



Juvan Reuma- ja Tulesyhdistys ry.

JÄSENTIEDOTE
2021



Suomen Reumaliitto työskentelee kansanterveys-, liikunta-, potilas- ja vammaisjärjestönä reumasairauksien ja muiden tuki- ja liikuntaelinsairauksien vastustamiseksi. Yhdistyksemme tarjoaa iloista yhdessäoloa ja vertaistukea jäsenillemme.

Vuoden teemana on edellisen vuoden tapaan
"VAPAAEHTOISUUS VAHVISTAA"

Säilytä tämä tiedote!!!



JUVA

Aittoa osaamista jo vuodesta 1442

TOIMINTASUUNNITELMA 2021

Koronan takia tämä toimintasuunnitelmamme on summittainen. Alueellamme jatkuvat yli 20 hengen kokoontumisrajoitukset ainakin helmikuun 22. päivään asti. Ainoastaan jumpparyhmille on annettu lupa kokoontua 10 tai 15 hengen ryhmissä Sampolassa. Odotellessamme parempia aikoja olemme kuitenkin suunnitelleet kesäksi jo joitakin matkoja. Ilmoitamme tarkemmin tapahtumista ja niiden ajankohdista **Juvan Lehdessä Seurat ja yhdistykset -palstalla ja** netissä kotisivuilla **juvantules.nettisivu.org**

Maaliskuussa

olisi vuorossa **yhdistyksen kevätkokous**. Keltaisen nauhan päivää vietetään valtakunnallisesti 17.3. vaikkapa ulkoillen yhdessä.

Huhtikuussa

olemme mukana kunnallisvaalien **vaalikeräyksessä**.



Kesäksi

olemme suunnitelleet alustavasti seuraavia retkiä, joilla meitä kuljettaa **Virta Lines**:

- **Länsirannikon kierros** Turusta Naantaliin, Louhisaaren kartanoon, Uuteenkaupunkiin ja Raumalle
- **Laivaristeily** Savonlinnasta Linnasaareen
- **Kotiseuturetki** Koikkalaan Etelä-Juvalle
- Viime kesänä peruuntunut **kesäteatteriretki** Kangasniemelle Syvälahden lavalle, näytelmä ”Kulkukoirat” 1.8.2021



Syksyllä

kenties voisimme tehdä **konsertti- tai teatteriretken**.

On mietitty myös **liikuntapäivää Tanhuvaarassa**.

Vietämme reumaviikkoa lokakuulla ja **yhdistyksen syyskokous** on pidettävä marraskuulla.

Jouluruokailu ja puurojuhla

toivottavasti tänä vuonna.



arpajaisineen toteutuvat

- **Muita suunnitelmia:** - **Lauluhetket** toimintatalolla kiinnostaisivat varmasti monia, jos korona sallii kokoontumiset.
- **Yhteisluentoa** on suunniteltu esim. Sydänyhdistyksen kanssa.
- **Jumalanpalvelusryhmämme** auttaa kirkossa muutaman kerran vuodessa. Ota yhteyttä Marja-Terttu Valkeavuoreen.



- **Yhteisiä kävelyretkiä** ajattelimme toteuttaa nyt jo kevätpuolella, ja kesällä on **puistojumppaa** tarjolla.
- Mietittiin myös mahdollisuutta järjestää **tapahtuma Juvakodin pihalla** asukkaiden iloksi kesäaikana. Ehkä myöhemmin tänä vuonna vanhuksia voisi myös ulkoiluttaa Juvakodilla.
- **Tirrolan ryhmäkodille** toivotaan vanhusten ulkoiluttajia säiden salliessa torstaisin klo 13.30. Ottakaa yhteyttä puheenjohtaja Maija Hänniseen.

Säännöllistä liikuntaa:

- *Vesijumppa* ma klo 12.30. Ovi avataan klo 12.00. Oma ranneke!
 - *Kuntosali* ke klo 10.00 ja 11.00 kahdessa ryhmässä koronan takia. Oma ranneke!
 - *Tuolijumppa* Peilisalissa pe klo 10.00 ja 11.00 samoin kahdessa ryhmässä.
- Maksu tuolijumpasta on 25 euroa kevät ja 25 euroa syksy.



Yhdistyksen jäsenmaksu on 17€ / vuosi.

- Jäsenmaksuun sisältyy **Reumalehti ja tapaturmavakuutus** kaikilla matkoilla ja jumpissa.
- Essoten **jalkaterapeutina** toimii Juvalla Mari Tuovinen. Hänelle saa varattua ajan omahoitajan kautta lääkärin läheteellä.
- Kannattaa tutustua Reumaliiton nettisivuihin **reumaliitto.fi**, joissa on saatavilla monenlaista tietoa reumasairauksista ja esim. jumppaohjeita kotijumppaan.
- Avautumassa on myös uutena **oma.reumaliitto.fi**, jolta jokainen voi tarkistaa omat tietonsa kirjautumalla sähköpostiosoitteellaan ja jäsennumerolla.
- **Adresseja 10€/kpl** saa ostaa entiseen tapaan **Sirkalta, Anjalta ja Eilalta**.

Vuonna 2020 yhdistyksessä oli **341 maksanutta jäsentä**.

HUOMIOITAVAA!

Jäsenmaksulaskutus toimii tästä lähtien Suomen Reumaliiton kautta. Jokainen jäsen saa omalla viitenumerolla varustetun laskun. Maksakaa jäsenmaksu **laskussa olevalle tilille** ja käyttäkää ehdottomasti **omaa viitenumeroanne**.

Jäsenmaksuasioita hoitaa yhdistyksessämme **Katriina Korppinen puh. 0400772839**. Ilmoitathan Katriinalle **osoitteenmuutoksesta tai yhdistyksestä eroamisesta** ennen vuoden loppua. Jäsenmaksun maksamatta jättäminen ei ole yhdistyslakien mukaan eroilmoitus!

Yhdistyksemme yhteyshenkilöt 2021

Maija Hänminen puh.joht. 0445513826
maija.hanninen49(et)gmail.com



Marja-Leena Ojakaski varapuh.joht. 0500162788
mlojakaski(et)gmail.com

Margit Tenhunen sihteeri 0400346915
margit.tenhunen(et)gmail.com



Eila Paunonen rahastonhoitaja 0405624825
ja matkavastaava
eila.paunonen0(et)gmail.com

Sirkka Väänänen 0400137138
tulestietokoordinaattori
sirkka.vaananen43(et)gmail.com

Katriina Korppinen jäsenasiat 0400772839
katriina.korppinen(et)gmail.com

Martti Kaskenmaa 0500842120
martti.kaskenmaa(et)gmail.com

Kyllikki Paunonen-Kuuva 0405600627
kyllikki.kuuva(et)gmail.com

Mauri Björnin kotisivujen hoito 0400772531
maukka3(et)hotmail.com

Haluatko vapaaehtoiseksi?

Toimintaan voi lähteä mukaan oman kiinnostuksen ja mahdollisuuksien mukaan. Kerro toiveistasi ja osaamisestasi. Ota rohkeasti yhteyttä. Hallitukseen kaivattaisiin uusia jäseniä. Saat iloa yhdessä tekemisestä. Ja kuten vuoden teemassa sanotaan: vapaaehtoisuus vahvistaa!

Tapaamisiin!
Oikein antoisaa vuotta 2021!

