



## Hyvät jäsenemme, tervetuloa mukaan syksyn toimintaamme!

**ILLANVIETTOMME** ovat kuukauden toisena keskiviikkona klo. 18-20 Ortodoksisen seurakunnan seurakuntasalissa, Yliopistonkatu 19 B.

**09.09.** Bingoa ja Mia Kilkki kertoo Soveltavasta liikunnasta liikuntaseuroissa!

**14.10.** Musiikin vaikuttavuus aivosairauksien kuntoutuksessa. Prof. Seppo Soinila.

**11.11.** Ohjelma on vielä avoin.

**15.12.** Joulujuhla

**Jäsenasiat** Aila Stauffer [aila.stauffer@dnainternet.net](mailto:aila.stauffer@dnainternet.net) puh. 040 575 7792.

Muistathan ilmoittaa muuttuneet yhteystietosi, jotta saat yhdistyspostia!

### HARRASTUSMAKSU

Yhdistys perii harrastusmaksua kaikilta niiltä jäseniltämme, jotka osallistuvat johonkin harrastusryhmän toimintaan. Maksun suuruus on 15 € ja sillä voi osallistua lähes kaikkiin harrastusryhmiimme tulevalla syyskaudella. Jäsenten maksamat harrastusmaksut antavat yhdistyksellemme mahdollisuuksia tarjota jäsenistölle monipuolista liikuntaa ja muuta harrastustoimintaa. Jos jäsenkirjeessä mainitaan, että ko. ryhmään pitää ilmoittautua, se pitää tehdä ensin.

Turun kaupungin maksama liikunta-avustus ei kata kuin pienen osan jäsenillemme tarjoamista liikunnan kustannuksista ja osallistumismaksuihin saattaa tulla muutoksia ensi vuoden alusta.

Harrastusmaksu tulee maksaa heti syyskuun 2015 alussa. Maksusta ei tule enää erillistä maksutiedotetta.

Tilille: Nordea FI19 1173 5000 8736 10

Maksun saaja: Turun seudun AVH -yhdistys ry

Muista merkitä oma nimesi maksajaksi.

### HARRASTUSRYHMÄT

Liikuntaa AVH sairastaneille: "Tervetuloa voimaan paremmin"

AVH –KUNTOUTUJIIEN ALLASVOIMISTELU Suvituudessa neljälle eri ryhmälle.

Ryhmä kokoontuu kahden viikon välein.

•Ryhmä 1 alkaen 31.08. maanantaina klo. 12 - 12.45 (parillisen viikon ryhmä)

•Ryhmä 2 alkaen 03.09. tiistaina klo. 12 - 12.45 (parillisen viikon ryhmä)

•Ryhmä 3 alkaen 07.09. maanantaina klo. 12 - 12.45 (parittoman viikon ryhmä)

•Ryhmä 4 alkaen 08.09. tiistaina klo. 12 - 12.45 (parittoman viikon ryhmä)

Samat ryhmät jatkavat. Ryhmiin mahtuu uusia osallistujia.

UUDET: ilmoittautuminen ja tiedustelut Tove Simolin puh. 050 453 3303 tai

[tove.simolin@aivoliitto.fi](mailto:tove.simolin@aivoliitto.fi)

BOCCIA -pelikerho keskiviikkoisin klo. 11.30-13.30 Suvituulen liikuntasalissa, 02.09, alkaen. Vastuuhenkilö Aune Karppinen puh. 044 213 3391.

KEILAILU maanantaisin klo. 12-13, on alkanut 17.08. Aninkaisten keilahallilla, Aninkaistenkatu 9. **Huom.** Keilailussa on omakustanteinen kertamaksu 5 €. Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai [vesa.haukijarvi@nbl.fi](mailto:vesa.haukijarvi@nbl.fi)  
Keilahallilla on tilaa uusille keilailijoille.

KUNTOSALI toimintaa keskiviikkoisin klo. 14-15 Impivaaran uimahallin Männistö tilauskuntosalilla, on alkanut 12.08. Vesa jakaa rannekkeet varttia ennen kuntosalivuoron alkua alakerrassa. Huom. kuntosalilla on tilaa uusille!  
Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai [vesa.haukijarvi@nbl.fi](mailto:vesa.haukijarvi@nbl.fi)

VOIMISTELURYHMÄ tasapainon ja kehonhallintaan torstaisin, alkaen 03.09 klo. 12.30 Suvituuli.  
UUDET: tiedustelut ja ilmoittautuminen Tove Simolin puh. 050 453 3303 tai [tove.simolin@aivoliitto.fi](mailto:tove.simolin@aivoliitto.fi)

Muuta toimintaa AVH sairastaneille:

SUVITUULEN SATAKIELET –laulukuo harjoittelee viikoittain keskiviikkoisin klo. 10-12, Lehmusvalkaman Palvelukeskuksessa Vasaramäessä, Karviaiskatu 7, alkaen 16.09. Kuoronjohtaja Hannele Eklund puh. 050 373 8804 tai [hannele.kristiina@luukku.com](mailto:hannele.kristiina@luukku.com)

PIKSELIT –valokuvauskerho kokoontuu (parillinen vko) torstaisin klo. 16-18. Ruusukorttelin Hyvinvointikeskuksessa, ryhmätila 2, alkaen 17.09. Ryhmäkokoontumisissa saamme kuvaustehtäviä. Kokoonnumme yhdessä, katselemme ja arvioimme ottamiamme tehtäväkuvia. Tarvittaessa saat henkilökohtaisesti ohjeita ja opastusta pyytämällä ohjaajalta. Ryhmässä on tilaa uusille innokkaille kuvaajille. Teemme kuvausretkiä lähialueelle ja muutaman päivän mittaisia kauemmaksikin. Jos tulet mukaan kesken kauden, kannatta soittaa Tuulalle ja varmistaa että olemme paikalla. Ryhmässä on tilaa uusille innokkaille kuvaajille. UUDET: ilmoittaudu Tuula Jokivuorelle puh. 040 725 5447 tai [kastaalia@suomi24.fi](mailto:kastaalia@suomi24.fi)

AFAN ANGELOT –kuvataidepiiri kokoontuu (pariton vko) perjantaisin klo. 12-15 Ruusukorttelin Hyvinvointikeskuksessa, ryhmätilassa 2, alkaen 11.09. Ohjaajana toimii kuvaamataidon opettaja Jarkko Rantanen. Entiset ryhmäläiset voivat jatkaa ilmoittautumatta. Voit kuitenkin ilmoittaa, jos et aio jatkaa, tulee tilaa uusille. UUSIEN halukkaiden tulee ehdottomasti ilmoittautua Maritta Melanderille puh. 050 354 1700. Joitakin paikkoja on vapaana. Ryhmä on tarkoitettu AVH –sairastaneille. Muistathan, että tapaamme Wäinö Aaltosen museolla perjantaina 04.09. klo. 12.00. **Huom!** Käykää tutustumassa Jarkon omaan taidenäyttelyyn 11.09-11.10. Vanhalla Raatihuoneella, Vanahalla Suurrtolila.

SIIMASIMPOT ovat tehneet kalaretkiä jo 15 vuotta lähisaaristoon. Retket ovat olleet päivän mittaisia tai viikonlopun yli kestäneitä. Kalamiehemme vanhenevat ja joukko harvenee pikkuhiljaa. Olisi kiva saada uusia kalamiehiä mukaan toimintaan. Pyrimme järjestämään kalastusretkiä sellaisiin paikkoihin, että huonommin liikkuvakin selviytyy

ja jopa pyörätuolilla mukaantulo onnistuu kaverin / avustajan kanssa. Juuri nyt ei ole vielä suunnitteilla seuraavaa kalareissua, mutta soittele tai meilaa, jos olet kiinnostunut jatkamaan omaa kalastusharrastustasi. Ehkä haluat antaa meille vinkkejä hyvistä kalapaikoista. Maritta Melander puh. 050 3541700, [maritta.melander@pp.inet.fi](mailto:maritta.melander@pp.inet.fi)

NUORA -ryhmä nuorille on perustettu noin 16 vuotta sitten. Jäsenet kokoontuvat edelleen tutussa ryhmässä. Ryhmän säännölliset tapaamiset ovat Suvituudessa kuukauden ensimmäisenä tiistaina klo.16-19 (01.09, 06.10, 03.11 ja 01.12). Nuoralla on muun yhdistystoiminnan lisäksi omaa toimintaa, josta sovitaan yhdessä kokoontumisissa. Yhteyshenkilö Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai [vesa.haukijarvi@nbl.fi](mailto:vesa.haukijarvi@nbl.fi)

NUORTEN (18-44 vuotta ) aktivoiva ryhmä jatkaa kokoontumisia myös nyt syksyllä. Ohjaajina toimivat puheterapeutti Marjaana Raukola-Lindblom ja toimintaterapeutti Sami Haltia. Ryhmä kokoontuu ensimmäisen kerran keskiviikkona 16.09.2015 klo. 14.30 Suvituudessa. Nuoret saavat henkilökohtaisen tiedotteen asiasta. Uudet ja aiemmin mukana olleet ovat tervetulleita. Ilmoittaudu Maritta Melanderille: 050 354 1700 tai [maritta.melander@pp.inet.fi](mailto:maritta.melander@pp.inet.fi) ennen ryhmään menoa.

#### Liikuntaa omaisille:

RUUSUN SENIORIT –tanssiryhmä AVH –omaisille maanantaisin klo. 15.30-17, alkaen 07.09. Ruusukorttelin Hyvinvointikeskuksen liikuntasalissa. Ohjaaja Hilikka Rantala puh. 040 776 1778 tai [rantala.hilkka@gmail.com](mailto:rantala.hilkka@gmail.com)

#### **VIRKISTYS**

LAIVARISTEILY Turku-Tukholma-Turku ke 30.09.2015 klo. 08.45. AMORELLA (Viking) Esiintyy Jope Ruonansuu. Paluu to 01.10. klo. 07.35  
Hinta A hytti, 2 hlöä/hytti yhteensä 58 €, 1 hlö/hytti 35 €  
Hinta B hytti, 2 hlöä/hytti yhteensä 54 €, 1 hlö/hytti 31 €  
Hintaan sisältyy **klo. 12.00 lounas** ruokajuomineen noutopöydästä, sekä kahvi / pullakuponki. Matkan johtaja Paula Kankaanpää [pansionpaula@gmail.com](mailto:pansionpaula@gmail.com) tai puh. 040 969 6334. Maksu 09.09. mennessä Paulan tilille FI21 5710 4920 0154 52 tai viimeistään syyskuun illanvietossa.

#### **TEATTERIMATKA PORIN TEATTERIIN**

Menemme Porin teatteriin perjantaina 16.10. katsomaan esitystä HOUSUT POIS.

”Mukaansatempaava musikaalikomedia, jossa heitetään hyvästit paitsi housuille, myös rahahuolille.”

Lähtö invabussilla klo 10.30 kauppatorilta Ortodoksikirkon edestä. (esitys alkaa 13.00) Paluumatkalla ruokailemme Tupalan Hovissa Säkylässä.

Matkan hinta on 60€ joka sisältää lipun, ruokailun ja bussikuljetuksen.

Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 21.09. mennessä Hilikka Rantala puh. 040-7761778 tai sähköposti [rantala.hilkka@gmail.com](mailto:rantala.hilkka@gmail.com) Hilkan tilinumero on FI65 3939 0011 2341 76

Pyörätuolipaikkoja on varattu myös.

LANZAROTTELLE matka (1 / 2 viikkoa) 13.11- 20.11-27.11.2015, Lähdössä 32 henkilöä. Mahdollisesti vapautuvia paikkoja voi kysellä syksyllä Maritta Melanderilta, 050 354 1700.

HEINÄNOKAN SYYSVIIKONLOPPU 04-06.12.2015

**Sitova ilmoittautuminen** on tehtävä kuukautta ennen ko. viikonloppua, viimeistään 04.11. Maritta Melanderille, puh. 050 354 1700 tai sähköpostitse. Olen matkalla 12-28.11.!

Peruutus leirikeskukseen tulemisesta on tehtävä viikkoa ennen viikonloppuamme, viimeistään 25.11. Liisa Mankiselle 044 200 5844 tai sähköpostilla [liisa.mankinen@pp.inet.fi](mailto:liisa.mankinen@pp.inet.fi) .

Tämän jälkeen tulleista peruutuksissa / poisjäänneissä seurakunta laskuttaa koko leirimaksun. Todistettavat sairastapaukset ovat asia erikseen. Leirimaksu 55 € sisältää täyshoidon, majoituksen 2 -hengen huoneissa, ohjelman ja saunomisen. Leirikeskus on invavarusteltu. Ruokailu tapahtuu toisessa rakennuksessa kävelymatkan päässä.

Yhdistyksen puolesta ei ole avustajia. Välttämättömät, henkilökohtaiset avustajat ovat ilmaisia. Jos haluat(te) olla paikan päällä vain yhden päivän, seurakunta veloittaa vain aterioista. Ilmoittautumis- ja perutusajat ovat samat.

Lähtijöille tulee lisätietoa ennen virkistysviikonloppua. Tule virkistymään!

JOULUKONSERTTI Turun konserttitalolla 18.12.2015 klo. 19.00.

Esiintyjät Saara Aalto ja viime vuoden tangokuningas Teemu Roivainen. Liput 16 € kpl.

Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 01.10. mennessä Hilikka Rantala puh. 040 776 1778 tai sähköposti [rantala.hilikka@gmail.com](mailto:rantala.hilikka@gmail.com) Hilikan tilinumero on FI65 3939 0011 2341 76.

Pyörätuolipaikkoja on myös varattu.

## YHTEISTYÖTAHOJA

### AIVOLIITTO

YKSI ELÄMÄ – hankkeiden **vertaistukiryhmänohjaajien peruskoulutusta** Turussa 26 -27.09.2015 Meri-Karinan toiminta- ja palvelukeskuksessa, Seiskarinkatu 35, 20900 Turku, Hirvensalo.

Koulutus on tarkoitettu vertaisryhmän uusille ja aloitteleville vetäjille.

Koulutuksen tavoitteena on antaa valmiuksia toimia vertaisryhmän vetäjänä, antaa työkaluja ja rohkeutta toimimaan vertaisryhmän ohjaajana.

Ilmoittautumiset 17.09. mennessä Kirsi Airokselle [kirsi.airos@sydanliitto.fi](mailto:kirsi.airos@sydanliitto.fi). tai 050 584 9463. Voit kysyä lisätietoa häneltä. Koulutukseen tulee osallistujia (yhtä monta jokaisesta) Aivoliitosta, Sydänliitosta ja Diabetesliitosta.

**LIIKUNTAPALVELUKESKUS** Rajatonta liikuntaa -opas. Oppaassa kerrotaan mahdollisimman laajasti **Turun seudun kuntien, urheiluseurojen ja yhdistysten ym. toimijoiden tarjoamasta kaikille avoimesta vammaisille ja pitkäaikaissairaille suunnatusta soveltavan liikunnan toiminnasta.**

### SOVELTAVAA TANSSILIIKUNTAA AIKUISILLE

**Soveltava Lavis (lavatanssiliikuntaa)** Impivaaran uimahallin liikuntasalissa keski- viikkoisin klo. 09.30-10.2015 alkaen 02.09.2015.

Soveltava Lavis on hauskaa, helppoa ja hikistä tanssiliikuntaa. Tunnilla tanssitaan tuttuja lavatanssilajeja. Tanssiaskeleet ovat helppoja, joten mukaan pääsee tottumattomampikin tanssija. Soveltava Lavis on suunnattu henkilöille, joiden toimintakyky on heikentynyt vamman tai sairauden vuoksi. Lavista tanssitaan seisten, tarvittaessa tuolista tukea pitäen. Ohjaaja soveltaa liikkeitä asiakkaiden toimintakyvyn mukaan.

Osallistuminen 2,5 € / kerta + sisäänpääsymaksu.

Ei ennakoilmoittautumisia. Lisätietoja: erityisliikunnanohjaaja p. 050 594 7207.

**Aikuisten soveltava tanssitunti** JUMPPALASSA, (Siutlankatu 1, 20380 Turku)  
torstaisin klo. 10.30-11.30. alkaen 20.08.2015.

Tanssi koostuu Zumba®Gold:n ja Nia-tanssin liikkeistä, jotka voi tehdä joko istuen tai seisten oman toimintakyvyn ja jaksamisen mukaan. Kohderyhmä on avoin kaikenkuntoisille liikunnan soveltamista tarvitseville aikuisille. Mikäli tiedät tarvitsevasi paljon avustusta, otathan oman tukihenkilösi mukaan.

Ohjaaja Mia Kuusisto. Osallistumismaksu 60 € syyskausi, 6 € / kerta, 5 x kortti 25 €, avustaja veloitusetta.

**Neuroliikkujapäivät 08-10.09.2015** Päivien ohjelma on suunnattu neurologisesti sairastuneille, heidän läheisilleen sekä ammattilaisille ja teemoista kiinnostuneille  
**08.09. messupäivä** Kupittaan urheiluhallilla klo. 12-18, Neurologiset vammaisjärjestöt esittelevät liikuntatoimintojaan, mm. boccia –esittelyä Aune Karppinen ja Kari Roiniala Tapahtumassa esitellään myös soveltavia liikuntavälineitä ja voi tutustua eri lajeihin.  
**09.09. ulkoilupäivä** Uittamon melontakeskuksessa klo. 14-17, ohjelmassa mm melontaa, kirkkoveneilyä ja geokätkeilyä.

**10.09. seminaaripäivä sisältäen luentoja.**

Kaikki tapahtumat ovat ilmaisia! Lisätietoja osoitteesta [www.neuroliikkuja.fi](http://www.neuroliikkuja.fi) Tervetuloa!

TURUN JA KAARINAN SEURAKUNTAYHTYMÄ

**Vammaisten kirkkopyhä** on 11.10.2015 Pallivahan kirkossa, klo. 15.00 on ruokailu ja klo. 17.00 messu. Ruokailun hinta on edullinen. Ruokailuun osallistujan pitää ilmoittautua 02.10. mennessä Eija Saajalalle puh. 44 535 0781.

**Vammaisten joulujuhla** on Henrikin kirkossa 05.12.2015 klo 14.00 – 16.00. Ilmoittaudu 20.11. mennessä Eija Saajalalle puh. 044 535 0781. Puuro ja kahvitarjoilu on ilmainen.

AVUSTAJAKESKUS, välittää sekä vapaaehtoisia avustajia että henkilökohtaisia avustajia. Saat lisätietoja sekä netistä [www.avustajakeskus.fi](http://www.avustajakeskus.fi) että soittamalla ma-to klo. 09-12 puh. 02 251 8549.

**Yhdistyksemme nettisivut;** [www.turunavh.aivoliitto.fi](http://www.turunavh.aivoliitto.fi)

**Yhdistyksemme myy T –paitoja** koot M – XXXL, väreinä musta, sähkönsininen, viininpunainen, turkoosi, tumma oranssi ja grafiitin harmaa. Paidoissa on edessä yhdistyksemme logo. Paitoja saa ostaa Liisa Mankiselta 10 €/kpl illanvietoissa.

**Lakipalvelua jäsenistölle** sosiaaliturvaan ja kuntoutukseen liittyvissä lakikysymyksissä to-pe klo 8-16 Anu Aalto [anu.aalto@ms-liitto](mailto:anu.aalto@ms-liitto) tai puh. 040 734 5773.

## **ALUEKERHOT**

### Laitilan Seudun Aivokerho

Kokoontuu pääsääntöisesti kuukauden 1. maanantaina klo. 18 ABC:lla.

Laitilan Sanomien ja Uudenkaupungin Sanomien seuratoiminta -palstalta saat ajankohtaiset tiedot.

Yhteyshenkilöt Pirkko Perävainio [pirkko.peravainio@lailanet.fi](mailto:pirkko.peravainio@lailanet.fi) puh. 865 538, 0400 599 432 ja Asko Virtanen [askovir@gmail.com](mailto:askovir@gmail.com) puh. 050 536 4648.

### Mynämäen alueen Aivokerho

Kerho kokoontuu kuukauden 3. maanantaina klo. 16 -18 Mynämäen seurakuntakodissa.



Omakustanteinen vesijumppa aloitetaan myöhemmin ilmoitettavana ajankohtana. Laitilan kerhon kanssa yhdessä vietettävä joulujuhla on tänä vuonna Laitilassa. Kaikista kerhon tapahtumista informoidaan Vakka-Suomen Sanomien kuntapalstalla. Yhteyshenkilö Reino Kairavuo puh. 050 337 0688 [reino.kairavuo@dnainternet.net](mailto:reino.kairavuo@dnainternet.net)

#### Salon AVH -kerho

Kerho kokoontuu Sytyn salissa, Helsingintie 6, katutaso, kuukauden 2. torstai klo. 15. 10.09. Ttm Irma Lehtonen, Kelan etuudet ja AVH -potilaille soveltuva kuntoutuskurssitarjonta

08.10 Jalkojenhoitaja Riikka Syrjälä, Salon Naviculare, jalkojen kotihoito

28.10-01.11. Kerho osallistuu Maailman AVH -päivän tempaukseen Paineeton pää - verenpaineenmittauksen pop-up pisteitä kaupungilla. Asiasta tiedotetaan lähempänä. Halukkaat tempaukseen mukaan lähtevät, ilmoittautukaa Niilolle tai Riitalle. Tarvitaan kirjureita ym. avustavaa työvoimaa.

12.11. Kankaanpään Kuntoutuskeskukseen vierailu, Laitoksen esittely ja kurssit.

10.12. Pikkujoulu Sytyn tiloissa.

Kerhon ohjelman päivityksiä voit seurata myös osoitteessa

[www.salonavh-kerho.yhdistysavain.fi](http://www.salonavh-kerho.yhdistysavain.fi)

Pj. Niilo Henell puh.736 0614, 050 307 4916, [niilo.henell@gmail.com](mailto:niilo.henell@gmail.com)

Siht. Riitta Laajasuo puh. 044 285 4210, [riitta.laajasuo@hotmail.com](mailto:riitta.laajasuo@hotmail.com)

#### Someron kerho

Kokoontuu kuukauden toinen tiistai klo. 16 -17.30 Lamminniemen Hyvinvointikeskuksessa

08.09 suunnittelemme yhdessä toimintaamme. Ryhmässä keskusteluja ajankohtaisista asioista ja muustakin. Aivojumppaa kuten kaskukerhoa ja tietovisaa. Peleistä bocciaa, gurlingia ja kortinpeluuta. Yritän vastata ryhmän toiveisiin ja haasteisiin.

Joulutapaamisessa jokaisella on jotakin itsellään jouluisia ohjelmaa.

Yhteyshenkilö Armi Elo [armi.elo@lamminniemi.fi](mailto:armi.elo@lamminniemi.fi) puh. 779 9450(t), 044 375 7910(k)

#### Paraisten suomenkielinen AVH –kerho

Kerho kokoontuu tiistaina 01.09.2015 klo. 18.00 Seniorituvalla. Suunnittelemme silloin syksyn ohjelmaa. Yhteyshenkilö Anne Syväoja puh. 050 526 3201

#### Stroke-klubben i Pargas

Klubben för svenskspråkiga personer som drabbats av stroke och för deras anhöriga samlas andratisdagen i månaden kl. 18.00 i Seniorstugan i Pargas, Elmgrenvägen 2.

08.09. Höstens program fastslås. Diskussion

13.10. Programpunkt öppen, Diskussionskväll

10.11. Programpunkt öppen

08.12. Gemensam julfest

Kontaktpersoner:

Harold Henriksson, 050-5166520, E-post [harold.henriksson@kolumbis.fi](mailto:harold.henriksson@kolumbis.fi)

Birgitta Rittinghaus, 050-4145081. E-post: [birgitta.rittinghaus@gmail.com](mailto:birgitta.rittinghaus@gmail.com)

Hallitus toivottaa jäsenilleen AKTIIVISTA JA LIIKUNNALLISTA SYYSKAUTTA!

Psta. Yhdistyksen sihteeri Liisa Mankinen

[liisa.mankinen@pp.inet.fi](mailto:liisa.mankinen@pp.inet.fi) Puh. 044 200 5844

## Turun seudun AVH -yhdistys ry:n hallitus 2015

### Varsinaiset jäsenet:

Maritta Melander  
puheenjohtaja  
kuntoutusasiat, yleiset asiat ja harrastustoiminta  
puh. 050 354 1700  
[maritta.melander@pp.inet.fi](mailto:maritta.melander@pp.inet.fi)

Liisa Mankinen  
sihteeri  
puh. 044 200 5844  
[liisa.mankinen@pp.inet.fi](mailto:liisa.mankinen@pp.inet.fi)

Marja Suvanto  
talousasiat  
puh. 040 586 6851  
[marijakaarina28@gmail.com](mailto:marijakaarina28@gmail.com)

Aila Stauffer  
puhetulkki, jäsenasiat  
puh. 040 575 7792  
[aila.stauffer@dnainternet.net](mailto:aila.stauffer@dnainternet.net)

Tuuli Niemi  
toimintaterapeutti  
puh. 044 500 5235  
[tuuli.niemi@gmail.com](mailto:tuuli.niemi@gmail.com)

Heikki Majuri  
varapuheenjohtaja  
puh. 0400 820 093

Lauri Leikas  
nuorten edustaja  
puh. 040 563 6166  
[late.leikas@pp.inet.fi](mailto:late.leikas@pp.inet.fi)

Pekka Palomäki  
puh. 040 574 7111  
[pirkkopekka@suomi24.fi](mailto:pirkkopekka@suomi24.fi)

Anne Harjunkoski  
puh. 044 254 9901,(02)438 3654  
[anne-veikko.harjunkoski@fimnet.fi](mailto:anne-veikko.harjunkoski@fimnet.fi)

### Varajäsenet:

Pia Nieminen  
puh. 0400 482 706  
[pia.nieminen@nordkalk.com](mailto:pia.nieminen@nordkalk.com)

Hilkka Rantala  
Diakoniakeskus yhteyshenkilö  
puh. 040 776 1778  
[rantala.hilkka@gmail.com](mailto:rantala.hilkka@gmail.com)

Elina Mikkonen  
puhetulkki  
puh. 050 355 9942  
[elina.mikkonen@gmail.com](mailto:elina.mikkonen@gmail.com)

Anne Kuparinen  
sairaanhoitaja  
puh. 041 518 0657  
[anne.kuparinen@tyks.fi](mailto:anne.kuparinen@tyks.fi)

Aune Karppinen  
bocciavastaava  
puh. 044 213 3391

Vesa Haukijärvi  
liikuntavastaava  
puh. 044 507 5525  
[vesa.haukijarvi@nbl.fi](mailto:vesa.haukijarvi@nbl.fi)

Rainer Ojala  
puh. 040 737 1016

Paula Kankaanpää  
virkistysasiat  
puh. 040 969 6334  
[pansionpaula@gmail.com](mailto:pansionpaula@gmail.com)