

Päivälänkatu 13 as 1, 05830 Hyvinkää	www.hyvinkaanreumayhdistys.reumaliitto.fi
puh. 045 1266 777	reumayhdistyshyvinkaa(at)gmail.com
Puheenjohtaja: Titta Laine puh. 0400 887 342 tittalaine(at)luukku.com	tili FI21 1029 3000 3521 45

Puheenjohtaja on joka kuukauden ensimmäinen maanantai klo 13.00 – 14.30 Onnensillassa. Sinne voi tulla ilmoittautumaan eri ryhmiin, matkoille tai teatteriin, ostamaan liikuntaseteleitä, kysymään mieltä askarruttavista asioista tai vaikka vaan rupattelemaan.

Olethan muistanut antaa jäsenihteerille sähköpostiosoitteesi tai puhelinnumerosi, että jatkossakin saat yhdistyksen postia. Tuula, puh. 040 7444 492, sähköposti tupu.syrja(at)gmail.com.

Tietosuojaselosteet

Hyvinkään Reumayhdistyksen tietosuojaselosteet on päivitetty 8.8.2018 EU:n 25.5.2018 voimaan tulleiden yleisen tietosuoja-asetusten mukaisesti. Lisätietoja Titalta, puh. 0400 887 342.

Tapahtumia kevätkaudella

Kuukausikerhot joka kuukauden kolmas keskiviikko klo 17.00 alkaen Onnensillassa, Siltakatu 6
Kerhokohtaiset teemat:

- 15.1.2020 kuukausikerhossa keskustellaan tulevasta toiminnasta
- 19.2.2020 jalkaterapeutit Tuija Saukkonen ja Hanna Seitsonen
- 18.3.2020 kevätkokous
- 15.4.2020
- 20.5.2020 Hyvinkään Työvään Mieskuoro laulaa ja laulattaa

Kevätmyyjäiset ovat Onnensillassa 5.4.klo 10-13.

Eläkeikäisten hyvinvointiloma Lautsian kartanossa Hauholla 27.4. – 2.5.2020. Omavastuu 110 €. Hakemusten palautus viim.21.1. Lisätiedot Riitta-Liisa, puh.044 5405 022.



Harrastukset ja vertaistukiryhmät Hyvinkään Järjestökeskus Onnensillassa

Käsityö- ja askartelukerho maanantaisin klo 12.00. Lisätiedot Anna-Liisa, puh. 040 594 5567.

Kantelepiiri Vanamoiset keskiviikkoisin klo 11.30 -13. Tervetuloa opettelemaan soittoa viisikielillä, ukuleilla tai pelkästään laulamaan! Lisätied. Erna, p. 0400 232 384.

Filosofinen keskustelukerho kokoontuu klo 14-15.30. Ajat ja aiheet: 30.1. ”Rikkinäisyys”, 27.2. ”Taitavuus”, 26.3. ”Inspiraatio”, 23.4. ”Kaiho” ja 28.5. ”Onko eleganssi kadonut?” Kerho toteutetaan yhdessä Hyvinkään-Nurmijärven senioriopettajien kanssa. Lisätiedot Julia, puh. 0400 975 080.

Nivelreumaisten ryhmä tiistaina 21.1., 25.2., 24.3., 21.4. ja 26.5. klo 10.30 - 12.00. Lisätiedot Marja, puh. 050 542 6027.

Sjögrenin syndrooman vertaistukiryhmä tiistaina 14.1., 11.2., 10.3., 14.4. ja 12.5. klo 17. Lisätiedot Kirsi, puh. 0400 419 148.

Polymyalgian vertaistukiryhmä kokoontuu torstaisin 16.1., 20.2., 19.3. ja 16.4. klo 17.00. Lisätiedot Marja-Riitalta, puh. 040 594 4806.

Fibromyalgiaryhmä kokoontuu torstaisin 30.1., 27.2., 26.3. ja 30.4. klo 18. Lisätiedot Ulla, p. 041 5047 091.

Selkärankareuman vertaistukiryhmä, lisätiedot Riitta, puh. 050 325 4439.

Liikuntaharrastukset

Hyvinkään Veteraanitalolla ohjattua vesivoimistelua maanantaisin klo 10.00. 1 liikuntaseteli/kerta

Hyvinkään Sveitsin Uimalassa vesijummat kahtena päivänä viikossa! Maanantaisin klo 10 ja torstaisin klo 10.00 Uimalan vesijumppa 20 €/kausi maksetaan yhdistyksen tilille FI21 1029 3000 3521 45, viitenummerolla 5445. Lisäksi tulee uimalan pääsymaksu.

Keilaus perjantaisin klo 14.00 Hyvinkään Keilahallilla. Yksi liikuntaseteli/kerta. Lisätiedot Titta, puh. 0400 887 342.

Ohjattu kuntosaliharjoittelu Lepovillassa keskiviikkoisin klo 15.00 – 16.30, yksi liikuntaseteli/kerta.



Retket keväällä 2020

- Kylpylämatka Lohja Spa & Resort 24. -28.2.2020. Hinta 299/hlö sis. majoituksen 2 hengen standardihuoneessa, puolihoitoruokailut, elämyskylpylän ja kuntosalin käytön, mukavaa lomaohjelmaa sekä 25 min hieronnan ja suolahuonehoidon. Lisäksi tulee bussikuljetuksen hinta: jos lähtijöitä on 10, matkan hinta on 47 euroa/hlö. Mikäli lähtijöitä on 20, matkan hinta on 23, 50. Ilm. 20.1.2020 mennessä p. 045 1266 777.

- Hyvinkään Kytäjän kylästä kotoisin olevan KulkuriTeatterin 30-vuotisjuhlavuosi käynnistyy Hyvinkääsalissa helmikuussa 2020. Kantaesityksensä saava kekseliäs seikkailunäytelmä tutustuttaa Hyvinkään kyliin ja niiden erityislaatuisiin asukkaisiin. Jännittävästi toteutettu, visuaalisesti näyttävä ja paljon musiikkia sisältävä näytelmä tuo Hyvinkääsalin lavalle rakastetuimpia hetkiä teatterin 30-vuotisen historian ajalta. KYLILLÄ KUULTUA - tarinoita kaupungin laitamilta su 9.2. 2020 klo 13 Hyvinkääsalissa. Lisätied.p. 045 1266 777

- su 22.3. 2020 teatterimatka Nokialle "Linnaisten kartanon vihreä kamari". Romantiikkaa, jännitystä ja hupaisia hetkiä tarjoava tarina. Lumoavan kaunis näyttämökuva ja puvustus vievät katsojat historialliseen kartanomijööseen. Näytelmä perustuu Topeliuksen kirjoittamaan romaaniin "Gröna kammarn i Linnais". Ohjaus ja sovitus Heli Pitkänen. Ilm. p. 045 1266 777 viim. 20.2. 2020. Hinta jäsenille 45 euroa (sis väliaikakahvit), ei jäsenet 50. Maksu yhdistyksen tilille FI21 1029 3000 3521 45 viim. 20.2.2020., viite 5720.

- la 16.5. Ladun maja. Jo perinteeksi muodostunut retkipäivä Ladun majalle. Lähtö Aleksis Kiven parkkialueelta klo 12. Yhdistys tarjoaa pullakahvit, omat makkarat tms. mukaan. Ilmoittaudu puh. 045 1266 777 viim. 8.5. Kerro samalla tarvitsetko/tarjoatko kyydin.

- ti 7.7. kesäteatterimatka Heinolaan "Riemurahat" klo 14 alkavaan esitykseen. Tarina kertoo, kuinka hyvin tavallisen pariskunnan elämä mullistuu, kun mies palaa kotiin salkku täynnä rahaa. Näytelmän on kirjoittanut Ray Cooney, suomentanut Mikko Viherjuuri ja ohjannut Kari Heiskanen. Ilm. p. 045 1266 777 ja maksu 50 euroa (ei jäsenet 55) viim. 5.6., viite 5720.

Muuta toimintaa

Miesten turinatuokiot torstaisin 16.1., 20.2., 19.3. ja 16.4. klo 14 Kahvila Rossoissa, Willassa. Tule turisemaan! Lisätiedot Seppo, p. 040 5298 366.

Elämäntaidot-esiin kurssilla keskitytään hyvän olon tuntemukseen. Kurssiin liittyy myös hyvinvoinnin vahvistaminen luonnossa. Kurssia vetävät Aija ja Titta. Kevään kurssi on täynnä, syksyn kursseille voi ilmoittautua Aijalle, p. 045 2456 844. Kurssilaiset kokoontuvat kerran kuukaudessa.



Jäsenedut

Yhdistys tukee mahdollisuuksien mukaan vahvistetun kuntoutussäännön mukaisesti jäseniään myös taloudellisesti heidän toimintakuntonsa ylläpitämiseksi. Avustusta voi hakea hallitukselta. Lisätied. Titta, puh. 0400 887 342.

IF Vahinkovakuutusyhtiön järjestövuakuutus on voimassa Reumaliiton ja sen jäsenyhdistysten järjestämissä tilaisuuksissa. Vakuutusnumero on SP1310927.

Alennukset, alennusten saamiseksi sinun tulee esittää voimassa oleva jäsenkortti:

- AnnLiis Arté, askartelu- ja käsityöliike, Kauppalank. 3-5, alennus 10 %.
- Anne Kansikas, dipl.vyöhyketerapeutti, lymfaterapeutti, Vaiveronk. 51, puh. 040 536 2623, 10% alennus hoidoista.
- Baldrian Oy, Hämeenkatu 13-17, puh. (019) 439 627, 10 % alennus lisäravinteista (ei elintarvikkeista)
- Kehonhuolto Jumissa, Torik. 6-8, ajanvaraus puh. 044 9705 192, 10% alennus hieronnasta, 5 % alennus kotikäynneistä. Parafiinihoito käsille 17 € (norm. 20 €) ja jaloille 20 € (norm. 25 €).
- Salon Esko Soininen, Uudenmaankatu 32, puh. (019) 432 755, 10 % alennus parturi- ja kampaaopalveluista.

Jalkojen perushoitoa 10% jäsenedulla antavat seuraavat yrittäjät:

- Jalkahoitola TG, jh Tarja Gynther, Siltakatu 15. puh. 0400 474 850.
- Jalkaterapeutti Anne Ferm, Koulukatu 12, puh. 0400 763 024.
- Jalkaterapia Sinikka Siltanen, Pilventie 49, puh. 050 5403252.
- Jalkahoitola Birgit Salo, Vaiveronkatu 12-14, puh. 019 439 058.
- Tmi Aurinkovarpaat, Valtakatu 3, puh. 041 546 3177. Myös kotikäyntejä.
- Tmi Annelin Askeleet, Pappilankatu 25, puh. 040 842 4672, 5 % alennus jalkojenhoidosta, 10 %:n alennus jalkahoitotuotteista. Myös kotikäyntejä!

Reumaliiton jäsenedut

Tallink Silja – matkoja ja kokoustamista

Henkilö- ja hyttipaikoista, matkustajaliikenteen ajoneuvoista sekä laivojen kokoustilavuokrasta 10 % alennusta Tallinkin ja Silja Linen normaalihintaisilla reitti- ja risteilymatkoilla.

Hotellipaketista ja päivärasteilystä Tallinnaan 10 % alennusta. Hotellien osalta alennus koskee Tallink Hotels -ketjuun kuuluvia hotelleja. Matkavaraukset Tallink Siljalta tai matkatoimiston kautta. Ilmoita asiakasnumero 5534 matkavarauksen yhteydessä.

Viking Line – punaisten laivojen matkoja

Risteily tai reittimatka lähtien Helsingistä tai Turusta kohdesatamana Tallinna tai Tukholma. Reumaliiton jäsenenä voit saada jopa 20 % alennuksen matkaasi.

Henkilöjäsenet: Matkavaihtoehdot ja varaukset www.vikingline.fi/edut/reumaliitto. Puhelinvaraukset numerosta 0600-41577 (1,75 €/vastattu puhelu + pvm). Puhelimitse varatessasi kerro tuotetunnus FPREIT.

SÄILYTÄ JÄSENTIEDOTE!

(Kuvat: Titta Laine)