

Hyvä Ylä-Kainuun Hengitysyhdistyksen jäsen

Kiitos, kun olet mukana yhdistyksemme työssä edistämässä hengitysterveyttä sekä hengityssairaiden ja heidän läheistensä elämänlaatua. Kanssasi saamme aikaan enemmän. Tervetuloa mukaan toimintaamme tänäkin vuonna!

Ajantasaiset tiedot tapahtumista löydät Hengityслиiton verkkosivuilta, www.hengityслиitto.fi.

Muutamia esimerkkejä tulevasta toiminnasta: Tammikuulla alkaa sunnuntaisin venyttely-kehonhallinta-jumppa, johon kaikki jäsenet ovat tervetulleita. Yhteistoimintaa toisten yhdistysten kanssa jatketaan järjestämällä yhteisiä retkiä. Vuosittainen Lisäaika liikunnalle -tapahtuma toteutetaan lokakuussa.

Kerro toiveistasi ja anna meille palautetta, niin osaamme paremmin järjestää kaikille soveltuvaa toimintaa. Soita, lähetä sähköposti tai tule rohkeasti tapahtumissa juttelemaan kanssamme.

Vuoden 2024 tapahtumia:

- Jumpparyhmä kokoontui kevään ja syksyn aikana yhteensä 20 kertaa.
- Liikuntatapahtumat Ruukinkankaalla, ”Hyvää Puhinaa” yhdessä Kainuun Liikunnan kanssa.
- Yhdistys järjesti konserttimatkan Kajaaniin.
- Yhteinen jouluruokailu 2024 oli Herkkusuu-ravintolassa.

Yhdistyksemme toiminnan mahdollistavat vuosittain vapaaehtoistoimijat, jotka huolehtivat muun muassa, retkistä ja muusta perinteisestä toiminnasta. Järjestämme jäsenille suunnattujen tapahtumien lisäksi myös kaikille avointa toimintaa. Tule rohkeasti mukaan tapaamaan meitä yksin tai kaverin kanssa.

Vuoden 2025 hallitus: puheenjohtaja Vesa Heikkinen (puh. 040 821 2866), sihteeri/jäsensihteeri Eija Kemppainen (puh. 040 565 8564), rahastonhoitaja Ahti Veteläinen, liikuntavastaava Seija Juntunen. Muut hallituksen jäsenet: Erja Helttunen, Liisa Juntunen-Laine, Aila Kupiainen, Elsi Kupiainen ja Veijo Laine.

Yhdistyksemme on olemassa jäseniä varten. Kiitos, kun huolehdit jäsenmaksun hoitamisesta ajallaan. Tänä vuonna jäsenmaksumme pysyvät ennallaan ja ovat seuraavat: varsinainen jäsen 22 €, perheenjäsen 11 € ja nuorisojäsen 11 €. Alle 15-vuotias lapsi voi huoltajan suostumuksella liittyä jäseneksi, jäsenmaksua ei peritä.

Yhdistyksen kokouksista ja tapahtumista kutsut lähetetään jäsenille tekstiviestillä. Vuosikokous pidetään jatkossa keväällä ja ilmoitetaan tekstiviestillä, joulukuussa järjestetään pikkujouluruokailu.

Jos et halua tai jos et ole saanut tekstiviestejä ja haluat jatkossa saada viestit, ilmoita jäsensihteerille puh. 040 5658564 tai sähköposti eija.i.kemppainen@gmail.com.

Yhdistyksessämme on Hengityслиiton kouluttama asiantuntija sisäilma-asioissa, Vesa Heikkinen.

Ystävällisin terveisin

Vesa Heikkinen