

Hyvä Lapin Kilpirauhasyhdistyksen jäsen!

Lapin Kilpirauhasyhdistys on toiminut yli 10 vuotta aktiivisten vapaaehtoisten voimin lisäten kilpirauhaspotilaiden ja heidän läheisten tietoutta sairaudesta ja hyvinvoinnin tärkeydestä sekä edistämällä kilpirauhaspotilaiden tutkimusta, hoitoa ja sosiaaliturvaa. Yhdistys on järjestänyt vertaistukitoimintaa kuudella Lapin paikkakunnalla (Rovaniemi, Kemi, Tornio, Kemijärvi, Salla ja Sodankylä), asiantuntijatilaisuuksia ja monenlaista muuta hyvinvointia tukevaa toimintaa. Lisätietoa vertaistukiryhmien tapaamisista ja tilaisuuksista Internet- ja Facebook sivuiltamme: www.lapinkilpi.com

Lapin Kilpirauhasyhdistyksen KERRO JA KUUNTELE -projekti jatkaa toimintaansa alkuvuoden henkilömuutoksen jälkeen. Yhdistyksen Internet- ja Facebook sivuja, www.lapinkilpi.com on jälleen päivitetty ja sieltä löytyvät ajantasaiset vertaistukiryhmien tapaamiset ja muu toiminta. Sivuilta löytyy myös Lapin Kilpirauhasyhdistyksen, sekä KERRO JA KUUNTELE -projektin esitteet pdf-muodossa.

Kevään aikana on järjestetty monenlaista tapahtumaa. "Kilpirauhasen vajaatoiminta ja lääkitys"-koulutustilaisuus pidettiin 17.1.2018 Lapin keskussairaalan auditoriossa, jossa mukana oli yli 70 henkeä salissa ja etäpaikkakuntiakin toistakymmentä. Toivotaan, että tästä saataisiin vuosittain järjestettävä tilaisuus. Kevään aikana on osallistuttu Järjestömessuille Lapin AMK:lla ja vietetty valtakunnallista Lääkehoidon päivää teemalla "lääkkäiden lääkehoito ja siihen liittyvät erityispiirteet. Kilpirauhaslääkkeiden yhteensopivuus muiden lääkkeiden kanssa ikäihmisillä". Lapin Kilpirauhasyhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 24.3.2018.

Tulossa on vielä kaikenlaista, ennen kuin jääme kesätauolle. KILPI-lehdessä 2/2018 on listattu kevään tapahtumat eri puolilla Lappia. Listasimme tähän alle muutamia poimintoja tulossa olevista tapahtumista.

Hyvinvointipäivä jäsenille 26.5.2018 Rovaniemellä. "Mielekäs arki - pienillä askelilla kohti aktiivisempaa arkea". Päivän aikana keskustellaan liikunnasta, sen terveysvaikutuksista ja mistä löytää kipinä liikkumiseen. Liikkumisen lisäksi asiaa myös ravitsemuksesta.

Hyvinvointia luonnosta-iltapäivä jäsenille 7.6.2018 Muoniossa. Iltapäivä järjestetään Särkitunturilla Kokoontuminen Särkitunturin levähdyspaikalla (tie 79). Sauvakävelyretki lähimaastoon (noin 1 tunti) ja nokipannukahvit Särkivaaran kodalla. Retkellä tarkkaillaan luontoa ja sen vaikutuksia meihin sekä keskustellaan siitä, miten luonto vahvistaa hyvinvointiamme. Retken oppaana eräopiskelija Taika Kopra. Tapahtumassa mukana Lapin Kilpirauhasyhdistyksen lisäksi Muonion sydänyhdistys ja Länsi-Lapin diabetesyhdistys.

Tule nyt mukaan kirjoittamaan kanssamme Kilpariblogia – kerro meille tarinasi! Kilpariblogia julkaistaan Internet sivuillamme. Kilpariblogiin toivotaan kirjoituksia yhdistyksen jäseniltä, vertaisryhmien vetäjiltä, vapaaehtoisilta, hallituksen jäseniltä ja puheenjohtajalta, yhteistyökumppaneilta ja terveydenhuollon ammattilaisilta – kaikilta niiltä tahoilta, jotka asian kanssa ovat tekemisissä – tavalla tai toisella. Kerro sinä – me kuuntelemme (luemme). Lisätietoa "Kilpariblogista" www.lapinkilpi.com



**Haluatko tietää enemmän yhdistyksen toiminnasta?
Oletko kiinnostunut vapaaehtoistehtävistä Lapin Kilpirauhasyhdistyksessä?
Haluatko, että paikkakunnallasi on vertaistukitoimintaa?
Soita tai lähetä sähköpostia!**

Tulevan syksyn aikana järjestetään Jäsenillat kaikissa Lapin kunnissa. Illan aikana kerromme Lapin Kilpirauhasyhdistyksen toiminnasta ja KERRO JA KUUNTELE -projektista. Jäsenillan teemana on **"Innostu vertaistukitoiminnasta ja tule mukaan!"** Tavoitteena on saada vertaistuen ryhmät käynnistettyä Lapin 21 kuntaan. Tällä hetkellä vertaisryhmiä toimii seitsemässä kunnassa. Seuraa ilmoitteluumme paikallislehdistä, KILPI-lehdestä sekä Internet ja Facebook sivuiltamme ja ilmoittaudu mukaan! Ilmoittautumislinkki avataan lähempänä ajankohtaa.

Aurinkoista kesää ja tapaamisiin syksyllä!





KERRO JA KUUNTELE -projekti

Asiantuntijatietoa ja vertiaistukea kilpirauhaspotilaille ja heidän läheisilleen sekä **kokemustietoa** terveydenhuoltoon Lapissa.

Projektin tarkoitus on Lapin kilpirauhaspotilaiden **terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen asiantuntijatiedon, vertaistoiminnan ja kokemustiedon avulla.**

Tavoitteena on, että Lapin ihmisten **tietoisuus kilpirauhasairauksista, niiden oireista ja hoidosta lisääntyy.**

Lapissa yhdistyksen **vertaisryhmiä** kokoontuu jo useammalla paikkakunnalla.

Haluatko tietää enemmän yhdistyksen toiminnasta?

Haluatko, että paikkakunnallasi on vertaistukitoimintaa?

Soita tai lähetä meille sähköpostia!

Yhteystiedot:

KERRO JA KUUNTELE -projekti

Satu Saari

Projektikoordinaattori

p. 040 137 1881

satu.saari@lapinkilpi.com



LAPIN KILPIRAUHASYHDISTYS RY

Kansankatu 8, 2 krs. 96100 Rovaniemi

www.lapinkilpi.com

puheenjohtaja p. 045 137 1008

lapinkilpi@gmail.com

