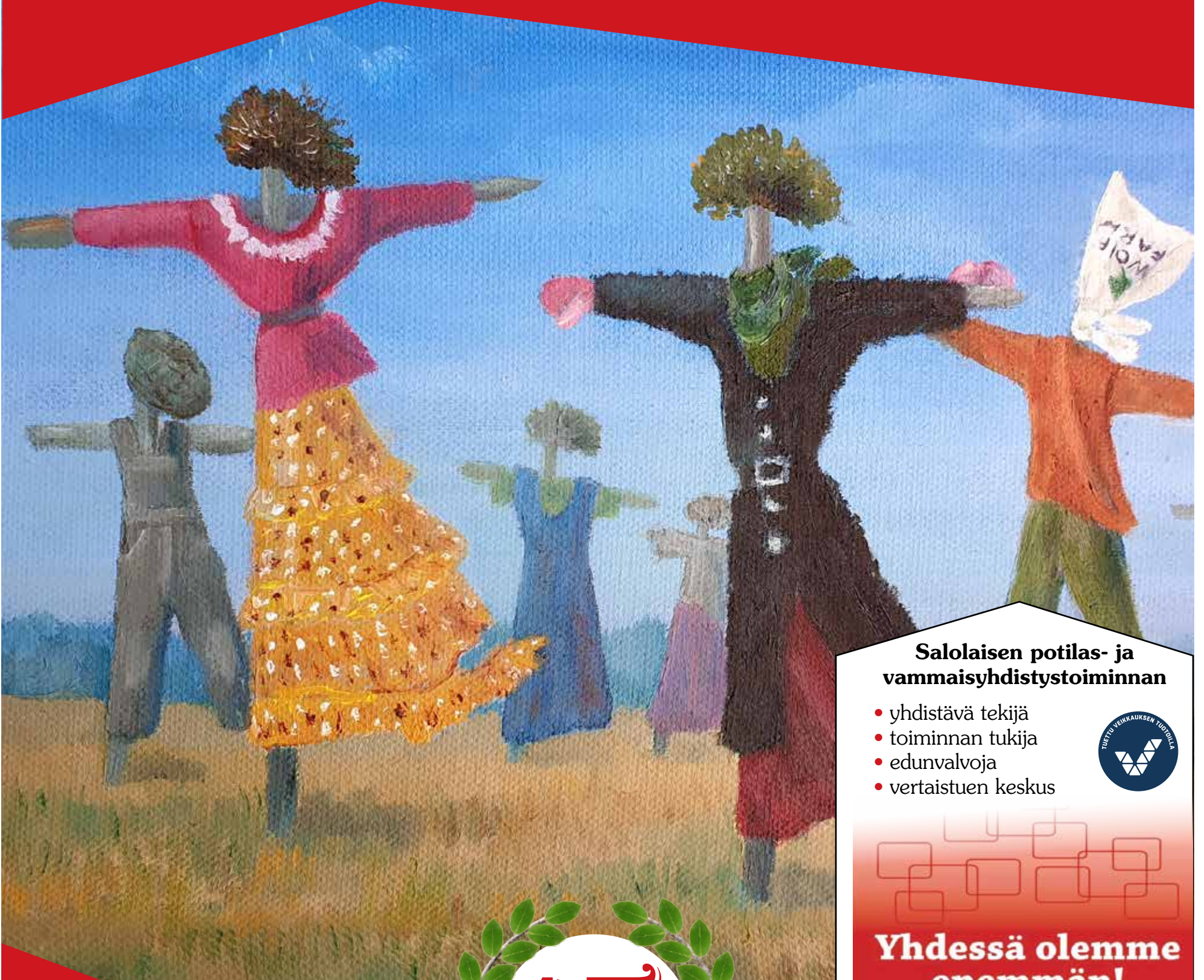


SYTYN SANOMAT

10. vuosikerta

Salon SYTY ry:n tiedotuslehti 2019



**Vuoden
vapahtoinen 2018:**
Tiina Harakka-Anttila s.7

**Hyvinvointipiste
Linjuri 1 vuotta!** s. 13

**Raartilaisena
asiakasraadissa:**
Janika Koskenvuori s. 4



HELSINGINTIELLE

*On osoite sama, työ harvemmin uutta,
paikka monien ystävään kohtaamiseen,
tutut puitteet luomassa turvallisuutta:
askel kerrallaan parempaan huomiseen.*

*Jos on vaarana lama tai henkistä laatua,
kanssakulkijain voiman saa sanoiksi pukea:
kun on sairaus sama, ei tarvitse kaatua,
monen kokeneen kautta saat vertaistukea...*

*Olla mukana muutosten tunnelmissa
uutta huomenta kohdalleen asettamassa.
- eikä pelkästään elää vain unelmissa,
vaan itsekin kaikkeen vaikuttamassa!*

- IsoTimppa

Salolaisen potilas- ja vammais yhdistystoiminnan

- yhdistävä tekijä
- toiminnan tukija
- edunvalvoja
- vertaistuen keskus



**Yhdessä olemme
enemmän!**



Toimisto avoinna:

Ma, ke ja pe klo 9–15, ti ja to klo 9–18

Kesäaikana ma-pe 9–15

Lomaillemme: 24.6.–31.7.2019

Helsingintie 6,

24100 Salo

p. 040 356 2016

p. 0400 752 611

toimisto@salonsyty.fi

Olemme myös

Facebookissa.

Salon
SYTY
ry

www.salonsyty.fi

Salon SYTY osallisena vaikuttamassa

Tämän Sytyn sanomien tavoitteena on käsitellä sitä, miten järjestöt voivat toiminnallaan vaikuttaa jäsenistönä hyväksi ja tukea omalla toimialueella olevien yhdistysten toimintaa ja toimintaedellytyksiä ja edistää yhdistysten välistä yhteistyötä.

Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus (STEA) strategiassa vuodelle 2020 todetaan, että tulevina vuosina STEA-avustuksia saavan järjestötoiminnan on lisättävä yhdenvertaisuutta ja vähentävä eriarvoisuutta, vahvistettava yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja erilaisten ihmisten kohtaamista ja keskinäistä ymmärrystä sekä lisättävä ihmisten voimavaroja pitää huolta itsestään, toisistaan ja ympäristöstä.

Edellä oleva lainaus STEA:n strategiasta antaa selkeät ja konkreettiset toimintalinjat kaikkien kansalaisjärjestöjen toiminnalle ja samalla myös Salon Syty ry:n toiminnalle. Pyrkimyksenä on siis vaikuttaa yhteiskunnan eri tahoilla ja tasoilla niihin toimijoihin, jotka ovat joko kunnan, maakunnan tai valtakunnan päättäjiä, jotta edellä

kuvatut tavoitteet toteutuisivat.

Mitä sitten on tämä vaikuttaminen? Vaikuttamisella tarkoitetaan toimintaa, jonka tavoitteena on saada vaikuttamisen kohteena olevan henkilön tai ihmisryhmän käsitykset, ajatukset ja teot samankaltaisiksi viestin esittäneen ihmisen tai ihmisryhmän kanssa.

Keskeisiä vaikutusvallan käyttäjiä ovat mm. poliittiseen järjestelmään, mediaan ja lobbaukseen kuuluvat henkilöt tai ryhmät. Vaikuttaminen voi tapahtua monella tavalla, esim. eri henkilöitä tapaamalla tai nykyisin yhä useammin verkkoviestintäympäristössä, mm. sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median käyttö viestinnässä on tullut viime vuosina yhä merkittävämmäksi, kun sitä käyttävät jo sekä kunta- ja valtio-organisaatiot että myös valtioiden päämiehet.

Salon Syty ry pyrkii vaikuttamaan eri tasoilla oleviin päättäjiin siten, että sen jäsenjärjestöt ja niissä toimivat ihmiset voivat saada mahdollisimman tasavertaisen aseman ja palvelut arjessa selviytymiseksi. Vaikuttamisen tapoja on monia aina yksittäisten



ihmisten avusta kanssaihmisille valtakunnan päättäjiin kohdistuvaan edunvalvontaan suuria yhteiskunnallisia uudistuksia tai muutoksia valmisteltaessa tai epäkohtia poistettaessa.

Viime vuosina erittäin tärkeä vaikuttamisen kohde on Salon Sytyllä ollut ja on edelleen osallistuminen sote-uudistuksen valmiste-

luun ja saada tässä muutostilanteessa kolmannen sektorin ääni kuuluville käytännön toiminnassa ja palveluissa. Salon Syty ry jäsenyhdistyksineen on ollut merkittävässä roolissa sote-uudistusta valmistelevassa Varsinais-Suomen järjestötyöryhmässä, jotta kolmannen sektorin toimijoiden mahdollisuudet

ajaa jäsentensä asiaa myös jatkossa voidaan turvata. Tätä kirjoitettaessa on vihdoin selvinnyt, että nykyisen eduskunnan istutokaudella sote-uudistus ei valmistu, vaan se jää huhituksessa valittavan uuden eduskunnan tehtäväksi. Tämä merkitsee sitä, että Sytyn ja koko kolmannen sektorin on tulevana vuosi-

na edelleen jatkettava osallistumistaan soten valmisteluun, jotta sen tulos lopulta toteuttaa järjestöjen tavoitteet ja näin kolmannen sektorin palvelut varmistetaan myös tulevaisuudessa.

Kauko Lindholm
Salon Syty ry:n
puheenjohtaja

Marika Suuronen



Pitkä vai lyhyt aika?

Viisitoista vuotta! Pitkä vai lyhyt aika? Mielestäni kumpaakin. SYTYN perustamisesta on kulunut 15 vuotta. Muistan, että siellä aika alkuun, ehkä pari vuotta perustamisesta, pohdimme kerran yhdistyksen rahastonhoitaja Ritva Jokisen kanssa tulevaisuutta. Toimiiko yhdistys kymmenen vuoden kuluttua, mitä on saatu aikaiseksi? Se tuntui kaukaiselta ajalta eikä sitä oikein osannut ajatella mitä siihen mennessä olisi tapahtunut. Molemmat toivoimme, että yhdistys toimii, on aktiivinen ja voi hyvin. Näinhän se usein onkin, että tulevaisuuteen katsoessa ne vuodet tuntuvat olevan paljon kauempana kuin taakse päin katsellessa.

Meidän silloinen toiveemme on toteutunut korkojen kanssa. Toimintaa ja toimijoita on paljon, olemme monessa mukana ja asiantuntijuuttamme hyödynnetään. Työtä on vuosien saatossa tehty paljon, mutta se on kantanut hedelmää ja nyt voimmekin menneisiin vuosiin katsoella tyytyväisin mielin.

Tulevaisuuden osalta oma toiveeni ei juurikaan poikkea tuosta aikoinaan olleesta; toivottavasti yhdistys on kolmekymppisenä edelleen aktiivinen, ajan hermolla, hyvinvoiva ja varteenotettava toimija sekä Salon seudulla että tämän maakunnan järjestökentässä.

Kädessäsi oleva lehti on myös eräänlaisen virstanpylvään kohdalla. Tämä on kymmenes vuosiker-

ta. Välissä on ollut yksi vuosi, jolloin Sytyn Sanomia ei tehty ja siitä tuli paljon kyselyä ja toiveita, että lehden pitää ilmestyä vuosittain. Niistä toiveista olemme pitäneet sen jälkeä kiinni.

Yhdistyksen ja lehden osalta juhlimme tällä kertaa työn merkeissä.

Toiminnanjohtaja
Eija-Riitta Hilska

”
**Taito olla ajallaan
hyvin rohkea ja
ajallaan hyvin
varovainen;
siinä onnistumisen
taito.**
– Napoleon

Vaikuttamisen väyliä

Osallistumalla vaikutat! Näin se on. Osallistutpa sitten mihin tahansa, se vaikuttaa aina johonkin. Mietitään jotain tapahtumaa, johon osallistut. Osallistumalla siihen vaikutat ainakin osallistujamäärään ja sitä kautta mahdollisesti siihen, toistetaanko kyseinen tapahtuma.

Osallisen vaikuttamisena on kovin hieno lehden teema. Osallistuminen ja vaikuttaminen on kuitenkin ihan jokapäiväistä ja jokainen meistä tekee sitä. On olemassa myös ammatikseen vaikuttamista tekeviä ihmisiä, kuten poliitikot ja lobbausfirmoissa työskentelevät. Lobbauksella on kuitenkin

erityisen huono kaiku, vaikka samaa asiaahan siinä tarkoitetaan.

Ensin on yksilö, joka miettii, että haluaa vaikuttaa vaikkapa ympäristöasioihin. Hän etsii samankaltaisia ihmisiä ympärilleen tai löytää jo valmiin yhdistyksen tai porukan, joka on kiinnostunut samasta asiasta. Näin muodostuu isompi ryhmä, joka haluaa vaikuttaa tiettyyn asiaan.

Salon SYTY ry on potilas- ja vammaisyhdistysten yhteinen yhdistys. SYTYllä on jäseninä yhdistyksiä. Yhdistyksissä on jäseninä henkilöitä. Näillä henkilöjäsentä on ensin tarve löytää itselleen sopiva potilas- tai vammaisyhdistys. Kun

se on löytynyt, on ympärillä saman sairauden tai vamman kanssa eläviä ihmisiä.

Monilla potilas- ja vammaisyhdistyksillä on samoja intressejä ja siksi ne ovat kerääntyneet saman sateenvarjon eli Salon SYTY ry:n alle. Isommalla joukolla on suurempi ääni ja siksi mahdollisuus vaikuttaa on isompi.

Vaikuttaa voi yksilö-, ryhmä- ja yhdistystasolla. Esimerkiksi Salon kaupungista löytyy kaupunginvaltuuston lisäksi useita erilaisia vaikuttajaryhmiä. Näistä muutama on esitelty tämän jutun yhteydessä ja heiltä on kysytty, miksi he ovat mukana vaikuttamassa.

Vaikuttamisen kanavina

meistä jokainen käyttää henkilökohtaisia suhteitaan. Osallistumalla erilaisiin tilaisuuksiin ja tapahtumiin tapaa monenlaisia ihmisiä ja heihin on luontevaa ottaa yhteyttä, kun ollaan jo tuttuja jostain muusta yhteydestä. Vaali kaikenlaisia suhteita, vaikkeet juuri tällä hetkellä tarvitsisikaan niitä. Älä jää jumiin omaan väitteeseesi, vaan elä tilanteen mukaan. Kun kuuntelee enemmän kuin puhuu, saa usein oman, yksinkertaisen viestinsä läpi.

Sen lisäksi vaikuttaa voidaan erilaisilla kirjoituksilla. Lehtien mielipidekirjoitukset ovat isossa roolissa. Niitä voi kirjoittaa yksin tai yhdes-

sä jonkun kanssa. Päättäjät haluavat vaikuttaa asiantuntijoilta, joten heille voi tarjota myös valmiita kirjoituksia; blogeja, kolumneja. On syytä pohjata kirjoituksensa tosiasioihin, jolloin sen painoarvo on suurempi. Toisaalta pitää myös yksinkertaistaa viestiä, vaikka uskottavuus karsisikin. Yksinkertaisen viestin perille meneminen on aina varmempaa kuin monimutkaisen asian selvittäminen. Viesti on uskottava silloin, kun uskot siihen itse.

Sosiaalinen media on tänä päivänä erittäin aktiivinen. Siellä muokataan ihmisten mielipiteitä ja halutaan vaikuttaa milloin mihinkin asiaan.

Sosiaalisen median kautta on helppoa ja nopeaa vaikuttaa. Silloin kannattaa muistaa, että pysyy hyvän maun rajoissa, jos oikeasti haluaa vaikuttaa asioihin.

Hyvä on myös muistaa kiittää ja kehua aina, kun saa oman viestinsä läpi. Kyllähän meistä ihan jokainen jaksaa paremmin tehdä vaikuttamistyötä tai mitä tahansa työtä, kun saa kiitoksen tehdystä työstä.

Vaikuttamassa kannattaa olla aina silloin, kun asioita valmistellaan. Yleensä on jo myöhäistä pyrkiä muuttamaan jo tehtyjä ratkaisuja.

Yhdessä olemme enemmän!

Teksti: Päivi Vigg

Valtuustot ja neuvostot

Salon kaupungin asioihin voi vaikuttaa muun muassa erilaisten neuvostojen ja val-

tuustojen kautta. Lähdimme kyselemään muutamissa näissä vaikuttavilta jäseniltä ajatuksia vaikuttamisesta.



Selja Isojunno
Salon nuorisovaltuusto

1. Hain Salon nuorisovaltuustoon syksyllä 2017. Olen siitä asti ollut nuorisovaltuustossa ja toimin sihteerinä tälläkin hetkellä. Ensimmäisen kerran kuulin nuorisovaltuustosta ollessani 13-vuotias, kun nuorisovaltuuston edustaja tuli esittelemään toimintaa silloiselle koululleni.

Olen esiintymiskykyinen ja -haluinen sekä rakastan olla kanssakäymisessä ihmisten kanssa. Olen ulospäinsuuntautunut ja avoin persoona ja pidän uusien asioiden keksimisestä ja toteuttamisesta.

2. Vaikuttaminen on viestintää, jonka pyrkimyksenä on muuttaa toisten käsityksiä joistain asioista.

Parhaat tavat vaikuttaa (nuorille): ihmisille suoraan puhuminen, nuorisovaltuusto ja opiskelijakunnat, sillä niissä saa mielestäni äänensä parhaiten kuuluviin.

3. Olen halukas vaikuttamaan nuorten elämään ja vapaa-ajan mahdollisuuksiin Salossa.

Näin koko elämäni Salossa asuessa, olen huomannut, kuinka paljon Salossa on syrjäytyneisyyttä ja kouluksiäamista. Se on mielestäni pelottavan suuressa osassa salolaisen nuoren elämää ja haluaisin pystyä vaikuttamaan asiaan. Toki kouluissa "puututaan" näihin asioihin, mutta minkäänlaista edistystä ei se asiaan ole tuonut. Salo tarvitsee nuorilleen paikan, jossa oikeasti otetaan kaikki huomioon ja varmistetaan, ettei kukaan jää yksin haluamattaan.

Tämän lisäksi koen tärkeänä nuorten päihdeongelmat ja se, kuinka tätä asiaa ei mielestäni oteta riittävän vakavissaan. Asialle ei myöskään osata tehdä lähes mitään sen vähentämiseksi.



Johanna Kontulainen
Salon vammaisneuvosto

1. Perheessämme on vaikeasti kehitysvammaisen Mikael-poika ja hänen kauttaan olen mukana Salon Kehitysvammaisten Tuki ry:ssä. Olin useita vuosia yhdistyksen hallituksessa ja sen myötä sain mahdollisuuden toimia vammaisneuvostossa. Vammaisneuvoston toimintaan tutustuin työskennellessäni nuorena vammaisjärjestössä Turussa.

2. Jakamalla tietoa voidaan vaikuttaa asenteisiin ja muun muassa hälventää ennakkoluuloja.

Mielestäni paras tapa vaikuttaa on asiallinen keskustelu. Vammaisten asioissa on erittäin tärkeää, että perheiden ja vammaisten oma ääni saadaan kuuluviin päätöksiä tehdessä ja palveluja suunniteltaessa.

Myös vertaistuki on tärkeää vaikuttamista. Sen avulla voi jakaa käytännön tietoa ja vinkkejä monesti uusissa ja haastavissa elämäntilanteissa.

3. Haluan vaikuttaa vammaisten ja muiden erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden ja heidän perheidensä mahdollisuuksiin olla yhdenvertainen ja osallistuva yhteiskunnan jäsen. Jokaisella tulee olla mahdollisuus elää itselle hyvää elämää.



Jari J. Laiho
Salon vanhusneuvoston puheenjohtaja

1. Olen saanut Isoisän perintönä kipinän lähimmäisen auttamiseen. Minut pyydettiin n. 25 vuotta sitten Halikon vanhustenkotiyhdistyksen hallitukseen. Tältä näköalapaikalta on avautunut näkymä ikäihmisten monenlaisiin kysymyksiin ja tarpeisiin. Eläkeliiton toimintaan tullessani sain edunvalvontavastaavan tehtävän. Tätä kautta on ollut mahdollisuus pyrkiä vaikuttamaan ikäihmisten asioiden hoitoon Salon kaupungissa. Appivanhempien vanheneminen ja muistisairaus on antanut omakohtaisen kokemuksen mitä on olla läheinen tai muistisairas.

2. Vaikuttaminen on tasapuolisen tiedon hankkimista ja siitä saadun tiedon käyttämistä erilaisissa yhteisöissä.

Vaikuttamisen paras tapa on oikea-aikaisen tiedon antaminen ja perustelu valmistelun valmisteluvaiheessa. Oikea tieto oikeaan aikaan ja riittävästi perusteltuna. Ei toisten arvostelua eikä ainakaan aiheetonta kritiikkiä esittämällä

3. Haluan vaikuttaa siihen, että kunnallisessa päätöksenteossa, eikä vain juhlapuheissa huomioitaisiin myös ikäihmiset.

Salon Nuorisovaltuusto

on 15 jäsenen uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton vaikuttamiskanava, jolla on mahdollisuus saada nuorten ääni oikeasti kuuluville. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja kiinnostukseen toimia mukana nuorisovaltuustossa.

Vammaisneuvosto

on kaupunginhallituksen asettama ja sen tehtävänä on seurata ja edistää kaupungin eri aloilla tapahtuvaa toimintaa vammaisten henkilöiden kannalta. Vammaisneuvosto voi tehdä aloitteita ja esityksiä sekä antaa lausuntoja. Salossa jäsenistö koostuu kuudesta vammaisjärjestöjen varsinaisesta edustajasta ja viidestä kaupungin edustajasta. Vammaisneuvosto kokoontuu tarvittaessa ja kutsuu vammaisjärjestöjen neuvottelukunnan kokoon vähintään kerran vuodessa.

Salon kaupungin vanhusneuvosto

on salolaisten vanhusten edunvalvoja kunnallisessa päätöksenteossa, joka tuo kaupungin palveluihin ja kaupunkisuunnitteluun ikääntyvien salolaisten näkökulman. Kymmenen jäsentä valitaan neuvoston varajäsenineen keskusliittoihin kuuluvista rekisteröidyistä eläkeläisjärjestöistä ja Veteraaniasian neuvottelukunnasta sekä lisäksi kolme kaupungin edustajaa. Vanhusneuvosto kokoontuu 3-4 kertaa vuodessa. Vähintään kerran vuodessa vanhusneuvosto kutsuu eri yhteistyö- ja neuvottelutilaisuuteen käsittelemään ajankohtaisia vanhuspoliittisia asioita ja mahdollisia esityksiä kaupungin hallinnolle

Tätä kysimme:

- Miksi olet mukana ko. toiminnassa? Mistä olet saanut kipinän olla osallisena vaikuttamassa ko. toimielimessä?**
- Mitä vaikuttaminen mielestäsi on? Mikä on paras tapa mielestäsi vaikuttaa asioihin?**
- Mihin todella haluat vaikuttaa?**

Salon terveystakeskukseen asiakasraati

Osallisuuden edistäminen on yksi merkittävä tavoite, jota myös valtiovalan taholta on painotettu. Salon terveystakeskuksessa on jo viime vuosituhanen lopulla aloitettu laadunhallintatyö, joka jatkuu SHQS -laatujärjestelmän mukaisesti edelleen. Ulkoinen laaduntunnustus on tällä hetkellä saatu koko Salon kaupungin

Sote-palveluihin. Tämä on upea juttu, joka varmasti tuottaa hyvää myös salolaisille sujuvien palveluiden ja jatkuvan kehittämisen kautta.

Asiakaskeskeisyys on yksi Salon kaupungin arvoista ja terveydenhuollossa tämä erityisesti korostuu. Asiakaskeskeinen toimintamalli lisää hoidon vaikuttavuutta, palveluiden kustannustehok-

kuutta sekä asiakkaiden tyytyväisyyttä että työntekijöiden tyytyväisyyttä. On loogista, että palveluiden käyttäjät huomioidaan niiden suunnittelussa, toteutuksessa ja kehittämässä. Asiakkaan osallistaminen esimerkiksi omaan hoitoonsa tuotoksia hoidon laatuun ja näin myös asiakkaan ääni kuuluu hoidon suunnittelussa.

Salon terveystakeskus aloitti laatumessuilla hahvituussa 2018 asiakasraadin jäsenten haun.

Lisäksi hakuilmoitus julkaistiin Salo-tiedottaa lehdessä. Hakemusten perusteella valittiin haastattelujen kautta kahdeksan (8) henkilöä asiakasraatiin. Asiakasraati kokountuu kerran kuukaudessa kesätaukoa lukuun ottamatta. Raadin tehtävänä

on asiakasnäkökulman näkyväksi tekeminen toiminnan suunnittelussa, kehittämisessä ja arvioinnissa. Asiakasraatia on tarkoitus hyödyntää monipuolisesti esimerkiksi uusien tilojen toimivuuden arvioinnissa sekä toiminnan kehittämisessä. Salon kaupungissa on toiminut kaksi vuotta mielenterveys- ja päihdetyön asiakasraati.

Asiakasraadin jäseniä ja kokemusasiantuntijoita sitoo vaitiolovelvollisuus.

Asiakasraadille voi lähettää omia ajatuksia palveluiden kehittämiseksi osoitteeseen asiakasraati.terveystakeskus@salo.fi.

Teksti:

Pirjo Parviainen ja Marita Päivärinne

Raartilaisena asiakasraadissa

Elmo Koskenvuori

-Näin ilmoituksen Salon terveystakeskukseen kehittämispäivästä ja kiinnostuin näkemään, millaista laatu- ja kehittämistyötä siellä tehdään. Tapahtumassa myös haettiin vapaaehtoisia asiakasraatiin. Ajattelin, että se voisi olla väylä, jonka kautta voisin itsekin päästä vaikuttamaan salolaisiin terveyspalveluihin ja edustamaan lapsiperheiden ääntä ja kokemusta heille tarjottaviin palveluihin.

Näin kertoo **Janika Koskenvuori** ensiaskeleistaan kohti asiakasraatia. Salon terveystakeskukseen asiakasraadin tarkoituksena tuoda terveyspalveluiden kehittämiseen asiakkaiden ääntä ja kokemusta näkyväksi ja kuuluvaksi.

– Haluan tuoda omaa ääntä ja kokemusta kehitystyöhön. Olen itse terveydenhuollon ammattilainen ja tämä on itsellenikin uusi ja mielenkiintoinen hyppäys ammattilaisen puolelta asiakkaan rooliin. Uusi näkökulma, kun pääsen asiakkaan kautta katsomaan tilanteita. Saan heittäytyä ajatuksissani asiakkaan rooliin ja heittää vilttejäkin ideoita. Minun ei tarvitse miettiä voiko kehittää vaan organisaatiolle jää pallo siitä onko ideat toteuttamiskelpoisia.

Asiakasraati on kokoonnutunut vasta muutaman kerran, mutta Koskenvuori on jo huomannut raadin tehokkuuden.

– Meillä on hillittömän



Janika Koskenvuori edustaa lapsiperheiden ääntä Salon terveyspalveluiden asiakasraadissa.

hyvä porukka raadissa. Käsittelemme asioita todella hyvällä hengellä. Keskustelut käydään avoimessa ja luottavaisessa ilmapiirissä. Meillä on ollut mahdollisuus ehdottaa ja suunnitella yhdessä. Keskustelumme menevät jatkuvasti eteenpäin ja sieltä saadaan noukkittua paljon hyviä aja-

tuksia. Uskoisin, että organisaation edustajat ovat tyytyväisiä näistä äänistä, jotka ovat saaneet kuuluvaksi. Meidän palautetta otetaan aidosti vastaan ja sitä on tarkoitus ihan oikeasti hyödyntää. Nämä ovat asioita, jotka herättävät tunteita ja ihmisillä on paljon kokemuksia.

Miksinpä niitä ei toisi julki, kun niillä voidaan saavuttaa yhteistä hyvää ja entistä parempia palveluita.

Raartilaisilla on olemassa myös isot henkilökohtaiset verkostot ja palautetta kerätään arjen pyörytyksessä myös sieltä.

– Lapsiperheen arjessa on paljon tuttavuuksia ja kahvipöy-

täkeskusteluja esimerkiksi neuvolasta. Raadin myötä olen herkistynyt kuulemaan olen herkistynyt kuulemaan palautetta terveyspalveluista ja vien ne mennessäni raatiin. Koemme olemme sanansaattajia ja äänitorvia.

– Koen toimimisen raadissa mielekkääksi ja mielelläni kannan korteni meidän yhteiseen kekkoon.

Tämä on helppo väylä tulla kuulluksi ja kertoa omat mielipiteensä terveyspalveluiden nykytilasta ja sitä kautta olla mukana arvokkaassa kehittämistyössä, jotta me salolaiset voimme saada entistä parempia palveluita läheltä ja laadukkaasti, Koskenvuori toteaa lopuksi.

Salon omaishoitajat ry

Kun sinä tuet läheistäsi, me tuemme Sinua.

info@salonomaishoitajat.fi
www.salonomaishoitajat.fi

Omaishoidon lähettiläät
ohjaavat, neuvovat ja tukevat lähellä sinua!

Oman alueesi lähettiläiseen saat yhteyden numerosta 044 7348116

OmaisOiva

OmaisOiva toimintaa: vertaistukiryhmiä tietoisuutta avoimia tapahtumia henkilökohtaista neuvontaa Ovet-valmennus omaistaan auttaville

Kysy lisää OmaisOiva työntekijöiltä
044 7348115
044 7348116

MAUKASTA KOTIRUOKAA

6,50

Salon Palvelutalosaatiö

Anisi, Ratsumiehenkatu 11 Pirita, Kauppiaankatu 4

ma-pe 11.00-12.30, la-su 12.00-13.30
(Pirita suljettu viikonloppuisin)

PASSELI AUTO

Myllyojankatu 11, Salo
ma, ti 9-18, ke-pe 9-17, la 10-14

Myynti puh. 0403 066 280
Huolto puh. 0403 066 275

www.passeliauto.com

Kyvyttömänä kykyjään etsimässä

Työkyvyttömyyseläkkeellä yli 20 vuotta. Vähemmästäkin tuntee itsensä kyvyttömäksi! Vaan joskus se sokeakin kannaa löytää jyvän...

Kävipä tuossa taannoin niin hyvä tuuri, että tarjottiin mahdollisuutta saada ihan oikeaa palkkatyötä 12 kuukauden ajaksi Salon SYTYltä. No, tämä tyttöhän tarttui hetimiten tilaisuuteen!

Onhan sitä saanut työkyvyttömyyseläkkeellä ollessaan osallistua vaikka ja mihin vapaaehtoisena. Itse asiassa, vapaaehtoisena voi keskittyä juuri niihin asioihin, mitkä kiinnostavat. On mahdollisuus olla mukana sellaisissa jutuissa, joihin työelämässä ei ehtisikään. Vapaaehtoisilla on usein mahdollisuus oppia uutta, antaa aikaansa sellaisiin projekteihin, joissa tarvitaan asiantuntijuutta ja olla mukana omien voimavarojensa mukaan.

Vapaaehtoisena olen op-

pinut monenlaisia asioita ja huomaan, että osaamiseni on aivan muuta kuin mitä koulutukseni antaisi ymmärtää. Yhdistystoiminnassa olen voinut hankkia tietoa erilaisten yhdistysten toiminnasta, kokouskäytännöstä, tapahtumien järjestämisestä, projekteista, viestinnästä, vaikuttamisesta, ajankohtaisista asioista... Tätä kautta olen löytänyt itseltäni uusia kykyjä, jotka toivottavasti pääsevät nyt palkkatyön löydyttyä oikeuksiinsa.

Koitti sitten se helmikuun maanantaiaamu, jolloin reilu nelikymppinen perheenäiti lähti ensimmäistä kertaa aikuisten oikeaan palkkatyöhön. Kyllä jännitti, ihan koko perhettä. Olihan se uudenlainen tilanne ihan kaikille.

Edellisenä iltana kaivettiin reppu esiin, johon voisi sitten työpäivän aamuna pakata tarvitsemansa. Siinä oli isokin reppu tiukoilla, kun piti pakata kaikenlaisia

selviytymiseen liittyviä: oli kurkkupastilleja, nenäliinoja, insuliinikyniä, neuloja, päänsärky- ja ripulilääkettä, vesipullo, eväitä iso kasa, valkoinen keppi, tietokone...

Eikä se aamuinen lähteminenkään ole niin helppoa kuin luulisi! Jo ensimmäisen viikon aikana kävi selväksi, että illalla pitää miettiä valmiiksi, mitä pukea töihin päälle. Ei sinne voikaan lähteä niissä vanhoissa, rikkinaisissa verkkareissa ja ulostepestyissä t-paidoissa sekä villasukissa. Ihan kaikesta ei anneta periksi, joten villasukat saivat kunnian tulla mukaan töihin... Aamuisin on myös pestävä kasvot, tuoksuttava hyvältä ja laitettava tukkakin. Ei tällaisia hommia ole silloin, kun on vaan kotona. Silloin ei ole väliä sillä, miten on pukeutunut ja miltä tuoksuu, vai haiseeko suorastaan.

On ollut käsittämättömän hienoa saada tässä iässä kekeä olevansa osa työyhte-

söä. Voin olla osa sitä sisäpiiriä, jolla on omia juttuja, joita ulkopuoliset eivät ymmärrä. Toki näitä sisäpiirin juttuja voi olla muissakin yhteisöissä.

Työntekijänä olen osallisena vaikuttamassa työyhteisöön omalta osaltani. Olen osallisena sellaisessa, missä en koskaan aikaisemmin ole ollut osallisena. Hyvin vaikea asia selittää sinulle, joka olet ollut pitkään työelämässä ja odotat ehkä jo eläkkeelle siirtymistä. Minä olen 20 vuoden eläkeputken jälkeen päässyt lopultakin osalliseksi työelämään!

Olen myös saanut kuukausipalkkaa ensimmäisen kerran aikuiselämässäni. En voi sanoa kuvailla sitä tunnetta, kun ensimmäinen palkkalaskelma tuli sähköpostiin. Melkein pääsi itku ilosta! Nyt minäkin olen hyväksytty yhteiskuntalainen, kun maksan verojakin! En koe enää olevani yhteiskunnan elätti, joka vain syö



Innokas yhdistysaktiivi Päivi Vigg pääsee näyttämään kyntensä työelämässään SYTYn yhdistysassistenttina. Päivi ideoi ja järjestää koulutuksia yhdistyksille, seuraa järjestökentän muutoksia ja tiedottaa niistä yhdistyksille. Tavoitteena on myös edistää eri yhdistysten yhteistyötä yli rajojen.

yhteiskunnan rahoja. Voin omalta osaltani vaikuttaa verokertymään.

Miten paljon meitä työkyvyttömyyseläkkeellä olevia onkaan, jotka haluamme olla yhdenvertaisia kansalaisia, käydä töissä ja osallistua? Harvalla meistä

on palkkatyö. Nautin tästä vuodesta kyllä koko palkkaran edestä ja toivon, että olen osaltani vaikuttamassa myös siihen, miten sokeat nähdään työelämässä. Kyvyttömälläkin on kykyjä!

Päivi Vigg

SYTYn Sirpat

Marika Suuronen

Usein avatessa Sytytyn oven, vastaan leijailee keittiöstä herkullinen tuoksu. Lattiat kiiltelevät ja joka paikassa on siistiä. Tunnelma ja somisteet vaihtuvat vuoden ajan mukaan niin keittiössä, Salissa, Kamarissa, Salon-gissa kuin aulassa. Kohta jälleen raikas keltainen, vihreällä ja pinkillä tehostetuna seikkailee tiloissamme tuoden keväistä pirteyttä. Puput sekä tiput muistuttavat tulevasta pääsiäisestä. Usein kuulee kehuja kotoisasta tunnelmasta ja tilojen siisteydestä.

Tilojen siisteyden ja viihtyvyyden takana ovat kaksi Sirpaamme, Kanerva ja Syväjärvi. Pääsääntöisesti toimistoemäntämme Sirpa Kanerva vastaa keittiöstä, tarjoiluista ja somisteista sekä tilavarauksista ja Sirpa Syväjärvi tilojen puhautudesta. Toki Sirpamme auttavat iloisesti myös asiakkaita. Sirpa K:n löytää usein kopiointihuoneesta opastustehtävistä. Ja usein keittiöstämme kuuluu puheensorinaa.

– Monesti asiakkaat juttelevat meille ja varsinkin Sirpa K:lle keittiössä kuulumisiaan ja huoliaan. Olemme hyviä kuuntelijoina ja he ovat tottuneet, että me kuuntelemme. Se on mukavaa, kuulumme yhteisöön, tilaemäntämme Sirpa Syväjärvi kertoo.

– Tämä on työ, jossa näkee työnsä jäljen. Otan mielelläni vastaan, jos vie-



railijat ja asiakkaat antavat risuja tai ruusuja. Myönteinen palaute kannustaa ahkeraan työntekoon ja lisää motivaatiota arkiseen työhön. Siisteys lisää viihtyvyyttä.

Siistin työympäristön lisäksi, tunnelma on tärkeä. Meillä viihtyy niin työntekijät kuin asiakkaat ja vierailijat. Keittiössä voi lukaista päivän lehdet tai

aulan nojatuoleissa istahtaa hetkisen. Meillä hymyillään kun tavataan ja kaikki ovat tervetulleita.

– Tykkään, kun täällä on hyvä huumorintaju. Tuemme toinen toisiamme. Voimme tarttua toisenkin työhön ja auttaa tarvittaessa.

Teksti **Marika Suuronen**



sytytyn kevään viimeinen

Yhteislaulu

**keskiviikkona 12.6.2019
Salon torilla klo 12–14**

**Esilaulajana Jukka ja säestäjänä toimii Nicke.
Lauluvihkoja myynnissä torilla 2€/kpl.**

Tule Sinäkin!



Salon
SYTY
ry
www.salonsyty.fi



Yhdistävän tekijän kynäilijöiden ajatuksia julkaistaan reilun sadan kirjoituksen vuosivauhdilla. Vuodesta 2014 asti toimineen blogin kynäilijöistä saman kahvipöydän äärelle Sytyssä piipahtivat Niilo Henell, Päivi Vigg, Eila Saarni sekä Timo "IsoTimppa" Luhtavaara. Vakkarikynäilijöiden kesellä Katja Taimela, joka on vierailevana bloggajana Yhdistävässä tekijässä.

Kirjoittamallakin voi osallistua ja vaikuttaa

Yhdistävä tekijä on SYTYn nettisivuilta löytyvä blogi, jossa julkistetaan oivalluksia, muistellaan menneitä ja kuvaillaan tämän päivän toimintaa. Blogin kirjoittajat ovat pääsääntöisesti yhdistystemme jäseniä, mutta mausteena on silloin tällöin tekstejä myös muilta.

Yhdistävässä tekijässä ajatuksia on jaettu jo vuodesta 2014 alkaen. Hiljalleen mukaan on tullut lisää kirjoittajia, mutta aina on tilaa uusille kirjoittajille! Tällä hetkellä blogia pyörittää 8 vapaaehtoista kynäilijää. Blogi ilmestyy säännöllisesti keskiviikkoihin ja lauantaisin.

Blogissa käsitellään kaikkea maan ja taivaan välillä. Siinä on mahdollisuus ajatella tavallaan ääneen, kun kirjoittaa asioista, jotka pyörivät mielessä. Paljon muistellaan menneitä, mutta myös tämän päivän asiat ovat usein otsikoissa. Kirjoittajilla on jokaisella oma tyylinsä, joka antaa oman

mausteensa postauksille.

Yhdistävän tekijä on yksi osallistava tekijä. Kirjoittamalla yhdistävään tekijään kirjoittaja voi vaikuttaa lukijoiden mielipiteisiin tai saada aikaan mielipiteiden vaihtoa. On tärkeää, että voi omalta osaltaan vaikuttaa myös vaikkapa kotisohvalta. Kaikilla ei ole

mahdollisuutta lähteä kotoa pois aina, kun haluttaa. Kaikilla ei myöskään ole paikkaa, johon mennä. Yhdistävä tekijä voi olla jopa yksinäisyyden lievittäjä.

Oletko sinä kiinnostunut kirjoittamisesta? Onko pöytälaatikossasi kirjoituksia menneiltä vuosilta? Olisiko nyt niiden aika? Tai

haluaisitko kenties aloittaa uuden harrastuksen? Voit liittyä mukaan iloiseen kynäilijäporukkaan! Ota yhteys ylläpitoon timo.luhtavaara@gmail.com. Blogin löydät linkistä <http://yhdistavatekija.blogspot.com> sekä Syty nettisivujen etusivulta.

Teksti: Päivi Vigg

 **SALON SKINLAB**
KOSMETOLOGINEN HOITOLA & KAUPPA
Haarlantie 2, Perniö Turuntie 8, Salo
p. 02 7351 307 p. 045 614 1500
RVB SKINLAB WWW.SALONSKINLAB.FI

STAILI
KAMPAAMO • PARTURI • KAUPPA
HAARLANTIE 2, 25500 PERNIÖ, P. (02) 735 7274 www.staili.fi

Perniön Apteekki
Avoinna ma-pe 9-18, la 9-15
Haarlantie 21, 25500 Perniö p. (02) 735 7313
www.pernionapteekki.fi fax (02) 735 2335
info@pernionapteekki.fi

Länsiranta 8, Salo, p. (02) 733 2761
www.lansirannanhammaslaakarit.fi
**länsirannan
Hammaslääkärit**

STM-Markkinointi Sari Mäkinen
MAUSTEITA,
HERKKUJA JA
MAUSTEKUTSUJA
www.stm-markkinointi.fi puh. 040 555 4846

**Parturi-Kampaamo
Ulla ja Taru**
Salontie 1, Perniö
02 735 1119

Vastuuta ja vaikuttavuutta salolaiseen kotona asumiseen
Salva ry | Palvelukeskus Ilolansalo
Ilolankatu 6 | www.salva.fi

PERNIÖN VÄRI JA TAPETTI KY
Haarlantie 8, 25500 PERNIÖ Avoinna
p. 02 735 2344 ma-pe 8.00–17.00,
la 8.00–13.00

MIKAN KATTOPESU
Paikallinen **Mikan Kattopesu**
kilpailukykyisin hinnoin
Tiili- ja peltikattojen pesut ja maalaukset. **Varaa aika kesää varten!**
www.mikankattopesu.fi
p. 040 523 2517

Vuoden vapaaehtoinen 2018: Tiina Harakka-Anttila

Iloinen puheensorina ja nauru seuraa mukana minne Vuoden Vapaaehtoiseksi valittu **Tiina Harakka-Anttila** meneekin. Aktiivinen nainen saa elämään kaipaamaansa sisältöä ja yhteisöllisyyttä toimimalla Salon Näkövammaiset ry:n hallituksessa virkistysvastaavana, Salon Diabetes ry:ssä myynti- ja liikuntavastaavana. – Näin kun on eläkeläisenä, ei kuuluisi muuten enää mihinkään porukkaan. Täällä tuntee kuuluvansa johonkin, kun kuuluu yhdistykseen. Ja kun pystyy antamaan jotain yhdistyksille, niin saa hyvän mielen itselle, hän kertoo.

– Olen jäsenenä myös Salon Reumayhdistyksessä ja

käyn heidän ohjatussa vesijumpassa. Lisäksi jäsenyys löytyy Lounais-Suomen Kilpirauhasyhdistyksessä, Salon Invalidit ry:ssä ja Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen Salon Seudun paikallisyhdistyksessä.

Yhdistystoiminta ei suinkaan vie kaikkea aikaa vaan lisäksi Harakka-Anttila ehtii harrastamaan myös kuorolaulua Salon Eläkkeensaajien kuorossa. – Osallistun myös innolla Sytyn teematorstaiden tapahtumiin, yhteislauun, kulttuuri- ja liikunteemoihin, mahdollisuuksien mukaan.

Harakka-Anttila on omalla esimerkillään saanut paljon uusia henkilöitä mukaan yhdistysten erilaisiin aktiivi-

teetteihin ja myös uusia toimimaan vapaaehtoisena eri yhdistyksissä. Myös Sytyyn hän rohkaisee tulemaan paikanpäälle.

– Kerron näistä ihanista torstaipäivien tapahtumista keskustellessani tuttujen ja tuntemattomien ihmisten kanssa Salon turuilla ja toreilla.

Harakka-Anttila saa kiitosta toiminnastaan yhdistyksiltä. Hän on on aina valmis tulemaan avuksi, kun vapaaehtoista työpainosta kaivataan ja innokkaana järjestämässä toimintaa sekä auttamassa muita. Toimimalla monessa yhdistyksessä, hän on verkostollaan saanut lisättyä yhteistyön määrää eri yh-

distysten välillä.

– Tästä vapaaehtoistoinnasta saa itselleen niin paljon. Ja tänne Sytyyn on mukava tulla, saa merkitystä päivilleen. Jos vain on kiinnostusta, niin varmasti löytyy joku yhdistys, jossa voi olla muille avuksi. Sen ei tarvitse olla mitään kovin kummallista, kahvinkeittokin on monille yhdistyksille jo iso apu, Harakka-Anttila kannustaa mukaan toimintaan.

Sytyn hallitus valitsee joka vuosi jäsenyhdistystensä aktiivisista toimijoista yhdistysten antamien vinkkien avulla Vuoden vapaaehtoisin, joka julkistetaan joulukauden avajaisissa.

Teksti **Marika Suuronen**

Matti Anttila



Kukkakatri
Haaralantie 1 25500 Perniö
p. (02) 735 2524,
040 062 9086

parturi-kampaamo
COMA
Eveliina Lehtonen
040 550 8724
Karlstadintie 1, Perniö
parturikampaamocoma.fi

Aukioloajat
ma-pe klo 9-17
illat ja viikonloput
sovittaessa

Traktoauto Oy

Joensuunkatu 6, Salo, vaihde 02-727 3000
Automyynti: ma 8.30-17, ti 8.30-18,
ke-pe 8.30-17, la 10-14
www.traktoauto.fi

KEHITYSVAMMAISTEN
PALVELUSÄÄTIÖ



Yhdenvertaisen elämän edellytyksiä

Teemme todeksi unelmia hyvästä elämästä. Kehitämme ja tuotamme palveluita erityistä tukea tarvitseville ihmisille ja heidän läheisilleen – yhdessä heidän kanssaan:

Lyhytaikaista huolenpitoa

Monipuolinen palveluvalikoima perheiden hyvinvoinnin tueksi

KVPS-koteja

Yksilöllisiä ja laadukkaita asumismahdollisuuksia asuntoja rakentaen ja hankkien

Kehittäjäkumppanuutta

Yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja hyvää elämää kehittämisen, koulutuksen, vaikuttamisen ja viestinnän keinoin

Yhdenvertaisuutta edistäen Yhdessä kehittäen

kvps.fi

palvelusaatio

kvpsfi kvpsfi



Kehitysvammaisten Palvelusäätiö
Pinninkatu 51, 33100 Tampere

Marika Suuronen



Olisihan ne vieraat ihan mukavia, mietiskeli Pirjo Kiiskinen Sytyr nojatuolissa kiikkuen.



Kutsumatta kylään 11.4.2019

Marika Suuronen

Kunpa joku piipah-taisi kylään. Noin vain ihan kutsumatta, kuten ennen vanhaan. Aikana ennen sosiaalista mediaa ja älykännyköitä. Kun naapureiden ja ystävien kanssa kuulumiset vaihdettiin kahvikupposen äärellä useamman keran viikossa.

Ajat ovat muuttuneet ja nykyisin kutsumatta tai ilmoittamatta kyläily ei ole kaikkien mieleen. Yhteiset kahvitteluhetket toisten kotona ovat selvästi vähentyneet. Elämä on kiireistä ja näkeehän sen vaikka Facebookista mitä kaverille kuuluu. Mutta huhtikuussa on päivä, jolloin jokainen voi mennä kylään!

Palvelukeskus Iloansalon toiminnanjohtaja Anne Juntti toi idean kyläilystä viime vuonna Välittämisen verkoston palaveriin. Yhdessä asiaa mietittiin ja viime vuonna Kutsumatta kylään -teemapäivä toteutettiin ensi kertaa. – Tämä oli helppo lanseerata. Jo toisesta sanasta ymmärrettään mitä tehdään. Tämä on vain vanhanaikaista välittämistä. Mennään kylään ja jutellaan. Monet ihmiset potevat yksinäisyyttä ja nyt kyläilemään



Niilo Henell ja Sirkka Vesander pitivät Kutsumatta kylään päivää hyvänä ideana.

voi lähteä ikään kuin tämän tapahtuman varjolla. Madallamme osaltamme kynnystä, jokaisella on lupa mennä kylään, Anne Juntti kertoo.

Kyläilemään voi lähteä toisen kotiin tai käydä ilahduttamassa vaikka palvelutalojen asukasta. Palvelukeskus Iloansalossa Kutsumatta kylään -päivää vietettiin viime vuonna onnistuneesti ja tänäkin vuonna asukkaat odottelevat vierailijoita kahvipannu kuumana.

– Meille voi tulla kyläilemään vaikka ei tuntisi

yhtään asukasta, Juntti valaisee. Vieras opastetaan kyläilijää odottavan asukkaan luo ja juttuhetki kahvikupposen äärellä voi alkaa. Kutsumatta kylään päivänä Iloansalossa on tarjolla kahvipullat, jotka voi kahvilasta ottaa mukaan kyläreissulle. Näin asukkaiden ei tarvitse huolehtia tarjoiluistakaan ja kynnys kyläilyyn on entistä matalampi molemmille.

– Kyläilystä jää hyvä mieli molemmille. Tämä on matalan kynnyksen hyväntekeväisyyttä, päivän mit-

tainen hyvä työ. Ihmisten välistä kanssakäymistä, ei sen kummempaa, rohkaisee Juntti kyläilijöitä.

– Tämä on niin helppo juttu, että jokainen tietää mitä tehdä, ei tarvitse kouluttaa ja kaikki voivat toteuttaa ympäri Suomen.

Nyt siis kaikki kyläilemään! Ilahduta kyläilyllä ystäväsi, tuttavaasi, naapuriasi, saman kylän/talon/kujan yksineläjää. Et tarvitse sen kummempaa syytä, sillä nyt on kaikilla lupa kyläillä.

Marika Suuronen

Mummonmarkan vartijat

Ikääntyneisiin kohdistuneiden taloudellisten kaltoinkohtelun petosrikosten määrä on viime vuosina kasvanut. Tietoutta halutaan levittää ja meillä Sytyssäkin oli tilaisuus kuulla hankesuunnittelija Erja Ronkaiselta, mitä kaikkea tuo pitää sisällään.

Harva rikoksista kuitenkin päätyy rikoskäsitteelyyn asti, sillä monesti uhrit häpeävät huijatuksi tulemisestaan. Tekijä on usein liian läheinen, eikä rikosilmoitusta haluta tehdä tai uhri ei edes tunnista tulleen huijatuksi. Myös voimavarojen puutteen vuoksi uhri ei välttämättä tee ilmoitusta ja vie asiaa eteenpäin.

Läheisiä tekijöitä ovat usein oma aikuinen lapsi tai lapsenlapsi. Tällöin taloudellinen hyöty saavutetaan

käyttämällä hyväksi tunnesidettä tai riippuvuutta tekijästä tai uhrin luottamusta. Tekijä saattaa olla uhrin ainoa apu arjessa, jota ei uskalleta tai haluta menettää. Myös päihde- ja mielenterveysongelmat ovat usein mukana.

Uhreja voidaan uhkailla, pakottaa, painostaa, harhauttaa ja käyttää hyväksi uhrin luottamusta tai terveydentilaa. Petoksia tehdään laidasta laitaan. – Pieniltä tuntuvat omat ostokset lisätään yhteisen kauppareissun yhteydessä uhrin maksettavaksi, Ronkainen kertoo esimerkiksi. Ostoksista kertyy kuitenkin ajan mittaan suuria summia ja ne vaikuttavat ikäihmisen omaan elämänlaatuun usein huomattavasti. Omien laskujen maksaminen uhrilla tai

niiden maksu uhrin tililtä, haltuun saatujen pankkitunnusten avulla.

Suurempia, mutta myös tavallisia petoksia ovat asuntoihin, maa- ja metsäkauppoihin liittyvät petokset. Läheiset pakottavat myymään omaisuutta välittämättä uhrin tahdosta tai edusta. Peltaja, metsiä ja jopa kiinteistöjä. Aina ei tapahdu myyntiä vaan uhrin asunto vallataan pikkuhiljaa omaan käyttöön. – On tiedossa tapauksia, jolloin ikäihminen on joutunut muuttamaan omasta asunnostaan vuokralle, läheisen vallattua asunnon, kertoo Ronkainen. Paljon tapahtuu myös testamenttien muutoksia ja laadintaa, valtakirjoja tai valtuuksien myöntämistä vasten uhrin etua tai tahtoa. Tekijät voivat myös vaatia

ennakkoperintöä, lahjoja tai lainoja.

Läheisen tekemään kaltoinkohtelua on vaikeaa katkaista, mutta siihenkin saa apua. On tärkeää ottaa yhteyttä auttavaan tahoon. Usein myös tekijä saa apua ongelmiinsa, joita yleensä löytyy tekojen taustalta.

Ulkopuolisten tekemät kaltoinkohtelut tapahtuvat usein puhelimitse, verkossa, asuntojen ovella tai pankkiautomaateilla. Silloin tavoitteena on saada uhri antamaan rahaa, henkilötiedot, pankkitunnukset tai maksukortin tiedot tai tekemään epäedulliset kaupat. – Aina, jos tarjous, lahja tai kauppa on ”liian hyvä ollakseen totta”, kannattaa sen aitoutta epäillä, muistuttaa Erja Ronkainen. Tietoja kalastellaan mm. erilaisten



Mummonmarkan vartijat -hankesuunnittelija Erja Ronkainen Suvanto ry:ltä luonoi ja etsii talouslähetteläitä avukseen levittämään tietoa taloudellisesta kaltoinkohtelusta.

sähköpostien ja viestien avulla. Kannattaa muistaa, että pankki, poliisi, vakuutusyhtiö tai mikään muukaan virallinen taho ei koskaan kysy henkilökohtaisia pankkitietoja sähköpostitse tai puhelimitse.

Jos epäilet taloudellista hyväksikäyttöä, voit kysyä, auttaa selvittämään, rohkaista ja olla tukena uhrin

prosessissa. Mahdollista on tehdä myös huoli-ilmoitus netin kautta.

KomPassi antaa ohjausta ja neuvontaa ikäihmisille www.asiakasneuvonta.fi sivuston kautta ja Varsinais-Suomen iäkkäiden asiakas- ja palvelunumero 02-262 6164 on avoinna arkisin klo 9–15.

Teksti: Marika Suuronen

24.4.2019 klo 18
YLEISÖTILAISUUS
ASIAA
aurinkoterveydestä
www.lounais-suomensyöpäyhdistys.fi

Salo-Karina, Helsingintie 52, Salo
Tilaisuuden järjestävät:
Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen Salon paikallisosasto
Aurinkoagentti 2.0 -toiminta / LSSY



Kansanedustaja **KATJA TAIMELA**

Jokaisella on oltava oikeus vaikuttaa omiin asioihinsa ja palveluihinsa.

Äänesi eduskunnassa - tuellasi myös jatkossa!

SDP
Ilmoituksen mallia: syy

Rohkeus. Ilo. Oikeudenmukaisuus. katja2019.fi

IKÄÄNTYNEIDEN TALOUDELLISEN KALTOINKOHTELUN TORJUNTAHANKE

MUMMON MARKAN VARTIJAT
ELÄMÄNOTE OHIJELMAMASSA 2018-2021

Hankesuunnittelija Erja Ronkainen
050 411 8039 • erja.ronkainen@suvantory.fi
www.suvantory.fi

Suvanto ry
Turvallisen vanhuuden puolesta

SILLÄ SILMÄLLÄ – NÄE ENEMMÄN!



Salon näkövammaiset tarjoaa:

- vertaistukea elämäntilanteen muuttuessa näköongelmien vuoksi
- aktiivista toimintaa
- hyvää ja iloista seuraa
- uutta tietoa näkövammaisia helpottavasta teknologiasta
- sokkopingistä niin näkeville kuin näkövammaisille edullisesti

Kiinnostuitko näkövammaisten toiminnasta?

Lisätietoja kotisivuilta www.salonnakovammaiset.fi ja [facebook/Salon näkövammaiset](https://www.facebook.com/Salon.nakovammaiset).

Yhdistyksen tavoittaa puhelimitse numerosta (02) 735 7317 tai sähköpostista jasenvastaava@salonnakovammaiset.fi. Yhdistyksemme ja sen jäsenet ovat sinua varten.

Iloisiin kuulumisiin ja tapaamisiin!

Kipu osana elämää – et ole yksin

SUOMEN KIPU RY



on valtakunnallinen kroonisesta kivusta kärsivien, heidän läheistensä, hoitohenkilökunnan sekä kipuasian eteenpäin viemisestä kiinnostuneiden etujärjestö.

www.suomenkipu.fi

Salon toimintaa

Vertaistapaamiset **joka kuukauden 3. torstai klo 14–16 SYTYn tiloissa**, Helsingintie 6 (kesätauko kesä-heinäkuu)

Avoimeen vertaisryhmään ja yhdistyksen toimintaan ovat tervetulleita kaikki, joilla kipu on osana elämää, niin kokijat kuin läheiset.

Lisätietoja:

Marja-Liisa Laine

p. 0400 534 788

s-postilla: salo@suomenkipu.fi

**TULLAAN TUTUKSI
LIITY JÄSENEKSI**

Salon Luustoyhdistys ry

TUNNISTA OSTEOPOROOSI AJOISSA!

Oletko kokenut murtuman? Oletko menettänyt pituuttasi? Onko sinulla toistuvaa tai jatkuvaa selkäkipua tai onko sinulla luustoa heikentäviä sairauksia? Tee riskitekijätesti ja pyydä **luuntiheysmittaus** terveyskeskuslääkäriltäsi!

Osteoporoosi pitäisi todeta ajoissa, ennen murtumaa tai vakavaa rangan kasaan painumista. Ennalta ehkäisyyn kannattaa panostaa! Tule keskustelemaan vertaistukihenkilön kanssa ja opettele tärkeimmät luustoa koskevat asiat saadaksesi riittävät tutkimukset ja opit huolehtimaan luustoterveytesi seurannasta!

Yhteystiedot löydät SYTYn ilmoitustaululta. Avohyllystä voit hakea kirjallisia tiedotteita, kuten osteoporoosin **käypä hoito ja luustopassi**, johon voi kirjata tutkimustulokset ja hoitosuunnitelman. Vertaisilta saat tietoa **hoidoista**, edullisista **liikuntaryhmistämme**, **virkestystapahtumista** ja **hyvinvointilomista** sekä Luustoliiton palveluista. **Luentotilaisuutemme** ovat kaikille avoimia.

Hyvinvointipiste Linjurissa olemme tavattavissa ennalta sovittuina aikoina, luustoviikolla (vk 42) ti, to ja la. Tervetuloa koko perheen voimin! Lapsille ja nuorille on myös tiedotteita!

www.luustoliitto.fi ja www.salonsyty.fi



SALON MUISTIYHDISTYKSEEN VOIT OLLA YHTEYDESSÄ KAIKISSA MUISTIIN LIITTYVISSÄ ASIOISSA

Tietoa, ohjausta, neuvontaa! p. 044 333 7853

Järjestämme erilaista toimintaa muistisairautta sairastaville henkilöille, pariskunnille, muistisairaana läheiselle sekä aivoterveysten ylläpidosta kiinnostuneille.

Muistikuntoutus päiväpaikassa muistisairautta sairastaville p. 044 031 9872.

SALON MUISTIYHDISTYS
Turuntie 21, 24240 Salo
muistiyhdistys@muistisalo.fi
www.muistisalo.fi
[facebook.com/muistisalo](https://www.facebook.com/muistisalo)



**Salon
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen



SALON INVALIDIT ry

Salon Invalidit ry on invalidiliiton jäsenyhdistys

Olet tervetullut mukaan toimintaamme, jos olet itse fyysisesti vammainen tai harvinaissaira henkilö, omainen tai läheinen tai invalidiliiton toiminnasta kiinnostunut. Invalidiliitto ja sen jäsenyhdistykset ovat sinua varten. Invalidiliitto ja sen jäsenyhdistykset tarjoavat sinulle

- Vertaistukea ja yhdessä oloa
- Koulutuksia ja seminaareja
- Neuvontaa ja tietoa
- Liikuntaa ja urheilua
- Oikeuksien puolustamista

Invalidiliitto edistää ja kehittää fyysisesti vammaisten ja toimintaesteisten henkilöiden mahdollisuuksia osallistua, liikkua ja elää täysipainosta elämää.

Yhdistyksen toimitilat sijaitsevat Muurlassa, Vähä-Rytköntie 14.

Yhdistyksen kerhoillat ovat tiistai-iltaisina klo 16-19.

Yhdistys tukee jäsentensä osallistumista harrastuksiin, tapahtumiin sekä liikunta- ja kilpatapahtumiin.

Lisäksi liittymällä Invalidiliiton jäsenyhdistykseen saat kahdeksan kertaa vuodessa ilmestyvän IT-lehden.

Jäsenyhdistykseen voi liittyä joko varsinaiseksi jäseneksi tai kannatusjäseneksi

Tervetuloa yhdistyksen jäseneksi

Puheenjohtaja Pirjo Virtanen p. 050 354 5392



**INVALIDI
LIITTO**



**helppo
liikkua**



Lounais-Suomen Lihastautiyhdistys ry

Lihastautiteja sairastavien ja heidän läheistensä etujärjestö Lounais-Suomessa

puh. 02 251 8550 ma-ke klo 9-12
www.lslly.fi

Salon lihastautikerho

yhteyshenkilö Eeva Anttila
sp.eeva.anttila@luukku.com



AVUSTAJAKESKUS
www.avustajakeskus.fi

välittää vapaaehtoisia avustajia ja avustajia palkkatyöhön liikunta- näkö- ja kehitysvammaisille sekä muistisairaille Salon seudulla

VÄLITYS MA-TO klo 9-12
Ohjaus ja neuvonta klo 13-15
puh. 02-2518549



Salon Kehitysvammaisten Tuki ry

1969-2019

Tekoja jo 50 vuoden ajan

Tavoitteena hyvä elämä!

salonkehitysvammaistentuki@gmail.com

pj. Juha Äyräs 050 599 8522
vpj. Kirsi Kautto 050 412 9994
siht. Liisa Sirkkiä 050 524 3246

YHDENVERTAISUUS
EI OLE MAAILMASSA
VALMIINA.
SE VAATII TEKOJA.



Keskusteluapua ja tukea vaikeissa elämäntilanteissa

Kriisikeskus Etappi tarjoaa tukea ongelmista, kriisistä, onnettomuudesta, itsemurhasta tai läheisen kuolemasta selviytymiseen. Kriisivastaanotolla voi asioida yksin, puolison tai perheen kanssa. Kriisikeskukseen voi hakeutua ilman lähetettä. Palvelumme ovat maksuttomia ja meillä voit asioida myös nimettömänä.

mieli Salon kriisikeskus Etappi

Salon mielenterveysseura, Kirkkokatu 10 3. krs., 24100 Salo
Yhteydenotot p. 044 7273 700 (ma-to 10-14, pe 10-13) tai etappi@ssmts.fi

mielenterveysseurat.fi/salo | tukinet.net

TUNTUUKO ARKI HAASTAVALLTA?

Tule juuri sellaisena kuin olet!

Yhdistyksemme tarjoaa:

- ❖ vertaistukea
- ❖ retkiä
- ❖ apuvälineiden lainausta
- ❖ tapahtumia

adhdyhdistys@gmail.com

adhd.salo.wordpress.com

Facebook:

Salon Seudun ADHD-yhdistys



Lounais-Suomen Kilpirauhasyhdistys ry.

Salon vertaistuki-illat kerran kuukaudessa klo 18-20 Salon Syty ry:n tiloissa (kesätauko kesä-heinä-elokuu). Vertaistoimintaa myös Turussa, Loimaalla sekä Uudessakaupungissa.

Vertaistuki-iltojen tavoitteena on ennen kaikkea jakaa tietoa ja kokemuksia ja niiden kautta edistää jaksamista kilpirauhas sairauksiin liittyvien oireiden keskellä.

Jäsenmaksu vuodelle 2019 on 25 € ja sisältää KILPI-lehden 4 numeroa/vuosi. Paikallisyhdistyksen jäsenenä olet myös Suomen Kilpirauhasliiton jäsen.

Tapahtumista ilmoitetaan alueella ilmestyvissä lehdissä sekä SYTY:n ilmoituksissa. Katso myös Suomen kilpirauhasliitto.fi ja fb-sivut.

Yhteystiedot:

puh: 044 0330013

Sähköposti: lskilpi@gmail.com

TUKIPUHELIN:
050 400 6800
Torstaisin 18-21
(suljettu heinäkuussa
ja arkipyhinä)



TOIMINTAAMME OVAT
TERVETULLEITA
KAIKKI jäsenet ja
diabetekseen liittyvistä
asioista kiinnostuneet!

**Tule mukaan – kehitämme omaa
vertaistukea yhdistykseemme,
kurssitus järjestetään Salossa.
Toimitaan yhdessä, kerro toiveitasi...
Luennoilla päivität omaa osaamistasi.**

Katso lisää netistä: salondiabetes.com taikka
Facebookista. Voit soittaa 0400 881 785 tai
sähköpostilla merja.harttio@gmail.com



Kokoonnumme Sytyssä (Helsingintie 6, 24100 Salo) joka
kuukauden 4. keskiviikko klo 18 alk. vaihtuvin teemoin

PELIRINKI kokoontuu aina kerhopäivänä ennen
varsinaista kuukausitapaamista klo 16.30 - 18

VESIVOIMISTELU kahdessa eri ryhmässä. Ke-
vään ryhmät tiistaisin klo 16.15-17 ja torstaisin
klo 17.15-18. Ennakoilmoittautuminen Annelle.

Sihteeri
Kristiina Tuominen
+358 50 5282601
aktuominen@gmail.com

PUHEENJOHTAJA
Kari Lehti
+358 40 7275436
lehtikari50@gmail.com

KUNTOSALIVUOROT
Maanantaisin 17.30 - 18.30
Tiistaisin 14 - 15.30
Keskiviikkoisin 15 - 16

www.salonselat.fi

SALON SEUDUN PSORIASISYHDISTYS



Salon Seudun Psoriasisryhmä on nimensä mukaisesti alueemme psoriaatikoilla ja heidän perheilleen tarkoitettu yhdistys, joka jakaa tietoa psoriasisesta ja tukee jäsenistöään.

Verkkosivut: salonpsoriayhdistys.yhdistysavain.fi

Facebook: Salon Seudun Psoriasisryhmä

Sähköposti: salonpsoriayhdistys@gmail.com

Puh: 045 640 2191



SALON
SYDÄNYHDISTYS RY

...etsii vapaaehtoistyöstä
kiinnostuneita henkilöitä
eri tehtäviin

esim. ♥ hallitustyöskentelyyn kehittämään toimintaamme
♥ ryhmän vetäjäksi ♥ vertaistukihenkilöksi ♥ tai rivijäseneksi
Tehtäviin annetaan koulutusta tarpeen mukaan.
Jos kiinnostuit, ota yhteys pj. Irmeli Leino p. 040 514 8597
tai sihteeri Ulla Sagulin-Lehtinen p. 050 547 0242

TOIMINTAAMME v. 2019

SYDÄNVIKOLLA vk19: **Ke 8.5. Arja Korisevan - konsertti Turun Logomossa**, maksuton kuljetus Salon tori klo 17.30. Lippuja 30€ ja tied. Ulla/050 547 0242
"Unelmien liikuntapäivä" Taival-Tuvalla Veitakkalassa, Vanha Perttelintie 380, yhdessä Salon Samoojien kanssa. Maksuton päätapahtuma koko perheelle: ulkoilua, pelejä, leffuja ja kahvia! Laavulla makkarapaistomahdollisuus! Arpajaiset (€)! Lähtö Salon tori la 11.5. klo 14.30 kimpakyydein tai pyöräillen!

Sydänkerho joka **kk:n 1. ti** klo 13-15 Salon srk.talo

Kädentaitoryhmä **2x kk:ssa** SYTY, Helsingintie 6

Tanssikurssi ja jumppaa joka **pe** Salohalli

Sydänkahvila joka **kk:n 3. to**, kahvila Kultainen Tuoksu, Inkerinkatu 22

Tulossa syksyllä Mielen hyvinvointi -ryhmä, sepevaltimopotilaiden kurssi sydänpotilaille ym.

Tied. sihteeri Ulla Sagulin-Lehtinen p. 050 547 0242



Salon Hengitysyhdistys

Hengityssairaiden ja heidän läheistensä palvelu-, tuki- ja edunvalvontayhdistys

YHDISTYKSESSÄ TARJOLLA:

- Hengityssairaiden vertaistoiminta
- Helava hengityssairaiden lasten ja läheisten toiminta
- Liikunta- ja kuntosaliryhmä
- Kalakaverit

Toiminnasta lisää yhdistyksen toimistosta tai kotisivuilta olemme myös facebookissa.

YHTEYSTIEDOT:

Inkerinkatu 10, 24100 Salo, avoinna tiistaisin klo 16–18
p. 044 7441 524 salo@hengitysyhdistys.fi
www.hengitysyhdistys.fi/salo
puheenjohtaja Jesse Nieminen 041 7963 573

Salon MS-Kerho

Hei, tunnetko olosi väsyneeksi? Puutuuko jalat, kädet? Tuntuuko, että jalka ei nouse enää yhtä ketterästi? Onko silmissä kahtena näkymisen vaivaa?

Jos näitä oireita on, kannattaa mennä tutkittavaksi

Mahdollinen MS- tauti (Pesäkekovettumatauti) löytyy nykyään aika helposti, vaikka sairaus ei ikinä ole mukava, niin saada varmuus asiasta, helpottaa monesti oireita

Meillä Salossa on MS-kerho, jossa toimintaa n. kerran kuukaudessa. Olet tervetullut mukaan, olet sitten itse sairastava tai omainen. Paikkana Sytyn tilat Helsingintie 6. Mukaan pääset ottamalla yhteyttä kerhon toimihenkilöihin. Tervetulleita ovat kaikki sairastavat, omaiset, ystävät tai sairaudesta kiinnostuneet



Tervetuloa
mukaan!

Kerhotoiminta on oiva paikka ja tapa tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia ja heidän omaisiaan

Puheenjohtajana toimii:
Sisko Lupala 0407534936
sisko_lupala@hotmail.com



Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry

Salon Seudun
Paikallisosasto

Palveluasema on avoinna perjantaisin klo 10–12. Olet tervetullut keskustelemaan kaikista syöpään liittyvistä asioistasi mm. hakemukset, tukihenkilötarve, jäseneksi liittyminen.

Lisätietoja www.sspo.net
Salo-Karina: Helsingintie 52, puh. 02 728 1670 (pe klo 10–12, muulloin jätä viesti)

Facebook & Twitter @lssysalo –seuraa meitä!

pj. Katriina Mänty p. 050 538 577
katriinamanty@hotmail.com

Sihteeri Siru Virpi p. 040 741 2736
siru.virpi@gmail.com

*Tuen hakeminen ei ole heikkoutta
vaan itsestään huolehtimista*

Vertaistukea Salossa tarjoavat vertaistuki- ja keskusteluryhmät. *Eturauhasryhmä* kokoontuu Salo-Karinassa joka kuun viimeinen torstai klo 18–20, myös puoliset tervetulleita. *Rintaryhmä* aloittaa syksyisin. *Suolistosyöpäpotilaiden* vertaistukiryhmä kerran kuussa Colores ry kanssa yhteistyössä. Uusi syöpään sairastuneiden ja läheisten avoin keskusteluryhmä aloittaa keväällä 2019.

Tukihenkilövälitys LSSY puh 02 2657619 tai vapaaehtoistoiminta@lssy.fi

Vapaaehtoiset ovat lämpimästi tervetulleita toimintaamme mukaan!

Kaikille avoimet tapaamisillat Salo-Karinassa n. kerran kuussa. Asiantuntijaluentoja vaihtuvin teemoin.



SALON REUMAYHDISTYS RY

www.salonreumayhdistys.fi

Salon Reumayhdistyksestä
Tietoa ja Vertaistukea!

Yhdistyksessä kokoontuu

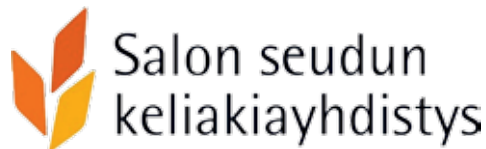
- Vertaistukiryhmiä:** nivelrikko-, sidekudossairaiden-, nivelreuma-, fibromyalgia- ja reumalasten ja vanhempien ryhmä.
- Vesivoimistelu- ja liikuntaryhmät**
- Kaikille avoimia ryhmiä:** Virikeryhmä, HyväOloryhmä, kirjapiiri ja kuukausikerho

OTA ROHKEASTI YHTEYTTÄ,
TULE MUKAAN.

Jäsenasianhoitaja Tanja Söderström, p. 050 352 5473
jasenasiat@salonreumayhdistys.fi

Puheenjohtaja Margit Laine p. 040 581 0763
puheenjohtaja@salonreumayhdistys.fi

Olemme myös Facebookissa.



**Salon seudun
keliakiayhdistys**
Keliakikkojen edunvalvoja Salon seudulla
Gluteeniton elämä on meille arkielämää
Ota yhteyttä ja tule mukaan toimintaan

La 25.5. Koko perheen matka Fazerin tehtaalle Vantaalle. Lähtö klo 9.30 Salon torilta. Tutustuminen Fazerin tehtaaseen jonka jälkeen siirtyminen Helsingin keskustaan, omaa vapaata toimintaa Jokainen ruokailee omatoimisesti. Lähtö Helsingistä takaisin Saloon klo 16. Hintaan 20 €. Sitovat ilmoittautumiset 10.5. mennessä Sirkalle 050 546 4466. Maksu yhdistyksen tilille FI34 5410 0220 0724 28.

La 13.7. tulossa HUIPPU mahdollisuus. Järjestämme retken Kemiönsaaren Storfinnhovan Gårdiin, saunominen metsäkylän savusaunassa ja illallinen metsäkylässä.

Hinta 60 €/jäsen ja 65 €/ei jäsen. Hintaan sisältyy bussimatkat, saunominen savusaunassa ja ruokailu. Lähtö klo 12 Salon torilta. Ilmoittautumiset 10.4. mennessä Sirkalle 050 546 4466. Maksu yhdistyksen tilille FI34 5410 0220 28. Retken toteutuminen edellyttää 52 hlön osallistumista, varaa paikkasi jo nyt.

050 546 4466

www.salo.keliakiayhdistys.fi • salo.keliakiayhdistys@gmail.com

Tavoitat meidät myös Facebookissa



Kuuloliitto on jäsenyhdistystensä muodostama sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestö, jolla on myös kuntoutustoimintaa. Liiton visio on, että yhteiskunta on kuulovammaiselle esteetön ja saavutettava. Toiminnan arvoja ovat yhdenvertaisuus, suvaitsevaisuus ja ihmisläheisyys.

Salon Kuuloyhdistys ry

Salon Kuuloyhdistys Kuuloliiton jäsenyhdistyksenä pyrkii toiminnassaan toteuttamaan Kuuloliiton visioita. Yhdistyksen kuukausitapaamiset pidetään kevätkaudella Salon seurakuntatalossa, Kirkkokatu 6, Salo. Syyskaudella SYTY:ssa. Kaikille avointa kuulolähipalvelua tarjotaan SYTY:n toimiloissa, Helsingintie 6, Salo. Työkäisten kuulo-vertaistukiryhmä, Hornintie 5. 24800 Halikko. Ikäkeskus Majakka.

Tarkemmat tiedot löydät jäsentiedotteesta, Salon kaupunkitiedotteesta ja Salonjokilaako-lehdestä sekä yhdistyksen www sivuilta: www.salonkuuloyhdistys.yhdistysavain.fi ja FB-sivuilta <https://www.facebook.com/salonkuuloyhdistys/>

Jäsenmaksu vuodelle 2018 on 20 € varsinainen jäsen ja 10 € perheenjäsen. Jäsenmäärä n. 280. Jäseneduista saat tietoa kuukausitapaamisissa taikka sivustosta www.kuuloliitto.fi

Myös yhdistyksen järjestämien matkojen ja retkien osalta jäsenyys huomioidaan hinnan alennuksena matkan kohteesta ja hinnasta riippuen.

Tervetuloa jäseneksi ja mukaan toimintaamme!

Yhteystiedot:

Ulla Virtanen, puheenjohtaja, 040 573 2785, ulricatuuli@gmail.com

Anne Nummi, jäsenasioiden hoitaja, 0400 672 007, anne.nummi@hotmail.fi

<http://turunpy.parkinson.fi/>



Turun seudun Parkinson-yhdistys ry



Salon Seudun Parkinson-kerho

Vertaistapaamiset Salossa joka kuukauden toisena perjantaina klo 14-16 Syty ry:n tiloissa, Helsingintie 6. Ohjelmassa asiaa, viihdettä sekä vertaistukea **Kerhopäivät 2019:** 11.1, 8.2, 8.3, 12.4, 10.5 sekä 13.9, 11.10, 8.11 ja 13.12. Liikuntaryhmät kokoontuvat viikottain Salossa ja Perniossa (kysy Tuirelta).

Tervetuloa tutustumaan toimintaamme!

SALO: pj Jarmo Virtanen, puh 044 053 5246 jarmo.virtanen.46@gmail.com
sihteeri Tuire Aaltonen puh 040 753 0974 tuireaaltonen@hotmail.com
på svenska, in English: Anne Hoikkala tel 040 485 3760
ahkimito1@gmail.com



Soita, niin kerromme lisää.

Vertaistukea vailla vertaa!
Kerhomme tarkoitus on ikävän karkoitus!



Salon SYTY ry:n jäsenyhdistykset

- Endometriosisyhdistys ry
- Finfami - Salon Seudun Mielenterveys-omaiset ry
- L-S Allergia- ja Astmayhdistys ry
- L-S Kilpirauhasyhdistys ry
- L-S Lihastautiyhdistys ry
- L-S SYLI ry
- L-S Syöpäyhdistyksen Salon Seudun Paikallisosasto
- Mielenterveysyhdistys Salmi ry
- Perniön – Särkisalon Sydänyhdistys
- Salon AVH –kerho
- Salon Diabetes ry
- Salon Hengitysyhdistys ry
- Salon Invalidit ry
- Salon Kehitysvammaisten Tuki ry
- Salon Klubitalo ry
- Salon Kuuloyhdistys ry
- Salon Kuurot -kerho
- Salon Luustoyhdistys ry
- Salon Mielenterveysseura ry
- Salon MS-Kerho
- Salon Muistiyhdistys ry
- Salon Näkövammaiset ry
- Salon Reumayhdistys ry
- Salon Seudun ADHD –yhdistys (FB)
- Salon Seudun Keliakiayhdistys ry
- Salon Seudun Munuais- ja Maksayhdistys ry
- Salon Seudun Parkinson-Kerho ry
- Salon Seudun Psoriasis-yhdistys ry
- Salon Sydänyhdistys ry
- Suomen Kipu ry / Salon aluejaosto
- Suomen Nivelyhdistys ry / Salon Nivelpiiri
- Suur-Salon Selkäyhdistys ry
- Särkisalokotiyhdistys
- Turun CP-Yhdistys ry
- Turun Seudun Epilepsia-yhdistys ry
- Turun Seudun Nivelyhdistys ry
- Turun Uniyhdistys ry/ Salon uniryhmä

Toimistolla Sinua palvelevat...

Toiminnanjohtaja Eija-Riitta Hilska eija-riitta.hilska@salonsyty.fi 0400 752 611	Yhdistystoiminta (vanhenpäävapaan sijaisuus) Marika Suuronen marika@salonsyty.fi 040 356 2016	Tilaemäntä Sirpa Syväjärvi tilaemanta@salonsyty.fi	Yhdistysassistentti Päivi Vigg paivi@salonsyty.fi 044 765 3822	ATK-neuvoja Jarmo Lylyoja atk-pysakki@salonsyty.fi	Toimistoemäntä Sirpa Kanerva syty@salonsyty.fi 044 777 8250	Yhdistystoiminta/ ATK-vastaava Aki Peltoniemi aki.peltoniemi@salonsyty.fi 044 555 0938
--	--	---	---	--	---	---

Vanhenpäävapaalla Hanna-Majja Virtanen

Missiomme on:

Yhdistyksemme ovat elinvoimaisia ja yhteistyökykyisiä hyvinvoinninedistäjiä.

MA, KE ja PE 9–15 • TI ja TO 9–18
Lomailamme: 24.6.–31.7.2019

Helsingintie 6, 24100 Salo
0400 752 611
toimisto@salonsyty.fi



Salon
SYTY
ry
www.salonsyty.fi

Hyvinvointipiste Linjuri 1 vuotta!

Marika Suuronen

Salon Linjurissa jo vuoden toiminut Salon kaupungin terveystieteiden Hyvinvointipiste on saavuttanut paikkansa salolaisessa terveydenhuollossa.

– Asiakkaat ovat löytäneet palvelun hyvin ja influenssarokotuksiakin Hyvinvointipisteellä on annettu 2441 kpl, pisteen terveydenhoitajista **Mari Jokiranta** ja **Sanna Elovaara** kertovat hymyillen. – Asiakkaille on iso etu, että tänne pääsee ilman ajanvarausta. Asiointi on sujuvaa ja nopeaa.

Neljän terveydenhoitajan tiimi pyörittää pisteen toimintaa antaen ohjausta ja neuvontaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen ja antavat rokotteita. Verenpaineen voi jokainen käydä mittaustamassa omamittauspisteessä. Lisäksi tiimiin kuuluu terveydenedistämisen yhdyshenkilö **Sari Sirkelä**, joka on tiimissä tukemassa toiminnan suunnittelua. – Suunnitelmat ovatkin jo käynnissä ja kaikkea mielenkiintoista on luvassa tulevalle vuodelle. Järjestämme teemoja ja tapahtumia terveyteen ja hyvinvointiin liittyen. Näistä lisää tietoa kaupunkitiedotteesta,

kaupungin nettisivuilta sekä kaupungin facebook-sivuilta, terveydenhoitajat kertovat.

Terveydenhoitajien työpäivät Hyvinvointipisteellä ovat hyvin vaihtelevia ja monipuolisia. – Työ on erilaista kuin terveysasemilla ja on ollut ammatillisesti virkistävää olla kentällä asiakkaiden parissa tehden erilaista työtä. Tämä vaati aluksi totuttelua tuttuihin työtapoihin. Välillä on kiire, välillä taas rauhallisempaa, he kertovat. Kaikenlaisiin kysymyksiin on vuoden aikana saanut vastata. – Anttilaa on etsitty ja kaivattu, linja-auto aikatauluista kysytään ja kerran tänne meinattiin tuoda leipomon kakut, jotka toki olisivat meille toki kelvanneet, he nauruskelevat.

Hyvinvointipisteellä on myös paljon vierailuvia tähtiä, kuten kaupungin vanhus- ja sosiaalipalvelut ja liikuntatoimi sekä Sytyynkin kuuluvia potilas- ja vammaisyhdistyksiä. – Yhteistyö potilasjärjestöjen kanssa on sujunut hyvin. Olemme oppineet jokaiselta yhdistykseltä uutta ja osaamme ohjata asiakkaita yhdistysten pa-



Hyvinvointipisteessä toimii neljän terveydenhoitajan tiimi. Mari Jokiranta, Sanna Elovaara, Noora Mäki ja Jaana Ainen.

riin. Toivottavasti yhdistyksetkin ovat saaneet tätä kautta enemmän näkyvyyttä toiminnalleen.

Salon Luustoyhdistys on Hyvinvointipisteellä säännöllisesti. – Jopa kuumikymmentä kävijää on käynyt tuon neljän tunnin aikana, kun olemme siellä olleet, kertoo **Aino Män-**

nikkö. – Keskustelemme siellä ihmisten kanssa ja vastaamme kysymyksiin, hän jatkaa. Hyvinvointipisteessä on hyllytilaa eri yhdistysten esitteille. Usein yhdistysten vapaaehtoismijat antavat myös muiden kuin oman yhdistyksensä esitteitä. – Jaamme esitteitä sen mukaan, mitä kävijä

tarvitsee ja annetaan vinkkejä, hän jatkaa. Olemme myös jakaneet yhdistyksen jäsenlomakkeita ja saaneetkin juuri uuden jäsenen sieltä kautta.

Linjurin Hyvinvointipiste on saanut kehuja myös sijainnista. Pisteelle on helppo tulla ja parkkipaikkakin löytyy helposti.

Hyvinvointipisteen 1-vuotissyntymäpäivää juhlitaan työn merkeissä kabvitellen ti 16.4.2019 klo 10–18.

Myös yhdistyksiä on tulossa silloin enemmänkin paikalle kertomaan toiminnastaan.

Attendo omaishoitajille

Attendo tarjoaa palveluita myös omaishoitajille. Jos haluat viettää lyhyen hengähdys hetken arjesta, kysy meiltä intervallipaikkaa läheisellesi.

Tai jos tarvitset tilapäistä asumista esimerkiksi sairaalasta pääsyn jälkeen tai pysyvää hoivakotipaikkaa odotellessa, me autamme.

Luonnollisesti kauttamme saat myös kaikki muut ikäihmisten asumispalvelut.

Soita ja sovi tutustumiskäynti!

Attendo Tupuri
hoivakoti sinua lähellä



Tiedustelut

Susanna Korte
p. 044 494 3780 tai
susanna.korte
@attendo.fi

Attendo

Tunnelmapaloja





ELÄMÄNMAKUINEN RUNO-TRÄP

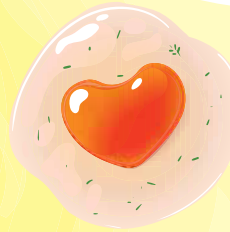
Kuntoilu auttaa ja ruokakin maistaa
kun tossua toisen eteen laittaa.
Aamulla puuro, muna, mehu, leipä, maito
siitä se terveys alkaa aito.
Flavonoidi, speltti ja kauraryyni,
näillä on jokaisen mieli aina tyyni.

Riisi, pasta sekä perunoissa voi
lounasta ennen aina mielessä soi.
Vihannekset myös tekee vatsalle hyvää
marjat sekä hedelmät tuo energiaa syvää.
Iltapäivänokoset kun vielä tulee perästä
kehon koko meno on kuin raudanlujaa terästä!

Naurujooga tai kirjapiirit
niissä pärjää myös tuuliviirit.
Laulu myöskin on lajeista parhain
siihen voi ryhtyä jo aamulla varhain.
Yhteinen kahvittelu tai pelihetki
hauskoja ovat kuin kevätretki.

Kaikkea hyvää myös ystävät antaa
kun jokainen hymy mukanaan kantaa.
Nauraa haasteista selvitä voi
kun yhteinen sävel sydämissä aina soi.
Iloa, riemua, mukavaa aikaa
tässä hetkessä on elämän taikaa!

-Vappu Valoisa (Kati Urho)





Vertaisena vaikuttamassa

Salon SYTY järjestää muutaman vuoden tauon jälkeen taas vertaistukihenkilöiden peruskurssin. Kurssi on tarkoitettu kaikille niille, jotka ovat kiinnostuneita vertaistoiminnasta. Kurssi ei edellytä vertaistukihenkilönä toimimista vaan kurssille voi tulla tutustumaan aiheeseen ja asiaan tarkemmin. Päätöksen voi tehdä kurssin jälkeen, onko vertaistukihenkilön tehtävä sinua varten. SYTYn

järjestämä peruskurssi on tarkoitettu kaikille potilas- ja vammaisyhdistysten jäsenille sairaudesta tai vammasta riippumatta. Kurssi sopii myös niille, jotka eivät toimi yhdistyksissä.

Kurssilla tutustutaan vapaaehtoistyön ja vertaistoiminnan käsitteisiin, perehdytään vertaistukihenkilön edellytyksiin ja ominaisuuksiin sekä oikeuksiin ja velvollisuuksiin. Kurssin jälkeen tiedät erilaisista

vertaistoiminnan muodoista ja merkityksestä. Vuorovaikutus- ja kuuntelemisen taito on kurssilla isossa roolissa. Oma jaksaminen ja omien rajojen asettaminen on tärkeää kaikille vapaaehtoisille, mutta erityisesti vertaistukihenkilöille. Kurssilla käydään läpi kaikkia niitä asioita, jotka ovat yhteisiä sairaudesta tai vammasta riippumatta. Lue ilmoittautumisohjeet erillisestä mainoksesta ja tule rohkeasti mukaan!

Henkilökohtainen apu – elämän mahdollistaja

Henkilökohtaista apua haetaan kunnan vammaispalvelusta. Sen tarkoitus on edistää vamman/pitkäaikaisen tai etenevän sairauden johdosta välttämättä ja toistuvasti toisen henkilön apua tarvitsevan henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena. Tarkoituksena on myös poistaa ja ehkäistä vammaisuuden aiheuttamia esteitä.

Kunta voi järjestää henkilökohtaista apua työnantajamallilla, palvelusetelillä tai ostopalveluna. Asiakkaalla säilyy itsemääräämisoikeus ja valinnanvapaus avustamisen sisällä, ajankohdan ja avustavan henkilön suhteen.

Työnantajamallissa henkilökohtainen avustaja on vammaisen henkilön työntekijä. Salo käyttää Avustajakeskuksen Tuettu työsuhte -palvelua, jolloin työnantajana toimiva vammaisen henkilö saa halutessaan Avustajakeskuksesta apua lakisäätöihin toimiin sekä ohjausta ja neuvontaa.

Haastattelimme henkilöitä, joille on sairaudesta tai vammasta johtuvan toimintakyvyn pysyvän aleneman johdosta myönnetty henkilökohtaista apua. Miten he kokevat henkilökohtaisen avun vaikutuksen omassa elämässään.

Elena, 27

Pari vuotta sitten minulle, kuten kenelle tahansa, tuli halu aloittaa itsenäinen elämä ja muuttaa omaan asuntoon. Henkilökohtaisella avulla on ollut suuri merkitys itsenäisen asumisen onnistumisessa. Avustajani toimii minulle tarvittaessa käsinä ja jalkoina niissä kodinhoidollisissa tehtävissä, jotka itseltäni eivät onnistuisi. Niinkin helpossa asiassa kuin roskapussin viennissä, avustajasta on suuri apu. Arjen

rutiinit ovat avustajan myötä helpottuneet. Avustajan kanssa uskaltaudun rohkeammin lähteä liikkeelle kodin ulkopuolelle. Koen henkilökohtaisen avustajan johdosta välttämättä ja toistuvasti toisen henkilön apua tarvitsevan henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena. Tarkoituksena on myös poistaa ja ehkäistä vammaisuuden aiheuttamia esteitä.

Jouko, 64

Sairauteni on hiljalleen alentanut toimintakykyäni ja siksi oli tullut arkuutta lähteä ennen mieluisiin harrastuksiin kodin ulkopuolelle. Yksin lähteminen ei innosta, jolloin helposti valitsin kotiin jäämisen. Henkilökohtaisella avulla on ollut erittäin positiivinen vaikutus elämäni, arjesta on tullut taas aktiivisempää. Sillä, että avustajan kanssa synkkaa hyvin, on iso merkitys. Olemme osallistuneet viikoittaisiin karaokeiltoihin, sairauteeni liittyviin vertaistapaamisiin ja serkkutapaamiseen. Olen myös päässyt jälleen nauttimaan koripallojen mukaansa tempaavasta tunnelmasta. On mukavampi osallistua, kun on mukana henkilö, jonka tietää avustavan tarvittaessa. Aina ei avustajan kanssa lähdetä minnekään, vaan istutaan ja jutellaan, juodaan kahvit ja pelataan erä Trivial Pursuitia tai lauletaan parit karaokekappaleet.

Aila, 65

Meistä moni haluaa tehdä asioita itse vaikka väkisin. Kynnys ottaa apua vastaan on hyvin korkea. Vielä korkeampi kynnys on avata ovensa vieraille ihmiselle ja päästää hänet oman yksityisen reviirin sisälle. Apua olisi kuitenkin parempi ymmärtää pyytää ajoissa. On todettava, että arkielämä on avustajan työpanoksen myötä helpottunut. Ja koska saan apua arkirutiineihin, jaksan nyt käydä esimerkiksi säännöllisesti kuntosalilla.

Heikki, 41

Henkilökohtainen apu mahdollistaa osallistumisen ja vaikuttamisen. Avustajan avulla pääsen osallistumaan minua kiinnostaviin tapahtumiin ja arjen askareisiin, kuten kaupassa käyntiin. Näkövammaisena avustaja on minulle silmät, joten pystyn osallistumaan vaikkapa pienten lasten kanssa ulkoiluun ja tekemään asioita heidän kanssaan. Avustajan avulla pystyn itsenäisesti tekemään asioita, mihin heikon näkökykyäni puolesta en yksin pystyisi. Henkilökohtainen apu antaa minulle myös mahdollisuuden vaikuttamiseen, koska saan tietoa paikallisista, minua koskettavista asioista avustajan lukemana.

Jaana, 56

Avustajillani on ollut suuri vaikutus osallisuuteeni! Saattaisin olla päätenyt sänkytöksi ilman avustajia. Jo vuosia avustajani ovat olleet minulle vointini mukaan vaihtelevasti milloin käsinä, jalkoina, muistini tukena. Henkilökohtaisten avustajien kanssa organisoimani säännöllinen arjen rakenne on antanut vakaan pohjan elämään, päivittäiset toiminnot ja rutiinit kantavat vähän huonompienkin ajanjaksojen yli. Olen jaksanut avustajan kanssa motivoitua tekemään asioita ja osallistumaan erilaisiin tapahtumiin, jotka tuovat vireyttä ja energiaa elämään. Pienet ex tempore -matkat vievät toimintakyvyltään rajoittuneelta henkilöltä paljon normaalia enemmän voimia. Oman avustajan mukanaolo antaa turvaa ja luottamusta siihen selviämiseen. Toisaalta, vaikka kukkien istutus avustajan toimiessa käsinäni, antaa paljon iloa ja onnistumisen tunnetta. Voisin todeta henkilökohtaisen avun tuella saaneeni elämän takaisin!

teksti **Krista Suosaari**

Vertaistukihenkilöiden peruskurssi

Järjestetään Salon SYTY ry:n toimitiloissa (Helsingintie 6, Salo)

pe 20.9. klo 17–20

la 21.9. klo 10–15 ja ma 30.9. klo 17–20

Kurssin hinta on jäsenyhdistysten jäsenille 15 euroa ja ei jäsenille 30 euroa.

Kurssimaksuun sisältyy valmennus, materiaali, iltapalat ilta-aikaan ja lounas jälkiruokakahveineen lauantaina.

Ilmoittautumiset 15.9. mennessä SYTY:n kotisivuilla: www.salonsyty.fi/ilmoittaudu/ tai Päiville paivi@salonsyty.fi tai p. 044 765 3822



Kaipaatko jo kesää, etkä jaksaisi odottaa sen vihertymistä? Saattaapa hyvinkin olla "kevätväsymystä"! SYTYn ToimintaTorstait piristävät kyllä – niitä tarvitaan vain yksi viikossa!

Isotimppa

Yhdessä tekemällä,
toisia kuunnellen
rakennetaan meille kaikille hyvä Salo.

Tulevaisuus tehdään nyt!

SDP
www.sdpsalo.fi

VILPAS TAISTEELE MESTARUUDESTA SALOHALLISSA!

VILPAS

TULE NAUTTIMAAN VAUHDIKKAASTA KORISVIIHTEESTÄ!

MATSIT JA LIPUT
WWW.VILPASVIKINGS.FI

Vammaiskorttia kannattaa hakea!

Tunnethan jo EU:n Vammaiskortin? Vammaiskortti on kätevä osallisuuden apuväline, jolla voit helposti osoittaa, että tarvitset apua tai tukea vapaa-ajan palveluissa ja tapahtumissa Suomessa ja ulkomailla. Kortin voi saada tietyillä olemassa olevilla päätöksillä. Osalla päätöksistä korttiin voi saada myös A-merkinnän, joka todentaa avustajan tai tukihenkilön tarpeen. Tällä hetkellä kortteja on haettu jo noin 6000 kappaletta ja Vammaiskorttikohteitakin on jo yli 200 ympäri Suomea.

Positiivisia käyttökokemuksia on jo nyt paljon

Vaikka Vammaiskortti on ollut käytössä vasta muutamana kuukaudena, monet uudet kortin käyttäjät ja palveluntarjoajat ovat kokeneet kortin hyödylliseksi: ”Ollaan käytetty korttia elokuvissa sekä kesäteattereissa. Hieno asia, ei tarvitse lääkärin kirjoittamaa lausuntoa enää kuljetella mukana.”



Osku Timonen on yksi ensimmäisistä kortin käyttäjistä.

”Elokuviin ja uimaan on nyt mukavampi mennä avustajan roolissa. Ei tule itselle eikä kassatädille sellainen olo, että olisi ns. pummilla liikenteessä.”

”Olen reissanut paljon ulkomailla ja korttia näyt-

tämällä olen päässyt jonojen ohi ja avustaja on päässyt aina mukana maksutta.”

Kaikissa Vammaiskorttiin liittyvissä kysymyksissä kannattaa olla yhteydessä Vammaiskorttitoimistoon.

Puhelinpalvelumme on auki maanantaisin ja tiistaisin klo 9–12 ja keskiviikkoisin klo 12–15 numerossa 0800-122 533. Meihin saat yhteyden myös sähköpostilla osoitteessa vammaiskortti@kvps.fi.

Katri Malte-Colliard.

Miten haen korttia?

Ensin sinun kannattaa tarkistaa, oletko oikeutettu hakemaan EU:n Vammaiskorttia.

Lista päätöksistä löytyy osoitteesta www.vammaiskortti.fi.

Kortin hakeminen tapahtuu kahdessa vaiheessa: 1) Kelaan toimitetaan ensin Vammaiskortin tilauslupalomake. Kela tarkastaa, että sinulla on korttiin oikeuttava päätös ja avaa korttitilauksesi verkkoon.

2) Täydennät itse tai tukihenkilösi kanssa tilauksesi verkossa. Tässä vaiheessa verkkojärjestelmään lisätään valokuva, joka voi olla itse otettu. Korttitilaus (10 €) maksetaan verkkopankissa ja kortti tulee postissa kahden viikon kuluessa.

Miten ilmoittaudutaan Vammaiskorttikohteeksi?

Vammaiskorttikohteeksi voivat ilmoittautua kaikki palveluntarjoajat, jotka haluavat kehittää palveluitaan saavutettavimmiksi.

Useimmiten Vammaiskorttikohteissa avustaja pääsee maksutta mukaan silloin kun kortissa on A-merkintä.

Lisätietoa Vammaiskorttikohteeksi ilmoittautumisesta osoitteessa www.vammaiskortti.fi

Pitopastantti
Lounasravintola * Pitopalvelu

p. (02) 735 1455
Haarlantie 4, Perniö
www.pitopastantti.fi

Sannamaija,
p. 0400 942 702
sannamaija.kannari@netti.fi

Lounea

RE-LAI ky

AKUPUNKTI
0400 637 991 Minna

PERUSHIERONTA
TRIGGERKÄSITTELYT
KINESIOTEIPPAUKSET
FASCIAKÄSITTELYT

Naviculare
JALKATERAPIAKESKUS

Jalkaterapeutti
Riikka Syrjälä

Raatihuoneenkatu 3,
24100 Salo
P. 02 7311 250,
044 3384 291

ENERGIATALO
JÄRVI
www.energiatalojarvi.fi

MM Market
PERNIÖ JA PAIMIO

**KOTOISA
KAHVILA**

Papu
Erikoiskahvit
Kotileivonnaiset
Keittolounas

Salontie 7, Perniö
040 5290 789

Turvallista asumista ikäihmisille

Esperi Hoivakoti Tiilipuisto tarjoaa hyvää hoivaa ja turvallista asumista sekä vakituiseen että tilapäiseen tarpeeseen Salossa. Meillä käy myös palveluseteli!

Kysy lisää: 050 323 5337

Esperi

**PUHELIN
PATE OY**

Matkapuhelin- ja tablettihoolto

Turuntie 12, 2. krs, Salo (käynti Katrineholminkadulta)
045-1511 668
www.puhelinpate.fi
Ma, ke, pe 10-17 ja ti, to 10-18
asiakaspalvelu@puhelinpate.fi

Puhelin Pate Oy

Juhlal palvelu Marja Kankare

Loistavat tilat juhlaillallisiin, perhejuhliin tai kokousten pitoon. Menu tarjoillaan makusi mukaan!
Onnistuneet juhlat järjestää.

Juhlal palvelu Marja Kankare Oy
(02) 733 6198
Gsm 044 078 0357
Perniöntie 11, 24100 Salo
www.marjakankare.net

TAKSI- JA TILAUSLIKENNE SÄRKINEN OY

Turvallisesti perille, yksin tai yhdessä... Joonas 0400 602 077
Milla 0400 980 472

Taksi 1+4
Taksi 1+8 inva
Pikkubussi 16 + inva
Linja-auto 49 + inva

joonas.sarkinen@gmail.com
taksisarkinen.fi

”Luodaan edellytykset aktiiviselle ja arvokkaalle vanhuudelle”

- Jokaisen ikääntyneen tulee päästä kuntoutuksen piiriin.
- Omaishoitajien arvokasta työtä on tuettava riittäväillä palkkioilla, palveluilla ja vapailla.
- Eläkeläisköyhyyden torjunnan on oltava poliittisen päätöksenteon keskiössä.

47 SAKU SDP
EDUSKUNTAVAALIT 2019

www.sakunikkanen.fi



Tarvitsetko pitopalvelua?
Teemme niin pienet kuin isotkin tarjoilut yksilöllisesti juuri Sinulle.

#ostasalosta
#handmade
vuodesta 2017

Teijo Catering
www.tejocatering.fi
050-592 9301

Koodilla "syty-19"
10% alennus yli 100€ tilauksista



TALON MIESPALVELU
A. MÄÄTTÄ

Ystävällistä palvelua
vuoden jokaisena päivänä

- laadukkuus • palvelualltius
- täsmällisyys • ahkeruus

Puh. 040 751 0793 Asko Määttä
www.talonmiespalvelumaatta.fi asko@talonmiespalvelumaatta.fi

Teematorstait 2019
klo 12-14
Sytyn tiloissa

4.4. Pelitorstaissa tuttuun tapaan Rummikub, SkipBo, MustaKuula ja korttipelejä

11.4. Yhteislaulu ja musavisa Kim Engblomin johdolla

18.4. Kiirastorstaina Pääsiäisen perinteet -teema

25.4. (poikkeuksellisesti klo 12-15) Invalidiliiton Tule-klubi, joka on osa Invalidiliiton TuleApu - tukea ja tule-terveyttä apuvälineenkäyttäjille 2018-2020 -hanketta. Vetäjinä Invalidiliiton Maarit Honkasola ja Hanna Solja

2.5. Pelit

9.5. Yhteislaulu

16.5. Kulttuuriteemassa Näkkäreiden näytelmäkerho esittää "Voi Vanhanakin Haaveilla"

23.5. Teemana Asahi terveysliikuntaa Auli Suorannan ohjauksessa. Asahi sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille. Se on yksinkertaista, kokonaisvaltaista ja tehokasta terveysliikuntaa, joka auttaa ihmistä kohentamaan terveyttään ja elämänlaatuaan.

30.5. Helatorstai - SYTY suljettu

6.6. Pelit

Keskiviikkona 12.6. kevätkauden viimeinen yhteislaulu Salon torilla kello 12-14 Nicken ja Jukan johdolla.

Teematorstait jatkuvat elokuun toisena torstaina 8.8. jolloin poikkeuksellisesti vuorossa pelit.

Koko elokuun ohjelma normaalirytmistä poiketen viikon jäljessä.
8.8.2019 pelit, 15.8.2019 yhteislaulu, 22.8.2019 kulttuuri ja 29.8.2019 liikunta.

MARJAANA MÄNKÄRI

Maatilayrittäjä,
kaupunginvaltuutettu
eduskuntaan.

Astetta vaikuttavampi
kotimaisuuden
puolustaja.

75

Keskusta
marjaanamankari.fi

Salon SYTY ry
kiittää rahoittajiaan
ja muita yhteistyö-
kumppaneitaan
sekä lehden ilmoittajia

TUETTU VEIKKAUKSEN TUUDILLA

salon

Kannatusjäsenet:

- Design Hill
- Kuninkaantien Apteekki
- Salon Fysioterapia Oy
- Salon Metaelektro Oy

HJ-RENKAAT

Henkilö- ja
pakettiautojen
renkaat

Jukka 044 095 5878 hj.renkaat@gmail.com
Metalantie 2, 25500 Perniö

**PERNIÖN FYSIOTERAPIA-
JA KUNTOKESKUS**

- Fysioterapia • Ryhmäliikunta
- Kuntosali • PhysioPilates

Fysika.fi
Haarlantie 2, Perniö • info@fysika.fi
p. (02) 735 7101, 040 500 6797

OIKIA

Taloushallinnon Ratkaisutoimisto

Info 050 434 2413, www.oikia.fi

**KULJETUKSIA PAIKALLISESTI
JO YLI 60 V. AJAN**

KATUHAUKKA.fi

Säästöpankki
auttaa aina.

www.saastopankki.fi/varaa-aika

MADE IN SALO

RAKENNUS-JÄRVI

UUSI KERROSTALO HUIPPUPAIKALLE!
ASUNTO-OSAKEYHTIÖ SALO
Kirkkokatu 14, Salo vapaat huoneistot:

2h+k+sauna	48,5 m ²	velaton hinta alk. 175.000 €	1 kpl
3h+k+sauna	52,5 m ²	velaton hinta alk. 189.000 €	2 kpl
2h+k+sauna	55,5 m ²	velaton hinta alk. 189.000 €	1 kpl
3h+k+sauna	55,5 m ²	velaton hinta alk. 206.000 €	2 kpl
3h+k+sauna	83,5 m ²	velaton hinta alk. 286.000 €	1 kpl

NÄIN TEHDÄN HYVÄ TALO:

- talo ja huoneistot suunnitellaan käytännöllisiksi ja toimiviksi
- perustus paalutetaan ja talon runko tehdään betonista
- talo varustetaan nykyaikaisella tekniikalla
- valitaan kestävä materiaalit
- rakennustyö tehdään huolellisesti ja ammattitaitoisesti

ALANKO 60.

www.alanko.net

ALANKO
KIINTEISTÖNVALITYS
Turuntie 9, 24240 Salo | puh. (02) 777 1700

**Ei oo vuodet veljeksiä,
tavallansa talvet kulkee,
SYTYstä saat ystäviä,
kroonikot se yhteen sulkee.**

**Taikka yli todennuksen,
vaivaa toisten kysymättä,
avata voit SYTYn uksen,
siellä et jää ystävättä.**

**Yhdistysten toiminnasta
löytyy kyllä kiinnostusta.
Oivallusten poiminnasta
kasvaa uutta innostusta.**

**Koska vain - ja takki ylle,
sijainti on keskustassa,
vaikka päiväkävelyllä;
yksin et oo murhettumassa!**

Isotimppa

LÄHDE BUSSIMATKALLE!

SOKKOMATKA 60€, ti 9.4. ja la 11.5.
KAHDEN PÄIVÄN SOKKOMATKA 145€, 8.-9.7.2019
TALLINNA PÄIVÄMATKAT ECKERÖ LINE ma 27.5. 50€
MATKA KARJALAAN, SORTAVALA,
PETROSKOI, KÄKISALMI YM. 30.6.-4.7.2019, 540€
PÄÄSIÄISMARKKINAT SU 14.4. HÄMEENLINNA LEIVINTUPA, sis.
ruuan. 45€/aik., 20€/4-14v
LAAJOKI KESÄTEATTERI "LIIKA VIISAS" 28.7.2019
sis. ruuan ja väliaikakahvit 55€
BENGTSKÄR MAJAKKA MA 5.8.
sis. ruuan ja kahvit, opastus, laivamatkat, 84€/aik., 42€/4-14v
SAARISTON RENGASTIEN KIERROS YHDESSÄ PÄIVÄSSÄ,
MA 17.6., TO 22.8., 60€/aik ja 30€/4-14v

Varaukset Tomi Laine 040 5433 413
SALON TILAUSMATKAT.fi
Vastuullinen matkanjärjestäjä Salon Matkatoimisto Oy

Kaikkille matkoille
pääsee Someron
torilta, Perniön
abc:ltä ja Salon
Matkatoimistolta
kyytiin.

**VIKING GRACE RISTEILYT
TUKHOLMAAN TURUSTA JA
KULJETUKSIN ERI PUOLILTA SALOA.**
alk. 28€/29€/hlö/2hh
iltalähdöt
ke 24.4., ma 3.6., ti 1.10.,
ma 11.11., ma 18.12.,
lisäksi piknikristeily ke 11.12.
sis. a.joulubuffet ruokailun,
alk. 48€/hlö

**KANSANTANSI- JA
MUSIIKKIFESTIVAALIT
ETELÄ-VIROSSA**
18.-21.7.2019, 298€/hlö/2hh
Kubija kylpylähotelli, bussi mukana

SYYSVÄRIEN ISLANTI
20.-24.9.2019,
1.298€/hlö/2hh, lentäen

ITÄMEREN KIERROS
19.-25.9.2019,
798€/hlö/2hh, bussi mukana

BERLIINIIN JOULUMARKKINAT
7.-10.12.2019,
568€/hlö/2hh, lentäen

SALON MATKATOIMISTO
Paikkoja rajoitetusti. Ei toimitusmaksuja.
Bussin kyytiin: Salo, Kisko, Suurmusajärvi, Perijäla,
Kuusjoki, Hoikka, Parnio, Muura, Perniö, Teijo, Somero,
Pikköjärvi, Koski, Olla, Marthila, Tarvasjoki, Sommatli, Lojja
KERRO MEILLE MATKATUUNNITTELUKSI JA KIRJOTUSLAINNE
Hämeentie 37, Salo
Puh. 02 7316 316, ark. 9-17
www.salonmatkatoimisto.fi

SYTYN SANOMAT 2019

Julkaisutoimikunta:
Kauko Lindholm,
Pirjo Virtanen, Päivi Vigg,
Heikki Rämö, Eija-Riitta
Hilksa, Marika Suuronen

Kannen kuva:
Marika Suuronen; mukailtu
Terttu Vainion maalausta

Painos: Julkaisua
painetaan 24 000 kpl ja
se jaetaan osoitteettomana
alueen talouksiin.

Taitto ja kuvankäsittely:
Salon Seudun Sanomat Oy,
asiakaslehdet

Painopaikka:
Salon Lehtitehdas



Arkeen Voimaa ryhmätoiminta

Kärsitkö pitkäaikaissairaudesta, yksinäisyydestä, työttömyydestä tai jostain muusta arjen sujuvuuteen vaikuttavasta haasteesta? Onko sinulla sairastava omainen?

Tule mukaan Arkeen Voimaa -ryhmään!

Ryhmässä puhutaan mm. kivun ja uupumuksen hallinnasta, mielialan laskun

itsehoidosta, terveyttä edistävistä syömisestä, arkiliikunnasta, unesta, rentoutumisesta ja vuorovaikutustaidoista. Ryhmässä harjoitellaan mm. päätöksentekoa, ongelmanratkaisua sekä oman toiminnan suunnittelua arjen haasteiden helpottamiseksi ja oman hyvinvoinnin edistämiseksi.

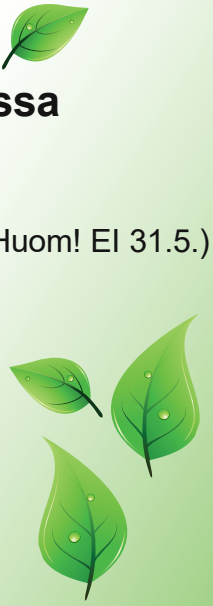
Ryhmää ohjaavat koulutetut vertaisohjaajat. Osallistuminen on maksutonta.

Vuoden 2019 Arkeen voimaa -ryhmät kokoontuvat Salon Syty ry:n tiloissa, osoitteessa Helsingintie 6 seuraavasti:

- 3.5.–14.6. perjantaisin klo 10–12.30 (Huom! EI 31.5.)
- 6.9.–11.10. perjantaisin klo 10–12.30
- 25.10.–29.11. perjantaisin klo 10–12.30

Lisätietoja ja ilmoittautumiset:

Katja Marjanen
katja.marjanen@salo.fi
044 772 3556



Mustakuula K (I,A,S,L,T,T,I,E)



Mustakuula A (M,S,E,I,V,K,T,O)



Mustakuula P (E,S,Ö,P,R,N,I,Ä)

Musta kuula

Tässä lyhyet ohjeet pelaamiseen ja pisteytykseen:

Muodosta kuulien kirjaimista sanoja. Mustan kuulian kirjain tulee olla joka sanassa ja se voi olla missä kohtaa sanaa tahansa. Pistettä saa hyväksytyin sanan kirjain = yksi piste.

Sanojen tulee olla perusmuodossa olevia selkeästi suomenkielisiä sanoja. Myös erisnimet hyväksytään, mukaan lukien Suomessa yleisesti tunnetut yritysnimet. Murren sanoja ei hyväksytä.

Yhdeksän kirjainta sisältävä hyväksyttävä sana antaa kaksinkertaiset pisteet.

Salon SYTY:n ATK-Pysäkki

ATK-Pysäkki on neuvontapalvelu kaikille ja erityisesti senioreille.

ATK-Pysäkillä saat neuvoja tietokoneiden ja mobiililaitteiden käytössä.

Autamme myös uuden laitteen hankinnassa.

ATK neuvontaa saa maanantaista perjantaihin. Neuvonta toimii pääsääntöisesti ajanvarauksella ja neuvonta on ilmaista.

ATK-opastaja, Jarmo Lylyoja
atk-pysakki@salonsyty.fi

Tiedustelut ja ajanvaraukset:
aki.peltoniemi@salonsyty.fi
tai puhelimitse 044 555 0938

Salon
SYTY
ry
www.salonsyty.fi



Salon Syty ry:n hallitus 2019

Kauko Lindholm
Puheenjohtaja
kauko.lindholm@gmail.com

Maija Iltanen
maija.iltanen@hotmail.com

Pirjo Virtanen
pirjo.virtanen47@gmail.com

Heikki Rämö
heikki.t.ramo@gmail.com

Lasse Lehtiö
lasse.lehtio@gmail.com

Leila Mustonen-Laine
leimu52@gmail.com

Satu Suominen
salonpsoriyhdistys@gmail.com

Varajäsenet
Juha Kalevo
juhakalevo@gmail.com

Tauno Nikander
tauno.nikander@seutuposti.fi

Eija-Riitta Hilska
Hallituksen sihteeri
eija-riitta.hilska@salonsyty.fi

Salon
SYTY
ry
www.salonsyty.fi



PALKKA.FI -KOULUTUS

Tulorekisterin mukanaan tuoma ilmoittamisvelvollisuus on helppo hoitaa palkka.fi:n kautta.

Sinä, yhdistystoimija, tule kuulemaan ja keskustelemaan palkka.fi:n käytöstä yhdistysnäkökulmasta. Miten yhdistys hyötyy palkka.fi:n käytöstä? Kuinka suorittaa palkkiot ja kulu- ja matkakorvaukset kätevästi palkka.fi:n kautta? Meitä neuvoo taloushallinnon ratkaisutoimisto Oikia oy:stä asiantuntija Riikka Laakio.

Keskiviikkona 17.4.2019 klo 17.30

Salon kaupungintalon valtuustosalissa Tammessa.

Ilmoittautuminen salonsyty.fi/ilmoittaudu tai SYTYn toimistoon paivi@salonsyty.fi tai p. 044 765 3822 viimeistään 12.4.2019.

Koulutuksen järjestää Salon SYTY ry yhteistyössä Ykkösakselin Yhdistyslaturin ja Salon kaupungin kanssa.





Mukana hyvässä elämässä®

Tukena Paulinpuisto

– uusi palveluyksikkö Saloon



Ympäri vuorokautinen asumispalvelu kehitysvammaisille ja erityistä tukea tarvitseville ihmisille

Tukena Paulinpuisto valmistuu loppuvuonna 2019 ja palvelutoiminta alkaa tammikuussa 2020. Paulinpuistossa on kolme kotiryhmää, joissa kussakin on yhteistila ja 6 asuntoa. Ylimmässä kerroksessa on neljä asuntoa. Pohjakerroksessa on kaikkien asukkaiden käytössä jakelukeittiö, pesula, uima-allas ja ryhmätila. Talossa on esteettömän asumisen mahdollistava hissi.

Kiinnostuitko? Ota yhteyttä Jere Metsähonkalaan, puh. 040 740 5509 tai laita sähköpostia info@tukena.fi, niin kartoitetaan yhdessä palvelutarpeen.

Kunpa kaikki olisi mutkatonta kuin OP-mobiilissa.

Mobiiliavain - ei avainlukulistaa
Sormenjälkitunnistus - ei turhia tunnuslukuja

Lataa OP-mobiili käyttösi omasta sovelluskaupastasi.

Palvelun tarjoaa Osuuspankki



OP Lounaismaa

