

# Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistys ry

## Jäsentiedote 1/2024

### Keväinen tervehdys P-S muman jäsenille!

Kuluvan vuoden teemana on varhainen toteaminen munuaissairauksissa.

**Tervetuloa yhdistyksen toimintaan järjestämään erilaisia tapahtumia, vapaaehtoisia lisäkäsiä tarvitaan. Kiinnostuitko? Ota rohkeasti yhteyttä yhdistyksen hallituksen jäseniin.**

Suuri kiitos kaikille toiminnassa jo mukana olleille jäsenille, läheisille, vapaaehtoistyöntekijöille sekä yhteistyökumppaneille ja lahjoituksia tehneille!

#### Yhteystietoja:

Puheenjohtaja Marja Randelin, puh. 040 831 9134, [randelin.marja@gmail.com](mailto:randelin.marja@gmail.com)

Varapuheenjohtaja, Paavo Vartiainen, puh. 040 553 0098, [p.vartiainen@dnainternet.net](mailto:p.vartiainen@dnainternet.net)

Taloudenhoitaja, Maritta Eskelinen, puh. 044 252 0812, [maritta.eskelinen@gmail.com](mailto:maritta.eskelinen@gmail.com)

Sihteeri Pirjo Tervo, puh. 0400 272 393, [pirjo.tervo@kuljetusliiketervo.fi](mailto:pirjo.tervo@kuljetusliiketervo.fi)

Kokemusasiantuntija Susanna Bergström, puh. 050 543 1343, [susanna.bergstrom@gmail.com](mailto:susanna.bergstrom@gmail.com)

Jos yhteystietosi ovat muuttuneet, ilmoita uudet yhteystiedot ja sähköpostiosoitteesi Pirjolle, puh. 0400 272 393, [pirjo.tervo@kuljetusliiketervo.fi](mailto:pirjo.tervo@kuljetusliiketervo.fi). Parhaiten jäsenistön tavoittaa sähköpostilla.

### KOKOUSKUTSU

Tervetuloa Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistys ry:n

sääntömääräiseen vuosikokoukseen

**lauantaina 6.4.2024 klo 11.00** alkaen

Spa Hotel Kunnonpaikkaan, Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela

Kokous pidetään Kunnonpaikan Kiello-tilassa.

- Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat.
- Hallitus esittää, että vuosikokous valtuuttaa yhdistyksen hallituksen selvittämään ja päättämään Taruniemen kesänviettopaikan sekä Kuopiossa sijaitsevan Hatsalankadun asunto-osakkeen myynnin.
- kokouksen jälkeen ruokailu seisovasta pöydästä.

Tervetuloa!

## Jäsentoiminta

Tänä vuonna olimme mukana Pieni ele -keräyksessä useilla paikkakunnilla presidentin vaaleissa. Osallistumme EU-vaalien lipaskeräykseen 29.5.-4.6. ennakkoäänestyspäivinä ja 9.6. varsinaisena vaalipäivänä Kuopiossa ja Siilinjärvellä, jos saamme lipasvahteja.

Ilmoittauduthan lipasvahdiksi mahdollisimman pian Susannalle, posti [susanna.bergstrom@gmail.com](mailto:susanna.bergstrom@gmail.com). Keräyksen tuotto käytetään jäsenistön hyväksi. Kiitokset kaikille lipasvahteina toimineille arvokkaasta työstänne.

Jäsenmaksu v.2024 on 22,00 €, josta Munuais- ja maksaliitto tilittää yhdistykselle 12,00 €. Yhdistyksen tilinumero on FI52 5600 0520 8664 87.

## Pilates-ryhmä

Kartoitamme yhdistyksen jäsenten kiinnostusta osallistumaan Pilates-ryhmään. Tarkoitus on aloittaa ensi syksynä Pilates-ryhmä, jos ryhmään saadaan osallistujia tarpeellinen määrä. Jos olet kiinnostunut, niin ota yhteyttä Susannaan postilla [susanna.bergstrom@gmail.com](mailto:susanna.bergstrom@gmail.com).

## Jäsenedut

Jäsenetuja päivitetään, seuraa yhdistyksen www-sivuja:

<https://psmuma.fi/>

Valtakunnalliset jäsenedut voit katsoa liiton sivuilta:

[https://www.muma.fi/tule\\_mukaan/liity\\_jaseneksi/jasenedut](https://www.muma.fi/tule_mukaan/liity_jaseneksi/jasenedut)



## Suunniteltuja kevät- ja kesätapahtumia 2024

Seuraamalla jäsenviestejä saatte lisätietoja yhdistyksen tapahtumista

### Munuaisviikko vk 11

- Ti 12.3. klo 18-19.30 Yleisöluento striimattuna Sektorissa, aiheena ylipaino ja munuaiset
- Ke 13.3. klo 11-13 Hoitoyksikkökäynti Varkauden dialyysiyksikössä
- Ke 13.3. klo 17-18 Kahvilatreffit Gaffer cafessa Varkaudessa jäsenille ystävän kanssa, vaihdetaan kuulumisia, ideoidaan ja kuunnellaan toiveita. Ilmoittautuminen 8.3. mennessä Sanna Laaksolle, puh. 044 302 9881 tai posti [sannamarika81@gmail.com](mailto:sannamarika81@gmail.com)
- To 14.3. Maailman munuaispäivä
- To 14.3. Hoitoyksikkökäynti Iisalmen aluesairaalan toimenpideyksikössä klo 12.30. Käynnin jälkeen kahvilaisuus aluesairaalan kanttiinissa n. klo 13.30 alkaen.
- To 14.3. KYS:n Kaarisairaalan aulassa OLKA-pisteellä teemapäivä klo 10-14, mukana Sanna Laakso

## Muita tiedossa olevia tapahtumia

- La 20.4. Extreme Run -juoksutapahtuma Tahkolla (liiton järjestämä)
- La 25.5. klo 14 alkaen lounasristeily Kallavedellä. Mukana Keski-Suomen munuais- ja maksayhdistys KEMUSI ry. Ilmoittautuminen on auki 15.4. - 10.5.2024. Ilmoittaudu Paavo Vartiaiselle, puh. 040 553 0098, [p.vartiainen@dnainternet.net](mailto:p.vartiainen@dnainternet.net)
- Hyvinvointialue – mitä se on? Tukipilarin, Vakan ja Wastery järjestämä koulutussarja. Tilaisuudet 13.3.2024, 17.4.2024, 15.5.2024 Teams ja etäkatsomot. Ilmoittautumiset <https://www.tukipilari.fi/ilmoittautuminen/>
- Kevättalkoot Taruniemessä. Lisätietoja Paavo Vartiaiselta, puh. 040 553 0098, [p.vartiainen@dnainternet.net](mailto:p.vartiainen@dnainternet.net)
- Maksaviikko vk 20 (liiton järjestämä)
  - Ti 14.5. Maksaviikon yleisöluennot
  - To 16.5. Maksaviikon yleisöluennot

[www.muma.fi](http://www.muma.fi) verkkosivulta saat lisätietoa liiton järjestämistä tilaisuuksista:

- To 13.6. Maailman rasvamaksa-päivä

- PBC-päivä elokuussa

Lisäksi liitolla on

- Munuaissairautta sairastavien verkkotreffit

- Maksadiagnoosin saaneiden verkkotapaamiset

- Kirjallisuuspiirit

- Kevyempää evästä maailmalta

- Perhetapahtumat

- Kurssit ym.

Teemme yhteistyötä Kuopiossa toimivan Tukipilarin kanssa, joka on potilas-, vammais- ja kansanterveysyhdistysten yhteistyö-organisaatio. Se vahvistaa paikallisten vapaaehtoisvoimavaroin toimivien yhdistysten toimintaa sekä yhteistyötä yhdistysten ja eri organisaatioiden välillä. Lisätietoja osoitteesta [www.tukipilari.fi](http://www.tukipilari.fi).  
Lisäksi teemme yhteistyötä ja olemme jäsenjärjestö Varkaudessa toimivan Warikon kanssa.

## Sosiaaliasiat

TÄRKEÄÄ ASIAA Asiakasmaksujen korotuksista v.2024 ja Sosiaaliturvasta saat liiton edunvalvonnan ja sosiaaliturvan asiantuntija Maria Ruuskaselta, puh. 040 8363 480 tai sposti [maria.ruuskanen@muma.fi](mailto:maria.ruuskanen@muma.fi).

SEURAA YHDISTYKSEMME NETTISIVUJA <https://psmuma.fi/>  
JA LIITON SIVUJA [www.muma.fi](http://www.muma.fi)

**Tule mukaan toimintaan!**

