

TOPAMIINI

KESKI-SUOMEN PARKINSON -YHDISTYS RY:N JÄSENLEHTI NRO 2/2017
19.5.2017



Pj:n palsta: Poika kotiin s. 2

Terveiset järjestösuunnittelijalta, s. 3

Maailman Parkinson-päivä, s. 4-5

Teatterimatalla Kuopiossa s. 7

Keilailutapahtuma Viitasaaressa, s. 8



Poika kotiin

Huhtikuussa pidettiin taas perinteiset Kilipailut. Tällä kertaa järjestelyvastuussa oli vuoden 2016 voittaja, Kuopion Parkinson-yhdistys.

Jyväskylästäkin paikalle sonnustautui peräti kolme joukkuetta ja huutosakki päälle. Kuopiolaiset olivatkin toteuttaneet tapahtuman varsin suurella savolaisella tarkkuudella ja taidolla. Aikataulut pitivät, ruoka oli hyvää ja sitä oli riittävästi. Kun ohjelman mukainen päättymisaika koitti, palkinnot oli jaettu ja herjat heitetty niin, että pelipaikalta saatoimme irrottautua muutaman minuutin etuajassa.

Mitä sitten itse kilpailuun tulee, se käytiin rehdisti, mutta huumorilla höystettynä boccia-otteluna. Ja säännöistä ei tarvinnut kinata, kun ylituomarin ominaisuudessa reservin majuri Paavo Kauhanen hoiti hommansa sotilaallisen jämäkästi.

Kilpailu oli kova. Mutta niinhän siinä lopulta kävi, että yhdistyksemme joukkue (**Lauri Pietilä, Aarno Kolari ja Jussi Pollari**) vei finaalisissa voiton mikkeliäläisistä. Samalla saimme kolmannen kiinnityksen kiertopalkintopokaaliin, joka nyt jäi lopullisesti Jyväskylään. Voitto puolestaan tarkoittaa, että vuoden kuluttua järjestelyvastuu on taas Jyväskylässä. Silloin tarvitaan teidänkin apuanne erilaisissa järjestelytehtävissä. Mietintämyssyä voitte jo vetää syvemmälle korvien päälle tapahtuman ideoimiseksi. Palataan syksyllä tapahtumaan tarkemmin.

Verovapaata apua

Jossain vaiheessa meille itse kullekin voi tulla tarve hankkia apua ostopalveluna esimerkiksi siivoukseen ja muihin askareisiin. Asiakas voi ostaa kotipalveluja yksityisiltä palveluntuottajilta ilman arvonlisäveroa. Sen lisäksi valtion, kuntien ja kuntayhtymien harjoittamat sosiaalihuoltopalvelut, kuten kotipalvelut ja niiden tukipalvelut ovat ar-



Jyväskylän voittajajoukkue Jussi, Aarno ja Lauri kuvassa keskellä voittopokaalin kanssa

vonlisäverottomia.

Tässä kotipalveluilla tarkoitetaan esimerkiksi asumiseen, henkilökohtaiseen hoivaan ja huolenpitoon liittyviä toimia tai niissä avustamista. Kotipalvelun tukipalveluiksi katsotaan muun muassa ateria-, vaatehuolto-, kylvytys- ja siivouspalvelut.

Yksityiset palveluntuottajat voivat myydä kotipalveluja sosiaalihuoltopalveluina arvonlisäverottomana tietyin edellytyksin. Tällöin palveluntuottajan toiminnan on oltava viranomaisten valvomaa ja ostettavan palvelun tarpeen tulee aiheutua esimerkiksi sairaudesta, vammaisuudesta tai ikääntymisestä johtuvasta toimintakyvyn alenemisesta. Siis esimerkiksi moni Parkinsonin tautia sairastava on oikeutettu hyödyntä-

mään mainittua palvelua. (asiasta lisää osoitteessa www.vero.fi)

Kesää kohti

Talvinen kausi taitaa vihdoin olla päättymässä. Toivotaan, että aurinkoa ja iloista mieltä riittää kesäksi ja vielä pitkälle syksyynkin. Nautitaan, rentoudutaan ja vietetään aikaa ystävien, tutujen ja läheisten kanssa. Vaikka yhdistyksemme aktiivinen talvikausi päättyykin, muistetaan silti pitää huolta myös toisistamme. Vaikka puhelinoitto tai tekstiviesti joskus voi piristää mukavasti.

Terveisin

*Markku Terva-aho
puheenjohtaja*

Keski-Suomen Parkinson-yhdistys ry

Matarankatu 4, 3. krs.
40100 Jyväskylä
www.ksparkkis.suntuubi.com

Markku Terva-aho
Puheenjohtaja
Puh. 050 517 4868
markku.tervaaho@gmail.com

Ritva Roine
Sihteeri
Puh. 045 131 4171
ritva.roine@elisanet.fi

Parkinson-liiton järjestösuunnittelija

Annukka Tuovinen
Puh. 0400 391 853

Suomen Parkinson-liitto ry

Suvituuli, Suvilinnantie 2,
20900 Turku
Puh. 02 274 0400
www.parkinson.fi

Pankkitili:
FI62 1045 3000 1392 60

Terveisiä järjestösuunnittelijalta

ONNEKSI OLKOON vielä kerran Keski-Suomen yhdistyksen joukkueelle Kilipailujen boccia-voitosta. Oli taas niin mukavaa tavata suuri joukko jäsenistöä Kuopiossa huhtikuussa.

Kesä on tuloillaan ja toiminta hiipuu pikkuhiljaa kesätaukoa kohden. Tässä vaiheessa on jo kuitenkin syksyn asiat jo framilla eli kuntoutuskursseille ja lomille pitää hakea jo nyt. Laukaan Kylpylähotelli Peurungassa on tänä vuonna tarjolla sekä kuntoutuskurssi pariskunnille että tuettu loma avustusta tarvitseville ja läheisille. Jos ei jaksa matkustaa pitkiä matkoja, on nyt loistava tilaisuus lähteä liikkeelle.

Parikurssi

Kohderyhmä: Parkinson- ja MS-tautiin ja harvinaisiin neurologisiin sairauksiin sairastuneet omaisineen.

Parikurssilla keskustellaan sairauden vaikutuksista parisuhteeseen. Tavoitteena on parisuhteen vahvistaminen ja puolisoiden välisen kommunikaation parantaminen sekä uusien keinojen löytäminen sairauden kanssa selviämiseen. Työskentelymenetelminä käytetään ohjattuja ryhmä- ja parikeskusteluja sekä toiminnallisia ryhmätyömenetelmiä. Kurssi toteutetaan yhteistyössä Neuroliiton kanssa.

**Parikurssi, Kylpylähotelli Peurunka 29.9.–1.10. ja 23.–26.11.2017.
Haku päättyy 28.8.**

Tuetut lomat

Tuetut lomat ovat hinnaltaan edullisia Maaseudun Terveys ja Lomahuolto ry:n (MTLH) järjestämiä ja Raha-automaattiyhdistyksen tukemia 5 vuorokauden mittaisia lomajaksoja. Lomat on suunnattu Parkinsonin tautia, dystoniaa, Huntingtonin tautia ja muita vastaavia liikehäiriösairauksia sairastaville ja heidän läheisilleen sekä omaishoitajille. Lomat tarjoavat mahdollisuuden arjesta irtautumiseen, tiedon sekä tuen saamiseen niin toisilta osallistujilta kuin asiantuntijoiltakin ja yhteisöllisyyden kokemuksen.

Ostavastuuosuus on **20,00 eur/vrk/ osallistuja**. Hintaan sisältyy täysihoidto, lomakohteiden tarjoama vapaa-ajan ohjelma ja kylpylän käyttö. Lomajaksoilla yhteyshenkilönä toimii liiton perehdyttämä vertaisohjaaja. Osalla lomista on liiton järjestösuunnittelija pai-



kalla osan lomaa. Hakemukset lähetetään viimeistään 3 kuukautta ennen lomajakson alkua Maaseudun terveys- ja lomahuoltoon.

Lisätietoa lomista <http://www.mtlh.fi> sekä järjestösuunnittelijoilta.

Kysy minulta lisää, jos kiinnostuit ja toivottavasti kiinnostuit!

Tuetut lomat

Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Siilinjärvi
Hotelli Ylläsrinne, Ylläsjärvi
Kylpylähotelli Peurunka, Laukaa (apua tarvitseville)
Härmän Kylpylä, Ylihärmä

Aika

3.9. – 8.9.2017
10.9. – 15.9.2017
1.10. – 6.10.2017
22.10. – 27.10.2017

Haku päättyy

9.6.
10.6.
1.7.
22.7.



Kaunista kesää

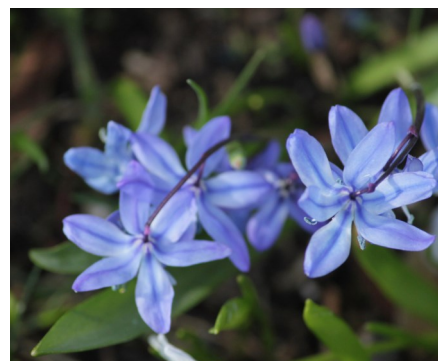
Annukka 😊

annukka.tuovinen@parkinson.fi tai
p. 0400 391 853



Jyväskylän KEILAHALLI

JYVÄSKYLÄN KEILAHALLI Puhelin: 0207 600 990
Pupuhdantie 4 www.jyvaskylankeilahalli.fi
40340 Jyväskylä info@jyvaskylankeilahalli.fi



Maailman Parkinson-päivää juhlittiin näyttävästi Finlandi

*Meitä oli nelisen sataa kansalaista koolla aurinkoisena, mutta kylmän tuulisena huhtikuun päivänä Finlandia-talossa Helsingissä. Aikomukse-
namme oli juhlavasti muistella sitä, että 200 vuotta sitten alkoi lon-
toolainen James Parkin-
son ymmärtää meitä vai-
vaavaa tautia. Toisaalta
taudillemme olisi voinut
nimensä antaa yhtä hy-
vin Ferenc Pápai Páriz,
joka jo vuonna 1690 ku-
vasi unkariksi Parkinso-
nin taudin kaikki motori-
set oireet.*



Suomen Parkinson -liitto oli järjestänyt tapahtumaan erittäin laadukkaat esitel-
mät sairautemme historiasta, nykypäi-
västä ja tulevaisuudesta. Professori
Seppo Kaakkola kertoi, että Intiassa
tunnettiin jo tuhansia vuosia sitten
Kampavata (= Parkinsonin tauti), jon-
ka hoitoon käytettiin samettipavun,
Mucuna pruriens, siemeniä. Ne sisältä-
vät 4-6 % levodopaa. Myös Kiinasta,
Egyptistä ja Kaksoisvirranmaasta tun-
netaan taudin kuvauksia parin tuhannen
vuoden takaa. Kiinalaiset käyttivät an-
tikolinergejä sisältäviä rohtoja.

Täristyshalvauksesta Parkinsonin tauti

James Parkinson kuvasi vuonna
1817 täristyshalvauksen. Parkinson
määritteli potilaidensa vapinan ja hitau-
den, mutta ei jäykkyyttä. Hän uskoi
sairauden selkäytimen ja ydinjatkoksen
taudiksi ja ehdotti hoidoksi kuppau-
sta, Sabine-linimenttiä (rohtokataja), eloho-
peaa ja Epsom-suolaa (magnesiumia).
Parkinson kirjoitti myös, että "ennen
pitkää keksitään hoito, jolla tauti py-
säytetään". Parkinsonin tauti -nimen
otti käyttöön vuonna 1877 Pariisissa

Jean-Martin Charcot.

Vanhin suomenkielinen artikkeli
Parkinsonin taudista on tiettävästi vuo-
delta 1890. Jutun otsikko kuului
"Patognomisia silmiinpistäviä tunnus-
merkkejä muutamissa hermotaudeissa".
Kaakkolan esityksen lopuksi saatiin
vielä katsaus 1970-luvulla alkaneesta
levodopahoidon voittokulusta.

Mukavan taukojumpan jälkeen neu-
rologian dosentti **Valteri Kaasinen**
kertoi tiiviisti Parkinsonin taudin hoi-
dosta nyt ja tulevaisuudessa. Lääke- ja
laiteavusteisten hoitojen lisäksi Kaasi-
nen korosti itsehoidon ja kuntoutuksen
merkitystä. Usein aloitetaan lieville

lääkkeillä
eikä kaikkia
oireita pys-
tytä/pyritä
poistamaan.
Sivuvaiku-
tusten vuok-
si MAO-B:n
estäjistä ja
dopamiinia-
gonis-teista
saatetaan
joutua luo-
pumaan.

Levodopa on edelleen lääkehoidon
keskeisin lääke.

Lähtöleveysuudessa on tulossa
useita lääkehoitoa tehostavia apuneu-
voja sekä parempia vaikutusmekanis-
meja että aivan uusia lääkkeitä. Suurin
osa näistä vaikuttaa edelleen dopamiini-
järjestelmään. Kliininen lääketutkimus
on aktiivista ja etenee vääjäämättä.
Värväviä kliinisiä tutkimuksia on tällä
hetkellä maailmassa 474 ja Euroopassa
169. Dopamiinitoimintaa lisäävistä
hoidoista siirrytään itse tautimekanis-
miin vaikuttaviin hoitoihin. Läpimurto
voidaan tehdä esimerkiksi alfa-
synukleiiniin vaikuttavissa hoidoissa.





Hiirikokeissa tuloksia liikehäiriöiden korjaamisessa

Päivän kolmannessa luennossa farmakologian dosentti **Timo Myöhänen** kysyi, voidaanko PREP-estäjillä (prolyylioligopeptidaasi) käydä Parkinsonia vastaan? Myöhänen kertoi kuinka hänen tutkimusryhmä Helsingin yliopistossa onnistui hiirikokeissa korjaamaan Parkinsonin taudissa esiintyvät liikehäiriöt.

Tutkimuskohteena on aivoissa liikkeitä säätelevillä alueilla erilaisia tehtäviä hoitava alfa-synukleiini-niminen proteiini. Tutkittava proteiini on altis saamaan virheellisiä muotoja, jonka jälkeen ne takertuvat helposti toisiinsa. Parkinsonin taudissa toisiinsa tarttuneet alfa-synukleiinit kertyvät hermosolujen sisälle ja vaurioittavat solua. Ne pystyvät siirtymään myös solusta toiseen ja levittämään näin tuhoja aivoissa.

Tutkimuksessa haluttiin selvittää entsyymien ja proteiinin välistä yhteyttä Parkinsonin taudin oireisiin estämällä aivoista PREP:n toiminnan. Tutkijat aloittivat hoidon PREP-estäjällä vasta selvien liikehäiriöiden ilmaannuttua hiirille. Tämä vastaisi tilannetta myös todellisessa Parkinsonin taudissa, sillä se diagnosoidaan pääsääntöisesti aina vasta kun oireet ovat jo alkaneet. Nopeat tulokset yllättivät tutkijat. Tarkemmassa analyysissä todettiin, että PREP-estäjähoito oli pysäyttänyt liikealueiden vaurioitumisen ja lähes tyhjentänyt aivot alfa-synukleiinin aiheuttamista kertymistä.

Myöhäsen mukaan eläinmalleilla tehtävistä kokeista on vielä pitkä matka varsinaisiin ihmistutkimuksiin, mutta tulokset ovat erittäin rohkaisevia tulevaisuuden lääkekehityksen kannalta.

Edellä mainitut esitykset voi katsoa kokonaisuudessaan YouTubeissa laittamalla siellä hakusanaksi esim 'Parkinson Kaakkola' tai 'Parkinson Myöhänen' tai 'Parkinson Kaasi-

nen'. Luentovideot saa näkyviin myös Parkinson-liiton omien nettisivujen kautta.

Monipuolinen ohjelma

Luentojen lisäksi ohjelmassa oli jump-paa, Suomi-tanssin opettelua, näyttelyihin tutustumista, valokuvausta nettiin juhluvuoden kunniaksi. Ja ilman muuta kuulumisten vaihtoa tuttuja ja tuntemattomien kanssa. Suomi-tanssi oli humpppaa ja lattaritansseista kiinnostuneille luvattiin tarjota lähiaikoina tanssillista liikuntaa baila con Parkinson-teemalla. Tällöin tanssitaan ryhmässä soolona ohjaajan näytön mukaan.

Suomen Parkinson -liitto oli hoitanut kiittävästi juhlien järjestelyt. Ja erityistä plussaa annettiin siitä, että asiantuntijaluennot luvattiin laittaa katsottavaksi nettiin liiton sivujen kautta.



Kokemuksistaan maailman Parkinson-päivän vietosta Finlandia-talossa kertoi Kari Asikainen.

Muistutus kerhoille avustuksista

Yhdistyksen tulee tehdä STEA:n (entinen RAY) avustushakemus liittoon 15.9. mennessä koskien vuotta 2018, joten kerhoilta odotamme avustushakemuksia elokuun loppuun mennessä.

Ryhtykääpä kerhoissa miettimään v. 2018 toimintaanne ja talousarviota.



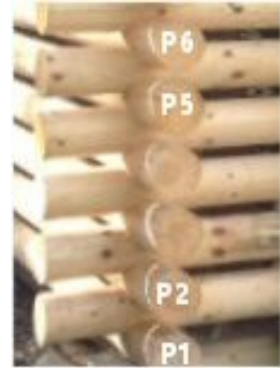
Jyväskylän seudun Parkinson-kerhon tämän kevätkauden viimeinen koontuminen oli Halssilan Hiihtomaan kodalla 14.5.

Numeroimattomat hirret?

Olet ostanut pyöröhirsisen rakoliiterin polttopuittesi säilytykseen. Liiterin kasaaminen onnistui hyvin, vaikka takaseinän kahdesta hirrestä puutui numerointi (merkinnät P3 ja P4 ovat pudonneet varmaan kuljetuksessa). Liiterin hirret ovat tasamittaiset, salvokset samanlaiset sekä hirsien molemmissa päissä että ylä- ja alapuolella. Mietityttämään vaan jää, kuinka monta eri onnistunutta asennusvaihtoehtoa

näiden kahden numeroimattoman hirsien paikalleen asentamisessa on. Jos osaat päässä laskea vaihtoehtojen määrän, on se kymmenen pisteen suoritus. Kynällä ja paperilla oikea tulos antaa aivojumpasta kahdeksan pistettä. Oikean vastauksen voit tarkistaa kotisivuiltamme Liikunta –osion lopusta.

Olavi Heiska.



ELOLEIRI KOULURANNASSA

Perinteinen ja odotettu yhdistyksemme eloleiri pidetään tämän hetkisen suunnitelman mukaan elokuun viimeisellä viikolla **28.-30.8.** Ohjelma on vielä avoin, mutta ainakin mato-ongintakilpailut ja marjastus kuuluvat oh-

jelmaan. Mahdollisesti syyssadon säilöntäkoulutusta yritetään järjestää, jos kiinnostuneita on tarpeeksi.

Kerro toiveistasi, mitä muuta haluaisit siellä käsiteltävän.

Seuraa tiedotusta kesän loppupuolella kotisivuiltamme tai soita **Markulle, p. 050 517 4868.**

Antero on poissa

Yhdistyksemme perustajajäsen ja aktiivinen toimija **Heikki Antero Liikanen** (30.9.1943-27.4.2017) on poistunut joukostamme. Anteron siunaustilaisuus oli Lahjaharjun kappelissa 12.5. Yhdistys muisti Anteroa kukkalaitteella ja kerho adressilla.

Metso kosioiretkellä

Kuitusen Pekka Joutsasta lähetti viestin mukavasta tapahtumasta.

Minulle sattui erikoinen tapaus kun metso tuli uhoamaan ja haastamaan riitaa reviiiristä, tai olisiko tullut kosimaan? Olin 28.04. Sysmässä piha-talkoissa, kun tämä kohtaus sattui, viestitti Pekka.



Kevätruno Unelmia.

Tahtoisin olla sammal tai jäkälä, pehmeä keveä kissankäpälä. Aamusta iltaan seisaisin tässä auringon loisteessa lämpimässä. Aaltoja katsoisin niin kuin taulua, kuulisin tuulen lempeää laulua. Rantavedessä iloiten kesä on edessä.

Ala-asteikäisen kaupunkilaistytön runon lähetti Hilikka Jämsen Pihtiputaalta.

SEURAAVA TOPAMIINI NRO 3/2017

Seuraava Topamiini nro 3/2017 ilmestyy elokuun lopulla. Siihen voit toimittaa kirjoituksia ja kuvia 10.8.2017 mennessä sähköpostitse (markku.tervaaho@gmail.com).

com). Voit myös antaa juttuvinkkejä, mitä haluat lehdessä käsiteltävän.

Erityisen toivottavaa olisi saada juttuja kerhojen järjestämistä tapahtumista ja kokoontumisista, samoin kokemuksia selviytymisestä Parkinsonin kanssa. Eikä runotkaan ole pahitteeksi.

Tekstejä julkaistaan tilan sallimissa puitteissa.

Aineistovaatimukset:

Kuvat: jpg

Teksti: esim. word

Valmis aineisto: pdf-tiedosto

Kerhotapaamiset jatkuvat syksyllä

Jyväskylän seudun Parkinson-kerhon kerhotapaamiset syksyllä 2017 Sepänkeskuksessa, Kyllikinkatu 1, Jyväskylä.

4.9. kerhotapaaminen, Asahi-liikuntatuokio/ Anneli Meskanen

2.10. Yhdistyksen syysvuosikokous, jonka jälkeen pelejä ja visailuja.

6.11. Kerhotapaaminen, fysioterapeutti Kati Laakso kertoo, miten lisätä toimintakykyä ja turvallisuutta arkeen sekä esim. akupunktios-

ta Parkinsonin hoidossa.

4.12. Pikkujoulut

Kerhotapaamiset alkavat pääsääntöisesti klo 14.30 Sepänkeskuksessa (Kyllikinkatu 1, Jyväskylä)

Tietoa syksyn liikuntaryhmistä

Syksyn liikuntakausi alkaa ma 4.9.2017. Suosituimmat: **pehmissulis** ja **pelkkis** alkavat ke 6.9.2017 klo 11.30 -13.30 (2h). **Pehmislentis** alkaa la 9.9.2017 klo 9.30-11.30 (2h). Tarkemmat tiedot kotisivullamme <http://www.ksparkkis.suntuubi.com/?cat=23> . Liikuntaryhmistä lisää myös seuraavassa Topamiinissa.



Teatterimatalla Kuopiossa

Maaliskuisena lauantaina kauniissa auringon paisteessa parikymmenen hengen joukko Jyväskylän Parkinson-kerhosta suuntasi kohti Kuopion kaupunginteatteria katsomaan näytelmää, joka kertoo meksikolaisen taidemaalari Frida Kahlon elämästä.

Osa menomatkaa sujui seuraten Jussi Pollarin ja Mirja Antikaisen järjestämää tietovisailua. Piinapenkkiin istutettiin yhdistyksemme puheenjohtaja Markku Terva-aho, jolta testattiin Kuopion tietoutta.

Kuopiossa meitä odotti ryhmä sikäläisen Parkinson-yhdistyksen jäseniä ravintola Kallavedessä, jossa ruokailimme yhdessä. Pieni ja kodikas ravintola sekä erittäin ystävällinen ja avulias henkilökunta palveli hyvin myös meitä ”apujalkoja” käyttäviä asiakkaita, josta kiitokset vielä heille!

Teatteriesityksen jälkeen matkalaiset tuntuivat olevan hetken enemmän tai vähemmän mietteisään, mutta pienen sulatteluhetken jälkeen alkoivat keskusteluissa käydä ilmi joitain ajatuksia, jotka alkoivat elämään näytelmän johdosta.

FRIDA

Frida Kahlo eli **Magdalena Carmen Frieda Kahlo y Calderón** (1907-1954) oli meksikolainen taidemaalari, joka tunnettiin tuskaa, kuoleman läsnäoloa ja elon pimeää puolta ilmaisevista maalauksistaan.

Frida joutui 18-vuotiaana raitiovaununonnettomuuteen, joka vammautti hänet loppuiäkseen. Hän kärsi läpi elämänsä epäinhimillisiä kipuja ja hänet leikattiin yli kolmekymmentä kertaa.

Kipuja aiheutti myös avioliitto Diego Riveran kanssa. Frida on sanonutkin, että hänellä on elämässään ollut kaksi onnettomuutta - raitiovaununonnettomuus ja Diego. Diego Rivera ja Frida avioituivat kaksi kertaa. Avioliitto toi omat haasteensa, kun Rivera, joka oli Fridaa parikymmentä vuotta vanhempi, oli sanojensa mukaan kykenemätön uskollisuuteen.

Fridalle maalaaminen oli kaikki kaikessa. Kuten eräs ryhmäläisemme totesi, Frida osoitti sen, että ihminen selviää ihan mistä vain, kun vain yrittää ja jos sisimmässään on palo siihen mihin kurkottaa.

Kysyin ryhmäläisiltämme mitä ajatuksia näytelmä saattoi heissä herättää. Vastausten mukaan esitys, näyttelijät sekä heidän työnsä ja siihen eläytymisen olivat aitoja. Kuolema, joka oli läsnä miltei alusta asti näyttäytyi kauniisti, lempeästi. Ihailtiin myös nykytekniikan käyttöä.

Kevyempää näytöstä alun pitäen toivoneet totesivat esityksen olleen erittäin voimakas, mutta valinnan osuneen oikeaan siitä huolimatta, että tietynlainen melankoolisuus ja surumielisyys pääsivät yllättämään ja antaen eväitä pohtimiseen.

Matkalla mukana ollut 12-vuotias suloinen nuori mies totesi omalta osaltaan näytelmän olleen hieman pelottava, joka kertoo tarinan voimakkuudesta, sekä sen syvyydestä.

Seuraavaa, kenties kevyempää ja iloisempää näytelmää odottaen ja vielä Fridan välittämää sanomaa sulattaen toivotan hyvää alkavaa kevättä matkailaisille sekä lehtemme lukijoille.

Kirjoitti Helena Liukko

Julkaisija:

Keski-Suomen Parkinson-yhdistys ry

Matarankatu 4, 3. krs

40100 Jyväskylä

Haapa-Line Oy

Laadukasta kuljetuspalvelua
jo vuodesta 1976 alkaen

- 16+1 Luxusbussi
- 50+1 bussi turistivarustein
- 8+1 taksi invavarustein
- Henkilötaksi
- Myös parikuljetukset

Mika Haapa-aho, 040-545 1959
www.haapa-line.com



TERVE SUU + HYVÄ PALVELU

Hammassirkku on Jyväskylässä, Saanjärvellä ja Jämsänkoskella sijaitseva hammaslääkäriasema, joka tarjoaa korkealaatuista yksityistä hammashoitoa. Sijaintimme ja tilamme takaavat esteettömän pääsyn vastaanottoillemme.

Hammaslääkäriasema
HAMMASSIRKKU

puh. 014 211 665 | hammassirkku.fi
Väinönkatu 40, Jyväskylä – Gummeruksenkatu 8, Jyväskylä
Kauppakatu 8, Saarijärvi – Kenraalintie 12, Jämsä

Keilailutapahtuma Viitasaarella

Tiistaina 12.9.2017 klo 11-16

Paikka: Viihdekeskus Keilarysä

Sarjat:

Naiset,

Miehet,

Joukkuekisa 3 henk./joukkue.

Käytössä kuusi rataa, ei aikarajoitusta.

Hinta: yhteensä 150 €, joka jaetaan keilailuun osallistujien kesken.

Mahdollisuus ruokailuun **11,00 €/hlö**
(ilmoitathan mahdolliset ruoka-allergiat).

Maksu suoritetaan kassalle paikanpäällä.

Sitovat ilmoittautumiset 28.8. mennessä yhdyshenkilöille.

Yhdyshenkilöt: Hilka Jämsen, 0400 583 225, hilkajamsen@gmail.com.

Aija Hämälinen, 040 845 6801, hamalainenaija@gmail.com

Tervetuloa joukolla mukaan toivottaa

Viitaseudun Parkinson-kerho