



Pohjois-Savon AVH-yhdistys
Tulliportinkatu 52 (II kerros)
70110 KUOPIO

JÄSENKIRJE
1/2016
15.1.2016

HYVÄT JÄSENET

Aloitamme yhdistyksemme toimintoja kerhojen, liikuntaryhmien, laskiaisretken ja vuosikokouksen merkeissä.

Kokouskutsu 15.1.2016

YHDISTYKSEN SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN VUOSIKOKOUS

Aika 13.4.2016 keskiviikkona klo 15.00
Paikka Suokadun toimintakeskus, Suokatu 6 Kuopio
Käsiteltävät asiat
Sääntöjen vuosikokoukselle määräämät asiat

- hallituksen laatima kertomus toiminnasta vuodelta 2015
- käsitellään yhdistyksen tilit ja toiminnantarkastajien lausunto
- tilinpäätöksen vahvistaminen ja vastuuvapauden myöntäminen
- päätetään jäsenmaksujen suuruudet vuodelle 2017
- vahvistetaan 2016 toimintasuunnitelma
- vahvistetaan yhdistyksen puheenjohtajan ja jäsenten palkkiot ja matkakorvaukset
- tulo- ja menoarvion 2016 vahvistus
- yhdistyksen hallituksen puheenjohtajan valinta
- valitaan jäsenet hallituksen erovuoroisten varsinaisten ja varajäsenien tilalle
- valitaan kaksi varsinaista toiminnantarkastajaa ja kaksi varatoiminnantarkastajaa

KAHVITARJOILU!
TERVETULOA!

PÄIVYSTYSAJAT TOIMISTOLLA

Kuukauden ensimmäinen maanantai klo 12.00 - 14.00 4.1. - 2.5.2016

PUHELINPÄIVYSTYS

puheenjohtaja Pirkko Miettinen ma - to klo 10.00 - 14,00, puh. 044 382 2350

sihteeri, avoin puh. 044 382 2351

Mikäli numeroista ei vastata, jätä yhteystietosi merkkiäänäsen jälkeen vastaajaan, niin soitamme sinulle.

Voit laittaa viestisi myös sähköpostiosoitteeseen aivohalvausyhdistys@dnainternet.net

Yhdistyksen kotisivut www.psav-avhy.yhdistysavain.fi

PJ. Palsta! Toivotan hyvää alkanutta vuotta kaikille yhdistyksen jäsenille, jäsenten läheisille ja yhteistyökumppaneille! Odotan toiveikkaana, että tämä vuosi saa mahdollisimman monen innostumaan yhdistystoiminnasta. Mikäli olet kiinnostunut tulemaan aktiiviseen toimintaan yhdistyksessä, ota rohkeasti yhteyttä. Tarvitsemme aktiivisia toimijoita ja myös toimihenkilöitä sihteerin, taloudenhoitajan ja jäsenrekisterinhoitajan tehtäviin. Kaija - sihteerimme muutti syksystä paikkakuntaa, joten olemme taas vailla innostunutta sihteerää.

Vuoteen 2015 sisältyi yhdistyksen toimintaan merkittäviä muutoksia, suurimpana yhdistyksen nimen muutos. Kevätkokouksen päätöksellä yhdistyksen nimi muuttui Pohjois-Savon AVH-yhdistys ry:ksi. Jatkossa puhumme arkikielessäkin avh:sta, unohdamme sanan ”aivohalvaus”. Toisena merkittävänä muutoksena lienee yhdistyksen toimiston muutto. Aivoliitto irtisanoi huoneiston, jossa yhdistyksellä oli toimitila. Jouduimme kesällä etsimään uuden toimisto. Toimisto sijaitsee ns. Voiportin tiloissa, Tulliportinkatu 52 (II kerros). Talossa toimii monia yhdistyksiä mm. Tukipilari.

Pikkujoulua vietimme joulukuun alussa Keskusseudakuntatalolla. Lämmin kiitos kaikille ohjelman esittäjille ja pikkujoulun järjestelyissä mukana olleille!

Tänä vuonna järjestämme perinteisen laskiaisretken Rautalammille, kurssikeskus Törmälään.

Tälle vuodelle emme saaneet yhdistykselle ns. omaa lomaa MTLH:n myöntämänä. Hakijoita oli runsaasti, joten teemme taas uuden hakemuksen seuraavalle vuodelle. Nettisivuilta löytyy paljon tietoa AVH:sta ja yhdistyksen tapahtumista. Jäsenhakemuksen voi myös tehdä nettisivujen kautta.

Hyvää ja aktiivista vuotta 2016, toivottaa Pirkko, puh. 044 382 2350 tai 050 5462634.

JÄSENMAKSUT

Yhdistyksen sääntömääräisessä vuosikokouksessa 2015 päätettiin vuoden 2016 jäsenmaksujen suuruudet:

| | | |
|---|-------------------------|---|
| 1 | varsinainen jäsen | 20,00 €/vuosi |
| 2 | perheenjäsen/omaisjäsen | 10,00 €/vuosi (yksi AVH-lehti perheeseen) |
| 3 | kannatusjäsen | 25,00 €/vuosi |

Jäsenmaksut pyydämme suorittamaan oheisella pankkisiirrolla eräpäivään 22.2.2016 mennessä. Jäsenmaksut voitte maksaa myös käteisenä kerhoissa toimistolla aukioloaikoina. Maksaessasi toisen henkilön puolesta jäsenmaksua, kirjoita viesti-/viitekenttään jäsenen. nimi.

Maksamalla jäsenmaksusi säilytät jäsenyytesi, voit osallistua yhdistyksen järjestämiin

tilaisuuksiin, saat yhdistyksen jäsenpostia ja liiton AVH-erikoislehden neljä kertaa vuodessa.

Kannatusjäsenet tukekaa yhdistyksemme toimintaa vapaaehtoisella kannatusmaksulla tilillemme FI56 4600 0010 4197 41.

LASKIAISRETKI RAUTALAMMILLE, TÖRMÄLÄN LOMA- JA KURSSIKESKUKSEEN www.tormala.fi



Teemme laskiaisretken keskiviikkona 17.2.2016 Rautalammille, loma- ja kurssikeskus Törmälään.

Matka tehdään Ahosen liikenteen bussilla seuraavasti:

- Nilsinä klo 9.00
- Siilinjärvi klo 9.30
- Vuorela klo 9.40
- Kuopio, Maljalahdenkatu klo 10
- Suonenjoki klo 10.45

Perillä olemme noin klo 11.00, aloitamme ruokailulla. Tarjolla hernekeittoa, leivät, juomat, jälkiruokana kahvi, pannukakku hillolla.

- kahvi ja laskiaispulla n. klo 14.00, jonka jälkeen lähdemme kotimatalle.

Retken hinta sisältäen ruokailun, lähtökahvit ja kuljetuksen bussilla 20,00 €

Ilmoittautumiset viimeistään 05.02.2016 Pirkolle, puh. 044 382 2350 tai 050 546 2634 tai Irmelille, puh. 050 341 8327.

Retken hinnan voi maksaa Pohjois-Savon AVH-yhdistyksen tilille FI56 4600 0010 4197 41 tai matkalla bussissa.

KUOPION RYHMÄT

LIIKUNTARYHMÄT KUOPIOSSA

ALLASJUMPPA (maksullinen)

Kuntouttava ohjattu allasjumppa jatkuu Suokadun toimintakeskus, Suokatu 6, **keskiviikkoisin klo 15.45 – 16.30, ajalla 13.1. - 13.4.2016. (huom. muuttunut aika)**

Osallistumismaksu allasjumppaan lukukaudelta on 17 €/henkilö jäseniltä ja ei jäseniltä 47,00 €/henkilö, lisäksi kaupungin perimä allasmaksu 4,00 €/kerta. Maksut laskutetaan kauden loputtua.

KUNTOSALI (maksuton)

Kuntosalivuoro Puijonlaakson palvelukeskuksessa, Sammakkolammentie 12, **torstaisin klo 13.00–14.30.**

OHJATTU VESIJUMPPA (maksullinen)

Suokadun toimintakeskus, Suokatu 6

tiistaisin, alkaen 12.1.2016 - klo 13.45 – 14.30, kausimaksu jäsen 15 €/henkilö, ei jäsen 29 €/henkilö. Allasmaksu 4 € maksetaan erikseen paikan päällä. Maksut laskutetaan kauden loputtua.

OHJATTU SALIJUMPPA (maksullinen)

Suokadun toimintakeskus, **keskiviikkoisin, alkaen 13.1.2016 - klo 12.00 – 12.45.**

Kausimaksu 15 €/henkilö jäsen, ei jäsen 29 €/henkilö.

Maksut laskutetaan kauden loputtua.

KERHOT KUOPIOSSA

Kokoontuminen Suokadun palvelutalolla, Suokatu 6, Kuopio

parittomien viikkojen keskiviikkoina klo 15.00 – 17.00, alkaen 20.1.2016

kerhoemäntänä Raili Nykänen, puh. (017) 261 7517.

20.1. Orvokki tarjoaa syntymäpäiväkahvit

Kevään kerhojen ohjelmasta ilmoitamme Savon Sanomien Muistio-palstalla sekä yhdistyksen kotisivuilla.

JUTTUTUPAKURSSI, maksullinen

12.1. - 5.4.2016 klo 10.00 – 11.45

Kurssin järjestää Kuopion Kansalaisopisto

Paikka: Puistokartano, D164 Teoria, Puistokatu 20

Opettaja: Fysioterapeutti Eeva-Maija Pietilä

Ilmoittautuminen puh. 044 718 4714 tai opiston internet.

Tarkoitettu henkilöille, joilla on afasia. Kurssin tavoite on edistää osallisuutta, ehkäistä sosiaalista syrjäytymistä ja tarjota afaattisille henkilöille mahdollisuus keskusteluun ja kommunikointiin sekä vuorovaikutustaitojen harjoittamiseen turvallisessa ryhmässä.

ALUEKERHOJEN TOIMINTAA

SIILINJÄRVI

Aluekerho kokoontuu kuukauden 1. tiistai alkaen **5.1.2016 klo 13.00.**

Kuntosali ja uinti ovat **joka viikon keskiviikkona alkaen 13.1.2016 Fontanellassa klo 14.00 – 16.00.**

Ohjattu vesiliikunta **kaksi kertaa kuukaudessa, ilmoitetaan Uutis-Jousi lehdessä.**

Seuraa Uutis-Jousen Siilinjärvellä Tapahtuu-palstaa sunnuntaisin.

Tiedustelut kerhoemäntä Raija Hokkanen, puh. 044 517 0348.

SUONENJOKI

Aluekerho kokoontuu **Demarituovassa Sammonkatu 6, kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 13.00, alkaen 13.1.2016.**

Kerhossa keskustellaan kuulumisia, tehdään retkiä ja ym. mukavaa yhdessäoloa, kahvin kera.

Seuraa Sisä-Savo lehden Seurapalstaa.

Tiedustelut kerhoisäntä Kalevi Oikarinen, puh. 0400 946 584.

YHDISTYKSEMME TUKIHENKILÖT

Yhdistyksemme koulutetut tukihenkilöt ovat:

Matti Huuskonen, puh. 0400 985 148, Pirjo Keinänen, puh. 040 542 3322,

Raija Kekäläinen, puh. 044 556 4742,

Taina Intke-Sutinen, puh. 040 708 5600.

Siilinjärvellä, Tyyne Kokkarinen, puh. 044 597 0795, Raija Hokkanen, puh. 044 517 0348 sekä kokemuskouluttaja Kalevi Oikarinen, puh. 0400 946 584.

Olavi Jalkanen, vertaistukiohjaaja, puh.0500 161432

Merja Kolehmainen E-mail merja.kolehmainen@netti.fi (erityisesti työikäiset)

ADRESSEJA

Myymme kerhoissa, sekä yhdistyksen toimistolla, yhdistyksemme nimellä painatettuja adresseja 10 €/kpl.

Kukka- ja Hautauspalvelu Rosanna myy yhdistyksemme adresseja.

KYLPYLÄHOTELLI KUNTORANTA VARKAUS /sopimushinnat

Aivoliitto ry on tehnyt sopimuksen Kylpylähotelli Kuntorannan kanssa yhdistyksien väelle edullisemmista lomapakettihinnoista. Muistakaa kertoa varatessanne, että olette yhdistyksemme jäseniä.

LAKIMIESPALVELUA JÄSENISTÖLLE

Lakimies Anu Aalto vastaa sairastamiseen liittyviin sosiaaliturvan ja kuntoutuksen lakikysymyksiin to-pe klo 8.00 – 16.00, puh. 040 734 5773, tai sähköpostilla



Talvisin terveisin puheenjohtaja Pirkko

**SÄILYTÄ TÄMÄ JÄSENKIRJE
SEURAA SUNNUNTAIN SAVON SANOMIEN MUISTIOPALSTAA**