



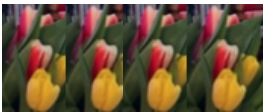
Kanta-Hämeen NEUROYHDISTYS

Hallituksen terveisiä

Yhdistyksen hallitus 1.1.2024 alkaen:

Kirsti Salin-Vanhala, puheenjohtaja
 Harri Pieviläinen, varapuheenjohtaja ja nettisivut
 Pirjo Rautanen, sihteeri
 Sari Pieviläinen, jäsenasiat
 Heidi Peura, liikuntavastaava ja some
 Heidi-Maria Tamminen, some
 Jutta Ikonen, jäsenkirjeet, jäsenasiat ja Avain -lehden yhteyshenkilö
 Päivi Ikkala
 Tarja Mäenpää
 Seppo Nyman
 Riikka Ingström, rahastonhoitaja

Toivotamme kaikille
 jäsenillemme
 mukavaa kevättalvea!



Tulevat tapahtumat 2024 - laita päivät muistiin

- 26.2. Positiivinen sairastaminen -luento klo 12.00 - 13.00
 Neuroliiton kokemustoimija, Heidi-Maria Tamminen
 Riksula, Eteläinen Asemakatu 2, Riihimäki
- 29.2. Harnes -päivä
 Inkilänhovi, Kalevankatu 18-20, Riihimäki
- 18.3. Kevätkokous klo 18.00 – 20.00
 Inkilänhovi, Kalevankatu 18-20, Riihimäki
- 9.5. Esteetön ulkoilupäivä klo 13.00 – 17.00
 Tittilampi, Forssa
- 30.5. MS -päivä
- 9.11. Hyvän olon – päivä HOP



**Lähde mukaan
 Virkistymään!**

Lisätietoa tapahtumista tulevissa jäsenkirjeissä



Riksun reippaat

Mukava ja reipas porukka kokoontuu perjantaisin klo 12.00 – 13.30 Inkilänhovin kuntosalilla, Kalevankatu 18-20, Riihimäki

Lisätiedot: Seija p. 040 550 9454, seija.s.kukkonen@gmail.com

Voutilan vetreet

Reipasta sunnuntailiikuntaa klo 17.00 – 18.00
Voutilakeskuksen kuntosalilla, Pollentie 35, Hämeenlinna
Hinta: kevätkausi 30€

Lisätiedot: Tarja p. 040 582 0556, tarjamaenpaa@yahoo.com

Riksun Vireet

Vireet kokoontuvat keskiviikkoisin klo 17.00 – 18.00
Kuntovireen tiloissa, Hämeenkatu 24-26, Riihimäki

Lisätiedot: Mari p. 0400 618 056



Lammin Letkeät

Ryhmä kokoontuu joka kuun toinen torstai klo 15.00 – 17.00
Lammin kirjastolla, Linjatie 12, Lammi
Seuraavana vuorossa lautapeli-iltapäivä 14.3.

Lisätiedot: Sari p. 045 110 2284, pievilainen.sari@gmail.com

Uimaliput

Jäsenten uimaharrastusta tuetaan totuttuun tapaan palauttamalla puolet maksetuista kustannuksista.

Lähetä kuva maksamiesi uimalippujen kuitista ja tilinumerosi Riikalle s-postilla riikka.ingstrom@gmail.com

NeuroHarnes

Harvinaista neurologista sairautta sairastavien vertaistukiryhmä, johon voivat osallistua kaikki neurologista sairautta sairastavat ja läheiset. Ryhmä kokoontuu kuukauden toinen torstai Inkilähhovissa, Klo 18.00 – 20.00 (poislukien kesätauko)

Harnes-ryhmän yhteyshenkilö on Seppo Nyman sepi66sepi@gmail.com tai p. 044 511 5587

Oletko kiinnostunut ryhtymään yhteyshenkilöksi vertaistukiryhmään? **55+ konkarit**, **Mies selviää** ja **Nuorten** -ryhmät odottavat innokasta vertaisvetäjää!

Jos olet kiinnostunut, niin ota yhteyttä
Kirsti Salin-Vanhala kirsti_salinv@live.com