

Hyvät yhdistyksen jäsenet,

Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistys on käynyt tämän vuoden aikana läpi suuria muutoksia. Hallitus on uusiutunut suurelta osin 12.4.2025 pidetyn vuosikokouksen jälkeen. Meillä on yhdistyksessä ideoiva ja positiivinen porukka viemässä tärkeitä asioita eteenpäin. Yhdistyksen toiminnan ja tapahtumien monipuolistaminen sekä kehittäminen vaatii kuitenkin lisää aktiivisia toimijoita, tule mukaan! Yhdistyksemme tulevaisuus on hyvä ja valoisa myös taloudellisesti.

Olemme vuoden 2025 aikana ryhtyneet ottamaan aktiivisemmin sosiaalista mediaa käyttöön ja tämän tiimoilta olemme perustaneet mm. Instagram-tilin. Pohdinnassa on ollut myös esim. nuorten ja trenditietoisten aikuisten käyttämän TikTok -kanavan käyttöönotto yhdistykseen. Tällä hetkellä kehitystyön alla ovat yhdistyksen uudet nettisivut, jotka tullaan lanseeraamaan käyttöön vuoden 2026 alussa.

Siirrymme yhdistyksessä kuluvan vuoden jälkeen käyttämään mahdollisimman vähän paperillista viestintää, joten toivomme jäseniltä tietoa mahdollisesti muuttuneiden yhteystietojen ja sähköpostiosoitteiden osalta. Ilmoitathan niistä paikallisyhdistyksen hallituksen jäsenille tai liittoon. Yhdistyksen uusien sääntömuutosten myötä järjestämme jatkossa kevät- ja syyskokoukset erikseen.

ALKUVUODEN AJANKOHTAISIA ASIOITA

1. Pilates -tunnit keväällä 2026

Pilates-tunnit alkavat taas 1.2.2026 kello 16.30 - 17.30 Eija Jokelan ohjaamana. Pilates -tunnit sopivat kaikille ja yli kahdenkymmenen vuoden kokemuksella Eija osaa räätälöidä tunnit osallistujien mukaan. Mukaan mahtuu ilmoittautumisjärjestyksessä enintään 12 yhdistyksen jäsentä. Kiinnostuitko? Ilmoittautuminen 16.1.2026 mennessä ensisijaisesti sähköpostilla Susanna Bergström, susanna.bergstrom@gmail.com tai soittamalla 050 543 1343.

2. Kuntosaliharjoittelu Suokadun palvelutalolla torstaisin klo 18 - 19. Tiedustelut ja yhteydenotot ensisijaisesti sähköpostilla Susanna Bergströmiin, susanna.bergstrom@gmail.com tai soittamalla 050 543 1343. Kuntosalilla ei ole erillistä ohjaajaa, mutta läsnäolevat voivat ohjeistaa laitteiden käytössä.

3. Kahvilatreffit Kaffeteria Mummolassa (Puijonkatu 27, Kuopio) kerran kuussa alkaen to 8.1. klo 15, minkä jälkeen kokoontuminen joka kuun ensimmäinen torstai klo 15. Yhdistys tarjoaa ensimmäisen kokoontumiskerran kahvit, seuraavat kerrat omakustanteisena. Tapaamiset kesään asti.

TAPAHTUMAKUTSU

Emme järjestäneet tänä vuonna pikkujouluja, vaan muistamme jäsenistöämme järjestämällä maksuttoman koko perheen tapahtuman, uuden vuoden startin, Spa Hotel Kunnanpaikassa Vuorelassa (Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela) la 7.2.2026 alkaen klo 10.00. Tapahtumassa on luvassa uuden hallituksen esittäytymistä, yhdistyksen toiminnan ideointia, hyvinvointiin liittyvää luentoa, buffetlounas jne. Ohjelma tarkentuu vielä tapahtuman lähestyessä. Yhteisen osuuden ja lounaan jälkeen on mahdollisuus myös kylpylässä tai kuntosalilla käyntiin omakustanteisesti, alennettuun hintaan (kuntosali 8 € ja kylpylä 13 €).

Ilmoittautumiset 15.1.2026 mennessä joko Susannalle sähköpostilla susanna.bergstrom@gmail.com tai soittamalla 050 543 1343, tai Lauralle sähköpostilla kukkonenlaura@yahoo.com tai soittamalla/tekstiviestillä 044 2747385.

MUUTA AJANKOHTAISTA

Liiton syyskokous pidettiin 8.11.2025, johon Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistyksestä valittiin varsinaisiksi edustajiksi Laura Kukkonen, Janne Svärd sekä Susanna Bergström. Kokouksessa valittiin uusi puheenjohtajisto ja uudet hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle. Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistyksestä liiton hallituksen varsinaiseksi jäseneksi valittiin Kirsi Rajasuo Pielavedeltä ja varajäseneksi Janne Svärd Kuopiosta. Näin ollen voimme todeta, että Pohjois-Savon yhdistyksellä on liiton hallituksessa vahva ja aiempaa kokemusta hallitustyöstä omaava edustus.

Pohjois-Savon yhdistys tuki rahallisesti kesällä 2025 elinsiirtourheilun kesälajien MM-kilpailuihin Saksan Dresdeniin kuopiolaista yleisurheilijaa Hanna-Reetta Metsänheimoa. Hän saavutti hienosti menestystä keihäänheitossa sijoittuen loppukilpailussa toiselle sijalle. Henkilöhaastattelun Hanna-Reetasta voit käydä lukemassa yhdistyksen Facebook-sivuilla tai nettisivuilla osoitteesta: <https://psmuma.fi/haastattelu-hanna-metsanheimo/>.

Jäsenmaksu v.2026 on 25,00 €, josta Munuais- ja maksaliitto tilittää yhdistykselle 12,00 €.

JÄSENEDET

Jäsenetuja päivitetään, seuraa yhdistyksen [www-sivuja](https://psmuma.fi/):

<https://psmuma.fi/>

Valtakunnalliset jäsenedet voit katsoa liiton sivuilta:

https://www.muma.fi/tule_mukaan/liity_jaseneksi/jasenedut

YHTEYSTIETOJA:

Puheenjohtaja Laura Kukkonen, puh. +358 44 274 7385

Varapuheenjohtaja Paavo Vartiainen, puh. +358 40 553 0098

Taloudenhoitaja, tiedottaja Janne Svärd, puh. +358 44 358 1033

Yhdistyksen sähköpostiosoite: psmuma.yhdistys.hallitus@gmail.com

Muut hallituksen jäsenten tiedot löytyvät yhdistyksen nettisivuilta.

Jos yhteystietosi ovat muuttuneet, tee ilmoitus liittoon: Talous- ja jäsensihteeri Päivi Sohlman, puh. +358 50 3889 566, paivi.sohlman@muma.fi.

Yhdistyksen toiminnasta tiedotetaan tekstiviesteillä, sähköpostilla, Facebookissa

<https://www.facebook.com/psmuma> ja nettisivuilla <https://psmuma.fi/>

Lämpimin yhteistyöterveisin,

Pohjois-Savon munuais- ja maksayhdistys ry:n hallitus