

PL 1199

70211 Kuopio

KUOPION SEUDUN EPILEPSIAYHDISTYS/TOIMISTO

Käyntiosoite: Microkatu 1, M-osa, 9. krs

70210 Kuopio

Postiosoite: PL 1199

70211 Kuopio

TOIMISTO AVOINNA SOPIMUKSEN MUKAAN

[toimisto.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:toimisto.kuopionseutu(at)epilepsia.fi)

Puhelin 040 777 1216

[www.facebook.com/Kuopion Seudun Epilepsiayhdistys](https://www.facebook.com/Kuopion-Seudun-Epilepsiayhdistys)

<https://www.epilepsia.fi/web/kuopion-seutu/etusivu>

PUHEENJOHTAJALTA

Hei ja hyvää alkanutta syksyä kaikille jäsenille. Kohta puolin alkavat meidän ryhmät taas käyntiin. Liikunnasta kaverikahvilaan. MUISTUTAN 10.9. Olevasta epilepsialiitto 50- v juhlasta mikä toteutetaan kaverikahvilana.

YHDISTYKSEMME KAIPAA NYT UUTTA SIHTEERIÄ SEKÄ OHJAAJAA KAVERIKAHVILAAN.

TOIVOMME LISÄÄ VAPAAEHTOISIA JA JÄSENIÄ TUOMAAN HYVIÄ IDEOITA YHDISTYKSEMME TOIMINTAAN! Kahvilla nähdään!

Esa Kvist p. 050 521 9376 tai [pj.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:pj.kuopionseutu(at)epilepsia.fi)

AJANKOHTAISTA



Olonkorjuutori: 23-24.8.2019 Kuopion kauppatorilla perjantaina klo 9-17 ja lauantaina klo 9-16 Tukipilarin teltassa voit tavata yhdistyksen väkeä. Teemana on Osaatko auttaa?

Viesteillämme haluamme muistuttaa, että jokainen voi auttaa epilepsiakohtauksen saanutta lähimmäistä. Kertoa, että jokaisella on myös velvollisuus auttaa.

Rohkaista ihmisiä opettelemaan epilepsiakohtauksen ensiapu.

Paikalle mahtuu vielä yhdistyksen väkeä!

Tiedustelut: Johanna Kettunen p. 040 820 6795, s-posti [tinjami1\(at\)gmail.com](mailto:tinjami1(at)gmail.com)



Kaverikahvila 2019 klo 13–15 joka toinen tiistai. Paikkana Ramin Konditoria Kauppakeskus Sektorissa Puijonkatu 23, Kuopio.

Avoimet kaverikahvit on tarkoitettu kaikille epilepsiaa sairastaville ja heidän läheisilleen.

Tiistaina 10.9. Epilepsialiitto tarjoaa tätekakkukahvit 50-vuotispäivän kunniaksi klo 15-18. Tervetuloa! Huom. poikkeuksellinen aika. Paikalla Epilepsialiiton työntekijöitä.

Syksyn kaverikahvit **24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11, 3.12. ja 17.12. Klo 13-15.** Järjestäjänä Kuopion Seudun epilepsia yhdistys.

Esa Kvist p. 050 521 9376 tai [pj.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:pj.kuopionseutu(at)epilepsia.fi)

LIIKUNTA

Keilakerho kerran kuukaudessa klo 14–16 Keilahallilla, Keilakatu 3, Kuopio.

Keilailukerrat 26.9., 31.10., 28.11. ja 19.12.

Ohjaajana Johanna Kettunen p. 040 820 6795, s-posti [tinjami1\(at\)gmail.com](mailto:tinjami1(at)gmail.com)

Jäsenille kenkämaksu 1€+keilaus maksuton, ei jäsenille kenkämaksu 1€+5€/kerta

Kaverikävelyt Jatketaan viime keväänä aloitettuja kävelylenkkejä joka toinen maanantai klo 15.30 Kokoontuminen hotelli Scandicin edessä Satamakadulla. Reitti on esteetön. Avustajan voi halutesaan ottaa matkaan. Kerrat: 5.8., 19.8., 2.9., 16.9. ja 30.9.2019. Ohjaajina toimivat vertaiset Lotta Anttila ja Päivi Karjalainen. Säävaraus (pieni tihkusade ei haittaa). Voimme halutessamme käydä kahvilla omakustanteisesti lenkkeilyn jälkeen. Lämpimästi tervetuloa! Lisätietoja antaa Lotta Anttila p. 044 509 9553 ja Päivi Karjalainen p. 044 534 5339.

Kuntosalitoiminta Suokadun palvelukeskuksen Voimanpesässä keskiviikkoisin klo 18–19.15 (osoitteessa Suokatu 6) Kuntosaliharjoittelu on tarkoitettu kaikenikäisille ja – kuntoisille, se on maksutonta ja vertaisohjattua. Toiminta jatkuu taas **4.9.2019** alkaen.

Lisätietoja antaa **Satu Niskanen p. 040 554 9348,**

Esa Kvist p. 050 521 9376, [esa.kvist2\(at\)gmail.com](mailto:esa.kvist2(at)gmail.com)

NUORET

FEW-(Finnish Epilepsy Warriors) nuoret.

Tied. Epilepsialiiton työntekijä: Jani Takkunen p.050 512 6617

FEW. facebook sivut <https://www.facebook.com/groups/498770947307674/>

Lisätietoja [finpilepsywarriors\(at\)gmail.com](mailto:finpilepsywarriors(at)gmail.com) tai p. 050 512 6617.

Ruskaretki 21.9.2019 lauantaina Rautavaaran Metsäkartanolle. Matka toteutuu jos mukaan lähtee 8 henkilöä. Ilmoittautumiset 13.9. mennessä [toimisto.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:toimisto.kuopionseutu(at)epilepsia.fi) tai p. 040 777 1216. Kyyti Kuopiosta järjestetään, retken omavastuu 10€ jäseneltä.

28.-29.9. 2019 Kys-alueen epilepsiayhdistysten virkistysviikonloppu Anttolanhovissa Mikkelissä. Saapuminen lauantaina 28.9., lounas klo 12 ja lopetus sunnuntaina klo 14.

Viikonlopun hinta majoituksen mukaan 2hh Superior twin 115€/hlö, 2hh Standard twin 110€/hlö, Economy twin 105€/hlö. Lapset (4-12v, lisävuoteella) 57,50€/hlö ja alle 4-vuotiaat veloituksetta. Yhdistys maksaa 1/2 osallistumismaksusta jäsenille.

Ilmoittautuminen ja tiedustelut 11.9.2019 mennessä p. 040 7771216 tai [sihteeri.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:sihteeri.kuopionseutu(at)epilepsia.fi) Samalla saat lisätietoa ohjelmasta.

Vaikuttajafoorumi Oulussa 4.-6.10. 2019 Scancic Oulun city. Epilepsialiiton vapaaehtoistoimijoille, luottamushenkilöille sekä yhteistyökumppaneile kohdistettu tapahtuma. Lisää asiasta Epilepsialehdessä sekä liiton www-sivuilla www.epilepsia.fi

Tiistaina 12.11.2019 klo 17-19 **Harvinaisesti yhdessä-vertaistuki-ja luentotilaisuus** kaikille joita harvinaiset epilepsiat kiinnostaa. Kuopio. Paikka avoin. Harvinaiset yhdessä-hankkeen järjestämä avoin tilaisuus, jossa on luento harvinaisista epilepsioista (Reetta Käviäinen) ja keskustelua aiheesta.

Tiedustelut Paula Sorjonen p. [paula.sorjonen\(at\)epilepsia.fi](mailto:paula.sorjonen(at)epilepsia.fi) tai 040 921 0976.

Vertaisohjaajakoulutus 15.-17.11. Holiday Club Tampereen kylpylä. Koulutus on suunnattu vertaisohjaajatoiminnan vapaaehtoisille. Ohjelma julkaistaan lokakuussa. Tiedustelut Anu Hämäläinen, Epilepsialiitto p. 040 511 0092

Syyskokous 28.11.2019 torstaina klo 18, Ramin konditoria, Sektorin kauppakeskus, Puijonkatu 23, Kuopio. Käsitellään sääntömääräiset asiat mm. vahvistetaan toimintasuunnitelma, talousarvio sekä jäsenmaksujen suuruudet erikseen varsinaisten ja kannattajajäsenten osalta vuodelle 2020 sekä valitaan hallituksen varsinaiset jäsenet ja varajäsenet erovuoroisten ja eroavien tilalle.
Hallitukseen kaivataan uutta verta!

Kokouksen jälkeen vietetään pikkujoulua sekä nautitaan joulupuuroa n. klo 19 alkaen Ramin Konditoriassa. Tarjolla ruokaisaa salaattia, leipäkori ja juustoleikkele, joulupuuro ja kaneli-sokeria, jäävesi+mehu, Talon omat joulutortut ja kahvit.

Ilmoittautumiset sekä mahdolliset erikoisruokavaliot **18.11. mennessä** [toimisto.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:toimisto.kuopionseutu(at)epilepsia.fi) tai p. 040 777 1216

Joulumyyjäiset maanantaina 2.12.2019 klo 8-15 Kysin aulassa (Puijonlaaksontie 2). Otamme vastaan leivonnaisia ja käsitöitä myytäväksi. Paikalle kaivataan myös myyjä! Leivonnaiset voi tuoda suoraan myyntipaikalle.

Tiedustelut **Johanna Kettunen** p. tai 040 7771216.

ALUEKERHOTOIMINTA

Pielaveden epilepsiakerho

Pielaveden aluekerho kokoontuu kuukausittain klo 18.00 Ikälän talossa, Toritie 6 ellei toisin ilmoiteta. Tapahtumista ilmoitetaan tekstiviestillä.

Aluekerhovastaava Jaana Väisänen p. 040 756 5221, s-posti [jaana-annikki\(at\)hotmail.fi](mailto:jaana-annikki(at)hotmail.fi)

EPI kerho kokoontuu **11.9. kakkukahvien merkeissä, 9.10., 13.11. ja pikkujoulut 11.12.** Keilaus **25.9., 30.10., 27.11.** Pielaveden Keilahallissa klo 18.00, Laaksotie 30 Pielavesi.

Jäsenetuja

Kunnonpaikka Vuorelassa tarjoaa edullisia kylpylä- ja kuntosalilippuja Tukipilarin kanssa

yhteistyösopimuksen tehneille yhdistyksille. Edun saa näyttämällä yhdistyksen jäsenkortin tai kertomalla, minkä yhdistyksen jäsen on. Jos toimintoihin tarvitsee avustajaa, niin avustaja pääsee veloituksetta kuntosalille ja kylpylään.

Kulujen säästämiseksi pyrimme lähettämään jäsenkirjeen sähköisesti. Pyydämme ilmoittamaan sihteerille ([toimisto.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:toimisto.kuopionseutu(at)epilepsia.fi)) sähköpostiosoitteen, johon kirjeenne voidaan lähettää.

Ilmoita muutokset yhteystietoihin osoitteeseen [toimisto.kuopionseutu\(at\)epilepsia.fi](mailto:toimisto.kuopionseutu(at)epilepsia.fi)

tai p. 040 777 1216

Terveisin Hallitus

