

JÄSENTIEDOTE 9 / 2024



Puheenjohtajan palsta

” Yhdistys tutustui OLKA-pisteeseen Oulun Avohoitotalossa ”

OLKA koordinoi vapaaehtoistoimintaa sairaaloissa ja hyvinvointialueen yksiköissä. Vapaaehtoistoiminnan ytimessä on kiireetön kohtaaminen. Vapaaehtoiset tuovat iloa, tukea ja toivoa potilaille ja heidän läheisilleen.



Vapaaehtoiset toimivat sovitulla yhteistyöosastoilla, OLKA-pisteillä ja yleisissä aulatilissa. Vapaaehtoistehtäviä ovat esimerkiksi vertaistukija, saattohoidon tukihenkilö, juttukaveri, lapsipotilaiden leikkikaveri ja aula-avustaja. Vertaistukijalla on omakohtainen kokemus sairaudesta tai vammasta. Muissa tehtävissä vapaaehtoisena voi toimia ilman omaa kokemusta sairastumisesta tai vammautumisesta. Vapaaehtoistoiminnalla ei korvata ammattilaisten työtä.

” Haluatko vapaaehtoiseksi OLKAan? ”

OLKA-toimintaa toteutetaan monissa Suomen yliopisto- ja keskussairaaloissa sekä useammalla alueella hyvinvointialueen perusterveydenhuollossa. OLKA-toimintaa toteutetaan aina hyvinvointialueen / sairaalan ja koordinoivan järjestön yhteistyönä.

Kts. lisätietoja

<https://olkatoiminta.fi/>



Pohjois – Suomen Parkinson - yhdistys ry

m: 044 531 6773 e: [psparkki\(at\)gmail.com](mailto:psparkki(at)gmail.com) Yhdistyksen postiosoite: Koivukuja 14B 90230 OULU
Käyntiosoite: Kansankatu 53, 90100 Oulu (sovittuun aikaan) Y- Tunnus: 1048833-7 Pankkiyhteys:
FI08 5741 3620 0739 05 OKOYFIHH <https://pohjoissuomen.parkinson.fi>

Hallinto 2024

Tuomo Ponto	pj. (Oulu) 040 5056 067 tuomo.ponto(at)wens.fi
Mari Aho-Palola	vpj. (Oulu) 045 2571999 ahopalola.mari(at)gmail.com
Mari Heinonen	jäsen (Kempele) 050 5671555 heinonen.marijohanna(at)outlook.com
Marita Seppälä	jäsen (Haapajärvi) 040 7604899 seppalamarita(at)gmail.com
Juhani Kuha	jäsen (Nivala) 044 5069648 juhani.kuha(at)kotinet.com
Teuvo Viinikangas	jäsen (Oulu) 040 504 7391 teuvo.viinikangas(at)gmail.com
Irja Lepola	varaj.(Oulu) 040 7272456 irja.lepola(at)gmail.com
Eero Kukkonen	varaj.(Rovaniemi) 040 9680909 kukkonen.eero(at)gmail.com

Yhdistyksen kerhot ja etävertaistukihenkilöt

Haukiputaan Liikehäiriösairaus -kerho

Yhteyshenkilöt: Helena Kokko [pamausko\(a\)gmail.com](mailto:pamausko(a)gmail.com) ja Irja Lahdensivu p. 044 054 4011

Kiimingin Parkinson -kerho

Lisätietoa p. 044 531 6773

Koillismaan Parkinson -kerho. Lisätietoa p. 044 531 6773

Kokkolan seudun Parkinson -kerho /Karlebynejdens Parkinson-Klubb, kokoontuu kuukauden 4. torstai. Yhteyshenkilö: Markku Räisälä, puh. 0400 984 431 [markku.raisala\(a\)anvianet.fi](mailto:markku.raisala(a)anvianet.fi), aluevastaava: Marita Seppälä p. 040 7604899 [seppalamarita\(a\)gmail.com](mailto:seppalamarita(a)gmail.com)

Limingan Parkinson -kerho

Yhteyshenkilö: Maija Syrjäpalo p.050 381 3457 [maija.syriapalo\(at\)gmail.com](mailto:maija.syriapalo(at)gmail.com)

Meri-Lapin Parkinson -kerho

Kemi, Keminmaa, Tornio, Ylitornio, Tervola ja Simo. Yhteystiedot, aluevastaavat: Inkeri Ylisuvanto [inkeri.ylisuvanto\(a\)gmail.com](mailto:inkeri.ylisuvanto(a)gmail.com) p.040 729 8785 ja Pirjo Rötönen [protkonen\(a\)gmail.com](mailto:protkonen(a)gmail.com) p. 040 724 9270

Nivalan seudun Parkinson -kerho, kokoontuu kuukauden viimeinen torstai

Yhteyshenkilö: Anneli Kalliokoski p. 050 596 4230 [kalliokoski.anneli\(a\)gmail.com](mailto:kalliokoski.anneli(a)gmail.com)
tai Juhani Kuha p. 044 506 9648 [juhani.kuh\(a\)gmail.com](mailto:juhani.kuh(a)gmail.com),
aluevastaava: Marita Seppälä p. 040 760 4899 [seppalamarita\(a\)gmail.com](mailto:seppalamarita(a)gmail.com)

Oulun Liikehäiriösairaiden -kerho

Yhteyshenkilöt: Tuomo Ponto p. 040 505 6067, Irja Lepola p. 040 727 2456 tai Mari Heinonen [heinonen.marijohanna\(a\)outlook.com](mailto:heinonen.marijohanna(a)outlook.com)

Pudasjärven Parkinson -kerho Neuropatit. Tiedustelut: p. 044 531 6773

Pyhäjärven Parkinson -kerho, kokoontuu kuukauden viimeinen tiistai.

Yhteyshenkilö: Risto Väyrynen p. 040 776 8702, aluevastaava: Marita Seppälä p. 040 760 4899
seppalamarita(a)gmail.com

Raahen alueen Parkinson -kerho

Yhteyshenkilö: Hannu Vainionpää, lisätietoa p. 040 144 5118

Rovaniemen Parkinson-kerho

Yhteyshenkilö: Pentti Vuontisjärvi p. 040 568 0214 pentti.vuontisjarvi(a)pp.inet.fi

Ylivieskan seudun Parkinson -kerho

Yhteyshenkilöt: Jukka Jylhä p. 044 029 4510 tai Esko Salmikangas p. 0400 685 563
esko.salmikangas(a)gmail.com, aluevastaava: Marita Seppälä p. 040 760 4899
seppalamarita(a)gmail.com

Etävertaistukihenkilöt

Mari

p. 050 567 1555, heinonen.marijohanna(at)outlook.com

- Pohjois-Pohjanmaa
- Minulle voit laittaa viestiä myös WhatsApp:lla
- Olen mukana työelämässä

Paula

p. 040 530 9173 paula.valkky(at)gmail.com

- Pohjois-Pohjanmaa
- yhteydenotot ma-to aamupäivisin

Pentti

p. 040 568 0214

- Lappi

Reijo

p. 0400 233 117 reijo.jamsa(at)pp.inet.fi

- Pohjois-Pohjanmaa
- pitkään sairastanut
- DBS asennettu

Risto

p. 040 576 0898 risto.pulli(at)gmail.com

- Pohjois-Pohjanmaa

TULEVIA KURSSEJA KOULUTUKSIA SUUNNITTEILLA ... KYSY LISÄÄ JA OSALLISTU TILAAMALLA (lisätietoja Tuomolta 040 5056067)

Terveystieteiden tohtori Irja Lepola ” Hyvinvoinnin neliapila”
”Muutoksessa on mahdollisuus parkkislaisenakin” ”Me parkkislaiset yhdessä elämän tarkoitusta etsimässä ” On aina liian vähän aikaa - vai onko sittenkään kun tarttuu tuokioon ”

Vertaiskokemusasiantuntijan Tuomo Ponto ohjaamana
” innostu koutsaamaan kerhoasi – JODAN Asahi kurssi ”

Vertaiskokemusasiantuntijan Tuomo Ponto ohjaamana
” innostu koutsaamaan kerhoasi – KUNTOSALI kurssi ”

Tulevia tapahtumia

Ilon pisaroista syntyy Toivon virta – Tervetuloa Haukiputaalle!

Haukiputaalla järjestetään iloinen ja yhteisöllinen tapahtuma Heiton talolla lauantaina 12.10.2024 klo 13.00–15.30. Tapahtuman teemana on tanssin, musiikin ja yhdessäolon riemu!

Luvassa on tanssia lattialla, tuolissa tai vaikka mielikuvituksessa – jokainen voi osallistua omalla tavallaan ja tahdillaan. Voit tulla nauttimaan elävästä musiikista, jota meille tarjoavat Tiina Pitkänen ja Sarmas. 🎵

Ohjelmassa:

- Perinteistä tanssimusiikkia
- Tanssia kaikille
- Järjestöjen toiminnan esittelyä
- Arpajaiset ja huutokauppa
- SPR mukana menossa

Tilaisuus on maksuton, ja kaikille on tarjolla kahvia ja pientä purtavaa. ☺🏠

Tapahtuman järjestäjät: Haukiputaan liikehäiriösairauskerho ja Martinniemen Eläkkeensaajat ry yhteistyössä kaikkien Haukiputaan eläkeläisjärjestöjen kanssa.

Lämpimästi tervetuloa mukaan viettämään mukavaa iltapäivää hyvässä seurassa! 💖

LIITY JÄSENEKSI - KERHOT AKTIVOITUKAA JÄSENHANKINTAAN

- kysy lisää e: psparkki@gmail.com tai soita m: 044 531 6773

Varsinaisen jäsenen edut

- Hermolla lehden 4 kertaa/v ja yhdistyksen jäsentiedotteet (sähköpostituslista)
- voit osallistua edullisiin kokemuks/asiantuntijoiden koulutuksiin (ml. perheenjäsen / omainen)
- voit vaikuttaa yhdistyksen toimintaan
- voit osallistua järjestettyihin edullisiin retkiin, matkoihin ja tapahtumiin
- voit saada Liikehäiriö sairauksien liiton järjestötoiminnan asiantuntijalta palveluja
- saat vertaistukea ja hyvinvointia kerhoissa, kursseilla ja Liikehäiriö sairauksien liiton tuetuilla lomilla

Pohjois – Suomen Parkinson Yhdistys Ry kiittää pitkäaikaista uutteraa työnkelijäänsä työpanoksestaan Parkinsonilaisten hyväksi. Toivotamme Natalia Honkaselle hyvää jatkoa uusiin tehtäviin siirtyessään. Kiitos kuluneista vuosista



Rovaniemen Tietopäivät 9.9. onnistuivat erittäin ponnekkaasti, asiaa oli. Kiitos Liikehäiriäliiton Paula Mustoselle, Rovaniemen kerholle ja kaikille osallistujille. Te Teitte tilaisuuden!



...hiilihydrattia välillä



Pentti Vuontisjärvi junailee....



...” ja Ouluhallissa kahvilla ”tupen pelluuseen oli kiire”. Kaksi tuntia meni hupasasti...



Seuraava Jäsentiedote ilmestyy lokakuussa 10/2024.....