

# Lounais-Suomen Lihastautiyhdistys ry

## Jäsenkirje 1/20

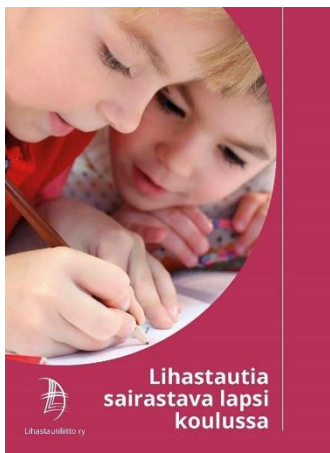
Jäsenkirjeen mukana on jäsenmaksu vuodelle 2020.  
Niille, jotka eivät ole vielä vuoden 2019 maksua suorittaneet,  
kirjekuoressa on molemmat vuodet.

Lounais-Suomen Lihastautiyhdistys ry:n sääntömääräinen kevätkokous  
ma 30.3. klo 14.30 turussa

**TOIMISTO ON SULJETTUNA 1.6-15.8.2020**

# LIHASTAUTIA SAIRASTAVA LAPSI KOULUSSA – KESKUSTELUTILAISUUS

MA 2.3. KLO 17.30-19.30



Keskustelutilaisuus pohjautuu Lihastautiliiton uuteen ”Lihastautia sairastava lapsi koulussa” –oppaaseen. Opas on syntynyt Lihastautiliiton saamista koulukokemuksista mm. kouluvierailuista ja palaverieista. Opas sisältää myös tietoa lasten yleisimmistä lihastaudeista ja niiden ominaispiirteistä. Oppaassa esitellään yleisiä toimintatapoja ja käytännön vinkkejä sellaisen ympäristön luomiseksi, jossa lihastautia sairastavat oppilaat voivat nauttia samoista mahdollisuuksista kuin luokkatoverinsakin.

Paikalla keskustelemassa ja kertomassa omista kokemuksistaan Selinä Nera, lukiolainen, joka on kirjoittanut oppaan ”oppilaalta opettajalle” –osuuden, Lihastautiliiton suunnittelija kouluasioissa Liisa-Maija Verainen sekä kokemustoimija Lassi Murto kertomassa omista opiskelu- ja työelämäkokemuksistaan.

Tervetuloa keskustelemaan ja kysymään kouluasioista. Tilaisuuteen toivotaan mukaan myös koulujen edustajia. Kutsu siis lapsesi opettajia ja koulunkäynnin ohjaajia mukaan tilaisuuteen.

Ilmoittaudu mukaan 26.2 mennessä [jasenasiat@lsly.fi](mailto:jasenasiat@lsly.fi) tai 050 913 3517.

Tilaisuus järjestetään Lounais-Suomen Lihastautiyhdistyksen tiloissa, Itäinen Pitkäkatu 68, 20810 Turku.



## SÄHKÄRIFUTIS TURNAUS LA 7.3.

Lähde sinäkin kannustamaan Inter voittoon! Paikkana Peltolan ammatti-instituutin sali, Hamppukatu 2, 20740 Turku. Turnaus alkaa klo 11.00 ja päättyy noin klo 18.00. Paikalle on vapaa pääsy.

- Otteluohjelma:
- 11.00 FC Inter Powerchair-TPV
- 12.00 FC Inter valkoinen - HJK
- 13.30 FC Inter valkoinen - TPV
- 14.30 FC Inter Powerchair - HJK
- 16.00 HJK - TPV
- 17.00 FC Inter Powerchair - FC Inter valkoinen

## **VERTAISTAPAAMINEN LA 14.3. KLO 13-16 LOIMAAN KEILAHALLILLA**

Kartanomäenkatu 2 B, 32200 LOIMAA. Jutustelua ja kahvittelua klo 13-15 ja keilausvuoro klo 15-16. Hallissa on laidat radassa ja vieritysluiska, joten kaikilta onnistuu keilaaminen. Rohkeasti kaikki mukaan. Paikan päällä on myös pelejä, jos lapset eivät halua kokeilla keilausta. **Ilmoittautumiset 6.3 mennessä 044 086 0426/Eeva.** Ilmoitathan myös mahdolliset erityisruokavaliot.

## **JÄSENTAPAAMINEN TO 23.3. JA MA 4.5 KLO 13-15 Turussa**

Tervetuloa mukaan kaikki; itse sairastavat ja läheiset. Ohjelmassa vapaata keskustelua, rentoa yhdessäoloa ja pientä purtavaa. Tapaaminen on yhdistyksen Turun toimistolla Itäinen Pitkäkatu 68, Turku. **Ilmoittautumiset 17.3 ja 28.4 mennessä [yhdistys@lsly.fi](mailto:yhdistys@lsly.fi) tai 050 913 3517 (myös tekstarit)**

## **LOUNAIS-SUOMEN LIHASTAUTIYHDISTYS RY:n SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN KEVÄTKOKOUS MA 30.3. KLO 15 TURUSSA**

Aloitetaan kahvilla klo 14.30 ja kokous alkaa klo 15.00.

**Lihastautiliiton uusi toiminnanjohtaja Sari Kuosmanen tulee esittelytymään.**

Paikkana yhdistyksen toimisto os. Itäinen Pitkäkatu 68, Turku. Käsitellään sääntömääräiset asiat. Kokous jaetaan myös Facebookin ryhmässä jäsenistölle livevideona. Kahvitarjoilu!

## **LIHASTAUTIPÄIVÄT ja LIITTOKOKOUS LA-SU 18.-19.4.**

Paikkana Scandic-hotellit Flamingo. Robert Huberin tie 6, Vantaa  
Tarkemmat lisätiedot seuraavassa Porräs-lehdessä.

## **YHDISTYKSEN KEVÄTRISTEILY, BALTIC PRINCESS MA-TI 20.-21.4.**

Kokoontuminen ma 20.4. klo 19.30 SILJAN terminaalissa, lippujen jako (laiva lähtee klo 20.15).

Laiva on takaisin Turussa ti 21.4. noin klo 19.15.

Matkan hinta:                   A-2-hengen hytti 40,50 €/hlö,  
  A-1-hengen hytti 50,50€.

Varattu myös A -luokan invahyttejä ja Allergiahyttejä

Pyörätuolilla, rollaattorilla tai muuten huonosti liikkuville voidaan järjestää kuljetus terminaalista hyttiin ja takaisin.

Hintaan sisältyy: risteily, laivan tarjoama ohjelma, lounas 21.4 klo 14.00 Grande-Buffer-rav. (7.krs. keula) ja pulla-kahvikuponki. Lisähintaan meriaamiainen 13€/hlö ja erikoisaamiainen 19€/hlö  
Ohjelmassa Marko Maunuksela, Jukka Hallikainen & Jackpot-orkesteri. Sekä Bingoillaan Saija Palinin ohjauksessa. Lisäksi omille asioille varattu jutustelu-aikaa ti 21.4 klo 10-12 laivan kokoustiloissa kansi 5 (keula). Mukana yhdistyksestä Petri Lindell.

KAIKKI AJAT SUOMEN AIKOJA!

**Sitovat ilmoittautumiset viim. 10.4. Petrille 050 913 3517 tai Ainolle puh. 040 740 5149. Ilmoita syntymäaika ja Siljan club- numero, jos on. Mukaan kuvallinen henkilökortti, ajokortti tai passi.**

**Maksu: Lounais-Suomen Lihastautiyhdistyksen tilille FI28 5710 0420 1477 87, viimeistään 4.4.2020 mennessä. Viestikenttään maksajan nimi!**

## **HMSN JA ARJESTA SELVIÄMINEN KE 1.4 KLO 17.00 TURUSSA**

Fysioterapeuttiopiskelijat ovat luoneet oppaan. ”HMSN sairautena ja vaikutusta jalan rakenteisiin ja toimintaan sekä lihaksiston toimintaan. Tutkimusnäytön tulosten yhdistäminen arjessa selviämiseen”. He tulevat esittelemään oppaan meille. Siis kaikki HMSN sairastavat ja asiasta kiinnostuneet nyt mukaan. Os. Itäinen-Pitkätie 68, 20810 Turku  
Ilmoittautuminen viim. 26.3 mennessä [jasenasiat@lsly.fi](mailto:jasenasiat@lsly.fi) tai 050 913 3517.

## **ELÄMÄÄ ALS:IN KANSSA -KEVÄTSEMINAARI LA 25.4. Helsingissä**

### **klo 10:00 – 10:15 Tervetuloa ja ALS ja elämä -hankkeen kuulumiset**

Kristiina Miettinen, järjestökoordinaattori, Kaisu Lähteenmäki, ALS ja elämä -hankevastaava  
Uudenmaan Lihastautiyhdistys ry

**klo 10:15 – 11:15 ALS ja hengitys**, Mari Lamminen, kuntoutusohjaaja, Hanna-Riikka Kreivi, LT, erikoislääkäri HUS Sydän- ja keuhkokeskus

### **klo 11:30 – 12:15 Kahvitauko**

**klo 12:15 – 12:30 Elämää ALS:n kanssa** ALSia sairastavan ja läheisen kokemuksia

### **klo 12:30 – 13:30 ALS ja kommunikoinnin tukeminen**

Tanja Makkonen, FT, vastaava puheterapeutti, Tampereen yliopistollinen sairaala  
yliopisto-opettaja, Turun yliopisto

### **klo 13:30 – 14:00 Tilaisuudessa heränneitä kysymyksiä ja tilaisuuden päätös**

Tilaisuuden Järjestää Uudenmaan lihastautiyhdistys ry

**Ilmoittautuminen pe 17.4.2020 mennessä**, puh. 040 833 9430 tai [toimisto@uly.fi](mailto:toimisto@uly.fi)

Kerro samalla mahdollinen erityisruokavaliosi kahvitarjoilua varten.

Huom! Tilaisuutta on mahdollista seurata myös etänä. Ilmoita tätä varten sähköpostiosoitteesi, johon lähetämme linkin tilaisuuden seuraamista varten. Paikka: Kokoustila Kultsa 1–3, Kulttuuritalo, Sturenkatu 4, Helsinki

## **LIHASTAUTILIITON ETELÄ- JA LOUNAIS-SUOMEN JA ETELÄ-HÄMEEN ALUEEN YHTEISET KESÄPÄIVÄT LA 6.6.**

Alueen kesäpäivät ovat 6.6.2020 klo 13 alkaen Kansallismuseossa (Mannerheimintie 34, 00100 Helsinki). Lihastautiliitto tarjoaa osallistujille sisäänkäynnin ja opastetun kierroksen Kansallismuseossa. Ruokailu omakustannehintaan klo 12 alkaen Kansallismuseon kahvilassa, jossa on lounasta tarjolla lauantaisin klo 11-14. Salaatti- ja keittolounas maksaa 10,50€/hlö. Ilmoittautuminen ja lisätiedot 1.6.2020 mennessä Petrille [jasenasiat@lsly.fi](mailto:jasenasiat@lsly.fi) tai 050 913 3517

Tilaisuuden järjestää Lihastautiliitto ry



## METSOLAT- Urjanlinna LOIMAAN KESÄTEATTERISSA SU 12.7 KLO 17.00

Kesällä 2020 Kertunmäen kesäteatterissa, Loimaalla, vietetään 40-vuotisjuhlaa kotimaisen draaman merkeissä. Nostalgia valtaa Kertunmäen, sillä juhlaesitykseksi on valittu 90-luvun kotimaisen televisiotuotannon ehdoton suosikkisarja **METSOLAT**, jonka jokaisella jaksolla oli yli miljoona katsojaa.



Lähde sinäkin mukaan katsomaan Metsoloita 12.7. klo 17.00 Kertunmäen esteettömään ja katettuun kesäteatteriin. Liput: Aikuiset 22€ ja opiskelijat, eläkeläiset, lapset 20€  
YHDISTYS TARJOAA KAHVIN/MEHUN JA PULLAN KAIKILLE Kertunmäen kesäteatteri, Oripääntie 355, LOIMAA. Sitovat ilmoittautumiset 6.7. mennessä, [jasenasiat@lsly.fi](mailto:jasenasiat@lsly.fi) tai 050 913 3517.

### ALS-VERTAISTAPAAMISET

Tervetuloa mukaan kaikki; itse sairastavat ja läheiset. Vietetään aikaa yhdessä keskustellen ja kahvia juoden! Suunnitellaan yhdessä tulevia tapahtumia.  
Tule mukaan yksin, läheisesi tai avustajan kanssa!

**PORI** Ilmoittautumiset Satakunnan vertaisryhmä Eija Helminen [eijunposti@gmail.com](mailto:eijunposti@gmail.com)

- Maanantaisin 2.3., 6.4., ja 4.5. klo 17-19  
Yhteisöotalo Otava, Otavankatu 5, Pori

**TURKU** Ilmoittautumiset ALS-vertaistukivetäjä Sinikka Sokerolle numeroon 0400 128 921 tai [sinikka.sokero@gmail.com](mailto:sinikka.sokero@gmail.com)

- Sunnuntaisin 1.3., 5.4. ja 3.5. klo 15.00  
LSLY Turku, Itäinen Pitkäkatu 68, Turku

**Euran ja lähialueen ALS-henkilöiden ja heidän avustajiensa sekä läheisten yhteinen vertaistukiryhmä, ALSIKE** kokoontuu joka kuukauden viimeinen torstai Euran Invapirtillä, Anttilantie 4, Eura klo 13-15. Kahvittelemme ja kerromme kuulumisia, kokemuksia ALS:ista ja lisänä vitsejä. Lisätietoja ja mahd. ilmoittautuminen Tero Viilto 0440422269 tekstiviestillä tai [tero.viilto@icloud.com](mailto:tero.viilto@icloud.com) TERVETULOA!

- Torstaisin 27.2., 26.3., 30.4. ja 28.5. klo 13.00  
Anttilantie 4, Eura

## LIIKUNTAA YHDISTYKSEN JÄSENILLE

**TURUSSA TUOLIJOOGA** Itäinen-Pitkätie 68, maanantaisin klo 16-17, **3.2. / 24.2. / 9.3. / 23.3. / 20.4. / 4.5. / 18.5.** Kertamaksu 2€/hlö, voidaan myös laskuttaa kauden lopussa.

### **TURUSSA SÄHKÄRIFUTISTA**

Lapsille ja aikuisille sunnuntaisin. Vuoro on täysin maksuton. Tule paikalle tutustumaan lajiin! Lisätiedot Erik Lundellilta, [e.lundell@wippies.fi](mailto:e.lundell@wippies.fi) tai **050-581 7280**. Lisätietoja Facebook-sivuilta FC Inter Powerchair.

### **PORIN SAMK ESTEETÖN LIIKUNTARYHMÄ**

Maksu on vain 4 euroa/kerta/henkilö Kevään ajat keskiviikkoisin **12.2. / 19.2. / 4.3. / 11.3. / 18.3. / 1.4. / 8.4. / 15.4. / 29.4. / 6.5. / 13.5. / 20.5.** klo 17.45-18.45. Ilmoittaudu mukaan!

Puh. 045-3566344 tai [es.lslly.ry@gmail.com](mailto:es.lslly.ry@gmail.com)

### **RAUMALLA VESILIIKUNTAA**

Torstaisin klo 9.45-10:30 Rauman uimahallissa, avustajat mukana. Uimahallimaksu.

### **SALOSSA ERITYISLIIKUNNAN KUNTOSALI- JA UINTIVUOROT**

Lisätiedot [www.salo.fi](http://www.salo.fi) tai erityisryhmien liikunnanohjaaja Marita Säilä **02 778 4711**.

### **RAUMALLA SISÄCURLINGIA**

Sisäcurling kuukauden 2. ja 4. maanantai klo 17:00 Kaunisjärven vanhainkodin juhlasalissa. Lähde sinäkin uuden harrastuksen pariin! Lisätietoja Aimo Salmiselta, puh. **044 273 0155**.

### **TURUSSA OMATOIMISTA BOCCIAA JA CURLINGIA**

**To klo 13.30–15, Impivaaran uimahallin liikuntasali, Uimahallinpolku 4, Turku.**

**To klo 14.30–16, Turun Seudun Hengitysyhdistyksen toimitilat Skanssissa**

Liikkumisrajoitteisille tarkoitettu maksuton pelailuvuoro, jossa liikunta-avustaja paikalla.

Liikuntapalveluvastaava p. 050 554 6222, [tuulia.viberg@turku.fi](mailto:tuulia.viberg@turku.fi)

Lisää tietoa soveltavasta liikunnasta ja harrastus mahdollisuuksista löydät osoitteesta

<http://www.turku.fi/kulttuuri-ja-liikunta/liikunta/harrastamaan/soveltavaa-liikuntaa>

## YHDISTYKSEN JÄRJESTÄMÄÄ OHJATTUA VESILIIKUNTAA TURUSSA

Yhdistys järjestää ohjattua vesiliikuntaa Palvelutalo Esikon altaassa torstaisin klo 17.15-18.30. Ei uintivuoroa 9.4. 30.4. ja 21.5. Ohjaajana toimii Päivi Manner, paikalla myös yleisavustaja Marja-Leena Kaunisto.

**Kertamaksu 3€/hlö.**

Ilmoittaudu sinäkin mukaan! [yhdistys@lslly.fi](mailto:yhdistys@lslly.fi) tai 050 913 3517



Paikka on esteetön, ja altaaseen pääsee luiskaa käyttämällä vaikka pyörätuolilla. Vesi on normaalia lämpimämpää, 32 asteista. Palvelutalo Esikko sijaitsee osoitteessa Uittamontie 7, 20810 Turku. Esikko sijaitsee Palvelulinja P3:n ja bussi 9:n reitillä





## Harvinaisten sairauksien päivä 2020

Kansainvälistä harvinaisten sairauksien päivää vietetään jo kolmatta kertaa. Vuonna 2020 päivän teema korostaa harvinaissairaiden suurta kokonaismäärää sekä yhteistyön voimaa. Harvinaisen ei ole yksin, eikä harvinaisuus ole niin harvinaista kuin kuvitellaan.

### Tule Turun seudun Harvinaisten sairauksien päivän tapahtumaan lauantaina 29.2. klo 10.30-14.30

**Kauppakeskus Mylly**  
Myllyn Olohuone, Länsitorin viereinen käytävä  
(os. Myllynkatu 1, Raisio)

Tapahtumassa pääset tutustumaan harvinais- ja potilasyhdistysten toimintaan sekä harvinaiskentän ajankohtaisiin uutisiin. Paikalla myös TYKSiin Harvinaissairauksien yksikön sairaanhoitaja.

**Tule kuulemaan ja keskustelemaan!**

### **Yhdistys on mukana esittelemässä toimintaa!**

## **HARNES RYHMÄT**

**Turun Harnes** ryhmä kokoontuu 3.3., 7.4., ja 5.5. klo 17.30-19.30, toimistolla Itäinen Pitkäkatu 68, 20810 Turku. Diagnoosikohtaisia harvinaisten neurologisten sairauksien verkostoja on perustettu, jotta eri sairausryhmiin kuuluvat löytäisivät toisensa eri puolilta Suomea ja voisivat pitää yhteyttä keskenään. Verkostoissa on jäseniä yli 500 henkilöä.

### **Satakunnan ja Rauman seudun neuroyhdistysten Harnes-ryhmä alueella.**

Vertaistapaaminen Porissa, Satakunnan neuroyhdistyksen tiloissa, Nasevassa, (esteetön/invawc) Yrjönkatu 7, torstaina 19.3 klo 16-17.45

Lisätietoja <http://www.pori.ms-liitto.fi/> tai <https://rauma.neuroliitto.fi/>

## **PORIN ALUEEN TAPAHTUMAT**

### **PORIN SAMKIN ESTEETÖN LIIKUNTARYHMÄ**

Aloitus 12.2. klo 17.45-18.45 ja kokoonnutaan SAMKin pääaulaan, johon pääsee esteettömästi sekä Satakunnankadun puolelta että Karjalankadun puolelta (parkkipaikan puoli) Fysioterapeuttien ohjaama liikunta/kuntosali/tasapainoryhmä vamman tai neurologisen tai muun sairauden takia vähemmän tai enemmän liikuntarajoitteisille.

Ohjelmaan kuuluu jokin terveyden hoidollinen testaustunti myös, kuten verenpaine, puristusvoima ja kehonkoostumusmittaus. Maksu on vain 4 euroa per kerta/henkilö, ja mukaan saa tulla myös perheenjäsenet ja avustajat tai tule kaverin kanssa, ja voit tulla mukaan myös kesken kauden!

**Kevään ajat keskiviikkoisin klo 17.45-18.45**

**12.2. / 19.2. / 4.3. / 11.3. / 18.3. / 1.4. / 8.4. / 15.4. / 29.4. / 6.5. / 13.5. / 20.5.**

**Ilmoittaudu mukaan! Puh. 045-3566344 tai [es.lslly.ry@gmail.com](mailto:es.lslly.ry@gmail.com)** Tervetuloa liikkumaan :) terv. Erja

## **VERTAISTAPAAMISET PORI**

**24.3. / 21.4. klo 18-20**

Otavankatu 5 A, Pori (esteetön/invawc). Tule viettämään mukava kahvitteluhetki, uudet ja vanhat jäsenet ja omaiset mukaan. **Ilmoittautumiset erikoisruokavaliioineen Erjalle puh. 045 356 6344 Tervetuloa!**

## **KESÄINEN GRILLAUSTAPAHTUMA Pori**

Diapuistossa/Diakodalla, Metsämiehenkatu 2, Pori Lauantaina 23.5.20 klo 15-17 (esteetön kota/invawc vieressä). Makkaranpaistoa ja nokipannukahvit kodalla ja musiikkia. Tule mukaan omaisen, ystävän tai avustajan kanssa. **Ilmoittautumiset 16.5. erikoisruokavaliioineen mennessä Erjalle puh. 045 356 6344**

## **TULE-OMAHOITOVERTAISRYHMÄTOIMINTAA PORISSA.**

Paikkana Porin Invalidien toimisto, Pohjoispuisto 1, Pori. Järjestäjänä Lounais-Suomen Lihastautiyhdistys ja Porin seudun Invalidit

Aika: tiistai 10.3.20 klo 18-20 Aiheena: Terveysliikunta

Aika: tiistai 7.4.20 klo 18-20 Aiheena: Uni ja unettomuus

Aika: tiistai 5.5.20 klo 18-20 Aiheena: Stressi

Paikalla asiantuntija kertomassa omahoitokeinoista ko. aiheista, kahvi/teetarjoilu.

**Ilmoittaudu ja kerro erikoisruokavaliot, puh. 045-3566344 tai [er.lsly.ry@gmail.com](mailto:er.lsly.ry@gmail.com)**

Tervetuloa mukaan myös omaiset ja avustajat!

## **RAUMAN ALUEEN TAPAHTUMAT**

### **TUOLIJUMPPA RAUMAN JÄRJESTÖTALOLLA**

Siikapolku 1, Rauma

**Kevään ajat maanantaisin klo 15.30-16.15 10.2. / 17.2. / 24.2. / 2.3. / 9.3. / 16.3.**

Kertamaksu 2 euroa per henkilö.

Katso lisää <https://www.raumanseuduntules.fi/10>

### **VERTAISTAPAAMISET Rauma**

**26.3. / 26.5. klo 18-20 UUSI PAIKKA: Järjestötalon takkahuone, Siikapolku 1, Rauma**

Tule viettämään mukava kahvitteluhetki, uudet ja vanhat jäsenet ja omaiset

mukaan. **Ilmoittautumiset erikoisruokavaliioineen Erjalle puh. 045-3566344 Tervetuloa!**

### **KESÄINEN GRILLAUSTAPAHTUMA RAUMALLA**

**Huilaus Petäjäksessä, Huvilapolku 19, Rauma. Tiistaina 16.6. klo 17-19 (esteetön mökki/inva-wc)**

Makkaranpaistoa ja kahvittelua ja musiikkia. Tule mukaan omaisen, ystävän tai avustajan kanssa.

**Ilmoita tulostasi ja erikoisruokavaliiosi 10.6. mennessä Erjalle puh. 045 356 6344**



## NUORISOTOIMINTA NuoLin TERVEISET

Lihastautiliiton nuorisotoimikunta NuoLin edellinen kokoonpano päätti kautensa 2019 vuoden loppuun, ja uudelle kaudelle (2020-2021) on vahvistettu uudet toimikunnan jäsenet. Edelliseltä kaudelta Nuolissa jatkaa **Jasmin Toropainen (pj), Janina Porkka ja Jasmi Ahonen**. Uusina jäseninä mukaan on valittu **Selinä Nera, Suvi Ranta-aho, Peppi Suominen ja Ville Hiekka**. Seitsemän hengen porukassa on iältään 12-25-vuotiaita nuoria.

Toimikunnan kaikista jäsenistä kuullaan vielä lisää tulevan kevään aikana. NuoLin toimintaa voi seurata Instagramista (lihastautiliittonuoret), Snapchatista (lihisnuoret), sekä Facebookista (NuoLi-Nuorisotoiminta Lihastautiliitto). Tapaamisiin!



## MUIDEN JÄRJESTÄMÄÄ SATAKUNNAN ALUEELLA:

### **MUITA RAUMAN ALUEEN**

tapahtumia: [https://www.rauma.fi/tapahtumat/kalenteri/?tribe\\_paged=7&tribe-bar-date=2020-01-31&tribe\\_event\\_display=list](https://www.rauma.fi/tapahtumat/kalenteri/?tribe_paged=7&tribe-bar-date=2020-01-31&tribe_event_display=list)

### **PORIN MIES-LAULU 100 VUOTTA-KONSERTTI 4.3.2020, KLO 13:00 - 14:30**

Kallen-Gallelankatu 12, Porin pääkirjasto, pääportaikko/Seminaarihuone 1  
Vapaa pääsy, tervetuloa!

### **MUITA PORIN ALUEEN**

tapahtumia: [HTTPS://TAPAHTUMAT.PORI.FI/?EVENT\\_DATE\\_FROM=1580462367678&P=12](HTTPS://TAPAHTUMAT.PORI.FI/?EVENT_DATE_FROM=1580462367678&P=12)

### **HARNES-VERTAISTUKIRYHMÄ (harvinaiset sairaudet)**

SATAKUNNAN SEUDUN NEUROYHDISTYSTEN ALUEELLA. Vertaistapaaminen Porissa, Satakunnan neuroyhdistyksen tiloissa, Nasevassa, (esteetön/invawc) Yrjönkatu 7, torstaina 19.3. klo 16-17.45  
Lisätietoja <http://www.pori.ms-liitto.fi/> tai <https://rauma.neuroliitto.fi/>

## YHDISTYKSEN YHTEYSTIEDOT

TOIMISTO Itäinen Pitkäkatu 68, 20810 Turku

Toimisto avoinna ma - ti klo 9-13, kotisivut [www.lsly.fi](http://www.lsly.fi) sähköposti [yhdistys@lsly.fi](mailto:yhdistys@lsly.fi)

Muina aikoina puh. 050 9133 517



**LIHASTAUTIYHDISTYS**

**PETRI LINDELL**

puh. 050 913 3517

[petri.lindell@lsly.fi](mailto:petri.lindell@lsly.fi)



**TOIMINNANJOHTAJA**

**SIRKE SALMELA**

[sirke.salmela@lsly.fi](mailto:sirke.salmela@lsly.fi)

puh. 041 456 7071



**JÄRJESTÖSUUNNITTELIJA**

**TARJA VASAMA**

puh. 044 341 2006

[tarja.vasama@lsly.fi](mailto:tarja.vasama@lsly.fi)



**TALOUSVASTAAVA**

**ULLA-MAIJA LIND**

puh. 044 341 2008

[ulla-maija.lind@lsly.fi](mailto:ulla-maija.lind@lsly.fi)



Avustajakeskuksen yhteystiedot [www.avustajakeskus.fi](http://www.avustajakeskus.fi)  
tai palvelunumero puh. 02 251 8549

Lihastautiliiton sivut [www.lihastautiliitto.fi](http://www.lihastautiliitto.fi) sekä puh. 044 736 1030.



**MUISTA YHDISTYKSEN FACEBOOK SIVUT!**

Ryhmän löydät nimellä Lounais-Suomen Lihastautiyhdistys ry

## VERTAISVETÄJÄT

**Liikuntavastaava** Antti Virta puh. 0407438489

**Nuorisovastaava ja Lihastautiliiton nuorisotoimikunnan pj sekä diagnoosi NUD vertainen** Jasmin Toropainen [jasmin.toropainen@lsly.fi](mailto:jasmin.toropainen@lsly.fi)

**ALS-vertaistuki itse sairastavat ja omaiset** Sinikka Sokero (myös Turun seudun ryhmätoiminta) [sinikka.sokero@gmail.com](mailto:sinikka.sokero@gmail.com) puh. 040 012 8921 ja Satakunnan vertaisryhmä Eija Helminen [eijunposti@gmail.com](mailto:eijunposti@gmail.com)

**Satakunnan (Rauma ja Pori) vertaisryhmien vetäjä** Erja Simonen puh. 045 356 6344 [erja.johanna.simonen@gmail.com](mailto:erja.johanna.simonen@gmail.com)

**Loimaan ja Salon vertaisryhmien vetäjä** Eeva Anttila [eeva.anttila@luukku.com](mailto:eeva.anttila@luukku.com)

**SMA ja perhe-vertainen** Eeva Anttila [eeva.anttila@luukku.com](mailto:eeva.anttila@luukku.com)

**Myotonia vertainen** Mirka Reitti [mirka.reitti@hotmail.fi](mailto:mirka.reitti@hotmail.fi)

**HMSN vertainen** Aino Mäkinen puh. 040 740 5149

**SPT- jalkapallo** Erik Lundell [e.lundell@wippies.fi](mailto:e.lundell@wippies.fi) puh. 050 581 728