

## PUHEENJOHTAJAN TERVEISET

MS-liitosta kävi elokuun alussa suuri joukko työntekijöitä tutustumassa yhdistykseemme. Esittelimme toimintaamme, saimme tukea ja neuvoja, mutta joitakin asioita jäi vielä puhumattakin. Olette ehkä lehdestä lukeneet, että Liisa Leiva jää eläkkeelle tämän vuoden lopussa ja liiton hallitus on valinnut Helena Ylikylä-Leivan uudeksi liiton toimitusjohtajaksi.

Näin syksyn tullen jatkavat monet liikuntaryhmät kesätauon jälkeen toimintaansa. Lappeenrannan terveystakeskus sen sijaan päätti suuressa viisaudessaan lopettaa MS-jumpan, jota on pyöritetty n. 10 vuotta. Meillä on nyt kädenvääntö meneillään kaupungin kanssa asiasta. Laki on meidän puolellamme ja kaupungin rahat tai rahojen puute toisella puolella. Olemme päättäneet taistella! Pitäkää peukkuja!

**Hei sinä jäsen,** joka vielä et ole toiminnassamme mukana; kaipaamme sinun panostasi toimintaamme. Tule mukaan mukaville matkoille ja muutenkin kivaan seuraan. Tuo tukku hyviä ideoita tullessasi. Soittele vaikka minulle 050-4952 422.

Terveisin *Sirkku*

### SYKSYN TAPAHTUMAT:

**Syyskuun** kerhoiltaa vietettiin 7.9.06 Joutsenon Palvelukeskuksessa. Väki oli vähissä, mutta tunnelma sitä tiiviimpi.

**Lokakuun kerhoilta on 5.10 klo 18.00** Joutsenossa. Silloin vieraanamme ovat sairaanhoitajat Satu Löppönen ja Katariina Pesonen. Heidän luentonsa aiheena on suolen toiminta.

**Marraskuun kerhoilta on 2.11. klo 18.00** Joutsenossa. Silloin meille kertoo muistiongelmistä projektityöntekijä Hanna Sinisalo Etelä-Karjalan dementiayhdistys ry:stä.

**Joulukuussa vietämme pikkujoulua** lauantaina 2.12.06 klo 17.00 alkaen Savitaipaleen Suvannossa. Järjestämme sinne bussikuljetuksen, syömme perinteisen jouluruuan (20 €), nautimme ohjelmasta ja olemme kutsuneet myös joulupukin vierailemaan. Ota pieni (n. 2 €) paketti mukaasi, niin pukki antaa sinulle yllätyslahjan. Jännitämme tietysti myös arpajaisvoittoja. Lehti-ilmoituksista voit lukea lisää tapahtumista.

**Tammikuun 2007 kerhoilta on 11.1. klo 18.00** Joutsenossa. Aluesihteerini Sirpa Vuorenmaa-Hilton tulee suunnittelemaan kanssamme vuoden ohjelmaa. Ensi vuoden teema on edelleen NUORET.

**Helmikuun kerhoilta** on torstaina 1.2.2007.

**Maaliskuussa** on perinteiseen tapaan sääntömääräinen vuosikokous 1.3.2007.

## MUUTA TOIMINTAA

Sporttitori - vammaisliikunnan teemailtaa vietetään Lappeenrannassa Alakylän koululla torstaina 19.10.06 klo 17.00 - 21.00. Paikalla ovat mm. LUM:n urheilukoulu ja Solia-liikunnan apuvälinelainaamo. Lajeja on mahdollista kokeilla liikuntasalissa. Ilmoittautumiset 17.10. mennessä Päivi Huhtiniemelle 0400-987 346.

Neurologiset vammaisjärjestöt esittelevät toimintaansa Honkaharjun sairaalan ala-aulassa **tiistaina 31.10.06 klo 12.00 -15.00**. Aluesihteerit ovat siellä paikalla TIETOTORI-nimikkeen alla.

**My Way** - voimavara- ja vertaistukiryhmä jatkuu Satakielessä. ajankohdat sovitaan vähän myöhemmin, joten seuraa Etelä-Saimaan ja Uutisvuoksen seurapalstoja, tai voit kysyä asiasta Torikan Tealta puh. 044-0111 503.

## LIIKUNTAA IMATRALLA

**Erityisryhmien liikuntakortti** maksaa 20 € ja ohjatussa ryhmässä (vesijumppa tai kuntosalilla) 10 € ohjausmaksua lisäksi. Kortin voi lunastaa urheilutalon kassalta. Korttia varten tarvitaan valokuva, lääkärintodistus haittaluokasta tai päätös hoito- tai vammaistuesta tai pysäköintiluvasta. Kortti on voimassa vuoden ostopäivästä.

**Eläkeläisten uimahallimaksu** on 3 €/kerta, kuntosalikäynti 2,50 €/kerta ja vammaisten keilailu maanantaisin klo 10.00 - 11.00 maksaa 2,50 €/kerta.

## LIIKUNTAA LAPPEENRANNASSA

**Kuntosali- ja uimahallikortti** maksaa 40 €. Sillä voi käydä samalla kertaa sekä salilla että uimassa. Kriteerit ovat samat kuin Imatralla. Korttia voi ostaa Mirva Lappalaiselta vapaa-aikakeskuksesta. Mirva on parhaiten paikalla maanantaisin klo 13.00 - 15.00 ja tiistaisin klo 8.00 - 12.00. Voit varmistaa asian soittamalla Mirvalle etukäteen puh. 616 2231.

**Erityisryhmien vesivoimistelu** Lauritsalan uimahallissa lauantaisin klo 10.30. Uintivuoro alkaa jo klo 10.00. 1,20 € ohjausmaksua uimahallikortin lisäksi.

**Erityisryhmien kuntosalivuorot** maanantaisin klo 9.30 ja 10.30 Lauritsalan uimahallin kuntosalissa sekä tiistaisin klo 10.00 ja 11.00 Lpr:n uimahallin kuntosalissa.

**Eläkeläisten uimahallimaksu** on 3,20 €/kerta ja jos haluat käydä kuntosalilla samalla kertaa, maksu on 4,20 €/kerta.

**Kuntonyrkkeilyä** on myös tarkoitus jatkaa syksyn aikana. Torikan Tea tietää asiasta lisää. Tean puhelinnumero on 044-0111 503.

**REIPASTA JA ILOISTA SYKSYÄ KAIKILLE!!!**

*Helena ja Sirku*