

Säilytä tiedote seuraavan tiedotteen tulon saakka.



# Jäsentiedote

## Kevät 2019

Hyvä lukija,

Kädessäsi on taas uusi tiedotteemme tulevalle vuodelle. Uutta ensi vuonna tulee olemaan se, että aikaisemman yhden tiedotelehden sijaan lähetämme toisen tiedotelehden kesän alkupuolella. Julkaisuaikaa ei vielä ole määriteltä mutta todennäköisesti ennen juhannusta.

Ensi vuodeksi olemme suunnitelleet taas kaikkia – toivottavasti – kiinnostavaa toimintaa; teatteria, luentoa, illanviettoa, jumppaa, laulua jne.

Hallitus on kokoontunut kerran kuukaudessa suunnittelemaan sekä tekemään loppusilausta seuraavien kuukausien toiminnalle. Ensi vuoden alussa hallitus kokoontuu opiskelemaan yhdistyksen sääntöjä sekä käymään läpi myös hallituksen tehtäviä.

Tiedottamisen suhteen jatkamme nettisivuillamme ([www.salondiabetes.com](http://www.salondiabetes.com)) sekä Facebook-sivulla. Myös tiedottaminen suoraan omaan sähköpostiin sujuu: toimita vain sähköpostiosoitteesi Taru Leppämäelle ([leppamaki-taru@gmail.com](mailto:leppamaki-taru@gmail.com)) ja jatkossa saat ”uunituoreet” tiedot tapahtumista. Paperisen tiedottamisen suhteen tarkkailekaa edelleen Salon Seudun Sanomia ja Salonjokilaaksoa. Myös tekstiviestin lähettämistä puhelimiin tullaan ehkä jossain määrin tekemään.

Kiitokset kuluneesta vuodesta jäsenistöllemme tapahtumissa mukana olosta, hallitukselle ja hallituksen ulkopuolisille toimihenkilöille erittäin sujuvasta yhteistyöstä, yhteistyökumppaneillemme (terveyskeskus, diabeteshoitajat, diabetesliito, seudun apteekit, seurakunta, kaupunki) sekä muille tukijoillemme. Muistakaa, että kaikki voivat esittää toiveita tilaisuuksista, esitelmöitsijöistä jne. hallituksen jäsenille.

Onnea vuodelle 2019!

Merja Harttio, puheenjohtaja

## **DIABETESTARVIKEMYynti**

---

Yhdistyksellä on myynnissä jalkavoidetta ja erilaisia diabetesstunnuksia edulliseen jäsenetuhintaan! Tuotteita myydään yhdistyksen tilaisuuksissa tai tiedustele myyntivastavaa Tiina Harakka-Anttila 050 411 9235



## Salon Diabetes ry:n vuoden 2019 ohjelmaa

---

Tuemme omahoitoa järjestämällä yleisötilaisuuksia teemailtojen sekä luentotilaisuuksien muodossa.

### Tammikuu

- Hallitus kokoontuu pitämään kehittämispäivää, aiheena yhdistyksen säännöt ja hallituksen toiminta. Odottelemme myös jäsenistöltä – miks' ei juuri Sinulta! – toiveita ja ehdotuksia tammikuiseen hallituksen kehittämispäivään pohdittavaksi. Nyt Sinulla on oikeasti mahdollisuus vaikuttaa yhdistyksemme tulevaisuuteen ja näkymiin valaisevasti... Suunnitteluapu on tarpeen!

### Helmikuu

- Ihonhoidon ja kauneuden ilta SYTY:ssä keskiviikkona 6.2.2019. Dipl. kosmetologi Virve Leikko-Saarinen Salon Skinlab Oy:stä tulee kertoamaan ikääntyvän ihon hoidosta – myös miehille – sekä antamaan vinkkejä. Kahvitus alkaa 17.30 ja esitys klo 18.00.

### Maaliskuu

- Sääntömääräinen kevätkokous seurakuntatalossa (Kirkkokatu 6, Salo) keskiviikkona 28.3.2019 alkaen klo 17.00. kahvitarjoilulla. Kokous klo 17.30 tämän jälkeen luento erik. sisätautilääkäri, nefrologi Pia Paalosmaa-Puusa.

### Huhtikuu

- Diabetes Lautasella 2019 -messut järjestetään 5. - 6.4.2019 Helsingin messukeskuksessa Kevätmessujen yhteydessä
- Luento SYTY:ssä (Helsingintie 6) keskiviikkona 10.4.2019 klo 18.00. Aiheena särkylääkkeet ja niiden käyttö. Luennoitsija Sanna Sammal-lahti-Kaitala. Kahvitarjoilu.

### Toukokuu

- Kevätretki Nummen metsästysmajalle keskiviikkona 15.5.2019. Linja-auto torilta klo 17.00, kyytimaksu 5 €. Ilmoittautumiset 9.5.2019 mennessä Merjalle. merja.harttio@gmail.com puhelin 0400 881 785 Yhdessäoloa, pelejä, makkaranpaistoa, kahvit.

### Kesäkuu

- Kesäretki perjantaina 14.6.2019. Kohde ei vielä ole selvillä. Ehdotuksia otetaan vastaan.

## Heinäkuu

- Kesäteatteri keskiviikkona 17.7.2019. Mathildedahl ja ”Tankki täyteen”.

## Elokuu

- Saunailta Laineranta (Naarjärvi) keskiviikkona 14.8.2019. Linja-auto klo 17.00 Salon torilta. Kyytimaksu 5 €. Saunotaan, uidaan, grillataan ja kahvitellaan yhdessä. Ilmoittautumiset 8.8. mennessä Merjalle. merja.harttio@gmail.com, puhelin 0400 881 785

Kesän ohjelmista aikanaan tarkempaa tietoa yhdistyksen sivuilta (<http://salondiabetes.com/>), Kaupunkitiedotteesta ja Salonjokilaaksosta. Syksystä tarkemmin jäsentiedotteessa 2/2019

## Syyskuu

- Fysioterapeutin luento. Ajankohta vahvistetaan myöhemmin.

## Lokakuu

- Diabetesmessut Tampereella, aika selviää myöhemmin.

## Marraskuu

- Maailman Diabetespäivän tapahtuma tiistaina 14.11.2019. Ohjelma tarkentuu myöhemmin.
- Sääntömääräinen syyskokous ja joulujuhla keskiviikkona 27.11.2019 Juhlapalvelu Marja Kankare Oy, Perniöntie 11, Salo

Yhdistyksen kotisivut ovat uudistuneet, seuraamalla sitä näet kaikki tapahtumat nettiosoitteesta [www.salondiabetes.com](http://www.salondiabetes.com), josta on suora linkki myös tiedottavalle Facebook-sivullemme.

**Ilmoittautumiset tilaisuuksiin puheenjohtajan sähköpostiin tai Salon Diabetes ry:n puhelimeen 044 700 2555 klo 18 jälkeen tai tekstiviestillä.**

## **ERITYISLIIKUNTAYHDISTYSTEN SALOHALLIN KUNTOSALIVUOROT**

Pormestarinkatu 5, Salo

Tiistaisin klo 11.00–12.30 ja torstaisin klo 16.00–17.00. Maksuton, ei ohjausta. Kesäaika tiistaisin klo 13.00–14.30, torstaisin klo 16.00–17.00 Kesän ja syksyn vuorot voit tarkistaa Salon liikuntaoppaasta.

Salon Diabetes ry:n jäsenenä pääset kuntoilemaan Salohallille ilman maksua.

**Tervetuloa mukaan liikkumaan!**

## **PALLOJUMPPAA PAUKKULAKODISSA**

Maanantaisin klo 18 - 19 keväällä 7.1. - 20.5. sekä syksyllä 2.9. - 9.12.  
Ryhmän koko on rajattu. Ilmoittaudu Tiina Harakka-Anttila 050 411 9235.

## **ASKARTELUA**

Kahvipussiaskartelu aloitetaan 4.1.19 klo 14. Kahvipussiaskartelijat kokoontuvat noin joka toinen perjantai klo 14-18 Salo-Karinassa, Helsingintie 52. Toiminta on yhteistyötä Salon Diabetes ja L-S Syöpäyhdistyksen Salon Seudun paikallisosaston jäsenien kanssa. AVOIMET OVET vk 8 ja 9 2019 kahvipussi-  
töiden näyttely sekä Milja Turusen tauluja esillä, (auki ke ja to klo 12-18 ja pe 10-18 ), ostomahdollisuus. Lisätietoja Terttu puh.050 339 5286

**Nuorten Diabetesyhdistys ry NDY** on valtakunnallinen yhdistys 18 - 30 -vuotiaille diabeetikoille. Lisätietoja [www.ndy.fi](http://www.ndy.fi) Seuraa ja tykkää sosiaalisessa mediassa: Facebookissa, Twitterissä ja Instagramissa!  
Diabetesliiton nuortenlehti Inspis ilmestyy netissä [www.diabetes.fi/inspis](http://www.diabetes.fi/inspis)

## **HOITOTARVIKEJAKELU**

---

Diabeteksen hoitoon tarvittavia välineitä on hoitotarvikejakelun lisäksi mahdollista saada diabeteshoitajan vastaanottokäynnin yhteydessä.

### **Keskitetty hoitotarvikejakelu, Örninkatu 15 ovi 28, Salo**

Jakeluaika: ma klo 9.00 - 11.30, ti klo 13.00 - 17.00, to klo 13.00 - 16.00  
044 772 3396, Puhelinaika: ma ja ke klo 12.00 - 13.00, ti ja to klo 12 - 12.45

### **Halikon terveysasema, Hornintie 1, Halikko**

keskiviikkona klo 9.00 -11.00, puhelinaika 044 772 3396 ma ja ke klo 12.00 - 13.00 ti ja to klo 12 - 12.45 (diabetestarvikkeet, muut tilauksesta)

### **Perniön terveysasema, Vuorilinnantie 5 (neuvolan alakerta), Perniö**

Vuorilinnantie 5 (neuvolan alakerta) maanantaina klo 15.00 - 16.00  
044 772 6218 vain diabetestarvikkeet

## **Salon Diabetes ry hallitus 2019**

Puheenjohtaja, jäsenasioiden hoitaja	0400 881 785
Harttio Merja	<a href="mailto:merja.harttio@gmail.com">merja.harttio@gmail.com</a>
Metsäkedonkatu 16 24260 Salo	
Sihteeri	041 451 9722
Leppämäki Taru	<a href="mailto:leppamakitaru@gmail.com">leppamakitaru@gmail.com</a>

Rahastonhoitaja	050 339 5286
Ståhlberg Terttu	terttu.stahlberg@gmail.com
Varapuheenjohtaja	050 348 9348
Jokinen Jarmo	jarmo.a.jokinen@gmail.com
Jokinen Paula	
Laitala Pentti	040 512 1760
	pentti.laitala@gmail.com
Luhtavaara Timo	045 671 4739
	timo-39@sci.fi
Virpi Sirkka-Liisa	040 741 2736
	siru.virpi@gmail.com
Toimihenkilöt hallituksen ulkopuolelta	
Myyntivastaava	050 411 9235
Harakka-Anttila Tiina	tiina.harakka.anttila@gmail.com

Hallitus pitää järjestäytymiskokouksen tammikuussa, jolloin päätetään toimihenkilöt ja varapuheenjohtaja vuodelle 2019. Yllä olevassa listassa vuoden 2018 tehtävät. Puheenjohtaja valittiin vuoden 2017 syyskokouksessa kolmi-vuotiskaudeksi 2019 – 2021.

**Haluatko sähköpostilla viestejä yhdistyksen tulevista tapahtumista?  
Ilmoita sähköpostiosoitteesi sihteerille: leppamakitaru@gmail.com**

Salon Diabetes ry on Suomen Diabetesliiton jäsenyhdistys. Liity jäseneksi, ilmoita osoitteen muutos ja muut jäsenasiat: Diabetesliiton inter-



Suomen Diabetesliiton  
jäsenyhdistys

netsivujen kautta [www.diabetes.fi](http://www.diabetes.fi) tai puhelimitse Diabetesliittoon 050 310 6611 tai 050 310 6612 tai yhdistyksemme tilaisuuksissa.

## Salon SYTY ry

Salon Diabetes ry on jäsenenä Salon seudun potilas- ja vammaisyhdistysten yhteistyöyhdistys SYTY ry:ssä.

SYTY järjestää virkistystä, koulutusta ja yhdessäoloa eri yhdistysten aktiiveille. Sytyn tilaisuuksiin ovat tervetulleita kaikki jäsenyhdistyksen jäsenet. Toiminnasta saat lisätietoa toimistolta. SYTYssä on kaikille avointa toimintaa Teema-Torstaisissa klo 12-14, Tervetuloa osallistumaan! Ei ilmoitautumista, tule kun itsellesi sopii ja osallistuminen on

Salon  
SYTY  
ry

[www.salonsyty.fi](http://www.salonsyty.fi)

maksutonta. Kuukauden 1. to: pelipäivä, 2. to: yhteislaulua, 3. to: kulttuuria ja 4. to: liikuntaa. Seuraa ilmoittelua mm. Facebookissa ja Salonjokilaaksossa.

Yhdistävä tekijä on kaikkien SYTYläisten, yksittäisten henkilöiden ja yhdistyksien blogi. Blogista löytyy tärkeitä tapahtumia, sekä tarinoita ihmisten eletystä elämästä. Blogin löytää osoitteesta <http://yhdistavatekija.blogspot.fi/>

ATK-Pysäkiltä saat henkilökohtaista apua tietotekniikkaan liittyvissä asioissa. Tietokoneiden, tablettien, puhelimien ja muiden ATK-laitteiden käytön neuvontaa ja apua pienten ongelmien ratkaisussa.

Varaa aika Akilta 044 555 0938. Palvelu on maksutonta ja kaikille avointa! Salon SYTY ry, Helsingintie 6, Salo. Puh. 040 356 2016

Email: [toimisto@salonsyty.fi](mailto:toimisto@salonsyty.fi)

Lisätietoa löytyy [www.salonsyty.fi](http://www.salonsyty.fi) sekä Facebookissa.

## **Salon Diabetes ry:n jäsenille etuja jäsenkortilla!**

---

Pidäthän aina jäsenkortin mukanas!

Seuraa ilmoitteluamme [www.salondiabetes.com](http://www.salondiabetes.com)

### **Salon Vanha Apteekki**

Kauppakeskus Plaza, Vilhonkatu 8, Salo myöntää alennusta 10 % jäsenkortillamme ILMAN RESEPTIÄ toimitettavista normaalihintaisista perusvoiteista.

### **Kukkakauppa Regina**

Horninkatu 11, Salo puh. 045 111 44 88, myöntää alennusta 20 % normaalihintaisista tuotteista. (Ei koske kukkavälitystä eikä morsius-sidontaa).

### **Kukkakimppu**

Helsingintie 5, Salo puh. 02 733 3344 myöntää alennusta 20 % normaalihintaisista kukkaostoista. (Ei koske kukkavälitystä, tarjouksia eikä morsiuSSIDONTAA).

### **Salon Seudun Lämpöpalvelu Oy**

Satamakatu 32, Salo puh. 02 734 7400 antaa pienen alennuksen lämmitysöljystä. Tilatessasi ilmoita, että olet Salon Diabetes ry:n jäsen.

### **Salon Jalkahuolto**

Ruuhikoskenkatu 9, Salo myöntää alennusta 20 % perus jalkahuollosta.





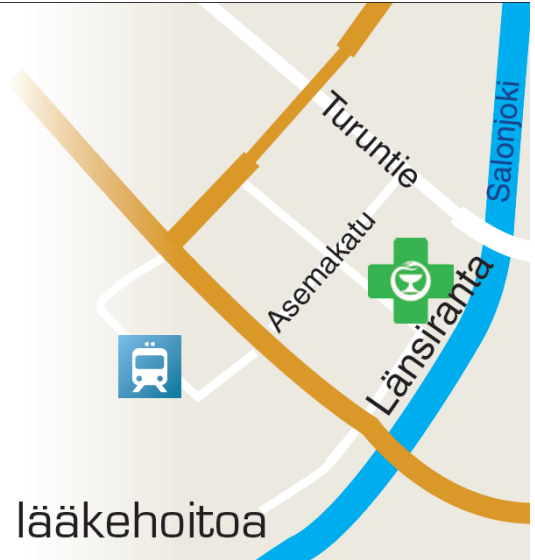
Kuninkaantien  
**Apteekki**

PHARMACY

**Länsiranta 8, 24100 SALO**  
puh. 02 731 2300  
ma-pe 8.30-18 • la 8.30-14

Yksilöllistä palvelua • Turvallista lääkehoitoa

[www.kuninkaantienapteekki.fi](http://www.kuninkaantienapteekki.fi)



Salon Diabetes Ry:n jäsenille

**Perus Jalkahuolto:**

**-20%**

**Jalkaterapeutti Hanna Kaisa Järvinen**

Ruuhikoskenkatu 9, 24240 Salo

**Puh. 040-179 9304**



**Salon Jalkahuolto**

Jalkaterapiapalvelut, Sinun jalkojesi parhaaksi!



[www.salonjalkahuolto.fi](http://www.salonjalkahuolto.fi)