

Puheenjohtajan mietteitä

Tervehdys kaikille Varsinais-Suomen yhdistyksen jäsenille!

Jokainen kevät nostaa silmiini kyyneleet,
koska tämä maa on niin kaunis.
-Eeva-Liisa Manner-

Kevätaurinko lämmittää ja saamme seurata kevään vauhdikasta etenemistä. Sitten taas sataa lunta ja kevät ottaa takapakkia. Talvi pyristelee vastaan, mutta lopulta yhä ylemmäs nousevan auringon säteet tuovat meille kaivatun lämmön ja viimein myös Suomen kesän. Keväällä on mukavaa lähteä läheisen kanssa retkille, tapahtumiin tai vain ihastella yhdessä luonnon kauneutta.

Tämän vuoden teemana on läheiset. Toivottavasti jokaisella ihmisellä on joku rakas läheinen, koska läheisen antaman tuen avulla on monin verroin helpompaa selvitä arjen niin suurista kuin pienistäkin vaikeuksista.

Läheisteema näkyy myös yhdistyksen järjestettävistä virkistystapahtumista. Pidetään huolta läheisistämme.

Pauliina Nyholm, puheenjohtaja

Vuosikokous lauantaina 23.4.2022 klo 14.00

Varsinais-Suomen munuais- ja maksayhdistys ry:n sääntömääräinen vuosikokous pidetään lauantaina 23.4.2022 klo 14.00 Happy Housessa, osoitteessa Ursininkatu 11, Turku.

Aloitamme tilaisuuden ensin keittolounaalla, jossa on tarjolla kalakeitto lisukkeineen ja kakkukahvit.

Kevätkokouksen asioihin kuuluu mm. päättää yhdistyksen vuoden 2023 talousarvion hyväksymisestä, tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä hallitukselle ja muille vastuuvollisille tilikaudelta 1.1.2021– 31.12.2021 sekä henkilövalinnat.

Ruokailua varten pyydämme etukäteisilmoittautumiset 18.4.2022 mennessä varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 0400990912.

Muista ilmoittaa erityisruokavaliot

Maksaviikko 9.5.–13.5.2022

Maanantai 9.5.2022 klo 18–19.30

Etäluento

Rasvamaksa lisääntyy myös lasten ja nuorten keskuudessa. Rasvamaksa on Suomen yleisin maksasairaus ja sitä esiintyy jopa neljäsosalla aikuisväestöstä. Yleisöluennolla julkaistaan myös Munuais- ja maksaliiton tilaaman tuoreen maksatutkimuksen tulokset.

Luennolle voi osallistua munuais- ja maksaliiton sivuille tulevasta linkistä.



Etäluento
9.5. klo 18–19.30

Päättäjäsenaari
11.5. klo 8.30–10.30

Hoitajakoulutus
13.5. klo 12–15.30

www.maksa.fi/maksaviikko

Maksaviikko 9.–13.5.2022

 Munuais- ja maksaliitto
NJUR- OCH LEVERFÖRBUNDET

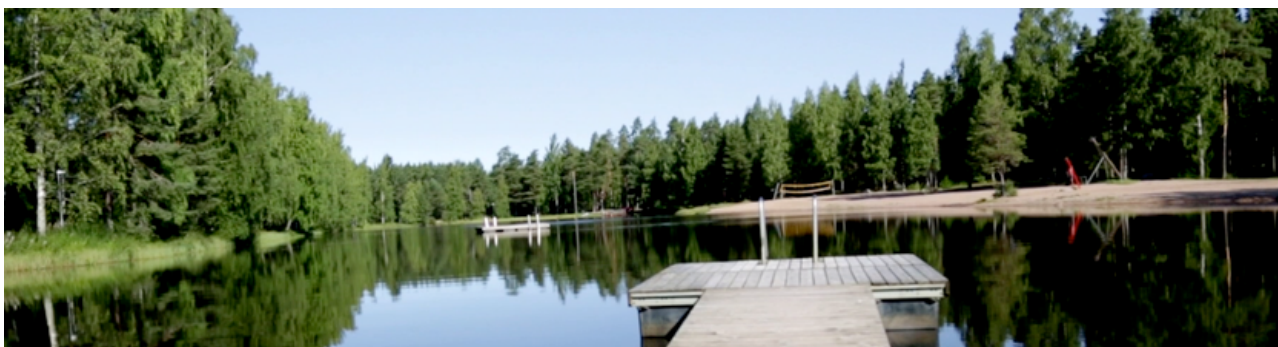
Liikuntatreffit

Lähde mukaan tutustumaan Ruissalon upeisiin tammimetsiin sunnuntaina Kävelylenkki Ruissalossa su. 15.5. klo 14. Tavataan Ruissalon kylpylän pääsisäänkäynnin luona. (Sateen sattuessa treenataan kahvikuppiliikettä.)

Kesän avaus Paimiossa

Tule mukaan yhteiseen kesän avaukseen Paimion Ankkalammelle 3.6.2022 klo 17.00-20.00.

Saunotaan, uidaan ja paistetaan makkaraa. Tietysti on myös saunakahvit. Ilmoittautumiset 30.5.2022 mennessä varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 040099091



Ankkalammen osoite on Sähköyhtiöntie 198 21530 Paimio

Samppalinnan kesäteatteriin 9.7. klo 14.00.

Vihdoinkin edessä on todellinen teatterikesä, joka tietenkin huipentuu kotimaisella komediolla. Lavalle nousee itse Mielensäpahoittaja, Tuomas Kyrön menestysromaaneista tuttu hahmo ja ilmiö. Luvassa on kuitenkin jotain täysin uutta, sillä tällä kertaa Mielensäpahoittaja seikkailee varta vasten Samppalinnan Kesäteatterille kirjoitetussa musiikkikomediassa.

Luvassa on tuttuja hittejä eri vuosikymmeniltä sekä kokonaan uusia sävellyksiä. Tervetuloa nauttimaan mahdollottoman hauskaasta menosta – mieltä pahoittamatta!

35 ensin ilmoittautunutta pääsee mukaan nauttimaan esityksestä. Näytös kestää 2 h 15 min. Bussi Loimaalta lähtee Tuulensuun Palvelukeskuksesta klo 11.00.

Ennen näytäntöä menemme Turun Kellariravintolaan, Linnankatu 16, nauttimaan buffet-lounaan ja sen jälkeen siirrymme bussikuljetuksella Samppalintaan .

Lippu ja ruokailu yhteensä 37,00 € . Ilmoittautumiset 6.6. mennessä kalevi.suihko@seutuposti.fi, tai 050 516 3020.

Maksu suoritettava viim. 6.6. mennessä **FI59 5710 0440 1096 35**. Maksuviite on **3256**.

Perheretki Liedon Zoolandiaan



Lähde mukaamme perheretkelle Zoolandiaan katsomaan kotieläimiä, nauttimaan vauhdin hurmasta ja samalla tutustumaan yhdistyksesi jäseniin 30.7. klo 10.00

Osoite on Eläintarhantie 51, 21360 Lieto as.

Sitovat ilmoittautumiset 15.7. mennessä varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 0400990912

Maksu, joka sisältää myös ruokailun, on suoritettava viim. 22.7. mennessä **FI59 5710 0440 1096 35**. Maksuviite on **3667**

Muista ilmoittaa erityisruokavaliot

Aikuiset 5 euroa ja lapset ilmaiseksi

Saariston Loistoreitti - risteily Bengtskärin majakalle ja Rosalan Viikinkikeskukseen 6.8.2022.

Risteilyn hinta on 60,00 euroa / jäsen tai läheinen, lapset (4-14 vuotta) puoleen hintaan. Hintaan sisältyy venekuljetukset, bussimatka, pääsymaksut sekä lounas. **Lähtö Muurisen bussilla:** Tuulensuun palvelukeskus Loimaa klo 9.15, Veritas-stadion Turku klo 10.15, Kasnäsiin saavumme klo 11.45.

Sitovat ilmoittautumiset 14.6 mennessä varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 0400990912
Muista ilmoittaa erityisruokavaliot.

Maksu suoritettava **viim. 15.7. mennessä tilille**
FI59 5710 0440 1096 35. Maksuviite on **3269.**

Lauttamatkat Kasnäs-Rosala n. 30 minuuttia
Rosala-Bengtskär n. 50 minuuttia ja Bengtskät-Kasnäs n. 1,5 tuntia.
Rosalan viikinkikeskuksessa 15 minuutin opastus, jonka jälkeen ruokailu ja omatoiminen tutustuminen viikinkikylään ja näyttelyihin. Bengtskärissä 15 minuutin opastuksen jälkeen kahvit ja omatoiminen tutustuminen majakkaan ja näyttelyihin.



Läheisten tapahtuma Kavalton tilalla

Yhdistys järjestää läheisten teemavuoden virkistyspäivän jäsenelle ja läheiselle KAVALTON TILALLA Piikkiössä lauantaina 3.9. klo 10-17. Osoite on Kavaltontie 11, 21500 Piikkiö.

Ohjelmassa on teemavuoden terveiset kahvin kera, lounas seisovasta pöydästä, saunamahdollisuus Isännän savusaunassa ja mukavaa oleskelua viihtyisässä ympäristössä. Muista ilmoittaa erityisruokavaliot

Mukaan mahtuu 30 henkeä. Ilmoittautuminen 20.8. mennessä varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 0400990912.

Maksasairaiden läheisten viikonloppu 20.-21.8.2022

Maksasairaiden läheisille järjestetään Nokialla Scandic Eden-kyllälässä vertaistukitapahtuma, joka on viiden eri yhdistyksen yhteinen projekti ja kokonaisuudessaan paikkoja on ainoastaan 15.

Viikonlopun aikana jaossa tietoa hepatiittisesta enkelofalopatiasta, haetaan apua uupumuksen ymmärrykseen, harrastetaan mm. allasjumppaa, keskustellaan ryhmässä ja opitaan rentoutusharjoituksia. Mukana myös psykologin alustus jaksamisesta.

Hakemus on tehtävä 14.6.2022 mennessä, jotta saadaan osallistujavalinnat tehtyä. Osallistumishinta on 40,00 €, sisältäen majoituksen, ruokailut ja luennot materiaaleineen, matkakustannukset osallistuja maksaa itse.

Jos asia kiinnostaa, ota yhteys meihin joko varmu77@gmail.com tai puhelinnumeroon 0400-990 912.

Kerhot sekä Turussa että Loimaalla jatkavat entiseen malliin, joskin kevät on jo niin pitkällä, että nyt keväällä on enää pari tapaamiskertaa Loimaalla ja kerran Turussa. Loimaalla kerhon tapaamiset pidetään aina kuukauden kolmantena torstaina Tuulensuun Palvelukeskuksessa klo 18.00 alkaen ja Turussa Happy Housessa kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 18.00.

Munuais- ja maksaliiton www-sivut löytyvät osoitteesta www.muma.fi. Sieltä löytyvät myös kaikki uudet liiton järjestämät kuntoutuskurssit.

Varsinais-Suomen munuais- ja maksayhdistys ry:n yhteystietoja 2022

Pauliina Nyholm	0400 990 912	varmu77@gmail.com	puh.joht., nuoriso- ja kerhovastaava
Meri Ylimannila			varapuheenjohtaja liikuntavastaava
Aila Suihko	050 354 3921	aila.suihko@seutuposti.fi	Loimaan kerhon vetäjä
Jukka Niemelä	045 127 7119	niemelanjukka@gmail.com	sihteeri

Toivotamme jäsenistölle hyvää, kaunista ja antoisaa kesää 2022



**MEDLEMSBREVET PÅ SVENSKA FINNS
PÅ FÖRENINGENS HEMSIDOR**

varmu.yhdistysavain.fi

