



Rollaattorimarssilla



Onnenpäivät



Hei reumalainen!

Yhdistyksen jäsentapaamisissa, liikunta-, käsityö ja askartelu- sekä muissa harrasteryhmissä yhdistyvät samankaltaisia sairauksia sairastavien keskinäinen vuorovaikutus sekä mielekäs ja viihdyttävä tekeminen. Yhdistyksessä saat vertaistukea ja osallistut juuri sinua kiinnostavaan toimintaan. Voit tulla mukaan yhteen projektiin esim. Pieni ele -keräykseen, kuukausikerhon kahvinkeittäjäksi tai arpojen myyjäksi tai hakeutua vapaaehtoistojaksi aivan oman kiinnostuksesi mukaan. Rohkeasti vain mukaan toimintaa! Jäseneksi voivat liittyä kaikki, ei tarvitse olla reumasairautta.

Kuukausikerho on tarkoitettu kaikille jäsenille yhteiseksi tiedonsaanti-, virkistys- ja vertaistukitilaisuudeksi. Porinakahveilla voit poiketa juttelemaan, maksamaan jäsen- tai muun maksun tai ihan muuten vaan. Lauluryhmässä laulamme iloa itsellemme, äänestä ei niin väliä. Kässäkerhossa löytyy tekemistä myös ei käsityötaidon omaaville. Liike on lääke, tule mukaan tuoli-, vesi- tai kuntosalijumppaan. Yhdessä etsimme tapoja edistää omaa terveyttä ja hyvinvointia mukavassa vertaisporukassa. Kenenkään ei tarvitse sairastaa yksin!

Olethan muistanut antaa jäsensihteerille sähköpostiosoitteesi tai puhelinnumerosi sekä ilmoittanut osoitteenmuutoksesi, jotta jatkossakin saat tietoa yhdistyksen toiminnasta sekä Reumalehden. Jäsensihteerin puhelinnumero on 040 7444 492, sähköposti tupu.syrja(at)gmail.

Pidä itsestäsi huolta!

Titta

Porinakahvit

Kuukauden viimeinen maanantai klo 14 tapaamme kahvila Onnenapilassa (Jussintorilla). Tule mukaan porisemaan, kahvit omakustanteisesti. Etkö ole jäsen? Ei haittaa, tule tutustumaan!

Kuukausikerhot

15.9.2026 klo 15 Onnensilta

20.10.2026 klo 15 Harlekiini, syntymäpäiväjuhlat

17.11.2026 klo 15 pikkujoulut Harlekiinissa

19.1.2027 klo 15 Onnensilta, Kuuloliitosta Maarit Honkasalo

16.2. 2027 klo 15 Onnensilta, Tommi Haapalainen Ortopediteknikka Oy, aiheena terve askel

Laulun iloa

Joka kuukauden toinen tiistai klo 15 - 16.30 Onnensillassa kevyttä yhteislaulua ilman säestystä laulusta ja yhdessäolosta iloiten. Tervetuloa!

Liikunta

Tuolijumppaa Villatehtaalla Takomon Ossiansalissa, ovi B 9, torstaisin klo 13.30 - 14.15, ohjaajana Mervi Kollanus. Maksuton. 10.9. – 17.12.2026 ja 7.1. – 6.5.2027.

Ohjattu kuntosali Lepovillassa keskiviikkoisin klo 15 - 16.30. Ohjaajana Erja Nikander. 2.9. – 16.12.2026 ja 13.1. – 28.4.2027. Hinta 30 euroa/kausi/hlö

Uimalan vesijumppa maanantaisin klo 10.00-10.30 7.9. 2026 – 10.5.2027. Hinta 25 euroa/kausi/ hlö, lisäksi uimalan pääsymaksu.

Omatoiminen kuntosali Mäntykodossa tiistaisin klo 13.15 - 14.45. Sisäänkäynti Mäntykodon oikeapuoleisesta päädyistä (parkkipaikan puoli).

Harrastukset ja vertaistuki

Käsityö- ja askartelukerho kokoontuu maanantaisin klo 12 - 14 Villatehtaalla Onnensillassa kokoushuone Väinössä 7.9.-14.12.2026 ja 11.1. – 10.5.2027. Sisäänkäynti Värttinäpolun kautta, rappu A 7. Lisätiedot: Margetta Salminen 040 8473 762.



Vertaisryhmät kokoontuvat joka kuukauden ensimmäinen tiistai klo 13 - 14.30 Onnensillassa Villatehtaalla, sisäänkäynti Värttinäpolun kautta, rappu A 7, kokoushuone Ida. Lisätiedot: Yhdistyksen infopuhelin 045 1266 777.