

TOPAMIINI



**KESKI-SUOMEN PARKINSON -YHDISTYS RY:N JÄSENLEHTI NRO 2/2025
2.6.2025**



Terveiset liittokokouksesta Aulangolta

Liikehäiriösairauksien liitto ry:n vuosikokous pidettiin tänä vuonna 17.5.2025 Scandic Aulangolla Hämeenlinnassa. Yhdistyksemme äänivaltaisina edustajina olivat puheenjohtaja Vilho Riuttanen, varapuheenjohtaja Taina Toikkanen ja rahastonhoitaja Jorma Salonen. Edellisen illan ohjelmasta vastasi Kanta-Hämeen Parkinson -yhdistys ry.

Liittokokousjärjestelyt sujuivat onnistuneesti samoin kuin edellisen illan juhlaohjelmakin. Professori Anne Jupon luento Parkinsonin taudin hoitoon käytettävissä olevista lääkkeistä oli valaiseva ja mielenkiintoinen.

Liiton uusi toiminnanjohtaja **Marianne Sirkkiä** esitteli liiton toimintaa ja taloutta. Liiton talouteen haasteita asettaa valtion myöntämien avustusten aleneminen edellisenä vuonna. Tuen aleneminen jatkuu vielä tulevina vuosina. Tämä on pakottanut kulujen karsimiseen ja henkilökunnan vähentämiseen. Vaikeuksista huolimatta liitto on pystynyt vastaamaan haasteisiin, mistä osaltani haluan kiittää liiton hallitusta ja henkilöstöä.

Miten liiton haasteet näkyvät yhdistyksemme toiminnassa?

Tänä vuonna saamamme avustus ei ole alentunut, mutta odotettavissa on, että liitolta saatava toiminnallinen ja taloudellinen tuki alenee. Jatkossa liitto keskittyy enemmän valtakunnal-

listen asioiden hoitoon ja vaikuttamiseen. Näin yhdistyksemme toiminta jäsentemme suoraan auttamiseen on entistä tärkeämpää. Olen useissa kirjoituksissa ja puheissa korostanut monipuolisen toiminnan tarvetta. Lisääntynyt osallistujien määrä niin kerhoissa, liikuntatapahtumissa ja muissakin kokouksissa on vahva todistus toimintamme tarpeellisuudesta.

Mutta kaikki toiminta tarvitsee taloudellista tukea ja toimijoita. Monet aktiivijäsenet tekevät jo nyt pyyteettömästi arvokasta työtä. Haastan myös iältään nuorempia ja vastasairastuneita sekä omaisia lisää aktiivitoimintaan. Se on itsellekin pal-kitsevaa.

Olen ilahtunut, että olemme haasteista huolimatta saaneet lahjoituksia eri järjestöiltä. Erityisen kiitoksen ansaitsee yksityishenkilönä **Arja Kotanen**, joka lahjoitti 70-vuotisjuhlatervehdykset yhdistyksellemme. Myös ralliautoilija **Ari Könösen** pokaalilahjoitus antaa tukea toimintaamme. Nä-



Puheenjohtaja onnitteli ja toivotti tervetulleeksi uuden toiminnanjohtaja Marianne Sirkkiän ja luovutti samalla Topamiinin.

mä kaikki yhdessä tarjoavat jäsenille monipuolisen tieto- ja virkistysmahdollisuudet.

Vertaistuki on voimaa: **YHDESSÄ ERILAISINA – YHDESSÄ OLEMME ENEMMÄN.**

Virkistävää kesää ja kesäretkien jälkeen syyskauden toimintaan mukaan!

*Vilho Riuttanen
Puheenjohtaja*

Keski-Suomen Parkinson-yhdistys ry

Kyllikinkatu 1
40100 Jyväskylä
www.ksparkkis.parkinson.fi

Vilho Riuttanen
Puheenjohtaja,
Puh. 040 532 2059
vilho.riuttanen@sci.fi

Taina Toikkanen
Varapuheenjohtaja,
puh. 040 8289 369
taina.toikkanen@gmail.com

Ari Liukko
Sihteeri,
puh. 0400 649 401
ari.liukko@isannointikaksikko.fi

Markku Terva-aho
Topamiini/toimitus
puh. 050 517 4868
markku.tervaaho@gmail.com

Markku Syrjälä
Kotisivujen ylläpito
Puh. 0400 542 723
markku.x.syrjala@gmail.com

Liikehäiriösairauksien liiton järjestötoiminnan asiantuntija

Annikka Tuovinen
puh. 0400 391 853
annukka.tuovinen@liikehairio.fi

**Yhdistyksen pankkitili:
FI06 5290 0220 6727 43**

Liikehäiriösairauksien liitto ry

Käsityöläiskatu 4,
20100 Turku
puh. 02 274 0400
www.liikehairio.fi

YHDISTYKSEN KERHOJEN YHTEYSHENKILÖT

Jyväskylän seutu
Kari Asikainen,
puh. 040 470 6002
jkl.parkkis@gmail.com

Järjestötyöntekijän terveiset:

Kevään Voimaa – Yhdessä eteenpäin

Kevät on uuden alun ja kasvun aikaa. Luonto herää talviunestaan, valo lisääntyy ja lämpö kutsuu ulos. Parkinsonin tautia sairastaville ja heidän läheisilleen kevät voi olla erityisen voimaannuttavaa aikaa – mahdollisuus löytää uusia voimavaroja, iloa ja toivoa arkeen.

Luonnosta voimaa ja virkistystä.

Luonnossa liikkuminen on tutkitusti hyväksi sekä keholle että mielelle. Jo pieni kävely puistossa, lintujen laulun kuuntelu tai kukkien ihailu voi tuoda arkeen iloa ja rauhaa. Kevään valo ja värit virkistävät mieltä ja auttavat jakamaan. Jos liikkuminen ulkona tuntuu haastavalta, voi luonnon tuoda myös sisälle – kukkakimppu pöydällä tai ikkuna auki raikkaalle kevätilmalle tekee ihmeitä.

Läheisten tuki – yhdessä enemmän.

Parkinsonin tauti koskettaa koko perhettä ja lähipiiriä. Yhdessä jaettu arki, pienet ilot ja onnistumiset vahvistavat yhteyttä ja luovat turvaa. On tärkeää

muistaa, että läheisetkin tarvitsevat tukea ja lepoa. Avoin keskustelu, yhteiset hetket ja vertaistuki auttavat jakamaan. Myös Parkinson-yhdistysten vertaistukiryhmät tarjoavat mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja saada uusia ystäviä.

Pienet teot, suuret vaikutukset.

Voimavarat löytyvät usein arjen pienistä asioista: hyvästä ruoasta, lempimusiikista, mukavasta kirjasta tai yhteisestä naurusta. On tärkeää pysähtyä huomaamaan onnistumiset ja antaa itselle armoa. Jokainen päivä on mahdollisuus löytää jotakin hyvää – vaikka vain pieni hetki kerrallaan.

Toivoa ja tulevaisuudenuskoa.

Parkinsonin taudin kanssa eläminen voi olla haastavaa, mutta tulevaisuus tuo mukanaan myös uusia mahdollisuuksia. Tutkimus etenee, uusia hoitoja kehitetään ja tietoisuus sairaudesta lisääntyy. Jokainen päivä on askel eteenpäin – yhdessä voimme löytää keinoja elää täyttä elämää sairaudesta huolimatta. Muista, että et ole yksin. Kevät tuo valoa ja voimaa – otetaan

siitä kaikki irti. Pidetään huolta itses-
tämme ja toisistamme, ja annetaan
kevään tuoda iloa ja toivoa jokaiseen
päivään.

Jos kaipaat tukea, tietoa tai vertaistukea, ota rohkeasti yhteyttä Parkinson-yhdistykseen tai liiton vertaistukihenkilöihin, jotka löydät täältä [https://](https://www.liikehairio.fi/yhteystiedot/)

www.liikehairio.fi/yhteystiedot/vertaistukihenkilot

Tietoa hyvinvointia tukevista kursseista löydät täältä [https://](https://www.liikehairio.fi/palvelut/parkinsonin-tauti/kurssit)

[www.liikehairio.fi/palvelut/parkinsonin-tauti/kurssit](https://www.liikehairio.fi/palvelut/parkinsonin-tauti/tuetut-lomat)

Tietoa tuetuista lomista löydät täältä <https://www.liikehairio.fi/palvelut/parkinsonin-tauti/tuetut-lomat>

Voit myös olla yhteydessä meihin liiton työntekijöihin. Osaamme ohjata sinua eri asioissa eteenpäin <https://www.liikehairio.fi/yhteystiedot>, vaihde **02 2740 400** avoinna ma-to klo 10–11 ja 12–15

Sähköposti: info@liikehairio.fi

Voimaannuttavaa kevättä ja kesää

Annukka



Mukana Parkinson-viikolla

Museovierailu

Parkinson-viikolla tutustuimme Jyväskylän Taidemuseon Kotien taidetta –näyttelyyn. Paikalla oli tusinan verran taiteesta kiinnostunutta. Näyttelyssä oli esillä neljästä yksityisestä kokoelmasta koottuja teoksia. Tunnetuin oli Pekka Salojärven kokoelma, joka sisälsi mm. Helen Schjerfbeckiä ja muita 1800-luvun lopun ja 1900-luvun alun naistaiteilijoiden taidetta naisista - myös miesten tekemänä. Näyttely painottui esittelemään keskisuomalaista taidetta ja taiteilijoita.

Parkinson-vebinaari

Maailman Parkinson-päivän vebinaariin 11.4. Sepänkeskuksen etäkatsoomoon kokoontui joukko asiasta kiinnostuneita Parkkisia. Vebinaari kuului Parkinson-tietoisuuskuukauden tapahtumiin, joka huipentui maailman Parkinson-päivän viettoon 11.4. Vebinaarissa saimme ”etätietoa” Parkinsonin taudin tämän hetken tutkimuksista ja monista sairauden hoitoon liittyvistä asioista.

Sydämellisiä kohtaamisia, riemukkaita jälleennäkemisiä, asiaa

Monta lämmintä halausta ja iloista kohtaamista nähtiin Hämeenlinnassa 16.5., kun Liikehäiriösairauksien liiton liittokokousedustajat saapuivat. Tulijoita oli ympäri Suomen, kaukaisimmat Sodankylästä saakka. Huolestuttavat talousuutiset, hyvinvointialuiden niukkenevat resurssit ja järjestökentän mittavat haasteet jäivät hetkeksi taka-alalle, kun tavattiin ja halettiin vanhoja tuttuja hotelli Aulangon edustalla.

Järjestelyistä huolehtinut Kanta-Hämeen Parkinson-yhdistys oli koonnut tapahtumaan tasokasta kulttuuriohjelmaa ja laadukkaita luennoitsijoita. Saimme kuulla upeita musiikkiesityksiä ja painavaa puhetta. Koska teemanä oli osallisuus, saimme maistiaisia myös yhteisötanssiin osallistumisesta Iina Perkiön ja Tampereen Parkinson-yhdistyksen tarjoilemana. "Yhteisötanssi on tapa liikkua. Et voi tanssia väärin!"



Aulangolla on mielenkiintoisia puulajeja.

Liittokokoksessa myös huippuluentoja

Teollisuusfarmasian professori Anne Juppo Helsingin yliopistosta kertoi kiinnostavasti lääkkeiden kehittä- ja valmistusprosesseista. Juppo on työskennellyt myös ulkomailla ja nyt Helsinkiin palattuun hänelle on ensiarvoisen tärkeää, että Suomessa säilyy lääketeollisuus. Se on tärkeä osa huoltovarmuutta!

Parkinsonitaudin hoitoon kehitettävien lääkkeiden ja hoidon haasteista Juppo nimesi puuttuvat tautimallit, sillä on vaikea kehittää lääkettä vaivaan, jonka syytä ei tunneta. Nykyisillä lää-

keillä voidaan kuitenkin pyrkiä auttamaan jäljellä olevia hermosoluja ja hidastamaan taudin etenemistä.

Eläimillä ei esiinny spontaanisti Parkinsonintautia ja kehiteltävien lääkkeiden kokeileminen ihmisillä ei ole ongelmattonta. Tutkimusta tehdään kuitenkin kaiken aikaa. Tutkimustalintoja on monia, silti edelleen on arvoitus, onko perimmäinen syy suolistossa, proteiinien kertyminen/sakkautuminen aivoissa, mutaatiot, mitokondrioiden muutokset, solujen härskiintyminen. Syy on edelleen epäselvä.

Jotta lääkkeestä saisi toivotun hyödyn, on vaikuttava lääkeaine saatava annosteltua potilaalle tarkoituksenmukaisesti. Usein lääke on tabletin muodossa ja monet kokevat, että pitkulainen kapseli on helpompi nielaista kuin pyöreä. On kuitenkin suuri joukko ihmisiä, joilla on vaikeuksia saada tabletit nieltä.

Dysfagia – nielemisvaikeudet

Joka kymmenes yli 50-vuotiaista kärsii tästä vaivasta, mutta tästä joukosta 22% ei uskalla puhua siitä lääkärin tai hoitajan kanssa.

Parkinsonintautia sairastavilla tämä on vieläkin yleisempää. On arvioitu, että 50-80% Parkinson-potilaista kärsii nielemisen vaikeudesta, usein "menee henkeen" aspiraatio tai "juuttuu kurkuun" dysfagia.

Suurikokoiset, karheat tai tarttuvan tabletit ovat hankalia niellä. Paha maku voi olla lääkkeen nielemistä hankaloittava seikka. Maun peitto on haasteellista. Lääke ei saa maistua myöskään liian hyvältä!

Maailmalla on kehitetty jo hengitettävä levodopavalmistetta. (Ei vielä Suomessa saatavana). Myös nenäsumutteenä, joka on nopeavaikutteinen, suora yhteys aivoihin taikka kielen alle asetettavana kalvona otettavia lääkkeitä on kehitetty samoin kuin laastareita, joista rotigotiini erittyy ihokontaktissa jatkuvasti 24 tunnin aikana.

Tulevaisuus on jo täällä! Nyt lääkevalmistusta kokeillaan myös 3D-tulostamalla. Näin voidaan valmistaa yksilöllisiä täsmälääkkeitä räätälöidyistä aineista juuri kullekin potilaalle sopivina pitoisuuksina.

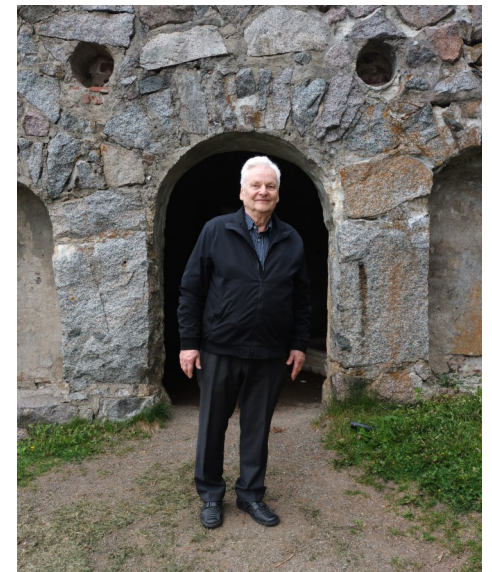
Lauantai oli kokouspäivä

Edustajille oli jaettu liki 30-sivuisen kokousmateriaali ja vaikutti siltä, että siihen oli perehdytty huolellisesti. Monissa puheenvuoroissa toistui sama huoli: Rahaa on vähän, Hyvinvointialu-



Valtakirjojen tarkastus ennen kokousta.

eiden vaikeudet vaikuttavat niiden kykyyn vastata jäsenistömme terpeisiin. STEA-avustuksen pieneneminen tuntuu kipeästi liiton toiminnassa. Muututtuneissa tilanteissa on liitonkin muutut-



Puheenjohtaja jykevässä ympäristössä.

tava. Henkilöstöä on vähennetty, tilojen käyttöä on tarkasteltava uudelleen, toiminnan rajoittamista on harkittava ja keskitettävä niukentuneet voimavarat oikein. Esim. kokouksia ja koulutuksia järjestetään yhä enemmän etänä.

Vaikeuksista huolimatta on osattava katsoa tulevaan. VERTAISTUEN merkitys korostuu entisestään. Tälle työlle tarvitaan täysi tuki. Neuvontaa, ohjausta, omaistoimintaa, koulutusta, tietoa sairaudesta ja sen hoitomuodoista, kursseja ja kuntoutusta tarvitaan ja tarjotaan edelleen. Hermolla-lehti ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Toiminta paikallisissa yhdistyksissä lähellä ihmisiä ja heidän arkeaan on tärkeää.

Teksti ja kuvat: Taina Toikkanen

Sairaala Novan Olka-pisteellä Parkinson-infoa

Sairaala Novan Olka-pisteessä järjestettiin toukokuun 9. päivä Keski-Suomen Parkinson –yhdistyksen infotilaisuus. Tapahtumalla haluttiin välittää tietoa Parkinsonin taudista ja yhdistyksemme toiminnasta muillekin kuin omille jäsenille.

Aamupäivän kestäneeseen tapahtumaan pysähtyi niin sairaalassa asioineita asiakkaita kuin henkilökunnan edustajia. Ihmiset pysähtyivät kertomaan muistakin omista sairauksistaan, kuin Parkinsonista. Ihmisten välillä syntyi monipuolisia keskusteluja

esimerkiksi sairaalan palveluista. Jotkut pitivät neurologin vastaanoton siirtämistä vanhan keskussairaalan tiloihin irrallisena ratkaisuna. Sairaanhoidon oltiin kuitenkin pääasiassa varsin tyytyväisiä.



Kari Asikaisen ja Jorma Salosen juttusille pysähtyi myös Novassa käsikirurgina työskentelevä Olli-Pekka Kangasniemi.



Matti Kumpulainen (vas.) vaihtoi ajatuksia sairauksista Parkinson-yhdistyksen Kari Asikaisen ja Taina Toikkasen kanssa. Jorma Salonen, Vilho Riuttanen ja Kari Kontio keskustelivat Fortuna-pelin tuloksista.

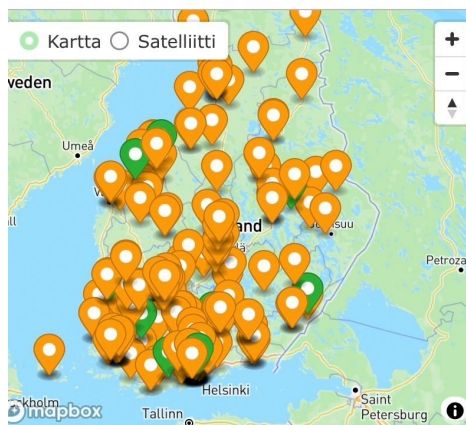
Lääkkeiden saatavuudessa ongelmia?

Huhtikuussa menin ostamaan Ropinirol (Requip) nimistä lääkettä. Pillerit olivat apteekista loppuneet. Niitä ei ollut saatavilla myöskään Jyvässeudun muista apteekeista. Laskettiin, että minun pillerini eivät riittäisi siihen asti, kun Suomeen saapuu seuraava pillerierä. Mutta onko mahdollista, ettei Suomen lukemattomista apteekeista löydy tarvitsemaani lääkettä?

Löytyikin sivusto apteekki.fi, josta selvisi lääkkeen tilanne Suomen apteekeissa. Eipä niitä kovin monesta löytynytäkään. Tampereen nettiapteekista löytyikin pilleri. Tilauksen tekemisessä sain apua apteekista. Puhelimessa sain ystävällistä palvelua. Lähetys tuli seuraavana päivänä lähimpään pakettiautomaattiin. Hinta oli täysin sama kuin olisi ostanut paikallisesta apteekista. Lisänä postikuluja 3,30 €.

Tuotesaatavuus

ROPINIROL KRKA depottabletti 2 mg 84 fol (KRKA)



Kannattaa olla selvillä omasta pilleritilanteesta. Ostamaan pitää lähteä heti, kun on saavutettu Kelan määrittelemä korvattavuuden kpl-määrä. Oheinen apteekin sivustolta otettu kuva havainnollistaa lääkkeen tilanteen. Vihreä pallukka tarkoittaa apteekkia, josta löytyy haettua pilleriä.

Terveisin Jorma Salonen

**Merkkaa kalenteriin!
Mielenkiintoinen luento**

**SUOLISTO-
TERVEYDESTÄ**

**Professori Jukka-Pekka
Mecklin**

luennoi mielenkiintoisesta
aiheesta

**torstaina 4.9.2025
klo 14.30**

**Paikka: Sepänkeskus, Reaktori-
sali, Kyllikinkatu 1, Jyväskylä**

**Onko Parkinsonin taudilla yhteys
suolistosairauksiin?**

Tervetuloa.

Jyväskylän kerhon tapahtumia

Maaliskuu: Musiikin vaikutus aivojen toimintaan

Aiheesta luennoi FM, väitöskirjatutkija **Heini Siltainsuu** maaliskuun kerhotapaamisessa, jossa kuulijoita oli paikalla yli 60 henkilöä.

Meidän musiikkimakumme vaihtelee tunnelman mukaan. Eri tilanteissa haluamme kuunnella erilaista musiikkia. Se voi rauhoittaa, se voi innostaa tai se voi herättää voimakkaita tunteita ja muistoja. Jos ajatellaan vaikka Par-



Musiikin vaikutuksista muistiin ja aivoihin kertoi FM, väitöskirjatutkija Heini Siltainsuu (seisomassa).

kinsonin tautia sairastavaa, jonka liikkuntakyky on puutteellinen, hän voi mukauttaa liikkumisensa musiikin rytmiin tai muistisairas voi laulaa tuttua kappaletta ilman vaikeuksia.

Esimerkiksi **Teppo Särkämö** on tutkinut aivoinfarktipotilaita musiikin kuntouttavasta vaikutuksesta muistisairailta henkilöillä. Siinä puolen vuoden ajan seurattiin kolmea ryhmää. Yksi ryhmä sai normaalia hoitoa, toinen sen lisäksi äänikirjojen kuuntelua ja kolmas ryhmä kuunteli tavallisen hoidon lisäksi omaa mielimusiikkiaan

puoli tuntia joka päivä. Musiikkiryhmä oli ainoa, jossa havaittiin tulosten parantamista esimerkiksi sanamuistissa ja tarkkaavaisuudessa verrattuna tutkimuksen aloituksen ajankohtaan. Samoin aggressiivisuus ja masentuneisuus väheni, myös vuorovaikutus hoitajan kanssa parani. Tämä saatiin aikaan pelkästään oman mielimusiikin kuuntelulla. Myös Parkinson-potilailla oma laulaminen vähentää apaattisuutta.

Sillä ei ole merkitystä, miten se ihmisen laulaa! Musiikilla on siis monia kuntouttavia vaikutuksia, se tehostaa lisäämään dopamiinin tuotantoa aivoissamme ja parantaa siten oloamme.

Huhtikuu: Apuvälinepalvelut

Keski-Suomen Hyvinvointialueen apuvälinepalveluista kertoi apuvälinepalvelupäällikkö **Maija Mannisenmäki** huhtikuun kerhotapaamisessa Sepänkeskuksessa.

Apuvälinepalveluille kuuluu apuvälineiden lyhyt- ja pitkäaikaislainaus sekä yksilölliset apuvälinehankinnat. Apuvälinelainaamot palvelevat Keski-Suomen hyvinvointialueella kahdeksassa kunnassa.

Apuvälinekeskus puolestaan huolehtii erityistason apuvälineratkaisujen lyhyt- ja pitkäaikaislainaus sekä yksilölliset apuvälineratkaisut. Palvelun

piiriin hakeudutaan lähetteellä ja apuväline myönnetään yksilöllisen arvioinnin perusteella. Toiminta tapahtuu koko hyvinvointialueen rajoissa.

Apuvälinekeskukseen on keskitetty mm. kommunikoinnin apuvälineet, liikkumisen erityisapuvälineet, Sairaalalla Novan apuvälinepalvelupisteen toiminta, kuten erikoisalujen apuvälineet, kuulon- ja näönkäytön apuvälineet, keuhkoapuvälineet.

Apuvälinekeskuksen yhteystiedot: Hoitajantie 1, Novan viereinen rakennus F1. Puh. 014 269 2633 (toimisto).

Toukokuu: Yhteislaulua

Toukokuun kerhotapaamista vietettiin musiikillisissa merkeissä. Yhteislaulu raikui Sepänkeskuksessa varsin mukavasti. Vielä kun säästyksestä huolehti monista tapahtumista tuttu musiikkimies **Eero Kortteinen**, oli meille vähemmän musikaalisillekin helpompaa pysyä kohtuullisella etäisyydellä oikeista sävelistä. Ja tärkeintähän laulamissa on tuoda mielihyvää ja mukanaolon riemua kullekin omien taitojen mukaan. Se miten laulaa, ei ole väliä. Pääasia, että laulaa!

Laulamisen lomassa **Asikaisen Kari** piinasi osallistujia visaisilla tietokilpailukysymyksillä.

Tämä oli kevään viimeinen kokoontuminen. Seuraavan kerran kerho kokoontuu vasta syksyllä. Tällä toiminta kaudella osallistujamäärät ovat kasvaneet aikaisemmista vuosista. Parhaimmillaan osallistujia oli yli 60.

Yhdistyksen suruadressit myynnissä

Adresseja on saatavana kerhotapaamisissa tai tilaamalla

markku.tervaaho@gmail.com tai puh. 050 517 4868.

Adressin hinta on 15 €/kpl (+5 € mahd. postituskulut).

Muistolauseet ja adressien kuvat näet kotisivuiltamme:

www.ksparkkis.parkinson.fi

Kesän kuluessa adresseja tulee myyntiin myös joihinkin hautausoimistoihin.

Maksu tilille nro:

FI06 5290 0220 6727 43,

VIITE 1096.



Jyskästä maailman nopeimmat ralliautot

Toyota Gazoo Racing tunnetaan rallin MM-sarjan yhtenä kärkimerkkinä. Rallin viimeisin suomalainen maailmanmestari on Toyota-kuski Kalle Rovannerä, joka voitti maailmanmestaruudet vuosina 2022 ja 2023. Ja nuo huippuautot valmistetaan Jyskän tehtaalla, jossa pääsimme vierailemaan pienellä ryhmällä toukokuun lopulla.

Toyotan tehdas sijaitsee entisen Valmetin mittaritehtaan tiloissa, joka on muokattu Toyotan tarpeisiin sopivaksi. Tulevaisuudessa tilat eivät kuitenkaan riitä, vaan suunnitelmat uuden keskuksen valmistumiseksi Laukaan Leppävedelle ovat varsin pitkällä. Tällä hetkellä tehdas työllistää parisataa henkilöä. Joukko koostuu yli 20 kansallisuudesta. Teamiin kuuluu mm. 50 insinööriä ja suunnittelijaa ja 70 mekaanikkoa.

Ennen rallia autot testataan omilla testipätkillä ja viimeksi ns. shakedown ajetaan vielä Tikkakosken lentokentäl-

lä. Testipäiviä autoille kertyi 2023 yli 120 kpl.

MM-sarjaan osallistuminen ei ole mitään pientä puuhastelua. Jo kaiseen Euroopan ralliin matkaa 12 rekkaa ja runsas sata henkilöä, joilla jokaisella on omat, tarkat tehtävänsä. Lisäksi

kaukoralleihin tavaraa liikkuu merikonteina ja lentorahtina. Hotelliyöpy-misiä tulee 11 000 vuodessa. Rallitiimi toimii täysin itsenäisenä yksikkönä jokaisessa rallissa, jossa sillä on jopa oma ruokahuolto ja kokit varmistamassa turvallisen ravinnon.

Tänä vuonna Toyota osallistuu osaan MM-ralleista viidellä GR Yarik-



Toyota Gazoo Racingin tehtaalla Jyskässä pääsimme tutustumaan ralliautojen valmistukseen esittelijänä **Tuukka Terva-aho**, joka toimii Toyota-kuljettajien assistenttina kaikissa MM-ralleissa.

sen siviilimallia mukailevalla Rally1-luokan autolla. Jokaisen kuljettajan autoon on nimetty omat komponentit ja varaosat, joita ei voi käyttää toisen autoon.

Jyskässä valmistetaan myös GR Yaris Rally2 –autoja yksityistalleille. Toyota Gazoo Racing ei kilpaile tehdastiiminä Rally2 –luokassa.

OP Gold ilman kuukausimaksua

Kun olet omistaja-asiakas, saat kortin ilman kuukausimaksua vuoden loppuun.

Tutustu ja hae: op.fi/gold

Omistaja-asiakkaan normaalihintainen OP Gold -kortille lisäpalveluihin on 8 €/kk ja muille asiakkaille 13,25 €/kk. OP Gold -kortin luoton todellinen vuosikorko 2 000 euron luotolla on 18,19 %, kun luoton korko on 3 kk euribor + 8,95 % (2,36 %, 4/25), kortin kuukausimaksu on 2,95 euroa, tilinhoitomaksu on 3,50 euroa kuukaudessa ja käytössä on maksuton e-lasku. Laskelmassa ei ole otettu huomioon omistaja-asiakkaan saamia tai muita alennuksia. Arvioitu luoton kokonaiskustannus on 2 176,28 euroa. Laskelma on tehty olettamalla, että luottosika on yksi vuosi ja luotto on nostettu kokonaan, luoton korko sekä maksut ja palloket pysyvät samana koko luottosajan ja luotto maksetaan takaisin 12 saman määrällisenä eränä kuukauden välein. Kortin myöntää OP Vahviteollisuus Oyj. Omistaja-asiakkuuden tarjonta osuuspankki.



OP Keski-Suomi

Julkaisija:

Keski-Suomen Parkinson-yhdistys ry

Kyllikinkatu 1

40100 Jyväskylä

Kerhotoimintaa

Seuraa yhdistyksen kotisivuja

www.ksparkkis.parkinson.fi.

Jyväskylän seudun Parkinson-kerho:

Jyväskylän seudun Parkinson-kerhon syksyn 2025 kokoontumiset (Sepän-keskus/Reaktori, Kyllikinkatu 1, Jkl):

1.9. ma

6.10. ma

3.11. ma

1.12. ma

Kokoontumisajat klo 14.30—16.30.

Varmista kerhotapaamisten aiheet kotisivuiltamme.

Tervetuloa uudet ja vanhat kerholaiset, myös läheiset ovat tervetulleita.

Yhteyshenkilö **Kari Asikainen**, puh. 040 470 6002 tai jkl.parkkis@gmail.com

Liikuntakerho

Neurotanssia tiistaisin Alkaen 2.9. klo 12.30-13.30 Jyväskylän Tanssiopiston salilla Vapaudenkatu 48-50, pohjakerros (käynti sisäpihan puolelta Väinökadulta).

Salille on esteetön kulku myös rollaattorilla ja pyörätuolilla. Ohjaajana **Kirsi Nuutinen**

Lisätietoja ailaleppanen@gmail.com tai puh. 040 716 7368.

Tule pelaamaan Pelkkistä ja Bocciaa tai keilaamaan

Lisätietoja liikuntavastaavilta **Aila Leppänen**, puh. 040 7167 368 ja **Taina Toikkainen**, puh. 040 8289 369.

Jyväskylän seudun Parkinson-kerhon kaikille avoimet, maksuttomat Liikuntavuorot

Tanssiliikunta

tiistaisin klo 12.30-13.30

Jyväskylän tanssiopisto
Vapaudenkatu 48-50

Pelkkis ja boccia 27.8. alken
keskiviikkoisin 11.30 -13.30
Monitoimitalon palloiluhalli
Kuntoportti 3

Pelkkis ja boccia

Perjantaisin 29.8. alkaen Vaajakosken liikuntahalli klo 9.30—11.00 (ovikoodi Ailalta tai Tainalta)

Keilailu

Alkaen 4.9. torstaisin klo 15-16

Pupuhuhdan keilahalli

Pupuhuhdantie 4

Radan hinta on **20 €/h**

ja se jaetaan keilaajien kesken.

Ajankohtaisin tieto ja tapahtumien aikataulut osoitteesta:
www.ksparkkis.parkinson.fi

Parkinson lopetti Arin ralliuran

Vuodesta 1983 lähtien aktiivisesti kilpaillut jyväskyläläinen ralliautoilija Ari Könönen yli 30 vuotta kestänyt kilpaura päättyi vuonna 2016 Parkinsonin tautiin. Urallaan Könönen voitti yli 260 yleiskilpailua ja satoja muita palkintosijoja.

Nyt sairauden edettyä **Ari Könönen** haluaa lahjoittaa osan yli 1000 pokaalin kokoelmastaan K-S Parkinson -yhdistykselle jaettavaksi edelleen palkintoina tai huomioosoituksina Parkinson-yhteisön kilpailuissa tai tapahtumissa.

- Sairauteni on nyt edennyt siihen pisteeseen, että haluan keskittyä oman elämä-

ni hallintaan. Siksi haluan luovuttaa pokaaleitani hyödynnettäväksi Parkinson-yhdistyksen toiminnassa, kertoo Ari.

Keski-Suomen Parkinson -yhdistys kiittää lämpimästi Ari Könöstä saamastaan pokaalilahjoituksesta. Vaikka sairaus heikentääkin toimintakykyämme, muistoja se ei voi hävittää.



Tässä murto-osa Ari Könösen palkintopokaaleista.

SEURAAVA TOPAMIINI NRO 3/2025

Seuraava Topamiini nro 3/2025 ilmestyy syyskuun alussa. Siihen voit toimittaa kirjoituksia ja kuvia 20.8.2025 mennessä sähköpostitse (markku.tervaaho@gmail.com).

Voit myös antaa juttuvinkkejä, mitä haluat lehdessä käsiteltävän.

Erityisen toivottavaa olisivat jutut kerhojen järjestämistä tapahtumista ja kokoontumisista, samoin kokemuksia selviytymisestä Parkinsonin kanssa.

Kuvat elävöittävät aina myös juttujen sisältöä. Älä siis arkaile.

Aineistovaatimukset:

Kuvat: jpg (min. 1 Mt)

Teksti: esim. word (EI sähköpostin viestitekstinä!)

Valmis aineisto (mainokset): pdf-tiedosto