



Suomen Kurkku- ja  
Suusyöpäyhdistys ry

# UUSI ÄÄNI

KURKKU- JA SUUSYÖPÄPOTILAIDEN TIEDOTUSLEHTI

3  
2013





## KURKKU- JA SUUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEIDEN TIEDOTUSLEHTI

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry on kurkku- ja suusyöpöpotilaiden yhdistys. Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä [www.sivuillamme](http://www.sivuillamme) tai tilaamalla toimistostamme liittymiskaavakkeen ja maksamalla jäsenmaksun 25 €

### YHDISTYKSEN YHTEYSTIEDOT

Suomen Kurkku- ja  
Suusyöpäyhdistys ry  
Kolmas linja 29, 00530 Helsinki  
Puhelin 09 7318 0630 ja  
040 514 6045

Internet: [www.le-invalidit.fi](http://www.le-invalidit.fi)  
Sähköpostiosoite:  
[le-invalidit@kolumbus.fi](mailto:le-invalidit@kolumbus.fi)  
Lahjoitukset:  
Nordea FI19 1745 3000 0827 45

### LEHDEN TOIMITUS

Merja Lindqvist

### TAITTO

Scanetto Oy, Sari Vainio

### PAINO

Savion Kirjapaino Oy

### ILMOITUSHANKINTA

Scanetto Oy  
puh. 09 782 097  
faksi 09 782 092

### KANSIKUVA

Merja Lindqvist

## Sisältö



**6** Sopeutumisvalmennuskurssin seurantajakso Kyyrönkaidassa

**10** Osastojen kuulumisia: Päijät-Häme

Puheenjohtajalta.....	3
Jatko kroniikkaan: Kyyneleitä ja kynn'eleitä, Sairaala kertomus.....	4
Sopeutumisvalmennuskurssin seurantajakso Kyyrönkaidassa .....	6
Osastojen kuulumisia	
Päijät-Hämeen osasto .....	7
Tampereen osasto .....	8
Saimaan osasto.....	9
Uudenmaan osasto .....	10
Osastojen vuosikokoukset.....	11
Osastojen kalenterit.....	12
Periaatteet hoitopäiväkorvauksen suorittamisesta .....	18
Suomen Kurkku- ja suusyöpäyhdistys ry säännöt.....	20
Kurssitoiminta vuonna 2014 .....	22
Etsikää niin te löydätte.....	25
Lomatoiminta vuonna 2014 .....	26



## Joulupuu on (kohta) rakennettu...

” Joulun viettomme alkaa jo toukokuussa, por-  
sailla silloin on herkut suussa” rallatteli Juice ai-  
kanaan kuuluisaksi tulleessa joululaulussaan.

Tuskin meistä kukaan silloin toukokuussa ajat-  
teli joulua, kun koko kesä kaikkine riemuineen oli vielä  
edessä. Mutta laulu jatkui; ”Ja sitten kun koittaa marras-  
kuu...”, niin nytpä alkaakin olla tosi kysymyksessä, pak-  
ko tässä on jo miettiä tulevaa joulua. Lumesta ei kyllä  
ole vielä tietoakaan, mutta eiköhän sitäkin vielä saada  
jouluun mennessä. Paikallisosastojen toiminta on var-  
maan käynnistynyt muuallakin kun meillä täällä Päijät-  
Hämeessä ja pikkujoulut alkavat olla ajankohtainen asia  
itse kunkin kohdalla. Mukavaahan se on, että meillä on  
tällainen valon juhla kuin joulu, tämän syksyn ja talven  
pimeyden keskellä.

Syksyn aikana Kyyrönkaita on isännöinyt erilaisia juh-  
lia ja tapahtumia sekä palvellut satunnaisia matkailijoita.  
Omaa toimintaa on ollut mm. lokakuun lopulla, silloin oli  
yhteinen ”jatkosoppari” eli kesällä kurkun- ja suunalu-  
een syöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä so-  
peutumiskurssille osallistuneiden seuranta jakso. Mar-  
raskuussa järjestetään tukihenkilöiden tapaaminen, joka  
rahoitetaan Suomen Syöpäsäätiöltä saadulla tuella, joka

on lajissaan ensimmäinen. Toivottavasti tapaamisessa  
on runsas ja aktiivinen osanotto. Vertaistukitoiminta ja  
neuvontatyö ovat mielestäni yhdistyksemme tärkeimpiä  
toimintoja, katson sen ylläpitämisen ja jatkumisen välttä-  
mättömänä. Loppuvuodesta odotamme jälleen venäläis-  
vieraita, jotka saapunevat yhtä varmasti kuin muuttolin-  
nut keväällä, toivottavasti myös yhtä runsaslukuisina.  
Vuodenvaihteen jälkeen Kyyrönkaidan vetää henkeä  
ennen uusia koitoksia keväällä.

Yhdistyksen vuosi on kulunut laaditun toimintasuun-  
nitelman mukaisesti ilman mitään suurempia yllätyksiä,  
ei hyviä mutta onneksi ei myöskään huonoja sellaisia.  
Hallitus on kokoontunut vuoden aikana neljä kertaa,  
viimeisenä mainittakoon budjettikokous lokakuun alus-  
sa.

Kiitän kuluneen vuoden työpanoksesta henkilökuntaa,  
hallitusta sekä erityisesti niitä, jotka ovat osallistuneet  
talkoo- ja vapaaehtoistyöhön yhdistyksemme hyväksi.  
Kiitokset myös koko jäsenistölle sekä yhteistyökumppa-  
neillemme, nautitaan alkavasta joulun ajasta ja kerätään  
voimia tulevalle vuodelle.

**OIKEIN HYVÄÄ JOULUA JA ONNELLISTA UUTTA  
VUOTTA KAIKILLE LUKIJOILLE**

Lahdessa 5. marraskuuta 2013

*Tuomo Mikkonen*  
puheenjohtaja

## Vuosikokousilmoitus

**Suomen Kurku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n**  
sääntömääräinen vuosikokous pidetään sunnuntaina 27.4.2014 alkaen  
kello 10:00 Kyyrönkaidan kurssikeskuksessa Ristiinassa.

**Kokouksessa käsitellään sääntöjen määräämät asiat.**



# Jatko kroniikkaan

# Kyyneleitä ja kyyn'eleitä

## Sairaala kertomus.

Kiukkuihin kaikesta, vaikka olin vaikea ihme kyllä sain rakkautta. Olin yhden hengen huoneessa koko sairaalassa olon ajan, olinhan ylittänyt jo useita kertoja sen toisenkin rajan, aika ei kyllä osastolla ollessa koskaan pitkäksi käynyt. Laadin itselleni säännöt, joita olen vieläkin käyttänyt. Vierailijoita kävi onnekseni usein minua katsomassa, sanoivat tullessaan, kiva kun olet olemassa ja elävien kirjoissa. Vaimoani Riittaa ja poikaani Tomia eniten käymään odotin, en ollut vielä kotiin lähtä kunnossa, vaikka kotiin pääsyä vuotin.

Polttokunnan terveiset toi "Heikkosen Eko", olivat kuulleet että Jussilta oli poistettu suusta suuri syöpäkeko. Se oli kovaa aikaa niin minulle kuin ennenkaikkea kaikille rakkaille, nyt oli aikaa kirjoitella muistiin asioita niin itselleni kuin tutuille.

Huoneessani oli ilmankostutin, kosteus melkein maalin seinistä irroitti, mutta kosteus oli kuulemma tärkeää, ajattelin jospa se järkeä kirvoitti. Ilmaa oli tosiasiasa kone päällä paljon helpompi hengittää silloin, kun kone työnsi höyryä ilmaan koko ajan aamuin, päivin ja illoin..

Kotiin kun olin pääsemässä, olin peloissani siitä, entäpä jos en enää riitä? mutta kaikki rupesi sujumaan vaimoni ansiosta paremmin kuin hyvin, oli hyvä olla vaimon kanssa kotona pitkästä aikaa, vaikka itsesääliissä "ryvin" kotona rupesin ruokailemaan suun kautta, ei ollut nenäletkua enää, senkin takia syöminen oli aluksi vaikeaa ja teki ruokailusta tenää. Kiitokset vaimolle joka jaksoi minua syöttää ja energia-juomia juottaa, ruoka oli hyvää, vaimo soseutti kaiken ruuan, voin vaimooni luottaa.

Alkoi olla edessä Kyssillä seitsemän viikon sädehoito kuuri, olin jo kohtalaisessa kunnossa, olinhan viikko sitten tullut kotiin juuri. Sädehoidossa aluksi tehtiin naamarini mukainen kasvonaamio, seuraavaksi tehtiin naamastani valmiiksi suunniteltu hoitokaavio.

Tunsin että kaikki tunnot ja limakalvot sädehoito suustani polttaa, mutta tähän suusairauteen on sädehoitoa pakko saada ja pakko ottaa. Sain myöskin kovat toimivat lääkkeet mieleen ja tähän säteiseen suuhun, jotta edes välillä unohtaisin sairauden ja ajatukset muuttaisin muuhun.

Sädehoito suuhun on tosiaan kokemuksena kova ja hirvittävä juttu, toivon ettei sädehoitoa suuhun tarvitsesi vihemies eikä tuttu. Limakalvot minulta jo ensimmäisillä hoitokerroilla kipeäksi meni, mutta yhtä kaikki, minun parhaakseni kaikki saadut hoidot oli.

Sädehoitoa kesti ainoastaan viisi minuuttia veralla kerralla, silti siinä maatesaansa veralla oli kaikkea hyvää ja pahaa aikaa vertailla. Elämäniloisia olivat kaikki sädehoitoa saavat syöpänsä sairastavat, ja murheista mieltä nämä kaikki ihmiset ihmeekseni vierastivat.

Sain sädehoitoa koko satsin, eli viisikertaa jokaisessa viikossa, seitsämän viikkoa kuljin jalkaisin sädehoitoa Kyssillä saamassa. Painoni putosi vieläkin joitakin kiloja sairaalasta lähdon jälkeen silloin, vaikka yritin ahtaa itseeni kaikkea syötävää ja lisäravinteita päivin illoin.

Energiaruokia ja juomia jouduin väkisin aluksi paljon nauttimaan, syömään, piti pitää jollainen vara ettei ruvettaisi nauvoja kirstuuni lyömään. Kovaa aikaa oli se seitsemän viikkoa vaimolleni ja minulle. Sivullisen olisi helpompi arvioida kumpaa meistä viikot ottivat kovemmalta.

Asuinpaikkani (Puijonlaakso) takia matka hoitokohteeseen oli lyhyt, hoito alkoi jo vaikuttaa, suussani rupesi muuttumaan myöskin tiehyt. Jotasakkiin silleen meni koko kesä ja Elokuu Kyssillä sädehoitoon, rupesin jo miettimään ja uskomaan ja lisää jatkoaikaa toivoon. Sääliitti ihmiset jotka joutuivat päivittäin käymään Kainuusta saakka, viisi minuuttia päivässä usean viikon ajan, se oli aina päivän urakka.

Kävin Kyssillä sädehoitokuurin seitsämänviikkoa loppuun asti, sanon uudelleen että nämä lääkärit ja hoitajat ovat aivan oma kasti. Suuret kiitokset täytyy kaikille Kyssin lääkäreille ja hoitajille antaa, sillä nämä ihmiset sairaille toivoa antaa ja suurta vastuuta kantaa.

Imusolmukkeeni oli kaikki kaulalta leuan alta leikattu, poistettu pois, jottei syöpä enää toivottavasti mihinkään sieltä levitä voisi. Kaula ja suu oli kipeä minulla pitkään eli kaiken aikaa, tuskimpa laulu enää minulta enää koskaan "karakoessa" raikaa.

Kyssillä jouduttiin käymään vuosien varrella monen monta kertaa, vaimo aina mukana avustamassa, ei hänelle löydy mistään vertaa. Annan suuren arvon rakkaalle vaimolleni avustaan minulle, tulisi (olisi tullut) kerrottua kiitos vielä kun oli aikaa useammin hänelle.

Aamulla ja illalla kun kaulaani desinifioitua hengityspuutetta asettelin, tuli kaikkea kauheaa mietittyä, ajateltua ja usein kuin kun tajusin, aattelin, voiko tuo peilissä oleva olento olla minä "Antikaisen Jussi" koska peili vastasi minulle ja tuijotteli tuntematon "Juntikaisen Assi"

Suoraan sanoen minun naamani puusta otetulta apinalta näytti, (anteeksi apinat) mikään ei auttanut, vaikka rasvoja ja meikkejä naamassa käytti. Kipu ja tuska ei ollut korvien välistä hävinnyt, karannut eikä kadonnut, vaimo kyllä oli kannustanut koko ajan, kyllä sinä siitä parannut.

Hienosti sanottua hanurista oli kokonaan minun naamavärkki, mutta lääkärit ja hoitajat vakuuttivat se on paranemisen merkki. Itse säikyin ja samalla vaimoni säikäytin usein ja monta kertaa, vaimoni kannustus ja rauhoittelu, enpä löydä sille mistään vartaa.



Pojankin kanssa asiat alkoivat mennä ja kulkea oikeaan suuntaan, voitiin taas vapaasti jutella ja heittää huulta ja suutaan. En ole uskovainen, mutta rukouksetkin tulivat lisäksi mukaan, rukoilu kosketti mieltä, loi uskoa tulevaisuuteen, ei sitä arvaa kukaan.

Mutta kohta olisi (kielen irroitus) sama rulljanssi taasen edessä, Nautin taas kerran ruokani nenä-mahaletku nenässä.

Tämän kertainen reissu kesti muistaakseni ehkä viikon verran, olinhan taas letku nenässä toisen (toivottavasti viimeisen) kerran. Kerran jotain touhutessani letku nousi nenän kautta mahasta, vedin sitten letkun itse pois, mieshoitaja kutsui lääkärin paikalle, lääkäri katsoi ja lagoonisti totesi, eipähän letkua Jussi enää kaipaile.

Pystyin jo suun kautta ruokaani nauttimaan ja leikkiä toisille lyömään, kohta olikin taas kotiin lähdön aika, ruveta opettelemaan juttelemaan.

Turvotus ei kuitenkaan ruvennut heti laskemaan "nuamasta" kaula ja kaikki oli kipeää ja suukin oli kipeä suun haavoista. Kyssillä jouduin vieläkin juoksemaan monen monta kertaa, mutta olo oli paljon parempi kun kaikkeen edellisiin vertaa. Mielialani oli maassa, ennustukset ja sairaus takoi takaraivossa, kuntoihin ja lenkkeihin päivittäin, kaipa pääkin olisi kohta kunnossa.

Seuraavaksi astui sitten hammaslääkäri ja hammashoitaja vuoroon, taitureita olivat nämäkin lääkärit ja hoitajat, liityin ihailijakuoroon. Minulle oli leikkauksiin yhteydessä laitettu implantit suuhun, implantit oli istutettu titaaniin ja luuhun, onneksi ei umpiluuhun ja puuhun, Kävin hammashoidossa kokeilemassa suuhuni valmistettua siiltaa, sillan tekoon hammaslääkäri oli käyttänyt monta tuskaista iltaa.

Nyt kun oli hampaat suussa, olin naurava ja ikionnellinen, kiitollinen, kaikki nämä nostivat minun itsetuntoani, varmuuttani, siitä olen kiitollinen kaikille lääkäreille ja hoitajille, jotka saivat aikaan tämän muutoksen. Paljon oli erialan ammattilaisia jotka tekivät vielä minusta ihmisen.

Kohta siitä on kulunut kahdeksan vuotta, kun sen kuulla sain, en voinut silloin uskoa että joskus nauraisin ja hynyylisin vain. Hampaat sopi hyvin suuhun, on kuin ne aina olisi suussa ollut, mietin usein kuinka pitkän matkan siitä kauheudesta olen tullut.

En tule koskaan unohtamaan ketään tästä suurenmoisesta joukosta, jotka johtivat minut pois siitä kauheasta ja kamalasta loukosta. Toivon että minun osaltani loppuisi suusyöpä käynnit tähän, voi jos osaisin olla edes kiitollinen kaikille mukana olleille vähän. Kiitos vielä kertaalleen teille kaikille mukana olleille. Aikomukseni on olla tukena ja turvana vastaaville suusairaille.

Käsittääkseni minun suusyöpä on harvinainen koko Suomessa, siksi haluankin olla mukana toisille sairaille henkeä luomassa. Olen antanut nimeni ja haluan olla kannustamassa sairaita, ettei kenenkään tarvitsisi olla juomassa tätä karvasta kalkkia.

Tauti muutti elämäni elämäni kokonaan ja täysin parempaan päin, tupakka, viina ja olut jäi pois, on hauskaa olla selvinpäin. Otan päivän kerrallaan, olen onnellinen, kun hyvin jaksetaan, aamuisin kun herätään, vaimoni kanssa toisiamme kannustetaan.

Tämä kaikki muutti minun loppuelämään suhtautumiseni, isku oli niin kova että se meni yli minun ymmärrykseni. Lopetan tarinani ja kertomukseni kirjoittelun tähän, ottaisi opikseen joku joka lukee ja tuntee kirjoitustani vähän.

Sairaus kun tulee mieleen, niin tarttuiko se kieleen, vai meneekö se kaikkein syvimmälle sydämeen ja sieluun, hyvin jaksettiin kun puhallettiin vaimoni kanssa samaan hiileen.

Rakas vaimoni nukkui ikiuneen ennen minua, vaikka luulin toista, oli sairastellut vaikeita sairauksia silti vaimoni lähti kohti taivasta, en koskaan luullut että näin kävisi, kaikki tuli kuin puun takaa, onneksi sain pitää rakkaimpani kädestä kiinni, kun elämä hiipui pikku hiljaa.

Sairastumiseni jälkeen kutsuja ei ole kuulunut entiseen tahtiin. Osaan pitää hauskaa raittiinakin, ei minua haittaa toisten tekemiset. Häpeä tai uostele en arpija naamassani, kropassani, ne on elämän jäljet arvet mitkä jäi, on sielussani hamaan elämäni loppuun saakka

*Juhani Antikainen, Kuopio*



# Sopeutumisvalmennuskurssin seurantajakso Kyyrönkaidassa

**K**esän molempien sopeutumisvalmennuskurssien yhteinen seurantajakso pidettiin loka-kuun lopulla. Osallistujajoukko oli runsas ja aktiivinen.

Jakson tavoitteena oli tehdä seurantaa siitä miten henkinen, sosiaalinen ja fyysinen kuntoutuminen sekä sopeutuminen tähän elämäntilanteeseen oli edennyt. Toisena keskeisenä pyrkimyksenä oli syventää jo orastavia uusia ystävyys-suhteita ja näin vahvistaa vertaistukiverkostoa.

Sisällöllisesti pääpaino oli mielenterveyden tukemisessa. Pienryhmissä keskusteltiin jaksamisen voimavaroista. Puheterapeutin luennon ja vastaanoton kautta rohkaistiin puheharjoituksiin. Seksuaaliterapeutin luennon teemana oli seksuaalisuus koko elämänmittaisena ominaisuutena.

Näiden kolmen päivän ohjemaan kuului lisäksi mm. ulkoilua, rentoutusta ja allasjumppaa. Vapaa-ajalla saunottiin, pidettiin yhteisiä illanviettoja ja vaihdettiin kesän jälkeiset kuulumiset.

Osallistujilta tuli kiitosta siitä, että kahden eri kurssin, kurkku- ja suunalueen sopeutumisvalmennus, seurantajakso oli samanaikaisesti. Saatiin tietoa toisen syöpämuodon hoidoista ja haasteista. Tämän kaltaisen kurssin merkitys korostuu varsinkin syöpäpotilailla, joiden ulkoinen olemus ja puhe on muuttunut hoitojen seurauksena.

Näiden päivien jälkeen kurssilla olleiden ystäväpiiri laajeni entisestään, yhteystietoja vaihdettiin ja yhteyttä tullaan pitämään myös oman yhdistyksen kautta.

Ohessa on kuvia kurssin päätösillalliselta. Yhteiselle illalliselle osallistui myös samaan aikaan Kyyrönkaidassa talkootyössä olleita henkilöitä.

**Teksti** Merja Lindqvist

**Kuvat** Ossi Haajanen



# Päijät-Hämeen osaston KESÄRETKELTÄ 2013 TALTIOITUA

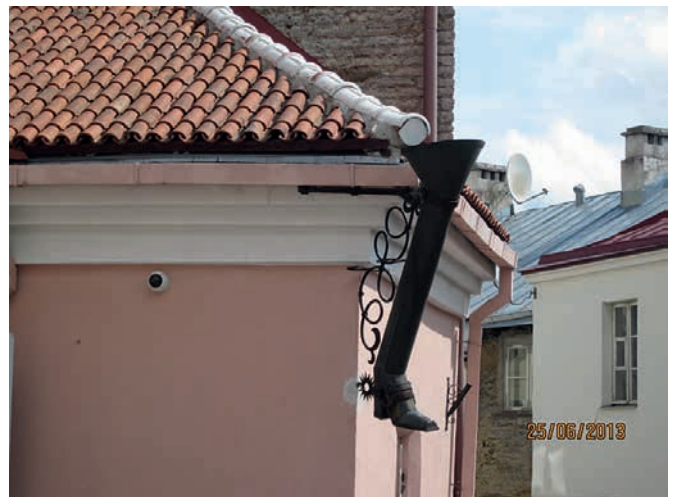
*Päijät-Hämeen osasto teki kesäretken  
Tallinnaan, vietimme siellä meno- ja paluu-  
päivän lisäksi yhden kokonaisen päivän.  
Retki oli kaikin puolin onnistunut.*



► Tämä "Itämeren Impi" oli hiukan vähäpuheinen.....



► Hotellimme sijaitsi idyllisellä kadulla  
aivan vanhan kaupungin sydämessä.



► Matkalla Toompean mäelle, tällä kujalla oli kyltin  
mukainen nimi "Pikk Jalg" (pitkä jalka).



► Viihtyisä oli myös hotellin sisäpiha.



► Toompealle oli eksynyt lasten (ja miksei vanhempienkin)  
suosikki Shrek aaseineen.



► Tämä sisäänkäynti sai houkuteltua meidät syömään.



► Ja sitten alkoikin pohtiminen, "Mitä tänään syötäisiin?"



► Tämän kun olisimme bonganneet ajoissa, niin olisimme varmaan ottaneet kyydin!

Kesää muistellen Tuomo Mikkonen

## Tampereen osasto VIERAILU HÄMEENLINNASSA

**O**sastomme kokoontuu kahdessa paikassa. Pääsimme Eilan kanssa käymään Hämeenlinnassa Kanta Hämeen Keskussairaalan tiloissa, jossa sillä alueella asuvat tapaavat toisiaan puheryhmässä. Matka Tampereelta kestää noin tunnin ja paikalle on hyvät opasteet, joten ensikertalaisinakin osasimme hyvin paikalle.

Meitä oli vastassa Tuula, hän ohjasi meidät tapaamiselle varattuun kokoushuoneeseen, jona toimii ilmeisesti neuvotteluhuoneena oleva tilava huone. Olimme sen verran ajoissa, että kaikki tilaisuuteen saapuvat eivät vielä olleet paikalla, oli hauska nähdä, kun Sisko ja Paul tulivat esikari-ikäisen lapsenlapsensa kanssa. Pikkumies piristi tilaisuutta kuin rusinat pullassa. Myös Tarja kerkesi tapaamiseen, ilmeisesti suoraan töistä.

Ryhmä päätti ensivuoden tapaamisten kalenterin ja Heikki kävi hoitamassa tilan varauksen henkilökunnan kanssa. Paikalla olivat Matti, Tuula ja Hellä, sekä Martti, hän luovutti osaston pikkujoulun arpajaisiin taidokkaasti tehtyjä käsitöitä.



► Kuvassa Martin käsitöitä.

Vapaamuotoisen kahvittelun lomassa keskusteltiin osaston ja osallistujien kuulumisista, jotka varsinkin meille ensikertalaisille oli mukavaa kuultavaa. Tulee mieleen, että joudumme uudessa tilanteessa ja vaikeuksien kohdatessa, usein hakemaan ilon aiheet uudella tavalla.

Käynnistä jäi miellyttävä muisto ja voin suositella alueella asuvia ottamaan osaa näihin tapaamisiin. Vertaisten tapaaminen antaa paljon.

Teksti Ilpo

## Saimaan osasto

**S**aimaa saarineen ja niemineen ulottuu Lappeenrannasta Puumalansalmen kautta Savonlinnaan. Osastomme jäsenet asuvat eri puolilla tätä suurta järveä, joten välimatkat saattavat olla hyvinkin pitkät eri jäsenten välillä. Olemme olleet muutaman vuonna Puumalan Jaakko-markkinoilla heinäkuun lopulla ja niin tänäkin vuonna jo muistoihin jääneenä heinäkuun helteisenä lauantaina. Tunnelma oli korkealla, Eevan neulomat valkeat villasukat oli kysyttyä tavaraa, leivonnaisten kauppa niin hyvin käynyt mutta Kaarinan kokoamat pika-arpajaiset olivat taas vetonaulana. Markkinäväki osti innolla arpoja – josko onni suosii tai ei – taas oli tyhjä... entä tämä kolmas arpa... nyt tärppäsi.... Aika torilla riensi siivillä.

Omaa kesämatkaa emme ole saaneet rakennettua enää muutamaan vuoteen, lähtijöitä on ollut liian vähän. Vuonna 2011 teimme Puumalan eläkeläisten kanssa matkan Naanantaliin, tänä vuonna olimme Kaakkoisrajan Eläkeläisten yhdistyksen matkassa Tuurissa ja Tampereella.

Tuurissa on kaikki niin suurta ja tavaraa on joka lähtöön, Onnenkengässä ruoka oli hyvää. Vesa Keskistä emme nähneet, meille oli kuitenkin järjestetty hyvä ja valaiseva info-tilaisuus paikasta historioineen. Kyllähän sinne muutama kymppi jäi vaikka olin ajatellut että mitään en tarvi – ostinpahan kauniin pöytäliinan ja jotain

► Kuvassa Tuurin ja Tampereen retkelle osallistuneet. Vas. Eeva, Vesa, minä, Airi, Taimi, Ritva ja Kaarina.



► Tällä joukolla olimme torilla, vasemmalta Kaarina, minä, Vesa ja Eeva, kuva otettu Tuurin matkalla.

muutakin. Matkamme jatkui illansuussa kohti Ikaalisen kylpylää, joka oli majapaikkamme. Suuri ja mahtava laitos sijaitsee järven rannalla kauniissa paikassa. Aamun valjetessa suuntasimme Tampereelle. Siellä kiersimme bussilla hyvän paikallisoppaan kanssa kaupunkia ja päädyimme Särkänniemeen. Planetaariossa istuimme pimeässä ja ihastelimme taivaankappaleita, päivä huipentui delfinaarioon. Aivan mahtava esitys!! Taitavat kouluttajat ja viisaat delfiinit, ei voinut muuta kuin taputta niiden tempuille, ihastella ja kummastella.

Vatsaa täytimme suositussa ravintolassa Tammerkosken rannalla. Matka kotia kohti alkoi. Minä jouduin Imatralle vaikka olin kyytiin noussut Puumalasta. No ei ongelmaa, minut tuotiin kotiovelle asti yksityiskuljetuksella.

Kiitos matkaseuralle ja järjestäjille. Oli mukava ja antoisa reissu, kannatti lähteä mukaan!!

**Teksti ja kuvat** MarjaLiisa Markkanen



## Uudenmaan osasto

# STERIPOLAR Oy

### - suomalainen yritys



**O**lemme sairaalatarvikkeiden ja –laitteiden tarjoaja maamme julkisille ja yksityisille sairaanhoidon yksiköille. Toimimme yhdistävänä linkkinä potilashoidon ja tuotteiden kehityksen ja valmistuksen välillä. Toiminta on keskittynyt anestesian ja tehohoidon, kirurgian, korva-, nenä- ja kurkkutautien, gynekologian, haavanhoidon ja hygienian sekä terveydenhoidon tuotteisiin.

Huolehdimme jatkuvalla ja aktiivisella koulutuksella myös tuotteidemme oikeanlaisesta ja turvallisesta käytöstä sekä tuotteen toimivuudesta asiakkaalla.

Näin kertoi Riitta Dahlström Steripolar Oy:n liikeideasta.

Uudenmaan osaston kahdentoista hengen iskuryhmä vieraili Steripolarilla 14.10. Tutustuimme yrityksen uusiin, valoisiin tiloihin Espoossa. Nautimme mahtavan lounaan samalla kun kuulimme tuotepäällikkö Riitta Dahlström'n erittäin mielenkiintoisen esityksen. Hän valotti erikoisesti meidän "alamme" tuotteiden kehitystä ja näkymiä.

Näin "kielimiehelle" oli paljon uutta ja hämmästyttävääkin, miten kehitys kurkunpään totaalileikkauksen hoidon apuvälinearsenaalissa on viime vuosina edennyt. On ilahduttavaa huomata, että on ihmisiä ja yrityksiä, jotka pitävät huolta hyvinvoinnistamme.

Toki tiedämme, että meillä ihmisillä on useita tapoja ilmaista itseämme – mutta etusijalla lienee kyky nimenomaan puheen avulla välittää toiveita, ajatuksia.

Steripolar tekee todella arvokasta työtä etsiessään, tutkiessaan ja markkinoidessaan välineitä, joilla voidaan puhekyky palauttaa ja muutenkin auttaa suun ja kaulan alueen syöpä sairastaneiden lähimmäisten toiminnan edellytyksiä.

Kiitokset vielä miellyttävästä tutustumistapaamisesta! Mukana myös Mikko Kumpu.

**Teksti** Mikko Kumpu

**Kuvat** Ossi Haajanen



# OSASTOJEN VUOSIKOKOUKSET

**ETELÄ-POHJANMAAN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään perjantaina 24.1.2014 kello 12:00 Seinäjoen järjestötalolla osoitteessa Kauppakatu 1, Seinäjoki

**KYMENLAAKSON OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään 27.1.2014 kello 16:00 Kymenlaakson Syöpäyhdistys ry:n tiloissa osoitteessa Kotkankatu 16 B 3. krs, Kotka

**POHJOIS-KARJALAN** osaston sääntömääräinen vuosikokouksen aika ja paikka on avoin, siitä ilmoitetaan Karjalan Heili järjestöilmoituksissa. [www.karjalanheili.fi](http://www.karjalanheili.fi)

**POHJOIS-SAVON OSASTON** sääntömääräinen vuosikokouksen aika ja paikka on avoin, siitä tiedotetaan osaston jäsenille myöhemmin.

**POHJOIS-SUOMEN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään torstaina 13.2.2014 kello 17:00 Aleksinkulman Juhlasalissa osoitteessa Aleksanterinkatu 9, Oulu.

**PÄIJÄT-HÄMEEN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään torstaina 27.2.2014 kello 18:00 Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry:n tiloissa osoitteessa Hämeenkatu 7 A, Lahti

**SAIMAAN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään torstaina 27.2.2014 kello 13:00 Saimaan Syöpäyhdistyksen tiloissa osoitteessa Kauppakatu 40, Lappeenranta

**TAMPEREEN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään lauantaina 22.2.2014 kello 12:00 Voimisteluopisto säätiön kerhohuoneessa osoitteessa Väinölänkatu 2, Tampere

**TURUN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään sunnuntaina 16.2.2014 kello 12:00 Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry:n Toiminta- ja palvelukeskus Meri-Karinan tiloissa osoitteessa Seiskarinkatu 35, Turku (Hirvensalo)

**UUDENMAAN OSASTON** sääntömääräinen vuosikokous pidetään torstaina 6.2.2014 kello 13:00 Paavalin kirkon seurakuntasalissa osoitteessa Sammatintie 5, Helsinki

## Haluatko viettää omatoimisen loman Kyyrönkaidassa

Kyyrönkaidan kurssikeskus sijaitsee kauniilla paikalla kirkasvetisen Kaitajärven rannalla Ristiinassa. Ympärillä on eteläsavolainen, runsas luonto, kirkkaat vedet ja jylhät maisemat. Kohde sijaitsee aivan valtatie 13 varrella, Mikkelistä 35 km hyvien bussiyhteyksien varrella, pysäkillä matkaa noin 200 m.

Vuokraamme mökkimajoitusta 5 hengen huoneistoissa

- mökeissä tarvittava varustus ruoan valmistamiseen
- myös lisävuodemahdollisuus
- huoneistoissa kaksi huonetta, joista pienemmässä on minikeittiö
- varustus: liesi, jääkaappi, mikro, kahvin- ja vedenkeitin

Lomaviikon hinta jäsenille 290 euroa ja muille 480 euroa. Hintaan sisältyy liinavaatteet ja mahdollisuus saunomiseen keskiviikkona ja lauantaina. Lisävuode 20 euroa. Saunavuoroja on myös mahdollista varata tuntiveloituksella.





## ETELÄ-POHJANMAAN OSASTO

Kokoontumiset alla mainittuina päivinä kello 12:00

Kokoontumispaikka

### Seinäjoen järjestöalo

Kauppakatu 1 (toinen kerros)  
60100 Seinäjoki

11.12.2013 kello 12:30 vietetään pikkujoulua  
Ilmajoen Kestikartanossa

*Vuoden 2014 kevään kokoontumisia*

**24.1.** vuosikokous  
**28.8.** ja **4.4.**

TERVETULOA kaikki osastonjäsenet  
sekä muut toiminnastamme kiinnostuneet

### Osaston yhteyshenkilöt

Rauni Käpynen  
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Luomanranta 2 as 23, 60100 Seinäjoki  
0400 363 976  
rauni.kapynen@netikka.fi

Kauko Hintsala  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue  
Selkätie 276, 61300 Kurikka  
040 744 1585  
khintsala4@gmail.com

Raili Iso-Tuisku  
sihteeri, rahastonhoitaja  
Kiikerinkyläntie 219, 60800 Ilmajoki  
050 530 8547  
rituisku@gmail.com

Antti Lehtonen  
yhteyshenkilö, tukihenkilö suunalue  
Kartanotie 2, 62900 Alajärvi  
044 557 5440

## KYMENLAAKSON OSASTO

Osaston kokoontumisista kevätkaudella  
Anita laittaa viestiä kun tiedossa

### Osaston yhteyshenkilöt

Kari Niemi  
puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue  
Riekonpolku 6, 45740 Kuusankoski  
kari.niemi@pp.inet.fi

Pentti Rantalainen  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Rauhankatu 2 A 11, 48100 Kotka  
044 021 2351

Anita Niemi  
sihteeri, tukihenkilö omainen  
Riekonpolku 6, 45740 Kuusankoski  
puh. 040 573 1483  
anita.niemi@pp4.inet.fi

Anja Mauno  
rahastonhoitaja, tukihenkilö omainen  
Hakakuja 3 C 30, 54700 Kuusankoski  
0400 158 574  
kumppari81@suomi24.fi

## POHJOIS-KARJALAN OSASTO

Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voi  
tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.

Kokoontumisien ajankohdat ilmoitetaan  
Karjalan Heili järjestöilmoituksissa ([www.karjalanheili.fi](http://www.karjalanheili.fi))

### Osaston yhteyshenkilöt

Toivo Voutilainen  
Lossikuja 2 B 7, 80160 Joensuu  
puheenjohtaja, tukihenkilö omainen  
044 500 8917

Tomi Karhu  
varapuheenjohtaja, rahastonhoitaja  
040 567 2473  
ruskeakarhu@gmail.com

Kaija Voutilainen  
Lossikuja 2 B 7, 80160 Joensuu  
tukihenkilö suunalue  
040 543 4613



### POHJOIS-SAVON OSASTO

Kokoontumiset joka kuukauden ensimmäinen tiistai kello 16:30

Kokoontumispaikka  
**Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry**  
Kuninkaankatu 23 b  
Kuopio

TERVETULOA!

#### Osaston yhteyshenkilöt

Pentti Leskinen  
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Hiirihaukantie 1 C 33, 70820 Kuopio  
040 555 8905

Antti Kantelinen  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Itkonniemenkatu 3 B 36, 70100 Kuopio  
040 716 5955

Marlis Patja  
sihteeri  
Myhkyrinkatu 4 B 16, 70100 Kuopio  
050 545 3415  
marlis.patja@dnainternet.net

Tellervo Väänänen  
rahastonhoitaja  
Kauppakatu 15 D 17, 70100 Kuopio  
040 540 4226

### KESKI-SUOMEN OSASTO

Toimintaa osaston alueella kehitellään.  
Osastolle kaivataan aktiivisia henkilöitä  
vetämään toimintaa.

Yhteydenotot toimistoon puh. 09 7318 0630

### POHJOIS-SUOMEN OSASTO

Kokoontumiset alla mainittuina päivinä kello 17:00

Kevätkauden tapaamiset:  
Kokoontumispaikka  
Aleksinkulma  
Aleksanterinkatu 9 (käynti sisäpihalta)  
Oulu

*Vuoden 2014 kokoontumiset*

**9.1., 13.2.** vuosikokous  
**13.3., 10.4. ja 8.5.**

Tarjoilun vuoksi muistathan ilmoittaa tulostasi pari päivää ennen tapaamista sihteerille soittamalla tai sähköpostilla.

Jos haluat tavata vertaisiasi, ilmoittele sihteerille.  
Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voi tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.  
Toiveita tapaamisiin voi myös esittää.

TERVETULOA JOUKKOOMME!

#### Osaston yhteyshenkilöt

Eeva Helama  
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
eeva.helama@gmail.com

Sakari Pelkonen  
varapuheenjohtaja  
044 567 245  
sakari.pelkonen@gmail.com

Eija Matero  
sihteeri, rahastonhoitaja  
syöpätautien sairaanhoitaja OYS, KNKT PLK  
08 315 3786, 050 524 0893  
epe.matero@suomi24.fi



## PÄIJÄT-HÄMEEN OSASTO

Kokoontumiset alla mainittuina päivinä kello 18:00

Kokoontumispaikka

**Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry**

Hämeenkatu 7 A

Lahti

*Vuoden 2014 kokoontumisia*

**30.1., 27.2.** vuosikokous

**27.3., 24.4., 30.10.**

Toukokuussa kevään päätöspalaveri  
paikka ja aika avoin

Mahdollinen kesäretki kesäkuussa, kohde ja  
ajankohta päätetään kevään tapaamisissa

Syyskuussa aloituspalaveri,  
paikka ja aika ilmoitetaan myöhemmin

Jokaisessa palaverissa käsitellään ja vahvistetaan  
seuraava tapahtuma, joten läsnäolosi on tärkeä.

### Osaston yhteyshenkilöt

Leo Koivisto

puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue  
03 733 4442

Jukka Purho

varapuheenjohtaja

040 514 2635

jukka.purho@suomi24.fi

Tuomo Mikkonen

sihteeri, rahastonhoitaja, tukihenkilö kurkunalue

040 5188 960

tuomo.mikkonen@nic.fi

## SAIMAAN OSASTO

Osasto järjestää tukihenkilötoimintaa ja virkistystä  
kurkku- ja suusyöpäpotilaille. Virkistystoimintaan  
kuuluvat mm. kesäretket, teatterimatkat ja  
perinteinen pikkujoulu Kyyrönkaidassa.

Osaston vuoden 2013 talousarvioon on varattu  
700 euroa käytettäväksi vuoden aikana  
tapahtuneeseen potilasjäsenten kuntoutukseen,  
kuten fysikaalinen hoito, lymfahoito,  
kylpylämatkojen kuntoutuspalvelut ym.  
Vapaamuotoinen hakemus tositteineen tulee  
lähettää sihteerille 15.2.2014 mennessä.  
Kuulut Saimaan osastoon kun asut Etelä-Karjalan  
maakunnan alueella.

**27.2.2014 kello 13:00** vuosikokous Saimaan  
Syöpäyhdistyksen tiloissa Lappeenrannassa.  
Johtokunta kokoontuu kello 12:00.  
Osasto rahoittaa toimintaansa myyjäisillä ja  
arpajaisilla. Myyjäistuotteet ovat omaa tuotantoa.

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAMME!

Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voi  
tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.

### Osaston yhteyshenkilöt

Vesa Hujala

puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

Mustapäätie 4, 54800 Savitaipale

040 510 1326

vesa.hujala@suomi24.fi

Antti Junnonen

varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

Kaaramakatu 5 as 1, 53810 Lappeenranta

0400 982 256

anttijunnonen@suomi24.fi

Jaana Wilska

sihteeri, rahastonhoitaja, tukihenkilö suunalue

Rantalankatu 4 A 16, 56800 Simpele

050 573 2591

jaanawilska@hotmail.com



## TAMPEREEN OSASTO

Kokoontumiset alla mainittuina päivinä kello 12:00

kokoontumispaikka

**Voimisteluopisto säätiön kerhohuone**

Väinölänkatu 2, Tampere

14.12.2013 kello 12:00 pikkujoulu Cafe Olivia

18.12.2013 kello 13:00 puheterapiaryhmä

(kurkkusyöpä) TAYS

*Vuoden 2014 kokoontumiset*

**22.2.** vuosikokous

**22.3., 26.4., 17.5., 20.9., 18.10. ja 15.11.**

Puheterapiaryhmät kokoontuvat **TAYS:n**

**Foniatrian klinikalla Z5:ssä** parittoman viikon keskiviikkoisin kello 10:30

**Suusyöpä: 15.1., 12.2., 12.3., 9.4. ja 7.5.**

**Kurkkusyöpä: 29.1., 26.2., 26.3., 23.4. ja 21.5.**

Lisätietoja antaa syöpähoitaja Anne Ollgren

puh. 03 3116 5395 (kello 8:00 - 15:00)

Puheterapiaryhmä kokoontuu **Kanta-Hämeen**

**keskussairaalassa** Hämeenlinnassa alla

mainittuina päivinä kello 13:00

**25.2., 25.3., 29.4., 20.5., 23.9., 21.10., 18.11. ja**

**16.12.**

TERVETULOA!

### Osaston yhteyshenkilöt

Jukka Pekkanen

Kooninnotko 10, 35320 Hirsilä

puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

040 563 5732

jude.pekkanen@gmail.com

Matti Nieminen

Nyyrikintie 9 D 31, 33540 Tampere

varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

040 772 0248

Ilpo Jylhä

Haimajärventie 1, 36100 Kangasala

sihteeri

00 558 5563

ilpo.jylha@luukku.com

Marja-Liisa Pekkanen

Lehdistöntie 6, 35300 Orivesi

rahastonhoitaja

050 351 2983

liisa.pekkanen@kotiposti.net

## TURUN OSASTO

Kokoontumiset joka kuukauden toinen maanantai kello 12:00

Kokoontumispaikka

**Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry**

Toiminta- ja palvelukeskus MERI-KARINA

Seiskarinkatu 35

Turku, Hirvensalo

Bussi nro 54 Turun kauppatorin laidalta, päätepysäkki Meri-Karinan parkkialueella 15.12.2013 (sunnuntai) vietetään pikkujoulun merkeissä

*Vuoden 2014 kokoontumiset*

**13.1.** kello 14:00 vieraana korvalääkäri

Alexi Schrey, (huom. aika)

**16.2.** (sunnuntai) vuosikokous

**10.3., 14.4., 12.5.**

**9.6.** kevätkauden päätäiset, kokoonnutaan grillin ääreen

*Tervetuloa kaikki osaston jäsenet ja muut toiminnastamme kiinnostuneet*

### Osaston yhteyshenkilöt

Aino Koivunen

puheenjohtaja, tukihenkilö omainen

Revonkatu 1 as 14, 20760 Piispanristi (Kaarina)

0400 700 386

Jouko Kaatrakoski

varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

Kanslerintie 6 D 92, 20200 Turku

040 482 3290

Merja Lindqvist

sihteeri, taloudenhoitaja

Koulutie 5, 21140 Rymättylä (Naantali)

040 514 6045

merja.lindqvist@le-invalidit.fi



## UUDENMAAN OSASTO

Kokoukset alla mainittuina päivinä kello 13:00

Kokoukset pidetään

**Paavaliin kirkon seurakuntasali**

Sammatintie 5, Helsinki

**12.12.2013** vietetään pikkujoulun merkeissä

Vuoden 2014 kokoukset

**16.1., 6.2.** vuosikokous

**27.2., 20.3., 10.4. ja 8.5.**

Tervetuloa kaikki osaston jäsenet ja muut toiminnastamme kiinnostuneet

### Osaston yhteyshenkilöt

Ossi Haajanen

puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue

0400 258 757

ossi.haajanen@gmail.com

Mikko Kumpu

varapuheenjohtaja, rahastonhoitaja,

tukihenkilö suunalue

045 316 1226

mkumpu@gmail.com

Taru Först

sihteeri

040 725 7076

taru.forst@saunalahti.fi



Rauhallista Joulua &  
Onnellista Uutta Vuotta

toivottaa

Kymenlaakson väki



*Täivaalta sataa hienoista lunta,  
kaunis on joulun valtakunta.  
Lämpö on vallannut ihmismielen  
löytänyt paikan - jouluisen mielen.*

*HYVÄÄ JOULUA JA ONNELLISTA VUOTTA 2014  
Uudenmaan osaston väki*



*Hyvää Joulua ja Onnekasta Uutta Vuotta!  
Toivottaa Pohjois-Suomen Porukka*



*Hyvää Joulua ja  
Onnellista Uutta Vuotta!  
Etelä-Pohjanmaan osasto*

Kyyrönkaidan henkilökunta  
toivottaa kaikille asiakkaille

**Rauhallista Joulua ja  
Onnea Vuodelle 2014!**





## ASIOINTI TOIMISTOLLA JA KYYRÖNK AidAN KURSSIKESKUKSESSA

Toimiston miehitys on toiminnanjohtajan varassa. Asioiden hoito ja työtehtäviin liittyvä osallistuminen ja edustaminen erilaisissa tilaisuuksissa aiheuttavat toimiston jäämisen tyhjilleen. Puhelut kääntyvät matkapuhelimeen mutta vastaaminen ei kaikissa tilanteissa ole mahdollista. Vastaamattomiin puheluihin otetaan yhteyttä heti kun tilanne sallii, aina se ei mahdollista saman päivän aikana.

Turhat käynnit toimiston oven takana vältetään puhelinsoitolla. Toiminnanjohtajan työaika on liukuva ja joustava. Tarvittaessa asiointi toimistolla onnistuu muulloinkin kuin toimistoaikana kun sopii etukäteen. Saapuvat puhelut siirtyvät automaattisesti toimistolta Kyyrönkaidan kurssikeskukseen ja päinvastoin jos numero on varattu tai siihen ei vastata puolen minuutin aikana.

Kyyrönkaidan kurssikeskuksen ilta- ja viikonloppupäivystys aloitettiin huhtikuussa, asiasta on tiedotettu tienvarsikyltein. Tupsahtavia yöpyjiä on saavutettu jonkin verran.

## HOITOPÄIVÄKORVAUSTEN MAKSATUS

Hoitopäiväkorvaushakemukset menivät maksuun syyskuussa, syksyn aikana saapuneet käsitellään vuoden loppuun mennessä. Muistakaa merkitä pankkiyhteys selkeästi.

## JÄSENMAKSUT

Vuoden 2013 jäsenmaksuja on vielä maksamatta jonkin verran. Säilyttääksesi jäsenyyden ja sen tuomat edut kannattaa jäsenmaksu suorittaa mahdollisimman pian. Muistutuksen jäsenmaksun unohtamisesta on saanut jo osa jäsenistä ja lopuille posti tuo kirjeen lähiaikoina.

## YHDISTYKSEN AVAIMENPERIÄ ON VIELÄ VARASTOSSA

Polettiavaimenperiä on tilattavissa toimistolta, osastolta laskutetaan omakustannushinta + postikulut. Avaimenperän suositushinta on 5 euroa josta osastolle jää kulujen jälkeen 2/3-osaa. Arpajaisvoittona avaimenperä on hyvä tuote, kun arvan hinta on vähintään 2 euroa.

## TAMPEREEN OSASTON TIEDOTUS

Osaston kokoontumispaikka on vaihtunut. Osaston kuukausitapaamisen paikka on ensi vuoden alusta Voimisteluoipisto säätiön kerhohuone osoitteessa Väinölänkatu 2, Tampere, sisäänkäynti A-portaan vierestä pihatassa, ovesta opaste. Katso päivät ja muut tapaamiset osastojen kalenterit sivuilta.

# Periaatteet hoitopäiväkorvauksen suorittamisesta

1. Hoitopäiväkorvausta maksetaan Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n jäsenelle, joka on *kurkku- tai suun alueen syövän hoidossa sairaalan- tai terveyskeskuksen vuodeosastolla sekä em. sairauksista johtuvista varsinaisista poliklinikkakäynneistä*, ei kuitenkaan sarjahoidoista. *Korvausta maksetaan myös hammashoidosta* yksityisellä tai kunnallisella hammaslääkärillä.
  - hoitopäiväkorvausta voi saada jäseneksi liittymispäivästä alkaen
  - takautuvasti maksetaan puolen vuoden ajalta, ei kuitenkaan jäsenyyttä edeltävältä ajalta
  - kalenterivuoden aikana maksetaan enintään sadalta hoitopäivältä, tai hoitokerralta
  - korvausta ei makseta jäsenen oikeudenomistajalle, ellei jäsenelle ole hänen eläessään maksettu korvausta
- 2 Hakemus tulee täyttää huolellisesti. *Kohdat diagnoosi, hoitoaika tai hoidossa käyntikerrat*, sekä korvauksen saajan pankkitilin numero ovat edellytyksenä korvauksen suoritukselle. Sosiaalityöntekijän, sairaanhoitajan tai jonkun muun hoitopaikan edustajan tulee allekirjoittaa hakemus.
- 3 Korvaus hoitopäivältä ja poliklinikkakäyntikerralta on kaksi euroa. Korvaus hammashoidosta on kaksi euroa käyntikerralta 1.10.2012 alkaen. Korvauksen suuruus tarkistetaan vuosittain.
- 4 **Hoitopäiväkorvauksen maksamisen edellytyksenä on, että yhdistyksen jäsenmaksu on suoritettu.**





## SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

Kolmas linja 29  
00530 Helsinki  
puh. 09 7318 0630

### TODISTUS SYÖPÖPOTILAAN SAIRAALAHOIDOSTA

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:ltä jäsenetuutena haettavaa hoitopäivä-korvausta varten. Periaatteet hoitopäiväkorvauksen suorittamisesta kääntöpuolella.

Potilaan nimi \_\_\_\_\_

Osoite \_\_\_\_\_

Puhelin ja email. \_\_\_\_\_

Pankkiyhteys \_\_\_\_\_

Diagnoosi \_\_\_\_\_

Vuodeosastolla  
hoitajaksot \_\_\_\_\_

Poliklinikkakäynnit  
myös hammashoito \_\_\_\_\_

Hammaslääkäri  
yksityinen/terveyskeskus \_\_\_\_\_

Sairaala/hoitopaikka \_\_\_\_\_

Päiväys \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 2014

Allekirjoitus \_\_\_\_\_  
sairaalan/hoitopaikan edustaja allekirjoitus

Nimenselvennys \_\_\_\_\_ Puh. \_\_\_\_\_

Todistukseen ei tarvitse liittää maksukuitteja. Mikäli hakemus tehdään ilman sairaalan tai hoitopaikan allekirjoituksia liitteeksi kopio laskusta tai hoitopaikan selvitys käyntikerroista.

Hakemus lähetetään Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n toimistoon sivun yläreunassa olevaan osoitteeseen.

# SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

## SÄÄNNÖT

### 1. §

Yhdistyksen nimi on Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry ja sen kotipaikka on Helsingin kaupunki.

Yhdistyksen toiminta-alueena on koko maa. Yhdistys on Suomen Syöpäyhdistyksen jäsen. Yhdistys on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton.

### 2. §

Yhdistyksen tarkoituksena on toimia kurkku- ja suusyöpään sairastuneiden yhdyssiteenä ja etujärjestönä.

Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys järjestää kokouksia ja työskentelee puhe- ja muun kuntoutuksen antamiseksi jäsenilleen, pyrkii ylläpitämään maan kattavaa tukihenkilötoimintaa, sekä harjoittaa koulutus-, tiedotus- ja valistustoimintaa.

Yhdistys voi ylläpitää voittoa tavoittelematonta kuntoloma- ja kurssikeskusta ja harjoittaa julkaisutoimintaa.

Päämääriensä toteuttamiseksi yhdistys voi ottaa vastaan lahjoituksia ja testamentteja sekä tehdä erilaisia varainkeräyskampanjoita, saatuaan siihen asianomaisen luvan.

### 3. §

Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi voi liittyä kurkku- tai suusyöpää sairastanut henkilö.

Yhdistyksen kannatusjäseneksi voi liittyä hallituksen hyväksymä henkilö, rekisteröity yhdistys tai muu oikeuskelpoinen yhteisö. Saatut jäsenoikeudet säilyvät.

### 4. §

Jäsenmaksun suuruuden määrää vuosikokous varsinaisille ja kannatusjäsenille toimintavuodeksi kerrallaan.

Jos jäsen jättää jäsenmaksun suorittamatta kahdelta peräkkäiseltä vuodelta tai toimii yhdistyksen tarkoituserien vastaisesti, voi hallitus erottaa hänet yhdistyksestä.

Kannatusjäsenillä on yhdistyksen kokouksissa puheoikeus, mutta ei oikeutta osallistua päätöksen-tekoon.

Yhdistyksen kokous voi hallituksen esityksestä päättää yhdistyksen ja sen jäsenten hyväksi erityisen ansiokkaasti toimineen henkilön kutumisesta kunniajäseneksi. Kunniajäsenellä on äänioikeus yhdistyksen kokouksissa. Kunniajäsen ei suorita jäsenmaksua.

### 5. §

Yhdistyksen asioita hoitaa vuosikokouksen valitsema hallitus, johon kuuluu kuusi (6) kolmeksi (3) vuodeksi valittua varsinaista jäsentä sekä kolme (3) varajäsentä. Hallituksen

jäsenistä on vuosittain erovuorossa kaksi (2) varsinaista jäsentä ja yksi (1) varajäsen, ensin arvan, sitten vuoron mukaan.

Hallitus valitsee keskuudestaan vuosittain puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan. Hallitus ottaa sihteerin ja rahastonhoitajan.

Hallitus on päätösvaltainen, kun vähintään kolme (3) jäsentä puheenjohtajan tai varapuheenjohtajan lisäksi on paikalla.

Äänestyksissä päätökseksi tulee enemmistön mielipide. Äänten mennessä tasan ratkaisee puheenjohtajan ääni ja henkilövaaleissa arpa.

### 6. §

Yhdistyksen nimen kirjoittaa puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja, jompikumpi yhdessä sihteerin tai rahastonhoitajan kanssa.

### 7. §

Hallituksen tehtävänä on:

1. hoitaa yhdistyksen asioita ja edustaa sitä,
2. kiinnittää huomiota kaikkeen, mikä koskee yhdistystä ja sen toimintaa ja toimia yhdistyksen tarkoituserien toteuttamiseksi,
3. vastata yhdistyksen taloudesta ja omaisuudesta,
4. laatia toiminta- ja taloussuunnitelma,
5. vuosittain ennen maaliskuun 15 pv. antaa tilintarkastajille tarvittavat tili- ja asiakirjat yhdistyksen talouden- ja hallinnon tarkastamista varten,
6. antaa vuosikokoukselle kertomus yhdistyksen toiminnasta edellisestä vuonnasta,
7. panna täytäntöön yhdistyksen kokousten päätökset,
8. kutsua koolle yhdistyksen kokoukset ja järjestää muut yhdistyksen tilaisuudet ja
9. hyväksyä uudet jäsenet ja pitää jäsenluetteloa.

Hallitus voi asettaa avukseen toimikuntia huolehtimaan erikoistehtävistä.

### 8. §

Yhdistyksen kirjanpito laaditaan kalenterivuositain ja tilintarkastajien tulee ennen maaliskuun 15. päivää tarkastaa edellisen vuoden tilit ja hallinto sekä antaa kirjallinen lausunto tilintarkastuksestaan.

### 9. §

Yhdistyksen vuosikokous pidetään maaliskuun kokouksessa hallituksen määräämässä paikassa. Kokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. Hallituksen kertomus, tilinpäätös ja tilintarkastajien kertomus,
2. tilinpäätöksen vahvistaminen sekä tili- ja vastuuvapauden myöntäminen,
3. käsitellään hallituksen esitys vuoden toiminta- ja taloussuunnitelmaksi,

4. päätetään hallituksen ja toimikuntien jäsenten sekä tilintarkastajien palkkioista,
5. valitaan hallituksen varsinaiset jäsenet ja varajäsenet erovuoroisten tilalle, kaksi tilintarkastajaa ja heille varamiehet. Toisen varsinaisen ja varatilintarkastajan tulee olla yhdistyksen varsinaisen jäsenen,
6. määrätään jäsenmaksujen suuruus,
7. muut asiat, jotka yhdistyksen hallitus tai joku muu yhdistyksen jäsenistä haluaa käsiteltäväksi; jäsenen tekemä ehdotus esitetään kuitenkin hallitukselle kirjallisesti 15 päivää ennen kokousta.

### 10. §

Yhdistys kokoontuu ylimääräiseen kokoukseen hallituksen kutsusta. Kokous on kutsuttava koolle, kun hallitus katsoo sen tarpeelliseksi, yhdistyksen kokous niin päättää, tai jos vähintään 1/10 yhdistyksen äänioikeutetuista jäsenistä sitä kirjallisesti erityistä asiaa varten vaatii.

### 11. §

Kutsu yhdistyksen kokoukseen toimitetaan jäsenille näiden ilmoittamaan osoitteeseen tai julkaistaan vuosikokouksen päättämässä lehdissä viimeistään 10 päivää ennen kokousta.

### 12. §

Ehdotus näiden sääntöjen muuttamisesta voidaan panna vireille joko yhdistyksen vuosi- tai ylimääräisessä kokouksessa ja ottaa ratkaistavaksi vähintään kaksi kuukautta myöhemmin tätä tarkoitusta varten kokoon kutsutussa kokouksessa tai seuraavassa vuosikokouksessa. Tätä koskeva päätös on pätevä, jos sitä kannattaa vähintään ¼ annetuista äänistä.

Ehdotus yhdistyksen purkamisesta voidaan panna vireille ainoastaan yhdistyksen vuosikokouksessa ja ottaa ratkaistavaksi vähintään kaksi kuukautta myöhemmin pidettävässä tätä tarkoitusta varten kokoon kutsutussa ylimääräisessä kokouksessa tai seuraavassa vuosikokouksessa. Purkamista koskeva päätös on pätevä, jos sitä kannattaa vähintään ¼ annetuista äänistä. Jos yhdistys purkautuu, on sen varat luovutettava purkamiskokouksen päätöksen mukaan 2. §:ssä mainittuihin tarkoituksiin, ottaen huomioon lahjoittajien mahdollisesti antamat erikoismääräykset.



# SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

Maan vanhin syöpäpotilaiden järjestö, perustettu 1962

- ❖ Toimii kurkkusyöpäpotilaiden ja muiden puhe-elimistön syöpäpotilaiden ja heidän omaistensa yhteydenpitäjänä.
- ❖ Järjestää:
  - sopeutumisvalmennusta
  - tukihenkilötoimintaa
  - puhekuntoutusta
- ❖ Ylläpitää Kyyrönkaidan kurssikeskusta Ristiinassa
- ❖ 10 paikallisosastoa
- ❖ Jäsenmaksu on 25 € /vuosi
- ❖ Jäsenille postitetaan Uusi Ääni ja Syöpä-Cancer –lehdet maksutta ja korvataan kaksi euroa syöpäsairaudesta johtuvalta hoitopäivältä sekä hammashoidosta käyntikerralta.

## Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

## JÄSENILMOITUS

Kolmas linja 29  
00530 HELSINKI

[www.le-invalidit.fi](http://www.le-invalidit.fi)

puh. 09 7318 0630

email. [le-invalidit@kolumbus.fi](mailto:le-invalidit@kolumbus.fi)

Nimi			
Syntymäaika	Ammatti		
Lähiosoite			
Postinumero ja postitoimipaikka			
Sairastumisvuosi	Puhelin ja sähköpostiosoite		
Sairautta koskevat tiedot			
Liittymispäivä	Kurkunpäänsyöpä <input type="checkbox"/>	Suusyöpä <input type="checkbox"/>	Kannatusjäsen <input type="checkbox"/>
Allekirjoitus			



# Kurssitoiminta vuonna 2014

*Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry järjestää  
Ristiinassa, Kyyrönkaidan kurssikeskuksessa  
kurkku- ja suusyöpää sairastaneille ja läheisille seuraavat kurssit:*

## **2. – 7.6.2014 SOPEUTUISVALMENNUSKURSSI KURKKUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE JA LÄHEISILLE**

Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti uusille kurkkusyöpöpotilaille ja omaisille. Yhdistyksen sopeutumisvalmennuskurssille osallistuvalla potilaalla ja omaisella kurssi on maksuton eikä edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Hakuaika päättyy 30.3.2014

## **30.6. – 5.7.2014 SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI SUUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE JA LÄHEISILLE**

Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti uusille suusyöpöpotilaille ja omaisille. Yhdistyksen sopeutumisvalmennuskurssille osallistuvalla potilaalla ja omaisella kurssi on maksuton eikä edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Hakuaika päättyy 30.4.2014

## **SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSIN YHTEINEN SEURANTAJAKSO KURKKU- JA SUUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE JA LÄHEISILLE**

Kesän sopeutumisvalmennuskurssille osallistuneille järjestetään syksyn 2014 aikana yhteinen seurantajakso. Jakson tarkempi ajankohta ilmoitetaan myöhemmin kutsukirjeellä.

## **KURSSIEN RAHOITUS**

Sopeutumisvalmennuskurssien rahoituksesta vastaa Raha-automaattiyhdistys sekä Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

## **HAKUMENETTELY**

Hakemuslomake on saatavissa Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n toimistosta puh. 040 514 6045, verkkosivuilta [www.le-invalidit.fi](http://www.le-invalidit.fi) tai Uusi Ääni -lehestä. Hakemukseen tulee liittää epikriisi.

## **MATKA-AVUSTUKSET**

Kurssille osallistuvien matkakulut korvataan 20 euroa ylittävältä osalta juna- ja linja-autotaksoja noudattaen. Omalla autolla matkustaville korvataan 0,15 euroa/km.



## Kurssihakemus syöpäpotilaiden sopeutumisvalmennuskurssille

Kurssin tiedot	
Kurssin nimi	
Kurssin aika ja paikka	

Hakijan tiedot		
Sukunimi	Etunimet	Henkilötunnus
Puhelinnumero		
Sähköpostiosoite		
Lähiosoite		
Postinumero ja -toimipaikka		

Lähiomaisen tiedot	
Sukunimi ja etunimet	
Puhelinnumero	

Sairautta koskevat tiedot	
Mitä syöpää sairastatte?	
Milloin syöpäsairautenne on todettu?	
Onko syöpänne uusiutunut?	
Milloin ja millä tavalla sairaus on uusiutunut?	
Millaista hoitoa olette saaneet syöpäsairauteenne?	
Onko teillä muita perussairauksia?	

Mitä lääkkeitä teillä on käytössä?
Milloin teillä on sovittu seuraava tarkistusaika lääkärille syöpäsairautenne liittyen?
Onko teillä joitakin rajoitteita, jotka pitäisi huomioida kuntoutuksessa, esimerkiksi ruoka-aineallergioita?
Onko teillä apuvälineitä käytössänne?
Kuvatkaa, millaiseksi koette terveydentilanne nyt
Perustelut, miksi haette kuntoutuskurssille. Mitkä ovat tavoitteenne kuntoutuskurssille?

Aikaisempi kuntoutus	
Oletteko aikaisemmin osallistuneet syöpäkuntoutuskurssille?	<input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei
Mille kurssille olette osallistuneet?	Minä vuonna?

Parikurssille osallistuvan omaisen/läheisen tiedot
Sukunimi ja etunimet
Lähiosoite
Postinumero ja -toimipaikka
Puhelinnumero

Allekirjoituksella annan luvan tietojeni käsittelyyn kuntoutuskurssista vastaavalle henkilölle sekä muille kurssilla työskenteleville.

Henkilökohtaisia tietojanne käsitellään luottamuksellisesti.

Päiväys

Allekirjoitus



**E**hkä vähän raflaava otsake, mutta et ehkä aloittaisikaan lukaisua, jos vaikka otsikoisin; *Etsikää netistä, tutustu internetiin tms.* No nyt ainakin tiedät mitä asiaa aion käsitellä ja antaa muutaman vinkin niin sanotun sosiaalisen median hyödyntämisestä.

MUTTA IHAN ALUKSI uskon Sinulle tähän saakka tarkoin varjelemani salaisuuden. Olen käynyt parikin kertaa neurologin vastaanotolla – tiedäthän; korkeasti koulutunut henkilö. Hän, joka tuntee aivomme, tuon luukuorisen humeetin toiminnan ja liihakdukset ehkä paremmin kuin osaamme ar-

vatakaan – No, miksihän kirjoitin tuon lausehivion? SIKSI, että hän muiden tenttausten, testien ja ajatuskuvioiden ohella loihe lausumaan; ”Tietokone ja sen avulla kaikkalainen internetin käyttö koordinoi, vilkastaa, järjestelee ja ikään kuin pakottaa aivomme – tuon ikioman prosessorimme – toimimaan”. (En nyt ihan sanasta sanaan muista ☺).

## ETSIKÄÄ NIIN TE LÖYDÄTTE

Kuningasajatus kuitenkin on tässä: **kone on haastajasi**. Se asettaa Sinut erilaisen

haasteiden ja ongelmien eteen. Pelaat sitten pelejä, haet ratkaisua johonkin mieltäsi askarruttavaan ongelmaan, tietoja kiinnostavasta lomakohteesta jne., lista on loppumaton. TÄRKEÄÄ TÄSSÄ ON SE, ETTÄ TUO IKIOMA, HARTIOILLASI KEIKKUVA PROSSU lue LUUKOPPA JOUTUU ASKARTELEMAAN = ratkaisemaan ongelmia. Ja kuulkaa... se on ikääntyvälle muistille todellista intensiivihuoltoa.

Tärkeää ettemme ahkeroi kovin pitkiä rupeamia, tunti – puolitoista noin keskiarvona, sessio pitäisi pyrkiä päättämään onnistuneesti – ei töpseliä irti seinästä.

Kaikille seikkailunhaluisille suosittelen lämpimästi LINUX – käyttöjärjestelmän kokeilua. Itse luotan UBUNTU versioon, kyllä toimii notkeasti. Eikä juurikaan örkkiuhkaa. Pistän tähän lopuksi muutamia osoitteita, ja Googletamalla ([www.google.com](http://www.google.com)) löytyy jos mitä ☺.

UBUNTU  
Stellarium  
Wikipedia  
AfterDawn  
Avast

[www.ubuntu-fi.org](http://www.ubuntu-fi.org)  
ääretön avaruus ja paljon muuta  
monipuolinen tietokirja  
ohjelmia, ajureita etc.  
tietoturva

En tässä ”mainosta” mitään ohjelmaa tai sivua. Totean lopuksi, että mahdollisuudet ovat jokseenkin rajattomat/äärettömät. Yhden esimerkin voin mainita: rakas vaimoni puheloi Australiassa asuvan siskonsa kanssa lähes ilmaiseksi (mielestäni aika pitkiäkin puheluja) mutta menköön.

Jos asian tiimoilta tulee mieleesi jotain (vaikkapa kysyttävää): [mkumpu@gmail.com](mailto:mkumpu@gmail.com)

*Mikko Kumpu, Helsinki*

# Lomatoiminta vuonna 2014

***Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry  
järjestää Mikkelissä (Ristiinassa),  
Kyyrönkaidan kurssikeskuksessa kaksi  
erillistä virkistyslomaviikkoa***

Ajankohdat ovat avoimna (touko- ja elokuu)  
Tarkempi ajankohta ilmoitetaan jäsenlehdessä  
1/2014 ja yhdistyksen verkkosivuilla.

Lomaviikolla kuntoudutaan, saadaan tietoa,  
ohjausta ja virikkeitä vapaa-aikaan sekä tavataan  
vertaisia.

Loman hinta on 240 euroa / henkilö / 2 hh  
280 euroa / henkilö / 1 hh

Hintaan sisältyy mm.

- täysihoito (aamiainen, lounas, iltapäiväkahvi  
ja päivällinen)
- majoitus kahden hengen huoneissa
- uinti- ja saunomismahdollisuus

## **RAHOITUS**

Lomaviikkojen rahoituksesta vastaa Suomen  
Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry. Lomaviikkojen  
rahoitukseen ei saada ulkopuolista avustusta.  
Lomaviikkojen toteutuminen edellyttää riittävää  
osanottaja määrää. Toivomme runsasta  
osallistumista.

## **HAKUMENETTELY**

Hakemuslomake on saatavissa  
Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n  
toimistosta puh. 040 514 6045,  
verkkosivuilta [www.le-invalit.fi](http://www.le-invalit.fi) tai  
Uusi Ääni - lehdestä. Hakuaika päättyy 1.4.2014.

***Tervetuloa  
virkistäytymään ja  
nauttimaan  
Kyyrönkaidan rauhasta  
ja kauniista luonnosta***





# Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

## Hakemus syöpäpotilaiden virkistyslomaviikolle

<b>Kurssin tiedot</b>
Kurssin nimi
Kurssin aika ja paikka

<b>Hakijan tiedot</b>		
Sukunimi	Etunimet	Henkilötunnus
Puhelinnumero		
Sähköpostiosoite		
Lähiosoite		
Postinumero ja -toimipaikka		

<b>Lähiomaisen tai avustajan tiedot</b>
Sukunimi ja etunimet
Puhelinnumero

<b>Sairautta koskevat tiedot</b>
Mitä syöpää sairastatte ja milloin syöpäsairautenne on todettu?
Onko teillä muita perussairauksia?
Mitä lääkkeitä teillä on käytössä?
Onko teillä apuvälineitä käytössänne?
Ruokavaliossa huomioitavat asiat ja allergiat
Kuvatkaa millaiseksi koette terveydentilanne nyt

<b>Toivomus majoituksesta</b>	
Kahden hengen huone 230 € / viikko	
Mökkimajoitus	Hotellihuone
Yhden hengen huone 270 € / viikko	

Allekirjoituksella annan luvan tietojeni käsittelyyn lomaviikosta vastaavalle henkilölle sekä muille viikolla työskenteleville. Henkilökohtaisia tietojanne käsitellään luottamuksellisesti.

\_\_\_\_\_

Päiväys

\_\_\_\_\_

Allekirjoitus



### Saapui jälleen joulu

Saapui jälleen joulu jokavuotinen,  
pantiin jalkaan kuusi vanhamuotinen,  
ripustettiin omenat ja tähdet oksiin kiikkumaan, pantiin parhaat tunteet  
sydämessä liikkumaan.



Toivotettiin "hyvät joulut" joulukorteilla,  
varustettiin pöytä juhlasorteilla,  
lahjat laitettiin ja kääröt lakkapäiset annettiin,  
joulu-ukon alle vanha palli kannettiin.

Saapui joulu, tuli hyvä tahto niin kuin tilaten,  
hyvä tahto, jota arki käsittelee pilaten.  
Siispä: arkenakin joskus vanhaa Aatamia puistakaa,  
"ihminen on sisällänsä aivan hyvä", muistakaa!

Enemmän vain ylimalkaa ymmärrystä aivoihin,  
enemmän laastaria lähimmäisen vaivoihin!  
Enemmän totuutta ja seurusteluun - rauhantahtoa,  
vähemmän: juhlatyyliin, runouden vahtoa!

Siinä on taas joulu, meille koittanut,  
siinä ihminenkin, arjen voittanut.  
Vielä rakennetaan juhla kesken pimeyttä Valolle,  
"Hyvät joulut" meiltä teille, naapurinkin talolle.

Joulu-Kurikka 1938 - Viljo Kajava Kirjasta: Valoksi maan päälle  
Viljo Kajavan kauneimmat joulurunot  
Toimittanut Jarkko Laine, Otava

# *Steripolar*



*Kiitämme  
kuluneesta vuodesta  
ja toivotamme  
Teille kaikille  
Leppoisaa Joulua ja  
Onnellista vuotta 2014*