

Pohjois-Savon munuais-ja maksayhdistys ry:n jäsentiedote 1 | 2013

Jäsentiedote



Pohjois-Savon
MUNUAIS- JA MAKSAYHDISTYS RY

Ytyä yhdistyksestä juhlavuotena

Vuosi 2013 on Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistyksen 40. toimintavuosi. Vuosikymmenten aikana yhdistys, toimintatavat ja myös hoitomuodot ovat muuttuneet ja kehittyneet, myös maailma meidän ympärillämme on kokenut suuren muutoksen. Tänä päivänä ihmisten vapaa-ajasta on kova kilpailu ja tarjontaa on paljon. Myös työelämän vaatimukset ovat koventuneet aikaisempaan verrattuna. Ns. ruuhka-vuosina ei moneltakaan jää aikaa vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen.

Yhdistys haluaa tavoittaa toimintansa piiriin mahdollisimman laajasti munuais- ja maksasairaisiin sairastuneet ja heidän läheisensä. Toisille riittää jäsenyyden antina Elinehto-lehti ja jäsentiedotteet. Toiset taas kaipaavat vuorovaikutusta, esim. rauhallista juttelua samoja asioita kokeneiden kanssa. Yhdistyksen tilaisuudet antavat siihen mahdollisuuden. Ihan tavallinen

kahvipöytäkeskustelu toimii hyvinä vertaistukena. Siitä meillä on kokemusta Kuopiossa kerran kuukaudessa kokoontuvista kahvilatreffeistä.

Yhdistyksen toiminta-alue on laaja, eivätkä samat vapaaehtoistoimijat pysty tavoittamaan maakunnan joka kolkkaa. Paikallisesti pitäisi olla muutama aktiivi, joka kutsuisi muut kokoon. Lisämessä on jo vähän herätelty henkiin paikalliskerhoa. Kahvilatreffeistä olisi helppo aloittaa, hallituksen jäsenet antavat mielellään vinkkejä erilaisista toimintatavoista.

Yhdistyksen 40 vuotta sisältävät monia huikeita tarinoita ja ihmis-kohtaloita. Nykyisten toimijoiden voimat eivät riitä keräämään kaikenkattavaa historiikkia, mutta tärkeintä olisi saada kokoon ihmisten erilaisia tarinoita.

Juhlavuosi huipentuu marraskuussa vuosijuhlaan. Siihen men-

nessä ilmestyy myös yhdistyksen juhlalehti, jossa kerromme jäsentemme kokemuksista ja tarinoista.

Jos haluat auttaa juhlalehden kokoamisessa ja kertoa tarinasi, ota yhteyttä puheenjohtaja Liisa Posioon, puh. 046654 1105 tai posio.liisa@gmail.com.

Yhteyden saa myös helpolla yhdistyksen kotisivujen www.psmuma.fi palautelomakkeen avulla. Haluaisimme myös jäseniltä tietoa, mitä merkki-

paaluja yhdistyksen toiminnassa vuosikymmenten aikana on ollut.

Juhlavuonna yhdistys tekee kolme jäsenlehteä ja marraskuun alussa juhlalehden. Lehdet jaetaan kaikille jäsenille postin kautta.

Hyvää juhlavuotta kaikille jäsenille!

Tervetuloa mukaan yhdistyksen tapahtumiin.



Yhdistyksen kahvakuulatunnin ydinryhmä vahvistettuna Sari Högstromillä, ohjaajana Jarmo Jääskeläinen.

Kiitokset kaikille lipasvahdeille ja myyjäisiin osallistuneille. Jäsenkyselyyn vastanneiden kesken arvottiin erikoiskahvipaketit.

Voittajat olivat: Jaana Kauppinen, Petonen, Raili Partanen, Sukeva ja Yrjö Puranen, Torremolinos (Yrjön kahvipaketti meni joulumyyjäisiin arpajaispalkinnoksi hänen toivomuksensa).

Kiitos kaikille kyselyyn vastanneille!

Päivitä tietosi jäsenrekisteriin

Lisää sähköpostiosoitteesi liiton jäsenrekisteriin niin saat nopeammin ajankohtaista tietoa.

Samalla voit päivittää myös muut tietosi: www.musili.fi/jäsentiedot.

Suoraan yhdistykseen voit ilmoittaa päivityksesi Anitta.Pelkonen@gmail.com, puh. 0405384363 tai sirpa.parviainen@kuh.fi.

Ajankohtaiset tapahtumat

löydät yhdistyksen nettisivulta www.psmuma.fi
Sivuja päivitetään säännöllisesti, joten niitä kannattaa seurata.

Liiton toiminnanjohtaja Sari Högström vieraili Kuopiossa 28.2.

Vierailupäivä aloitettiin KYS:n dialyysiosastolla, jossa tutustuttiin Suomessa ensimmäisenä KYS:ssä käyttöön otettuun NxStage kotihemodialyysilaitteeseen. Laitteen käyttöä oli opettelemassa potilas Martti, joka kertoi olevansa hyvin innostunut laitteesta ja oli jo Tampereella kurssilla ollessaan suositellut laitetta lämpimästi muille potilaille.

Lääkäri Pauli Karhapää on tyytyväinen laitteesta saatuihin kokemuksiin, potilaat tuntevat voivansa hyvin NxStage-hoidossa. Laite

on pienikokoinen ja helppokäyttöinen. Se on myös hyvin ekologinen vaihtoehto, sähköä ja vettä kuluu huomattavasti vähemmän kuin muissa hoitomuodoissa.

Osastolla tapasimme myös Sinikka Kortelaisen, joka on yhdistyksen perustajajäseniä ja pitkäaikainen yhdistyksen sihteeri. Sari vieraili myös sisätauti-osastolla, jossa keskustelimme maksasairaiden hoidosta hoitohenkilökunnan kanssa.



Sarin päivä jatkui liikuntakeskus Fressissä kahvakuulatunnilla.



Toiminnanjohtaja pääsi tutustumaan yhdistyksen jäseniin yhteisen pöydän ympärillä ravintola Fransmannissa.

Tapahtumakalenteri *maalis- huhtikuu 2013*



Maaliskuu

To 14.3. Maailman munuaispäivä,
aiheena akuutti munuaistulehdus
Yhdistys kertoo munuaissairauksista Aapelissa
Terve Kuopio-kioskissa klo 10-14.

Ke 20.3 klo 14. Kahvilatreffit Pop Pankin Kuopion konttorin
neuvotteluhuoneessa Sektorissa.
Asiakkuuspäällikkö Jari Korhonen kertoo yhdistyksen jäsenille
tarjottavista jäseneduista ja pankin toiminnasta.

Huhtikuu

17.4. Elämä elinsiirron jälkeen
Miten siirto on vaikuttanut elämääsi?
Olemmeko nyt terveitä vai yhä potilaita?

Tule tapaamiseen juttelemaan ja tutustumaan uusiin ihmisiin
KESKIVIIKKONA 17.4. 2013 KLO 17
HOTELI CUMULUS ASSARI-KABINETTI, KUOPIO

Ohjelmassa lääkäri Antti Kaukinen kertoo ihosyöpäriskistä ja
apteekkari Jouko Savolainen ravinnosta ja vitamiineista.

Tarjolla myös musiikkia ja kevyttä syötävää ja tuote-esittelyjä.

Ilmoittautumiset 11.4. mennessä Paula Korhonen
puh. 050 5225414 tai paulahannele.korhonen@saunalahti.fi

Ti 23.4. klo 17 Maksatreffit Kuopion Cumuluksessa
maksa-arvoistaan huolestuneille, diagnoosin saaneille ja
maksansiirron kokeneille

Tapahtumakalenteri maalís- huhtikuu 2013

Ke 24.4. klo 14 Kahvilatreffit

Tulevista tapahtumista: Toukokuussa yhdistyksen vuosikokous Kuopiossa (22.5.), Kangasalalla on vapaaehtoisten akunlatausviikonloppu 24.-25.5. (liitto järjestää), syyskuun 6.-7. päivä on liiton järjestämät virkistyspäivät Ikaalisten kylpylässä (yhteinen bussikuljetus, jos osallistujia on tarpeeksi). Lisää tietoa näistä huhtikuussa ilmestyvässä jäsenlehdessä.

Yhdistyksen 40-vuotisjuhlat perjantaina 8.11. klo 19 Atlas-Salissa Hotelli Atlaksessa Kuopiossa. Tarkempia tietoja syksyllä.

Hyvät neuvot eivät ole kalliita. Autamme Sinua tekemään oikeita ratkaisuja.

Poikkea pankkiin, josta saat
tutkitusti Suomen parasta
asiakaspalvelua!

POP Pankki

Siilinjärven Osuuspankki

Siilinjärvi, Vuorela, Kuopio, Männistö, Nurmes

www.poppankki.fi/siilinjarvi



Taloustutkimus Oy / Kansallinen asiakaspalvelupalkaustutkimus 2001-2007 ja 2009-2011.

Lahjoita yhdistykselle

Voit lahjoittaa sopivaksi katsomasi summan yhdistyksen toiminnan tukemiseksi tai ryhtyä kannatusjäseneksi (yksityinen ihminen maksaa jäsenmaksun 20 euroa, yrityksen kannatusjäsenmaksu on 100 euroa/v.).

Merkkipäivää viettävät voivat lahjojen sijaan pyytää onnittelijoita

lahjoittamaan yhdistyksen tilille. Samoin muistotilaisuuksien kukkien sijaan voi ohjata varat yhdistyksen tukemiseen. Testamenttilahjoitukset edistävät työtämme munuais- ja maksasairaiden hyväksi.

POHJOIS-SAVON MUNUAIS- JA
MAKSAYHDISTYKSEN LAHJOITUSTILI
Optia Säästöpankki FI30 4600 0010 4228 28.

Liity jäseneksi

Vuonna 2013 on koko munuais- ja maksaliitolla jäsenhankintakampanja. Tänä vuonna jäseneksi liittyvien kesken arvotaan hienoja palkintoja (lue oheisesta esitteestä). Ovatko jo kaikki perheenjäsenesi, sukulaisesi ja ystäväsi yhdistyksen jäseniä? Entistä isompi jäsenmäärä lisää yhdistyksen vaikutusvaltaa liiton hallinnossa ja liiton kasvanut jäsenmäärä vaikuttaa liiton painoarvoon monissa hoitoa ja sosiaaliturvaa koskevissa neuvotteluissa.

Jos muualla kuin Pohjois-Savossa asuva sukulaisesi/ystäväsi haluaa liittyä nimenomaan meidän yhdistyksen jäseneksi ja siten tukea toimintaamme, hänen pitää jäseneksi ilmoittautumiskorttiin muistaa kirjoittaa POHJOIS-SAVO.

Muuten liittyminen menee postinumeron osoittamaan paikallisyhdistykseen.

Jäseneksi voi liittyä myös netissä www.psmuma.fi/liityjäseneksi.

Jäseneksi voi liittyä myös netissä [www.psmuma.fi/liity jäseneksi](http://www.psmuma.fi/liity_jaseneksi).

Jäsenedut

Valtakunnallisista jäseneduista Elinehto 1/2013 ja liiton sivuilta www.musili.fi.

Yhdistyksen jäsenedut:

- 10 %:n alennus jäsenkortilla erikoislankojen myymälästä Lanka-Matka, Puijonkatu 33, Kuopio
- Parturi-kampaamo Veljmies Sektorin 2.krs antaa hiusten leikkuusta ja muista käsittelyistä jäsenkotilla 10 %:n alennuksen. Tilaa aika 040 846 9242/ Sari Laakkonen.
- Siilinjärven Osuuspankki tarjoaa uudeksi kokonaisasiakkaiksi tuleville yhdistyksen jäsenille verkkopankin ilmaiseksi 6 kuukauden ajaksi. Tarjous on voimassa 30.4.2013 saakka.
- Kuopion Toriapteekki tarjoaa Vichyn aurinkotuotteista 10 %:n alennuksen. Tarjous on voimassa 17.4.-31.5.2013 saakka.

TARJOUS Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistyksen jäsenille!

VICHY-aurinkotuotteet

Tuemme myös "Elämä elinsiirron jälkeen"-tapahtumaa 17.4. Kuopion ToriApteekki tarjoaa Osmo & Pertti-lauluharmonikkaduon esityksen. Lisäksi tulemme tilaisuuteen esittelemään VICHYn aurinkotuotteita.



Tarjous voimassa 17.4.-31.5.2013.



Kuopion ToriApteekki
SOKOS-korttelin pohjakerroksessa.
Pääsy suoraan toriparkista tai katus-
tastosta hissillä ja liukuportailta.

Palvelemme ma-pe 9-20, la 9-16

www.kuopiontoriapteekki.fi



Bonusta S-etukortilla!
(EI LÄÄKEISTÄ)

Yhdistyksen joulumyyjäiset

KYS:ssä olevan remontin vuoksi joulumyyjäisille piti löytää uusi paikka. Pääsimme pitämään myyjäisiä kauppakeskus Sektoriin kahtena päivänä ja yhtenä iltana olimme liikuntakeskus Fressissä.

Kiitos kaikille arpajaisvoittoja lahjoittaneille!



Lukijakilpailu

Kun lumi peittää maiseman, on hyvä palauttaa mieleen, millaista todella oli kesällä.



Missä Kuopiossa oli viime kesänä tällaista - ja on taas ensi kesänä?

Lähetä vastauksesi yhteystiedoilla varustettuna:

posio.liisa@gmail.com tai www.psmuma.fi/palautelomake

Oikein arvanneiden kesken arvotaan yllätyspalkinnot.

Elimet-verkosto

Kansalaistoiminnan keskus (www.tukipilari.fi) järjestämän lounaskokouksen pohjalta syntyi seitsemän yhdistyksen Elimet-verkosto. Olemme miettineet erilaisia yhteistyömahdollisuuksia ja toteuttaneet kaksi yhteistä esittelytilaisuutta, kauppakeskus Matkuksessa ja Tuusniemellä.

Kevään aikana pyrimme vielä saamaan aikaiseksi esittelytilaisuuden lisäalnessa. Tarkoituksena on tavoittaa ihmiset eri puolelta

Pohjois-Savoa, kertoa oikeaa tietoa sairauksista ja mahdollisuuksista vertaistukeen ja erilaisista toimintamahdollisuuksista.

Verkostoon kuuluu Pohjois-Savon allergia- ja astmayhdistys ry, Pohjois-Savon keliakiayhdistys ry, Kuopion selkäyhdistys ry, Savon Ilco ry, Kuopion reumayhdistys ry, Kuopion seudun psoriasis-yhdistys ry ja Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistys ry.

Maakunnan parhaaksi!

*Itä-Suomen yliopiston apteekki tukee
Pohjois-Savon lääke- ja lääketieteellistä tutkimusta
ja koulutusta.*

JOKA PÄIVÄ 8-22

Torin laidalla kauppakeskus Sektorissa
Puh. 0294 45 6000



ITÄ-SUOMEN YLIOPISTON
APTEEKKI

Tietää, osaa, palvelee

www.itasuomenyliopistonapteekki.fi

Paikallinen verkkoapteekki palvelee 24 h vuorokaudessa:

www.yliopistonverkkoapteekki.fi