

JÄSENKIRJE 3/ 2019



Vapaudenkatu 8 A 4 (toinen kerros, SPR:n tilat) 15110 Lahti
puhelin 044 571 4444
sähköposti: paijathameen.epilepsia@gmail.com
verkkosivu: www.epilepsia/yhdistys
Facebook: [päijät-hämeen epilepsia yhdistys](https://www.facebook.com/paijat-hameen-epilepsia-yhdistys)

HEI !

Kesä on jo loppusuoralla, joten on aika suunnata loppuvuoden toimintaan.

Säännöllisesti jatkuva ohjelma:

PÄIVYSTYS:

Päivystys jatkuu SPR:n tiloissa, Vapaudenkatu 8 A 4, joka maanantai klo 11 - 13 Markon vetämänä. Uusia päivystäjiä kaivataan.

ULKOILUKERHO:

Pokemonkerho on muutettu ulkoilukerhoksi, jotta useampikin uskaltautuisi mukaan. Liikutaan yhdessä ja rupatellaan. Keräillä voi vaikka kiviä... siis mukavaa yhdessäoloa ja liikkumista. Lähtö liikkeelle SPR:n toimistolta Vapaudenkadulta. Maanantait: 12.8., 9.9., 7.10. ja 11.11.2019 klo 17 -18.30.
Vetäjänä Marko.

KEILAUS:

Lahden keilahallissa, Launeenkatu 5, on varattu yhdistykselle ratoja. Tiistait 20.8., 24.9., 29.10. ja 26.11 klo 7 - 18.
Varaa muutama kolikko kenkävuokraan ja oma juomapullo.

KUNTOSALI:

Me ja muutama muu yhdistys yhdessä olemme varanneet kuntosalivuoroja Salpausselän mäkipatsomon kuntosalilta, Salpausselänkatu 8. Salivuoro on kävijöille ilmainen. Salivuoro on joka keskiviikko klo 17- 18.
Ensimmäinen treeni 4.9. ja jatkuu 22.12. asti. Muista juomapullo mukaan.

PELIKERHO:

Harrastetaan lautapelejä. Muistellaan vanhoja ja testataan uusia. SPR: n tilat Vapaudenkadulla ja aikana maanantait 23.9., 28.10. ja 25.11 klo 17-19. Pelissä mukana Pasi.

YHDISTYKSEN KAHVIHETKI:

Tarjoamme kahvihetken, jutellaan sekä tutustutaan toisiimme. Paikkana Mariankadun Sinuhe Lahdessa Maanantaisin 19.8., 16.9., 21.10. ja 18.11. klo 17-19. Juttuseurana mm. Jaana ja Ruska.

TAPAHTUMAT:

23.08.19 Retki Hirvaskankaalle Aki Palsanmäen huutokauppaan Kanta-Hämeen yhdistyksen kanssa. Linja-auto tulee Lahden kauppatorin turistipysäkille klo 12. Matkan hinta 35e, sisältäen matkan ja ruokailun. Ilmoittautuminen Jouko Dahlman p.0505424726. Ilmoittaudu heti! Tarkempi ohjelma häneltä.

22.09.19 Retki Lapakiston laavulle. Lähtö Marolankadun turistipysäkiltä klo 9.45. Lapakiston parkkipaikalle voi mennä myös omalla kyydillä. Varaa ulkoiluun sopiva varustus ja omat nuotiomakkarat. Ulkoilureitti on mahdollista myös liikuntaesteisen liikkua. Yhdistys kustantaa tilataksin ja juomat sekä tikkupullan. Paluu kotiin n. klo 14. Ilmoittautuminen Marjolle p.0405949621 18.9. mennessä kuljetuksen järjestämiseksi.

8.10.2019 klo 17-19 Meille tulee esittäytymään Yhteisövalmentaja Jani Takkunen Epilepsialiitosta. Hän tuo liiton terveiset, tietoa kursseista ja niihin hakemisesta. Hänelle voi esittää kysymyksiä ja keskustelu on vapaata. Yhdistys tarjoaa kahvit ja pullan. Paikkana SPR:n tilat Vapaudenkatu 8.

30.10.19 Perinteinen uimareissu Villähteen Erstaalle, Kaarisillan lämpimälle altaalle klo 17 - 20. Paikalle pääsee linja-auto nro 4.lla. Uimisen jälkeen paistetaan makkaraa ja syödään yhdessä iltapalaa. Otathan omat eväät mukaan. Uimisen turvana paikalla on muutama sairaanhoitaja mm. Marjo. Ei tarvitse ennalta ilmoittautua.

30.11.19 klo 13- 17. Vietetään pikkujoulua Kaupunki kylän tiloissa, Hollolankatu 1, Lahti. Syödään herkuja ja seurustellaan. Ohjelmassa Konsta Hietanen, joka laulaa ja laulattaa meitä ja saattaa Joulupukkikin käydä, jos ollaan kilttejä. Osallistuminen 10e/ henkilö ja ilmoittautuminen ja erityisruokavalio ilmoitus Markolle p. 045 6338031 16.11.19 mennessä.

Järjestämme esittäytymisen syksyn aikana, vanhassa Lahden kaupunginsairaalan tiloissa, nimikkeellä Yhdistykset tutuiksi. Seuraa Facebook, sähköposti sekä menoinfo viestintää ja tule mukaan.

Osallistu ja tule mukaan. Nähdään.

Terveisin hallitus

PÄIVYRI

12.8.2019 päivystys klo 11-13

12.8.2019 ulkoilu klo 17

19.8.2019 kahvihetki klo 17

20.8.2019 keilaus klo 17

4.9.2019 kuntosali klo 17

9.9.2019 ulkoilu klo 17
11.9.2019 kuntosali
16.9.2019 kahvihetki klo 17
18.9.2019 kuntosali
23.9.2019 pelikerho klo 17
24.9.2019 keilaus
25.9.2019 kuntosali
2.10.2019 kuntosali
7.10.2019 ulkoilu
9.10.2019 kuntosali
16.10.2019 kuntosali
21.10.2019 kahvihetki
23.10.2019 kuntosali
28.10.2019 pelikerho
29.10.2019 keilaus
30.10.2019 kuntosali
6.11.2019 kuntosali
11.11.2019 ulkoilu
13.11.2019 kuntosali
18.11.2019 kahvihetki
20.11.2019 kuntosali
25.11.2019 pelikerho
26.11.2019 keilaus
27.11.2019 kuntosali
30.11.2019 pikkujoulu
4.12.2019 kuntosali
9.12.2019 viimeinen päivystys