



ETELÄ-POHJANMAAN

Munuais- ja maksayhdistys



Kuva Sirpa Korpi

Jäsentiedote

Etelä- Pohjanmaan Munuais- ja maksayhdistys ry:n jäsentiedote

Kevät / 2020 | www.epmuma.fi

Yhdistyksen puheenjohtajan terveiset

Talvemme on ollut niin lunta kuin vettä sekä pakkasta ja lämpöä. Moni miettii, millaisen kesän saamme. Toivottavasti hienon, jotta voimme tehdä kaikkea kivaa yhdessä kesällä.

Tänä vuonna liitto täyttää 50 vuotta. Tämän vuoden teema on edunvalvonta. Tänä vuonna ohjelmistossa on reissua, virkistysviikonloppua sekä muuta mukavaa, johon odotamme niin vanhoja kuin uusia jäseniä. Kaikkea uutta tekemistä tai reissuja voi ehdottaa.

Vuosikokous on Marian Tallissa Lapualla 25.4. klo 13.00. Kokouksessa emme pakota ketään hallitukseen, mutta toivoisimme että löytyisi muutama vapaaehtoinen pois jäävien tilalle. Hetkeen ei ole kukaan hakenut jäsenetuja uimahalli ja muista lipuista. Jäsenlehden lopussa tietoa enemmän kuinka näitä voi hakea.

Aurinkoista kevättä!

Anu Korpi-Kulmala

Puheenjohtaja



Hyllykallion apteekille kiitos jäsenkirjeiden postittamisesta.

KEVÄÄN 2020 toimintaa

la 18.4. klo 12-17 Naistenpäivä

Peräseinäjoen Koivukaassa Keikulinkuja 10, Peräseinäjoki sauna/ allasosastolla

Jutustelua, uintia, saunomista, ruokaa sekä lautapelejä. colosen esittelijä tulee tekemään kasvonaamion, otathan pöytäpeilin/ käsipeilin sekä kasvopyyhkeen mukaasi. Ilmoitathan erikoisruokavaliosi ilmoittautumisen yhteydessä

Ilmoittautumiset: Annikalle 15.4. mennessä.

S.postilla: nelimarkka.annika@gmail.com

to 7.5. Myyjäiset sekä arpajaiset

Kantasairaalan aulassa klo 10-14. Vapaaehtoisia kaivataan niin leipomuksien tekijäksi kuin myyjäksi paikan päälle, sekä arpajaisiin tarvittaisiin palkintoja. Ilmoittautua saa Anulle 044 9112 151 tai txt viestillä. soittelen takaisin, jos en pysty vastaamaan.



la 25.4. klo 13.00 Vuosikokous Marian Tallissa Lapualla

Puistotie 3, Lapua. Odotamme uusia ja vanhoja jäseniä paikalle. Ilmoittautumiset ruokavalioineen Anulle 044 911 2151. 21.4. mennessä

la-su 6.-7.6. Virkistys viikonloppu

Vetämäjärvellä olisi tiedossa uintia, saunomista, ruokaa sekä jutustelua.

Osoite: Sillintie 570, 63400 ALAVUS AS.

Ilmoita Anulle ruokavaliosi Puh. 044 911 2151



KESÄN toimintaa

Toukokuussa minigolf ja elokuussa fribegolf, joka sunnuntai Törnävällä.

Seuraa Eparin seurapalstaa, Facebook sivuja sekä kotisivuja, joissa lähempänä enemmän tietoa.

Ia-su 1-2.8. Kesäretki Porvooseen

| | | |
|----------------|------------------|--|
| La 1.8. | klo 6.00 | Lähtö Seinäjoen matkakeskuksesta. |
| | klo 8.30- 9.30 | Buffet aamiainen ABC Pirkkalassa |
| | klo 12.00 | Saapuminen Porvooseen ja käynti Brunbergin tehtaalla. |
| | klo 13.00 | Opastettu kaupunkikiertä bussilla ja kävellen, ryhmä tapaa suomenkielisen oppaan Porvoossa, Kirkkotorilla. |
| | klo 14.30 | Opastus ja oppaan palvelut loppuvat esim. Rihkamatorilla. |
| | klo 14.30- 16.00 | Omatoiminen lounas ja ostoaikaa Porvoon vanhassa kaupungissa Majoittuminen Haikon kartanon kylpylähotelliin. |
| | klo 20.00 | Kolmen ruokalajin illallinen Haikossa, sis. veden ja kahvin |
| Su 2.8. | klo 7.30- 10.30 | Aamiainen Haikossa |
| | klo 8.00 | Allasosasto aukeaa |
| | klo 11.00 | Huoneiden luovutus ja kotimatalle lähtö |
| | klo 12.45-13.30 | ABC Riihimäki, kahvitauko ja ostoaikaa (omakustanne) |
| | klo 15.30.16.30 | Noutopöytälounas Tei-Tuvassa |
| | klo 18.30 | Saapuminen Seinäjoelle. |

Hinta aikuiset 120€ jäsen, 245€ ei jäsen, lapset yli 5 vuotiaat 60€.

Ilmoittautumiset Päiville 12.6 mennessä, puh. 050-5219564 tekstiviestillä tai soittamalla. Vastaa kun ei ole töissä. Muista ilmoittaa ruokavalio.

Matka laskutetaan etukäteen.



Jäsenmaksuasiaa

Ota yhteys kaikissa yhdistyksen jäsenyyttä koskevissa asioissa yhdistyksen puheenjohtajaan Anu Korpi-Kulmalaan, yhteystiedot tiedotteen lopussa.

Jäsenmaksu on edelleen 12 euroa vuodessa ja se laskutetaan Munuais- ja maksaliiton kautta. helmi-maaliskuussa. Olisi kiva, jos muistaisitte maksaa ensimmäisen laskun ja enää tulee vain yksi muistutus lasku.

Jäsenmaksujen maksaminen vuodelta 2020 katkeaa lokakuun lopussa. Sen jälkeen jäseneksi liittyneiltä peritään maksu vasta vuonna 2021. Jäsenmaksun yhteydessä saat jäsenkortin, joka sisältää Munuais- ja maksaliiton valtakunnalliset jäsenedut. Säilytä se lompakossasi.

Valtakunnallisten jäsenetujen lisäksi saat neljä kertaa vuodessa ilmestyvän Elinehto-lehden, joka on jäsenistölle kattava luku-, tieto- ja elämäntarinapaketti. Yhdistyksen toiminnasta kertova jäsen tiedote ilmestyy kaksi kertaa vuodessa. Kotisivulta www.epmuma.fi löytyy tietoa yhdistyksen toiminnasta ja sielläkin voi liittyä jäseneksi. Kotisivulta pääsee yhdistyksen Facebook-sivulle. Toiminnasta ilmoitetaan myös EPARI-lehden seuratoimintapalstalla ja ILKKA-lehden yhdistysten toimintapalstalla.

Munuais- ja maksaliiton kotisivut www.muma.fi ovat laaja tietopankki valtakunnallisesta toiminnasta.

Yhdistyksen jäsenedut dialyysipotilaille, elinsiirron saaneille sekä hyksin kontrolleissa käyville maksapotilaille

Edelleen näihin ryhmiin kuuluvat potilaat saavat yhdistykseltä takautuvasti 100% korvauksen ostamistaan uimahalli- ja keilailulipuista. Vapaamuotoiseen anomukseen tulee liittää alkuperäiset kuitit. Samalla periaatteella, alkuperäisiä kuitteja ja vapaamuotoista hakemusta vastaan ja hallituksen päätöksellä yhdistys korvaa puolet em. ryhmien kylpylä- ja kuntosalilipuista.

Anomukset lähetetään os. Päivi Kutinlahti Nallenpolku 1 B 3, 60510 Hyllykallio. Jos oma asuinkuntasi tarjoaa erityisryhmille suunnattuja uimahalli/ kuntosalipalveluja kannattaa sieltä anoa palveluun kuuluva edullinen vuosikortti, joka sisältää rajattoman määrän käyntejä. Yhdistys maksaa vuosikortin hinnan takautuvasti alkuperäistä maksukuittia ja vapaamuotoista anomusta vastaan. Nämä kaikki jäsenedut edellyttävät yhdistyksen jäsenyyttä.

Yhdistyksen järjestämille maksullisille retkille, tilaisuuksiin ja tapahtumiin tuetaan taloudellisen tilanteen mukaisesti yllä olevia potilasryhmiä kuten myös kaikkia yhdistyksen jäseniä.

Munuais- ja maksaliiton valtakunnalliset jäsenedut

Jäsenedut saa jäsenkortilla, jäsennumerolla tai jäsentunnuksella. Jäsenkortti on helmikuussa lähetetyn jäsenmaksun yhteydessä. Jäsennumero on myös lehden takakannen osoitetiedoissa.

- > PlusTerveys hammaslääkäriasema Fossa
- > Otavamedia
- > Pajulahti
- > Holiday Club Hotel Anna
- > Instru optiikka
- > Sokos hotellit
- > Kampaamo ja jalkaterveys Vanessa
- > Kauneushoitola Charmonie Spa
- > Kylpylähotelli Kuntoranta
- > Silmäasema Silmäset
- > Tallink Silja
- > Viking Line
- > LähiTapiola Pääkaupunkiseutu
- > Virkistysthotelli Yyteri

Lisää tietoa jäseneduista saat www.muma.fi/jasenedut ja [Kirsi Kauppinen, kirsi.kauppinen@muma.fi](mailto:kirsi.kauppinen@muma.fi), p. 050-4365 707.

Munuais- ja maksaliiton sopeutumisvalmennuskurssit ja virkistystoiminta

Tietoja Munuais- ja maksaliiton kurssi tarjonnasta, virkistystoiminnasta, tapahtumista, tapaamisista ja tuetuista lomista sekä hakuohjeita antaa liiton kuntoutuspäällikkö Timo Rautiainen p. 050 3427140 tai meidän järjestösuunnittelijamme Petri Leppänen p. 040- 5129 295. Tietoa saat myös oman hoitopaikkasi sairaanhoitajilta tai sosiaalityöntekijältä. Liiton kurssitarjonta ja hakuohjeet löytyvät liiton kotisivulta www.muma.fi/ kuntoutus ja sosiaalityö tai yhdistyksen kotisivulta www.epmuma.fi. Vuoden 2020 kurssijulkaisu oli Elinehto-lehden 4/2019 liitteenä!

Vertaistuki

Tietoa potilaiden koulutetuista vertaistukijoista saat oman hoito-yksikkösi sairaanhoitajilta ja järjestösuunnittelija **Pertti Leppäselältä**.

Lahjoitukset

Jos haluat tukea potilasyhdistyksesi toimintaa lahjoituksella voit tehdä sen tilille: **Oma Säästöpankki FI52 4108 0010 5136 64**.

Suruadresseja myynnissä

Yhdistyksen puheenjohtajalla on myynnissä valikoima kauniita suruadresseja hintaan 10 €/kpl.



Puheenjohtaja Jäsenrekisterin pääkäyttäjä

Anu Korpi-Kulmala
p. 044-9112 151,
korpi-kulmala@luukku.com

Varapuheenjohtaja

Tuomo Salo,
p. 050-5288 221,
tuomo.salo@evl.fi

Sihteeri

Matti Kristola,
matti.kristola@evl.fi

Länsi-Suomen järjestösuunnittelija

Petri Leppänen
p. 040-5129 295
petri.leppanen@muma.fi



Suomalainen, konstailematta reiluin
HAMPURILAISKETJU
TERVETULOA!

