

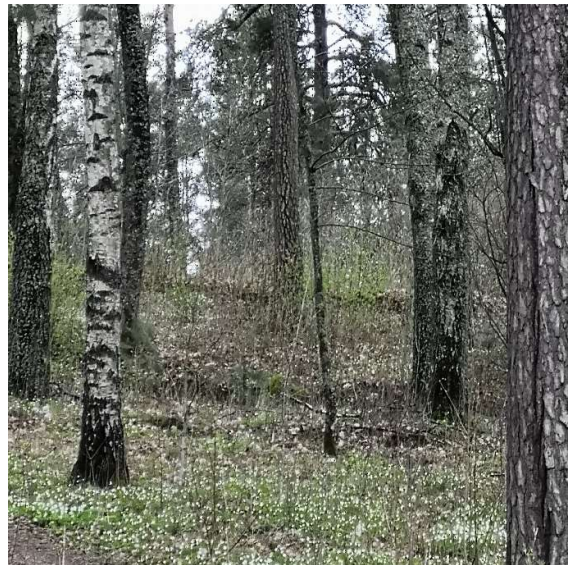
Hyvä Sany ry:n jäsen!

Raisio 6.5.2021

Tässä Sany ry:n ajankohtaiset kuulumiset. Toivottavasti tiedot eivät vanhene yhtä nopeasti kuin viime kirjeessä.

Valtakunnallinen vertaistapaaminen nimittäin kuivui yhden päivän verkkotapaamiseksi 12.6. Seuraava päivä onkin nyt Kuntavaalipäivä ja monelle meistä myös Pieni Ele-keräyspäivä.

Toukokuussa vietetään AN-tietoisuusviikkoa. Nimensä mukaisesti tietoisuusviikon tavoitteena on lisätä tietoa Akustikusneurinoomasta ja neurofibromatoosi 2:sta. Haluamme kertoa yhä useammille näistä sairauksista.



valkovuokkometsä

Tehokkaimmin asian kuulee ja huomioi tutun kertomana. Pyydämmekin sinua osallistumaan tähän. Kerro ystäville, työtovereille tai lääkäreille ja hoitajille, joiden kanssa olet tekemisissä. Yhdistys tuottaa materiaalia, jota voi jakaa.

Kevään aikana on jo kymmenellä alueella järjestetty verkkotapaamisia. Osallistujamäärät ovat jääneet tavanomaisia tapaamisia pienemmiksi. Yhä useampi kuitenkin näyttää uskaltautuvan mukaan. Eikä ikä ole este! Tiedottaja on kiinnostunut kuulemaan kokemuksia. (ks. 2. sivu)

Vältellään koronaa, pysytään terveinä. Aluetapaamisia järjestetään heti, kun se on turvallista.

Hyvää Äitienpäivää Äideille ja Isoäideille!
Lämpöä kaikkien kevääseen!

Päivi Liippola
SANY ry:n puheenjohtaja

AN –tietoisuusviikko 17.-22.5.2021

- tietoa akustikusneurinoomasta ja NF2:sta sairastuneille, läheisille, tutuille, työ- tai harrastuskavereille ja tietysti myös ammattilaisille
- päivittäin julkaistaan AN- tiedotteita verkkosivuilla ja facebookissa. Lukijat voivat jakaa tiedotteita omilla some-kanavillaan.

Tapahtumia verkossa – linkit tapaamisiin julkaistaan verkkosivulla ja facebookissa:

18.5. Mikä SANY ry? – verkossa klo 14 ja klo 18

- yhdistysesittely Sany ry:n tiedottaja Hanna Hautala ja pj Päivi Liippola

19.5. Sany ry:n synttäripäivä verkossa klo 14-16

- tapaamisessa voi kysyä asiantuntijalta akustikusneurinoomasta. Vastaajina ovat neurokirurgi Ville Vuorinen TYKS, psykologi Sari Hesselgren Aivoliitto, neuropsykologi Mervi Jehkonen TAU ja fysioterapeutti Päivi Liippola SANY ry
- lähetä kysymyksesi 17.5. mennessä osoitteella sanyposti@gmail.com

20.5. Vertaistoiminnan esittely klo 14-15

- vertaistukihenkilöitä Kaija, Erkki, Marjut ja Tarja kertomassa Sany ry:n tuki- ja aluetoiminnasta

22.5. NF2-päivä verkossa klo 14-15

- Liisa Sammalpenger ja Päivi Liippola keskustelemassa NF2:sta

Tule mukaan tietoisuustalkoisiin!

TIETOA SAIRAUDESTA JA YHDISTYSTOIMINNASTA

TOUKOKUU
17.-22.2021

WWW.AKUSTIKUSNEURINOOMAYHDISTYS.COM

**AKUSTIKUSNEURINOOMA-
TIETOISUUSVIIKKO**

MILTÄ TUNTUI TAVATA VERKOSSA?

Kerro meille kokemuksiasi kevään aikana järjestetyistä virtuaalisista aluetapaamisista. Sana on vapaa. Teemme tuntemuksistanne ja ajatuksistanne koonnin tietoisuusviikolle. Lähetä mielteesi 16.5.21 mennessä osoitteeseen sanytiedottaja@gmail.com.

KIITOS!

Vastaukset julkaistaan nimettöminä!

Pieni Ele-vaalikeräys

Ennakkovaalit ovat 26.5.-8.6.

ja varsinainen vaalipäivä on 13.6.2021

Sany ry on mukana kuntavaalien lipaskeräyksessä yhtenä kerääjäyhdistyksenä 34 kunnassa: Eurajoki, Forssa, Helsinki, Kurikka/Jalasjärvi, Joensuu, Juupajoki, Järvenpää, Kaarina, Karvia, Kokkola, Kuhmo, Lohja, Masku, Mynämäki, Naantali, Nakkila, Nurmijärvi, Orivesi, Oulu, Pedersören kunta, Pori, Pornainen, Pyhäjärvi, Pälkäne, Raisio, Rauma, Siikainen, Toholampi, Turku, Tuusula, Uurainen, Vaasa, Vantaa, Viitasaari.

Ennakoäänestyspäiviä on aiempaa enemmän ja voi olla haasteellista saada kerääjiä kaikille tarvittaville päiville ja tunneille. Jokainen kunta toimii omalla tavallaan paikallisesti. Keräykseen osallistutaan omien voimavarojen mukaan. Terveystään ei pidä riskeerata. Korona-aika on tuonut muutoksiaan myös keräystapaan. Lipaskerääjien ei tarvitse esimerkiksi olla lipkaan vieressä. Voi olla loitommalla, jos haluaa välttää ihmisruuhkaa. Kauniilla säällä voi olla vaikka ulkona vaalipaikan edustalla kannettavan lipkaan kanssa.

Jos tarjoat apuasi lipaskerääjänä tai sinulla on muita kysymyksiä, ota yhteyttä keräysvastaava Irmeli Pihalaan sähköpostilla irmeli.pihala@gmail.com tai puh. 040 5128 40

Voimavarakurssi AN-sairastuneille ja läheisille 16.-19.8.2021; Backby, Espoo



Hakemukset 19.7. mennessä.

Hakulomakkeen saa verkosta tai pj:ltä 040 703 0935. Verkkosivuilla voi myös täyttää sähköisen lomakkeen suoraan.

Kurssille otetaan 12-15 kurssilaista.

Ohjelma on virkistysellinen ja voimavaroja palauttava.

Vertaistapahtuma 12.6. klo 13-16.30 Zoom-alustalla verkossa.

Ohjelma:

- päivän avaus ja ohjeistus zoomin käyttöön
- osallistujien kuulumiset
- Klo 14.-15 Emeritusprofessori Markku Ojanen esitys 'Hyvästä elämästä ja onnellisuudesta'
- kysymyksiä ja keskustelua luentoan liittyen
- palautekeskustelu



Markku Ojanen SANY ry:n
tapahtumassa v. 2015

**Ilmoittautuminen verkkotapaamiseen viimeistään 8.6.2021 osoitteeseen
sanytoimisto@gmail.com**

Tapaamisen linkki lähetetään osallistujille.

Kevätkokouksen (20.3.) ohessa piti tällä kertaa luennon psykologi Sari Hesselgren. Hän muistutti myönteisten tunteiden valtavasta voimasta. Ne juuri tuovat iloa ja hyvinvointia. Kovin usein ne tahtovat peittyä uhka- ja/tai vaara-ajatusten taakse. Myönteisiä ajatuksia voi lisätä esimerkiksi näillä keinoilla:

- mieti rakkaita ihmisiä tai mieti onnistumisasi
- pysähdy, kun vastaan tulee aito, hyvä hetki
- löydä päivästäsi 3 myönteistä asiaa
- nimeä 3 asiaa, josta voit olla kiitollinen/päivä



Suomen Akustikusneurinoomayhdistys ry
www.akustikusneurinoomayhdistys.com
www.facebook.com/akustikusneurinoomayhdistys

puheenjohtaja Päivi Liippola 040 703 0935
sanyposti@gmail.com
sanytiedottaja@gmail.com

tukipuhelin 045 188 9565