

Hei vertaistukiryhmän ohjaajat,

Hyvää alkanutta vuotta 2019! Uusi toimintavuosi on lähtenyt liikkeelle vauhdikkaasti. Tapahtumia on järjestetty keväälle monenlaista, käykää katsomassa kotisivuiltamme, mitä kaikkea on tulossa! Kilpirauhasseminaari, Kilpirauhaspajat ja Suomen Kilpirauhasliiton kanssa yhteistyönä toteutettavat avoetäsopeutusvalmennuskurssit ovat työllistäneet melkoisesti, mutta nyt alkaa olla kaikki valmiina näiltä osin 😊 Kevään aikana on tarkoitus aktivoida vertaistukiryhmiä myös paikkakunnille, missä ei vielä toimintaa ole. Suunnittelemassa on myös työikäisten liikunnallisia vertaistukiryhmiä pilottina muutamalle paikkakunnalle, yhdessä Lapin Sydänpiirin kanssa. Järjestämme yhteistyössä ”Hyvinvointiseminaarin” keväällä, Sydänpiirin ja Diabetesyhdistyksen kanssa, alustavana ajankohtana perjantai 3.5.2019.

Kuntakerros 2019 tehdään hieman maltillisemmin tänä vuonna ja vuoden aikana on ajatuksena käydä taas kaikki kunnat läpi. Tulen mielelläni osallistumaan vertaistuki-iltoihinne, joten päivämääriä saa minulle ehdotella 😊 Vuoden 2019 alusta olemme lähteneet systemaattisesti myös haastamaan kuntia mukaan tähän kilpirauhasairaiden erityisryhmän alueelliseen tukemistyöhön ja lähetämme joka kuntaan toiminta- ja liikunta-avustushakemukset määräaikaan mennessä. Enontekiön avustus on nyt postitettu. Tämä tarkoittaa siis sitä, että jos kunta, jonka alueella toimitte, lähtee mukaan ja myöntää avustuksen, se avustus on teidän vertaistukitoimintanne ja sen kehittämisen tarpeisiin. Toivon, että laittaisitte minulle viestiä, mitä perusteluja haluaisitte minun hakemuksessa käyttävän ja sen, mitä näillä mahdollisilla avustusrahoilla tekisitte ja tiedon myös siitä, jos haluatte itse osallistua hakemuksen täyttämiseen.

Lääkäriluento 17.12.2018 - uudelleen katseltavissa pian!

Lähipäivinä saamme vihdoin katseltavaksi YouTuben kautta uudelleen lääkäri Ville Pöntynsen luentotallenteen 17.12.2018 Kilpirauhasairauksien seuranta ja liitännäisongelmat. Kun tallenne on katseltavissa, ilmoitan siitä Facebookin ja Internet sivujemme kautta. Katseluaikaa on ostettu kuukauden jaksoksi.

15 vuotta alueellista potilasjärjestöyötä – vapaaehtoisten voimin!

Lapin Kilpirauhasyhdistys ry järjestää yhteistyössä KERRO JA KUUNTELE -projektin kanssa, Kilpirauhasseminaari 15.2.2019 klo 11.00 – 15.30, Matkailualan tutkimus- ja koulutusinstituutti, Auditorio. Viirinkankaantie 1, Rovaniemi.

Toivotamme sinut tervetulleeksi mukaan paikan päälle seminaariin Rovaniemelle. KERRO JA KUUNTELE -projekti maksaa matkat vertaistukiohjaajille valtion matkustussäännön mukaisesti. Ilmoittaudu nyt pian mukaan oheisesta linkistä: <https://link.webropolsurveys.com/S/EA22B532E4DC72E2>
Ilmoittautuminen onnistuu myös puhelimitse 5.-6.2.2019 klo 16-19, soittamalla numeroon 040 329 0045.

Seminaariin voi osallistua myös etänä. Etäosallistumisesta ohjeet löytyvät osoitteesta: www.lapinkilpi.com etusivu/ajankohtaista osiosta.

Lapin Kilpirauhasyhdistys ry:n historiikki: Historiikki on luettavissa seminaarin jälkeen myös e-lehtenä kotisivuiltamme.

Virkistystä vertaistukiohjaajille!

Ideapäivät vertaistukiohjaajille pidetään taas perinteisesti alkukesällä. Merkitsehän kalenteriisi päivät 10.-11.5.2019. Ohjelman postitan teille, kunhan se meille tulee, mutta alustavana ajatuksena on pitää tuossa yhteydessä myös teidän virkistyspäivänne 😊 eli ohjelma menisi alustavasti niin, että ensin olisi perjantaina alkaen klo 17 Järjestöpiste



Joikun yhteinen ohjelma, kaikille järjestöjen ohjaajille ja sen jälkeen me voisimme mennä, vaikka syömään tms. Lauantai aamulla olisi meidän oma "kilppari" koulutus/tieto-osio jonka jälkeen yhteinen ohjelma jatkuu. Kotiin lähtö olisi tuossa klo 15 tietämällä. Projektin maksaa teidän matkanne (valtion matkustussäännön mukaisesti) ja yritän järjestää teille myös yösijan kaupungista 😊 tästä lähetän teille lisätietoa lähempänä ajankohtaa....

Lääkehoidon päivä 21.3.2019

Alla liitteenä linkki, Valtakunnallisen lääkehoidonpäivän luentotallenteeseen, jos haluatte vaikka ryhmässä katsoa <https://youtu.be/XcgJb1AIfNo> Kuinka monella teistä on mahdollisuus katsella ryhmän kanssa näitä tallenteita? Haluaisin tiedon siitä, onko jokin ryhmä ihan ilman mahdollisuutta katsella näitä? Tämä tapa lähettää luentotallenteita on kuitenkin meillä lisääntymässä ja joudumme sitten pohtimaan, kuinka ryhmä voitaisiin varustaa laitteilla, joita tallenteiden katseluun tarvitaan.

Työnohjausta vertaisryhmien ohjaajille

Järjestöpiste Joiku järjestää työnohjausta 12.2., 12.3. ja 16.4.2019 klo 16.30 – 18.00 Rovaniemellä Järjestötalossa, Klubi tilassa 1 krs. Jos haluat mukaan, niin laita minulle viestiä. Projektin maksaa teille matkat valtion matkustussäännön mukaisesti.

Jääkarhuheijastimet

Olemme tilanneet Suomen Kilpirauhasliitolta jääkarhuheijastimia. Olisi hienoa, jos kaikilla meidän vertaistukiryhmiin osallistuvilla olisi tuo jääkarhuheijastin 😊 Ilmoitatko minulle, montako henkeä ryhmässäsi on kulkenut syksyn ja kevään aikana, niin laitan postin mukana teille heijastimet jakoon.

Vertaistukiryhmien kokoontumiset vuonna 2019

Tässä tiedoksenne ne vertaistukiryhmien tapaamiset, jotka minulle on ilmoitettu ja jotka olen ilmoittanut KILPI – lehteen 1/2019. Nämä tapaamiset näkyvät myös sivuillamme Internetissä ja Facebookissa. Tallennan tapaamisia sitä mukaa kun saan niistä tiedot. Voin myös laittaa ilmoitukset tapaamisistanne paikallislehtiin, kunhan ilmoitatte minulle, mikä lehti alueellanne olisi paras vaihtoehto tapaamisten ilmoittamiseen.

Enontekiö, vertaistukiryhmien kokoontumisajat ja -paikat ilmoitetaan Enontekiön sanomat lehdessä.

Ivalo, torstaina 24.1.2019 klo 18-20. Osoitteessa: Päiväkeskus Valkama, Petsamontie 5 D, Ivalo. Seuraa ilmoitteluumme osoitteessa www.lapinkilpi.com

Kemi, vertaistukiryhmien kokoontumisajat ja -paikat ilmoitetaan Kemi-Tornio lehdessä.

Kemijärvi, tiistaina 15.1 klo 17.30-19.30, torstaina 14.2 klo 17.30-19.30, torstaina 14.3 klo 17.30-19.30 Kemijärven vertaistukiryhmä mukana skype yhteydellä Rovaniemen vertaistukiryhmään, jossa vieraana Mirva Hartikainen, muistiohjaaja, Lapin Muistiyhdistykseltä pitämässä Muistikummi tuokiota klo 18.15-19.15. (Seuraa ilmoitteluumme osoitteessa www.lapinkilpi.com tilaisuuden pitopaikka vielä avoinna). Torstaina 11.4 klo 17.30-19.30 ja torstaina 16.5 klo 17.30-19.30. Osoitteessa: Kiehispiirtti, Seminarinkatu 5.

Kolari, torstaina 17.1. klo 17-19, Kolarin kunnan Valtuustosalin. Mukana KERRO JA KUUNTELE -projektin projektikoordinaattori ja Lapin Kilpirauhasyhdistyksen hallituksen puheenjohtaja. (Kolariin alustavasti suunnitellut tapaamiset varmistuvat lähiaikoina. Alustavat päivät ovat 18.2., 11.3., 15.4. ja 13.5. 2019 klo 17-19.)

Rovaniemi, torstaina 10.1.2019 klo 18-20, torstaina 14.2.2019 klo 18-20, askartelemme ”Kunpa siivet kantaisivat” – kampanja perhosia. Torstaina 14.3.2019 klo 18-20. Mukana Mirva Hartikainen, muistiohjaaja, Lapin Muistiyhdistykseltä pitämässä meille Muistikummi tuokion klo 18.15-19.15, jonka jälkeen keskustelua muistiasioista. Torstaina 11.4.2019 klo 18-20, torstaina 9.5.2019 klo 18-20 ja torstaina 13.6.2019 klo 18-20. Osoitteessa: Kipinä sali, Potkuri, Pohjolankatu 2.

Salla, vertaistukiryhmien kokoontumisajat ilmoitetaan Koti-Lappi lehdessä.

Sodankylä, MUUTTUNEET AJANKOHDAT

maanantaina 18.2.2019 klo 18-20, maanantaina 18.3.2019 klo 18-20 ja maanantaina 20.5.2019 klo 18-20 (Toisin kuin KILPI-lehdessä: torstaina 24.1. klo 18-20, torstaina 21.2. klo 18-20, torstaina 21.3. klo 18-20, torstaina 25.4. klo 18-20, torstai 23.5. klo 18-20) Järjestökeskus Kitisen tiloissa, Jäämerentie 19.

Tornio, torstaina 31.1. klo 17-19 ja tiistaina 26.3. klo 17-19. Mukana molemmilla kerroilla KERRO JA KUUNTELE -projektin projektikoordinaattori ja Lapin Kilpirauhasyhdistyksen varapuheenjohtaja.

Tule mukaan kirjoittamaan Kilppariblogia!

Olemme saaneet Kilppariblogiin kivasti kirjoituksia jo muilta tahoilta ja minäkin sinne olen juttujani kirjoitellut, mutta olisi aivan huippu juttu saada teiltä kirjoituksia sinne! Olisi tosi mukavaa lukea, mitä te teette ryhmissä alueellisesti. Lähetä teksti minulle sähköpostilla tai jos tuntuu, ettet osaa kirjoittaa ja kertoisit mieluummin, niin minä voin kuunnella ja kirjoittaa puolestasi – tehdään se yhdessä!

Tarinasi?

Mikä on sinun sairaustarinasi? Olisitko innokas jakamaan sen kanssamme? Tallennan kotisivuillemme sairaustarinoita ja olisi aivan mahtavaa saada sinne myös sinun tarinasi! Kilpi lehti julkaisee myös mielellään tarinat. Kilpi 1/2019 lehdessä ollut Maaritin tarina on Lappilaisen kilpirauhassairaana tarina. Lähetä teksti minulle sähköpostilla tai jos tuntuu, ettet osaa kirjoittaa ja kertoisit mieluummin, niin minä voin kuunnella ja kirjoittaa puolestasi – tehdään se yhdessä!

Kokemuskoulutusta

Suunnitteilla on koulutusta kokemustoimijoille ensi syksyyn, yhteistyössä FinFamin kanssa. Tästä kerron teille lisää, kun ajankohta varmistuu. Jos olisit siis innokas toimimaan kokemustoimijana alueellasi, niin laita siitä minulle viestiä, niin kerron lisää.

Ollaanpa kuulolla!

Viime syksynä Kuntakerroksen myötä alkanut huima vauhti ei hellitä ollenkaan ja hyvä niin! Nyt pidetään ”hatuista kiinni” ja annetaan mennä vaan! Touhua on riittänyt ja töitä on paiskittu oikein olan takaa! Rahoittaja odottaa KERRO JA KUUNTELE -projektin väliraporttia maaliskuun loppuun mennessä ja mielessämme siintää myös ajatus siitä, josko hakisimme jatkorahoitusta projektille. Jotta turvaamme jatkon, joudumme nyt raportoimaan tekemisistämme. Olethan ryhmäsi kanssa osa raporttiamme STEA:lle. Tarvitsen nyt siis tiedot siitä, milloin olette kokoontuneet ja kuinka monta ryhmäläistä on mukana ollut. Osa teistä onkin jo minulle raportoinut, mutta jos sinä et ole sitä vielä tehnyt, niin nyt on aika 😊 Varmistetaan siis yhdessä, että tulevaisuudessakin ryhmät kokoontuvat ympäri lappia ja saamme kilpirauhassairaiden asioita vietyä eteenpäin ja kehitettyä yhteistyötä terveydenhuollon ja muiden toimijoiden kanssa, levittääksemme tietoutta kilpirauhassairauksista ja saadaksemme parempaa hoitoa kilpirauhaspotilaille!

Ollaanpa kuulolla! t.satu 😊

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: lapinkilpi@gmail.com p. 045 137 1008

