

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY

PSORI-TIEDOTE
1/2020



PUHEENJOHTAJAN MIETTEITÄ

Hyvää uutta vuotta 2020!

Toivotan uudet ja vanhat jäsenet tervetulleiksi osallistumaan toimintaan.

Vuosi vaihtui ja vuosikokouksessa tuli muutoksia hallituksen kokoonpanoon. Ritva Tenhunen jäi pois ja uutena jäsenenä aloittaa Eija Luostarinen. Pirkko Ollikainen jatkaa varajäsenenä. Hallituksen yhteystiedot löytyvät tiedotteen viimeiseltä sivulta.

Toivon että kaikki löytävät jotain mielenkiintoista tulevista kevään tapahtumista. Aloitamme kevätkauden tammikuussa tuolijoogalla, joka sopii kaikille. Helmikuussa teemme perheretken Leppävirralle tutustumaan Muumi -jääveistosnäyttelyyn. Maaliskuussa on kevätkokous ja sen yhteydessä nostalgia -ilta, jossa yhdistyksen perustajajäsenet ovat lupautuneet kertomaan alkuajoista. Huhtikuussa käymme korttelimuseossa ja toukokuussa Psorilinjan sairaanhoitaja tulee meidän luoksemme. Kevät päätetään saunoen ja uiden Julkulassa. Tarkemmat tiedot löytyvät tapahtumakalenterista.

Hyvää kevättä kaikille!

Puheenjohtaja Pirjo Laitinen

p. 044 335 3263

PS. muistathan yhdistyksen jäsenten edun:

Itä-Suomen yliopiston apteekissa (Sektorin, Puijonk. 23, 70100 Kuopio) saat **voimassa olevalla** jäsenkortilla 10 % alennuksen normaalihintaisista tuotteista (ei lääketuotteista).

Psoriasisliiton tarjoamat ajankohtaiset jäsenedut löydät liiton verkkosivulta <https://psori.fi/psoriasisliitto/liity-jaseneksi/> → Jäsenedut

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY

VUOSIKOKOUSKUTSU

Sääntömääräinen kevätkokous pidetään

26.3.2020 klo 17.30

Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6 70100 Kuopio

Kahvitarjoilu alkaa klo 17.00.

Käsitellään sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat.

TERVETULOA!

Hallitus

PSORIASISLIITON TERVEISET

Luotettavasti rinnalla

Vuonna 2019 käytiin paljon kriittistä puhetta valtion rahapeliyhtiön Veikkauksen ympärillä, sen toiminnasta ja tulevaisuudesta. Tätä keskustelua seurattiin suurella kiinnostuksella edunsaajien keskuudessa. Veikkauksen mukaan vaaditut muutokset tulevat tulevaisuudessa leikkaamaan sen tuottoja ja näin ollen vaikuttavat myös edunsaajille jaettavaan avustussummaan.

Veikkauksen voittovaroista huomattavan osan saa sosiaali- ja terveysministeriö (STM), joka jakaa rahan järjestötoimintaan Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) kautta.

Kirjoitan tätä juttua itsenäisyyspäivän aattona 2019 ja hetki sitten sain sähköpostiini tiedon STEAn avustusehdotuksesta Psoriasisliitolle vuodelle 2020. Nyt voi todeta, että ainakin meidän kävi toistaiseksi hyvin. Avustustasomme pysyi samana, tosin indeksikorotuksia ei tullut, mutta toimintamme voi jatkua aiemmalla tasolla. Erytisen ilahtunut olen jäsenjärjestöavustuksen säilymisestä nykyisen suuruisena. Sen avulla yhdistystemme on ollut mahdollista toteuttaa uusia ja erilaisia tapahtumia. Lisäksi saamme uutena avustuksen Vertaistervarit-hankkeeseen vuosille 2020 – 2022. Hanke sijoittuu Pohjois-Pohjanmaalle ja siinä tehdään yhteistyötä muiden järjestöjen ja alueen kuntien kanssa. Vuosi 2020 ei näin ollen ole tuomassa suuria muutoksia tai ihan uusia tapahtumia Psoriasisliiton toimintaan. Psoriviikkoa vietämme viikolla 14 ja Maailman psoripäivää tuttuun tapaan 29.10.2020. Kannattaa lukea tarkkaan Ihonaika -lehti ja seurata myös liiton verkkosivun tapahtumakalenteria <https://psori.fi/tapahtumat/>

Liiton ensi vuoden teemana on **Luotettavasti rinnalla**. Luotettavuus on yksi liittomme arvoista ja rinnalla kulkeminen tietysti viittaa vertaistukeen. Liitto haluaa olla luotettava kumppani niin yhdistyksille kuin erilaisille yhteistyötahoille. Luotettavuus on oleellinen asia myös niille yhdistysten jäsenille, jotka ovat yhteydessä liittoon, esim. Psorilinjan.

Toivotan kaikille oikein aktiivista vuotta ja tervetuloa mukaan toimintaan.

Järjestösuunnittelija Teuvo Leppänen

teuvo.leppanen@psori.fi p. 040 7281 144

Itä-Suomen aluetoimisto

Käyntiosoite: Mikrokatu 1, G-osa, 70210 Kuopio

Postiosoite: PL 1188, 70211 Kuopio

Avomuotoinen seniorikurssi 2020 Kuopiossa

Psoriasisliitto järjestää syyskuussa 2020 avomuotoisen seniorikurssin Kuopiossa, Alavan toimintakeskuksessa, Siikaniemenkatu 4, 70620 Kuopio. Seniorikurssi on suunnattu psoriasista sairastaville yli 60-vuotiaille eläkeläisille. Kurssin teemana on oman hyvinvoinnin lisääminen. Kurssilla käsitellään niin psoriasista kuin terveyttä edistäviä elämäntapavalintojakin. Myös liikuntaa sisältyy ohjelmaan jokaisena kurssipäivänä. Avomuotoinen kurssi ei sisällä majoitusta, mutta kurssilla tarjotaan lounas. Kurssipäivät kestävät noin viisi tuntia (klo 10–15). Kurssipäivät: 2.9., 3.9., 10.9., 17.9. ja 24.9.2020.

Kurssin omavastuuosuus on 20 euroa. Ilmoittaudu mukaan 11.5.2020 mennessä. Kurssille haetaan hakemuslomakkeella, jonka voi tulostaa Psoriasisliiton verkkosivulta <https://psori.fi/tapahtumat/avomuotoinen-seniorikurssi-2020-kuopiossa/> tai tilata Psoriasisliiton toimistosta tai aluetoimistoista, teuvo.leppanen@psori.fi tai p.040 7281144. Lisätietoja kurssista antaa kuntoutussuunnittelija Minna Sahlsten, p. 050 4714565, minna.sahlsten@psori.fi

TAPAHTUMAKALENTERI KEVÄTKAUSI 2020

Torstai 16.1.2020 klo 18.00 -

Tuolijooga Suokadun toimintakeskuksen liikuntasalissa, Suokatu 6 70100 Kuopio.
Ilmoittaudu **10.1. mennessä pj Pirjolle, p. 044 335 3263**

Jäsentilaisuus lisalmessa 21.1.2020 klo 18.00 -

Tapaamispaikkana on Yhdistystalo Vakka, Pohjolankatu 4, Iisalmi.
Proviisori Jani Rönkkö tulee tilaisuuteen kertomaan apteekin ihonhoitotuotteista.
Ylä-Savoon on perustettu oma ryhmä nimellä Iipsori. Tule tutustumaan ryhmään ja kahvittelemaan!
Lisätietoja saat soittamalla **Helvi Pitkäselle, p. 040 4114947**.

Lauantai 1.2.2020 klo 10 -

Bussiretki Leppävirralle, jossa tutustuminen Muumi -jääluoalaan ja ruokailu Vesileppiksessä.
Lisäksi mahdollisuus käydä Kylpylä-Hotelli Vesileppiksen kylpylässä. Retken hinta (sis. bussimatkan, pääsylipun Muumi -jääluoalaan ja lounaan): **20 €/jäsen, 25 €/ei jäsen ja 5 €/lapset 4-14v.**
Omakustanteisen kylpylälipun hinnat ovat 10 €/aikuiset ja 5 €/eläkeläiset ja lapset 4-14v.
Bussi lähtee klo 10 Maljalahdenkadulta Kuopiosta ja paluumatkalle Leppävirralta lähdetään klo 15.
Ilmoittaudu **17.1. mennessä Suomalle, p. 050 377 7987** ja maksa omavastuuosuus yhdistyksen tilille FI52 5600 0540 1820 97.

Torstai 26.3.2020 klo 17.30 -

Kevätkokous Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6, 70100 Kuopio. Kts. erillinen ilmoitus sivulla 2.
Kevätkokouksen yhteydessä vietetään nostalgia -iltaa eli muistellaan syksyllä 45 vuotta täyttävän yhdistyksen alkutaivalta sanoin ja kuvin. Kahvitarjoilu alkaa klo 17.00.

Psoriviikkoa vietetään 30.3. -5.4.2020

Tiistai 31.3.2020 klo 10 – 13

Yhdistys esittäytyy KYSin **OLKA®**-järjestöpisteellä Puijon sairaalan (Puijonlaaksontie 2, 70200 Kuopio) pääaulan lasiakvaariotilassa. Tervetuloa tervehtimään ja tutustumaan!

Keskiviikko 1.4.2020 klo 17 -

Opastettu tutustuminen Kuopion Korttelimuseoon. Kierroksella tutustutaan Minna Canthin salonkiin ja hänen elämänsä Kuopiossa. Ilmoittautumiset **26.3. mennessä pj Pirjolle, p. 044 335 3263**.

Tiistai 12.5.2010 klo 17.30 -

Jäsenilta Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6, 70100 Kuopio
Luennon pitää **Psorilinjan sairaanhoitaja Kristiina Rautio** ja aiheena on **Iholuomet ja luomien tarkkailu**.
Luennon jälkeen on maksutonta luomien tarkastusta ja psorineuvontaa. Tarjolla hedelmiä ja mehua.

Torstai 4.6.2020 klo 17 -

Kevätkauden päätteeksi vietetään yhteistä iltaa Julkulan rantasaunalla. Tarjolla on makkaraa ja salaattia.
Myös saunaan ja uimaan pääsee! Ilmoittaudu **1.6. mennessä pj Pirjolle, p. 044 335 3263**

Liikuntatarjontamme viikoittain:

ALLASJUMPPA maanantaisin klo 17.45 – 19.00 Suokadun toimintakeskuksessa, Suokatu 6, 70100 Kuopio

Ohjaajana toimii Suoma Virnes, p. 050 377 7 987

Sisään pääsee sisäpihan ovesta klo 17.30. Sauna- ja uintilipun hinta on 4,00 €/kpl

KUNTOSALIVUORO keskiviikkoisin klo 17.00 – 18.00 Puijonlaakson palvelukeskuksessa,

Sammakkolammentie 12, 70200 Kuopio

Tiedustelut: Sari Kantosalo, p. 044 2591756

Kuntosalivuoro on maksuton ja ns. avoin vuoro. Tule ja tuo ystäväsiikin kuntoilemaan!

Tapahtumista ja niiden mahdollisista muutoksista ilmoitamme myös kotisivullamme www.kuopso.net ja Facebook -sivullamme <https://www.facebook.com/kuopso> sekä Ihon aika -lehdessä ja Psoriasisliiton nettisivuilla www.psori.fi

KUOPION SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY**HALLITUS v. 2020**

| | | |
|---------------------------|-------------------|--|
| Puheenjohtaja: | Pirjo Laitinen | pirjo.laitinen10 (at) gmail.com 044 335 3263 |
| Varapuheenjohtaja: | Suoma Virnes | suoma.virnes (at) gmail.com 050 377 7987 |
| Jäsenet: | Pia Juntunen | pia.juntunen (at) niuva.fi 044 089 0439 sihteeri |
| | Sari Kantosalo | sari.kantosalo (at) gmail.com 044 259 1756 |
| | Osmo Kokkonen | osmo.kokkonen49 (at) gmail.com 050 594 3429 |
| | Eija Luostarinen | eija.luostarinen (at) gmail.com 044 358 8894 |
| Varajäsenet: | Arja Kokkonen | arja.kokkone (at) gmail.com 040 865 8078 |
| | Pirkko Ollikainen | kuopso (at) gmail.com 040 551 5914 |

Koulutettuja tukihenkilöitä ovat

- Ritva Karppinen, PPP/psoriasis, p. 050 514 2905
- Seija Mikkonen, nivelpsoriasis, kokemuskouluttaja, psoriasiamies, p. 050 542 4518
- Seija Ålander, psoriasis, kokemuskouluttaja, p. 044 544 1603

**Muistathan päivittää muuttuneet yhteystietosi
joko sähköpostilla kuopso@gmail.com tai soittamalla hallituksen jäsenille!**