

Jäsentiedote 5/2021

Hämeenlinna 6.5.2021

Hyvä yhdistyksen jäsen

Kevät etenee ja kesän lämpimät lähestyvät. Maakunnan koronatilannekin näyttää vihdoinkin valoisammalta ja siksi avaamme Suvirannan toimintoja terveysturvallisuus huomioiden, ja muutokset kirjeessä oleviin tapahtumiin ovat mahdollisia koronatilanteesta johtuen. Mahdollisista muutoksista tiedotamme jäsenistöä. Suurten yleisötapahtumien toteutumiset ovat vielä epävarmoja ja näin ollen kesän teatteriretket siirrämme suosiolla vuodelle 2022.

Tässä tiedotteessa tiedotamme jäsenillemme yhdistyksemme loppukevään ja kesän 2021 toiminnasta. Seuraava Katukiikari-jäsenlehti lähetetään elokuussa ja siinä tiedotamme tulevan syksyn toiminnasta.

Kevätkokouksen siirtäminen

Yhdistyksen hallitus päätti kokouksessaan 22.3.2021 pyytää jäsenistöltä lupaa yhdistyksen kevätkokouksen siirtämiseen yhdistyksen säännöissä olevaa määräaikaa pidemmälle, koronatilanteen kannalta turvallisempaan ajankohtaan. Yhdistyksen jäsenet eivät ilmaisseet vastustustaan ja näin yhdistyksen hallitus päätti kokouksessaan 13.4.2021 siirtää kevätkokouksen Suvirantaan 12.6.21 klo 13.00 alkaen.

Kevätkokouskutsu

Kanta-Hämeen Hengitys ry:n sääntömääräinen kevätkokous lauantaina 12.6.21 klo 13.00 alkaen jäsenten kesänviettopaikka Suvirannassa, Suvirannantie 180, 14450 Hattula. Lounas klo 12.00 alkaen. Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset sekä muut hallituksen valmistelemat asiat. Etäosallistuminen kokoukseen on mahdollista. Ruokailuun, kuljetukseen tai etäosallistumiseen ilmoittautuminen sekä lisätiedot yhdistyksen toimistolle 3.6.21 mennessä. Kokousmateriaali toimitetaan jäsenille pyynnöstä sähköpostilla tai postitse. Kokousmateriaalia on jaossa myös Suvirannassa viikosta 20 eteenpäin. Tervetuloa!

Kanta-Hämeen Hengitys ry hallitus

Tilaisuuden ohjelma: klo 12–13 lounas, klo 13 kevätkokous ja klo 14.30 alkaen saunat lämpimänä. Ilmoittautuminen kuljetukseen, ruokailuun tai etäosallistumiseen 3.6.21 mennessä toimistolle: toimisto@khhengitys.fi tai 0400 164 021 tiistaisin ja torstaisin klo 9.00–12.00 ja keskiviikkoisin klo 14.00–17.00.

Bussikuljetus klo 10:40 Linja-autoasema, Turenki - klo 11:00 Hämeenlinna, Wetterhoff – klo 11:20 Parola Säästöpankkitori – klo 11:40 Iittala, Palotalo. Perillä Suvirannassa klo 12:00 ja paluukuljetus Suvirannasta lähtee klo 16:00. Yhdistys tarjoaa jäsenille bussikuljetuksen ja ruuan.



Suvirannan kesä 2021

Palvelut

Yhdistyksen jäsenet voivat omatoimisesti käyttää Suvirannan ulkoilumaastoja, nuotiopaikkoja ja pihapiiriä. Suvirannassa veneet, sup- laudat ja pihasta löytyvät liikunta- ja leikkivälineet ovat kaikkien jäsenten käytettävissä. Veneiden kanssa pyydetään olemaan huolellisia, jotta veneiden pohjiin ei synny reikiä. Jos kalastat, huolehdiathan että tarpeelliset kalastusluvut ja kalastonhoitomaksut ovat kunnossa, ja tietysti kalastusvälineet. Suvirannan vahtimestarilta saa kalastuslupia. Suvirannassa voi sienestää ja marjastaa vapaasti. Kaikki perkaamiset ja muut säilöntävalmistelut tehtävä ulkona tai kotona. Suviranta on savuton ja tuoksuton alue ja toivomme, että myös lemmikit jäävät kotiin. Näin pystymme tarjoamaan kaikille jäsenillemme hengitysterveellisen kesänviettopaikan.

Suvirannassa ei ole kahvilapalveluita vaan jokainen vie omat evänsä mukanaan. Yhteiset keittiötilat päärakennuksessa jääkaappeineen ja kahvikeittimineen ovat kaikkien käytettävissä. Alueella on grillikatos sekä ulkonuotiopaikka. Pyydämme jokaista ottamaan syömättä jääneet eväät mukaan pois lähtiessä, jotta tilaa on riittävästi uusien vieraiden käyttöön.

Vahtimestarit

Vahtimestarikausi Suvirannassa 17.5-31.8.21. Vahtimestareilta voi tiedustella vapaita huoneita ja mökkejä sekä varata saunavuoroja. Vahtimestari luovuttaa ja vastaanottaa avaimet mökeissä ja huoneissa majoittuville.

Vahtimestarin puhelinnumero on 040 451 4403 ja sähköposti vahtimestari@khhengitys.fi. Parhaiten vahtimestarin tavoittaa klo 10.00–12.00.

Käyttömaksut kesällä 2021

Majoittuminen

Kesäkausi ja kesäkauden hinnat Suvirannassa alkavat 1.6. ja päättyvät 31.8.21. Kesäaikana lomaviikko alkaa maanantaina klo 15.00 ja päättyy sunnuntaina klo 12.00.

Toivola ja Lepolinna:	400,-/viikko, 80,-/vuorokausi
Pikkumökkit 1 ja 2:	70,-/viikko, 12,-/vuorokausi
Päärakennuksen huoneet:	50,-/viikko, 10,-/vuorokausi

Matkailuautopaikka

40,- /viikko, 10,- /pv tai vrk

10,- /sähkö 1–7 vrk

Telttapaikka 5 €/vrk. Mökkeihin majoittujille teltan käyttö ilmaista.

Muiden hengitysyhdistysten käyttömaksut:

Toivola ja Lepolinna: 500,-/viikko, 120,-/vuorokausi
Pikkumökkit 1 ja 2: 120,-/viikko, 30,-/vuorokausi
Päärakennuksen huoneet: 80,-/viikko, 20,-/vuorokausi

Huoneiden ja mökkien lähtösiivous suoritetaan omatoimisesti. Siivouksen voi myös tilata etukäteen 100 € /kerta. Vahtimestari tarkistaa mökkien kunnan asiakkaan lähtiessä.

Suvirannassa majoittumisen voi maksaa kortilla Suvirannan vahtimestarille tai toimisto lähettää laskun jälkikäteen.

Saunat

Jäsensaunavuorot alkavat 1.6.2021. Jäsensauna tiistaisin kello 16–20 ja lauantaisin kello 15–19. Jäsensaunat jäsenille maksuton ja vieraille hinta 5 €/ hlö. Jäsensaunojen yhteydessä tarjotaan vapaaehtoisella omakustannehinnalla saunakahvit, jota varten voit varata itsellesi kolikoita mukaan.

Tilaus- ja perhesaunat päivittäin alkaen 17.5.21. Tilaussaunojen varaus vahtimestarilta tai merkintä varauslistaan päärakennuksen salissa. Ryhmäsauna jäsenille (perhesauna) 10 € /h. Toivolassa ja Lepolinnassa ja huoneissa asuville 10 €/h/mökki tai huone. Tilanteen mukaan vahtimestari on oikeuksia tehdä muutoksia saunajärjestelyihin.

Yhdistyksen tilat ovat tuoksuttomia, huomioithan tämän ja käytät tuoksuttomia hygieniatuotteita. Saunoissa ei käytetä vihtaa tai vastaa. Lämminvesivaraajan kapasiteetti on rajallinen, käytähän vettä säästeliäästi. Kun lähdet saunalta, ota mukaan kaikki omat tavarat, pyyhkeet jne.

Peruutusehdot

Suvirannan peruutusehdot: Varaus tulee perua 2 viikkoa ennen varauksen alkua. Mikäli varauksen peruu tämän jälkeen, peritään vuokrasummasta 15 % suuruinen peruutusmaksu.

Retkien ja tapahtumien peruutusehdot: Mikäli retkelle ilmoitettu henkilö ei osallistukaan retkelle tai tapahtumaan, on siitä aina tehtävä peruutus yhdistykseen ennen retken tai tapahtuman alkua. Maksun maksamatta jättäminen ei ole sama asia kuin peruuttaminen. Jos peruutus tehdään ennen viimeistä ilmoittautumispäivää, palautetaan osallistumismaksu takaisin. Sairaustapauksissa maksu palautetaan, mikäli peruutus on tehty ennen retken tai tapahtuman alkua. Muissa kuin sairaustapauksissa maksua ei palauteta.

Tapahtumat

22.5 Kevättalkoot

Suvirannan kevättalkoot klo 10.00, jonka jälkeen sauna alkaen klo 14.00. Ilmoittautuminen ja lisätiedot: Hannu Joensuu 050- 5269 814.

12.6.Kevätkokous

Kokouksen tiedot löydät tämän kirjeen alusta.

25.6 Juhannusjuhla

Suvirannan Juhannus alkaa klo 18.00 lipunnostolla ja yhteislaululla. Ohjelmassa myös sauna ja saunakahvit. Juhannusviikonlopun aikana jäseniä Suvirannassa viihdyttää Juha Haanperä. Juhannuspäivänä jäsensauuna klo 15.00–19.00.

27.7 Unikeonpäivänä – tietoa, tukea ja toimintaa uniapneaa ja keuhkohtaumaa sairastaville

Unikeonpäivänä klo 14.00 eteenpäin Suvirannassa on tarjolla tietoa, tukea ja toimintaa uniapneaa ja keuhkohtaumatautia sairastaville tai aiheista kiinnostuneille. Paikalla yhdistyksen uniapnea ja keuhkohtaumatauti vertaisohjaajia sekä kokemustoimijoita ja Hengitysterveyden asiantuntija. Ohjelmassa myös ohjattu liikuntahetki ja jäsensauuna lämpimänä klo 16.00–20.00.

14.8. Mato-ongintakilpailu

Suvirannassa klo 10–12 omat sarjat aikuisille ja lapsille. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Olavi Elo puh 040 084 9049. Jäsensaunat lämpimänä klo 15.00–19.00.

26.8.Senioreiden hyvinvointipäivä

Suvirannassa klo 12.00–17.00.Tule hakemaan virkeyttä ja voimia syksyn päiviin Senioreiden hyvinvointipäivästä. Ohjelmassa ruokailu, yhteislaulua, tietoiskuja ja ohjattua toimintaa hyvinvointiin liittyen. Saunat lämpimänä klo 15.00 alkaen.

Bussikuljetus Suvirantaan klo 10:40 Linja-autoasema, Turenki - klo 11:00 Hämeenlinna, Wetterhoff – klo 11:20 Parola Säästöpankkitori – klo 11:40 Iittala, Palotalo. Perillä Suvirannassa klo 12:00 ja paluukuljetus Suvirannasta lähtee klo 17:00. Bussikuljetuksen hinta 15 €/hlö ja se sisältää matkan molempiin suuntiin. Lounaan hinta 15 €/ hlö. Bussikuljetuksen ja lounaan yhteishinta on 30 €/hlö. Bussikuljetus ja ruokailu maksetaan kotiin lähetettävällä laskulla.

Ilmoittautuminen 17.8.21 mennessä toimistolle: toimisto@khhengitys.fi tai 0400 164 021 tiistaisin ja torstaisin klo 9.00–12.00 ja keskiviikkoisin klo 14.00–17.00.

11.9 Suvirannan kesäkauden päättäjaiset

Perinteiset kesäkauden päättäjaiset Suvirannassa klo 17.00–22.00. Päättäjäisissä on venetsialaisten tunnelmaa, yhteislaulua, saunomista ja pientä ohjelmaa.

Kuljetus: klo 15.30 Turenki, linja-autoasema - klo 16.00 Hämeenlinna, Wetterhoff - klo 16.20 Parola, Säästöpankkitori - klo 16.40 Iittala, Palotalo. Paluukyyti Suvirannasta lähtee klo 22.00.

Ilmoittautuminen 26.8. mennessä yhdistyksen toimistolle puh. 0400 164 021 tai toimisto@khhengitys.fi. Tiedustele kyytiä toimistolta. Illan aikana pientä tarjoilua. Muista ilmoittautua, vaikka tulisit omalla kyydillä.

Ajo-ohje Suvirantaan

Matka Hämeenlinnan Tiiriöstä (Prisma) 20,5 km.

Käänny Hämeenlinnan Tiiriöstä tielle 130, Tampereen suuntaan, jota ajetaan 10.5 km Hakinmäkeen. Hakinmäestä käännytään vasempaan Rimmiläntielle. Rimmiläntietä ajetaan 7,9 km, jolloin ohitetaan Könnölän maatilamatkailun rakennukset. 100 m myöhemmin käännytään jyrkästi vasemmalle Suvirannantielle. Suvirannan tietä ajetaan 1,6 km, jonka jälkeen käännytään taas jyrkästi vasempaan Suvirannan piha-alueelle menevälle tielle. Tien oikealla puolella on Suvirannan suuri parkkipaikka, josta päärakennukselle on matkaa 150 m. Jos olet alueen virkistyskäyttäjä, jätä autosi tälle parkkipaikalle. Jos taas olet mökkien varaaja, aja autosi suoraan mökin pihaan. Navigaattorilla löydät perille osoitteeseen Suvirannantie 180, 14450 Rimmilä tai Hattula, riippuen navigaattorista. ETRS89 koordinaatit Suvirannan päärakennukselle ovat 61 ast. 00.1958' ja 24 ast. 09.1444'

Silmujen toiminta

Janakkalan silmu

1.6.-31.8.21 klo 10.00–11.30 pelataan mölkkyä Tohvelanpuistossa Turengissa.

1.7.21 torstaina Suviranta-päivä Hattulan Takajärvellä

Ohjelmassa: soppalounas, iltapäiväkahvit, pihapelejä, ja saunat klo 16.00–18.00 sekä illan päätteeksi makkaran grillausta. Lähtö klo 11:30 Turengin linja-autoasemalta kimppakyydein.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen Marjatta Lehtonen puh. 0400- 139 845 sekä ruokarajoitukset viimeistään 28.6.21. Ilmoitathan samalla tarjoatko vai tarvitsetko kyydin.

3.8.21 tiistaina Syyskesä päivän vietto Hämeenlinnan Seudun Invalidien kesäkotinäytelmässä Niemelässä Rengossa bocciaa/mölkkyä pelaten invalidien kanssa. Juomme kahvit kahvileivän kera ja syömme grillimakkarat. Mahdollisuus rantasaunalla saunomiseen mutta omat saunavarusteet mukaan.

Lähtö Turengin linja-autoasemalta klo 11.30 kimppakyydein. Ilmoittautumiset viimeistään 29.7.21 Sisko Kytösaarelle puh. 0400 979508. Ilmoitathan samalla, tarjoatko vai tarvitsetko kyydin.

24.9.21 perjantaina menemme Riihimäen Teatteriin katsomaan Menoppausnäytelmää. Esitys alkaa klo 19.00. Lipun hinta 36 €/hlö. Raha kerätään henkilömäärän vahvistuksen jälkeen. Lähtö klo 17.45 Turengin linja-autoasemalta kimppakyydein. Ilmoittautumiset viimeistään 20.8.21 Sisko Kytösaarelle puh. 0400 979508. Ilmoitathan samalla, tarjoatko vai tarvitsetko kyydin.

Vertaisryhmät

7.6.21 klo 13.00 Astma vertaisryhmän retki Tervaniemeen. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Eira Pohjola 050- 550 9050.

16.6.21 klo 12.00 alkaen Vertaisryhmien videointipäivä Suvirannassa. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Matleena Aitasalo matleena.aitasalo@khhengitys.fi tai 0400 511 818

16.6.21 klo 17.00 alkaen Maskimiesten kokoontumisajot Suvirannassa. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Matleena Aitasalo matleena.aitasalo@khhengitys.fi tai 0400 511 818

21.6.21 klo 12.00–16.00 Vertaisohjaajien virkistyspäivä Suvirannassa. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Matleena Aitasalo matleena.aitasalo@khhengitys.fi tai 0400 511 818

14.7.21 klo 10.00 Astman vertaisryhmän virkistyspäivä Suvirannassa. Lisätiedot ja ilmoittautuminen Eira Pohjola 050- 550 9050.

Virkistys

Syksyn 2021 lomaosakeviikot

Tämänhetkisten tietojen mukaan ilmoitamme jäsenillemme syksyn 2021 lomaosakeviikkojen hausta. Tilanne lomaosakeviikkojen käytöstä syksyllä 2021 voi kuitenkin muuttua viranomaisten ohjeistuksien mukaan.

Kanta-Hämeen hengitys ry:llä on lomaosakeviikkoja, joita yhdistyksen jäsenet voivat käyttää loman viettoon. Lomaosakkeeseen voi majoittua yksi perhe kerrallaan. Lomaosakkeet ovat hyvin varusteltuja huoneistoja. Hintaan sisältyvät liinavaatteet.

Tampereen Kylpylä

viikot 33, 34, 35 ja 36

Viikko alkaa aina edellisviikon perjantaina klo 16.00.

Hinta 320 €/ viikkoa

Kohteessa ohjattua lomaohjelmaa ja mahdollisuus varata kylpylähoitoja. Kylpylän käyttö ei sisälly lomaviikon hintaan. Viikko voidaan jakaa kahteen osaan, jolloin puolikkaan viikon hinta on 200 €, mikä sisältää välisiivouksen. Pe illasta klo 16.00 – ma aamuun klo 11.00, ma illasta klo 16.00 – pe aamuun klo 11.00

Ylläs, Äkäslompolo

viikko 37 (7.9.–14.9.)

Ylläksen Lomaviikot; kelo huoneisto 44 m² + parvi 16 m² paritalossa; 1 mh, parvi, tupa, keittiö, sauna, pesuhuone, wc, terassi ja varasto sekä suksien huoltotila. Vuodepaikat 4+2.

Hinta 390 €/ viikko

Saariselkä, Kermikkä

viikko 47 (16.–23.11.)

4–6 hengelle varusteltu lomahuoneisto rivitalossa. 1H + kk+ s 44 m² + parvi n. 30 m². Kodikas parvella varustettu huoneisto, jossa makuuhuone, olohuone, keittiö, kylpyhuone, sauna ja wc. Vuodepaikat yhteensä kahdeksalle: parivuode makuuhuoneessa, neljä erillistä sänkyä parvella sekä levitettävä vuodesohva kahdelle. Lukollinen ulkovarasto. Sähköpistoke autolle saatavilla.

Hinta 390 €/ viikko

Tahkovuori, Nilsjä

viikko 37 (6.–13.9.)

2–4 hengelle varusteltu lomahuoneisto omatoimiseen lomaviettoon. Hyvät ulkoilumaastot, kylpylä ja golf-kenttä lähellä sekä kalastusmahdollisuus Syvärillä

Hinta 320 €/ viikko

Varaukset yhdistyksen toimistolle ti ja to klo 9.00–15.00, ke klo 14.00–17.00 puh. 0400 164 021 tai toimisto@khhengitys.fi 22.6.2021 mennessä. Etusijalla ovat henkilöt, jotka eivät ole käyttäneet lomaosakeviikkoja aiemmin. Tasaveroisten hakijoiden välillä suoritetaan arvonta. Varauksen saaneille ilmoitetaan henkilökohtaisesti ja varaus vahvistetaan maksamalla varausmaksu. Myöhemmin kuin kuukautta ennen lomaviikon alkua peruutetuista varauksista ei makseta palautusta.

Liikunta

Asahi- terveystyöryhmä 20.5-17.6.21 torstaisin klo 16.00–17.00 Linnan Puistossa yhteensä 5 kertaa. Kurssin ohjaa Tapio Aaltonen Asahi Nordic C-lisenssi ohjaaja. Kurssin hinta on 45 €/ hlö. Lisätiedot ja ilmoittautumiset yhdistyksen toimistolle toimisto@khhengitys.fi tai 0400-164 021. Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Kanta-Hämeen Muistiyhdistyksen kanssa.

Syksyn liikuntaryhmistä tiedotamme elokuun Katukiikarissa ilmoittautumiset ryhmiin.

Muistathan hyödyntää myös Suvirannan runsaat liikkumismahdollisuudet ja kysy rohkeasti neuvoa Suvirannan vahtimestarilta.

Spira Oy Hengityshoitokeskus

Spira Oy Hengityshoitokeskuksen toiminta on jälleen käynnistynyt. Spira Oy maahantuo, markkinoi ja myy hengityshoito- ja hengitysharjoituslaitteita sairaala- ja kotikäyttöön. Spira Oy:n valikoimaan voit tutustua heidän verkkosivuillaan www.spira.fi tai asioimalla Spira Oy:n toimitiloissa Kirkkorinne 4, 13100 HML.

Toimiston kesä

Aukioloajat

Yhdistyksen toimisto palvelee touko-, kesä- ja elokuussa ti ja to klo 9.00–15.00 ja ke klo 14.00–17.00 puhelimitse 0400 164 021 ja sähköpostitse toimisto@khhengitys.fi. Toimisto ei palvele heinäkuussa viikoilla 27–29. Suvirannan vahtimestari palvelee kesän ajan numerossa 040-451 4403 tai sähköpostilla vahtimestari@khhengitys.fi

Toimiston hissiremontti

Puistopoppelissa, Birger Jaarlin katu 4 B:ssä tehdään hissiremonttia 3.-28.5.21. Remontin vuoksi hissi on poissa käytöstä ja tämän sekä remontista aiheutuvan ääni- sekä pölyhaitan vuoksi toimisto palvelee ainoastaan puhelimitse ja sähköpostilla viikot 18 ja 20. Viikolla 19 toimiston henkilöstö palvelee jäseniä Suvirannasta käsin.



Tulossa elokuussa

Seuraava Katukiikari-jäsenlehti julkaistaan elokuussa. Lehden aineiston deadline on 22.6.21 ja toimitus matleena.aitasalo@khhengitys.fi.

Yhdistys osallistuu Elomessuille 7.-8.8.2021. Tule tuolloin yhdistyksen teltalle päivittämään kuulumisia ja tutustumaan yhdistyksemme tarjoamiin hengityssairaiden omahoidon palveluihin.

Seuraa meitä verkossa

Yhdistyksen verkkosivuilta www.kanta-hameen-hengitys.fi sekä Facebookista ja Instagramista voit seurata yhdistyksen ajankohtaisia tiedotteita. Suvirantaan liittyvissä asioissa, ota yhteys suoraan vahtimestariin.

Jos nappaat mukavia otoksia Suvirannan kesästä, merkitse yhdistys kuvaan ja jaamme niitä mielellämme yhdistyksen some-kanavissa. Muistathan kuitenkin aina varmistaa kuvassa olevilta luvan kuvan julkaisuun.

Jäsenen kynästä

AUTO ON MUTTA EI ENÄÄ AJOKORTTIA

Tarvitsen kuljettajan parina päivänä viikossa n.1–3 tuntia/kerta. Lähtö ja paluu Aurinkokadulla Hämeenlinnassa. Yhteystietoni: 040 5626306, taisto.hakkinen@pp.inet.fi

Aurinkoista kevättä ja kesää kaikille!

Toivottavasti tapamme kesän tapahtumissa.