

## Från skuggan av viruset mot ljusare tider



Föregående året har varit svårt för hela världen och har tvingat oss att hitta nya sätt att agera i vardag. I njur- och leverföreningen siktar vi ändå mot framtiden med stark tro, att vi kommer att klara av det här också.

Att stöda varandra har varit viktigt under den utmanande perioden. Både förbundet och föreningen har organiserat flera webbevenemang för att nå sina medlemmar.

Under sommarsäsongen hade vi till och med möjlighet att besöka boskapsgården i Alastaro och sommarteatern i Loimaa. Det var trevligt att få träffa så många medlemmar.

I detta brev hittar du höstens verksamhet.

**Pauliina Nyholm, ordförande**

## Organdonationsvecka firas den 4.–9.10

Den Europeiska organdonationsdagen firas på lördag den 9.10. "Tack att du är en donator"-kampanj får fortsättning med en video, som publiceras på KYLLÄ elinluovutukselle -webbsidan.

Under veckan finns det också en möjlighet att följa en webbföreläsning:

**6.10 kl 17:30 - 19:00**

**Elävä munuaisen luovutus -webbföreläsning** (på finska)

Dosent **Ilkka Helanterä** och koordinator **Jenni Kippola** berättar om njurdonation. Man får höra erfarenheter av en, som har donerat sin njur och en, som har fått transplanterat.

Ingen anmälning.

Länken till distansföreläsningen hittar du här två dagar före och/eller <https://www.muma.fi/liitto/ajankohtaista/tapahtumat>

**7.10 kl 18:00-19:00**

**Föreläsning om livet efter njurtransplantation.**

Kymenlaakso njur- och leverförening arrangerar en webbföreläsning med nefrolog **Aino Soro-Paavonen om livet efter njurtransplantation**. Föreläsningen behandlar mm. vilka saker uppföljs, vilka läkemedel ska användas och vad händer, om det blir komplikationer. Alla intresserade är välkomna att följa med.

Ingen anmälning.

Länken hittar du här två dagar före och/eller <https://www.muma.fi/liitto/ajankohtaista/tapahtumat>



Kom och bekanta dig med föreningen och med andra medlemmar.  
Vi träffas i Kimito i Sagalunds museum.

Onsdag den 27.10 kl 17-19

Kaffeservering.

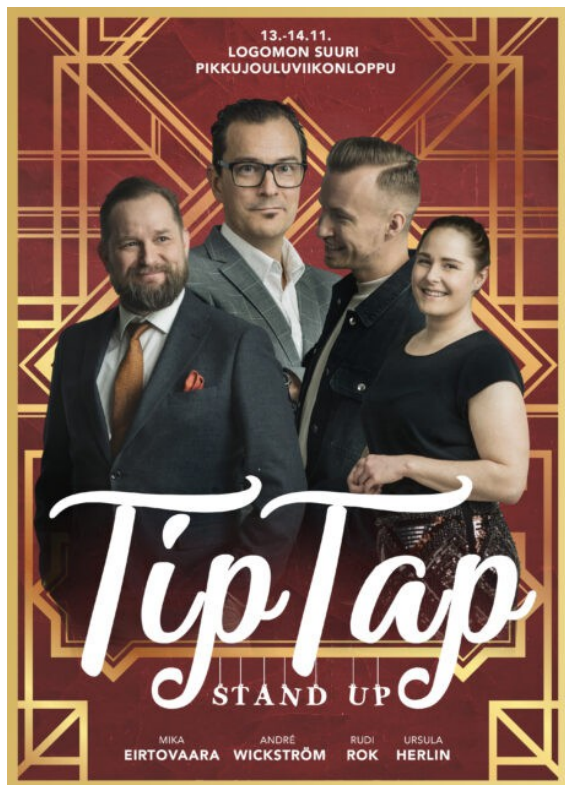
Adressen är Museivägen 7, 25700 Kimito.

Anmäla dig senast den 24.10 med e-post  
varmu77@gmail.com eller sms 0400990912.

Ta kompisen med och kör till Kimito!



Julfest firar vi lördagen den 27.11 kl 18:00



Vi börjar med middag i Logomo och  
sen får vi se

**TIP TAP STAND UP**  
**- lillajulsSHOWn**  
**kl 20:00**

50 första anmälda ryms med.

Busstransport avgår från Loimaa  
(Tuulensuu) kl 16:30.

Bindande anmälningar senast den  
27.10 med e-post  
varmu77@gmail.com eller sms  
0400990912.

Pris: 50 euro

Betala till konto FI59 5710 0440 1096 35 senast den 27.10,  
referensnummer 3311.

Hej du, ung medlem!  
Kom med till Mysteeri-rymningspel i Åbo  
den 20.11 kl 11:45

Olofsvägen 2

För deltagarna över 16 år.

Bindande anmälningar senast den 15.11  
med e-post [varmu77@gmail.com](mailto:varmu77@gmail.com)  
eller sms 0400990912



Pris 5 euro/deltagare

Betala senast den 15.11 till konto FI59 5710 0440 1096 35,  
referensnummer 3227.

## Medlemskvällar i Åbo och Loimaa

**Vi samlas tillsammans en gång i månaden i Åbo och i Loimaa med program och kamratstöd.**  
Då och då får vi också lyssna på intressanta föreläsningar.

**Medlemskvällar i Åbo** i Happy House, Ursinsgatan 11, kl 18.00: den 6.10, 3.11 och 8.12.  
Om kvällar informeras det i Turun Sanomat/mielipiteet på måndagar, i Facebook samt på  
webbsidan [varmu.yhdistysavain.fi](http://varmu.yhdistysavain.fi).

### 6.10 Filmförelisningen (på finska)

kl 17:30 - 19:00

"Elävä munuaisen luovutus", distansföreläsning

### 8.12. Julmys

Vi firar lillajul i Happy House den 8.12

**Medlemskvällar i Loimaa** varje månads tredje torsdag i Tuulensuu palvelukeskus, Huvilakatu 32,  
Loimaa. Vi börjar den **21.10 kl 18.00**. Kvällar drars av Aila Suihko. Om evenemang informeras det  
i Loimaan Lehti och Auranmaa Viikkolehti/ seuratoiminta, Facebook-sidan samt  
[varmu.yhdistysavain.fi](http://varmu.yhdistysavain.fi).

## MOTION

Vattengympan i Åbo är annulerad pga deltagarbrist.



**Vattengymna i Loimaa** Vesihovi varje tisdag kl 14.30 t.om. den 14.12. Gympan under ledningen av en instruktör tar en halvtimme och startar kl 15. Biljetter 4 euro/2 timmar, inkluderar vattengympan.

**Bowling varje onsdag i Loimaa bowlingcenter** kl 15.00—16.00. Pris 12 euro/bana innehåller bowlingskor. Vi delar priset: har vi t.ex. 3 spelare på en bana blir priset 4 euro/spelare. Kom med! Bowling är ett avkopplande sätt att umgås tillsammans.

## Nytt i år: vi stöder motionering av våra medlemmar

Vi stöder med 20 euro alla njur- och leversjuka medlemmar och alla som har genomgått transplantationen. Du kan få ersättning av inträdespriset, idrottsutrustning och/eller av abonnemang.

Ansök ersättningen senast den 30.11 2021. Ansökan hittar du på webbsidan eller den kan skickas dig via post.



*Uppdatera dina medlemsuppgifter [www.muma.fi](http://www.muma.fi) / **Tule mukaan/ Liity jäseneksi/ Päivitä tietosi jäsenrekisteriin.** Via e-postadresser och telefonnummer kan vi flitigare meddela om våra händelser. Uppgifterna ges inte åt tredje part.*

Följ föreningens hemsida [varmu.yhdistysavain.fi](http://varmu.yhdistysavain.fi) och facebook **Varsinais-Suomen munuais- ja maksayhdistys ry**, där vi meddelar om kommande händelser och om evenemang vi har haft.

### Styrelsen för Egentliga Finlands njur- och leverförbund för 2020—2021

Pauliina Nyholm	0400 990912	varmu77@gmail.com	Ordförande, ungdomsansvarig, leveransansvarig, medlemskvällar
Meri Ylimannila			Vice ordförande, motionsansvarig
Jukka Niemelä	045 127 7119	niemelanjukka@gmail.com	sekreterare, medlemsansvarig
Kalevi Suihko	050 516 3020	kalevi.suihko@seutuposti.fi	fritidsansvarig
Aila Suihko	050 354 3921	aila.suihko@seutuposti.fi	Loimaa medlemskvällar
Jaana Kotiranta		jaana.kotiranta08@gmail.com	medlem, bar och unga
Sini Heino		sini.heino@netti.fi	biträdande medlem
Pentti Kuoppala	040 737 5706	pirre.laine@orion.fi	biträdande medlem
Aliina Nyholm			biträdande medlem, fritidsansvarig

*Vi önskar alla våra medlemmar en varm och  
upptriskande höst !*



**MEDLEMSBREVET PÅ FINSKA FINNS  
PÅ FÖRENINGENS HEMSIDOR**

[varmu.yhdistysavain.fi](http://varmu.yhdistysavain.fi)

