

## **Puheenjohtajan puhinat**

Kesälomat on vietetty ja energisinä palaamme kohti syksyn tapahtumia.

Tuttuun tapaan aloitamme keila-, liikunta- ja uniapnea -ryhmät, joihin odotamme runsaasti jäseniä mukaan.

[Sastamalassa](#) järjestämme syksyllä Sylvään koululla lääkärinluennon 16.11.2023 Kello 18.00. Luennoitsijana kardiologiaan erikoistuva lääkäri Atte Hölttä ja aiheena ”Astman monet muodot”.

Kyrösjärven Seudun Hengitysyhdistys lähettää jatkossa jäsenkirjeitä, jotka toimitetaan jäsenille sähköpostilla tai postin välityksellä. Näin jäsenet saavat ajankohtaista tietoa toiminnastamme.

Marja-Leena Rajamäki, puheenjohtaja

## **Liikuntaryhmä**

18.9.-27.11.23 maanantaisin klo 15–16

paikka: Jyllin Kodit (Jyllinkatu 3, [Ikaalinen](#))

Jäsenet 20€/10 kertaa, 5€/kerta

ei jäsenet: 50€/10 kertaa, 10€/kerta

Lisätiedot: Marja-Leena Rajamäki p. 0400 418 060

## **Keilaus**

17.9.-26.11.2023 sunnuntaisin klo 15-16

(ei isänpäivänä 12.11.23)

paikka: Ikaalinen Spa (Huvilatien 1, [Ikaalinen](#))

Jäsenille 20 €/10 kertaa tai 5 €/kerta

ei jäsenet 80€/10 kertaa tai 10€/kerta

Lisätiedot: Marja-Leena Rajamäki p. 0400 418 060

Ota kuva *Palje* -uutisista, jää tiedot talteen!  
Päivitä sähköpostiosoitteesi jäsentietoihin, Kiitos!



Kyrösjärven Seudun Hengitysyhdistys

pj. Marja-Leena Rajamäki,

[marjaleenarajamaki@gmail.com](mailto:marjaleenarajamaki@gmail.com), p. 040 0418 060

Kyrösjärven Seudun Hengitysyhdistyksen

## **Syyskokous**

9.11.23 klo 18.00

paikka: Moision kotipakari (Ristamäentie 24, 39100 [Hämeenkyrö](#))

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat ja sääntömuutos. Tervetuloa! -Hallitus-

## **Uniapnea vertaisryhmä**

klo 17.30-19.00

Syyskuu: keskiviikko 6.9.23,

paikka: Aurinkorinne (Tunnelikuja 1, [Hämeenkyrö](#))

Lokakuu: tiistai 3.10.23,

paikka: Olkkari (Vanha Tampereentie 6, [Ikaalinen](#))

Marraskuu: keskiviikko 1.11.23, paikka: Aurinkorinne

Marraskuu: tiistai 28.11.23, paikka: Olkkari

Arpajaiset!

Lisätiedot: Heli Moberg p. 0408235718

## **Astman monet muodot -luento**

16.11.2023 klo torstaina klo 18-19

paikka: Sylvään koulu (Ojansuunkatu 8, [Sastamala](#))

luennoitsijana: kardiologiaan erikoistuva lääkäri

Atte Hölttä. Arpajaiset!

## **Vertaistukea Olka-toimipisteellä**

26.10.2023 klo 10-13

paikka: Tays Sastamala (Itsenäisyudentie 2, [Sastamala](#))

## **pieni ele -keräys**

Presidentin vaalien aikaan [Hämeenkyrössä](#), [Ikaalisissa](#), [Sastamalassa](#) ja [Viiljakkalassa](#). Ilmoittaudu lipasvahdiksi!