiitollisuusharjoitus - YouTube](#)

Sany ry:n hallitus 2022



Päivi Liippola ojensi vuodenvaihteessa puheenjohtajan nuijan **Tarja Koikkalaiselle**.

”Meidän yhdistys on todella hyvällä mallilla sekä hallinnon että toiminnan kannalta. Olemme ottaneet useita askelia eteenpäin ja tehneet uusia juttuja. Yhdessä tätä hommaa tehdään. Sanya kannattelevat jäsenet ja vapaaehtoistoimijat. Yhdistyksen ovi on myös aina auki uusille tulokkaille ja tekijöille. Jokainen on tervetullut”, sanoo Tarja.

Puheenjohtaja Tarja Koikkalainen

Varapuheenjohtaja Päivi Liippola

Sihteeri Sirpa Forsblom

Sanna Hämäläinen

Antti Juntunen

Erkki Kurtti

Arttu Käpylä

Vertaistukivastaava Kaija Lankinen

Rahastonhoitaja Irmeli Pihala

Varajäsenet: Sirpa Mäkitalo ja Eine Laitinen

Osa Sanyin hallituksen uusista ja vanhoista jäsenistä kertovat mietteistään hallitus-työskentelystä.



Sanna on yksi Sanyin hallituksen uusista jäsenistä.

”Paikka hallituksessa on yhdistyksen luottamuksen osoitus, jonka otin nöyränä vastaan. Ensimmäistä hallitusvuotta odotan mielenkiinnolla.”



Sirpa valittiin uutena jäsenenä hallitukseen ja heti sihteeriksi.

”Mielestäni on tärkeää olla mukana yhdistyksessä omalla panoksellani. Opettelen avoimin mielin uusia tehtäviä joita toimenkuvaan kuuluu.”



Eine on ollut hallituksessa varsinaisena jäsenenä kolme kautta eli kuusi vuotta, joista viimeiset kolme hallituksen sihteerinä. Nyt hän 2. varajäsen.

”Hallitustyöskentely on erittäin tärkeää vapaaehtoistyötä, jota arvostan suuresti.”



Erkillä on menossa kolmas kaksivuotiskautensa eli kuudes vuosi.

”Tällä kertaa olen aivan tavallisena riviedustajana. Taidanpa olla hallituksen ikänestori ja jonkinlainen isähahmo. Jäsenyys merkitsee näköalapaikkaa yhdistyksen kokonaistoimintaan, jäsenistöön ja toiminnan kehittämiseen. Niin kauan tehdään täysillä, kun on halu olla mukana.”



Kaija on Sanyin vertaisvastaava ja monessa mukana. Hallituksessa hän on istunut 10 vuotta.

”Hallituspaikka on osoitus luottamuksesta. Saan olla mukana kehittämässä yhdistyksen toimintaa. Odotan tulevaa uuden puheenjohtajan ”komennuksessa”. On myös kiva tutustua uusiin jäseniin.”



Antti on tuore kasvo hallituksessa.

”Tämä merkitsee sitoutumista yhdistyksen toimintaan ja luottamusta. Olen iloisella mielellä menossa kohti uutta. Tulee varmasti mielenkiintoisia asioita vastaan. Ja toivon, että itselläni olisi annettavaa myös muille.”



Irmeli toimii rahastonhoitajana.

Hallituksen työskentelyssä hän on ollut mukana muutamaa välivuotta lukuun ottamatta vuodesta 2016.

”Tämä on mahdollisuus osallistua, vaikuttaa ja tehdä vapaaehtoistyötä. Hallitus on myös näköalapaikka. Pysyy hyvin perillä missä menään sairauden ja siihen liittyvän järjestötoiminnan suhteen.”

Tietoa ja vertaistukea-kurssi 25.-28.4.2022 Backby, Espoo (Kaisankoti)

Kurssille otetaan 12 sairastunutta ja läheistä eri puolilta Suomea. Kurssin ohjelmassa on asiantuntija-luentoja (neurokirurgi, neuropsykologi ja fysioterapeutti) sekä ryhmäkeskusteluja ja harjoituksia.

Hakuaikaa on 25.3.asti. Haun voi tehdä verkkosivuilta lomakkeen täyttämällä tai ottamalla yhteys paivi.liippola@gmail.com Kurssilla on täyshoito ja se on osallistujille maksuton.



Tiedossa olevat aluetapaamiset kevät 2022

Useimmilla alueilla järjestetään lähitapaaminen fyysisenä kokoontumisena. Ohessa jo tiedossa olevat tapaamiset. Kutsu oman alueen tapaamisesta tulee jäsenille myös suoraan.

Itä-Suomi	la 26.3.2022	klo 12.00	Kunnonpaikka, Siilinjärvi
Kaakkois-Suomi	la 18.5.2022	klo 18.00	Paikka avoin
Keski-Suomi	la 23.4.2022	klo 11.00	Naissaaren Koskenhenki, Jyväskylä
Lounais-Suomi	ke 20.4.2022	klo 17.30	Paikka avoin
Pirkanmaa	to 21.4.2022	klo 18.00	TAYS, plashotelli Norlandia, Polaris
Pohjanmaa	la 23.4.2022		Härmän kylpylä, Ylistaro
Päijät-Häme	la 23.4.2022	klo 12.00	Ravintola Wanha-Herra, Lahti
Pääkaupunkiseutu	to 7.4.2022	klo 17.30	Ravintola Arthur, Helsinki



SANY ry:n vertaistapaaminen 11.6.2022 Laukaassa, Kylpylähotelli Peurungassa

Tervetuloa tapaamaan vertaisia Kuuloliiton kesäpäiville! Kesäpäivät järjestetään 10.-12.6.2022 Laukaassa. Voit osallistua halutessasi koko tapahtumaan tai tavata SANYn vertaisia lauantaina. Osallistumme kesäpäivän ohjelmaan ja ruokailemme yhteisesti.

Kesäpäivistä löydät tarkempaa tietoa Kuuloliiton verkkosivuilta tai Kuuloviestistä 1/22. SANY ry:n vertaistapaamisesta kerromme lisää seuraavassa jäsenlehdessä.

SANY tukee 20 ensimmäisen ilmoittautujan osallistumista maksamalla päiväosallistujille lauantain päivämaksun 19 euroa, yöpyjien osalta SANY ry:n tuki on 50 euroa. Ilmoittautumiset viimeistään 18.5. osoitteeseen sanytoimisto@gmail.com tai puhelimitse 040 745 3933. Huomaathan, että kesäpäiville pitää lisäksi ilmoittautua Kuuloliittoon Kuuloviestin ohjeiden mukaisesti viimeistään 22.5.

Yhteystietoja:

- www.akustikusneurinoomayhdistys.com
- www.facebook.com/akustikusneurinoomayhdistys
- pj:n sähköposti: sanyposti@gmail.com
- toimiston sähköposti: sanytoimisto@gmail.com

AN-TIETOISUUSVIIKKO

Tietoisuusviikko järjestetään viikolla 20. Julkaisemme ohjelman kotisivuillamme lähempänä ajankohtaa. Tervetuloa mukaan jakamaan tietoisuutta!

Kuvat: hallituksen jäsenet

Tiedotteen 1/22 toimitus:

Hanna Hautala, Tarja Koikkalainen
ja Päivi Liippola

