

Syöpäpotilaiden

# Ystävän tuki

**Potilastarina:**  
Maijan kertomus

**Blogi:**  
On tärkeää  
rentoutua lomalla!

**Osastot:**  
Toimintakalenterit  
syksy 2023

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

2/2023

Suomen Kurkku- ja  
Suusyöpäyhdistys ry  
ISSN 2489-5571

*Kaunista kesää!*



Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry on kurkun- ja suunalueen syöpäpotilaiden yhdistys.

Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä [www-sivuillamme](http://www.sivuillamme) tai soittamalla yhdistyksen toimistoon.

#### **Julkaisija**

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry  
Järvenpääntie 129 B, 52420 Ristiina  
puh. 040 514 6045  
Internet: [www.le-invalidit.fi](http://www.le-invalidit.fi)  
Sähköpostiosoite  
[toimisto@le-invalidit.fi](mailto:toimisto@le-invalidit.fi)

#### **Lehden toimitus**

Merja Lindqvist

#### **Ilmoitusmyynti**

Suomen Myyntimedit

#### **Kustannus, painatus ja laskutus**

Printmix  
puh. 010 319 6380  
<https://www.printmix.fi/>

#### **Taitto**

Mika-Matti Trogen  
[mika.trogen@printmix.fi](mailto:mika.trogen@printmix.fi)

#### **Issn**

ISSN 2489-5571 (Painettu)  
ISSN 2489-558X (Verkkajulkaisu)

#### **Lahjoitukset**

Nordea FI19 1745 3000 0827 45



*Maijan kertomus s.10*

Sairastuminen oli järkytys – massiivinen kajoaminen koko krooppaan – ensin oli oireena jäätävä väsymys, mikä vain paheni. Seuraavaksi huomasi, että kielen oikea puoli oli muuttunut kivikovaksi ja siihen oli tullut piparkakkureunat.

# 4

Tiedotukset

# 5

Puheenjohtajalta

# 6

Toiminnanjohtajalta, toimiston terveiset

# 10

Potilastarina, Maijan kertomus



# 22

Lehden valmistuminen on monen työvaiheen summa

# 24

Hoitopäiväkorvaushakemus ja periaatteet

# 26

Jäsenhakemus ja yhdistyksen säännöt

# 12

On tärkeää rentoutua lomalla!

# 14

Osastojen toimintakalenterit

# 20

Tampereen osaston kesäretki





## Ystävän tuki 2023 ilmestyminen

Vuoden 2023 aikana ilmestyy kolme lehteä, maaliskuu-, kesä- ja joulukuussa.

**Joulukuussa** ilmestyvään lehteen aineisto tulee toimittaa toimistolle sähköpostilla [toimisto@le-invalidit.fi](mailto:toimisto@le-invalidit.fi) tai tiedostona 10.11.2023 mennessä.

Aineistojen saapuminen ajoissa on tärkeää jotta lehti saadaan painoon suunnitellussa aikataulussa!



## Vuosikokousilmoitus

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n sääntömääräinen vuosikokous pidetään sunnuntaina 16.7.2023 alkaen kello 16:00 Voimisteluopiston kerhuhuoneella osoitteessa Väinölänkatu 2, Tampere (käynti pihalta, oven vieressä teksti Säätio Sali) Kokouksessa käsitellään sääntöjen määrämät asiat sekä Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n lakkauttaminen.

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n varsinainen lakkauttamiskokous pidetään kaksi kuukautta vuosikokouksen jälkeen, aikaisintaan 17.9.2023. Kokouksen varsinainen ajankohta päätetään 16.7.2023 kokouksessa, kokousajankohta ja -paikka ilmoitetaan yhdistyksen verkkosivuilla.

Kokouksiin on mahdollista osallistua Teams -yhteydellä, mikäli haluat osallistua etänä ilmoita siitä sähköpostilla [toimisto@le-invalidit.fi](mailto:toimisto@le-invalidit.fi) 10.7.2023 mennessä niin saat kutsun ja linkin.

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry  
Hallitus



# Puheenjohtajan puheenvuoro

Tätä juttua kirjoittaessa nautitaan parhaimmasta Suomen säästä, aurinkoa ja lämpöä riittää. Viikko keskikesän juhlaaneli Juhannukseen. Kuitenkaan ei niin mukavia uutisia ole kerrottavana. Yhdistyksen hallitus on päättänyt hakea yhdistyksen konkurssiin. Taloudellinen tila on siinä mallissa, ettei yhdistys selviä veloista tällä hetkellä. Päätös on ainoa oikea ratkaisu tässä tilanteessa. Tällainen tilanne on jatkunut jo pitkään useiden vuosien ajan. Lisäksi Korona pandemia ja Ukrainan tilanne aiheutti lopullisesti Kyyrönkaidan kävijämäärissä niin ison pudotuksen, ettei sieltä juurikaan tulovirtaa saatu.

Vaikka paikka on hyvä niin se on ollut yhdistykselle kallis ylläpidettävä. Nykyinen hallitus tämän kevään aikana totesi, että nyt joudutaan selvitystä tekemään ja ryhtymään toimenpiteisiin. Käytettiin asiantuntijoiden apua tilanteen selvittämisessä ja heidän ohjeistus oli ajaa yhdistyksen toiminta alas. Nyt käydään konkurssiprosessi loppuun ja tämän jälkeen joudutaan myös yhdistys lopettamaan kokonaan.

Yksi mahdollisuus on uuden yhdistyksen perustaminen ja nykyisten jäsenten siirtyminen siihen. Näin pyritään jatkossa varmistamaan jäsenedut. Vertaistuki toiminta pidetään jatkossakin entisenlailla. Toiveissa olisi että osastot myös jatkaisivat toimintaansa. Vaikka sopeutumisvalmennus ja virkistys / talkooviikkoja ei ehkä jatkossa Kyyrön-kaidassa pystyttäisi järjestämään niin etsitään uusi paikka, jossa näitä voidaan järjestää.

Nyt on tärkeä se , että jäsenet eivät menetä toivoaan tässä tilanteessa. Hallitus tekee kaikkensa yhteistyössä Suomen Syöpäyhdistyksen kanssa , jotta asiat saadaan taas rullaamaan. Selvitetään myös miten yhdistyksen Nettisivut saadaan pysymään auki , jotta sitä kautta saadaan jäsenistölle tietoa missä mennään. Myös Ystävän Tuki-lehden ilmestyminen on tarkoitus jatkaa vanhan mallin mukaan. Lisäksi on äärimmäisen tärkeä, että meidän yhteistyökumppanit ja mainostajat pysyvät jatkossakin meidän kanssamme. Me jokainen tiedämme miten tärkeä saada tukea ja antaa näissä meidän sairauksien ja hoitojen aikana, myös niidenkin jälkeen. Varmasti monella tulee kysymyksiä mieleen ja sitä miten tästä päästään eteenpäin niin minulle voi soittaa kun on tarve. Minut saa numerosta 050 544 7110 kiinni ja myös sähköpostilla voi lähestyä.

Kaikesta huolimatta toivotan kaikille hyvää kesän jatkoa ja kiitos hallitukselle tästä vaikeasta ja kipeästä päätöksestä, jonka olemme joutuneet tekemään. ●

Kauhajoki 18.6.2023  
Timo Kujanpää  
puheenjohtaja



*Kirjoittaja Timo Kujanpää on Suomen Kurkku- ja suusyöpäyhdistyksen hallituksen puheenjohtaja.*

# Toimiston terveiset

Teksti: Merja Lindqvist



*Kirjoittaja Merja Lindqvist on Suomen Kurkku- ja suusyöpäyhdistyksen toiminnanjohtaja*

**K**irjoitan näitä terveisiä Naantalín auringossa jossa helteisiä päiviä on takana jo muutamia. Juhannukseen on tasan viikko, lehden ilmestyessä postilaatikoihin

Juhannusjuhlat pidetty.

Lehden ilmestyminen on viivästynyt aikataulustaan jonkin verran olosuhteiden pakottamana, olosuhteista lähemmin puheenjohtajan palstalla.

## JÄSENMAKSUT

Kuluvan vuoden viimeiset jäsenmaksut toimitettiin jäsenille toukokuussa. Lähes puolet jäsenmaksuista meni vastaanottajille sähköpostilla. Toivottavasti kovin monen posti ei ole joutunut roskapostikansioon sillä maksamattomia jäsenmaksuja on tavallista runsaslukuisemmin verrattuna aikaisempiin vuosiin.

## JÄSENTIETOJEN ILMOITTAMINEN

Jonkin verran palautuu kirjepostia ja sähköposteja joita ei voida toimittaa vastaanottajalle. Kun muutat tai vaihdat sähköpostiosoitetta niin ilmoita siitä myös meille. Myös muut muutokset jäsentiedoissa tulisi ilmoittaa.

Ilmoitus mielellään sähköpostiin toimisto@le-invalidit.fi tai vaihtoehtoisesti tekstiviestillä puh. 040 514 6045 myös perinteistä kirjapostia voi käyttää. Tietojen tullessa em. tavoilla vähenee virheiden mahdollisuus eikä luntilaput joudu väärin paikkoihin. Jos et tee ilmoitusta itse niin kerro kenen tiedosta on kyse sekä vanha että uusi tieto.

Virastojen, pankkien sekä suurien toimijoiden tapaan emme saa väestökisteristä tietoa henkilön olosuhteiden muutoksista,

palvelu vaatii sopimuksen ja on maksullinen. Yhdistyksellämme ole taloudellisesti mahdollisuuksia ostaa palvelua.

## JÄRJESTÖ

Yhdistyksemme jatko ja toiminta on muutoksen edessä. Osastojen toiminta jatkuu edelleen sellaisenaan.

Kuvituskuva. shutterstock.com



Kuvituskuva. shutterstock.com

## OSASTOJEN KOKOONTUMISET JA TOIMINTA

Osastojen kalenterit osiosta löytyy kaikkien osastojen kokoontumisajat ja yhteystiedot. Osastot jatkavat toimintaansa, vetoan jäsenistöön että näihin alueellisiin vertaistapahtumiin osallistuttaisiin aktiivisesti. Osastojen hiipumista on tapahtunut muutamassa maakunnassa. Etelä-Karjalaan, Keski-Suomeen, Kymenlaaksoon ja Saimaalle toivotaan aktiiveja joiden avulla saataisiin alueellinen toiminta elpymään. Toimiston numerosta

040 514 6045 saa apua ja opastusta hiipuneiden alueiden toiminnan aloittamiseen.

Mihin osastoon kukin jäsen ns. kuuluu on jaettu maakuntarajojen mukaan. Osastoilla ei ole erikseen jäsenmaksua, on jokaisen omassa harkinnassa minkä osaston tai osastojen toimintaan tai tapahtumiin osallistuu. Osastojen sihteereiltä saa ajantasaista tietoa kokoontumisten ja tapahtumien järjestelyistä. Mikäli olet epävarma jonkin tapahtuman toteutumisesta, osastojen kalenterit osiosta löytyy alueesi yhteyshenkilöiden tiedot.

”

**Vetoan jäsenistöön että  
näihin alueellisiin  
vertaistapahtumiin  
osallistuttaisiin  
aktiivisesti”**

## TUKIHENKILÖTOIMINTA

Tukihenkilöt löytyvät yhdistyksen verkkosivuilta, olemalla yhteydessä toimistoon tai oman alueen osaston yhteyshenkilöihin.

## ASIOINTI TOIMISTOLLA

Yhteydenpito sujuu sähköpostilla ja puhelimitse, kaikki puhelut kääntyvät toistaiseksi toimiston numeroon.

## JÄSENLEHTI

Jäsenlehden ilmoitusmyynnillä katamme lehden toimittamisesta aiheutuneet kulut, lisäksi se on yksi osa varainhankintaamme, jolla rahoitetaan toimintaamme. Lehti ilmestyy vuoden aikana kolmasti.

Osallistu lehden sisältöön lähettämällä tarinoita; oman potilaanpolkukertomuksen tai muuta ajankohtaista ja/tai kiinnostavaa juttua. Kuvia maisemista, luonnosta, tapahtumista jne. Kuvissa esiintyviltä henkilöiltä tulee olla lupa julkaisemiseen.

## KYRRÖNK Aidan KURSSIKESKUS

Kyyrönkaitaan tulevat puhelut kääntyvät toistaiseksi toimiston numeroon  
040 514 6045

Merja Lindqvist  
040 514 6045





# Maijan kertomus

Teksti: Maija Vesasto

Sairastuminen oli järkytys – massiivinen kajoaminen koko krooppaan – ensin oli oireena jäätävä väsymys, mikä vain paheni. Seuraavaksi huomasin, että kielen oikea puoli oli muuttunut kivikovaksi ja siihen oli tullut piparkakkureunat.

Syyskuussa 2021 hammaslääkäri laittoi lähetteen TAUSin suupoliklinikalle, missä otettiin koepala, jonka ottaminen teki kipeää. Kielessä oli jo iso haava, polilla sanottiin että on yksi etäpesäke leuan alla. Seuraavaksi oli luvassa tuumori verikokeet sekä pään ja kaulan alueen magneetti. Sitten odottelin sitä kamalaa puhelua jossa lääkäri kertoi minulle ämä ikävät uutiset ja mitä tuleman pitää.

TAUSin vuodeosastosta 6A ei ole kuin hyvää sanottavaa, hoito oli huippua, eikä tarvinnut kokea kipua.

Sain hoidoksi TAUSin radiuksen kovimmat hoidot. Seitsemän viikon kemosädehoitojakso oli rankkaa aikaa kun näki miten oma kunto laskee, mietin vaan kuinka alhaalla sitä tullaan käymään.

”

**Näin vakavan sairastumisen ja rankkojen hoitojen jälkeen en ole sama Maija kuin ennen sairastumista”**

Lähipiiristä, sellaiset ihmiset ovat karsiutuneet pois, jotka eivät kykene ymmärtämään minua. Muutamat jotka ovat jääneet, olen heistä kiitollinen.

Maaliskuussa 2022 oli Oulussa Kelan syöpäkuntoutusviikko. Oli hyvä viikko saada lisää tietoa, viikolla Ouyssin onkologin kanssa käsiteltiin minun vakava sairastuminen pahaan tautiin. Sain positiivista mieltä. Onkologi oli ystävällinen ja empatiakykyinen – aivan mielettömän ihana.

Yhdistyksen löysin Irmelin kautta. Irmeli kävi minua katsomassa sairaalassa, jätti muutamia lehtiä luettavaksi. Kiinnostus heräsi.

Varsinaisesti liityin jäseneksi Oulun syöpäkuntoutuksen jälkeen. Tulin ensimmäisen kerran osaston kuukausitapaamiseen, hyvin solahdin joukkoon. Huomasin että kukaan meistä ei näpsyttele puhelinta, vaan ollaan aidosti läsnä, kahvia ja kastettavaa nauttien, kevyttä puheensorinaa.

Näin vakavan sairastumisen ja rankkojen hoitojen jälkeen en ole sama Maija kuin ennen sairastumista. Maailma on erilainen. Pohjimmiltaan olen sama ihminen mutta näkökulmat ovat muuttuneet.

Kontrollit jatkuvat TAUSin korvapoliklinikalla vuosia eteenpäin. Jos ja kun selviän tästä hengissä teen jotain super kivaa, joka tuo hyvää mieltä itselleni!

# TAHDON!

*rakkauden tarinoita*

K... kauden tarinoita  
ja... tttelyn täydeltä.  
... omaan hää-  
... kuljettaa  
... nia häitäsi  
... ös vain  
... kuja,  
... 0-luvun  
... inta, jonka  
... elykruunu.



# On tärkeä rentoutua lomalla!

Teksti: Mika-Matti Trogen

Loma-ajat ja rentoutuminen ovat tärkeitä elementtejä terveellisen ja tasapainoisen elämän kannalta. Nykypäivän kiireisessä maailmassa, jossa teknologia ja työ vaativat jatkuvaa läsnäoloa, on entistä tärkeämpää pitää huolta omasta hyvinvoinnistaan. Loma-ajat tarjoavat mahdollisuuden irrottautua arjen kiireistä ja antavat meille tilaisuuden rentoutua ja palautua.

Loman aikana on tärkeää unohtaa työasiat hetkeksi ja keskittyä itseensä. On hyvä luoda selkeä raja työn ja vapaa-ajan välille.

Tämä auttaa vähentämään stressiä ja antaa tilaa levätä ja rentoutua. Loma tarjoaa mahdollisuuden tehdä asioita, joita arjen kiireessä ei ehkä ehdi tai jaksaa tehdä. Voit lähteä matkalle uusiin maisemiin, viettää aikaa perheen ja ystävien kanssa, harrastaa omia kiinnostuksenkohteita tai vain nauttia rauhasta ja hiljaisuudesta.

Rentoutuminen ei kuitenkaan rajoitu pelkästään loma-aikoihin. Se on tärkeää myös arjessa, jotta jaksamme paremmin. Rentoutumiseen voi kuulua erilaisia aktiviteetteja, kuten meditointia, joogaa, lukemista, musiikin kuuntelua tai kävely luonnossa.

Jokaisella on omat tapansa rentoutua, ja on tärkeää löytää ne juuri itselle sopivat keinot.

Loman ja rentoutumisen hyödyt ulottuvat pidemmälle kuin pelkkään hetkelliseen hyvään oloon. Ne edistävät myös terveyttä ja hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Stressin vähentyessä ja mielen rauhoittuessa kehomme voi palautua paremmin ja saada enemmän energiaa. Rentoutuminen auttaa myös lisäämään luovuutta ja keskittymiskykyä sekä parantamaan unen laatua.

On tärkeää muistaa, että loma-ajat ja rentoutuminen eivät ole ylellisyyttä, vaan olennainen osa terveellistä elämäntapaa.

Ne ovat investointi omaan hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Vaikka arki saattaa välillä tuntua kiireiseltä ja lomat pitkän matkan päässä, voimme silti ottaa pieniä rentoutumishetkiä päivittäin. Pienetkin tauot arjen keskellä voivat tehdä suuren eron jaksamisessa ja hyvinvoinnissa.

Loma-ajat eivät automaattisesti tarkoita, että meidän täytyy lähteä kauas tai tehdä suuria suunnitelmia. Välillä parhaimmat lomat voivat olla niitä, jotka vietämme kotona tai lähialueilla, tekemällä yksinkertaisia asioita, joista nautimme.

Loma-ajan suunnittelu voi auttaa meitä saamaan enemmän irti rentoutumisesta.

Tehkäämme listoja asioista, joita haluamme tehdä tai paikoista, joissa haluamme käydä. Saatamme haluta kokeilla uusia harrastuksia, tutustua eri kulttuureihin tai vain viettää aikaa luonnossa. Tärkeintä on tehdä sellaisia asioita, jotka tuottavat iloa ja auttavat meitä irrottautumaan arjen rutiineista.

Loman aikana on myös tärkeää löytää tasapaino aktiivisen tekemisen ja lepäämisen välillä. Vaikka olisi houkuttelevaa täyttää päivät jatkuvalla menolla, meidän on an-

nettava kehollemme ja mielellemme aikaa levätä. Hyvä uni, terveellinen ravinto ja riittävä liikunta ovat tärkeitä osatekijöitä loma-ajan hyödyntämisessä.

Lisäksi kannattaa ottaa huomioon, että loma-ajat voivat olla erilaisia eri ihmisille.

Jotkut saattavat kaivata hiljaista aikaa yksinään, kun taas toiset nauttivat sosiaalisista tapahtumista ja ryhmäaktiiviteeteista. On tärkeää kuunnella omia tarpeitamme ja luoda loma, joka sopii juuri meille.

Kaiken kaikkiaan loma-ajat ja rentoutuminen ovat olennainen osa tasapainoista elämää. Ne antavat meille mahdollisuuden palautua, nauttia elämästä ja ladata akkumme uutta arkea varten. Vaikka loma-ajat voivat olla rajallisia ja harvinaisia, voimme silti ottaa pieniä rentoutumishetkiä arjen keskelle. Muistakaamme priorisoida oma hyvinvointimme ja varata aikaa loma-ajoille ja rentoutumiselle, sillä ne auttavat meitä olemaan parhaita versioita itsestämme.

Rentoutuminen ei aina vaadi suuria ponnisteluja tai erityisiä puitteita. Voimme löytää rentoutumisen hetkiä ja paikkoja arjen keskellä. Se voi olla hetki aamukahvikupin äärellä, jolloin annamme itsellemme luvan vain olla ja nauttia hetkestä. Se voi olla lyhyt kävely luonnossa tai hetki keskittymistä hengitykseen ja meditointiin.

Rentoutuminen voi myös liittyä omien mielenkiinnonkohteiden tai intohimojen parissa puuhasteluun. Se voi olla musiikin soittamista, maalaamista, lukemista tai puutarhanhoitoa. Nämä aktiviteetit auttavat meitä irrottautumaan arjen stressistä ja tuovat iloa elämään.

On myös tärkeää tiedostaa, että rentoutuminen ei ole ainoastaan henkistä, vaan se

## “Panostakaamme omaan hyvinvointiimme ja muistetaan antaa itsellemme lupa levätä”

voi sisältää myös fyysisen osan. Liikunta ja urheilu voivat olla erinomaisia tapoja rentoutua ja purkaa stressiä. Joogaharjoitukset, lenkkeily luonnossa tai vaikka uinti voivat auttaa meitä löytämään tasapainoa kehon ja mielen välillä.

Loman ja rentoutumisen aikana voimme myös kokeilla uusia kokemuksia ja haasteita. Se voi olla uuden harrastuksen aloittaminen, retki jonnekin uuteen paikkaan tai vaikka oppiminen uudesta taidosta. Uudet kokemukset antavat meille mahdollisuuden laajentaa näkökulmaamme ja saavuttaa henkilökohtaista kasvua.

Loma-ajat ja rentoutuminen ovat tärkeitä myös työelämässä. Tutkimukset osoittavat, että työntekijät, jotka ottavat säännöllisesti lomaa ja pitävät huolta rentoutumisestaan, ovat tuottavampia, luovempia ja motivoituneempia. Loma-ajat antavat meille mahdollisuuden palata töihin virkeinä ja energisinä, valmiina kohtaamaan uusia haasteita.

Joten, huolimatta kiireisestä elämästämme ja aikatauluistamme, muistetaan pitää loma-ajat ja rentoutuminen tärkeinä osana elämäämme. Ne auttavat meitä löytämään tasapainoa, parantamaan hyvinvointiamme ja nauttimaan elämän iloista. Panostakaamme omaan hyvinvointiimme ja muistetaan antaa itsellemme lupa levätä ja rentoutua, sillä se on avain terveelliseen ja onnelliseen elämään.

**Koronavirusepidemian vuoksi varmista osaston puheenjohtajalta tai sihteeriltä kokoontumisten toteutuminen.**

## ETELÄ-POHJANMAA

### Kokoontumispaikka

Seinäjoen järjestöalo  
Kalevankatu 2, Seinäjoki  
käyntiosoite: Ruukintie 1 (entinen Omena-hotelli)

### Kokoontumiset

Osaston kokoontumiset kuukauden  
viimeinen perjantai kello 14:00  
25.8., 29.9. ja 27.10

Muista mahdollisista kokoontumisista ja tapahtumista  
tiedotetaan sähköpostilla tai tekstiviestillä.

Tiedonkulun helpottamiseksi lähetä yhteystietosi  
Raunille niin saat tekstiviestillä tai sähköpostilla tietoja  
paikallisista tapahtumista. Raunin yhteystiedot  
löytyvät alta.

TERVETULOA kaikki osastonjäsenet sekä  
muut toiminnastamme kiinnostuneet

### Osaston yhteyshenkilöt

Rauni Käpynen  
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Seinäjoki  
0400 363 976 tai rauni.kapynen@netikka.fi

Olli Iso-Tuisku  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Ilmajoki  
0500 268 105 tai olliisotuisku@gmail.com

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

Yhteyshenkilöt auttavat osaston ja  
tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.

## KESKI-SUOMI

Osastolle kaivataan aktiivisia toimijoita.  
Toiminnasta kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteyttä.

### Yhteystiedot:

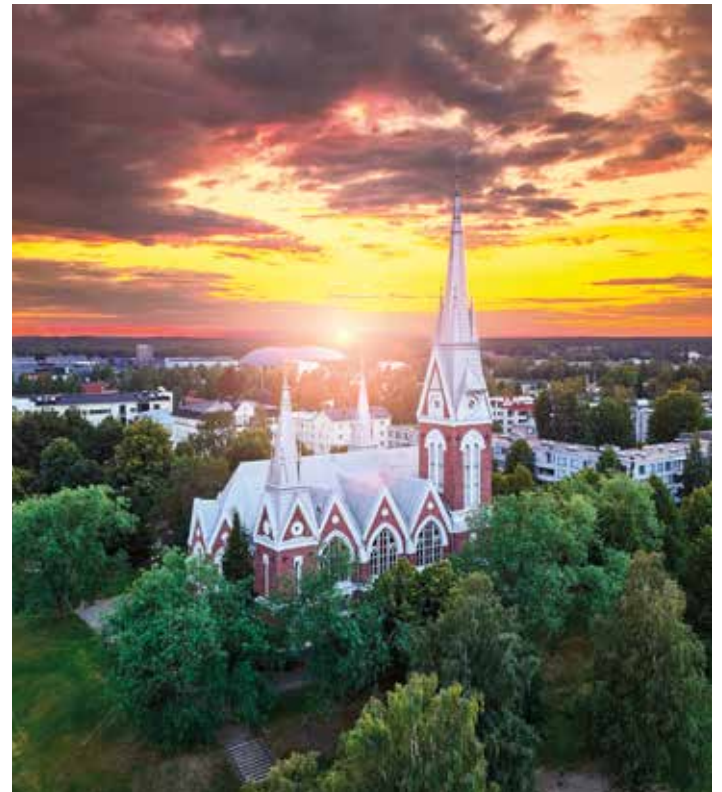
Sähköposti toimisto@le-invalidit.fi  
Toiminnanjohtaja 040 514 6045

## POHJOIS-KARJALA

Osastolle kaivataan aktiivisia toimijoita.  
Toiminnasta kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteyttä.

### Yhteystiedot:

Sähköposti toimisto@le-invalidit.fi  
Toiminnanjohtaja 040 514 6045



## KYMENLAAKSO

### Kokoontumiset

Syyskauden mahdollisista tapahtumista tiedotetaan tarkemmin sähköpostilla tai tekstiviestillä.

Yhteydenottojen helpottamiseksi toivomme, että mahdollisimman moni ilmoittaa sähköpostiosoitteen josta hänet tavoittaa.

Osaston yhteyshenkilönä toimii Raija Maja, yhteystiedot alla.

### Osaston yhteyshenkilöt

Raija Maja  
Kouvola  
puh. 050 573 7513  
maja.raija@gmail.com

Yhdistyksen toimisto  
Merja Lindqvist  
toiminnanjohtaja  
puh. 040 514 6045

Yhteyshenkilöt auttavat osaston toimintaan ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.



## POHJOIS-SAVO

### Kokoontumispaikka

Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry  
Kuninkaankatu 23b, Kuopio

### Kokoontumiset

Kokoontumiset joka kuukauden ensimmäinen tiistai kello 14:30

5.9., 3.10., 7.11. ja 5.12.

Muista mahdollisista kokoontumisista ja tapahtumista tiedotetaan sähköpostilla tai tekstiviestillä.

Tiedonkulun helpottamiseksi lähetä yhteystietosi Lotalle niin saat tekstiviestillä tai sähköpostilla tietoja paikallisista tapahtumista. Lotan yhteystiedot löytyvät alta.

TERVETULOA!

### Osaston yhteyshenkilöt

Anita Jämsen  
puheenjohtaja  
Kuopio  
040 737 5573 tai  
anita.hepskukkuu@gmail.com

Antti Kantelinen  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Kuopio  
040 716 5955

Mira Iso-Järvenpää  
sihteeri  
Vartiala (Kuopio)  
040 353 7517 tai  
mira.isojarvenpaa@gmail.com

Marlis Patja  
taloudenhoitaja  
Kuopio  
050 545 3415 tai  
marlis.patja@gmail.com

Yhteyshenkilöt auttavat osaston toimintaan ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.

**Koronavirusepidemian vuoksi varmista osaston puheenjohtajalta tai sihteeriltä kokoontumisten toteutuminen.**

## POHJOIS-SUOMI

### Kokoontumispaikka

Aleksinkulma  
Aleksanterinkatu 9, Oulu

### Kokoontumiset

Kokoontumiset joka kuukauden  
toinen maanantai kello 12:00

11.9., 9.10., 13.11. ja 11.12.

Muista mahdollisista kokoontumisista ja tapahtumista  
tiedotetaan sähköpostilla tai tekstiviestillä.

Tiedonkulun helpottamiseksi lähetä yhteystietosi  
Eijalle niin saat tekstiviestillä tai sähköpostilla tietoja  
paikallisista tapahtumista.

Eijan yhteystiedot löytyvät alta.  
Kahvitarjoilun järjestämiseksi ilmoitathan  
tulostasi sihteerille.

TERVETULOA JOUKKOOMME!

### Osaston yhteyshenkilöt

Sakari Pelkonen  
puheenjohtaja  
Haapavesi  
044 567 2452 tai  
sakari.pelkonen@gmail.com

Antti Lamminpää  
varapuheenjohtaja  
Oulu  
040 574 0694 tai  
antti.lammipaa@dnainternet.net

Eija Matero  
sihteeri, rahastonhoitaja  
syöpätautien sairaanhoitaja OYS, KNKT PLK  
050 545 2693 tai  
eija.matero@gmail.com

Yhteyshenkilöt auttavat osaston toimintaan  
ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa

## PÄIJÄT-HÄME

### Kokoontumispaikka

Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry  
Hämeenkatu 7 A, Lahti

### Kokoontumiset

Kokoontumiset alla mainittuina torstaipäivinä kello 17:30  
26.10. ja 30.11. (pikkujoulukahvitus)

Syksyn aloituspalaverin paikka ja aika avoin

HUOM! Mahdolliset muutokset löytyvät verkkosivuilta:  
<https://www.le-invalidit.fi/paikallisosastot/paijathame.shtml>

Tiedon saamiseksi ja tiedonkulun helpottamiseksi lähetä  
yhteystietosi Tuomolle niin saat tekstiviestillä tai sähkö-  
postilla tietoja paikallisista tapahtumista.  
Tuomon yhteystiedot löytyvät alta.

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

### Osaston yhteyshenkilöt

Jukka Purho  
puheenjohtaja  
Kärkölä  
040 514 2635 tai  
jukka.purho43@gmail.com

Tuomo Mikkonen  
sihteeri, rahastonhoitaja,  
tukihenkilö kurkunalue  
Lahti  
040 5188 960 tai  
tjmikkonen@gmail.com

Yhteyshenkilöt auttavat osaston ja  
tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.

## SAIMAA

Kuulut Saimaan osastoon kun asut Mikkelin, Savonlinnan tai Etelä-Karjalan keskussairaaloiden vaikutusalueella.

Muista mahdollisista kokoontumisista ja tapahtumista tiedotetaan sähköpostilla tai tekstiviestillä.

Tiedon saamiseksi ja tiedon kulun helpottamiseksi lähetä yhteystietosi Vesalle, Jaanalle tai Merjalle niin saat tekstiviestillä tai sähköpostilla tietoja paikallisista tapahtumista.

Yhteystiedot löytyvät alta.

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAMME!

### Kokoontumiset

Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voit tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.

### Osaston yhteyshenkilöt

Jaana Wilska  
Simpele  
050 573 2591 tai jaanawilska@hotmail.com

Merja Lindqvist  
sihteeri, rahastonhoitaja  
yhdistyksen toimisto  
040 514 6045 tai merja.lindqvist@le-invalidit.fi

Yhteyshenkilöt auttavat osaston toimintaan ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.



## TURKU

### Kokoontumispaikka

Kokoontumiset mainittuina maanantaipäivinä kello 12:00

11.9., 9.10. ja 13.11.

11.12. vietetään pikkujoula Rymättylässä kello 15 alkaen, ilmoittaudu Merjalle 30.11. mennessä, samalla saat tulo-ohjeet

Tiedon saamiseksi ja tiedon kulun helpottamiseksi lähetä yhteystietosi Keijolle tai Merjalle niin saat tekstiviestillä tai sähköpostilla tietoja paikallisista tapahtumista. Yhteystiedot löytyvät alta.

Tervetuloa kaikki jäsenet ja muut toiminnastamme kiinnostuneet!

### Osaston yhteyshenkilöt

Keijo Kulmala  
puheenjohtaja  
Turku  
050 524 9592 tai  
keijo.kulmala@hotmail.com

Jouko Kaatrakoski  
varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue  
Turku  
040 482 3290

Merja Lindqvist  
sihteeri, taloudenhoitaja  
Naantali  
040 531 6424 tai  
merjakr.lindqvist@gmail.com

Yhteyshenkilöt auttavat osaston ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.

# Osastojen kalenterit

**Koronavirusepidemian vuoksi varmista osaston puheenjohtajalta tai sihteeriltä kokoontumisten toteutuminen.**

## TAMPERE

### Kokoontumispaikka

Alla mainittuina lauantapäivinä kahvin ja mukavan jutustelun merkeissä kello 12:00

16.9., 14.10. ja 11.11.

16.12. joulujuhla, paikka ilmoitetaan myöhemmin

17.7. klo 18:00 Pyynikin kesäteatteri: Pesäjako  
Liput 20 €, varaukset ja lisätiedot Anja Salonen  
puh.040 7216163

18.8. kesäinen laivaretki Laukon kartanoon,  
ilmoitus toisaalla tässä lehdessä.

Lämpimästi tervetuloa!

Puheterapiaryhmät kokoontuvat  
TAYS:n silmäkeskuksessa krs. 3

Kun syksyn 2023 kokoontumispäivät varmistuvat,  
löydät ne verkkosivuilta

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

Silmäkeskus sijaitsee samassa rakennuksessa kuin po-tilashotelli Norlandia Care. Silmäkeskukseen kuljetaan Teiskontieltä Kuntokadun ja Biokadun kautta, seuraa hotelliopasteita. Maksullisia pysäköintipaikkoja on silmäkeskuksen edessä sekä rakennuksen sivulla olevalla pysäköintialueella.

Paikalla puheterapeutti ja/tai syöpäsairaanhoitaja, mahdollisuus kysymyksille ja kokemusten jakamiselle. Kokoontumisissa on mukana myös vierailevia asiantuntijoita. Läheiset ovat myös tervetulleita!

Ryhmään voi tulla ilman ennakoilmoittautumista.  
Tiedustelut syöpähoitaja Anne Ollgren puh. 03 3116 5395  
(8:00 - 15:00) tai [anne.ollgren@pshp.fi](mailto:anne.ollgren@pshp.fi)

### Osaston yhteyshenkilöt

Jari Veija  
puheenjohtaja  
Ylöjärvi  
045 221 4141 tai [jari.veija@pirha.fi](mailto:jari.veija@pirha.fi)

Saima Sampakoski  
varapuheenjohtaja  
Tampere

0400 831 236 tai [saima.sampakoski@gmail.com](mailto:saima.sampakoski@gmail.com)

Marja Toivonen  
sihteeri  
Tampere

050 480 3053 tai [marjatoivonentampere@gmail.com](mailto:marjatoivonentampere@gmail.com)

Marja-Liisa Pekkanen  
rahastonhoitaja  
Orivesi

050 351 2983

[mliisapekkanen@gmail.com](mailto:mliisapekkanen@gmail.com)

## HÄMEENLINNA

Hämeenlinnan ryhmällä ei kokoontumisia.

Heikki Roiha  
yhteyshenkilö, tukihenkilö kurkunalue  
Hämeenlinna  
044 510 2912 tai [roihaheikki@gmail.com](mailto:roihaheikki@gmail.com)

Tarja Suominen  
yhteyshenkilö, tukihenkilö suunalue  
Hämeenlinna  
040 584 4232 tai [tarja.suominen91@gmail.com](mailto:tarja.suominen91@gmail.com)

Yhteyshenkilöt auttavat osaston toimintaan ja tukihenkilötoimintaan liittyvissä asioissa.



## UUSIMAA

### Kokoontumispaikka

Etelä-Suomen Syöpäyhdistys  
Itämerenkatu 5 A 6 (käynti sisäpihalta, 6 krs)  
Helsinki, Ruoholahti

### Kokoontumiset

Kokoontumiset mainittuina päivinä kello 13:00 – 15:00

21.9., 19.10 ja 16.11.

14.12. klo 16:30 pikkujoulu Tarun kodissa  
Mankaankallio 14, Espoo

Ilmoita tulostasi Tarulle 8.12. mennessä

Tiedon saamiseksi ja tiedonkulun helpottamiseksi lähetä  
yhteystietosi Tarulle tai Merjalle niin saat tekstiviestillä  
tai sähköpostilla tietoja paikallisista tapahtumista.  
Yhteystiedot löytyvät alta.

Tervetuloa kaikki jäsenet sekä muut toiminnastamme  
kiinnostuneet!

### Osaston yhteyshenkilöt

Yrjö Särkinen  
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue  
Espoo  
040 774 3732 tai yrjo.sarkinen@gmail.com

Taru Först  
sihteeri, tukihenkilö omainen  
Espoo  
040 725 7076 tai taru.forst@saunalahti.fi

Merja Lindqvist  
taloudenhoitaja  
yhdistyksen toimisto  
040 514 6045 tai  
merja.lindqvist@le-invalidit.fi

Yhteyshenkilöt auttavat osaston ja tukihenkilötoi-  
mintaan liittyvissä asioissa.

Saapumisohjeet Etelä-Suomen  
Syöpäyhdistyksen toimistolle.

Kulkeminen julkisilla liikennevälineillä  
Itämerenkadulle Helsingin rautatieasemalta  
Aseman edessä olevalta pysäkiltä  
(aseman puoleinen raide) pääsee  
raitiovaunuilla nrot 7 ja 9, joista  
kannattaa nousta pois Länsilinkki -nimisellä  
pysäkillä. Kävelymatkaa n. 350 m.

Metrolla tultaessa valitaan länteenpäin menevä  
metro ja poistutaan Ruoholahden metroasemalla.  
Ruoholahden n. 400 m.

Saavuttuasi rakennuksen A-rapun luo,  
soita oven oikealla puolella olevaa summeria ja  
odota, että sinulle vastataan. Voit myös soittaa  
numeroon 044 730 3300.

Helsingin seudun reittioppaaseen pääset  
tästä linkistä <https://reittiopas.hsl.fi/>

Raitiovaunu nro 8, joka kulkee Itämerenkatua pitkin ei  
mene Rautatieasemalle, vaan kulkee Töölön  
kautta Oopperan ja Linnanmäen ohi Arabianrantaan.

Helsingin seudun reittioppaaseen pääset  
verkossa [reittiopas.hsl.fi](https://reittiopas.hsl.fi)



# TAMPEREEN OSASTON KESÄRETKI

Perjantaina 18.8.2023

---

## LAIVAMATKA LAUKON KARTANOON Rajaton -yhtyeen konserttiin

Lähtö Laukon torilta kello 15.00 ja paluu kotisatamaan kello 22:30

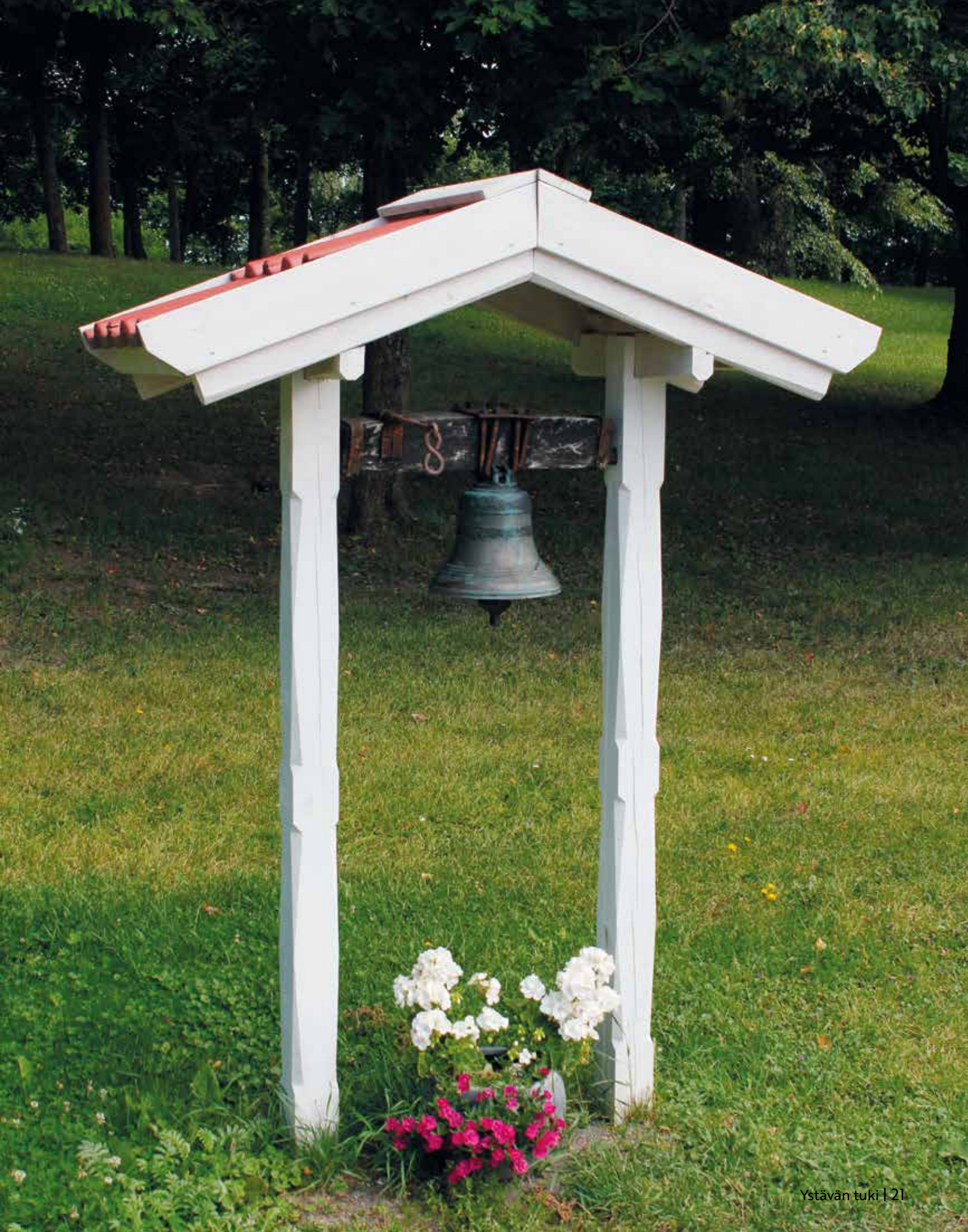
Retken hinta 40 € / jäsen ja muilta 99 € / henkilö. Mukaan mahtuu 30 henkilöä.

Hintaan sisältyy menopaluu laivalla, ruokailu noutopöydästä menomatalla sekä konsettilippu.

Lisätietoa retkestä saa tarvittaessa Anja Saloselta puh. 040 721 6163  
Ilmoittuminen 10.7. mennessä Anjalle.

Tervetuloa mukaan!  
Tampereen osaston johtokunta





# Lehden valmistuminen on monen työvaiheen summa

Teksti: Mika-Matti Trogen

Olen suorittanut graafista suunnittelua ja lehden taittoja moniin eriin järjestölehtiin vuodesta 1994 alkaen. Tuotettuja lehtiä minulla on takana jo reilusti yli tuhat. Yhden lehden tuottamiseen kuluu kaiken kaikkiaan monien eri ihmisten toimesta kymmeniä ja joskus jopa satoja työtunteja.

Lukija ei välttämättä ymmärrä kuinka monien käsien kautta loppujen lopuksi kulkee ennen kuin se tipahtaa postilaatikosta kotiin luettavaksi. Tein tämän kirjoituksen avatakseni koko lehden tuotantoon alusta loppuun mahdollisimman tarkasti, tervetuloa siis lehden tuotantomatkalle kanssani.

## Alkuun ulkoasun suunnittelu

Suunnittelu lähtee ensin liikkeelle lehden koosta. Kokoja on monia erilaisia. Tänä päivänä yleisin meidän käyttämä koko on 220x280mm. Aikaisemmin järjestölehtiä painettiin pääasiassa A4 (210x297) kokoon.

Tämän jälkeen suunnitellaan mm. Palstan leveydet ja marginaalien leveydet.

## Typografian suunnittelu

Typografialla tarkoitetaan tekstiin, kirjasin-tyyppeihin, kirjainten asetteluun ja väritykseen liittyvää suunnittelua sekä sommittelua. Tavoitteena typografialla on helpottaa viestin oikeanlaista välittymistä. Typografia antaa kirjoitetulle kielelle halutunlaisen visuaalisen



muodon. Mielestäni typografian suunnittelu ja merkittävä osa lehden graafista suunnittelua. Pääsääntöisesti päätetään otsikoiden, väliotsikoiden, leipätekstien ja kuvatekstien fontit ja niiden värit. Myös rivinvälit ja etäisyydet objekteihin ja kuviin kuuluvat osana tähän suunnitteluun.

## Sisällön suunnittelu

Päätoimittajan tehtäviin kuuluu olennaisena osana lehden sisällön suunnittelu. Tähän kuuluvat mm. eri kirjoitusten sijoittelu lehteen ja juttujärjestys. Päätoimittaja lähettää ensin suunnitelman taittajalle ja sen jälkeen hän lähettää itse artikkelit kuvineen. Tässä vaiheessa artikkeleiden tekstit ovat jo oikoluettu kertaalleen ja toimitettu materiaali on tässä vaiheessa ns. valmista materiaalia.

## Taitto

Taittaja sijoittaa lehteen otsikot ja tekstit. Muokkaa väliotsikot ja luo nostot ja ingressit. Kuvien sijoittelua ennen kaikkiin kuviin tehdään kuvankäsittely, jossa parannellaan kuva painovalmiiksi ja käsitellään värit painokelpoiseksi. Taittaja tekee sivujen visuaalisen ilmeen ja lisää myös tarvittaessa ikonit ja



## Painosta lehdet kiitävät kohti postitusta”



muut materiaalit. Mikäli materiaalissa ei ole mukana kuvia, taittaja hankkii juttuun tarvittavat kuvituskuvat.

Mainosmyynti ja mainosten valmistaminen Mainosmyynti on olennainen osa järjestölehteä. Myyjät soittavat tuhansia puheluita ja lähettävät satoja tarjouksia yrityksille, joista vain osa tulee mukaan ilmoittamaan lehteen.

He raportoivat mainosten valmistamisohjeet graafiselle suunnittelijalle, joka valmistaa mainokset ohjeiden mukaan. Suunnittelija ottaa myös vastaan mainostajien toimittamat materiaalit ja vastaa siitä, että lehteen tulee juuri mainostajan tarkoittama aineisto. Tarvittaessa mainostajalle lähetetään vedos ilmoituksesta. Mainosmateriaalista kasataan lopulta valmiit sivut, jotka toimitaan lehteen

taittajalle, joka sijoittaa ne lehteen oikeille paikoilleen.

Samaan aikaan laskuttaja luo ilmoittajista laskuja myyjien ohjeistuksen mukaan. Laskutus suoritetaan loppuun sitten kun lehti painetaan, jokaiselle ilmoittajalle toimitetaan aina lehti laskun ohessa.

### Kohti painokonetta

Kun kaikki materiaali on saatu lopulta valmiiksi ja päätoimittaja on vedoksien / korjauksien jälkeen hyväksynyt lehden painovalmiiksi, alkaa lehden siirtäminen painotalon tuotantoon. Lehti toimitetaan ns. painovalmiina PDF-tiedostona, jossa on valmiina leikkausmerkit. Aineiston vastaanottamisen jälkeen painon työntekijä tarkastaa aineiston ja monta kertaa lehteen tehdään vielä tässä vaiheessa korjauksia.

Tämän jälkeen lehti tulostetaan CTP-tulostimella painopellille, jonka jälkeen työ siirtyy siihen sopivaan painokoneeseen. Meidän tapauksessamme itse painotyö suoritetaan 4- ja 5-väri Heidelberg Speedmaster painokoneilla. Painamisen jälkeen tehdään lehden jälkikäsitteily mm. sivujen lajittelu ja arkkien leikkaaminen, kunnes lehti on valmiina jakeluun.

### Konepostitus

Painosta lehdet kiitävät kohti postitusta. Postitus suoritetaan määrien mukaan, joko käsipostituksena tai konepostituksena. Pääasiassa meidän tapauksessamme käytetään konepostitusta, joka on tehokas ja nopea tapa saada lehdet maailmalle. Jakelua varten osoiterekisterin ylläpitää ja toimittaa lehden julkaisija.

### Lopuksi

Yhteenvetona lehden tekeminen on monien erien ihmisten yhteinen ponnistus. Tuotantovaiheita on monia ja aikatauluissa pysyminen vaatii ammattitaitoa ja tarkkuutta.

Mukavia lukuhetkiä

Periaatteet hoitopäiväkorvauksen suorittamisesta ovat kääntöpuolella

Jäsenen nimi \_\_\_\_\_ Jäsen nro \_\_\_\_\_

Osoite \_\_\_\_\_

Postitoimipaikka \_\_\_\_\_ Puhelin nro \_\_\_\_\_

Sähköpostiosoite \_\_\_\_\_

Tilinumero \_\_\_\_\_

Diagnoosi \_\_\_\_\_

Hoitopäiväkorvausta haetaan ajalta

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

\_\_\_\_/\_\_\_\_-\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_

**Sairaudesta ja hoitoajasta sekä hoitopaikasta on esitettävä joko sosiaalityöntekijän todistus, lääkärinlausunto tai muu vastaava selvitys.**

### Suostumus arkaluontoisten tietojen käsittelyyn

Annan Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistyksen hoitopäiväkorvauksia hoitaville työntekijöille luvan käsitellä tässä hakemuksessa antamani terveys- ja muita henkilötietojani.

Kaikki toimittamani tiedot käsitellään luottamuksellisina. Sähköisessä muodossa olevat tiedot on suojattu käyttäjätunnuksilla ja salasanoilla. Kirjallisessa muodossa olevia tietoja säilytetään lukitussa kaapissa, johon on pääsy vain hoitopäiväkorvauksia hoitavilla työntekijöillä.

Hoitopäiväkorvaushakemus ja siinä antamani tiedot hävitetään hakemustani seuraavan kalenterivuoden loppuun mennessä.

\_\_\_\_\_  
Päiväys

\_\_\_\_\_  
Hoitopaikan allekirjoitus ja nimen selvennys

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



# 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 elässään maksettu korvausta

2 Hakemus tulee täyttää huolellisesti. Kohdat diagnoosi, hoitoaika tai hoidossa käyntikerrat, sekä korvauksen saajan pankkitilin numero ovat edellytyksenä korvauksen saamiselle.

Hoitopäiväkorvausta on haettava Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistykseltä kuuden (6) kuukauden kuluessa siitä päivästä alkaen, josta sitä halutaan saada. Muutoin hoitopäiväkorvaus on menetetty.

Korvausta haettaessa on esitettävä sairaalan tai sosiaalityöntekijän antama tai muu luotettava selvitys siitä, että jäsen on ollut hoidettava kohdassa 1 mainittujen syöpäsairauksien vuoksi.

3 Korvaus hoitopäivältä, poliklinikka- ja hammaslääkärikäyntikerralta on kaksi euroa.

Korvauksen suuruus tarkistetaan vuosittain.

4 Hoitopäiväkorvausta ei makseta pysyvässä laitoshoidossa tai kotisairaalahoidossa olevalle jäsenelle.

5 Hoitopäiväkorvauksen maksamisen edellytyksenä on, että yhdistyksen jäsenmaksu on suoritettu.

# KUTSUMME

sinut, puoliso, ystäväsi tai tuttavasi Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistykseen jäseneksi ja tukemaan työtämme kurkun- ja suunalueen syöpäpotilaiden ja heidän läheistensä parissa.

**JÄRJESTÄMME** tukihenkilötoimintaa, sopeutumisvalmennusta, loma- ja virkistystoimintaa sekä paikallista toimintaa paikallisosastoissa

**JULKAISUT** Ystävän Tuki jäsenlehti, kolme numeroa vuodessa maksutta  
valtakunnallinen Syöpä – lehti neljä numeroa vuodessa maksutta

**ALENNUKSET** Kyyrönkaidan kurssikeskuksen majoituspalveluista  
Loma- ja virkistysviikot Kyyrönkaidassa, osallistumismaksuista  
Korvataan kaksi euroa kurkun- ja suunalueen syöpäsairaudesta johtuvalta hoitopäivältä ja poliklinikkakäynniltä sekä hammashoidosta käyntikerralta.

## JÄSENEKSI LIITTYMINEN

- osoitteessa [www.le-invalidit.fi](http://www.le-invalidit.fi) > jäsenyyks > liity jäseneksi (tutustu tietosujojaan)
- puhelimitse 040 514 6045
- paikallisosastojen yhteyshenkilölle
- postittamalla alla oleva liittymislomake

## JÄSENMAKSU 30 € - Täytä lomake selkeällä käsialalla



**Nimi** \_\_\_\_\_

**Päiväys** \_\_\_\_\_

**Lähiosoite** \_\_\_\_\_

**Postitoimipaikka** \_\_\_\_\_

**Puhelinnumero** \_\_\_\_\_

**Sähköpostiosoite** \_\_\_\_\_

### Jäsenyyttä ja sairautta koskevat tiedot:

Syntymäaika \_\_\_\_\_

**kurkunpäänsyöpä**, sairastumisvuosi \_\_\_\_\_

**suunalueen syöpä**, sairastumisvuosi \_\_\_\_\_

**nielunalueensyöpä**, sairastumisvuosi \_\_\_\_\_

**kannatusjäsen**

En halua, että tietojani luovutetaan yhdistyksen osastojen käyttöön (osaston jäsenposti)

En halua, että tietojani luovutetaan Syöpäjärjestöjen toimintaan tai palveluihin liittyviin kyselyihin.

### Lähetä liittymislomake osoitteella:

SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

Järvenpääntie 129, 52420 Ristiina

## JÄSENREKISTERI

Jäsentiedot rekisteröidään jäsenrekisteriin, jossa käsitellään jäsenten henkilötietoja. Rekisteriä ylläpitää Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry. Rekisteröidyllä (jäsenellä) on oikeus tarkastaa häntä koskevat rekisterissä olevat tiedot ja saada jäljennös häntä koskevista tiedoista. Tarkastuspyyntö tulee esittää yhdistykselle kirjallisesti.

SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

Puh. +358 40 514 6045, Email. [toimisto@le-invalidit.fi](mailto:toimisto@le-invalidit.fi)

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

# Yhdistyksen 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 julkaisu- ja toimintaa.

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

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

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

4. § Jäsenmaksun suuruuden määrää vuosikokous varsinaisille ja kannatusjäsenille toimintavuodeksi kerrallaan.

Jos jäsen jättää jäsenmaksun suorittamatta kahdelta peräkkäiseltä vuodelta tai toimii yhdistyksen tarkoituksien 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 jäsenen hyväksi erityisen ansiokkaasti toimineen henkilön kutsumisesta kunniajäseneksi. Kunniajäsenellä on äänioikeus yhdistyksen kokouksissa. Kunniajäsen ei suorita jäsenmaksua.

5. § Yhdistyksen asioita hoitaa vuosikokouksen valitsema hallitus, johon kuuluu kuusi (6) kol-

meksi (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. Äänen 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 tarkoituksien toteuttamiseksi,

3. vastata yhdistyksen taloudesta ja omaisuudesta,

4. laatia toiminta- ja taloussuunnitelma,

5. vuosittain ennen maaliskuun 15 pv. antaa tilintarkastajille tarvittavat tili- ja asiakirjat hdistyksen talouden- ja hallinnon tarkastamista varten,

6. antaa vuosikokoukselle kertomus yhdistyksen toiminnasta edellisenä vuonna,

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 15. päivänä 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 tilintarkastaja ja heille varamiehet. Toisen varsinaisen ja varatilintarkastajan tulee olla yhdistyksen varsinainen jäsen,

6. määrätään jäsenmaksujen suuruus,

7. muut asiat, jotka yhdistyksen hallitus tai joku muu yhdistyksen jäsenistä haluaa käsiteltäväksi; jäsenen tekemä ehdotus esitettäköön 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 vuosikokouksessa tai seuraavassa vuosikokouksessa. Tätä koskeva päätös on pätevä, jos sitä kannattaa vähintään 3/4 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 3/4 annetuista äänistä. Jos yhdistys purkautuu, on sen varat luovutettava purkamiskokouksen päätöksen mukaan 2. §:ssä mainittuihin tarkoituksiin, ottaen huomioon lahjoittajien mahdollisesti antamat erikoismääräykset.