



Etelä-Suomen alopecia- ja vitiligoyhdistys ry

Syysterveiset yhdistyksestä!

Lämmin kesä on taittunut syksyyn ja on aika suunnata katseet loppuvuoteen 2018. Poimi siis alta itsellesi sopivat tapahtumat ja ilmoittaudu mukaan.

Vuoden 2019 toiminnan suunnittelu on jo kovassa vauhdissa. Haluatko tulla mukaan järjestämään yhdistyksen toimintaa? Ota rohkeasti yhteyttä niin keskustellaan tarkemmin.

Syystapahtuma Tampereella

Holiday Club Tampere
Lauantaina 27.10.2018

Koko päivän tapahtuma pitää sisällään mielenkiintoisia puhujia, vertaistukea, yhdessäoloa ja virkistystä.

Osallistumismaksu 25€/hlö (sisältää koko päivän ohjelman, ruokailut ja majoituksen sitä tarvitseville yöpyminen 2 hengen huoneissa)

Sitova ilmoittautuminen 1.10.2018 alkaen etelasuomen.alovit@gmail.com tai tekstiviestitse/whatsappilla 040 412 9462.

Päivän ohjelma:

Klo 12 Saapuminen ja lounas
Tervetulosanat ja päivän alustus
Klo 13 Puhuja: Tanja Hakala: AIP (autoimmuuniprotokolla) ruokavalio
Tauko
Klo 15.30 Puhuja: Ulrika Björkstam
Iltapäiväkahvit
Klo 17.30 Ohjattu rentoutushetki

Tauko päivällinen omakustanteinen)

Klo 20.30-23.30 Kylpylän allasosasto varattu yksityiskäyttöön yhdistyksellemme.

Vertaistukiristeily alopeciaa sairastaville aikuisille Turusta

Baltic princess 23-h risteily
9-10.11.2018.
Osallistumismaksu 20€/hlö

Risteilyn ohjelma:

Lähtö Turun satamasta 9.11 klo 20.15
(Kokoonnumme satamassa noin tuntia aikaisemmin)

Alkuillaksi laivalta varattu kokoustila käyttöömme. Tarjolla salaattia ja kuohujuomaa sekä tutustumista ja keskustelua.

Lauantaina 10.11 yhteinen
buffet-ruokailu ja ajanviettoa.

Paluu Turun satamaan lauantaina
10.11 klo 19.15.

Sitovat ilmoittautumiset 1.10.2018 klo
8.00 alkaen sähköpostitse
etelasuomen.alovit@gmail.com tai
tekstiviestillä/whatsappilla 040 412
9462

Uintivuoro Helsingissä

Viikottainen uintivuoro
maanantai-iltaisin Allergiatalolla
(Paciuksenkatu 19, 00270 Helsinki).

KKI-Hankkeen tuella järjestettävään
"rohkeutta liikkua ja parempaa
terveyttä"- ryhmään mahtuu vielä
mukaan.

Viikottaisen uintivuoron lisäksi
ryhmälle tarjotaan terveysliikuntaan
liittyviä luentoja ja neuvontaa.
Lisätietoa puheenjohtaja Tarulta.

Saitko tämän kirjeen paperisena tai sähköpostiin, jota käytät vain harvoin?

Tiedotamme yhdistyksen toiminnasta
pääasiassa sähköpostitse. On siis
tärkeää, että tiedossamme on
ajantasainen sähköpostiosoitteesi.

Jäsenkirjeet lähetämme muutaman
kerran vuodessa postitse niille, joiden
sähköpostiosoite ei ole tiedossamme.

Voit päivittää sähköpostiosoitteesi
jäsentietoihisi laittamalla viestiä
asiasta osoitteeseen [jasenet@allergia](mailto:jasenet@allergia.fi).

Tavataan yhdistyksen tapahtumissa

Syysterveisin
yhdistyksen puheenjohtaja Taru
Åkerfelt
ja muu hallitus

puh. 040 412 9462
etelasuomen.alovit@gmail.com



www.alopeciavitiligo.fi

facebook: Etelä-Suomen alopecia- ja
vitiligoyhdistys ry
facebook: Alopeciaklubi
facebook: Vitiligosuomi