



Yhdistyksemme vuoden 2012 ensimmäinen jäsenkirje, ole hyvä. Muista myös säilyttää tämä kirje, löydät tästä vuoden ensimmäisen neljänneksen tapahtumat aikatauluineen. Viimeisellä sivulla on tiivistettynä kevään tapahtumat tapahtumakalenteriin.

Jakson tärkeät päivämäärät:

Jäsenillat: Kokouspaikka Ristin kirkon kahvila, Kirkkokatu 4, 15110 LAHTI klo 18-n.20

Tammikuu: Tiistai 17.1 klo 18-n.20, Bemer. Bemer-terapia on maailman ainoa rekisteröity verisuoniterapia. Sillä on edullinen vaikutus hapen ja ravinteiden saantiin, vastustuskykyyn, sairauksien ennaltaehkäisyyn ja nopeampaan toipumiseen. Monet MS-potilaat ovat saaneet apua Bemer-terapiasta. Luennon yhteydessä on mahdollisuus kokeilla hoitoa käytännössä.

Helmikuu: Tiistai 21.2 klo 18-n.20. Paikalla on neurologian erikoislääkäri Annikki Salmivaara. Illan aiheena ovat MS-taudin uudet hoitomuodot.

Maaliskuu: Tiistai 20.3 klo 18-n.20 kevätkokous

Huhtikuu: Tiistai 17.4 klo 18-n.20 illan aihe vielä avoinna

Kerhot jatkavat kukin tahollaan toimintaansa omien kokoontumisaikojensa puitteissa. Lisää tietoa kerhojen kokoontumisista saat ottamalla yhteyttä kerhojen vetäjiin, joiden yhteystiedot löytyvät tämän kirjeen viimeiseltä sivulta ja yhdistyksen omilta nettisivuilta: <http://www.phms-yhdistys.net/kerhot>.

Liikunta:

Erityisryhmien jooga, alkeet/jatko Kirkkokatu 16

Perjantaisin klo 11.30–13.00 joogaopettaja Pirkko Saukkonen

13.1–20.4.2012

Kurssimaksu 59,00 € (kuittia vastaan yhdistys maksaa tästä puolet)

Hatha-joogaharjoituksia erilaisia neurologisia sairauksia poteville, myös muille liikerajoitteista kärsiville. Harjoitukset tehdään enimmäkseen lattiatasolla. Itsenäinen liikunta on välttämätön.

Ota mukaan oma pyyhe ja joustava asu, mahd. omat apuvälineet.



Soveltavan talviliikunnan päivä:

Torstaina 15.3.2012 klo 10–15 Liikuntakeskus Pajulahdessa vietetään talviliikuntapäivää. Tapahtuma on maksuton. Ohjelmassa luistelua, kelkkajääkiekkoa, potkukelkkailua, lumenveistoa, jääkolkkua, lumikenkäilyä, lumigolfia, hiihtoa ja pulkkamäki.

Ilmoittautumiset 5.3.2012 mennessä Virpi Remahl, virpi.remahl@pajulahti.com p. 044 7755 350 tai Osku Kuutamo, osku.kuutamo@pajulahti.com, p 044 7755 346.

Seuraa asuinkuntasi erityisryhmille tai muuta vastaavaa liikuntatarjontaa paikallislehdistä ja kuntasi verkkosivuilta. Yhdistys tukee edelleen yhdistyksen kanssa yhteistyössä toteutettuja mm. eri liikuntaryhmien kustannuksia maksamalla puolet niistä kuitteja vastaan.

HUOM! Tuki korkeintaan 100€/vuosi/jäsen.

Jukka Sani ei jatka enää yhdistyksen liikuntavastaavana. Kiitos Jukalle hyvästä työstä. Jukka jatkaa edelleen kuitenkin yhdistyksen rahastonhoitajana. Liikunta-asioissa voit ottaa yhteyttä Eeroon tai Heliin, kunnes saamme uuden liikuntavastaavan.

Muut asiat:

Yhdistyksemme perustajajäsen Tuula Matoniemi nukkui pois keskuudestamme 23.10.2011. Suremaan jäivät puoliso Veikko sekä lapset perheineen. Yhdistys muisti Tuulan omaisia adressilla.

Presidentin vaalit:

Ennakoäänestys 11–17.1.2012. Vaalipäivä on sunnuntai 22.1.2012.

Lipasvahteja tarvitaan. Ota yhteys oman kuntasi kerhonvetäjään tai Heliin 044 269 7725.

Päijät-Hämeen NV-yhdistyksen aivoviikko vko 11:

Lahden seudun Neurologiset vammaisjärjestöt ovat suunnitelleet yhteistä tilaisuutta tiistaina 13.3.2012 klo 13.30–15.30 ja 17.30–19.30. Tilaisuutta varten on varattu Lahden kaupunginkirjaston auditorio ja siellä puhuu eri kokemuspuhujia. Seuraa tarkempaa ilmoittelua lehdistä ja nettisivuiltamme.

KesäMäsä-tapahtuma:

Viime vuoden toukokuussa järjestetty Esteetön KesäMäsä järjestetään jälleen. Ajankohta on 26.5.2012, tarkemmin aiheesta seuraavassa jäsenkirjeessä.



MS-päivä:

30.5.2012 vietetään maailman MS-päivää. Lähempänä kyseistä ajankohtaa löydät mm. Avain-lehdestä lisää infoa asian tiimoilta ja seuraavasta kirjeestä.

Hallitus vuonna 2012:

Puheenjohtajaksi valittiin Eero Keto. Hallituksen varsinaisiksi jäseniksi valittiin: Hannu Aro, Helena Pekonniemi, Annikki Salmivaara, Heli Kukkonen, Mikko Virtanen ja Martti Sihvonen. Varajäseniksi valittiin Oili Nurro ja Tuija Aittakallio.

Yhdistyksen jäsenmaksu:

Yhdistyksen hallitus päätti 3.10.2011 kokouksessaan, että kahden (2) vuoden jäsenmaksujen maksamattomuus johtaa jäsenen erottamiseen. Joten huolehdiathan, että maksat jäsenmaksusi ajallaan. Vuonna 2012 jäsenmaksu on 17€/kaikilta jäseniltä.

Biljardipöytä:

Olemme hankkineet toimistolle biljardipöydän. Biljardia voi pelata myös pyörätuolista käsin. Tule pelailemaan ja viettämään yhteistä aikaa joukolla. Lisätietoja: Hannu Aro p. 040 721 9702.

Luotettavaa invataksipalvelua Lahdesta:

Petri Ala-Tuuhonen 045 121 8500

Pasi Lohenoja 040 847 5680

Muistakaa myös seurata kotisivujamme ja sieltä löytyvää ajankohtaista lisätietoa monista eri asioista. Sivut löytyvät osoitteesta: <http://www.phms-yhdistys.net>

Hyvää ja railakasta vuotta 2012!

Seuraava jäsenkirje 2/2012 ilmestyy toukokuussa.

Ystävällisin terveisin:

Päijät-Hämeen MS-yhdistys ry