

Hei,

luet Aksonin tiedotetta 5/2016. Kesä on loppuillaan ja syksy tekee tuloaan.

Tänään 5. Syyskuuta vietetään kansainvälistä Selkäydinvammapäivää!

ISCOs (International Spinal Cord Society) on lanseerannut jokavuotisen päivän, jonka tarkoituksena on jakaa selkäydinvammattietoutta ja -tuntemusta sekä vaikuttaa asenteisiin. **Ennaltaehkäisy on paras hoitokeino!** Selkäydinvaurioita aiheuttavat tapaturmat ja sairaudet. Tapaturmaisen selkäydinvamman saa Suomessa vuosittain yli sata henkilöä. Sairaudet aiheuttavat vähintään saman verran selkäydinvammoja. Suomessa on selkäydinvammaisia arviolta 3 000–5 000. Viimevuosina selkäydinvaurioita on syntynyt erityisen paljon keski-ikäisille tai vanhemmille henkilöille kotona ja mökeillä tapahtuvissa tapaturmissa, kuten kaatumisissa, kompastumisissa tai putoamisissa. Aikaisemmin tyypillinen, tapaturmassa selkäydinvaurion saanut henkilö on ollut nuori mies, joka vammautuu liikenneonnettomuudessa. Kun selkäydin vaurioituu, viestien kulku aivoista selkäydintä pitkin muuttuu tai loppuu vaurion tasosta alaspäin. Vauriossa ylä- ja alaraajojen sekä vartalon lihasten voima ja toiminnat heikkenevät tai puuttuvat kokonaan. Myös erilaiset tuntoaistimukset (kosketus, kipu, syvä, asento, liike, lämpö, kylmä ja värinä) heikkenevät tai puuttuvat vaurion tasosta alaspäin. Kun vaurio on kaulaytimessä, siitä seuraa nelirajahalvaus, tetraplegia (ylä- ja alaraajat). Rinta- ja lannerangan vaurioissa syntyy vartalon tai vain alaraajojen halvaus, paraplegia. Lisätietoa päivästä (mm. videoita) voit katsoa SCI DAY -sivustolta (sivusto on englanniksi) osoitteesta <http://www.worldsciday.org>



Aksonin edellisessä tiedotteessa kerrottiin jäsentietojen päivityspyynnöstä sekä kyselystä, jolla on tarkoitus kehittää järjestön toimintaa. Kuten suurin osa on varmasti huomannut, sähköinen palvelu ei toiminutkaan ongelmitta ja pahoittelemme jäsenistölle koitunutta harmia. Ongelmat on nyt korjattu ja jäsenille, joilla on rekisteriin ilmoitettu sähköpostiosoitte lähetetään lähipäivinä sähköposti, jossa on käyttäjätunnus sekä salasana. Näiden avulla pääsee päivittämään/ tarkastamaan jäsentiedot sekä vastamaan kyselyyn. Jäsenet, joilla ei sähköpostia ole käytössä, ovat saaneet kirjeitse päivityspyynnön sekä palautuskuoren. **Muista siis päivittää tietosi ja vasta kyselyyn 25.9.2016 mennessä!** Arvomme tietojen päivittäneiden sekä kyselyyn vastanneiden kesken yllätyspaketin. Voittajalle ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Jäsentietojen päivityspyyntö on osa Aksonissa tapahtuvaa sähköisten palveluiden kehittämistä, jolla varmistetaan tiedotuksen saavutettavuus. Kyselyllä haluamme kuulla jäsentemme ajatuksia Aksonin toiminnasta ja samalla haluamme jäsenistöltä kaikki kehittämisideat, olivat ne millaisia tahansa. Kyselyn vastaukset vaikuttavat Aksonin tulevien vuosien toimintasuunnitelmiin sekä Raha-automaattiyhdistyksen avustuksen käyttöön. Haluamme yhdistyksenä tuottaa palveluita jäsenille ja jäsenten ääntä kuullen. Joten päivitä tietosi ja vaikuta vastaamalla muutamaan kysymykseen!

KOKOUSHKUTSU

SYYSKOKOUS LA 19.11.2016 Uusi Domus, vammaisjärjestöjen tilat, Tampere (klo 12.00-14.00)

Selkäydinvammaiset Akson ry:n syyskokous järjestetään lauantaina 19.11.2016 Tampereella (Uusi Domus, vammaisjärjestöjen tilat, Pellervonkatu 9, 33540 Tampere). Kokous alkaa klo 12.00 ja päättyy viimeistään klo 14.00 (ilmoitathan osallistumisestasi järjestösihteerille ke 16.11.2016, jotta osaamme varata tarpeeksi kahvia ja tarjottavaa). Kokouksessa valitaan vuoden 2017 hallitus. Jos olet kiinnostunut vaikuttamistyöstä aktiivisen järjestön hallituksessa, niin tule mukaan toimintaan! Jos sinulla on asia, jonka haluat ottaa esille syyskokouksessa, tulee esitykset ilmoittaa hallitukselle kuukautta ennen kokousta eli viimeistään 18.10.2016. Tule siis mukaan ja vaikuta järjestön tulevaisuuteen! Kokouksen asialista lähetetään kuukautta ennen kokousta jäsenille. Kokouksen asialista sekä mahdolliset liitteet lähetetään jäsenille loka-marraskuun aikana. TERVETULOA!

TULEVAT TAPAHTUMAT 2016

Seminaarien ja muiden tapahtumien tarkemmat ohjelmat, aikataulut, paikat ja mahdolliset muutokset löytyvät Aksonin nettisivuilta www.aksonry.fi

SENIORIT 55V+ -SEMINAARI TO 13.10.2016 Siilinjärvi (klo 11.00-16.00)

Ikää tulee, olenko valmis? Apuvälineasiat, fysioterapia, vanheneminen, mielenvirkeys, ennaltaehkäisy, unelmat ja monet muut asiat usein tulevat ja menevät ajan kuluessa eteenpäin. Pitäisikö tulevaa miettiä enemmän. Miten haluaisin, että asioitani hoidetaan, jos en itse enää ymmärrä tai pysty? Mitä pitäisi ennakoida, kun oma lanattu vielä leikkaa? Mihin olisi hyvä perehtyä vai annanko elämän virran viedä? Makuja on monia kuten tapoja huolehtia omista asioistaan. Tule kuulemaan eri asioista ja niiden toimeenpanosta senioriseminaariin Siilinjärvelle Kunnonpaikkaan. Vielä ei ole liian myöhäistä....

Aika: Torstai 13.10.2016 klo 11.00-17.00

Paikka: Kylpylähotelli Kunnonpaikka (Jokiharjuntie 3, 70910 Vuorela)

Hinta: 20€/henkilö (hintaa sisältää lounaan sekä kahvit)

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: Ilmoittautumiset ke 28.9.2016 mennessä move@aksonry.fi tai

p. 050 371 5400. Ilmoitathan osallistujien nimet, osoitetiedot, puhelinnumerot, sähköpostiosoitteen sekä mahdolliset ruoka-aineallergiat

Ohjelma:

11.00 Tervetuloa!

11.10 Apuvälineet - kun voimat hiipuu tai tilanteet muuttuvat, Haltija Oy

12.00 Ruokailu ja tutustuminen Haltijan apuvälineisiin

13.00 Edunvalvonta - mitä se tarkoittaa, Heikki Saastamoinen Itä-Suomen Maistraatti

13.30 Unelmoin ja haaveilen, Tiina Siivonen

13.45 Testamentti - miten toteutan ja tarvitsenko lakimiestä, Matti Reinikainen Kolari&co

14.30 Mielenvireyttä - ukulele soikoon, Juuso Happonen

15.00 Päiväkahvi

15.30 Fysioterapeutin mietteitä vanhenemisesta, Jorma Liukkonen

16.00 Päivän päätös

aurinkoisin syysterveisin,

Anni Täckman, järjestösihteeri
p. 050 329 7899, anni.tackman@aksonry.fi

Janne Koskinen, puheenjohtaja
p. 050 543 6680, pj@aksonry.fi

Ville Vuosara, vertaistukikoordinaattori
p. 050 371 5400, move@aksonry.fi

Niina Kilpelä, varapuheenjohtaja
p. 0400 258 896, niina.kilpela@gmail.com

YHTEYSTIEDOT

Selkäydinvammaiset Akson ry
Mannerheimintie 107, 3.krs
00280 HELSINKI
p. 050 329 7899, toimisto@aksonry.fi

www.aksonry.fi
www.facebook.com/aksonry
www.facebook.com/moveprojekti

Yhteistyössä:

