

Terveisiä Forssan Seudun Hengitysyhdistyksestä!

Hyvää alkanutta vuotta 2025 ja kiitos kun olet jäsenemme!

Hienoa, että olet mukana yhdistyksemme työssä edistämässä hengitysterveyttä sekä hengityssairaiden ja heidän läheistensä elämänlaatua. Tervetuloa mukaan toimintaamme tänäkin vuonna!

Ajantasaiset tiedot tapahtumista löydät yhdistyksemme verkkosivuilta:

www.hengitysyhdistys.fi/forssanseutu

Tässä esimerkkejä tulevasta toiminnasta: tammikuussa jatkamme ohjattua kuntosaliryhmää joka maanantai Viihdeuimala Vesihelmessä Forssassa. Tuemme lisäksi jäseniämme omaehtoisia käyntejä Vesihelmessä max 8 kertaa kuukaudessa. Asahi-tunteja järjestetään paloaseman liikuntasalilla kerran viikossa. Tyykihoivon kuntosalivuorot jatkuvat kaksi kertaa viikossa. Pyrimme järjestämään vertaistuki-iltoja ja etäkatsomoita ajankohtaisista aiheista Yhteisötilalla ja/tai Ystävänkamarilla.

Kesäisin pelaamme mölkkyä Kirkkopuistossa ja jatkamme virkistyspäivien viettoä Valijärven saunalla. Pyrimme pitämään saunailtoja myös Ruostejärven saunalla.

HEHKU-ryhmä uniapneaa sairastaville ja heidän läheisilleen käynnistyy Forssassa keväällä 2025. Ryhmä kokoontuu keväällä 28.1., 18.2. ja 11.3. kello 17.00–18.30. Ryhmään voi osallistua Ystävän Kammarilla tai etänä Teamsin kautta. Linkin saat ilmoittautumisen jälkeen sähköpostilla. Ryhmä on maksuton eikä edellytä yhdistyksen tai liiton jäsenyyttä. Lisätiedot ja ilmoittautuminen 21.1.2025 mennessä: matleena.aitasalo@hengityслиitto.fi tai 044 407 7058.

Jäsenmaksuihin ei ole tullut muutoksia. Vuoden 2025 jäsenmaksut ovat seuraavat: varsinainen jäsen 22 €, toissijainen jäsen 22 €, perheenjäsen 15 € ja nuorisojäsen 15 €.

Jos olet ilmoittanut Hengityслиittoon sähköpostiosoitteesi, saat säännöllisesti Hengityskirjeen. Toivomme myös yhdistyksen puolesta, että päivität sähköpostiosoitteesi joko meille tai Hengityслиittoon, näin saamme tiedotettua tehokkaammin ja säästämme postikulut muuhun toimintaan. Saat myös Hengitys-lehden neljä kertaa vuodessa.

Seuraa toimintaamme kotisivuillamme ja paikallislehtien yhdistys-palstalla. Tiedotamme Sinua myös tekstiviestein ja sähköpostilla tilanteesta riippuen.

Syyskokous on valinnut uuden hallituksen seuraavaksi kaksivuotis kaudeksi. Puheenjohtaja Sirkka-Liisa Ilvosen lisäksi uusia hallituksen jäseniä ovat Hanna Mutka, Anu Nummenpää, Merja Oksanen ja Tuula Vuorenpää. Hallituksen jäseninä jatkavat Petri Hakala, Merja Heikkilä, Terhikki Heinonen ja Sinikka Kivivuori.

Hyvää ja aktiivista hengitysterveellistä vuotta 2025

Forssan Seudun Hengitysyhdistys ry