

JÄSENTIEDOTE 1 / 2026



POHJOIS-SUOMEN PARKINSON YHDISTYS ry



Puheenjohtajan palsta

” Vammaispalvelulaki Parkinsonia sairastavan tukena ”

Parkinsonin tauti on etenevä neurologinen sairaus, joka vaikuttaa jokaisen sairastavan arkeen yksilöllisesti ja eri tavoin eri elämänvaiheissa. Vammaispalvelulain keskeinen tavoite on turvata vammaisen henkilön yhdenvertainen osallistuminen arkeen silloin, kun sairaus aiheuttaa pitkäaikaisia ja merkittäviä toimintakyvyn rajoitteita. Parkinsonia sairastavalle laki voi tarjota tukea juuri silloin, kun sairauden vaikutukset alkavat näkyä selvemmin jokapäiväisessä elämässä



” Palvelujen piirissä jo työikäisenä.... ”

On tärkeää muistaa, että vammaispalvelut eivät perustu diagnoosiin, vaan toimintakyvyn heikentymiseen ja avun tarpeeseen. Parkinsonia sairastava voi olla vammaispalveluiden piirissä jo työikäisenä, jos esimerkiksi liikkuminen, asiointi, kommunikointi tai arjen sujuvuus edellyttävät säännöllistä tukea. Palvelut voivat tulla ajankohtaisiksi myös silloin, kun sairaus vaikuttaa turvalliseen liikkumiseen kodin ulkopuolella, itsenäiseen asumiseen tai sosiaaliseen osallistumiseen.

” Mitä palveluja ”

Vammaispalvelulain mukaisia tukimuotoja voivat olla esimerkiksi kuljetuspalvelut, henkilökohtainen apu, asumisen tuki tai muut yksilöllisesti arvioidut palvelut. Parkinsonia sairastavan kohdalla palveluiden tarve voi lisääntyä vähitellen, ja siksi varhainen yhteydenotto palveluohjaukseen ja palvelutarpeen arviointi ovat tärkeitä. Apua kannattaa hakea jo silloin, kun arki alkaa tuntua kuormittavalta – ei vasta silloin, kun selviytyminen on jo merkittävästi vaikeutunut.

Kannustan jokaista jäsentä seuraamaan omaa jaksamistaan ja toimintakykyään sekä hakemaan tietoa omista oikeuksistaan ajoissa. Oikea-aikainen tuki voi merkittävästi parantaa elämänlaatua ja tukea itsenäistä elämää Parkinsonin kanssa.

Yhdistyksenä olemme tukenanne ja ohjaamme tarvittaessa lisätiedon ja neuvonnan pariin.

Terveisin

Tuomo



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 2025-2026

Tuomo Ponto	pj. (Oulu) 040 5056 067 tjponto67(at)gmail.fi
Mari Aho-Palola	vpj. (Oulu) 045 2571999 ahopalola.mari(at)gmail.com
Mari Heinonen	jäsen (Kempele) viestintävastaava
Maria Lähdekorpi	jäsen (Ivalo) sihteeri
Päivi Eirola	jäsen (Oulu) hakemusvastaava
Juhani Kuha	jäsen (Nivala)
Leila Pieniniemi	jäsen (Utajärvi)
Harry Lidström	jäsen (Oulu)
Irja Lepola	varaj.(Oulu)
Eero Kukkonen	varaj.(Rovaniemi)

Yhdistyksen kerhot, etävertaistukihenkilöt ja läheisten vertaiskeskusteluryhmä

Haukiputaan Liikehäiriösairaus -kerho

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

Parkkis Saamenmaa- kerho

Inari – ja Utsjoki alueella toimiva kerho. Kokoontuu Ivalon seurakuntatalolla erikseen sovittuina aikoina. Yhteyshenkilöt: Kerhon vetäjä Kaija Kaarret puh. 040 8239 417 ja kerhosihteeri Maria Lähdekorpi sekä Aila Sihvo toimihenkilö. Kerhon sähköposti [parkkis.saamenmaa\(at\)gmail.com](mailto:parkkis.saamenmaa(at)gmail.com)

Kiimingin Parkinson -kerho Lisätietoa p. 044 531 6773, kerhon vetäjä haussa!

Koillismaan Parkinson -kerho. Lisätietoa p. 044 531 6773, kerhon vetäjä haussa!

Kokkolan seudun Parkinson -kerho /Karlebynejdens Parkinson-Klubb, Yhteyshenkilö: Juhani Koskimaa, puh. 050 411 7370 [juhani.koskimaa05\(a\)gmail.com](mailto:juhani.koskimaa05(a)gmail.com)

Limingan Parkinson -kerho. Lisätietoa p. 044 531 6773, kerhon vetäjä haussa!

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

Haapajärven Parkinson kerho Haapaparkkis:Yhteyshenkilö Marita Seppälä p. 0407604899 [seppalamarita\(at\)gmail.com](mailto:seppalamarita(at)gmail.com)

Nivalan seudun Parkinson -kerho

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)



Oulun Liikehäiriösaairaiden -kerho Yhteyshenkilöt: Tuomo Ponto p. 040 505 6067, Irja Lepola p.040 727 2456 tai Mari Heinonen heinonen.marijohanna(a)outlook.com

Pudasjärven Parkinson -kerho Neuropatit Lisätietoa p. 044 531 6773, kerhon vetäjä haussa!

Pyhäjärven Parkinson -kerho Yhteyshenkilö: Arja Tabell 040 4127 827

Raahen alueen Parkinson -kerho Yhteyshenkilö: Hannu Vainionpää, lisätietoa p. 040 144 5118

Rovaniemen Parkinson-kerho

Yhteyshenkilö: Eero Kukkonen p.040 9680909 kukkonen.eero(a)gmail.com

Ylivieskan seudun Parkinson -kerho Yhteyshenkilöt: Esko Salmikangas p. 0400 685 563
esko.salmikangas(a)gmail.com

Etävertaistukihenkilöt

Paula
p. 040 530 9173 paula.valkky(at)gmail.com
- Pohjois-Pohjanmaa
- yhteydenotot ma-to aamupäivisin

Reijo
p .0400 233 117 reijo.jamsa(at)pp.inet.fi
- Pohjois-Pohjanmaa
- pitkään sairastanut
- DBS asennettu

Pentti
p. 040 568 0214
- Lappi

Risto
p. 040 576 0898 risto.pulli(at)gmail.com
- Pohjois-Pohjanmaa

Läheisten keskusteluryhmä aloittanut toimintansa, ryhmän tarkoitus on lisätä läheisten voimavaroja ja toimia vertaistukena positiivisessa ja rakentavassa hengessä. Mikäli sinulla liittyy asiaan kysyttävää tai haluat liittyä läheisten WhatsApp- ryhmään soita Anna-Liisa Kangas 040 848 9931.

Työikäisten ryhmä aloittanut toimintansa Oulussa, ja mukaan pääsee myös etänä. Lisätietoja saat sähköpostitse: psparkki(a)gmail.com

Ajankohtaista

Pohjois -Suomen Parkinson – yhdistys Vuosikokouskutsu

Pohjois – Suomen Parkinson- yhdistys ry:n sääntömääräinen vuosikokous PE 27.3. klo 16:30 alkaen osoitteessa Kansankatu 53, 90100 OULU, Kumppanuustalon ” Asema” – tilat 2krs. Kokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen vuosikokouksessa päätettäväksi määräämät asiat. Asialista nähtävissä yhdistyksen kotisivuilla kaksi viikkoa ennen kokousta
<https://pohjoissuomen.parkinson.fi/ajankohtaista/>

Kahvitarjoilu, Tervetuloa
Hallitus



Rokualle mahtuu vielä tämän vuoden kuntoutus ja sopeutumisvalmennuskursseille ja kursseja on saatu tälle vuodelle neljä lisää.

Parkinsonin tauti

27.4. – pidempään sairastaneille

18.5. – vasta diagnosoidut / varhaisvaihe, yli 68-v, eläkkeellä

10.8. – vasta diagnosoidut / varhaisvaihe, yli 68-v, eläkkeellä

31.8. – vasta diagnosoidut / varhaisvaihe, yli 68-v, eläkkeellä

28.9. – pidempään sairastaneille

26.10. – pidempään sairastaneille

16.11. – vasta diagnosoidut / varhaisvaihe, alle 68-v

Dystonia

30.11.

Kurssit on tarkoitettu aikuisille, ja mukaan kuuluu myös läheisen lähipäivät.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: kuntoutus@rokua.com p. 020 7819 277

Yhdistyksessä tapahtuu

Hyvät yhdistyksemme jäsenet

Haluaisimme jakaa jäsentiedotteissamme enemmän kerhojen arkea, tapahtumia ja pieniä tarinoita eri puolilta yhdistystä. Haluaisimme alueemme kerhot mukaan tuomaan kuulumisia jäsentiedotteeseen.

Mukana olo ei vaadi erityistä osaamista – riittää, että keräät tai kirjoitat kerhosi kuulumisia: lyhyitä tekstejä, tiedotteita tai pieniä tarinoita. Kuvia saa liittää mukaan, jos sellaisia on. Kuulumisia julkaistaan jäsentiedotteissa sopivin väliajoin.

Jos kiinnostuit tai haluat lähettää kerhosi kuulumisia, laita viestiä osoitteeseen psparkki@gmail.com

Aiheeksi: KERHOKUULUMISIA

Tule mukaan tekemään jäsentiedotteesta entistä elävämpi!

Hyvää keskitalven jatkoa – ollaanpa yhteyksissä!

