

2.9.2022

Hei Keski-Suomen Atopiyhdistyksen jäsen

*Loppukesän lämpimistä päivistä ja öistä syksyyn siirtyessämme voimme jättää taaksemme kirkkaan sinisen taivaan ja vaaleat pilvet, virtaavan veden laulun ja kesätuulen hyväilyn, ja valmistautua syksyyn aistien sadonkorjuun maut ja tuoksut, yhä viilentyvän ilman, koko lumoavan luonnon syveneissä väreissään.*

*Olemme yhdistyksessäkkin valppaina syksyn portilla ja aktivoituneet somessa, instagramissa vinkkaamme jäsenille ja muille atopiasta, ihosairauksista ja ylipäättään ihon hyvinvoinnista kiinnostuneille tapahtumista, koulutuksista, vertaistreffeistä sekä yhdistystoiminnassa mukana olemisesta ja vaikutusmahdollisuuksista (<https://www.instagram.com/keskisuomenatopiyhdistysry/>). Yhdistyksen IG:ssa näkyy atoopikon arki, ja otamme mielellään vastaan toiveita ja ehdotuksia somepäivitysten sisältöihin. Kerro, mikä juuri sinua kiinnostaa atoopikon ja allergikon arjessa!*

*Lokakuussa järjestetään nuorten tapahtumailta, jonne tervetuloa hohtokeilaamaan nuoret jäsenemme, sekä ylipäättään yhdistystoiminnastamme kiinnostuneet nuoret. Ihoviikkoa vietetään 7.-13.11., jolloin atopiyhdistyksissäkkin kautta maan tullaan esille Ihorauhan merkitystä korostaen, puhumalla yksilön oikeudesta ihorauhaan. Joulukuussa rentoudutaan naisten turvesaunailla.*

*Kiitos kaikille jäsenille, että meillä on yhdistyksemme, jonka toimintafilosofiana on yhteisen hyvän rakentaminen. Jäsenet määrittävät sen, mitä yhdistyksessämme tehdään ja miten. Kiitos kevään jäsenkyselyyn vastanneille, saimme vastauksistanne arvokkaita vinkkejä toimintamme luotsaamiseen, erityisesti perheiden yhteinen tekeminen nousi erityisen tärkeäksi.*

*Ensi vuoden alusta lähetämme jäsenkirjeen vain sähköpostitse. Pyyntöstäsi lähetämme kirjeen toki postitse, joten ota ystävällisesti yhteyttä.*

Syysterveisin Atopiyhdistyksen hallitus

## KOKOUSHUTSU

Keski-Suomen Atopiyhdistys ry:n syyskokous

**ti 4.10.2022 klo 17.30**

Pizzeria Bella Romassa, Kauppakatu 41 (Wanha Tiilitalo), Jyväskylä

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset syyskokousasiat. Kokoukseen on etäosallistumismahdollisuus Teamsillä. **Ilmoittautumiset ja ilmoitus etäosallistumisesta ti 27.9. mennessä [keskisuomi.atopiyhdistys@gmail.com](mailto:keskisuomi.atopiyhdistys@gmail.com)** tai 040 732 6806. Yhdistys tarjoaa illallisen, joten ilmoita myös mahdolliset ruokarajoitteet. Tervetuloa!

HALLITUS

## TAPAHTUMAKALENTERI

### **Ke 14.9.2022 Atopiapäivä**

#### **Aikuisten atooppinen ihottuma –verkkoluento klo 18.**

Verkkoillassa on ihotautien erikoislääkäri Laura Korhonen puheenvuoro atooppisesta ihottumasta ja sen hoidosta. Lisäksi atooppista ihottumaa sairastavan Amandan kokemuksia atopia-arjesta.



### **Ke 14.9.2022 klo 10-12 Atopiayhdistys esittäytyy**

sairaala Novan OLKA-pisteellä, 1. kerroksessa pääkäytävän varrella, laboratorion vieressä.

### **Ti 4.10.2022 klo 17.30 sääntömääräinen syyskokous**

Ks. kokouskutsu etusivulla. Tervetuloa kokoukseen vaikuttamaan yhdistyksen toimintaan.

### **To 6.10.2022 Nuortenilta klo 17.30-19.30 Jyväskylän Keilahallilla**

Pupuhuhdantie 4, 40340 Jyväskylä

Mukaan yhdistysiltaan voivat ilmoittautua myös ei-jäsenet, joiden arkeen vaikuttavat allergia, atopia, ihosairaudet, kuivaihoisuus. Yhdistys tarjoaa illan aikana hohtokeilauksen ja syötävää (kerrotahan ruoka-aineallergiasii ilmoittautumisesi yhteydessä) sekä mahdollisuuden tutustua yhdistystoimintaamme ja uusiin kavereihin.

Illassa mukana yhdistyksestämme Jarna, joka mieluusti kerää teiltä nuorilta lisää ideoita yhdistyksemme nuorten toimintaan. Info ja sitovat ilmoittautumiset Jarnalle: jarna@netti.fi 23.9.2022 mennessä. Mukaan mahtuu 10 ensin ilmoittautunutta. Tervetuloa!

### **Perinteistä Ihoviikkoa vietetään 7.-13.11.2022 teemalla #ihorauha**

#### **To 10.11. klo 18-19 Ihoviikon verkkoilta: #Ihorauha**

- Ihorauha ja oma iho – jaksaminen ihosairauden kanssa, Taras Klimenko, ihotautien ja allergologian erikoislääkäri, LL
- Keskustelua ja kokemuksia ihorauhasta
- Tietoa ja tukea ihosairauden kanssa Allergia-, iho- ja astmaliitosta

Lisätietoja illasta: [aino.loikkanen@allergia.fi](mailto:aino.loikkanen@allergia.fi)

### **12.12.2022 klo 17.30 Naisten tunnelmallinen turvesaunailta**

(Laukaan Tupaswilla, Ränssintie 5, 41370 Kuusa)

Tervetuloa rentoutumaan ja kokeilemaan turpeen hoitavaa vaikutusta atooppiselle iholle Tupaswillan mahtisavusaunaan. Tehdään rentouttava ja koko kehoa puhdistava turvehoito koulutetun turvehoitajan opastuksella. Saunan jälkeen on tarjolla teetä, kahvia sekä tuoretta leipää. Ota mukaan pyyhe ja halutessasi vesipullo ja saunajalkineet. Osallistujamäärä on rajoitettu, joten ilmoitautudu hyvissä ajoin, viimeistään 1.12. sähköpostitse [keskisuomi.atopiayhdistys@gmail.com](mailto:keskisuomi.atopiayhdistys@gmail.com) tai puh. 040 547 8355. Omavastuu 5 €/hlö. Tule mukaan yksin tai ystävän kanssa, tämä on ihana kokemus!

### ***Vertaistreffipöimintoja, lue lisää [Tapahtumakalenterista](#)***

- to 8.9. klo 18-19. Treffit on suunnattu niille, joilla on lapsi joka sairastaa jotain pitkäaikaissairautta.
- to 15.9.2022 klo 18-19 atooppikkojen verkkovertaistreffit.
- to 20.10. klo 18-19. Treffit on suunnattu niille, joilla on jokin arkeen vaikuttava pitkäaikaissairaus.
- ti 8.11. klo 18-19. Atopia ja arjessa jaksaminen.

Lisätietoja: [paula.lehtomaki@allergia.fi](mailto:paula.lehtomaki@allergia.fi)

### ***HYÖDYNNÄ ILMAISET NEUVONNAT!***

Mietityttääkö joku asia allergioiden, astman tai ihosairauksien kanssa elämisessä? Kaipaako neuvoja sosiaaliturva-asioissa, saatavista tukimuodoista tai arjen kemikaaleista? Mietityttääkö sopivien kosmetiikkatuotteiden löytäminen tai kaipaako vinkkejä allergiselle sopivista resepteistä? Liiton neuvonnasta saat henkilökohtaista ohjausta alan ammattilaisilta. Ota rohkeasti yhteyttä. Hyödynnä myös liiton [oppaat](#) ja [ohjevideot](#).

#### **Allergia-, iho- ja astmaneuvoonta,**

Ma 14–18, to 8–12, puh. 044 773 2052, [allergianeuvoja@allergia.fi](mailto:allergianeuvoja@allergia.fi)

#### **Kemikaalineuvoonta**

Ma–ke 10–14, puh. 041 448 6311, [claudia.mariottini@allergia.fi](mailto:claudia.mariottini@allergia.fi)

Sosiaaliturvaneuvoonta, puh. 045 114 4459, [risto.heikkinen@allergia.fi](mailto:risto.heikkinen@allergia.fi)

Iho- ja kosmetiikkaneuvoonta, Ma–to 10–15, puh. 040 834 8803, [kosmetiikka@allergiahelsinki.fi](mailto:kosmetiikka@allergiahelsinki.fi)

Ruoka-allergianeuvoonta, Ma–to klo 10–14, puh. 045 235 2861

Siitepöly- ja ympäristöneuvoonta, [instituutti@allergia.fi](mailto:instituutti@allergia.fi)

### ***Jäsentietojen ja Allergia, Iho & Astma –lehden tilaukset, muutokset, peruutukset***

lehden Palvelukortilla tai sähköpostitse [jäsenet@allergia.fi](mailto:jäsenet@allergia.fi) / [lehtitilaus@allergia.fi](mailto:lehtitilaus@allergia.fi) tai puh. 040 040 721 4988. Ilmoittamalla sähköpostiosoitteesi saat ajankohtaistietoa nopeasti.

***Seuraava jäsenkirje 1/2023 ilmestyy helmikuun alussa 2023.  
Kirje lähetetään jatkossa sähköpostitse ja paperipostina vain erikseen sitä pyytäneille. Tarkistathan, että yhteystietosi ovat ajantasalla.***