

Hei vertaistukiryhmän ohjaajat,

Syksy on kääntymässä talveksi ja rakeita jo hieman satelee, täällä Rovaniemellä. Alkanut toimintakausi on ollut vauhdikas niin KERRO JA KUUNTELE -projektissa kuin yhdistykselläänkin.

Hallitusta on syksyn aikana kiireisenä pitänyt monenlainen tekeminen – on tehty johtosääntöä, suunniteltu rahanke-räyslunmukaista toimintaa, jäsenhankintakampanjaa, liikunta-avustuksen käyttöä, yhdistyksen ja projektin esi-tettä, opiskelijoille opinnäytetyön aiheita, oirelistausta, syyskokousta ja pikkujoulua.

KERRO JA KUUNTELE -projektissa on esitelty toimintaa monenmoisissa tilaisuuksissa. Syksyn kohokohtana voidaan mainita Rovaniemen Kansalaistalon avajaiset, jotka pidettiin syyskuun alussa. Päivän aikana vieraili talossa lähes 600 ihmistä – saman verran kuin yhdistyksellä on jäseniä Lapissa! Rovaniemen kaupunki esittelee sosiaalisessa mediasaan meitä Kansalaistalolla toimivia yhdistyksiä ”Tullaan tutuksi” juttusarjan alla. Niinpä myös me pääsimme osal-liseksi ja saimme oman juttumme mukaan. Jutun pääset lukemaan nettisivuiltamme osiosta – Yhdistys.

Vertaistukiryhmissä on vierailut syksyn aikana Kemissä, Kolarissa, Rovaniemellä, Tornio ja Sodankylässä ja Sallaan ja Kemijärvelle suuntaa matka vielä ennen vuodenvaihdetta. On järjestelty erilaisia tapahtumia ja peruttu niitä. On pi-detty ravintoluentoja PT ja ravintovalmentaja Jatta Sipolan toimesta. Liikuttu KKI liikunnallisten työikäisten vertaistu-kiryhmien kanssa, ”Kilpparijumpattu” ja ”Kilpparitanssittu”. Lokakuun alussa pystytettiin Kansalaistalolle näyttely ”Kunpa siivet kantaisivat” – kampanjaperhosista. Työntekijälle ja yhdistyksen hallitukselle järjestettiin Tyky- ja virkis-tymisiltapäivä, jolloin menimme retkelle makkaraa paistamaan ja nokipannukahvista nauttimaan.

Projektille on suunniteltu jatkoa vuodelle 2020 ja rahoittaja STEA:lle (sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) on jatkohakemus lähetetty syyskuun lopussa. Jatkohakemuksen työstämiseen osallistui hallituksen lisäksi myös projek-tin ohjausryhmä. STEA tulee rahoittajana suorittamaan yhdistykselle toiminnan tarkastuksen marraskuussa ja ilmoit-taa jatkohakemuspäätöksensä joulukuussa. Ollaan siis ”jännän äärellä”.

STEA:n päätöstä odotellessa eletään ”kuin viimeistä päivää”, sillä KERRO JA KUUNTELE -projekti (2017-2019) päättyy siis vuodenvaihteeseen, jos jatkorahoitusta ei myönnetä. Toimintasuunnitelma vuodelle 2020 on tehty ja mietitty myös suunnitelma – ”pahan päivän varalle”. Olemme tehneet parhaamme – toivottavasti se riittää!

t.satu 😊

Suomen Kilpirauhasliiton videoluentotalenne linkkejä vertaistuki-iltoihin

Linkit videoluentoihin:

Kaikille avoimet luennot

Mauri Jussila – Kilpirauhas sairaudet ja mielenterveys

<https://youtu.be/H3hDRAjsmfI>

Ulla Slama – Underfunktion i sködkörteln

<https://youtu.be/IL31nb0IM7Q>

Ulla Slama – liikatoiminta

<https://youtu.be/GfcmgfKUG48>

Saara Metso – Lisäkilpirauhassairaudet

<https://youtu.be/qGAFVTPUU>

Henna Uusitalo - Lääketietoa lääkkeiden käyttäjille

<https://youtu.be/XcgJb1AlfNo>

Kilpirauhanen – muut elämäntavat

<https://youtu.be/iU2S2IISZK0>

Kilpirauhanen – tarvitseeko kilpirauhanen hiilihydraatteja?

<https://youtu.be/puYWCo6E3-s>

Kilpirauhasen vajaatoiminta – voiko vajaatoiminnan aiheuttaa itse?

<https://youtu.be/eBqsX-T3qjk>

Poistettu kilpirauhanen – ruokavalion merkitys?

<https://youtu.be/pEbGmcN1WCY>

Kilpirauhassyöpä – vähäjäminen ruokavalio ennen radiojodihoitoa

<https://youtu.be/gofUZdw6COE>

Kilpirauhasen vajaatoiminta - gluteenittomuus ja maidottomuus

<https://youtu.be/oluBpsMkL24>

Kilpirauhasen liikatoiminta - aineenvaihduntaa kiihdyttävät ruoka-aineet

<https://youtu.be/NuuFqcQnx6c>

KERRO JA KUUNTELE -seminaari

KERRO JA KUUNTELE -seminaari 25.10.2019 jouduttiin perumaan vähäisen ilmoittautujamäärän vuoksi.

Lapin Kilpirauhasyhdistys ry:n **SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN SYYSKOKOUS** pidetään 25.10.2019 klo 14.30-16.30, Lapin AMK, Jokiväylä 11, Luokkatila B148. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Tervetuloa!
