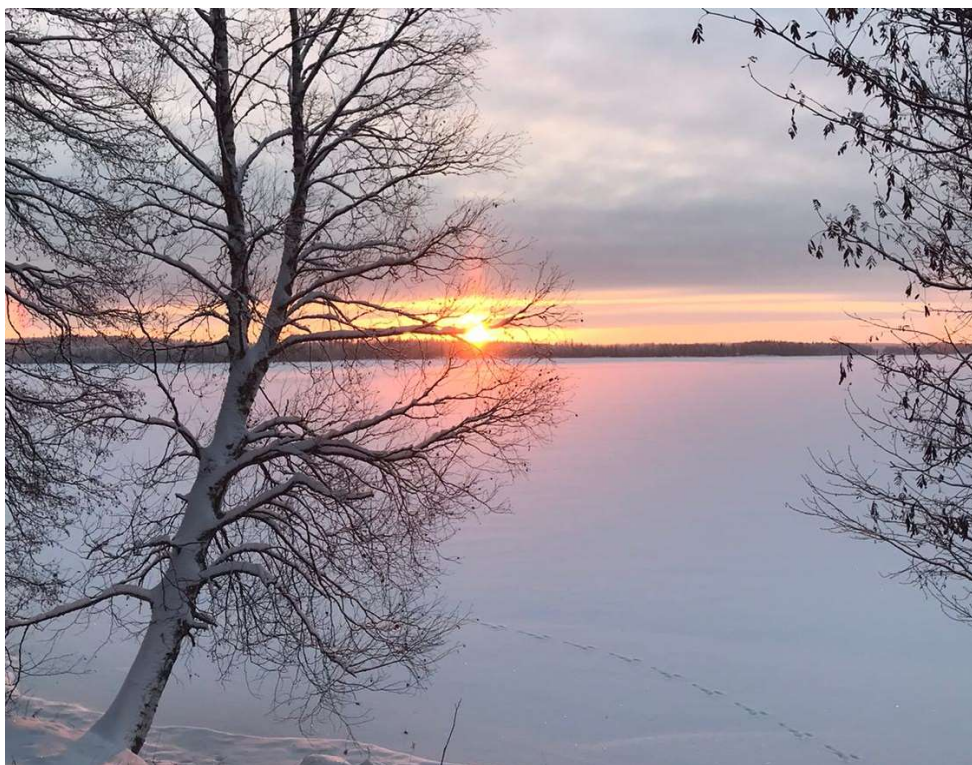


# LIKETTÄ + NIVELIIN

## Jyväskylän Reumayhdistys ry Tiedote keväälle 2024



### Jäseneksi liittyminen

Jyväskylän Reumayhdistyksen jäseneksi voi liittyä

- piipahtamalla toimistollamme **Kilpisenkatu 18:ssa**
- soittamalla toimistollemme **050 579 1156**
- sähköpostilla **[jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi](mailto:jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi)** tai
- kotisivuillamme **[jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi](http://jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi)**.

# Toimintakalenteri kevät 2024

## Tammikuu

- Ke 10.1. Korttikerho
- Ti 16.1. Jäsenilta: Askel terveyteen
- Ke 17.1. Korttikerho
- Ke 17.1. Fibromyalgiaryhmä
- Ma 22.1. Nuoret aikuiset
- Ke 24.1. Askartelukerho
- Ke 24.1. Nivelreumaryhmä
- To 25.1. Liikuntailmoittautuminen!
- To 25.1. Kävelyryhmä
- Ti 30.1. Hengellinen piiri
- Ke 31.1. Askartelukerho

## Helmikuu

- Ke 7.2. Korttikerho
- Ke 7.2. Sjögrenin ryhmä
- To 8.2. Kävelyryhmä
- Ma 12.2. Avoimet Ovet!
- Ke 14.2. Korttikerho
- Ke 14.2. Fibromyalgiaryhmä
- Ti 20.2. Jäsenilta: Omavastuut
- Ke 21.2. Askartelukerho
- Ke 21.2. Nivelreumaryhmä
- To 22.2. Kävelyryhmä
- To 22.2. Nuoret Aikuiset
- Su 25.2. AIR-messut, Muurame
- Ti 27.2. Hengellinen piiri
- Ke 28.2. Askartelukerho

## Maaliskuu

- Ke 6.3. Korttikerho
- Ke 6.3. Sjögrenin ryhmä
- To 7.3. Kävelyryhmä
- Ke 13.3. Korttikerho
- Ke 13.3. Fibromyalgiaryhmä
- Ma 18.3. Nuoret Aikuiset
- Ti 19.3. Jäsenilta: Attendo
- Ke 20.3. Askartelukerho
- Ke 20.3. Nivelreumaryhmä
- To 21.3. Kävelyryhmä
- La 23.3. Teatterimatka Kuopioon
- Ti 26.3. Hengellinen piiri
- Ke 27.3. Askartelukerho

## Huhtikuu

- Ke 3.4. Korttikerho
- Ke 3.4. Sjögrenin ryhmä
- To 4.4. Kävelyryhmä
- Ti 9.4. Kevätkokous
- Ke 10.4. Korttikerho
- Su 14.4. Karstulan Mieslaulajat
- Ti 16.4. Jäsenilta: Apteekkiasiaa
- Ke 17.4. Askartelukerho
- Ke 17.4. Fibromyalgiaryhmä
- To 18.4. Kävelyryhmä
- To 18.4. Nuoret Aikuiset
- Ke 24.4. Askartelukerho
- Ke 24.4. Nivelreumaryhmä
- Ti 30.4. Hengellinen piiri

## Toukokuu

- To 2.5. Kävelyryhmä
- Ke 8.5. Korttikerho
- Ke 8.5. Sjögrenin ryhmä
- Ti 14.5. Kevätretki Vesalaan
- Ke 15.5. Korttikerho
- Ke 15.5. Fibromyalgia- ja Nivelreumaryhmä yhdessä
- Ke 15.5. Selkämessut Kirjastolla
- To 16.5. Kävelyryhmä
- Ma20.5. Nuoret Aikuiset
- Ti 21.5. Kevätjuhla
- Ke 22.5. Askartelukerho
- Ti 28.5. Hengellinen piiri
- Ke 29.5. Askartelukerho
- Ke 30.5. Kävelyryhmä

## Kesäkuu

- Ke 5.6. Sjögrenin ryhmä

\*\*\*\*\*

**Reumayhdistyksen toimisto on suljettu seuraavina aikoina:**

- hiihtolomalla 26.2. – 3.3.2024

- kesäloma pe 21.6.2024 alkaen

## Avoimet Ovet!

Yhdistys järjestää avoimet ovet **ma 12.2.2024 klo 10 - 14.**

Paikan päällä (Kilpisenkatu 18) järjestetään myyjäiset, arpajaiset ja kakkukahvit. Tervetuloa kaikki tutustumaan yhdistyksen tiloihin!

\*\*\*\*\*

## Kevätkokous

Tiistai 9.4. klo 17.00

Sepänkeskuksen Reaktorisalissa, Kyllikinkatu 1

Kokouksessa hyväksytään Reumaliiton uudet mallisäännöt yhdistykselle, täydennetään hallitusta sekä käsitellään sääntömääräiset asiat, joita ovat mm. yhdistyksen vuoden 2023 toimintakertomuksen ja tilinpäätöksen hyväksyminen.

Tervetuloa kaikki yhdistyksen jäsenet!

*Reumayhdistyksen hallitus*



\*\*\*\*\*

## Jäsenillat

**Klo 17 Sepänkeskuksen Reaktorisalissa (Kyllikinkatu 1)**

Jäsenilloissa kahvitus, yhteislaulua ja bingo sekä myynnissä onnittelukortteja muita yhdistyksen askartelutuotteita käteishinnoin!

**Ti 16.1.** Terve Askel, Tommi Haapalainen, Ortopediteknikko

**Ti 20.2.** Asiantuntija omavastuuasioista

**Ti 19.3.** Attendo, Fysioterapia ja hoivapalvelut, Jussi Keitaanniemi

**Ti 16.4.** Yliopiston Apteekin ajankohtaista asiaa,

Apteekinhoitaja lida Kinnunen

**Ti 21.5.** Kevätjuhla

Kahvituksen suositushinta on 3e. Emäntinä Mervi Hovila ja Raija Toikka.

\*\*\*\*\*

## Pieni Ele - keräys

Reumayhdistys on jälleen 2024 mukana Pieni Ele-keräyksessä äänestyspaikoilla:

Presidentin ennakoöänestys on **ke 17.1. – ti 23.1.2024.**

Varsinainen äänestyspäivä on **su 28.1.2024.**

Toinen äänestyskierros on **su 11.2.2024.**

Eu-vaalit järjestetään **su 9.6.2024.**

Kuntavaalit **su 13.4.2025.**



## VERTAISTUKITOIMINTA

Vertaistuki on kokemusten jakamista toisen saman kokeneen kanssa. Vertaistuki tarkoittaa kokemustietoon perustuvaa tukea, jonka tärkeimmät elementit ovat kertominen ja kuunteleminen.

**Huomioithan, että mahdolliset muutokset ryhmien aikatauluihin päivitetään nettisivuillemme [jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi](http://jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi)**

\*\*\*\*\*

## Tukihenkilöt

**Fibromyalgia:** Merja Tuomela, 040 768 1717, [merja.tuomela@gmail.com](mailto:merja.tuomela@gmail.com)

**Nivelpsoriasis:** Taina Rinne, 050 342 0131, [rinnetaina71@gmail.com](mailto:rinnetaina71@gmail.com)

**Sjögren:** Hanna Hämäläinen, 040 531 4008, [hannakaroliina@hotmail.com](mailto:hannakaroliina@hotmail.com)

\*\*\*\*\*

## Fibromyalgiaryhmä

Kokoontumiset **klo 15.30**

**Ke 17.1.** Vertaistukitapaaminen toimistolla

**Ke 14.2.** Tavataan Jyväskylän Taidemuseolla! (Kauppakatu 23)  
Esittelyssä Annu Vertanen, Huokoinen matriisi

**Ke 13.3.** Toivekartta askarrella, toimistolla

**Ke 17.4.** Vertaistukitapaaminen toimistolla

**Ke 15.5.** Kevättapaaminen Sataman kahvilassa Nivelreumalaisten kanssa!

Lisätietoja:

Vertaistukija Merja Tuomela, 040 768 1717, [merja.tuomela@gmail.com](mailto:merja.tuomela@gmail.com)

\*\*\*\*\*

## Hengellinen piiri

Kokoonnumme kerran kuussa **tiistaisin klo 15.00** Reumayhdistyksen tiloissa. Keräämme tukirahaa kummilapsellemme Intian orpokotiin! Olet tervetullut mukaan!

**Ti 30.1.** Uusi vuosi, uusi alku

**Su 25.2.** AIR-messu Muuramessa, kts.erillinen ilmoitus

**Ti 27.2.** Kristitty ja tunteet, mukana Kaija Lajunen

**Ti 26.3.** Pääsiäisen iloa kohti!

**Ti 30.4.** Löytöjä Viisikielisestä, Tuula Hakkarainen laulaa ja laulattaa

**Ti 14.5.** Kevätretki Vesalaan, kts.erillinen ilmoitus

**Ti 28.5.** Kohti kesälaitumia...

Tapaamisiin, Ann-Marie Ylistö, 044 502 0753, [annmarieylisto@gmail.com](mailto:annmarieylisto@gmail.com)

## Nivelreumaryhmä

Tapaamiset seuraavina keskiviikkoina **klo 15.30**

- Ke 24.1.** Vertaistukea toimistolla
- Ke 21.2.** Tuolijumppaa toimistolla
- Ke 20.3.** Vertaistukea ja lautapelejä toimistolla
- Ke 24.4.** Museoon tai taidenäyttelyyn tutustuminen
- Ke 15.5.** Kevättapaaminen Sataman kahvilassa fibromyogian kanssa!

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

\*\*\*\*\*

## Nuorten aikuisten ryhmä

Vertaistukea diagnoosistasi riippumatta! Kokoonnumme alkaen **klo 17.30**.

- Ma 22.1.** Vertaistukitapaaminen toimistolla
- To 22.2.** Vertaistukitapaaminen toimistolla
- Ma 18.3.** Vertaistukitapaaminen kahvilassa
- To 18.4.** Vertaistukitapaaminen toimistolla
- Ma 20.5.** Vertaistukitapaaminen kahvilassa/sään suosiossa piknik

Tervetuloa mukaan!

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

\*\*\*\*\*

## Sjögrenin Syndroomaa sairastavien ryhmä

Tapaamme keskiviikkoisin **klo 17.00**

- Ke 7.2.** Vertaistukitapaaminen yhdistyksen toimistolla
- Ke 6.3.** Vertaistukitapaaminen yhdistyksen toimistolla
- Ke 3.4.** Vertaistukitapaaminen yhdistyksen toimistolla
- Ke 8.5.** Vertaistukitapaaminen yhdistyksen toimistolla
- Ke 5.6.** Tapaaminen kahvilassa, aika ja paikka sovitaan lähempänä

Ryhmä etsii uutta vetäjää! Olisitko kiinnostunut vertaistukijan toimesta?

Lisätietoja ryhmän toiminnasta saa yhdistyksen toimistolta

Vapaaehtoisuus  
**VAHVISTAA**

## Liikuntaryhmät

Liikuntaryhmiin voi ilmoittautua **to 25.1. klo 10.00 alkaen**

- puhelimitse 050 579 1156
- sähköpostilla jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi
- tai henkilökohtaisesti paikan päällä Reumayhdistyksen toimistolla

Ilmoittautumisen jälkeen jumpan maksu tulisi maksaa ennen ryhmän alkamista **ryhmän viitteellä tilille F196 5089 0520 0156 97**. Voit myös kesken kauden tiedustella vapaita paikkoja ryhmissä!

\*\*\*\*\*

## Allasjumpat

**Allasjumppa Väinönkadun Palvelukeskuksessa**

**Maanantai 1. ryhmä klo 16.40 - 17.25**

Ajalla 29.1. - 13.5. (Lomatauko 26.2.)

Yhteensä 14 kertaa

Ryhmään mahtuu 7 naista. Ohjaaja Emmi Niiranen.

**Viite 6596 Hinta 90€/jäsen.**

\*\*\*\*\*

**Allasjumppa Väinönkadun Palvelukeskuksessa**

**Maanantai 2. ryhmä klo 17.30 - 18.15**

Ajalla 29.1. - 13.5. (Lomatauko 26.2.)

Yhteensä 14 kertaa

Ryhmään mahtuu 7 naista. Ohjaaja Emmi Niiranen.

**Viite 6606 Hinta 90€/jäsen.**

*mielekäästä  
elämää*

\*\*\*\*\*

**Allasjumppa Telkänpesän Palvelukeskuksessa**

**Torstaisin klo 11.00 – 11.45**

Ajalla 1.2. – 16.5. (Lomatauko 29.2.)

Yhteensä 14 kertaa Ohjaaja Anu Vainio.

**Sekaryhmä sekä miehille että naisille**

**Viite 6619 Hinta 90€/jäsen.**

\*\*\*\*\*

**Pilates Sepänkeskuksen Isotooppisalissa**

**Tiistaisin klo 11.00 - 11.55**

Ajalla 30.1. – 7.5. (Lomatauko 27.2.)

Yhteensä 14 kertaa Ohjaaja Anu Vainio

**Viite 6635 Hinta 90€/jäsen**

## Askartelu- ja korttikerho

Käsien ja sormien toimintaa harjaannuttavaa ja toimintakykyä ylläpitävää askareta! Askartelu- ja korttikerho jatkavat 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:

**10. ja 17.1.**

**7. ja 14.2.**

**6. ja 13.3.**

**3. ja 10.4.**

**8. ja 15.5.**



Ohjaajana Ritva Myllyntaus

**Askartelukerhoon** voit tuoda mukanaasi tuunattavia omia materiaaleja aina aiheen mukaan, mutta askartelutarvikkeita löytyy myös valmiiksi hankittuina paikan päältä. Käyntikertamaksu 2€/henkilö.

Askartelukerhon ajat ja aiheet:

**24. ja 31.1.** Valmistamme saippuaa

**21. ja 28.2.** Huovutustöitä

**20. ja 27.3.** Pääsiäisaskartelua

**17. ja 24.4.** Askartelemme metallista

**22. ja 29.5.** Kevätkukkien askartelua



Ohjaajana Tarja Vähä-Jussila

\*\*\*\*\*

## Tules Käveleen!

Yhdistys järjestää sään salliessa hyvän mielen kävelyryhmiä, joissa jokainen voi kävellä oman kuntonsa ja jaksamisensa mukaan. Kävelyhetket ovat maksuttomia tapahtumia. (Pakkasraja -15°C emmekä kävele sateella.)

Kävelyhetket järjestetään torstaisin **klo 10.00**

**25.1. 8. ja 22.2. 7. ja 21.3. 4. ja 18.4. 2, 16. ja 30.5.**

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

## Su 25.2. Ilon iltapäivä ja AIR-messumatka

Muuramen seurakuntatalo on saneerattu ja nyt pääsemme esittelyn myötä tutustumaan uudistettuihin tiloihin sekä osallistumaan **AIR-messuun!**



**Armoa Iloa Rakkautta** ovat yhteisöllistä vapaaehtoisvoimin toteutettua seurakuntatoimintaa. Messut ovat lämminhenkisiä ja rentoja musiikillisia juhlia. AIR-messu pidetäänkin kirkossa klo 16 joka toinen sunnuntai.

**klo 14:00** Lähtö Harjukadun tilausajolaiturista, Seurakuntatilojen esittely  
**klo 15:15** Messuetkojen kahvitilaisuus  
**klo 16:00** Armon Ilon ja Rakkauden, valon ja ilon messu

Matkan hinta **30€ ja 40€ ei jäsen**, sisältäen Pohjolan Matkan kuljetuksen, tilojen esittelyn, kahvituksen ja paluumatkan. Ilmoitathan erikoisruokavaliosi! Ilmoittautumiset **viimeistään ma 19.2.** toimistolle numeroon 050 579 1156. **Eräpäivä ma 19.2. Maksu viitteellä 7391 tilille FI96 5089 0520 0156 97.**

\*\*\*\*\*

## Maalari – Juho Rissanen Kuopion Kaupunginteatteri la 23.3.2024

Taidemaalari Juho Rissanen nousi köyhästä kiertolaiselämästä kuvataiteemme keskeiseksi mestariksi, jonka intohimo ja lahjakkuus siivittivät hänen matkaansa ympäri maailmaa. Maailmalla taiteen metropoleissa hän pärjäsi hyvin ranskalla, tanskalla, italialla ja venäjällä – ja kaikkia niitä hän äänsi komeasti savolaisittain! Juho Rissanen syntymästä tuli kuluneeksi 150 vuotta. Kuopion kaupunginteatteri on rakentanut juhluvuoden ohjelmaa yhdessä Kuopion taidemuseon ja Kuopion korttelimuseon kanssa.



**klo 9:00** Lähtö Harjukadun tilausajolaiturista  
**klo 11:30** Juho Rissanen taidenäyttely Kuvauksen viikkaus Kuopiossa  
**klo 13:00** Maalari – Juho Rissanen teatteriesitys  
**klo 16:00** Koivumäen Kartano, ruokailu

Matkan hinta **90€ ja 100€ ei jäsen**, sisältäen Pohjolan Matkan kuljetuksen, pääsyliput taidenäyttelyyn & teatteriin ja ruokailun Koivumäen Kartanossa. Ilmoittautumiset **viimeistään ke 21.2.** toimistolle numeroon 050 579 1156. **Eräpäivä ke 21.2. Maksu viitteellä 7401 tilille FI96 5089 0520 0156 97.**



# Nuottikriisi - Karstulan Mieslaulajat

## Beatles-lauluihin perustuva musiikinäytelmä

### Su 14.4.2024

#### Maailmanpoliittinen vejarimusikaali nuottien suomettamisesta

Itä on napannut supersalaiseksi luokitellun Lännen sisäisen viestin. Onneksi Supo oli langoilla ja sai napattua osan nuoteista. Toimittaja Pirkko Tarkka oli merkinnyt tarkasti kaiken muistiin ja julkaisee nyt teoksensa Nuottikriisi.

Moneen ovat Karstulan mieslaulajat joutuneet, mutta sotkeutua nyt kansainväliseen politiikkaan! Onnistuvatko Karstulan Mieslaulajien "vallanpitäjät" suomettamaan ryöstetyt nuotit ja palauttamaan tasapainon? Tarina ja Beatlesien 25 kappaletta yrittävät tukea juonen kulkua.



Lähtö Harjukadun tilausajolaiturista **klo 11.00**.

Matkan hinta on **65€ jäsen** ja **75€ ei-jäsen**, sisältäen bussimatkan, ruokailun, väliaikakahvituksen ja pääsylipun. Ilmoita mahdollinen erikoisruokavaliosi! Ilmoittautumiset **viimeistään ke 27.3.** 050 579 1156.

**Eräpäivä ke 27.3. Maksu viitteellä 7388 tilille FI96 5089 0520 0156 97.**

\*\*\*\*\*

## Keväinen retkipäivä Vesalaan ti 14.5.2024

Lähdemme keväiselle retkelle tutustumaan Vähä-Vesankajärven rannalla sijoittuvaan Vesalaan. Vesalan uudistettu kaupunkiseurakunnan leiri- ja toimintakeskus tarjoaa mahdollisuuden liikkua, hiljentyä ja nauttia hyvästä ruuasta luonnon keskellä. Ruokailemme noutopöydästä hyvän aterian seurustelun merkeissä Vesalan Rantakeitaalla, jossa myös lähtökahvit. Lisäksi vierailemme Vesalan perinteikkäässä **Riihikirkossa**.

**klo 12:00** Lähtö Harjukadun tilausajolaiturista

**klo 12:30** Ruokailu Rantakeitaassa

**klo 14:00** Riihikirkko

**klo 14:30** Lähtökahvit Rantakeitaassa

Matkan hinta **40€ ja 50€ ei jäsen**, sisältäen Pohjolan Matkan kuljetuksen, ruokailun, Riihikirkossa käynnin sekä lähtökahvituksen ja paluumatkan.

Ilmoitathan mahdollisen erikoisruokavaliosi.

Ilmoittautumiset **viimeistään ma 29.4.** toimiston numeroon 050 579 1156.

**Eräpäivä ma 29.4. Maksu viitteellä 7414 tilille FI96 5089 0520 0156 97.**

# Tampereen, Korpilahden ja Jyväskylän Reumayhdistysten yhteinen Tuettu ryhmäloma 2024

Lomakohde:	<b>Härmän Kuntokeskus</b>
Loman ajankohta:	<b>Ma 2. – la 7.9.2024</b>
Lomateema:	<b>Yhdessä enemmän</b>
Loman omavastuu:	<b>130€ / hlö / 5 vrk</b>
Lomaryhmän koko:	<b>noin 30 henkilöä</b>
Loman hakuaika:	<b>8.4. - 9.6.2024</b>
Kohderyhmä:	<b>Reuma-tules -sairauksia sairastavat / läheiset</b>



Loma toteutetaan yhteistyössä Hyvinvointilomat ry:n kanssa Sosiaali- ja terveysministeriön myöntämällä avustuksella. Tuettu loma sisältää majoituksen jaetussa kahden hengen huoneessa, täysihoidon, ruokailut ja ohjatun lomaohjelman, joka sisältää liikuntaa, ulkoilua, keskusteluhetkiä, aktiviteetteja jne.



**Härmän Kuntoutus**

Lomalle hakeminen ei edellytä reumayhdistyksen jäsenyyttä. Tuetut lomat ovat tarkoitettuja pienituloisille henkilöille, ja loma myönnetään taloudellisin, terveydellisin ja sosiaalisin perustein **ensikertalaisuus huomioiden**. Tuettu loma voidaan myöntää enintään **kolme kertaa kymmenen vuoden aikana**, ei kuitenkaan peräkkäisinä vuosina.

Lomaa voi hakea vain hakuaikana **8.4. - 9.6.** sähköisesti osoitteessa: <https://lotu.lomajarjestot.fi/calendar/HYVINVOINT/> tai paperisella hakulomakkeella, joita voi hakea Reumayhdistyksen toimistolta. Lisätietoja antaa Maria Alamattila, 010 830 3404, maria.alamattila@hyvinvointilomat.fi

\*\*\*\*\*

## Etuja Reumayhdistyksen jäsenille

**Tarkemmat tiedot yrityksistä ja heidän myöntämistä eduista löydät nettisivuiltamme:** [jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi/jasenyys/jasenedut/](http://jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi/jasenyys/jasenedut/)

- Fysios Mehiläinen Jyväskylä, Kilpisenkatu 6, 010 237 7080
- Fysioterapia Fysamus ky, Kilpisenkatu 18, 040 838 4488
- Hieronta Rentoaika, Sepänkatu 4a, 050 3262933
- Hoitola Miia Julia, Kilpisenkatu 18, 050 5631 879
- Kaleval. Jäsenkorjaaja Viljami Kinnunen, Kilpisenk 18, 040 728 2843
- Liikuntakeskus Buugi, Sykeraitti 7, 050 545 5374
- Pienikamari, Kilpisenkatu 9, 014 621 887
- Respecta, Lutakonaukio 7, Kielo Innova 2, 040 3488 588
- Scandic: Aulanko, Eden Nokia ja Laajavuori, 0200 81800
- Taimipiha, Vapaaherrantie 8, 050 024 6047

## Jyväskylän Reumayhdistyksen edustus:

Suomen Reumaliitto ry valtuusto 1.1.2024 – 31.12.2026

• Valtuuston jäsen Kaija Haapsalo

Jyväskylän Vammaisneuvosto 2021 - 2025:

• Varsinainen jäsen Jaana Jäntti

\*\*\*\*\*

**Opintokeskus Sivis** tukee Jyväskylän Reumayhdistyksen toimintaa, kuten jäseniltoja ja kerhomuotoisia kursseja.



\*\*\*\*\*

## Tärkeitä yhteystietoja

**Keski-Suomen Sairaala Nova**, Hoitajantie 3

Puhelinkeskus: **014 269 1811** Päivystysneuvonta-apu: **116 117**

Hätänumero ja ambulanssi: **112**

Lähetteen Reumapolille saa jatkossa omalta terveysaseman lääkäriltä.

**Reumasairauksien poliklinikka**, Sairaala Nova, Hoitajantie 3

Soittoaika ma-pe klo 9 – 14 **014 269 2660**

### Suomen Reumaliitto ry

Iso Roobertinkatu 20–22 A, 00120 HELSINKI

09 476 155, [www.reumaliitto.fi](http://www.reumaliitto.fi), [info@reumaliitto.fi](mailto:info@reumaliitto.fi)

\*\*\*\*\*

## Keski-Suomen Tuki- ja Liikuntaelinsairauksien Keskus

Tules-Keskus, Kilpisenkatu 18, 40100 Jyväskylä

▪ **Fysamus Ky**, Annika Savolainen, Fysioterapeutti, Lymfaterapeutti

Lääkinnälliset tuki- ja hoitosukat sekä hoitohihat, ei toimistomaksua!

**040 838 4488** [www.fysamus.fi](http://www.fysamus.fi)

▪ **Hoitola Miia Julia**, Miia Roiha, Lähihoitaja, jalkojenhoidon osaamisala

-10% Reumayhdistyksen jäsenille!

**050 563 1879** [www.hoitolamiiajulia.com](http://www.hoitolamiiajulia.com)

▪ **Viljami Kinnunen**, Kalevalaisen Jäsenkorjauksen mestari

-10% Reumayhdistyksen jäsenille!

**040 728 2843** [viljami.kinnunen@hotmail.fi](mailto:viljami.kinnunen@hotmail.fi) [www.kansanlaakintaseura.fi](http://www.kansanlaakintaseura.fi)

# Jyväskylän Reumayhdistys ry

[jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi](http://jyvaskylanyhdistys.reumaliitto.fi)

**Jäsenmäärä**

**1.1.2024**

**768 jäsentä**



Perustettu

24.8.1948

Jäsenmaksu

25,00 € / kalenterivuosi

## HALLITUS

### **Puheenjohtaja**

Haapsalo Kaija

0400 016 283

[kaija.haapsalo@jyvaskyla.fi](mailto:kaija.haapsalo@jyvaskyla.fi)

### **Jäsenet**

Jäntti Jaana

040 841 2939

[jaanam.jantti@gmail.com](mailto:jaanam.jantti@gmail.com)

Närhi Raili

050 543 7903

[raili.narhi@saunalahti.fi](mailto:raili.narhi@saunalahti.fi)

Summanen Eira

050 561 4508

[eira.summanen@gmail.com](mailto:eira.summanen@gmail.com)

Ylitolonen Maila

050 325 7055

[maila.ylitolonen@elisanet.fi](mailto:maila.ylitolonen@elisanet.fi)

## TOIMISTO

Toimistonhoitaja:

Maika Kiesilä

**Avoinna:**

**Ma klo 10 – 14, Ke klo 12 – 17, To klo 10 - 14**

Puhelin:

050 579 1156

Osoite:

Kilpisenkatu 18, 40100 Jyväskylä

Sähköposti:

[jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi](mailto:jkl.reumayhdistys@kolumbus.fi)

Y- tunnus:

0174693-9

Pankkitili IBAN:

FI96 5089 0520 0156 97

\*\*\*\*\*

## Jäsenpostia sähköpostitse!

**Kevätkauden tiedote saapuu paperisena** jäsenlaskun kera maapostitse suurimmalle osalle jäsenistöämme. Jos kuorestasi puuttuu lasku / tiedote, ilmoitathan toimistolle 050 579 1156, niin lähetämme sen sinulle uudelleen. Liikettä Niveliin -lehden täydentävää ja täsmentävää tietoa saat toimistolta, nettisivuiltamme, ryhmien vetäjiltä, jäsenilloissamme ja sähköpostilla.

**Syyskauden tiedote saapuu elokuussa kuitenkin vain sähköpostiin** oman sähköpostiosoitteensa ilmoittaneille jäsenille; muille jäsenille tiedote postitetaan paperisena kotiin. Halutessasi paperisen syyskauden tiedotteen, voit hakea sen yhdistyksen toimistolta tai jäsenilloista! Jos sinun on kuitenkin vaikea käyttää sähköpostiasi, ja haluaisit syyskauden tiedotteen paperisena suoraan kotiisi maapostitse, ilmoitathan siitä meille, jolloin poistamme sähköpostiosoitteen tiedoistasi emmekä lähetä siihen enää sähköposteja.