



Siperia opettaa

Otsikon sanontaa käytettiin kovasti joitakin vuosia sitten. Vaikka sen suosio tuntuu hiipuneen viime aikoina, ei yhdistyksen toisen koronasyksyn ohjelmaa kuvatessa kuitenkaan juuri sopivampaa sanontaa tule mieleen. Korona on säädellyt elämäämme jo sen verran pitkään, että siihen on totuttu, jopa turruttu. Se on opettanut meille kaikille kärsivällisyyttä ja mukautuvuutta. Hyväksymme sen, että joitakin meille mieluisia tekemisiä ei vaan nyt voi tehdä. Mutta uskomme, että ajat vielä paranevat, kunhan jaksamme odottaa.

Näiden saatesanojen jälkeen ei varmaankaan tule lukijalle yllätyksenä, että syksyn ohjelmatarjonta ei ole lähellekään yhtä runsas kuin se on parhaimmillaan ollut. Mutta varsin monenlaista toimintaa on jäsenille sittenkin syksyksi tarjolla. Yhdistyksen liekki palaa, vaikka vähän säästöliekillä!

Tässä jäsentiedotteessa mm. seuraavista asioista:

- Asiantuntijaluento Ajankohtaista MS-taudista
- Mesa-illoissa kolme varsin erilaista teemaa
- Liikuntakokeiluja Validiassa ja tähtiretki Viikin pelloilla
- Kaikki aiemmin ohjelmassa olleet liikuntaryhmät pyritään järjestämään joko paikan päällä tai etänä. Uutena ryhmänä kundaliinijooga
- Kerhot ovat käynnistyneet vaihtelevasti. Seuraa kerhon sivua tai kysy kerhonvetäjältä!
- Perinteinen yhteiskuljetus Apuväline-tapahtumaan

Asiantuntijaluento: Ajankohtaista MS-taudista

Yhdistys järjestää yhteistyössä lääkeyritys Rochen kanssa to 16.9. klo 17.30-19.15 verkossa luentotilaisuuden aiheesta Ajankohtaista MS-taudista. Asiantuntijapuheenvuoron pitää neurologi Juha Multanen.

Tilaisuuteen ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Klikkaa <https://www.webcasting.fi/roche/MeQnrZry/> liittyäksesi tilaisuuteen.

Monipuolista ohjelmaa Mesa-illoissa

Syyskuun Mesa-ilta on to 16.9. pidettävä asiantuntijaluento Ajankohtaista MS-taudista, josta kerrotaan edellä tässä jäsentiedotteessa. Näin ollen syyskuussa ei järjestetä erillistä Mesa-iltaa kuukauden kolmantena keskiviikkona.

Lokakuun Mesa-ilta 20.10. on lauluilta ja marraskuun 17.11. apuvälineilta- Kummankin sisältö ja toteutustapa tarkentuvat koronatilanteen myötä. Seuraa yhdistyksen kotisivua ja/tai Facebookia.

Tule kokeilemaan eri lajeja!

Järjestämme jäsenille ja muille kiinnostuneille lajikokeilupäivän, jossa pääsee kokeilemaan neljää sovelletun liikunnan muotoa: puhallustikkaa, sählyä (salibandy), sulkapalloa ja bocciaa.

Aika: su 19.9.2021 klo 13-17, paikka: Helsingin Validia kuntoutus, Nordenskiöldinkatu 18 B.
Ilmainen pysäköinti Validian P-paikalla klo 12.45-17.15.

Ei ennakkoilmoittautumista.



Apuväline 2021

Yhdistys on perinteisesti järjestänyt yhteiskuljetuksen Tampereella joka toinen syksy järjestettävillä Apuväline-messuille. Tänä vuonna messut ovat 28.-30.10. Tapahtuman sivuilta <https://apuvaline.expomark.fi/> löydät lisää tietoa.

Tämä on etukäteistiedustelu sen selvittämiseksi, olisiko lähtijöitä tälläkin kertaa niin paljon, että yhteiskuljetus on syytä järjestää.

Jos haluat neuroyhdistyksen yhteisellä kyydillä Apuväline 2021 -messuille la 30.10., ota yhteys yhdistyksen järjestösihteerin sähköpostitse osoitteessa [sihteer\(at\)uusimaa.neuroyhdistys.fi](mailto:sihteer(at)uusimaa.neuroyhdistys.fi) tai puhelinnumerossa 040 751 4244



Polkulaitteet lainattavissa

Yhdistyksellä on 10 MOTOMed-polkulaitetta, joita jäsenet voivat lainata omaehtoiseen liikuntaan ja kuntoutukseen.

Sivulla <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/motomed-lainaus/> kerrotaan MOTOMed-liiketerapiasta. Siellä voit myös tutustua lainaussääntöihin ja ilmoittautua lainausjonoon.





Liikuntaryhmät käynnistyivät

Yhdistyksen liikuntaryhmät on pyritty kaikki käynnistämään syyskuussa. Osa jatkaa toistaiseksi etänä ja koronatilanne saattaa muuttaa suunnitelmia syksyn aikana.

Pikku muutoksia ryhmiin on tullut. Helsingin stretching-ryhmä on saanut uuden tilan Töölön Kisahallista ja Sovellettu pilates-tanssi korvautuu Itämaisella tanssilla ryhmän vetäjän vaihduttua.

Kokonaan uutena ryhmänä alkaa kundaliinjoga.

Tarkemmat tiedot ja ilmoittautuminen osoitteessa <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/liikunta/>.

Kerhot palailevat tauolta

Useimmat kerhot ovat olleet jo pidempään tauolla koronan vuoksi. Toivotaan, että tilanne sallii sen, että mahdollisimman moni kerho voi jälleen alkaa kokoontua syksyn alettua.

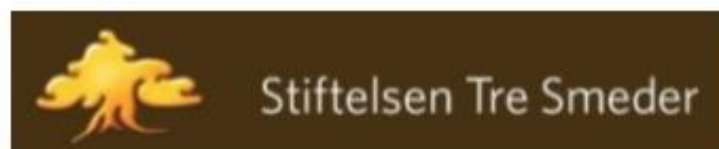
Olemme päivitelleet kerhonetajilta saamiamme tietoja tietoja kokoontumisista kerhosivuille <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/kerhot/>.

Varmimman tiedon kunkin kerhon kokoontumisista saat kerhon vetäjältä.



Osallistu Neuroliiton verkkotilaisuuksiin

Kaikki Neuroliiton jäsentapahtumat on lueteltu liiton tapahtumakalenterissa osoitteessa <http://tapahtumat.neuroliitto.fi/tapahtumat/>. Löydä sieltä oman mielenkiintosi mukaan juuri sinulle sopivat tilaisuudet!



Neuroyhdistys saa tukea toimintaansa Stiftelsen Tre Smeder -säätiöltä.

Tähtiretki Viikkiin

Kiinnostaako tähtitaivas? Mitä kaikkea maailmankaikkeudesta voi nähdä paljain silmin? Pe 10.9. klo 21.45 tutustutaan illan tähtitaivaaseen Ursan Tuukka Perhoniemen johdolla Viikin peltojen keskellä. Retken kesto on 1-2 tuntia. Pilvisellä säällä on vaihtoehtoinen ohjelma, sateisella säällä retki perutaan.

Retki on esteetön ja maksuton ja mukaan voi ottaa läheisen. Tarkemmat tiedot retkestä ja ohjeet pakolliseen ilmoittautumiseen osoitteessa <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/tahtiretki-10-9/>.



Kokouskutsu

Helsingin ja Uudenmaan neuroyhdistys ry:n sääntömääräinen syyskokous järjestetään ma 15.11. Kokouksessa käsitellään sääntöjen mukaiset asiat. Pandemian vuoksi tarkka ajankohta ja kokouspaikka ovat vielä epävarmat. Ne kuten myös tieto mahdollisista erityisjärjestelyistä julkaistaan kokoussivulla <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/syyskokous/> viimeistään ma 1.11.

Möteskallelse

Helsingfors och Nylands neuroförening rf:s stadgeenliga höstmöte arrangeras måndagen den 15 november. På mötet behandlas de ärenden som stipuleras i stadgarna. På grund av pandemin är den exakta tidpunkten och mötesplatsen ännu osäkra. Dessa såsom också information om eventuella specialarrangemang kommer att publiceras senast måndagen den 1 november på mötessidan <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi/hostmote/>.

Hyvää syksynjatkoa!

Seuraava jäsentiedote ilmestyy helmikuussa.

Sitä odotellessa seuraa kotisivuamme <https://uusimaa.neuroyhdistys.fi>, Facebook-sivuaamme ja Avain-lehden Yhdistyksissä tapahtuu -palstaa.

Yhdistyksen järjestösihteerit Pia-Stina Repo vastaa yhdistyksen toimintaan liittyviin tiedusteluihin sähköpostiosoitteessa [sihteeri\(at\)uusimaa.neuroyhdistys.fi](mailto:sihteeri(at)uusimaa.neuroyhdistys.fi) ja puhelinnumerossa 040 751 4244 (jätä viesti vastaajaan tarvittaessa).

Puheenjohtaja Petri Aaltion yhteystiedot ovat [petri.aaltio\(at\)gmail.com](mailto:petri.aaltio(at)gmail.com) ja 040 751 6575.

