

## Hei Reumayhdistyksen jäsen!

Hyvää kuluvaan vuotta 2024. Saat vuoden ensimmäisen jäsenkirjeen Reumaliiton lähettämän jäsenmaksulaskun mukana kuten aiemminkin.



### Vuoden 2024 jäsenmaksu

Reumaliitto hoitaa kaikkien jäsenyhdistystensä jäsenmaksulaskutuksen keskitetysti. **Jäsenmaksu maksetaan laskussa olevalle Reumaliiton tilille** eräpäivään mennessä. Huomioi että tilinumero ja viitenumero ovat juuri ne, mitkä on kirjattu laskuun. **Yhdistyksen jäsenmaksu vuodelle 2024 on 20 €.**

Jos laskun maksamisessa on jotain epäselvää, niin ota yhteys Tarja Piiliin, p. 050 511 4451.

Mikäli taloudessasi asuu muita reumayhdistyksen jäseniä, kunkin jäsenen jäsenmaksu maksetaan erikseen käyttämällä tämän omassa laskussa olevaa tili- ja viitenumeroa.

### Yhdistyksen syyskokous pidettiin 21.11.2023

Hallituksen kokoonpano ja vastuunjako ovat pääosin ennallaan. Hallituksen jäsenten yhteystiedot ja vastuualueet löydät kirjeen loppuosasta.

Toiminnantarkastajaksi valittiin Birgitta Lahtinen. Jäsenmäärä v. 2023 lopussa oli 135. Syyskokous päätti jäsenmaksun korotuksesta kahdella (2) eurolla, joten vuonna 2024 jäsenmaksu on 20 €. Kustakin jäsenmaksusta yhdistys maksaa Suomen Reumaliitolle vuosittain 11 euroa per jäsen.

### Kevätkauden 2024 viikko-ohjelma

#### Vesijummat, kuntosali ja joogaryhmä

Kevätkauden vesijummat jatkuvat entiseen tapaan maanantaisin ja perjantaisin.

**Huom.** Kaikissa ryhmissä on vielä tilaa. Lisätiedot **Tarja Piili ja Inger Höglund** (kaikki yhteystiedot kirjeen lopussa).

**Ohjattu kuntosaliryhmä** jatkaa torstaisin klo 15.15 uimahallilla. Kysy lisää Tarja Piili/Inger Höglund.

Syksyllä aloittanut **joogaryhmä** jatkaa uimahallin yläsalissa maanantaisin klo 13. Lisätiedot **Marja-Leena Helin**.

Vesijumppa 1	maanantai klo 11.15	13.5. asti
Vesijumppa 2	perjantai klo 10.00	17.5. asti
Vesijumppa 3	perjantai klo 11.00	17.5. asti
Kuntosali	torstai klo 15.15	2.5. asti
Joogaryhmä	maanantai klo 13.00	13.5. asti

### **Käsityökerho/vertaisryhmä**

Kerho jatkaa entiseen tapaan Palvelukeskuksen askartelumökissä torstaisin klo 13-15. Olet tervetullut mukaan! Tiedustelut Sirkku Liimatainen.

### **Kulttuurikerho**

Kulttuurikerho toimii taustalla tapahtumien sekä retkien suunnittelussa ja kokoontuu tarpeen mukaan. Lisätietoja Seija Nariselta, hänelle voi esittää ehdotuksia seuraavasta kulttuuritapahtumasta, luettavasta kirjasta, jne.

## **Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous ti 16.4.2024 klo 15.00**

Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous on tiistaina 16.4. klo 15.00, kirjastotalo Fyriin kabinetti, Kirkkotori 1, Kirkkonummi.

Käsitellään sääntömääräiset asiat, mm. toimintakertomus ja tilinpäätös. Päätetään yhdistyksen sääntömuutoksesta. Reumaliito on laatinut jäsenyhdistyksiään varten mallisäännöt, joiden päivityksessä on otettu huomioon viimeisimmät lakimuutokset sekä liiton ja yhdistysten käytännöt.

Ennen kokousta vapaa-aikapalveluiden koordinaattori Miikka Tulla Kirkkonummen kunnasta kertoo senioreille järjestettävästä toiminnasta. Kahvitarjoilu. Lämpimästi tervetuloa!

## **Kevätkauden 2024 muu ohjelma**

### **Ke 14.2. klo 13 Amos Andersonin kotimuseo, opastus, Yrjönkatu 27**

Lähde mukaan keskiviikkona 14.2. opastetulle käynnille Amos Andersonin kotimuseoon. Osoite on Yrjönkatu 27. Yhdistys maksaa opastuksen.

Museoon on hyvä saapua 15 min. ennen varattua opastusaikaa. Keskusteluopas vastaanottaa ryhmän Mercatorinkujan puolella, museon sisäpihan esteettömällä ovelta. Lisätiedot, ilmoittautumiset Seija Narinen, p. 044 557 3801, seija.narinen@gmail.com

### La 23.3. klo 16 Lohjan teatteri, ”Ilman sinua”, rakkausdraama

”Satu Rasilan uusi näytelmä kertoo avioliitosta. Niistä, jotka kestävät kaiken, ja niistä, jotka eivät. Mikä sitten pitää pitkän suhteen kasassa?”

Lippu, kuljetus ja väliaikatarjoilu 32 €, ilman tarjoilua 28 €. Lisätiedot Tarja Piili. Yhteisretki

### Ti-to 14. - 16.5. Tukholman risteily

Tukholman risteily M/S Cinderellalla. 4 eri hyttivaihtoehtoa 55 -138 €. Lisää tietoja tulossa myöhemmin. Ilmoittautuminen 10.4. mennessä Tarja Piilille. Yhteisretki

### Ke 22.5. ohjattu puistojumppa alkaa

Puistojumppa Senioripuistossa kerran viikossa keskiviikkoisin. Kesän tarkempi aikataulu tarkentuu myöhemmin. Lisätiedot Tarja Piili

### Kesäretki Loimaalle

Suunnitelmissa on retki Loimaalle katsomaan Hirvikosken kirkkoa, Alpo Jaakolan patsaspuistoa ja maatalousmuseo Sarkaa. Oppaana lupasi toimia loimaalaistuva Seija Narinen. Lisää tietoa myöhemmin.

### Ti 9.7. klo 19 Vihdin kesäteatteri ”Parasta aikaa”

”Parasta aikaa -näytelmässä kaveriporukan nuoruuden into, tulevaisuuden suunnitelmat ja tavoitteet joutuvat koetukselle matkalla aikuisuuteen.” Hinta väliaikakahvilla 40 € ja ystävälle 43 €. Lisätiedot Tarja Piili

### Yhdistyksen virkistyspäivä kesällä

Elokuussa on suunnitelmissa virkistyspäivä lähiseudulla, paikka mahdollisesti Lohja Spa tai Espoon hotelli Korpilampi. Tästäkin lisää tietoja myöhemmin.

Lisätiedot: Tarja Piili, 050 511 4451, [at.piili@kolumbus.fi](mailto:at.piili@kolumbus.fi)

Inger Höglund, p. 050 530 4313, [inger.a.hoglund@gmail.com](mailto:inger.a.hoglund@gmail.com)

Marja-Leena Helin, 044 548 0203 [marjaleenahelin6@gmail.com](mailto:marjaleenahelin6@gmail.com),

**HUOM. Retkille ilmoittautuja: muistathan kertoa erityisruokavaliostasi!**

**Ehdotuksia retkistä, tapahtumista, ym. yhdessä tekemisestä otetaan mielellään vastaan!**

### Tiedottaminen, kotisivut

Seuraa yhdistyksen kotisivuja, osoite on [www.kirkkonummenreuma.net](http://www.kirkkonummenreuma.net). Sinne päivitetään uutiset, tapahtumat, jne.

**Uutiset** on paikka, josta tuorein tieto löytyy. Uutiset löydät vierittämällä etusivua alas päin otsikon **Ajankohtaista** alta tai valitsemalla yläreunan valikosta **Uutiset**.

**Palautetta sivuista, ehdotuksia, ym.** voi lähettää osoitteeseen [mari.simila@elisanet.fi](mailto:mari.simila@elisanet.fi) tai kotisivujen [yhteydenottolomakkeella](#).

Lue/seuraa Kirkkonummen Sanomien päiväripalstaa (myös mahdollisten muutosten varalta). Tarvittaessa lähetämme jäsenkirjeen/-viestin. Tietoja saat myös hallituksen jäseniltä.

## Hallituksen jäsenten yhteystiedot ja vastualueet

Puheenjohtaja	Paula Tokoi	050 027 1997	paula.tokoi@hotmail.fi
Varapuheenjohtaja, vertaisryhmä/käsityökerho	Sirkku Liimatainen	044 281 1788	sirkkusokeri51@gmail.com
Sihteeri, tiedotus, internet	Mari Similä	040 846 0935	mari.simila@elisanet.fi
Taloudenhoitaja, jäsenasiat, liikunta (vesivoimistelu, kuntosali), retket ja matkat vammaisneuvostoedustaja	Tarja Piili	050 511 4451	at.piili@kolumbus.fi
Kulttuuri ja tapahtumat, retket	Seija Narinen	044 557 3801	seija.narinen@gmail.com
Jooga	Marja-Leena Helin	044 548 0203	marjaleenahelin6@gmail.com
Vesivoimistelu, kuntosali	Inger Höglund	050 530 4313	inger.a.hoglund@gmail.com
Jäsen	Tuula Leppänen	040 515 5164	tuula.leppanen3@gmail.com

Kiitos, että olet mukana!

Mukavaa kevättä kaikille

**Hallitus**



## Kevään-alkukesän tapahtumia, kooste

### Ke 14.2. klo 13 Amos Andersonin kotimuseo, opastus, Yrjönkatu 27

Opastettu käynti Amos Andersonin kotimuseoon, osoite on Yrjönkatu 27. Museoon on hyvä saapua Mercatorinkujan puolelle, museon sisäpihan ovelle. Yhdistys maksaa opastuksen Lisätiedot, ilmoittautumiset Seija Narinen, p. 044 557 3801

### La 23.3. klo 16 Lohjan teatteri, ”Ilman sinua”, rakkausdraama

La 23.3. klo 16 Lohjan teatteri, ”Ilman sinua”, rakkausdraama  
Satu Rasilan uusi näytelmä kertoo avioliitosta. Niistä, jotka kestävät kaiken, ja niistä, jotka eivät. Lippu, kuljetus ja väliaikatarjoilu 32 €, ilman tarjoilua 28 €. Lisätiedot Tarja Piili. Yhteisretki.

### Ti 16.4.2024 klo 15 Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous

Yhdistyksen kevätkokous pidetään tiistaina 16.4. klo 15 kirjastotalo Fyyrin Kabinetissa, Kirkkotori 1, Kirkkonummi.

Käsitellään sääntömääräiset asiat, mm. toimintakertomus ja tilinpäätös. Päätetään yhdistyksen sääntömuutoksesta. Ennen kokousta vapaa-aikapalveluiden koordinaattori Miikka Tulla kertoo senioreille järjestettävästä toiminnasta. Kahvitarjoilu. Lämpimästi tervetuloa!

### Ti-to 14. - 16.5. Tukholman risteily

Tukholman risteily M/S Cinderellalla. 4 eri hyttivaihtoehtoa 55 -138 €. Lisää tietoja tulossa myöhemmin. Ilmoittautuminen 10.4. mennessä Tarja Piilille. Yhteisretki

### Ke 22.5. ohjattu puistojumppa alkaa

Puistojumppa Senioripuistossa kerran viikossa keskiviikkoisin. Kesän tarkempi aikataulu tarkentuu myöhemmin. Lisätiedot Tarja Piili

### Kesäretki Loimaalle

Suunnitelmassa on retki Loimaalle katsomaan Hirvikosken kirkkoa, Alpo Jaakolan patsaspuistoa ja maatalousmuseo Sarkaa. Oppaana lupasi toimia loimaalaistuva Seija Narinen. Lisää tietoa myöhemmin.

### Ti 9.7. klo 19 Vihdin kesäteatteri ”Parasta aikaa”

”Parasta aikaa -näytelmässä kaveriporukan nuoruuden into, tulevaisuuden suunnitelmat ja tavoitteet joutuvat koetukselle matkalla aikuisuuteen.” Hinta väliaikakahvilla 40 € ja ystävälle 43 €. Lisätiedot Tarja Piili

### Yhdistyksen virkistyspäivä kesällä

Elokuussa on suunnitelmassa virkistyspäivä lähiseudulla, paikka mahdollisesti Lohja Spa tai Espoon hotelli Korpilampi. Tästäkin lisää tietoja myöhemmin.

Lue lisää [www.kirkkonummenreuma.net](http://www.kirkkonummenreuma.net)