

Aurinkoista alkusyksyä kaikille!

On aika aloittaa taas syksyn toiminta. Tervetuloa mukaan toimintaan sekä uudet että vanhemmat jäsenet!

AJANKOHTAISTA

Kuntosalitoiminta jatkuu taas 14.9. alkaen Suokadun palvelukeskuksen Voimanpesässä keskiviikkoisin klo18-19.15 osoitteessa Suokatu 6. Kuntosaliharjoittelu on tarkoitettu kaikenikäisille ja – kuntoisille, se on maksutonta ja vertaisohjattua. Lisätietoja antaa Esa Kvist p. 050 5219376.

Kuntojumppaa ikääntyneille maanantaisin klo10 Puijon väestösuojassa, Suurmäentie 19.9 alkaen. Lisätietoja Timo Harju p. 0400 272078

Jäsenilta torstaina 22.9.2016 Viretorin aistihuoneessa klo 17alkaen (Presidentinkatu1-3). Tule rentoutumaan Sakkyn opiskelijoiden opastamana. Omavastuu 2€. Ilm. sihteeri Paula Joenaholle 14.9. mennessä. Mukaan mahtuu 17osallistujaa.

Lauantaina 1.10.2016 koko perheen Ruskaretki lisalmeen, Sikokallion Majalle, Niiralanniement.19 Kyyti Kuopiosta järjestetään tarpeen mukaan. Kyydistä peritään pieni omavastuu.

Lähtö Kuopiosta klo 9. perillä n.klo 10. Ohjelmassa ulkoilua, makkaranpaistoa, lettuja, kahvittelua, mukavaa yhdessäoloa. Yhdistys kustantaa ruokatarjoilun.

Ilm. 20.9. mennessä sihteerille s-posti kuopio.epilepsia@gmail.com tai p.040 7771216 tarjoilun ja kyydin järjestämiseksi. Huom! Saunomismahdollisuus.

Paikkaan voi tutustua www-osoitteessa <http://www.iisalmenlatu.fi>

Järkievääät-ruokaa aivoille!

Luento **13.10.2016** Suokadun palvelukeskuksessa klo 17–18.30 (Suokatu 6, Kuopio)
Onko ruualla väliä aivojen hyvinvoinnille ja järjen juoksulle? Tule oppimaan, miten voit ravita aivosi ja syödä ne virkeiksi. Luennoitsijana Henna Lehikoinen TtM, laillistettu ravintoterapeutti. Järjestäjänä Neurologiset yhdistykset yhdessä.

Ylä-Savon epilepsiapäivä lauantaina 15.10.2016

Aika: klo 10.30–15 Paikka: Aspa-palvelut, Savonkatu 27, lialmi

Ohjelma:

10.30–11.30 Tarinoita epilepsiasta

11.30–12.30 Lounastauko

12.30–14.30 Aikuiset: alustus ja keskustelua epilepsian kanssa elämisestä, mukana neurologi Leena Jutila, KYS

Lapsille: Taitopaja ”Yes I Can= kyllä minä osaan”

14.30–15 Tilaisuuden päätös ja jatkosta sopiminen

Tilaisuus on tarkoitettu epilepsiaa sairastaville henkilöille ja heidän läheisilleen sekä muille asiasta kiinnostuneille. Tilaisuus on maksuton.

Tarjoilun vuoksi ennakkoilmoittautumiset 3.10. mennessä aluesihteerille Pirkko Ulmaselle p.040 5110092, s-posti pirkko.ulmanen@epilepsia.fi



Syksyn ensimmäiset **vertaistuki-iltamat** KYS:n Lasten ja nuorten klinikalla (lasten neurologian yksikön 3402:n tiloissa, S-aula, 10.krs)

Tiistaina 27.9.2016 klo 18–20: Erityistä tukea tarvitsevan lapsen harrastamine ja harrastustoiminnan tukeminen. Alustajana erityispedagogiikan vastuuopettaja Annukka Knuutila Kuopion konservatoriolta.

Ilm. lastenhoidon järjestämiseksi 20.9.mennessä johannes.hietala@aivoliitto.fi tai p. 040 5437289

TULEVAA TOIMINTA

josta lisää seuraavassa jäsenkirjeessä

Syyskokous ja pikkujoulut perjantaina 11.11.2016 klo 18

Joulumyyjäiset Kysillä perjantaina 12.12.2016 klo 8-15.

ALUEKERHOT

Pielaveden epilepsiakerho

Pielaveden aluekerho kokoontuu kuukausittain klo 18, Ikälän talossa, Toritie 6 ellei toisin ilmoiteta. Tapahtumista ilmoitetaan tekstiviestillä. Aluekerhovastaava Jaana Väisänen p. 040 756 5221 s-posti jaana-annikki@hotmail.fi

Kiuruveden epilepsiakerho

Kiuruveden aluekerho kokoontuu kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona klo 18, Asematie 37 H 28. Aluekerhovastaava Ilpo Kastarinen p.0400 912 589, s-posti ikastarinen@gmail.com

lisämessä aluekerhotoiminnasta kiinnostuneet ottakaa yhteyttä yhteyshenkilönä toimivaan Erkki Turpeiseen p. 050 323 6051, s-posti erkkijuhani.turpeinen@gmail.com

Ilmoitathan meille, jos osoitteesi, sähköpostiosoitteesi tai puhelinnumerosi muuttuu. Sähköpostilla voimme helpoimmin ilmoittaa tapahtumamuutoksista sekä tapahtumista, joita ei jäsenkirjeessä ole.

Sähköisen jäsenkirjeen tilaaminen säästää luontoa ja euroja!

Ilmoita muutoksista osoitteeseen epilepsia.kuopio@gmail.com tai p. 040 777 1216



TOIMISTO MUUTTAA

Uusi käytösioite 1.10.2016 alkaen: Microkatu 1, M-osa, 9.krs
postiosoite 1.10. alkaen: PL 1188, 70211 Kuopio

Toimistopäivystys ti klo 9-10.30 ja to klo 17–19

Puhelinpäivystys ma-ke-pe klo 9-10

s-posti kuopio.epilepsia@gmail.com

