



Toiminnat avautuvat jälleen, toivottavasti pysyvästi



Yhdistys joutuu muun yhteiskunnan tavoin tasapainottelemaan huolella koronan varomisen aiheuttamien kieltäymysten ja kasvavien yhdessä-olopaineiden välillä.

Toivomme että nyt kun maan hallitus on avaamassa "koronasulkuja" se tehtäisiin lopullisesti, tietenkin sillä optiolla että varovaisuus ja terveys-turvallisuus edellä.

Onneksi on sittenkin aika monenlaista toimintaa, mitä yhdistys voi alkavana vuonna jäsenilleen tarjota, toki koronan ehdoilla, varovaisuutta noudattaen.

Tässä jäsentiedotteessa mm. seuraavista asioista:

- Yhdistyksen kevätkokous 2022
- Yhdistys on ottanut käyttöön uuden verkkotunnuksen (domain) HUNY.FI
- Harvinaisten sairauksien päivä. Harvinaisten sairauksien päivän luentotilaisuuden teemoina kipu sekä henkiset voimavarat harvinaista neurologisia sairautta sairastavan arjessa
- MOTOmed polkulaiteet lainattavissa
- Kerhot kokoontuvat jälleen vuodenvaihteen jälkeen
- Liikuntaryhmät käynnistyvät jälleen.
Jos etsit jotakin uutta, tarjolla on mm. lajikoikeilupäivä
- Yhdistys palkitsi ansioituneita jäseniään

Yhdistyksen kevätkokous 2022, 24.3. klo 17.30

Yhdistyksen kevätkokous tullaan pitämään etäkokouksena kerhohuoneelta käsin. Kokouksen järjestäjät (puheenjohtaja, kokouksen sihteeri sekä kokouksen puheenjohtaja) tulevat olemaan kerhohuoneella, mutta sinne ei toivottaisi itse kokoukseen osallistujia, vaan toive olisi etäosallistuminen.

- Kevätkokouksessa käsitellään sen sääntömääräiset asiat.
- Kevätkokoukseen ilmoittautuminen 17.3. mennessä
- Ilmoittaudu kevätkokoukseen kotisivujen kautta.

Yhdistyksen käyttöön uusi verkkotunnus HUNY.FI

Vuoden ensimmäisessä hallituksen kokouksessa päätimme ottaa yhdistyksen käyttöön lyhyemmän yhdistystä kuvaavan verkkotunnuksen HUNY joka tulee suoraan Helsingin ja Uudenmaan NeuroYhdistys nimestä. Verkkotunnus myötäilee myös aiempaa nimitystä yhdistyksestä, hums, koska tämäkin on nelikirjaiminen.

HUNY helppous

Verkkotunnus otettiin käyttöön sen helppouden ja käytettävyyden suhteen esim. yhdistystä markkinoitaessa, sähköpostiosoitteissa, verkko-osoite yms. Ajan myötä HUNYsta tulee käsite kuten aikoinaan tuli hums -lyhenteestä.

Kaikki sähköpostiosoitteemme käyttävät jatkossa huny.fi loppupäätettä.

Kotisivumme tulee jatkossa löytymään osoitteesta www.huny.fi.

Suoritamme päivityksen kevään aikana.



Neuroliitto edustaa kymmeniä erilaisia neurologisia harvinaissairauksia, joita sairastaa Suomessa n. 6 000 ihmistä. Vaikka yksittäinen sairaus voi olla hyvin harvinainen, on harvinaissairaita maailmassa kuitenkin yli 300 miljoonaa. Harvinaissairaita yhdistävät diagnosointiin ja hoitoon liittyvät haasteet.

Harvinaisten sairauksien luentotilaisuus

Perinteeksi muodostunut luentotilaisuus järjestetään jälleen harvinaisten sairauksien teemapäivänä ma 28.2.2022 klo 16.30–19.10. Kipu on monen harvinaisen neurologisen sairauden oire. Puheenvuorot tarjoavat tietoa kivusta ja kivun kanssa elämisestä, sekä antavat ideoita henkisten voimavarojen vahvistamiseksi. Tarkempi ohjelma ja ilmoittautumisohjeet Neuroliiton kotisivujen tapahtumasivuilta.

Tilaisuus on suunnattu harvinaista neurologista sairautta sairastaville ja heidän läheisilleen, mutta tervetulleita ovat kaikki aiheesta kiinnostuneet. Osallistua voi joko verkkovälitteisesti omalta kotikoneelta, paikan päällä Turussa tai etäkatsomossa. Seuraamme koronatilannetta!

Polkulaitteet lainattavissa



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

MOTOMed-liiketerapia on turvallista, moottoriavusteista passiivista liikettä sekä moottorin avustamaa aktiivista ja omin voimin tapahtuvaa harjoittelua polkulaitteella niin kävelevälle kuin pyörätuolin käyttäjälle. Laitteen laina-aika on puoli vuotta, kuukausivuokra on 20 euroa. Vuokra laskutetaan kauden alussa koko kaudesta. Nopeimmin jonoon ilmoittautuvat voivat saada laitteen syyslokakuun vaihteessa.

Yhdistyksen kotisivujen polkulaitesivulla voit tutustua lainaussääntöihin ja sivun lopussa olevasta linkistä pääset ilmoittautumaan lainausjonoon.

Useimmat kerhot toimivat taas – mukaan vaan!

Päivitämme kerhojen kevään kokoontumisaikataulut yhdistyksen kotisivulla oleville kerhojen sivuille. Suurin osa kerhoista kokoontuu tällä hetkellä, mutta kukin kerho mukautuu koronaan oman tilanteensa ja harkintansa mukaan. Seuraa sivuja tai kysy kerhon vetäjältä!

Liikunta on lääettä

Tämä sanonta pätee erityisesti neurologisia sairauksia sairastaviin.

Yhdistys järjestää aina kevät- ja syyskausien aikana joukon liikuntaryhmiä, jotka on sovellettu neurologisiin sairauksiin. Tarjonta on monipuolista, on venyttelyä, vesijumpaa ja joogaa. Yhdistys tukee ryhmiä merkittävästi osallistumismaksujen pitämiseksi kohtuullisina.



Kevätkauden ryhmien aikataulut ja ilmoittautumisohjeet päivittyvät liikuntasivuille. Yleensä syksyllä aloittaneet ryhmät jatkavat keväällä, mutta useimmissa ryhmissä on tilaa uusille liikkujille.

Tule mukaamme liikkumaan hyvässä seurassa!

Tule kokeilemaan eri lajeja!

Järjestämme jäsenille ja muille kiinnostuneille lajikokeilupäivän, jossa pääsee kokeilemaan neljää sovelletun liikunnan muotoa: sulkapalloa, puhallustikkua, bocciaa ja lattia-curlingia.



Aika: su 20.3. klo 13-17
Paikka: Helsingin Validia kuntoutus, Nordenskiöldinkatu 18 B.
Ilmainen pysäköinti Validian P-paikalla klo 12.45-17.15.

Ei ennakkoilmoittautumista.

- Maskisuositus

Kiitos Eeva, Vesa ja Susanna!

Neuroyhdistyksen toiminnan kantava voima on se pieni osa jäsenkunnasta, joka vuodesta toiseen ahertaa pyyteettömästi erilaisissa vapaaehtoistehtävissä. Heidän arvokkaan panoksensa huomioimiseksi yhdistyksen hallitus on vuodesta 2018 jakanut erityistä vuosittaista tunnustuspalkintoa.

Vuoden 2021 palkinnon saajat Eeva Ristseppä, Vesa Jokinen ja Susanna Jäntti.

Eeva on toiminut Hiidenseudun neurot -kerhon ohjaajana vuodesta 2016 lähtien. Vesa perusti Pelikerhon vuonna 2014 ja vetää sitä edelleen. Susanna on tehnyt yhdistyksen toimistotöitä vapaaehtoisena monen vuoden aikana useaan eri otteeseen palkatun järjestösihteerin sijaisena tai tukena

Sähköinen jäsenkirje

Mikäli sinulla on käytössäsi sähköpostiosoite niin pyydän toimittamaan sen osoitteeseen [sihteeeri\(at\)huny.fi](mailto:sihteeeri(at)huny.fi). Näin saat tulevaisuudessa sähköisen jäsenkirjeen joka tulee useammin kuin postilla lähetettävä. Tähän olemme päätyneet siksi koska postituskulut ovat nousseet huomattavasti. Tulevaisuudessa ja nykyin enemmistöllä jäseniä on sähköposti.

- Jäsenkirje kotiin kannettuna kahdesti vuodessa

Teemme paperisen jäsenkirjeen kahdesti vuodessa, keväällä ja syksyllä, heille jotka eivät halua sähköistä jäsenkirjettä tai eivät ole ilmoittaneet sähköpostiosoitettaan.

Järjestösihteerin tavattavissa yhdistyksen toimistolla sovituksi,

Arabiankatu 17, Helsinki.

Järjestösihteerin uusi sähköpostiosoite on [sihteeeri\(at\)huny.fi](mailto:sihteeeri(at)huny.fi)

Puhelimitse järjestösihteerin tavoittaa numerosta 040 751 4244 ke 10-12 tai to 12-14.

Muina aikoina jätä viesti vastaajaan.

Puheenjohtaja Jan Huopaisen yhteystiedot ovat [puheenjohtaja\(at\)huny.fi](mailto:puheenjohtaja(at)huny.fi) ja 040 751 6575.