



Salon Reumayhdistys
JÄSENTIEDOTE 2/2022



Salon Reumayhdistys ry
Paimiontie 221, 25260 Vaskio
p. 040 5810 763
www.salonreumayhdistys.fi
[Facebook/ Salon Reumayhdistys](#)



Tervehdys Reumayhdistyksen jäsenistölle

Tätä kirjoittaessani on vaihteeksi aurinkoinen päivä. Aurinko paistaa ja lämmittää ikkunan läpi. Aurinkoista päivää siis kaikille.

Olemme saaneet pitkästä ajasta viettää todellisen ”vanhanaikaisen talven”. Välillä on tullut lunta ihan liian asti ja välillä on ollut kunnon pakkasia. Toisaalta on ollut myös vesisateita ja suojakelejä. Säiden vaihteluista on seurannut vaarallisen liukkaita kelejä, niin autoilijoille kuin jalankulkijoille. Toivottavasti kukaan teistä ei ole liukastellut, ainakaan ikävin seurauksin.

Tammikuussa käytiin aluevaalit. Vastuu terveydenhuollon ja sosiaali- ja huollon palveluista ja pelastuspalveluista siirtyy vuonna 2023 kunnilta uusille hyvinvointialueille. Vaaleilla valittiin päättäjät, jotka päättävät hyvinvointialueiden terveystalvujen tulevaisuudesta. Valittujen aluevaltuustojen toimikausi tulee olemaan 4 vuotta. Äänestysprosentti vaaleissa jäi maanlaajuisesti matalaksi. Ehkä asia oli uusi ja outo, ajateltiin, että äänestämisen ei vaikuta mitään. Aika näyttää millaiseksi toiminta alueellamme kehittyy. Toivotaan tietenkin, että tavoitteet toteutuvat, ja että toiveet ja tarpeet kuullaan, kun tulevista palveluista päätetään.

Yhä vieläkin ei voi olla mainitsematta koronaa. Korona on sitkeästi keskuudessamme, välillä hiljaisempana, välillä riehuen aggressiivisena. Voi olla, että virus jää kiertämään keskuudessamme, kuten influenssa. Silloin pitää vain muistaa suojautua huolehtimalla käsihygieniasta ja käyttämällä maskeja.

Yhteiskunta on avautunut ja mekin olemme voineet aloittaa perinteistä toimintaa yhdistyksessä. Tiistaikerhot, vesivoimistelut, rivitanssi ja sairauksokohtaiset vertaistukiryhmät ovat aloittaneet helmikuun alussa. Toivottavasti toiminta saisi jatkua koko kevään ajan. Vielä ei ole varattu teatteria tai konserttia, mutta jos ”kohdalle sattuu”, niin varataan ja siitä ilmoitetaan Salojokilaaksossa ilmestyvällä Yhdistykset toimivat-palstalla.

Toivotankin kaikille hyvää kevättä ja kesän odotusta, aurinkoisia päiviä ja kauniita ilmoja. Niitä me olemme kaivanneet, kuten myös mahdollisuutta tavata turvallisesti toisiamme. Toivottavasti tapaamme erilaisissa tapahtumissa. ***Margit Laine***, puheenjohtaja



TOIMINTAKALENTERI

Kevät ja kesä 2022

Vesivoimistelut, voimistelu ja rivitanssi jatkuvat huhtikuun loppuun asti.

Ryhmien syksyn aloituksesta ei vielä ole varmaa tietoa.

Ryhmänohjaajat ilmoittavat aloittamisesta ilmoittautuneille.

MAALISKUU

22.3.	HyväOlo-ryhmä	s. 7
24.3.	Kuukausikerho	s. 7
29.3.	Salmen Virikeryhmä	s. 7

HUHTIKUU

5.4.	Salmen Virikeryhmä	s. 7
7.4.	Nivelrikkoryhmä	s. 8
12.4., 26.4.	HyväOlo-ryhmä	s. 7
19.4.	Kirjapiiri	s. 7
28.4.	Kuukausikerho	s.7

TOUKOKUU

3.5.	Salmen Virikeryhmä	s. 7
10.5.	Kerhojen yhteinen kevätretki	s. 7
12.5.	Fibromyalgiaryhmä	s. 8
13.5.	Reumalasten järjestämä teatteriretki	s. 8
19.5.	Sidekudosryhmä	s. 8

HEINÄKKUU

12.7.	Kesäpäivä Rantapirtillä	s. 6
-------	-------------------------	------

Ajantasaista tietoa toiminnasta saat myös seuraamalla yhdistyksen sivuja www.salonreumayhdistys.fi ja [Salon Reumayhdistys/ FACEBOOK](#)

INFO

Vuonna 2022 nousevat niin sote-maksut kuin etuudetkin

Vuoden vaihtuessa tulivat voimaan useat sosiaali- ja terveydenhuollon muutokset.

Kansaneläkeindeksiin sidottuja etuuksia korotettiin vuoden alussa 2,1 %. Esimerkiksi sairauspäivä- ja kuntoutusrahan vähimmäismäärät sekä vammaistuet suurenivat.

Vuoden alusta alkaen vuotuisen terveydenhuollon maksukattoon laskeaan mukaan aiempaa enemmän maksuja, muun muassa suun terveydenhuollon ja tilapäisen kotisairaanhoidon kuluja.

Maksukatto on 692 euroa. Kun se ylittyy, siihen sisältyvät palvelut ovat asiakkaalle pääsääntöisesti maksuttomia kalenterivuoden loppuun saakka.

Lääkekustannusten vuosiomavastuu eli lääkekatto on 592,16 euroa tänä vuonna. Kun vuosiomavastuu ylittyy, asiakas maksaa loppuvuoden ajan jokaisesta korvattavasta lääkevalmisteesta 2,50 euron omavastuun. Lääkkeiden korvausoikeudet ja 50 euron alkuomavastuu säilyvät ennallaan.

Kela korvaa terveydenhuoltoon tehdyn matkan kustannuksia lähtökohtaisesti halvimmän matkustustavan eli julkisen liikenteen mukaan. Taksin käytöstä asiakas tarvitsee terveydenhuollon antaman todistuksen. Vuoden alusta alkaen jokaisessa maakunnassa on taksimatkoihin kaksi palveluntuottajaa, joista jommaltakummalta asiakkaan tulee tilata matka. Tällöin maksu yhteen suuntaan tehdystä matkasta on enintään 25 euron omavastuuosuus.

Jatkossa asiakas saa myös mm. halutessaan tekstiviestillä tiedon, kun auto on hyväksynyt tilauksen, sekä kuljettajan puhelinnumeron. Vastaisuudessa tiedot pitkäaikaisesta taksin käytöstä sekä 300 euron vuosiomavastuun täyttymisestä välittyvät Kelasta suoraan palveluntuottajalle.

Kela jatkaa koronarokotteen ottamisesta aiheutuvien matkakustannusten korvaamista 30.6.2022 asti. Myös koronatestiin tehdystä matkasta saa korvauksen. Kela-korvaus yksityisessä terveydenhuollossa tehtävästä koronavirustestistä on 100 euroa.

Vuoden alusta alkaen Kela ei enää myönnä kuntoutusrahaa veikkausvaroin rahoitettujen sopeutusvalmennuskurssien ajalle eikä korvaa matkoja niihin.

Pitkittyvää työkyvyttömyyttä halutaan ehkäistä uudella lainmuutoksella. Vastaisuudessa Kela selvittää kuntoutustarpeen tarvittaessa myös silloin, kun henkilö on saanut sairauspäivärahaa 150 ja 230 päivää.

Lisätietoja muutoksista löydät Kelasta sekä sosiaali- ja terveysministeriöstä ja omasta kunnastasi.

Miranna Seppälä

Reumaliiton sosiaali- ja terveyspolitiikan asiantuntija



INFO

SÄHKÖINEN ASIOINTIPALVELU KILTA

Yhdistysten jäsenet pääsevät nyt Killan sähköiseen asiointipalveluun. Sivuston osoite on <https://oma.reumaliitto.fi>. Avautuvalla sivulla jäsenen tulee ensiksi tilata Kiltaan merkittyyn sähköpostiosoitteeseensa salasanan luontilinkki. Sähköpostiin tulee pian hänen jäsennumeronsa ja linkki salasanan muodostamiseksi.

Yhdistyksen jäsenille tiedoksi,
että päästäkseen omalle asiointisivulleen, jäsenen kannattaa antaa sähköpostiosoitteensa yhdistyksen jäsenrekisterinhoitajalle: jasenasiat@salonreumayhdistys.fi kirjattavaksi Kiltaan. Hyvä myös tarkistaa, onko osoite ajan tasalla.



ALENNUKSIA SALON REUMAYHDISTYKSEN JÄSENILLE

1. Suutari-Pekka, Hämeentie 37.
Antaa 5%-20% alennuksen tuotteesta riippuen.
2. Salon Jalkahuolto, Ruuhikoskenkatu 9, p. 040 1799 304.
Perusjalkahoito -20%, pelkkä kynsienleikkaus 20€.
3. Salon Kukkakimppu, Helsingintie 5. Antaa 20% alennuksen ruukkukasveista, leikkokukista ja sidontatöistä, pois lukien morsiuSSIDONnan, tarjoukset ja välitykset.

TAPAHTUMAT

VIRKISTYSPÄIVÄ RANTAPIRTILLÄ



**jäsenille perheineen
tiistaina 12.7. kello 10-15.**

Salon Kansalaisopiston
Opiskelijakunnan Rantapirtillä,
Lehmirannantie 118.

Saunomista, uimista, pihapelejä ja luontopolku
sekä kahvitarjoilu ja grillimakkaraa.
Osallistuminen on ilmaista!



Jäsenet perheineen **TERVETULO!**

Kyytejä voi kysyä ryhmien ohjaajilta!

Reumalasten ja vanhempien ryhmä järjestää:

**Teatteriretki Turun kaupunginteatteriin
pe 13.5. katsomaan suosittua Hobitti-näytelmää!**

Esitys alkaa klo 19.00 (kesto n. 2h 50 min.)

Yhteiskuljetus Salon torilta klo 17.30.

Reumalapsille esitys on maksuton.

Lisätiedot ja varaukset 6.4 mennessä Annalta.

Huom. Tapahtuma on avoin kaikille yhdistyksen jäsenille!

Lippuja saatavilla rajoitetusti.

Liput: Lapsi/opiskelija/työtön 30€/eläkeläinen 49€/perusl./53€

Esityksen ikäsuositus on 11 +.

VERTAISTUKIRYHMÄT

KAIKILLE AVOIMET VERTAISTUKIRYHMÄT Salon SYTY:n tiloissa, Helsingintie 6.

SALMEN VIRIKERYHMÄ

kokoontuu kuukauden ensimmäisenä tiistaina
klo 12-15.

Kevään kokoontumiset:

kk:n ylimääräinen ti 29.3, 5.4. ja 3.5.

Lisätietoja Salme p. 040 821 8435.

Syksyllä jatketaan 6.9.



HYVÄOLO-RYHMÄ

kokoontuu kuukauden toisena ja neljäntenä tiistaina
klo 12-14. Ryhmä on maksuton kaikille jäsenille.

Kevään kokoontumiset:

22.3., 12.4., 26.4. ja **10.5. kerhojen yhteinen kevätretki**

Lisätietoja Pirjo p. 0400 650 476.

Syksyllä jatketaan 13.9.

KIRJAPIIRI

kokoontuu kuukauden kolmantena tiistaina
klo 12 - 14.

Kevään kokoontumiset: 15.3. ja 19.4.

Lisätietoja Eila p. 044 509 7689

Syksyllä jatketaan 20.9.



KUUKAUSIKERHO

Kerho on tarkoitettu kaikille jäsenille yhteiseksi tiedonsaanti- ja vertaistukitilaisuudeksi.

Kevään kokoontumiset: 24.3. ja 28.4. kello 18-20.

Lisätiedot Ulla, p.0500 122 005

Syksyllä jatketaan 29.9.

VERTAISTUKIRYHMÄT

SAIRAUSKOHTAISET VERTAISTUKIRYHMÄT

Salon SYTY:n tiloissa, Helsingintie 6.

FIBROMYALGIARYHMÄ

torstaina 12.5. klo 17-19

Yhteyshenkilö Margit Laine, p. 040 581 0763

NIVELRIKKORYHMÄ

torstaina 7.4. klo 17-19

Syksyllä jatketaan 8.9. klo 17-19

Yhteyshenkilö Margit Laine, p. 040 581 0763,

SIDEKUDOSRYHMÄ

torstaina 19.5. klo 11,

Salon Minigolf/ piknik uimahallin vieressä

Yhteyshenkilö Helena Saalop, helena.saalop@gmail.com

p. 040 702 1325 (tekstiviestillä)

SELKÄRANKAREUMAA SAIRASTAVAT

Yhteyshenkilö Hannu Niemi, p. 044 528 9949

LASTENREUMAA SAIRASTAVIEN JA

VANHEMPIEN RYHMÄ

Teatteriretki 13.5. Ks. ilmoitus s. 6.

Yhteyshenkilö Anna Salminen, p. 040 778 9570

”IHMINEN IHMISELLE -YHDESSÄ ENEMMÄN”

suljettu vertaistukiryhmä Jäsenille, joiden elämäntilanne on haastava sairauden, yksinäisyyden tai muun syyn takia.

Ryhmää ohjaa ammatti-ihminen.

Ryhmään valitaan 10 henkilöä, ja se kokoontuu samalla kokoonpanolla viisi kertaa. Jos ryhmä saadaan kokoon, ryhmään valituille ilmoitetaan henkilökohtaisesti kokoontumisajat.

Paikkana Salon SYTY:n tila, Helsingintie 6 Salo.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot 20.5. mennessä

(vapaita paikkoja voi tiedustella vielä kesän aikana)

Pirjo Randell, p. 0400 650 476

LIIKUNTA

Liikuntavastaava

sähköposti: liikunta@salonreumayhdistys.fi

VESIVOIMISTELUT

Tiistaina klo 18.45-19.30 terapia-allas

Ohjaajana Marita Lönnberg.

Keskiviikkoisin klo 14.00 - 14.45 kilpa-allas

Ohjaaja Marita Lönnberg.

Perjantaisin klo 11-11.45 ja klo 11.50-12.35 terapia-allas

Ohjaajina Avain Fysion fysioterapeutit.

Syksyn 2022 vesivoimistelujen allasvuorot selviävät myöhemmin.
Seuraa Salonjokilaakson yhdistyspalstaa,
sivustoa www.salonreumayhdistys.fi ja Facebook-sivujamme.

RIVITANSSI

Hermannin koulun tanssisalissa, torstaisin klo 16 –17.30.

Tanssit jatkuvat huhtikuun loppuun.

Lisätietoja Riitta Nurmi, p. 050 350 3421.

riitapenurmi@gmail.com

KUNTOSALI Salohallin kuntosalilla

ERITYISLIKKUJEN AVOIN KUNTOSALIVUORO
tiistaisin klo 11-12.30 ja torstaisin klo 16-17. 26.4. asti



Helsingintie 6, www.salonsyty.fi
 Sytyn järjestämä toiminta on ilmaista ja tarkoitettu kaikille Sytyn jäsenyhdistysten jäsenille, myös Salon Reumayhdistyksen jäsenille.

Sytyn toimisto avoinna ma, ke, pe 9.00-15.00 ja ti, to 9.00-18.00

DIGI-Pysäkki

erikoistuu ikääntyneiden ja toimintarajoitteisten Digi-neuvomiseen. Neuvontaa saa puhelimen, tietokoneen ja tabletin käytössä. Neuvonta on kaikille avointa ja maksutonta. Digi-Pysäkki on avoinna arkisin klo 9-15 ja neuvontaan pääsee varmimmin ajanvarauksella.

Digi-neuvojan yhteystiedot:

Niko Lehtonen, 044 781 1475 tai

digi-pysakki@salonsyty.fi

SYTYssä kaikille avointa toimintaa

TEEMATORSTAISIA klo12-14,

Kuukauden:

1. torstai: pelipäivä; korttipelejä, lautapelejä, Musta Kuulaa
2. torstai: yhteislaulua
3. torstai: kulttuuri; elokuvaa, levyraatia, kirjallisuutta,
4. torstai: liikuntaa, tasapainoa, tuolijumppaa, rentoutusta...

HUOM. TO 31.3. klo 12 - 14 kuukauden viidentenä torstaina SYTYssä pelataan extrana bingoa. Tule mukaan kahvittelemaan ja nappaamaan palkinnot mukaan. Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton. Ei ennakkoilmoittautumisia.

SALON REUMAYHDISTYKSEN HALLITUS 2022

Margit Laine puheenjohtaja,
opintosihteeri, Nivelrikkoryhmä ja
Fibromyalgiaryhmä
p. 040 581 0763,
puheenjohtaja@salonreumayhdistys.fi

Pirjo Randell,
varapuheenjohtaja, jäsenasiat,
HyväOlo-ryhmä p. 0400 650 476,
jasenasiat@salonreumayhdistys.fi

Anna Salminen, sihteeri,
reumalasten ja vanhempien toiminta
p. 040 7789 570,
sihteeri@salonreumayhdistys.fi tai
salonreumalapset@salonreumayhdistys.fi

Erja Palin, rahastonhoitaja,
p.050 3549682,
rahastonhoitaja@salonreumayhdistys.fi

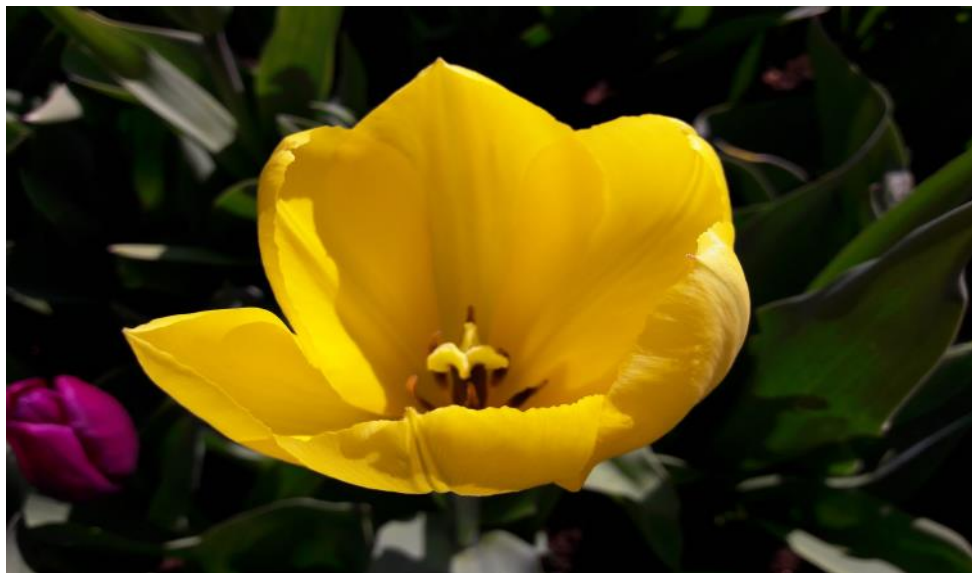
Hannu Niemi
Selkärankareumaryhmä
p. 044 528 9949,
hannu.niemi@ebaana.net

Riitta Nurmi
rivitanssivastaava ja emäntä
p. 050 350 3421,
riitapenurmi@gmail.com

Salme Säilä,
Salmen Virikeryhmä,
p. 040 821 8435,
salme.saila@gmail.com

Eila Saarni,
Kirjapiiri
p.044 509 7689,
saarni.eila@gmail.com

Ulla Kakko-Paajanen,
Kuukausikerho
p. 0500 122 005,
ulkapa54@gmail.com



*Aurinkoista kevättä
toivottaen*



Salon Reumayhdistys