

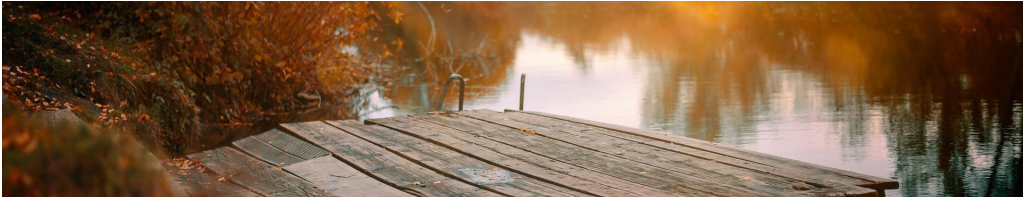


www.huny.fi

Helsingin ja Uudenmaan NEUROYHDISTYS

Helsingfors och Nylands neuroförening

Jäsenkirje
Syksy 2023



Näillä näkymin on tulossa hyvä syksy. Sehän tarkoittaa että on hyvät olosuhteet kaikenlaiselle tekemiselle hyvässä seurassa tai vaikkapa ihan itsekseen syksystä ja sen tuomasta värikylläisyydestä nauttien. Yhdistyksemmekin tarjoaa sinulle monenmoista erilaista tapahtumaa ja aktiviteettia.

Tässä jäsenkirjeessä mm. seuraavista asioista:

- Yhdistyksen syyskokous 2023
- Perinteinen joulujuhla
- HUNY kahvittelee syksyllä
- Lennä mun lempeni laulu!
- Uusi HUNYn esite
- Työssäkävien läheisten ryhmä
- Tietopäivä hiljattain MS-diagnoosin saaneille

Yhdistyksen syyskokous 2023, 29.11. klo 18.00



Töölön palvelukeskuksessa; Töölönkatu 33, Helsinki

- Kokouksessa käsitellään sen sääntömääräiset asiat.
- Puheenjohtajavaalit

Syyskokoukseen ei tarvitse erikseen ilmoittautua.

Perinteinen joulujuhla



**Yhdistyksen perinteistä joulujuhlaa vietetään 12.12. klo 16-19.
Töölön palvelukeskuksessa Töölönkatu 33, Helsinki**

Ilmoittaudu juhlaan viimeistään 1.12.
sihteeri(at)huny.fi tai puhelimitse 0407 514 244.
(ilmoittautuminen tärkeää tarjoilun vuoksi).

HUNY kahvittelee syksyllä



Nautimme hyvät kahvit/teet loistavassa seurassa rupatellen ja kuulumisia vaihdellen.

Olet lämpimästi tervetullut mukaan!

- 14.9. klo 14-18
- 28.9. klo 14-18
- 12.10. klo 14-18
- 26.10. klo 14-18

Kahvittelut pidetään yhdistyksen kerhuhuoneella; Arabiankatu 17, Helsinki.

Lennä mun lempeni laulu!



Musiikki- ja yhteislaulutapahtuma

25.10. klo 16, Töölön palvelukeskuksen juhlasali (Töölönkatu 33, Helsinki)

Mukana Musik- och kulturskolan Sandelsin opiskelijoita. Yhteislauluja säestää pianisti Kyösti Laihi sekä muusikko Harry Tuominen (käyrätorvi).

Väliajalla kahvitarjoilua

Lämpimästi tervetuloa laulamaan kanssamme!

Uusi HUNYn esite



Helsingin ja Uudenmaan

Uuden sähköisen esitteemme voit käydä lukemassa mm. kotisivujemme kautta, www.huny.fi.

Esite on helppo jakaa esim. sähköpostin välityksellä mahdollisille uusille jäsenille sekä muille yhdistyksestämme kiinnostuneille.

Jäsenesitettä saa myös toimistolta painetussa muodossa, mikäli haluat viedä niitä esim. fysioterapiapaikkaasi, terveysasemalle tms.

Työssäkäyvien läheisten ryhmä

on sinulle, jonka läheinen sairastaa MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta. Ryhmä on tarkoitettu 40–65 vuotiaille työssäkäyville läheisille.

Ryhmä kokoontuu Helsingissä torstaisin alkaen 19.10.2023 klo 14–16

Ryhmässä käsitellään muun muassa omia rooleja työelämässä ja hoivassa, tunteita ja niiden merkitystä sekä rajojen asettamista oman jaksamisen tukemiseksi. Ennen ryhmän alkua toteutetaan verkossa yksilötapaaminen erikseen sovittavana ajankohtana.



Tapaamiskerrat: Ryhmän tapaamiset ovat viitenä peräkkäisenä torstaina, kuudes kerta on seurantatapaaminen kuukautta myöhemmin. Tapaamiset toteutuvat aikavälillä 19.10.–16.11.2023 klo 14–16, seurantatapaaminen järjestetään to 16.1.2024 klo 14–16.

Lisätietoa Läheisenä työelämässä -hankkeesta saat Anni Malkamäki, 0400 976 743 ja Anna-Maria Kuri, 0444 914 097
Ilmoittaudu mukaan viimeistään 9.10. Neuroliiton kotisivujen kautta.

Tietopäivä hiljattain MS-diagnoosin saaneille Helsingissä

Lauantaina 18.11.2023 klo 10–16 järjestettävä Tietopäivä on tarkoitettu henkilöille, joiden MS-taudin diagnoosin saamisesta on maksimissaan 1–2 vuotta.

Onko sinulla diagnosoitu MS-tauti hiljattain? Tarjoamme sinulle ja läheisesi mahdollisuuden kuulla asiantuntijoiden puheenvuoroja sairauteen sopeutumisesta, ravitsemuksesta ja itsehoidosta.

Lisätietoja saat Neuroliiton järjestöpäällikkö Eila Niemeltä, 0407 346 387
Ilmoittaudu mukaan viimeistään 18.10. Neuroliiton kotisivujen kautta.

Sähköinen jäsenkirje

Mikäli sinulla on käytössäsi sähköpostiosoite niin pyydän toimittamaan sen osoitteeseen sihteeri(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 jo nytkin 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.

Järjestösihteeri tavattavissa yhdistyksen toimistolla ma-pe klo 9-15,
Arabiankatu 17, Helsinki.

Järjestösihteerin sähköpostiosoite on sihteeri(at)huny.fi

Puhelimitse järjestösihteerin tavoittaa numerosta 0407 514 244 ke 10-12 tai to 12-14.

Muina aikoina jätä viesti vastaajaan.

Puheenjohtaja Ari Österbergin yhteystiedot ovat puheenjohtaja(at)huny.fi ja 0407 516 575.