

Mainiota jatkoa vuodelle 2012 hyvät jäsenemme!

Vietämme tänä vuonna yhdistyksemme 35. toimintavuotta.

Hallituksemme päätti, että juhlinta yhdistetään pikkujoulun viettoon ja vähäiset taloudelliset varat suunnataan jäsenistön hyväksi tehtävään työhön. mm. nuorten leirin järjestämiseen. Onnittelut pyydämme osoittamaan suoraan yhdistyksemme pankkitilille sopivaksi katsomallanne rahamäärällä. Tässä lisäksi yhteystiedot: Keski-Karjalan Diabetesyhdistys ry KSOP 515304-415 653, IBAN 55 5153 0440 0156 53.

Sydämellinen kiitoksemme lahjastanne ja avustanne!

Elämä on suuri seikkailu -**NUORTEN LEIRI 7.-9.6.2012** Papinniemen leirikeskuksessa KITEELLÄ

Juhlavuotemme kunniaksi olemme yhdessä Suomen Diabetesliiton ja Joensuun Seudun Diabetes ry:n kanssa järjestämässä valtakunnallista 13–17 vuotiaille suunnattua leiriä.

Leirin markkinoinnista ja tiedottamisesta (kutsut, tervetuloa kirjeet ym:t) vastaa liitto. Leiriä koskevia tietoja on luettavissa suunnittelun edetessä liiton nettisivuilta, (www.diabetes.fi), Diabetes-lehdestä ja omilta kotisivuiltamme (www.keskikarjalandiabetes.net) Maakunnan nuoret tulevat keskussairaalan välityksellä saamaan leiriä koskevan tarkemman henkilökohtaisen tiedotuskirjeen kevään joutuessa. Leirille voidaan ottaa max. 25 henkilöä.

LUENTOTILAISUUS 22.3.2012 klo 17.00 Uuden terveydenhuoltolain

vaikutus diabeetikon elämään Joensuussa Kirkkokatu 13 Koivupihan palvelukeskuksen Kantarelli ruokalassa. Luennoitsija: Suomen Diabetesliiton sosiaali- ja terveystieteiden asiantuntija **Riitta Vuorisalo**. Laissa Riitan panos diabeetikoita koskevilla asioilla on ollut jo sen valmisteluvaiheessa merkittävä. Mennään kuuntelemaan ja kyselemään!

KEVÄTKOKOUS 25.3.2012 klo 13.00 Karjalan Kievarissa Kesälahdella

Käsitellään sääntömääräiset asiat. Kahvitarjoilu ja arpajaiset, hinta 2,-/kpl, 5,-/3kpl.

1.1.–31.12.2011 uusien jäseneksi liittyneiden kesken arvotaan 50 €:n, 2x20:n ja 1x 10:n lahjakortit. Vieraaksemme on tulossa Foreverin Aloe Vera tuotteiden esittelijä. Tuotteita myös myytävänä.

Sekä **luentotilaisuuteen että kevätkokoukseen ilmoittautumiset 16.3.2012** mennessä Marja-Leenalle, puh 050 536 1173 tai Turusen Aunelle, puh. 045 7845 0915. Kuljetus molempiin tilaisuuksiin järjestetään joko linja-autolla tai pikkuautoilla lähtijämäärän ja paikkakunnan mukaan. Aikataulusta tiedotetaan ilmoittautumisen yhteydessä. Kyytimaksu 10 €. Tervetuloa!

VERTAISTAPAAMISET Kiteellä kaupungin valtuustosalissa os. Kiteentie 25

Pv.	klo	vierailija/vierailijat
8.3.2012	14-16	ravitsemusterapeutti Liisa Mattila
3.4.2012	14-16	suuhygienisti Satu Karvinen
8.5.2012	14-16	jalkojenhoidon ammattilaiset Mari Tiainen Marin Askelhoivasta ja Arja Haurinen Jalkojenhoitopalvelu Arjasta.

TEATERIMATKA IMATRALLE la 21.4.2012 Fantasticks – musikaaliin (50 €) (Yhteistyössä Joensuun Seudun -, Lieksan - ja Yläkarjalan diabetesyhdistysten kanssa)

Reitti: klo 11.00 Joensuu (Koskikatu 1), Tohmajärvi (Neste) klo 12.00 (tai Tolosenmäki ellei T:järveltä tulijoita), Kitee (käsityökeskus, ent.mh) klo 12.30, Pivanka, Kesälahti klo 13.00. Ruokailu (omakustanteinen) Imatralla ennen näytöstä (klo 16.00) Sitovat ilmoittautumiset 19.3.12 mennessä Hillevi Inveniukselle puh. 045 235 1600 tai Tuula Immoselle, puh.040 592 0204. Lippuja varattu 25 kpl. Pitäkää puolenne ja ilmoittautukaa pikaisesti! Hinta sis. matkat, musikaalilipun+väliaikakahvit.

TUETUT LOMAT 2012

Hakemuksestamme huolimatta emme onnistuneet tänä vuonna saamaan tuettua lomaa. Solaris-lomien mukaan lomiamyönnetään kaikkein eniten lomiamyönnettyjä ja moni lomiamyönnettyjä järjestö jää lomiamyönnettyjen ulkopuolelle. Suoran lomahaun piirissä olevista lomista saa tietoa halutessaan/tarvitessaan seuraavilla tavoin: internetsivuilta www.solaris-lomat.fi (myös sähköinen hakumahdollisuus), sähköpostilla: solaris@solaris-lomat.fi tai soittamalla 0600 418 200 klo 9-12 (puhelun hinta 0,14 €/min+ppm).
Tänä vuonna pidämme taukoa, mutta tulemme hakemaan oman alueemme ja jäsenistömme diabeetikoille tuettua lomaa taas seuraavalle vuodelle.

SYDÄNVIKON TAPAHTUMA yhdessä Tohmajärven-Värtsilän Sydänyhdistys ry:n kanssa ke 18.4.2012 klo 10–15. Tohmajärven Apteekissa

Verensokerin- kolesterolin- ja verenpaineen mittausta. Mukana yhdistysten edustajat ja d-hoitaja Eila Kauppinen Tohmajärveltä.

LIIKUNNALLINEN TOIMINTA

VesPelin vesijumput tiistaisin klo 11–12, ohjaajana Tiina Lötjönen, puh. 050 348 8392.
– maksu: 3 €/kerta + uintimaksu tai 30 € lukukausi+uintimaksu/kerta. Kevätkausi 10.4. asti.

Matalan kynnyksen kuntosaliryhmä Harjulan korttelituvassa torstaisin klo 10.30–12.00 Kevätkauden viimeinen kokoontuminen 26.4.2012. Maksu 1€/kerta tai 10 €/kausi, Vertaisohjaajat; puh. Aune 045 7845 0915. ja Marja-Leena 050 536 1173. Joukkoomme mahtuu lisäkin osallistujia, Tervetuloa iloisen tiivistunnelmaiseen porukkaan!

Kesälahden kuntosali (jäsenille maksuton) paloasemalla, Ratsumestarintie 1, perjantaisin klo 18–19.30 ja sunnuntaisin klo 15–16.30. Yhteyshenkilönä Sami Palviainen, puh. 043 200 1536.

ADRESSIT ja ONNITTELUKORTIT

Yhdistyksen omia adresseja on myynnissä Kiteen Kirja-Infossa ja Hautaustoimisto ja Kukkakauppa Ratilainen ky:n Kiteen ja Tohmajärven liikkeissä sekä Rääkkylän Kukka- ja Hautauspalvelussa.

Adresseja ja onnitteelukortteja on saatavissa eri tilaisuuksissa ja suoramyynninä puhelimitse Marja-Leenalla, 050 536 1173.

Kevään odotusta!

Hallitus

Tämän jäsenkirjeen postituskustannuksiin ovat osallistuneet BD-Medical Diabetes Care konserni. K-market Tiilikainen Tohmajärveltä, Karjalan Tili ja Talous Oy sekä K-Supermarket Kupiainen Kiteeltä. Kaikille heille sydämelliset kiitoksemme avustuksista.