

Jäsentiedote

marraskuu 2025

Hyvä jäsenemme

Päivien lyhentyessä ovat kausivalot jo ilmestyneet pihoille ja parvekkeille tuomaan valoa pimeyteen. Valmistaudumme hiljalleen joulun juhlakauteen.

Yhdistyksemme aktiiviset vapaaehtoiset ovat tänäkin vuonna järjestäneet kymmeniä tilaisuuksia ja tapahtumia jäsenillemme. Lämmin kiitos heille ja kaikille tapahtumiin osallistuneille! Toivomme edelleen toimintaan mukaan uusia vapaaehtoisia järjestämään yhdistyksen tuella alueellisia tapahtumia erityisesti niille paikkakunnille, joilla toimintaa ei vielä ole. Jos olet valmis käyttämään aikaasi hyvän asia puolesta, ota rohkeasti yhteyttä hallitukseen! Tuuppa mukkaan myös vuoden viimeisiin tapahtumiin!



POHMUS hallitus

Marraskuun tapahtumia – Tuuppa mukkaan!

Keskiviikkona 5.11. klo 16–18.30 maksakahvila Oulun

Kumppanuuskeskuksessa, Kansankatu 53. Tule kahvittelemaan, keskustelemaan ja jakamaan kokemuksia vertaisten kanssa. Voit tulla sinulle sopivaan aikaan, eikä ennakoon tarvitse ilmoittautua. Lisätietoja **Arjalta**, p. 040 5303 092.



Keskiviikkona 5.11. klo 18.30 nuorten aikuisten Game over -pakohuonepeli-ilta, Exit Oulu, Uusikatu 22. Ilmoittautumiset **Sannalle**, p. 044 0804 040.

Tiistaina 11.11. klo 17–19. grilli-ilta ja nokipannukahvit lättöjen kera Torniossa, Lemmikinkatu 4. Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 7.11. **Erjalle**, p. 040 7061 130.

Tiistaina 25.11. klo 17–18.30 vertaiskahvilatapaaminen Haukiputaan yhteisötilassa, Jokelantie 1L. Tule kahvittelemaan ja vaihtamaan kuulumisia vertaisten kanssa! Lisätietoja **Sannalta**, p. 044 0804 040.

Torstaina 27.11 klo 17 alkaen pikkujouluruokailu Raahessa Pizzeria Manussa, Ollinkalliontie 3. Yhdistys tukee ruokailua 10 €/jäsen, ylimenevän osuuden jäsen maksaa itse. Ruokailun jälkeen tarjolla kaikille jäsenille liiton 55-vuotiskakkukahvit. Ilmoittautumiset ja lisätietoja viimeistään 24.11. Jannelta, p. 040 040 1813.

Tuuppa mukkaan joulukuussa

Perjantaina 5.12. klo 16–18.30 joulupuuroa ja liiton

55-vuotiskakkukahvitarjoilu Oulun Kumppanuuskeskuksessa osoitteessa Kansankatu 53. Vietämme iltaa 1. kerroksen Laituri-tilassa, suora sisäänkäynti tilaan on Kansankadun puolelta. Voit tulla sinulle sopivana aikana ilman ennakoilmoittautumista. Lisätietoja **Arjalta**, p. 040 5303 092.



Tiistaina 9.12. klo 17–19. aluetapaaminen pikkujoulutunnelmissa ja liiton 55-vuotiskakkukahvitarjoilu

Torniossa, Meän talolla, Vapaudenkatu 19.

Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 4.12. **Erjalle**, p. 040 7061 130.

Yhdistyksen oma kuntosalivuoro Oulun Raatin uimahallin 2. kerroksen kuntosalissa torstaisin

klo 13–14. Osoite on Raatintie 2. Kuntosalissa on käytössä erityisryhmille soveltuvat Hur-laitteet.

Ilmoittautuminen uimahallin aulassa klo 12.50 ryhmän vetäjille **Antille** tai **Tuulalle**.

Maksu 2 €/henkilö maksetaan käteisellä ilmoittautumisen yhteydessä.

Lisätietoja Antilta, p. 040 5020 348.



Seuraava painettu jäsentiedote jaetaan vuoden 2026 alussa. Ajankohtaisista asioista saat lisätietoja suoraan puheenjohtajilta ja sihteeriltä.

Jaamme jäsenpostia sähköpostilla nopeammin ja useammin, joten muistathan ilmoittaa, mikäli sinulla tai läheiselläsi on käytössä sähköpostiosoite.

Yhteystietoja

Puheenjohtaja Arja Packalén, p. 040 5303 092. **Varapuheenjohtaja** Janne Mattila, p. 040 040 1813.

Sihteeri ja **jäsenrekisterivastaava** Satu Heinula, p. 040 526 1123.

Alueelliset yhteyshenkilöt:

Oulu ja Oulun seutu: Arja Packalén, arja.packalen@gmail.com, ja Sanna Merenluoto-Timonen, sanna.merenluoto@gmail.com.

Raahe: Janne Mattila, jvmattila@gmail.com, ja Satu Heinula, satu.heinula@gmail.com.

Kemi ja Tornio: Marko Salminen, marko.salminen1@gmail.com, ja Erja Isto, erja.60.irene@gmail.com.

Hallituksen yhteissähköpostiosoite on info@pohmus.fi.

Viestimme tiedotteilla, verkkosivuillamme www.pohmus.fi, Facebookissa www.facebook.com/pohmus ja Instagramissa [@pohmus](https://www.instagram.com/pohmus).