



*Hyvät jäsenemme, tervetuloa
kevätkuuhlaamme ti 24.05. klo.
17.30-20 Ruusukorttelin
Hyvinvointikeskukseen!*

Puistokatu 11, sisäänkäynti Koulukadun
puolelta sisäpihalta

Ohjelmassa mm. omien harrastusryhmiemme esityksiä, kahvitarjoilu täytekakun kera ja arpajaiset, voit tukea toimintaamme ja tuoda muknasi arpajaisvoittoja.

13.04. Bingoa klo. 18-20 Ortodoksiseurakunnan seurakuntasalissa, Yliopistonkatu 19 B.

Toukokuussa ei ole kerhoiltaa.

Syksyn ensimmäinen kerhoiltamme on keskiviikkona 13.09. klo. 18-20, ohjelma elokuun loppupuolella ilmestyvässä jäsenkirjeessä 2/2017.

JÄSENMAKSU Aivoliitto lähettää laskun jäsenmaksusta vuosittain yhdistyksemme vuosikokouksen jälkeen maaliskuussa.

HARRASTUSRYHMÄT siirtyvät kesätauolle toukokuussa, ryhmän vetäjältä tarkemmin.

Liikuntaa AVH –sairastaneille:

AVH –KUNTOOUTUJIIEN VESIVOIMISTELU jatkuu Suvituulessa (ryhmät 1-4).
Tove Simolin puh. 050 453 3303 tai tove.simolin@aivoliitto.fi

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

KEILAILU Aninkaisten keilahallilla ma klo. 12-13. Keilailu on omakustanteista.
Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai vesa.haukijarvi@nbl.fi

KUNTOSALI toimintaa Impivaaran uimahallin Männistö tilauskuntosalilla ke klo. 14-15.
Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai vesa.haukijarvi@nbl.fi

VOIMISTELURYHMÄ tasapainon ja kehonhallintaan Suvituulessa to klo.12.30.
Tove Simolin puh. 050 453 3303 tai tove.simolin@aivoliitto.fi

SOVELLETTU VESIJUOKSU jatkuu Suvituulessa klo. 10-10.45; pe 07.04. sekä
to 13. ja 20.04.

TANSSIRYHMÄ

Vielä ehtii mukaan, tanssiryhmä aloittaa Suvituudessa pe 31.03. klo. 12-12.45. ja jatkuu 09.06. saakka. Oletko osallistunut johonkin yhdistyksemme harrastukseen voit tulla samalla maksulla mukaan. Ryhmään mahtuu 20 liikkujaa. Jos kiinnostuit nyt, ilmoittautua voi maaliskuun loppuun mennessä.

Tove Simolin puh. 050 453 3303 tai tove.simolin@aivoliitto.fi

Muuta toimintaa AVH –sairastaneille:

SUVITUULEN SATAKIELET –laulukuoro harjoittelee viikoittain ke klo. 10-12. (ei kerho-iltoina). Lehmusvalkaman Palvelukeskuksessa.

Ohjaaja Hannele Eklund puh. 050 373 8804 tai hannele.kristiina@luukku.com

PIKSELIT –valokuvauskerho kokoontuu Lounatuulet Yhteisötilassa, ryhmätilassa Koivu. Kokoontumiset parillinen vko to klo. 16-18.

Tuula Jokivuori puh. 040 725 5447 tai kastaalia@suomi24.fi

AFAN ANGELOT –kuvataideryhmä kokoontuu Ruusukorttelin Hyvinvointikeskuksessa, parillisilla viikoilla perjantaina klo.12-15. Huom. 05.05. on peruttu. 28.04. ryhmä menee Ruissalon Kasvitieteelliseen Puutarhaan piirtämään; Jarkko on mukana ja tuo tarvittavan materiaalin. Kevään viimeinen kokoontuminen on 19.05. Ohjaajana toimii kuvataiteilija Jarkko Rantanen. Yhteyshenkilö Maritta Melander puh. 050 354 1700.

Tiedoksi; Anneli Ahti KAMERATAIDE –NÄYTTELY huhtikuun ajan, Kaarinan kirjastossa, Oskarinaukio 5, 2. kerros.

SIIMASIMPUT

Salon aluekerho kutsuu onkiretkelle Kokkilan lossirantaan 11.05. klo. 12 alkaen. Lähde mukaan nauttimaan iloisesta yhdessäolosta hauskassa seurassa.

Salon kerho tarjoaa makkarat ja kahvituksen sekä kalansyötit. Mukaan kannattaa ottaa omaa juomista ja retkituoli.

Ilmoittautuminen Maritta Melanderille 08.05. mennessä; puh. 050 354 1700, Menemme kimppakyydeillä ja sovitaan vielä erikseen lähtöajasta ja –paikasta.

NUORA ryhmä kokoontuu 04.04. Pikku-Torressa klo. 13.00 lounas + kokous

Yliopistonkatu 30 katutaso.

Harraste Tärskyt tiistaina 25.04. Turun Urheiluhalli, Tahkonkuja 5, klo.14.00-17.00 ilmainen tilaisuus.

Nuoran kokous 02.05. tiistaina Lauri Leikaksen luona NYTTÄRIT

Yhteishenkilö Vesa Haukijärvi puh. 044 507 5525 tai vesa.haukijarvi@nbl.fi

NUORTEN AKTIVOIVA VERTAISRYHMÄ

Ryhmä tekee keväällä laivaristeilyn ja kokoontuu vielä yhden muun kerran ja jatkaa sitten entiseen tapaan syksyllä.

Terapeutit Marjaana Raukola-Lindblom ja Sami Haltia ovat ryhmän mukana joka toisella kerralla. Kysele tarkemmin Inga Tikkaselta.

Yhteyshenkilö Maritta Melander puh. 050 354 1700 maritta.melander@pp.inet.fi

Vertaistukihenkilö Inga Tikkanen puh. 040 960 4454 tikkanen.inga@gmail.com

Toimintaa omaisille:

RUUSUN SENIORIT –tanssiryhmä AVH –omaisille Ruusukorttelin Hyvinvointikeskuksessa maanantaisin klo.15-17. Hilka Rantala puh. 040 776 1778 rantala.hilka@gmail.com

OMAISILLE VERTAISTUKIRYHMÄ

Kun perheeseen tulee pitkäaikainen ja vaikea sairaus, tarvitaan suunnattoman paljon osaamista ja jaksamista, tarvitaan myös toisten omaisten keskusteluapua ehkä myös terapeutisesti painottuvaa keskustelua henkisen jaksamisen ja hyvinvoinnin parantamiseksi. Myös masennus tulee helposti osaksi perheen arkea ja tällöin tarvitaan terveen puolisonjaksamisen kohentamista, jotta kaikki perheessä voisivat paremmin. Aivan arkipäivän hallinnassakin voidaan tarvita neuvoja.

Turun seudun AVH -yhdistys ry aloittaa syksyllä omaisille, lähinnä puolisoille suunnatun terapeutisesti painotuvan vertaistukiryhmän.

Ryhmän vetäjänä toimii neuropsykologi, mukaan voidaan ottaa tarvittaessa myös sosiaalityöntekijä ja toimintaterapeutti.

Ryhmän sisällön suunnittelussa ja tavoitteiden asettelussa otetaan huomioon ryhmään osallistuvien henkilöiden tarpeet.

Saimme ryhmän toteuttamiseen Turun kaupungin terveydenhuollon avustuksen ja ryhmään osallistuminen on ilmaista. Ryhmään voi ilmoittautua itse.

Tästä vertaistukiryhmästä tulee tarkempaa tietoa elokuun lopulla ilmestyvässä jäsenkirjeessämme: milloin ryhmä alkaa, miten usein kokoonnumme (2x kuukaudessa) ja missä (Suvituulessa / Lounatuulet talossa Läntisellä kadulla).

Maritta Melander, neuropsykologi, vastaa kysymyksiin ja hänelle voi myös ilmoittautua, vaikka jo nyt keväällä tai sitten elokuussa: maritta.melander@pp.inet.fi (050-3541700).

VIRKISTYS

Musikaali TOM OF FINLAND Logomossa 04.05. klo. 19.00. Lipun hinta 40 €. Sitovat ilmoittautumiset 02.04. mennessä Hilalle puh. 040 776 1778 tai rantala.hilka@gmail.com
Pyörätuolipaikkoja on myös varattu.

Maksu 15.04. mennessä Hilkan tilille FI65 3939 0011 2341 76

Lähde kanssamme KOLMÅRDENIN ELÄINTARHAAN 05-07.06.

Matkaohjelma: Mennään Viking Gracella maanantai illalla Tukholmaan, jatkamme sieltä aamulla koko päiväksi Kolmårdeniin. Liikumme omalla invabussilla (Valtaliikenne Brunnila). Palaamme illaksi Tukholmaan, mistä jatkamme Viking Amorella keskiviikko-aamuksi Turkuun. Lapsenlapsia voi mielellään ottaa mukaan.

Hinta koostuu bussimatkoista, laivamatkoista ja hytistä sekä eläintarhan pääsymaksusta.

Bussi: jos matkaan lähtee 33 henkilöä (tilanne nyt) on hinta henkilöltä 60 €; lasten hintaa ei ole vielä laskettu.

Bussin osalta hintaan vaikuttaa myös se montako meitä lähtee mukaan; bussiin mahtuu 44 henkilöä. Bussin hinta laskee vielä, jos mukaan tulee lisää matkustajia.

Laiva: A -hytti/meno-paluu, 2-4 henkilöä hytissä on 119 €; esim. pariskunta maksaa 119 €
B -hytti/meno-paluu 2-4 henkeä hytissä on 97 €; esim. perhe 4 henkilöä maksaa 97 €.

Kunkin lähtijän matkan hinta muodostuu siitä, kumman hyttiluokan valitsee ja montako henkilöä majoittuu hyttiin. Huom! **Hintoihin ei sisälly ruokailuja.**

Kolmården maksaa aikuiselta 45 € ja lapselta 3-12 vuotta 40 €..

Ilmittautuminen 18.04. mennessä Hilka Rantalalle, hän vastaa myös kysymyksiin.

Ilmoita samalla puhelinnumerosi ja syntymävuotesi. Hilkan puh. 040 776 1778 tai rantala.hilka@gmail.com **Maksu 28.04. mennessä** Hilkan tilille FI65 3939 0011 2341 76

LAIVARISTEILY Turku-Tukholma-Turku, lähtö ma 19.06. klo. 08.45. Viking AMORELLA.
Takaisin Turussa ti 20.06 klo. 07.35.

Hinta: LXA –hytti, 2 hlöä/hytti yhteensä 123 €, 1 hlö/hytti 77 €

A. 2 hlöä/hytti yhteensä 56 €, 1 hlö/hytti 33 €

B. 2 hlöä/hytti yhteensä 53 €, 1 hlö/hytti 30 €

Hintaan sisältyy klo. 12 lounas noutopöydästä ruokajuomineen, sekä kahvi/pullakuponki.

Ilmoittautumiset Hilikka Rantala puh. 040 776 1778 tai rantala.hilkka@gmail.com

Maksu 01.06. mennessä tilinro. FI65 3939 0011 2341 76.

KESÄTEATTERIIN menemme Paimioon pe 14.07. klo.19.00, esitys Rosvo-Roope
Kokoonnumme Virastotalolla Ravintola Aitiopaikkaan, jossa ruokailemme klo.16.30
Itsenäisyydenkatu 2. Ruokailun jälkeen invabussi noutaa meidät ja lähdemme Paimioon.
Matkan hinta on 60 € sisältäen teatterilipun, pullakahvit väliajalla, ruokailun sekä
bussimatkan. Pyörätuolipaikkoja on varattu.

Sitovat ilmoittautumiset ja maksu 05.06. mennessä Hilikalle puh. 040 776 1778 tai

rantala.hilkka@gmail.com Tilille FI65 3939 0011 2341 76.

HEINÄNOKAN VIRKISTYSVIIKONLOPPU 08-10.12. Tarkemmin syksyn jäsenkirjeessä

YHTEISTYÖTAHOJA

AIVOLIITTO

Järjestää Suvituulessa AVH:n sairastaneille ja heidän läheisilleen sopeutumisvalmennus-
ja kommunikaatiokursseja: Lisätietoja www.aivoliitto.fi kuntoutussuunnittelija Ulla Ehrlund
puh. 050 365 6619 ulla.ehrlund@aivoliitto.fi sekä AVH –lehti 3/2016.

Aivoliiton 40 –vuotisjuhlavuosi 2017 – teemana aivot ja musiikki.

Juhlakonsertit Turussa 28.11. ja Tampereella (Kuorokimara) 27.09.

Yhdistys on varannut Tampereen matkalle invabussin.

Suvipäivä Suvituulessa keskiviikkona 07.06. Suvin päivänä talossa on avoimet ovet.

MASKUN NEUROLOGINEN KUNTOUTUSKESKUS

AVH -kommunikaatiokurssit: aivoverenkiertohäiriöstä kuntoutuvalle ja läheiselle.

Ota yhteyttä, kuntoutussihteerit puh. 040 133 7010 tai 040 133 7009

Maskun neurologinen kuntoutuskeskus kutsuu potilasyhdistyksiä ja vertaisryhmiä
vierailulle perjantaina 09.06.

Päivä alkaa klo. 12.30, jolloin tarjolla on myös lounasta. Mielenkiintoisten **tietoiskujen**,
maukkaiden **munkkikahvien** ja monipuolisten **minimessujen** myötä päivä huipentuu sään
salliessa klo. 15.30 alkavaan **puutarhakonserttiin**.

Kuntoutuskeskus sijaitsee kätevästi valtatie 8 varrella, 18 kilometriä Turusta Poriin päin.

Päivän ohjelma, lounas ja kahvit ovat maksuttomia. Osallistujat vastaavat itse vain
matkakustannuksistaan.

VALIDIA KUNTOUTUS

AVH –kuntoutusta Lahdessa, www.validia.fi/kuntoutus/lahti

Lisätietoja kuntoutussihteeri Satu Saksinen puh. 03-812 8207 satu.saksinen@validia.fi

NEUROLOGISET VAMMAISJÄRJESTÖT (NV)

Yleisluento ”**Miten voin huolehtia aivoterveysteni**” ke 19.04. klo. 17.45-19.45.
Scandic Julia, Å –sali alakerrassa, Eerikinkatu 4. Turku. Sisäänkäynti Julininkulman pääovesta, josta vasemmalla hissi K-kerrokseen tai portaita pitkin alakertaan.

Ohjelma:

17.45-18.00 Tilaisuuden avaus & Neurologisten vammaisjärjestöjen esittäytyminen

18.00-19.30 Luento, Juha Puustinen, neurologian osastonylilääkäri, klinisen lääkehoidon dosentti, Satakunnan keskussairaala ja Helsingin Yliopisto

19.30-19.45 Kysymyksiä ja keskustelua päivän teemoista

Tilaisuus on maksuton, ei ennakkoilmoittautumista. Paikalla ei ole yleisavustajia.

TURUN SEUDUN VAMMAISJÄRJESTÖT TVJ ry järjestää seminaarin,

Sote- ja maakuntaudistus ke 26.04. klo. 17-20.

Ilmoittautuminen klo.16.30 alkaen. Osallistumismaksu 10 €, sisältää kahvitarjoilun, **vain käteismaksu ilmoittautumisen yhteydessä.** Jos osallistujia on yli viisi, voidaan osallistumismaksu laskuttaa.

Tällöin pyydämme ilmoittautumista etukäteen osoitteeseen tvj.tiedotussihteeri@gmail.com.

Paikka: Ruusukorttelin Hyvinvointikeskus, Puistokatu 11, Turku

Missä mennään maakunta- sekä sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksessa? Kuinka käy valinnanvapauden? Paranevatko palvelut?

Ohjelma:

17.00-17.10 Tilaisuuden avaus, TVJ ry:n puheenjohtaja Paula Kukkonen

17.10-18.00 Maakuntaudistus, Strategia- ja asiakkuuspäällikkö Timo Metsä-Tokila

18.00-18.30 Kahvitauko

18.30-19.15 Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus, Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin johtaja Leena Setälä

19.15-19.45 Saavatko ihmiset parempia palveluja uudessa sote-hallinnossa?
sosiaalineuvos Risto Kapari (evp)

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

Lakipalvelua jäsenistöille sosiaaliturvaan ja kuntoutukseen liittyvissä lakikysymyksissä to-pe klo 8-16 Anu Aalto anu.aalto@ms-liitto tai puh. 040 734 5773.

ALUEKERHOT

Laitilan Seudun Aivokerho

Kokoontuu pääsääntöisesti kuukauden 1. maanantaina klo. 18 Laitilan Tuvassa.

Ma 03.04. Kokoontuminen, Toukokuussa tehdään päiväretki.

Ajankohtaiset tiedot löytyvät Laitilan Sanomien seuratoiminta palstalta.

Yhteyshenkilöt Annukka Järvinen annukka1969@gmail.com puh. 044 273 1875 ja

Asko Virtanen askovir@gmail.com puh. 050 536 4648.

Mynämäen alueen Aivokerho

kokoontuu Kahvila-ravintola Tuomaksen tuvassa kuukauden 3. maanantai klo. 16-18.

Huhtikuussa järjestämme bocciaturnauksen Mynämäen seurakuntakodissa.

Kesäkuukausina meillä ei ole kokoontumisia. Syyskausi aloitetaan perinteisesti elokuun lopussa nyyttikesteillä Kivijärven rantasaunalla (esteetön kulku kaikkiin tiloihin).

Kerhon tapahtumista informoidaan Vakka-Suomen Sanomien kuntapalstalla.

Yhteyshenkilö Reino Kairavuo puh. 050 337 0688 reino.kairavuo@dnainternet.net

Salon AVH -kerho

06.04. Osallistumme Näe-, koe-, kuule- messuille Salon ammattiopistossa, Hyvoninkatu 1 Salon Syty ry:n kumppanina. Kerholla on Sytyn kanssa yhteinen esittelypiste.

13.04. Kiirastorstai, ei kokoontumista.

11.05. Onkiretki Kokkilan lossirantaan. Mukaan kutsutaan Turun seudun AVH -yhdistyksen kalastuskerhon jäsenet. Toteutetaan Unelmien liikuntapäivä(10.05.) 2017 tapahtumana.

21- 26.05. RAY:n tuettu loma Päiväkummussa. Yhteiskuljetus omakustannushintaan.

Kesäaikana kerholaiset kokoontuvat Torikaffe:ssa iltatoripäivinä klo. 14. Ohjelmassa on vapaata keskustelua vertaistukitoiminnan hengessä.

18.07. Kesäteatteri Paimion kesäteatteriin, Rosvo-Roope esitykseen.

10.08. klo. 12 alkaen Vuohensaaren piknik-retki perinteisin järjestelyin. Lettuja, makkaraa, kahvia. Muut salolaiset neurologiset yhdistykset tervetulleita.

Syyskuussa alkaa normaali toiminta Sytyn salissa. Kerhon ohjelman päivityksiä voit seurata osoitteessa www.salonavh-kerho.yhdistysavain.fi

Pj. Niilo Henell puh.736 0614, 050 307 4916, niilo.henell@gmail.com

Siht. Riitta Laajasuo puh. 044 285 4210, riitta.laajasuo@hotmail.com

Someron kerho

Kokoontuu kuukauden toinen tiistai klo. 16 -17.30 Lamminniemen Hyvinvointikeskuksessa Yhteyshenkilö Armi Elo puh. 044 375 7910, kevään/kesän toiminnasta.

Paraisten suomenkielinen AVH –kerho

Soittele tai lähetä sähköpostilla kysymykset Annelle mm. kevään/kesän kokoontumisista.

Yhteyshenkilö Anne Syväoja puh. 050 526 3201, fysioterapia.anne@gmail.com

Stroke-klubben i Pargas

Klubben träffas även den andra tisdagen i månaden i Seniorstugan i Pargas, Elmgrensvägen 2, kl. 18.00 (om inte annat meddelas).

11.04. Programmet öppet, frågesport

09.05. Programmet öppet, frågesport

13.06. Våravslutning med utfärd

12.09. Höstens program fastslås. Diskussion

Kontaktpersoner:

Harold Henriksson, 050 516 6520, E-post harold.henriksson@kolumbus.fi

Birgitta Rittinghaus, 050 414 5081. E-post: birgitta.rittinghaus@gmail.com

Yhdistyksen hallitus toivotta; Kaunista kesää!

Turun seudun AVH -yhdistys ry:n hallitus 2017

Varsinaiset jäsenet:

Maritta Melander
puheenjohtaja
kuntoutusasiat, yleiset asiat ja harrastustoiminta
puh. 050 354 1700
maritta.melander@pp.inet.fi

Liisa Mankinen
sihteeri
puh. 044 200 5844
liisa.mankinen@pp.inet.fi

Pirjo Nurmi
talousasiat
puh. 044 099 3020
nurmipir@gmail.com

Aila Stauffer
puhetulkki, jäsenasiat
puh. 040 575 7792
aila.stauffer@dnainternet.net

Tuuli Niemi
toimintaterapeutti
puh. 044 500 5235
tuuli.niemi@gmail.com

Heikki Majuri
varapuheenjohtaja
puh. 0400 820 093

Inga Tikkanen
nuorten edustaja
puh. 040 960 4454
tikkanen.inga@gmail.com

Pekka Palomäki
puh. 040 574 7111
pirkkopekka22@gmail.com

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

Nettisivut; www.turunavh.aivoliitto.fi

Varajäsenet:

Pia Nieminen
puh. 0400 482 706
pia.nieminen@nordkalk.com

Hilkka Rantala
Diakoniakeskus yhteyshenkilö
puh. 040 776 1778
rantala.hilkka@gmail.com

Elina Mikkonen
puhetulkki
puh. 050 355 9942
elina.mikkonen@gmail.com

Marjut Riihiluoma
puheterapeutti
puh. 050 337 0122
marjut.riihiluoma@aivoliitto.fi

Aune Karppinen
boccia vastaava
puh. 044 213 3391

Vesa Haukijärvi
liikuntavastaava
puh. 044 507 5525
vesa.haukijarvi@nbl.fi

Sakari Lönnroth
puh. 0400 823 479
vaahteranjuuri@outlook.com

Paula Kankaanpää
virkistysasiat
puh. 040 969 6334
pansionpaula@gmail.com