



www.loimaanseudundiabetes.net

loimaanseudundiabetes@gmail.com

Yhdistyksen puh.nro 0400-169046

Löydät meidät myös facebookista!

Teemme yhteistyötä Loimaalla sijaitsevan **Annelan jalkahoidon** kanssa. Jäsenillemme hoitolasta etuna tällä kupongilla:

Tällä kupongilla:

Tutustumistarjouksena jäsenemme saavat jalkarasvan diabeetikolle (ovh 12e) loka-marraskuussa 2015 tilattujen jalkahoitojen lisänä maksutta.

HUOM! Etu voimassa vain loka-marraskuussa 2015!

Lahjakortti jalkahoitoon on hyvä joululahjaidea diabeetikolle!

Annelan jalkahoito

Anne Peltola, jalkojenhoidon ammattitutkinnon suorittanut lähihoitaja
Kauppalankatu 9-11, 32200 Loimaa
puh. 040-7666151
peltola.anne@luukku.com
www.annelanjalkahoito.fi

Jäsentiedote syksy 2015

Luvassa:

- **Liikuntavuorot jatkuvat**
- **Uusi liikuntaryhmä pitkäaikaissairaille**
- **Syyskokous 28.10**
- **Vertaistukiryhmä toimintaa: tietoisuus ensiavusta maallikoille, omat kokemukset insuliinipumppuhoidosta yms.**
- **Maailman Diabetespäivän tapahtuma on Yläneellä 12.11.**
- **Ikäkuulo- luento yhdessä Reumayhdistyksen kanssa 5.11**
- **Uutta! yhteistyötä Annelan jalkahoidon kanssa**





VERTAISTUKIRYHMÄ DIABEETIKOILLE JA LÄHEISILLE

- ✓ **Torstaina 1.10 klo 18, Tuulensuun palvelukeskus (Huvilakatu 34, Loimaa).**
Tietoisku: ensiapukurssi maallikoille, Punaisen Ristin Loimaan osaston edustaja kertomassa tärkeistä ensiaputaidoista arkielämässä, Miten toimia yllättävissä sairaskohtaus tilanteissa?
- ✓ **Torstai 5.11 klo 17.30, Kartanonmäen palvelukeskus ruokala (Juvantie 1, Loimaa).** Omia kokemuksia insuliinipumppuhoidosta, omista kokemuksistaan kertoo Markku Vähätalo ja Anniina Keskitalo.
- ✓ **Torstai 3.12 klo 17.30, Kartanonmäen palvelukeskus (Juvantie 1, Loimaa).**
Vietämme rentoa pikkujoulua vertaistuen ja keskustelun merkeissä! Luvassa ohjelmaa.



TERVETULO!

Huomaathan, että kokoontumispaikka ei ole aina sama! Lisätiedot ryhmästä Anniinalta tai Elinalta.

LIIKUNTA



Yhdistyksen kuntosalivuoro tiistaisin
klo 14.30-15.30 Hirvihovin
kuntosalilla, kuntosalimaksu.

Lisätiedot. Tarmo Virtanen p. 050
4658103

Vesijumppa Vesihovissa torstaisin klo 15-
15.30. Osallistuminen vaatii kirjautumisen
lippukassalla, normaali
uimahallimaksu. Lisätiedot Esa
Virta p. 0400 177088.



UUTTA!

Liikuntavuoro pitkäaikaissairaille Loimaan



Puistokadun koulun liikuntahallilla
(Puistokatu 16, Loimaa)
keskiviikkoisin klo 11-12. (järj.
Loimaa). Maksu 2,50e/kerta tai
25e/kausi, omakustanteinen.



Maailman diabetespäivä

marraskuun 14. päivä

Hyvää diabetesviikkoa! Hoida itseäsi, tarkista ”tilanteesi”

Maailman diabetespäivän tapahtuma Yläneellä torstaina 12.11
Klo 12.00 – 15.00 Yläneen Osuuspankki, kerhohuone
(Haverintie 6, 21900 YLÄNE)

Ohjelmassa:

- Diabetesaiheiset tietoiskut
- Mahdollisuus influenssarokotukseen
- Kahvitarjoilu
- Tuote-esittelyjä
- Mittauspisteitä



Tilaisuuden järjestää:
Pöytyän ktt:n ky/ diabetesneuvola ja
Loimaan seudun diabetesyhdistys ry.
Tilaisuus on maksuton



TERVETULOA!

Diabetesliitto täyttää tänä vuonna 60v.
www.diabetes.fi osoitteessa juhluvuoden tapahtumista
ja paljon muutakin hyödyllistä tietoa!



Yhdistyksen hallituksen yhteystiedot 2015

- Vesa Anttila – puheenjohtaja, p. 0400 541093/
vesaanttila85@gmail.com
 - Aira Lankinen – varapuheenjohtaja, jäsenasioiden hoitaja, p. 044
3480655/lankinen.aira@gmail.com
 - Elina Salonen – sihteeri, p.050 3794355/
elina.salonen2015@gmail.com
 - Anniina Keskitalo – vertaistukiryhmätoiminta, p. 0400
683048/anniina.keskitalo1@gmail.com
 - Esa Virta – liikuntavastaava, p. 0400 177088
 - Tarmo Virtanen – liikuntavastaava, p. 050 4658103
 - Aimo Polo – vaalikeräysvastaava, p. 0442195616
- Hallituksen ulkopuolinen asiantuntijajäsen Markku Vähätalo.

- Voit liittyä yhdistyksen jäseneksi: yhdistyksen tapahtumissa,
www.diabetes.fi/liity tai ota suoraan yhteyttä hallitukseen!
- Yhdistyksen oma puh.nro. 0400-169046.
- Yhdistyksen löydät nyt myös Facebookista!

TOIMINTAA KYRÖSSÄ

Kuntosaliharjoittelun pikakurssi

ma 30.9. klo 16.00 Elisenvaaran koulun
kuntosalissa, liikuntasihteeri Markus Salo.



Ajankohtaista diabeteksen hoidossa

ma 23.11. klo 17.00 Kyrön POP Pankin
kerhuhuoneessa, diabeteshoitaja Satu Aaltonen.

Liikuntaa ja painonhallintaa:

- Osallistumme tuolijumppaan maanantaisin klo 15-15.40 Kyrön Kotikarjalossa, Talvitie 1.
- Kuntosali keskiviikkoisin klo 16-17, yhdistyksellä oma vuoro Elisenvaaran koululla, jäsenille maksuton.
- Vesijumppaa torstaisin klo 15 Loimaalla Vesihovissa.
- Painonhallintaryhmä perjantaisin klo 10, Kyrön terveysasemalla, uudet myös tervetulleita.



Lisätietoja: Erja Linkki, 040 709 1972, erja.linkki@gmail.com

TOIMINTAA LOIMAALLA

Yhdistyksen syyskokous pidetään
keskiviikkona 28.10.2015 klo 18.00
Tuulensuun palvelukeskuksen ruokasalissa
(Huvilakatu 32, Loimaa). Tilaisuudessa on
kahvitarjoilu. Tervetuloa!



Ikäkuulo luento torstaina 5.11 klo 14 Tuulensuun
palvelukeskuksessa (Huvilakatu, Loimaa), yhdessä



Reumayhdistyksen kanssa,
luennoitsijana Erja Linkki.
Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

TULOSSA!

Keväällä 2016 on tulossa luento aiheesta
Omakanta tutuksi, luento järjestetään yhteistyössä
Kelan kanssa. Tarkempi ajankohta selviää
myöhemmin, seuraa ilmoitteluamme!