



Salon Reumayhdistys ry

JÄSENTIEDOTE 3/2024



Salon Reumayhdistys ry

Paimiontie 221, 25260 Vaskio
p.040 581 0763



Salon Reumayhdistys

www.salonreumayhdistys.fi



Tervehdys Reumayhdistyksen jäsenistölle



Taas on tullut se aika vuodesta, jolloin katseet ja ajatukset suuntautuvat syksyyn, vaikka vielä on kesää jäljellä. Kesä on ollut hyvin vaihteleva, sääilmiöt olivat vaihtelevia, ääri-ilmiöistä toiseen, päivästä ja alueesta riippuen. Saimme täällä Salon seudulla kokea vähäsateisen ja helteisen toukokuun. Kesäkuussa helteet jatkuivat, rikottiin jopa helle-ennätyksiä. Saatiin myös kauan kaivattuja sateita, mutta nekin tulivat, ikävä kyllä, hyvin satunnaisesti ja paikoitellen turhan rajuina.

Joku voi ihmetellä miksi aina kirjoitan säästä. Olen maaseudun kasvatti ja yhä asun maaseudulla, missä luonto on lähellä. Olen myös aina ollut kiinteästi yhteydessä maanviljelykseen, jossa säät ja ilmat ovat vaikuttaneet satoon ja vuoden tulokseen.

On yksi asia, josta haluaisin muistuttaa. Olisi tosi mukavaa ja suotavaa, että mahdollisimman moni teistä ilmoittaisi ja/tai päivittäisi sähköpostiosoitteensa. Salon Reumayhdistys lähetti jo heinäkuussa jäsenkirjeen, jossa oli tulevaa toimintaa. Näitä tullaan lähettämään jatkossakin, koska se toimii muistutuksena tulevasta toiminnasta ja voimme toteuttaa joitain tapahtumia lyhyelläkin aikataululla. Näin saisimme tiedon mahdollisemman monelle teistä.

Nautitaan mahdollisuuksien mukaan kesän antimista, niin puutarhan kuin metsän sadosta, sekä jäljellä olevista kesäisistä päivistä, auringosta ja lämmöstä. Syksy tuo tullessaan monenlaista toimintaa. Toivottavasti mahdollisemman moni teistä löytää yhdistyksemme toiminnasta itselleen sopivia aktiviteetteja.

Toivon teille kaikille terveyttä ja hyviä vointeja! Pidetään huolta itsestä ja muista!

Margit Laine
Puheenjohtaja

TOIMINTAKALENTERI Syksy 2024

| PÄIVÄ | TAPAHTUMA | SIVULLA |
|-----------|--|---------|
| SYYSKUU | | |
| 3.9. | Salmen virikeryhmä | 10 |
| 3.9. | Vesivoimistelut alkaa | 11 |
| 6.9. | Sidekudosryhmä | 8 |
| 6.9. | Kuntosali toiminta alkaa | 11 |
| 9.9. | Rivitanssi alkaa | 11 |
| 10.9. | HyväOlo -ryhmä | 9 |
| 10.9. | Reuman palvelupiste aukeaa | 12 |
| 12.9. | Nivelrikko ryhmä | 8 |
| 17.9. | Kirjapiiri | 10 |
| 19.9. | Reumatroppi | 10 |
| 24.9. | Hyvä Olo -ryhmä | 9 |
| 26.9. | Kuukausikerho | 7 |
| LOKAKUU | | |
| 1.10. | Salmen virikeryhmä | 10 |
| 3.10. | Nivelrikko ryhmä | 8 |
| 8.10. | HyväOlo -ryhmä | 9 |
| 10.10. | Apteekkipäivä | 6 |
| 10.10. | Perniön kerho alkaa | 8 |
| 12.10. | Retki Tytyrin kaivos ja Raasepori | 4 |
| 15.10. | Kirjapiiri | 10 |
| 17.10. | Reumatroppi | 10 |
| 19.10. | Teatteri Provinssi | 5 |
| 22.10. | HyväOlo -ryhmä | 9 |
| 24.10. | Kuukausikerho | 7 |
| 29.10. | Salmen virikeryhmä | 10 |
| MARRASKUU | | |
| 1.11. | Sidekudosryhmä | 8 |
| 5.11. | Salmen virikeryhmä | 10 |
| 7.11. | Nivelrikko ryhmä | 8 |
| 12.11. | HyväOlo -ryhmä | 9 |
| 19.11. | Kirjapiiri | 10 |
| 21.11. | Reumatroppi | 10 |
| 26.11. | HyväOlo -ryhmä | 9 |
| 28.11. | Kuukausikerho | 7 |
| 29.11. | Sidekudosryhmä | 8 |
| 30.11. | Yhdistyksen joulujuhla | 6 |
| JOULUKUU | | |
| 3.12. | Salmen virikeryhmä | 10 |
| 10.12. | Tiistai kerhojen yhteinen jouluihin tapaaminen | 9 |

RETKET JA TAPAHTUMAT

Sitovat ilmoittautumiset ja lisätiedot retkiin ja tapahtumiin:
Arja Kemppainen puh. 040 516 4835
tai sähköpostiin matkavastaava@salonreumayhdistys.fi



ELÄMYKSIÄ TYTYRISSÄ JA HISTORIAA RAASEPORISSA

Lauantai 12.10.2024

Lähtö Farmokselta kello 10.00

Tytyrin Elämyskaivos on ainutlaatuinen ja monitoimialainen käyntikohde. Tytyristä, kaivoksesta keskellä kaupunkia, on louhittu kalkkia vuodesta 1897 lähtien. Yksi louhituista tunnelikokonaisuuksista -110 -tasolla avattiin yleisölle kaivosmuseona vuonna 1988. Siitä lähtien yleisöllä on ollut upea mahdollisuus päästä kokemaan Lohjan kaupungin organisoimana maanalainen maailma. Otathan hyvät kävelykengät ja lämpimät vaatteet mukaan. Kypärän saa mukaan Tytyrin Elämyskaivoksen vierastuvalta.

Tytyrin jälkeen jatkamme matkaa Raaseporiin jossa nautimme yhteisen lounaan ja tutustumme kaupunkiin opastetulla kierroksella.

Retkipäivän hinta on jäsenille 65€, lapsille alle 12-vuotta 60€ ja ei-jäsenille 71€.

Sitovat ilmoittautumiset 25.9.mennessä Arjalle puh. 040-5164835.

Minimi tälle retkelle on 20.

RETKET JA TAPAHTUMAT

SYYSUNELMIA

lauantaina 19.10 kello 18.00

Teatteri Provinssi, Salo



Kaksi upeaa Tähdet tähdet –kilpailun voittajaa, Maria Lund ja Konsta Hietanen, yhdistävät voimansa ja hurmaavat nyt konserttilavoilla. Monipuolisen ohjelmiston kappaleet saavat taatusti liikuttamaan, kyyneltymään, nauramaan ja kaiken huipuksi yllättymään.

Meille on varattu lippuja 30,
ole nopea ja varaa oma lippusi nyt,
kuitenkin **viimeistään 9.9 mennessä**
Arjalta puh. 040-5164835. Liput 35,40 €.

Voit maksaa lippusi ilmoittautumisen jälkeen yhdistyksen tilille
FI44 4327 2140 0272 06,
viite on 2066.

RETKET JA TAPAHTUMAT

Reumaviikon Apteekkipäivä

torstai 10.10 klo 10-14

Tervetuloa tapaamaan Reumayhdistyksen hallituksen jäseniä Valtakunnallisen Reumaviikon tapahtumaan.

Olemme kello 10-14 välisenä aikana Salon alueella eri apteekeissa kertomassa yhdistyksestä, vertaistukikerhoista. Esittelypöydästä voit ottaa mukaan esitteitä eri reumasairauksista sekä yhdistyksen toiminnasta.

Löydät meidät Salon Uusi Apteekki (Citymarket), Halikon Apteekki (Prisma), Yliopiston apteekki (Linjuri) ja Perniön Apteekki.

JOULUJUHLA

Lauantaina 30.11.2024 klo 14

Salon Rosmariini

(Joensuunkatu 13, Salo)

Jouluruokailun hinta jäseneltä 32 €, ei-jäsen 37 € ja 6-16 vuotiaat 20 €.

Ilmoittautuminen Pirjolle 0400 650 476 tai Arjalle 040 516 4835

Maksu 15.11. mennessä tilille: FI44 4327 2140 0272 06

Muista viitenumero: 2082

Ilmoittautumisen yhteydessä kerrothan mahdollisista ruoka-aineallergioista.

VERTAISTUKIRYHMÄT

**Kaikille avoin vertaistukiryhmä
KUUKAUSIKERHO**
kokoontuu Salon SYTY:n tiloissa, Helsingintie 6.
Kerho on tarkoitettu kaikille jäsenille yhteiseksi
tiedonsaanti- ja vertaistukitilaisuudeksi.

To 26.9. klo 18.00.

72-tunnin valmius, aiheesta tulee kertomaan Halikon Marttayhdistyksestä Hilka Virtanen. Lisätietoja Margit 040 581 0763

To 24.10.

Reumalääkärin kyselytunti. Reumatologi Markku Mali, Tyks Salon Sairaala. Lisätiedot: Pirjo Randell p. 0400 650 476

28.11.

Aihe Avoin. Seuraa tiedotteluamme ilmoituksissamme

PASSELI
AUTO

VERTAISTUKIRYHMÄT

SAIRAUSKOHTAISET VERTAISTUKIRYHMÄT
kokoontuvat Salon SYTY:n tiloissa (Helsingintie 6)

Sidekudosryhmä:

Ke 6.9. klo 13-15 Syty

To 1.11. klo 13-15 Veturitalli

to 29.11. klo 13-15 Syty

Lisätiedot: Helena Saalop, p. 040 702 1325

Nivelrikkoryhmä:

Torstaina 12.9., 3.10. ja 7.11. klo 17-19 SYTY:n kamari

Lisätiedot: Margit Laine, p. 040 581 0763

Fibromyalgiaa sairastavat:

Lisätiedot: Margit Laine, p. 040 581 0763

Nivelreumaa sairastavat:

Yhteyshenkilö Arja Kempainen, p. 040 516 4835

Selkärankareumaa sairastavat:

Yhteyshenkilö Hannu Niemi, p. 044 528 9949

Lastenreumaa sairastavien ja vanhempien ryhmä:

Yhteyshenkilö Anna Salminen, p. 040 778 9570

UUSI KERHO ALOITTAÄ PERNIÖSSÄ

torstaina 10.10 klo 17, PitoPastantti

Illan aikana asiaa mm. jäseneduista

Kahvitarjoilu!



VERTAISTUKIRYHMÄT

HYVÄOLO-RYHMÄ

Salon Syty:n tiloissa, Helsingintie 6

Kokoontuu kuukauden toinen ja neljäs tiistai klo 12.00 – 14.00

Yhteyshenkilö Pirjo 0400 650 476

Vertaistukea ja mukavaa yhdessäoloa kaikille yhdistyksen jäsenille.

Kerho kokoontuu pääsääntöisesti Sytyn tiloissa, (Helsingintie 6).

Kerhoon kuuluu yleensä joku teema,

jonka tarkoitus olisi tuottaa hyvää oloa ja antaa vertaistukea.

Syksyn kokoontumiset:

10.9. Jäsenedut, mitä saat jäsenmaksua vastaan yhdistyksestä ja liitosta

24.9. Asahi -terveysliikunta - Fysioterapeutti Auli Suoranta

Asahi on neljän suomalaismiehen kehittämää terveysliikuntaa, joka sopii kaikille.

Asahi koostuu lempeistä, rauhallisista liikkeistä jotka huoltavat koko kehoa.

Harjoitus tehdään tyypillisesti seisten, mutta osallistua voi aivan yhtä hyvin myös istuen tai tuen kanssa.

8.10. Bella Regina Kukkakauppa

Kukkakauppias tekee asetelman ruokkuun ja sen jälkeen jokaisella on mahdollisuus tehdä omansa. Kauppias tuo kaikki tarvittavat tuotteet. Asetelman tekoon tarvittavat tuotteet maksetaan kauppiaille.

22.10. Taponerot -hyvinvointia luonnosta

Taponerot hoitovoiteet, 100% luonnontuote, kipuihin, nivelilvaivoihin ja lihaksille.

Esim. pihkavoide, pakurivoide, inkivääri MSM-hoitovoide

Kerhossa voit myös ostaa tuotteita ja saat 10% alennusta. Osallistujien kesken arvotaan Taponet tuote.

12.11. Sote-palvelut, tk:n suuhygienisti

Reumasairauksia sairastavien suunhoito.

- oma hoito
- vastaanotolle meno, säännöllisyys
- miten pääsen hoitoon
- mahdollisesti jotain näytteitä jaettavaksi osallistujille

26.11. Vertaistuki tapaaminen.

Mahdollinen aihe ilmoitetaan myöhemmin.

10.12. Tiistai kerhojen yhteinen jouluihin tapaaminen.

Riisipuuro ja joulutorttuja, glögi.

VERTAISTUKIRYHMÄT

KIRJAPIIRI

SYTY:n Salongissa,
kuukauden kolmantena tiistaina klo 12 - 14.

Syksyn 2024 kokoontumiset

17.9., 15.10. ja 19.11.

Yhteyshenkilönä Arja
p. 040 516 4835



SALMEN VIRIKERYHMÄ

Salmen askarteleva ja keskusteleava ryhmä
kuukauden ensimmäinen tiistai klo 12.00 – 15.00

Kauden kokoontumiset:

**3.9., 1.10., 29.10, 5.11. ja 3.12. sekä
tiistaikerhojen yhteinen pikkujoulu 10.12.**

Ryhmän mahdollisista aiheista ilmoitetaan Salonjokilaakson
yhdistyspalstalla, kaupunkitiedotteessa ja facebookissa.

Yhteyshenkilö Salme Säilä p. 040 821 8435

REUMATROPPI RYHMÄ

Syyskauden tapaamiset torstaisin klo 16-18

Salon Sytyssä, ellei toisin sovita: 19.9., 17.10. ja 21.11.

Reumatroppi-toiminnassa etsitään tapoja edistää omaa
terveyttä ja hyvinvointia mukavassa vertaisporukassa.

Aluksi esitellään käsittelyssä olevan teeman tutkittuja
hyvinvointivaikutuksia, jonka jälkeen keskustellaan ja

vaihdetaan kokemuksiaan aiheesta. Teemoja ovat esimerkiksi musiikki,
luontokosketus, kirjallisuus, luovuus, tasapaino, vapaaehtoisuus, kuvatai-
de, liikkuvuus ja terveellinen ravitsemus.

Tervetuloa mukaan!

Lisätiedot ja ilmoittautuminen Arjalle
p. 040-5164835



LIIKUNTA SYKSY 2024

Liikuntavastaava Helena Saalop
p. 040 702 1325, sähköposti: liikunta@salonreumayhdistys.fi
Vesivoimisteluihin ilmoittautuminen Helenalle tekstiviestillä.

VESIVOIMISTELU

SYKSYN VESIVOIMISTELURYHMÄT ALKAVAT VIIKOILLA 36 ja 37

Tiistai- ja keskiviikkoryhmä ei kokoonnu viikolla 42 (koulujen syysloma)

Tiistaisin klo 18.15 - 19.00 terapia-allas.

3.9.-26.11.2024, ohjaaja Minna Nikander. 12 kertaa/ 42 €

Keskiviikkoisin klo 14.00 - 14.45 kilpa-allas,

4.9.-27.11.2024, ohjaaja Marita Lönnberg. 12 kertaa/42 €

Perjantaisin klo 11 - 11.45 ja klo 11.50 - 12.35 terapia-allas,

13.9.-27.9. ja 11.10-13.12.2024, Ohjaaja Maria Härmä. 12 kertaa/54 €

Minimi osanottajamäärä terapia-altaan ryhmiin 8 henkilöä ja kilpa-altaan ryhmään 7 henkilöä.



RIVITANSSIRYHMÄ

Kokoontuu Hermannin koululla **maanantaisin,**
Syksyllä aloitetaan 9.9. klo 16.00 -17.30
Lisätiedot: Riitta Nurmi, p. 050 350 3421.



KUNTOSALI

Kuntosali torstaisin, 6.9.-29.11.2024 asti klo 15 -16 Ylhäistentie 2.
Maksuton vuoro on tarkoitettu kaikille jäsenyhdistyksen jäsenille.
Omatoimista harjoittelua, ei ohjausta, ei ilmoittautumista.

Jäsentietoa

Liity jäseneksi:

Yhdistyksen jäseneksi voit liittyä täyttämällä kaavakkeen yhdistyksen nettisivuilla www.salonreumayhdistys.fi olevalla linkillä. Lisäksi voit ilmoittaa jäsenhoitajan sähköpostiin jasenasiat@salonreumayhdistys.fi tai soittamalla Pirjolle 0400 650 476.

Maksamalla jäsenmaksusi varmistat yhdistyksen palvelujen ja jäsenetujen lisäksi Reuma-lehden saannin!

Jäsenmaksumme v. 2024 on 23 €.

Hyödyllisiä linkkejä, joista löytyy tietoa reumasairauksista:

www.reumaliitto.fi->reuma-aapinen->reumasairaudet

www.fibromyalgiapolku.fi


www.terveyskyla.fi

www.reumaliitto.fi/vertaistuki.

www.harvinainenreuma.fi

www.reumanuoret.fi

www.kela.fi



SALON REUMAYHDISTYKSEN PALVELUPIESTE

Avoinna joka kuukauden 2. ja 4.
tiistai klo 11-13

HyväOlo-kerhon kanssa samana päivänä
10.9. alkaen

Voit hoitaa jäsenasioitasi, saada opastusta kuntoutukseen hakemiseen, esitteitä. Ilmoit-
tautua retkille. Myynnissä myös onnittelukort-
teja ja suruadresseja.

**Salon Syty:n yhdistystoimistossa,
Helsingintie 6, Salo.
TERVETULOA!**

Reumaklubi - Kohtaamispaikka verkossa

Reumaklubi on reuma- sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksien kanssa elävien avoin kohtaamispaikka verkossa. Reumaklubilla voit keskustella muiden kanssa video- ja ääniyhteyden välityksellä. Voit pitää omia tapaamisia lähipiirisi kanssa tai osallistua järjestettyyn toimintaan – kohtaamiset Reumaklubilla tarjoavat hyvinvointia, iloa ja aktiivisuutta!

Tapaamiset tapahtuvat erilaisissa huoneissa, jotka ovat avoinna ympäri vuorokauden - voit kokoontua pienellä ryhmällä juttelemaan milloin vain. Etusivulta löytyviin julkisiin huoneisiin voi liittyä vapaasti, mutta omille ryhmille on mahdollista luoda myös yksityinen suljettu huone. Huoneen voi myös suojata salasalla. Tarkemmat ohjeet sivuston käyttöön löytyvät Reumaklubilta.

Mitä tarvitsen Reumaklubilla toimimiseen?

Reumaklubin löydät osoitteesta <https://reumaklubi.reumaliitto.fi/>. Sivusto on helppokäyttöinen, eikä vaadi kirjautumista tai sovellusten lataamista. Mitään tunnuksia, salasanoja tai erillisiä ohjelmia ei tarvita. Huoneeseen mahtuu kerralla rajallinen määrä osallistujia.

Lähetä palautteesi tai kysymyksesi osoitteeseen reumaklubi@reumaliitto.fi.

Reumaklubilla toimimiseen tarvittavat välineet:

- tietokone tai muu älylaite, jossa kamera ja mikrofoni
- internet-yhteys
- Google Chrome-, Mozilla Firefox- tai Apple Safari -selain

Joustavaa painamista

The infographic features several icons and text elements: a printer icon for 'Digipaino', a scanner icon for 'Suurkuva', an envelope icon for 'Postituspalvelut', a QR code, a stack of envelopes for 'Suoramarkkinointi', a circular logo for 'KILITEUTRAALI YHTIÖ VAPAA' with 'KÄSIVÄNNEKÄSITÄNTYÖN TUOTOIN' around it, an envelope icon for 'Kuuritus', a PDF icon for 'Digitointi', a document icon for 'Osoiterekisterit', a magnifying glass over a document for 'Kyselytutkimukset', and the website 'jppositus.fi'. At the bottom right, the address 'Hiidenkatu 7G 20360 Turku' is listed.

JP POSTITUS

Digipaino

Suurkuva

Postituspalvelut

Suoramarkkinointi

Kuuritus

Digitointi

Osoiterekisterit

Kyselytutkimukset

jppositus.fi

Hiidenkatu 7G
20360 Turku

Syty:n toimisto (Helsingintie 6) avoinna:
maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 9 - 15
ja tiistaisin ja torstaisin klo 9 - 18.

toimisto@salonsyty.fi, p. 040 356 2016

Sytyn järjestämä toiminta on ilmaista ja tarkoitettu kaikille Sytyn jäsenyhdistysten jäsenille, myös Salon Reumayhdistyksen jäsenille. www.salonsyty.fi www.facebook.fi/salonsyty

Kaikille avointa toimintaa, kuukauden

1. torstai: pelipäivä klo 12 - 14

3. torstai: Käsityöryhmä klo 12 - 14

Joka tiistai klo 13–15 Miesten oma klubi: Funteerajat

DIGI-Pysäkki

Erikoistuu ikääntyneiden ja toimintarajoitteisten digi-neuvomiseen. Neuvontaa saa puhelimen, tietokoneen ja tabletin käytössä MA-PE 9 - 15. Neuvonta toimii pääsääntöisesti ajanvarauksella:

Niko Lehtonen, 044 781 1475 tai digi-pysakki@salonsyty.fi

Voit myös poiketa päivän aikana Sytyyn katsomaan, onko digineuvoja vapaana.

Sytyn syksyn koulutuksia

Ke 28.8. klo 10–11.30

Microsoft 365 -sovellusten ilmaiset verkkoversiot tutuiksi, kouluttajana Lauri Kivelä.

To 29.8. klo 17–18

Ajanhallinnan taika – Organisoimalla enemmän aikaan, puhujana Petra Heikkilä.

To 26.9. klo 10–11.30

Ilmaiset Adobe Express kuvankäsittelytyökalut, kouluttajana Lauri Kivelä.

To 10.10. klo 16–17.30


Tekoäly tutuksi, miten hyödyntää netin ilmaisia tekoälysovelluksia, kouluttajana Lauri Kivelä

Ke 30.10. klo 17–18

Viestit haltuun – Viestinnän työkalupakki yhdistyksille, puhujana Petra Heikkilä.

Ilmoittautuminen koulutuksiin ennakkoon: www.salonsyty.fi/ilmoittaudu tai ottamalla yhteyttä toimistolle.

Lisäksi järjestämme kuukausittain erilaisia kaikille avoimia tilaisuuksia vaihtuvin teemoin. Seuraa ilmoitteluamme!



Tilaa Sytyn uutiskirje
sähköpostiisi osoitteessa:

salonsyty.fi/tilaa-uitiskirje

Yhdessä olemme enemmän.

Salon Reumayhdistyksen hallitus 2024

Margit Laine

puheenjohtaja, Nivelrikkoryhmä ja Fibromyalgiaryhmä
p. 040 581 0763, puheenjohtaja@salonreumayhdistys.fi

Erja Palin

Varapuheenjohtaja, rahastonhoitaja
p. 050 354 9682 rahastonhoitaja @salonreumayhdistys.fi

Pirjo Randell

jäsenasiat ja HyväOlo-ryhmä, kuukausikerho
p. 0400 650 476, pirjo.randell@gmail.com
jasenasiat@salonreumayhdistys.fi

Anna Salminen

sihteeri, reumalasten ja vanhempien toiminta
p. 040 778 9570, sihteeri@salonreumayhdistys.fi
salonreumalapset@salonreumayhdistys.fi

Salme Säilä

Salmen Virikeryhmä,
p. 040 821 8435, salme.saila@gmail.com

Riitta Nurmi

Rivitanssivastaava, emäntä
p. 050 350 3421, riitapenurmi@gmail.com

Arja Kemppainen

opintosihteeri, matkavastaava, tiedotusvastaava, kirjapiiri
p. 040 516 4835, matkavastaava@salonreumayhdistys.fi

Ulla Kakko-Paajanen

Hallituksen jäsen
p. 0500 122 005, ulkapa54@gmail.com

Muistathan päivittää sähköpostiosoitteesi
yhdistykselle. Olemme ottamassa sähköisen
uutiskirjeen käyttöön.

Salon Reumayhdistys ry JÄSENTIEDOTE 3/2024

JÄSENEDET näyttämällä jäsenkorttia 2024

Kahvila-Puoti Muffiina

Mariankatu 18, Salo.

10 % jäsenkorttia näyttämällä kahvilan omista tuotteista

Salon Vanha Apteekki,

Kauppakeskus Plaza, Vilhonkatu.

10 % alennus apteekin tuotteista (ei reseptituotteista)

Salon Kukkakimppu

Helsingintie 5.

Antaa 20 % alennuksen ruukkukasveista, leikkokukista ja sidontatöistä, pois lukien morsiusidonnat, tarjoukset ja välitykset.

Kukkakauppa Bella-Regina

Horninkatu 11, Salo, p. 045 111 4488. www.kukkakauppasalo.fi

Antaa 10 % alennuksen kukkakimpuista, ruukkukukisista, surusidonnasta ja istutuksista.

Alennus ei koske tarjoustuotteita, tarvikkeita, kortteja, yms.

Salon Jalkahuolto

Ruuhikoskenkatu 9, p. 040 179 9304

Perusjalkahoito – 20 %, pelkkä kynsienleikkaus 25€.

Suolahuone ja Kauneusstudio Selena

Rummunlyöjänkatu 14, lisätiedot www.studioselena.fi, puh. 045 211 7143

Antaa jäsenillemme 10 % alennuksen suolahuonehoidoista. Jäsenkortti mukaan!

Fysika Perniön fysioterapia- ja kuntokeskus Oy

Haarlantie 2, 25500 Perniö, 040 500 6797, www.fysika.fi

Antaa alennusta - 10 % seuraavista tuotteista:

- Kuntosalin kertamaksu ja 10 x kortti ja Fysikan ryhmäliikunta
- Xcryo huippukylmähoidon kertakäynnistä ja Intialainen päähieronta

Angelan Siivous- ja Kotipalvelu Oy

Angela Kuitunen p. 050 551 4747

Antaa 20 % alennusta

Suutari-Pekka

Hämeentie 37

Antaa 5% - 20% alennuksen tuotteesta riippuen.