

TULOSSA ALKUVUONNA 2010:

**Yhteinen omahoidon päivityspäivä 1- ja 2-tyypeille.** Päivityspäivän suunnittelu aloitetaan jo lokakuussa, joten jos olet kiinnostunut osallistumaan, tai haluat vaikuttaa päivän ohjelmaan, ota yhteyttä hallitukseen!

#### YHDISTYKSEN HALLITUS 2009

Vesa Anttila –puheenjohtaja, rahastonhoitaja, p. 0400 541 093/  
[vesa.anttila@akr.fi](mailto:vesa.anttila@akr.fi)

Saija Hurme –varapuheenjohtaja p.044-3210481/ [sammak@utu.fi](mailto:sammak@utu.fi)

Eija Eloranta –sihteeri, tiedottaja p.040-5656294/ [eija.eloranta@netti.fi](mailto:eija.eloranta@netti.fi)

Aira Lankinen –jäsenasioiden hoitaja p. 02 763 1518

Outi Laaksonen p. 040-7281628/ [outi.laaksonen@gmail.com](mailto:outi.laaksonen@gmail.com)

Aimo Polo/ p. 0400-728214

Esa Virta/ p. 0400 177 088

Tarmo Virtanen/ p. 050 465 8103

#### YHDISTYKSEN JÄSENYYS KANNATTAA!

- Saat vertaistukea: yhdistykseen kuuluu jo yli 300 jäsentä!
- Liittymällä yhdistykseemme kuulut myös valtakunnalliseen Diabetesliittoon!
- Yhdistyksemme jäsenmaksu vuonna 2009 on 16 euroa
- Diabeteslehti on jäsenille maksuton 1. vuoden. Tämän jälkeen vuosikerran jäsenhinta on 12 euroa

**[www.loimaanseundundiabetes.net](http://www.loimaanseundundiabetes.net)**



**Loimaan Seudun Diabetesyhdistys ry**

Syksy 2009

Aurinkoiset terveiset Diabetesyhdistyksestäsi!

Syksy on taas tullut ja yhdistyksen on palaillut kesälomilta toiminnantäyteiseen arkeen. Vertaistukiryhmien toiminta on jo päässyt syksyn osalta alkuun ja kesän kuulumiset on saatu vaihdettua. Mukaan ryhmiin voi tulla koska tahansa eli lähtekään ihmeessä vaihtamaan kokemuksia ihmisten kanssa ja samalla kuulemaan hyödyllistä asiaa diabeteksestä.

Yhdistyksen syyskokous lähestyy myös kovaa vauhtia, joten nyt onkin kaikkien diabeteksestä ja yhdistystoiminnasta kiinnostuneiden aika ottaa kalenterit esiin ja merkitä kokouspäivä ylös. Uusia innokkaita toimijoita kaivataan jatkuvasti ja syyskokouksessa on myös loistava tilaisuus kertoa, minkälaiseen toimintaan sinä haluaisit osallistua.

Olethan muuten käynyt jo katsomassa melko tuoreita nettisivujamme osoitteessa [www.loimaanseundundiabetes.net](http://www.loimaanseundundiabetes.net). Nettisivuilta löytyvät ajankohtaisimmat tiedot toiminnastamme ja tulevaisuudessa yritämme saada sivuille myös hyödyllistä infoa toiminta-alueemme diabetespalveluista ja paljon muuta mukavaa.

Reipasta syksyä kaikille ja nähdään yhdistyksen tapahtumissa!

Saija Hurme  
Varapuheenjohtaja

Syksyn aikana on tarjolla monenlaista ohjelmaa niin ykkös- kuin kakkostyypeille ja lapsista aikuisiin!

## VERTAISTUKIRYHMIEN KOKOONTUMISET SYKSYLLÄ 2009

**Ryhmiä yhteinen tapaaminen ma 5.10.** klo 18 Osuuspankin kerhuhuone (Kyröntie 31, Kyrö). Aiheena Diabetesliiton toiminta, järjestösuunnittelija Kati Multanen.

**Tyyppin 1 diabeetikot: la 7.11.** klo 12 Tutustumisretki Vitario-yritykseen (Kyröntie 443, Kyrö) ja **to 3.12.** klo 18 Auran Keidas, alakerran kabinetti. Tiedustelut: Saija Hurme, 044 3210481, saija.hurme@utu.fi

**Tyyppin 2 diabeetikot: ma 9.11.** klo 18 Liikunnan merkitys diabeteksen hoidossa -fysioterapeutti Marja Alila ja **ma 7.12.** klo 18 Diabeteslääkkeet ja viitehintajärjestelmä -Kyrön apteekin edustaja. Tapaamiset Osuuspankin kerhuhuoneella (Kyröntie 31, Kyrö). Tiedustelut: Erja Linkki, 040 709 1972, erja.linkki@gmail.com

## SYKSYN MUU OHJELMA:

**TUTUSTUMISRETKI** Pöytyän Kyrössä sijaitsevaan Vitario-yritykseen (Kyröntie 443, Kyrö) **la 7.11.** klo 12 Vitario tuottaa Valmix-tuotemerkillä tuoreista kasviksista tuoreita jalosteita ja salaatteja. Retkelle mennään omilla kyydeillä, mutta mahdollisia kimpakyytejä voi kysellä Saijalta. Retkeen kuuluu lounas, jonka hinta on yhdistyksen jäseniltä 3 euroa ja ei-jäseniltä 5 euroa. *Ilmoittautuminen Saijalle viimeistään 25.10.* (044-3210481 tai saija.hurme@utu.fi).

## YHDISTYKSEN SYYSKOKOUS to 29.10.

Tuulensuun palvelukeskus, Loimaa. Aloitamme klo **18:30** keskustelutilaisuudella ja kahveilla, jonka jälkeen jatkamme syyskokoukseen. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. *Tervetuloa!*



## Vietämme MAAILMAN DIABETESPÄIVÄÄ 14.11. teemalla DIABETES JA LAPSIPERHEET



Tarjoamme lapsille reippaan aamupäivän liikkuen, leikkien ja toisiin tutustuen sekä samaan aikaan vanhemmille mukavan juttutuokion vertaistuen parissa. Lapset ja vanhemmat, tavataan siis **lauantaina 14.11.** Loimaan liikuntahallin peilialissa (Puistokatu 16) **klo 11-13!**

Tiedustelut: Eija Eloranta (p.040-5656294/eija.eloranta@netti.fi)



## PIKKUJOULUT la 21.11.

Joulu on taas...syksyn tullen on aika suunnata katseet jo myös kohti pikkujouluja. Tänä vuonna yhdistyksen pikkujouluretki suuntautuu **Poriin**, jossa luvassa on **teatteriesitys "Viimeinen sikari"** sekä **ruokailu** jouluisesta seisovasta pöydästä teatterin jälkeen. Luvassa on suomalaista draamakomediala parhaimmillaan! *Viimeinen sikari* on vetävä kertomus vanhasta rehtorista, avioparin eletystä elämästä täynnä yllättäviä käännteitä ja paljastuksia. Hauska ja jännittävä näytelmä! Teatteriesitys alkaa kello 13.

**Yhteiskuljetus** Aura-Loimaa-Pori.

**Hinta yhdistyksen jäsenille 40 euroa, muille 50 euroa.**

**Ilmoittautumiset viimeistään 28.10. joko Esa Virta (p. 0400 177 088) tai Aimo Polo (p. 0400-728214)**

