



Jyväskylän Reumayhdistys ry Tiedote syksyille 2021

Hyvät Reumayhdistyksen jäsenet

Uskomattoman kaunis ja välillä kuumakin kesä alkaa olla takanapäin. Alkukesän huumassa rajoitusten poistuessa näytti siltä, että korona olisi jo selätetty. Vaan ei! Sama toistui kuten edellisenäkin kesänä, tartuntaluvut nousevat hälyttävällä nopeudella. Olemme joka tapauksessa suunnitelleet ja järjestäneet harrastustoimintaa jäsenillemme siinä toivossa, että voimme niitä ihan oikeasti myös tarjota!

Lähdemme siis syksyä kohden suurin toivein ja iloisena siitä, että olemme saaneet tarjottavaksi teille toimintaa pitkän tumman jakson jälkeen. Mikäli tapahtumat voivat toteutua, toivomme, että osallistutte niihin edelleen terveysturvallisuus edellä. Eli rokotukset kunnossa ja tarvittavat suojavarusteet käytössä. Muutoksista suunnitelmiin luonnollisesti ilmoitamme.

Reumayhdistyksen toiveena on palata lähes entiseen rytmiin toiminnassamme. Vielä se ei ole mahdollista. Esimerkiksi kotiapupalvelun osalta emme voi palvelua toistaiseksi tarjota. Toivotamme teille reipasta syksyä ja edelleen kärsivällisyyttä, jota olettekin osoittaneet hienolla tavalla. Mikään ei korvaa kasvokkain tapaamisen riemua ja kommunikointia saman pöydän ääressä kun se vihdoinkin on mahdollista.

Toiveikkaana syksyä kohden!

Kaija Haapsalo
Yhdistyksen Puheenjohtaja



Vuosikokous

Syyskokous järjestetään Sepänkeskuksen Reaktorisalissa **ti 9.11. klo 17.00**. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Kahvitus toteutetaan koronatilanteen mukaan.

Tervetuloa!

Terveisin, Hallitus

Jäsenillat

Jäsenillat järjestetään Sepänkeskuksen Reaktorisalissa turvavälein. Kahvitus toteutetaan koronatilanteen mukaan. Huomioi maskisuositus!

Ti 21.9. klo 17 Härmän Kuntoutus ja Kylpylä - Nina Karlsberg. Bingo

Ti 19.10. klo 17 Aidon onnen avaimet - Onnellisuusprofessori Markku Ojanen. Bingo

Ti 16.11. klo 17 Jyväskylän Lähitalot, yhteisöllistä toimintaa - Malanja Mieskonen
Vapari – Mervi Robert, Jyväskylän kaupunki. Bingo

Ti 14.12. klo 17 Joulujuhla laulujen kera! Riisipuuro tarjotaan koronatilanteen salliessa.

Tukihenkilöt

Seuraavilla sairausryhmillä on omat tukihenkilöt:

Fibromyalgia: **Merja Tuomela**, 040 768 1717, merja.tuomela@gmail.com

Sjögrenin syndrooma: **Hanna Hämäläinen**, 040 531 4008, hannakaroliina@hotmail.com

SLE-tukihenkilö: **Irmeli Hutu**, 050 376 0270, irmeli.hutu@gmail.com

Sähköinen asiointipalvelu

Yhdistysten jäsenet pääsevät nyt Kilta-jäsenrekisterimme sähköiseen asiointipalveluun muokkaamaan ja katselemaan omia tietojaan! Sivuston osoite on <https://oma.reumaliitto.fi>

Avautuvalla sivulla jäsenen tulee ensiksi tilata Kiltaan merkittyyn sähköpostiosoitteeseensa salasanan luontilinkki. Sähköpostiin tulee pian hänen jäsennumerosa ja linkki salasanan muodostamiseksi. Päästäkseen omalle asiointisivulleen jokaisen jäsenen tulee siis ilmoittaa – ellei ole jo tehnyt niin – sähköpostiosoitteensa yhdistyksen toimistolle kirjattavaksi jäsenrekisteriimme Kiltaan. Sähköpostiosoite on hyvä ilmoittaa toimistolle myös tehokasta ja nopeampaa tiedotusta varten!



Vertaistukiryhmät

Vertaistukitoiminta perustuu keskinäiseen luottamukseen, yhteenkuuluvuuden tunteeseen sekä vaihteluun toisten sairauksista. Kokemuksellinen asiantuntevuus on vertaistuen hoitomuoto! Voidakseen olla aktiivinen itsehoitaja, on hyvä oppia ymmärtämään omaa sairauttaan. Joskus se tapahtuu helpoimmin kuuntelemalla toisia ja heidän kokemuksiaan; voi oppia omasta elämästään muiden kanssa, vuorovaikutteisesti.

Syksyllä 2021 vertaistukiryhmät kokoontuvat pääasiassa Sepänkeskuksessa isommissa saleissa, jossa turvaetäisyydet pystytään huomioimaan. Kasvomaskien käyttäminen tilaisuuksissa on suositeltavaa!

Fibromyalgiaryhmä

To 9.9. klo14 Vertaistukitapaaminen Sepänkeskuksen alakerran Molekyylihallissa.
Mietimme ryhmän toiminnan jatkoa!

Lisätietoja: Vertaistukija Merja Tuomela, 040 768 1717, merja.tuomela@gmail.com

Hengellinen Piiri

To 16.9. klo14 Tutustumme NNKY:n toimintaan, tiloihin ja historiaan, Eija Rytönen.
Kokoonnutaan Puistokadulla, Puistokoulun nurkalla klo 13.45.

Nautimme siellä päiväkahvit ja hiljennymme hartaushetkeen.

Ti 12.10. klo16 On aika kiitoksen! Jaetaan ajatuksiamme kiitollisuudesta tekstein, laulun, virren tai kokemustemme pohjalta Sepänkeskuksen Reaktorihallissa.

Molemmissa tapaamisissa kokoamme kummilapsellemme myös tukirahaa.

Suunnitellaan yhdessä tapaamista loppuvuodelle!

Lisätietoja: Ann-Marie Ylistö, 044 502 0753, ann-marie.ylisto@pp.inet.fi

Nivelreumaryhmä

Pe 27.8. klo 14-16 Keski-Suomen museo (Alvar Aallon katu 7). 1700-1800 -lukujen kansanomaiset ryijyt. Kahvit museon kahviossa.

Ti 14.9. klo 16-18 Sepänkeskuksen Reaktorihallissa. Aiheena Muistelusalaku oman kulttuuriluotsimme Mikki Weckmanin johdolla.

Ke 27.10. klo 15.30 Vierailemme Käsityömuuseumissa (Kauppakatu 25).

Ke 24.11. klo 15.30 Vietämme pikkujoulua. Paikka ilmoitetaan myöhemmin.

Lisätietoja: Ritva Myllyntaus, 040 725 8497, ritva.myllyntaus@elisanet.fi

Nuorten aikuisten ryhmä

Vertaistukea diagnoosistasi riippumatta!

Ti 14.9. klo18 Vertaistukitapaaminen turvavälein Sepänkeskuksen Reaktorihallissa

Ti 12.10. klo18 Vertaistukitapaaminen turvavälein Sepänkeskuksen Reaktorihallissa

Ti 21.12. klo18 Vertaistukitapaaminen turvavälein Sepänkeskuksen Reaktorihallissa

Lisätietoja: Suvi Kärki, 040 530 9333, suvi.t.karki@gmail.com

Sjögrenin Syndroomaa sairastavien ryhmä

Elokuussa Tapaaminen kahvilassa; laita viestiä toiveistasi!

Syyskuussa Terapiaheppailua Muuramessa; laita viestiä jos haluat mukaan!

Sovitaan tapaamiset loppuvuodelle ryhmäläisten toiveiden mukaan.

Lisätietoja: Hanna Hämäläinen, 040 531 4008, hannakaroliina@hotmail.com



Kaipaatko jotain uutta? Uskallatko innostua? Tule mukaan Reumatroppiin!

Reumatropissa etsitään ja kokeillaan oman hyvinvoinnin aineksia eli "troppeja" yhdessä muiden kanssa ja itsenäisesti. Teemoja ovat mm. liikunta, kulttuuri, luonto ja arjen hyvät valinnat, kuten uni ja ravitsemus. Ryhmäläiset tapaavat viikoittain helppokäyttöisessä verkkoympäristössä etänä ja tekevät toiminnallisia tehtäviä kotona. Ryhmää ohjaavat Reumaliiton kouluttamat vertaisohjaajat.

Kenelle?

Ikääntyville reuma- ja tule-sairaille henkilöille, jotka kaipaavat uudenlaista vertaistuellista toimintaa. Ensimmäinen tapaaminen on paikan päällä toimistolla, mutta muutoin ryhmä toimii verkossa. Tarvitset osallistuaksesi tietokoneen, jossa on kamerayhteys, ja älylaitteen/-puhelimien. Perustason tietotekniset taidot (Internet, sähköposti) riittävät. Osallistuminen on helppoa, ja sitä harjoitellaan ekalla tapaamisella!

Missä ja milloin?

Ensimmäinen tapaaminen järjestetään Reumayhdistyksen neuvottelutilassa, Kilpisenkatu 18, maksimissaan 5 henkilön ryhmissä. **Ilmoittaudu mukaan viimeistään ma 30.8.**

Ensimmäiset tapaamiset:
Ma 6.9. klo14 max 5 henkilöä
Ma 6.9. klo16 max 5 henkilöä

Muut 9 tapaamista järjestetään sovitus joko etänä tai kokoontumalla.

Mitä?

Ryhmä käsittelee vertaisohjaajan johdolla vaihtuvia viikkoteemoja ja kotona tehtyjen tehtävien tuloksia sekä niistä nousseita ajatuksia ja tunteita.

Ryhmä on sinulle maksuton. Toivomme, että sitoudut osallistumaan ryhmään 10 viikon ajan.

Mihin ilmoittaudun ja mistä saan lisätietoja?

Ota yhteyttä: Vertaistukija Merja Tuomela, 040 768 1717, merja.tuomela@gmail.com



**Tule rohkeasti mukaan kokeilemaan
uudenlaista vertaistoimintaa!
Ryhmätoimintamallia kehitetään Reumaliiton
Reumatroppi-hankkeessa**





Kirjoittajakerho

Tervetuloa keskustelemaan toistemme teksteistä!
Tapaamiset yhdistyksen neuvottelutilassa. Aiheet:

- Ke 1.9. klo10** Koronan ilot ja surut
- Ke 22.9. klo10** Mitä uutta tänä syksynä?
- Ke 13.10. klo10** Pimeydestä valoon
- Ke 3.11. klo10** Sade
- Ke 24.11. klo10** Takkatulen ääressä
- Ke 15.12. klo10** Mitä lahjaksi?

Vetäjänä Ulla Jylhä, 0400 765 998, ulla.jylha@gmail.com

Askartelu- ja korttikerho

Paljon kaivatut kerhot jatkavat jälleen toimintaansa **keskiviikkoisin klo 12 – 15** toimiston neuvottelutilassa! Tule kokemaan osallistuvaa tekemisen iloa ja uuden oppimista, uusia ideoita, luovuuden herättämistä ja onnistumisen iloa.

Korttikerhossa voi valmistaa erilaisia kortteja ja tervehdyksiä osallistujan mieltymyksen mukaan, omiin tarpeisiin (2€/kortti) tai myyntiin toimistolle. Korttipohjat ja materiaalit löytyvät yhdistykseltä.

Korttikerhon ajat:

- 25.8. ja 1.9.**
- 22. ja 29.9.**
- 20. ja 27.10.**
- 17. ja 24.11.**
- 15. ja 22.12**

Huomioi että rajallisten neuvottelutilojen vuoksi **korttikerhoon on ilmoittauduttava etukäteen!** Tämä siksi, että tilassa voi turvaetäisyyksien varmistamiseksi työskennellä kerralla vain maksimissaan 5 henkilöä sekä vetäjä Ritva Myllyntaus, jolle tulee ilmoittautua nroon **040 725 8497**. Muistakaamme myös maskisuositus.

Askartelukerhoon voit tuoda mukanaasi tuunattavia materiaaleja aina aiheen mukaan! Käyntikertamaksu 2€/henkilö. Askartelukerhon ajat ja aiheet:

- 8. ja 15.9.** Paperinarukukkia ja kransseja
- 6. ja 13.10.** Mosaiikkia eri materiaaleista
- 3. ja 10.11.** Sovitaan aihe yhdessä!
- 1. ja 8.12.** Joulaskartelua

Myös askartelukerhoon on ilmoittauduttava etukäteen! Tilassa voi tosiaan askarrella vain maksimissaan 5 henkilöä sekä vetäjä Virve Lyhty. Ilmoittautua voit yhdistyksen toimistolle, puh **050 579 1156**. Muistakaamme maskisuositus.

Laulukerho

Toteutamme paikallisten Luusto-, Selkä- ja Reumayhdistysten yhteistoimintaa laulupäivän merkeissä kerran kuussa **Sepänkeskuksen alakerrassa, esteettömässä Molekyyli-salissa klo 13-15**. Aila Kuokkanen ohjaa ja antaa kitarasäestyksen lauluihin.

- To 16.9. klo 13** Eino Grönin lauluja
- To 21.10. klo 13** Iskelmiä 1930-1960 -luvuilta
- To 18.11. klo 13** Reijo Taipaleen kappaleita ja valitaan joulujuhlassa esitettäviä lauluja
- To 9.12. klo 13** Reumayhdistyksen joulujuhlassa esitettävien laulujen harjoitukset
- Ti 14.12. klo 17** Reumayhdistyksen joulujuhla. Lauluryhmämme esiintyy.



Liikuntaryhmät

Koronan rauhoituttua näyttää siltä, että saamme käyntiin kävelyryhmän, pienennettyjä allasjumpparyhmiä sekä kaksi liikuntaryhmää Sepänkeskuksen Isotooppisaliin, joihin pystytään ottamaan maksimissaan 10 henkilöä jumppailemaan kerrallaan turvaetäisyyksien varmistamiseksi. Ryhmiin voi ilmoittautua **ma 23.8. klo 10.00 alkaen** Reumayhdistyksen toimistolle. Ilmoittautumisen jälkeen jumpan maksu tulisi maksaa ennen ryhmän alkamista **tilille FI96 5089 0520 0156 97**.

Kehonhuoltojumppa Sepänkeskuksessa

Sis. kuntopiiri ja keppi-, pallo- ja tuolijumppaa
Tiistaisin klo 10.30 – 11.30

ajalla 7.9. – 14.12,

Syysloma 19.10! Yhteensä 14 kertaa

Vetäjänä Kristina Malinen

Viite 6622

Hinta 65€/jäsen

Tule's Samba Sepänkeskuksessa

Torstaisin klo 14.00 – 15.00

ajalla 23.9. – 2.12. (syyslomatauko 21.10)

Vetäjänä Kristiina Haavisto

Viite 6635

Hinta 50€/jäsen

Allasjumppa Väinönkadulla

Maanantai 1: klo 17.00 - 17.45

Väinönkadun palvelukeskus, Väinönkatu 44

Alkaen 6.9. ja päättyen 13.12.

Syysloma 18.10! Yhteensä 13 kertaa

Ohjaaja Kristina Malinen.

Ryhmään mahtuu 6 naista.

Hinta 60€/jäsen. Viite 6596.

Allasjumppa Telkänpesässä

Torstai klo 11.00 – 11.45

Telkänpesän Palvelukeskus, Telkäntie 2

Sekaryhmä sekä miehille että naisille!

Alkaen 2.9. ja päättyen 16.12.

Syysloma 21.10! Yhteensä 15 kertaa

Ohjaaja Kristina Malinen.

Ryhmään mahtuu 8 hlöä.

Hinta 70€/jäsen. Viite 6619.

Maanantai 2: klo 17.50 – 18.35

Väinönkadun palvelukeskus, Väinönkatu 44

Alkaen 6.9. ja päättyen 13.12.

Syysloma 18.10! Yhteensä 13 kertaa

Ohjaaja Kristina Malinen.

Ryhmään mahtuu 6 naista.

Hinta 60€/jäsen. Viite 6606.

Tules Käveleen!

Yhdistys järjestää sään salliessa hyvän mielen kävelyryhmiä, joissa jokainen voi kävellä oman kuntonsa ja jaksamisensa mukaan; reitillä vältetään jyrkkiä rinteitä ja pyritään pitämään turvavälit toisiinsa. Kävelyhetket ovat maksuttomia tapahtumia.

Seuraavat kävelyhetket järjestetään:

To 9. ja 23.9 To 7. ja 21.10. To 4.11. ja 2.12.

Lähtö **klo 10** Reumayhdistyksen edestä osoitteesta Kilpisenkatu 18.





Hautakivien kertomaa – kävelykierros Vanhalla hautausmaalla To 2.9. klo15 Kansankynttilöitä ja kulttuurivaikuttajia –teemalla

Jyväskylän ja koko Suomen kulttuurihistoriaan vaikuttaneiden henkilöiden haudat muistuttavat meitä erityisesti kaupungin kouluhistoriasta. Kierros painottuu opettajiin, kasvatustieteen ammattilaisiin, oppikirjojen laatijoihin sekä kuvataiteen, musiikin ja kirjallisuuden merkkihenkilöihin. Aiheet vaihtelevat kanteleensoitosta Kalevala-koruihin ja kuorolauluun.

Ilmoittaudu mukaan opastetulle kierrokselle **viim. 26.8. klo14**, toimiston puh 050 579 1156.
Yhdistyksen jäsenille kierros on maksuton. Max 25 henkilöä.
Muille kuin jäsenille hinta on 5€. Viite 7168. Tili FI96 5089 0520 0156 97.
Lähtöpaikka on Vanhan hautausmaan Tourukadun puoleinen portti. Kesto 1,5 h.

Taipaleenjoki - Ooppera Su 17.10.2021 klo 14.00 Messu- ja tapahtumakeskus Paviljonki

Joulukuun alussa Leningradin Sotilaspiirin komentaja Kirill A. Meretskov oli kääntänyt Karjalan kannaksen suuren hyökkäyksen painopisteen Viipurin suunnasta itäiselle Kannakselle. Suomalaisten kova vastarinta alkuperäisellä hyökkäyslinjalla Kannaksella oli yllättänyt puna-armeijan, ja hyökkäysvoimat kaksinkertaistettiin, mutta läpimurtoa ei siitä huolimatta tapahtunut.



Suomi säilytti itsenäisyytensä, mutta jäljelle jäi tragedia.

Taipaleenjoki – ooppera kertoo inhimillisen tarinan Taipaleen taisteluista kansallisorinoilijamme Yrjö Jylhän silmin ja tunnoin. Jylhä koki rintaman kauheudet niiden kokonaisuudessaan johdettuaan Kempin rykmentin 1 pataljoonan toista komppaniaa. Sodan kokemukset saivat lopulta Jylhän riistämään oman henkensä vuonna 1956.

Taipaleenjoki – oopperaa on esitetty viimeksi Ilmajoen Musiikkijuhlilla vuosina 2010-2012.
Päärooleissa – Jyrki Anttila, Jaakko Kortekangas, Hedvig Paulig, Tiina Maija Koskela, Joonas Asikainen.
Sävellys – Ilkka Kuusisto
Libretto – Panu Rajala

Oopperan hinta on 60€ jäsen ja 70€ ei-jäsen, sisältäen pääsylipun Paviljonkiin, istumapaikat alasalissa. Konsertin järjestäjä vastaa turvaetäisyyksien järjestämisestä. Sitovat **ilmoittautumiset ke 8.9.2021 mennessä** numeroon 050 579 1156.
HUOM! Eräpäivä to 30.9.2021, viitteellä 7100, tilille FI96 5089 0520 0156 97.

Kaikki jäsenet ovat matkavakuutettuja Reumaliiton järjestövakuutuksen kautta.



Risteily Etelä-Konneveden kansallispuistossa Tiistaina 7.9.2021



M/S Autere kuljettaa isommankin porukan risteilylle!

Konnevedellä risteilemme **M/S Autereella**, jonne mukaan mahtuu kerralla linja-autollinen risteilyvieraita. Tämä alus on kuin tehty Etelä-Konneveden kansallispuiston maisemiin. Aluksessa on 2-3 hengen miehistö. Mukaan otetaan nyt vain 40 matkustajaa turvallisuuden varmistamiseksi koronatilanteessa.

Pienillä fiksailuilla on 34 vuotias laiva saatu entistä ehommaksi eikä tervata tarvitse. Alus on rakenteeltaan lasikuitua ja puuta. Sisätilat ovat siistit ja näkyvyys ulospäin erinomainen. Myös wc-tilat löytyvät laivasta. Sisätiloissa, takakansi mukaan lukien on 35 asiakaspaikkaa sekä ylhäällä ns. aurinkokannella 15 paikkaa.

Syksyllä 2017 on rakennutettu katos laivan takaosaan, joten sateen sattuessaakin pysyy sielläkin kuivana. Laivassa on sisään mennessä ramppi ja takakannelle laskeutuessa on kaksi pientä porrasta. Myös laivan sisätiloihin on kaksi porrasta, mutta kaiteita apuna käyttäen kulkeminen onnistuu ja tarvittaessa saa apua.

Pääsemme kokemaan ikimuistoisen sisävesimatkan.

Käymme ensin Konnevedellä kahvilla ja sen jälkeen lähdemme vesille, kaksi tuntia kestäväälle risteilylle. Risteilyn jälkeen syömmme lounaan aamuisessa kahvipaikkassamme, jonne on satamasta 5 minuutin ajomatka.



Lopuksi käymme Mannisen Kotileipomossa leipäostoksilla.

Konneveden graniittikirkko on myös näkemisen arvoinen, käymme katsastamassa senkin.

9.00	Lähtö Harjukatu 4
10.00	Kahvi Pappilan Hätävarassa
10.45	Risteily M/S Autereella
13.00	Lounas Pappilan Hätävarassa
Bussikierros	
	Mannisen Kotileipomo
	Konneveden graniittikirkko
	Kotimatkalle lähdetään noin klo 16.

Matkan hinta on **65€ jäsen** ja **75€ ei-jäsen**, sisältäen bussimatkan, kahvin, risteilyn ja ruokailun.

Ilmoitathan mahdollisen erikoisruokavaliosi ilmoittautumisen yhteydessä.

Sitovat **ilmoittautumiset ma 30.8.2021 mennessä** 050 579 1156.

Maksu ma 30.8.2021, viitteellä 7171, tilille FI96 5089 0520 0156 97.

Kaikki jäsenet ovat matkavakuutettuja Reumaliiton järjestövakuutuksen kautta.



Tuettu Ryhmäloma Virroilla maaliskuussa 2022

Loman ajankohta: **Ma 7. – La 12.3.2022**
loma suunnattu aikuisille
Lomateema: **Hyvänmielen loma**
Lomakohde: **Rajaniemen lomakeskus, Virrat**
www.rajaniemenlomakeskus.fi
Henkilömäärä: **noin 30 hlö**
Loman hakuaika: **7.10. – 7.12.2021**
Loman omavastuu: **18 €/vrk/hlö eli yhteensä 90 €/hlö**



Täysihoitoloma on:

- + viisi täysihoitovuorokautta
- + aamiainen, lounas ja päivällinen
- + majoitus jaetuissa kahden hengen huoneissa
- + yhteistä ohjattua ohjelmaa kaksi kertaa päivässä paitsi tulo- ja lähtöpäivänä

Lomalle hakeminen ei edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Jos tarvitset lomalle avustajan; myös avustajan tulee täyttää oma hakemuksensa. Hyvinvointilomat lähettää lomalle valituille kutsun ja laskun. Tietosuoja-asetuksien vuoksi yhdistys ei enää saa lomalle valittujen nimilistoja, joten **halutessasi mukaan Reumayhdistyksen bussi-kuljetukseen, ilmoittaudu erikseen yhdistyksen toimistolle!**

Linkki lomajakson sähköiseen hakulomakkeeseen, joka on auki vain hakuaikana:

<https://lotu.lomajarjestot.fi/t/HYVINVOINT/calendar/info/53004>

Linkki lisätään myös omille nettisivuillemme jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi.

Paperisia hakulomakkeita saa toimistoltamme ja ne lähetetään postitse osoitteeseen: Hyvinvointilomat ry, Haapaniemenkatu 14, 00530 Helsinki.

Yhteyshenkilöt: Tiina Kotilainen puh. 010 830 3401, tiina.kotilainen@hyvinvointilomat.fi
Maria Alamattila puh. 010 830 3404, maria.alamattila@hyvinvointilomat.fi

Tules Keskus

Tules Keskukseen yrittäjille aikoja voi varata:

- Fysioterapeutti, lymfaterapeutti Annika Savolaiselle, Fysamus Ky, nrosta 040 838 448.
- Fysioterapeutti Kristiina Haavistolle, KuntoFysio Haavisto Ky, nrosta 040 769 6247.
- 10% Reumayhdistyksen jäsenille!

Lisäksi Reumayhdistyksen jäsenille jäsenetu voimassa:

- Hieronta Rentoaika, Päivi Lahikainen-Tiihonen, Sepänkatu 4A, 050 326 2933, -10%
- Hoitola Miia Julia, Hannikaisenkatu 11-13: 050 5631 879, www.hoitolamiiajulia.com -10%



Reumaklubilla tavataan!

Reumaklubi on avoin virtuaalinen kohtaamispaikka kaikille tule-sairauksien kanssa eläville!

Reumayhteisön oma kohtaamispaikka verkossa on tarkoitettu juuri sinulle - ja jokaiselle tule-sairaudesta elävälle, joka haluaa kohdata muita samassa tilanteessa olevia.



Reumaklubi on hyvin helppokäyttöinen virtuaalinen tapaamispaikka: mitään ohjelmia, tunnuksia tai erillisiä laitteita ei tarvita. Reumaklubi on avoinna 24/7 eli ympäri vuorokauden, ja voit järjestää siellä oman tapaamisen tai liittyä kaikille avoimiin tuokioihin.

Tervetuloa Reumaklubin Kahvilaan: **Joka keskiviikko klo 15 on** tarjolla rento kahvihetki. Pääset tutustumaan muihin samassa elämäntilanteessa oleviin ja saat virtaa päivääsi!

Mukaan pääset klikkaamalla itsesi osoitteeseen reumaklubi.reumaliitto.fi

Alueellinen toiminta

Reumayhdistys osallistuu Pirkanmaan ja Keski-Suomen yhdistysten alueelliseen kokoontumiseen la 13.11.2021, teemana vapaaehtoisuus vahvistaa.

Opintokeskus Sivos tukee kaikkia Jyväskylän Reumayhdistyksen järjestämiä vertaistukiryhmiä, kerhoja ja liikuntaryhmiä.



Osaavaa kansalaistoimintaa

Opintokeskus Sivos

Jyväskylän Reumayhdistys ry

Kilpisenkatu 18
40100 Jyväskylä

050 579 1156

jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi

Toimistoajat:

ma 10 – 14
ke 12 - 17
to 10 - 14