

## Hyvä Etelä-Pohjanmaan Hengitysyhdistyksen jäsen

Hyvää alkanutta uutta vuotta!

Ajantasaiset tiedot tapahtumistamme löydät yhdistyksen verkkosivujen **tapahtumakalenterista**. Verkkoluentoja paikoista ja ryhmien kokoontumisista ilmoitamme Ilkka-Pohjalaisen ja Eparin seuratoimintapalstoilla sekä yhdistyksen verkkosivuilla [www.hengitysyhdistys.fi/etelapohjanmaa](http://www.hengitysyhdistys.fi/etelapohjanmaa)

Hengitysyhdistyksen vertaisryhmät v. 2026:

**1. Uniapneaa sairastavien vertaisryhmä** kokoontuu **ke 11.2. klo 18**, jolloin katsotaan suora verkkolähetyksen, jonka aiheena on ”Uniapneahoitajan kyselytunti”. Kysymyksiin vastaa sertifioitu uniapneahoitaja Armi Luukkonen. Paikka Järjestötalon kahvio, 3.kerros, Ruukintie 1, Seinäjoki.

**Kansallinen uniapneapäivän** verkkoluento järjestetään **ke 18.3. klo 18**. Luennon aihe tarkentuu kevään aikana.

Uniapnean hoitoon käytettävän CPAP-laitteen valmistaja **Resmed** järjestää verkkoluennon ”Uniapnealaitteet ja uniapneahoidon seuranta myAir-sovelluksella” **ke 25.3. klo 18–19** ja toisen luennon ”Uniapnealaitteiden maskit” **ke 8.4. klo 18–19**.

**2. Harvinaisia hengityssairauksia** sairastavien vertaistapaaminen on toukokuussa **ti 5.5. klo 17:30**.

Tapaamisesta saat tietoa yhdistyksen verkkosivuilta ja Hengityслиiton harvinaisten hengityssairauksien asiantuntijalta Marika Kiikala-Siukolta, sähköposti [marika.kiikala-siuko@hengityслиitto.fi](mailto:marika.kiikala-siuko@hengityслиitto.fi) tai puh 050–539 3071. Marika lähettää tekstiviestin tapaamisen ajankohdasta kaikille, joiden yhteystiedot ovat harvinaisten verkostossa. Kokoontumispaikka on Järjestötalon kahvio, 3.kerros, Ruukintie 1, Seinäjoki.

**3. Astmaa ja keuhkohtaumaa sairastaville** perustetaan vertaisryhmä, jos kiinnostusta sellaiseen ilmenee. **Maailman astmapäivän ti 5.5. klo 18** lähetettävän verkkoluennon ”**Astman monet kasvot**” luennoitsijana on keuhkosairauksien erikoislääkäri Lauri Lehtimäki. Lähetystä voi seurata Seinäjoella. Paikka ilmoitetaan myöhemmin.

Keväällä jatkuvat perinteiset **kuntosali- ja vesijumpparyhmät Seinäjoella**, jotka ovat valitettavasti jo ehtineet täytyä. Mikäli kuitenkin haluat ilmoittautua varasijalle, niin otathan yhteyttä yhdistykseemme.

**Kesän retkistä ilmoitamme kevään jäsenkirjeessä**. Sen verran voimme jo kertoa, että maakunnallisen kesäpäivän järjestää tänä vuonna Järviseudun Hengitysyhdistys.

Seuraava jäsenkirje lähetetään kevään aikana jäsenille, joiden sähköpostiosoite on tiedossamme.

Kerro toiveistasi ja anna meille palautetta, niin osaamme paremmin järjestää kaikille soveltuvaa toimintaa. Soita, lähetä sähköposti tai tule rohkeasti tapahtumissa juttelemaan kanssamme.

Hyvää kevättä toivottaen!

Etelä-Pohjanmaan Hengitysyhdistys ry/ hallitus

Etelä-Pohjanmaan Hengitysyhdistys ry

puh. 050 402 3415 (Huom. Puhelinpäivystys maanantaisin ja tiistaisin klo 16–18)

Tapaamiset sovittava erikseen etukäteen.

Tarhatie 2 C, 60100 Seinäjoki (yhdistyksen toimisto on toistaiseksi pois käytöstä)

sähköposti: [etelapohjanmaa@hengitysyhdistys.fi](mailto:etelapohjanmaa@hengitysyhdistys.fi)