



ETELÄ-POHJANMAAN
Munuais- ja maksayhdistys



JÄSENTIEDOTE

Etelä-Pohjanmaan Munuais- ja maksayhdistys ry
Kevät 2025 | www.epmuma.fi

Hei, sinulla on edessäsi uusin Etelä-Pohjanmaan munuais- ja maksayhdistyksen lehti. Tästä lehdestä saat uusimmat tiedot mitä tulevana vuonna meidän yhdistyksessämme tapahtuu. Mihin voit halutessasi antaa oman panoksesi ja miten voit osallistua toimintaan, sekä sen kuinka yhdistys voi tukea sinua munuais- ja maksa-asioissa.

Yhdistyksen tapahtumissa saat uusia kokemuksia sekä elämyksiä: vaihtelua arkeen. Oletko kenties kiinnostunut kesäretkestä, josta mainitaan tässä lehdessä. Retki suuntautuu Turun ja Naantalın seudulle. Varaa jo aika kalenteriin, jos matka kiinnostaa. Vuosikokous on Seinäjoella 3.5. Alman Resiina-tilassa uudella rautatieasemalla. Sekin kannattaa jo merkitä kalenteriin.

Tässä lehdessä voit tutustua yhdistyksemme jäseniin, jotka vilahtavat tämän lehtisen sivuilla. Tässä lehdestä löytyy muun muassa Marja-Leena Pitkäsen haastattelu. Marja-Leena tuo kuulumisensa lehden lukijoille. Lehtisestä löytyy sen lisäksi valokuvia menneistä tapahtumista. Ja löytyy lehtisestä muutakin kiinnostavaa.

Toivottavasti saat miellyttäviä hetkiä lehtisen parissa ja virikkeitä tulevaan kevääseen sekä kesään. Ja toivottavasti pääset mukaan yhdistyksen toimintaan. Minä toivon omalta osaltani sinulle valoisaa ja toivorikasta kevättä. Pidetään toisistamme huolta. Kevätaurinkoisin terveisin,

Tuomo Salo
Varapuheenjohtaja



Kuvaaja Roine Piirainen
Instagram: roinepii

Tulevia tapahtumia

Vertaistukijoille koulutus 26.4

PirMu järjestää uusille vertaistukijoille koulutuksen Tampereella lauantaina 26.4.2025 klo 10 alkaen yhdistyksen toimistolla
Lähteenkatu 2-4, 33500 Tampere. Koulutuksessa tarjotaan lounas ja kahvit.
Ilmoittautuminen 18.4. mennessä. Andelin Sirpalle: sirpa.andelin@gmail.com tai
044 269 7786

Vuosikokous 3.5.

Yhdistyksen vuosikokous järjestetään 3.5.2025 klo 12 Alman Resiina-tilassa. Kokous alkaa Klo 12, ja klo 13 lounas sekä täytekakkukahvit.
Parkkeeraus Alman parkkipaikoille, joita löytyy muun muassa Päärakennuksen edestä, Uuden Tornin edestä (5 paikkaa) sekä Uuden Tornin ja Pollarin Talon välistä. Resiinan osoite on Ruukintie 2.

Ilmoittautumiset ja mahdolliset erityisruokavaliot 22.4.2025 mennessä sähköpostitse marjaleena.seppala9(at)gmail.com tai 040 550 2168 (tekstiviestinä).

Naantali ja Turun seudun matkan. 2.-3.8.

Yhdistys tarjoaa Matkapoikien järjestämän retken Naantaliin ja Turkuun. Bussikyyti lähtee klo 7.00 Seinäjoen Ideaparkista Jalasjärven kautta kohti Naantalia. Matkan aikana pysähdytään syömään noutopöytään. Perillä Lounais-Suomessa tarjolla opastettu kävely kierros Naantalin vanhaan kaupunkiin ja Kultarannan puutarhaan. Yöpyminen tapahtuu Ruissalon Spa hotellissa standard-luokan honeissa merinäköalalla, Hotellin kylpyläosasto ja kuntosali sisältyy. Hotellilla on myös tarjolla buffet ilallinen. Toinen päivä alkaa opastetulla bussikierros Turussa, minkä jälkeen tutustutaan Paraisilla Kuusiston linnanraunioille. Päivän päätetään Paraisten viinitilalla lounaaseen.

Omapastuu matkasta jäsenille 250 €, alle 12 v lapset 125€, Ei-jäsenet 315 €.
Ilmoittautumiset tekstiviestillä Ari Hakala 040 179 22 64 whatsapp toimii myös 25.5.2025 mennessä. Ilmoittautumisiin, nimi, osoite, mahdolliset ruoka-allergiat ja huonekaveri. Matkan hinta maksetaan yhdistyksen tilille FI52 4108 0010 51 36 64 15.7.2025 mennessä. Matkalla sovelletaan yleisiä matkapakettiehtoja.

Valtakunnallinen hyvinvointipäivä 6.9.

Liitto tarjoaa päivän ohjelman (tervetulokahvit, lounas ja lähtökahvit. Päivän aikana on monenlaista tekemistä ja kokemista kaiken ikäisille ja mahdollisuus tavata vertaisia eri puolilta Suomea. Tarkempi ohjelma ja aikataulu kerrotaan myöhemmin sosiaalisessa mediassa ja nettisivuilla. Hyvinvointipäiville matkustamista tuetaan 50€ perhettä kohden.

YHDELLÄKIN MUNUAISELLA ON TULLUT TOIMEEN

Näin toteaa Marja-Leena Pitkänen, joka on luovuttanut toisen munuaisensa lapselleen. Juha-poika oli nuori, kun munuaisen siirto tuli ajankohtaiseksi. Silloin elettiin 80-lukua, jolloin elinsiirtoja ei tehty vielä niin paljon kuin tänä päivänä. Marja-Leenan piti käydä läpi monet tutkimukset ja testit, joilla varmistettiin, että elinluovutus on mahdollinen ja että munuainen on sopiva pojalle. Lopuksi oli psykiatrin tapaaminen. Kaikki sujui lopulta hyvin, ja vaikka siirron jälkeen 17-vuotias Juha sai hylkimis-reaktion, sen jälkeen munuainen toimi hyvin seitsemän vuoden ajan.

Marja-Leena ja Juha liittyivät Munuaisyhdistykseen sairauden puhjettua. Marja-Leena toteaa, että monenlaista tukea ja tietoa sairaudesta on saanut yhdistyksen kautta. Molemmat ovat toimineet myös aktiivisesti yhdistyksen toiminnassa: Marja-Leena on ollut puheenjohtajana ja vuosien varrella monissa muissakin tehtävissä. Myös Juha on toiminut jonkin aikaa yhdistyksen puheenjohtajana. Yhdistyksessämme on kaksi kunniapuheenjohtajaa, joista Marja-Leena on toinen. Hallitus on tuolloin halunnut osoittaa kiitollisuutta sitä työtä kohtaan, mitä hän on yhdistyksen eteen tehnyt.

Aika ajoin havahtuu siihen, kuinka paljon hyvyttä tässä maailmassa on! Hyvyydestä ei pidetä niin suurta meteliä, kuin ikävistä asioista, joita kyllä uutisvirrassa riittää. Mutta ajatelkaa: joku on valmis luovuttamaan oman munuaisensa toisen hyväksi! Tietysti asian voi ymmärtää silloin, kun kyseessä on oma lapsi. Isä tai äiti voi syöksyä vaikka palavaan taloon sen enempiä ajattelematta, jos hän tietää, että oma lapsi on sisällä talossa. Mutta tänä päivänä luovuttajana voi toimia myös ystävä tai aivan tuntematon ihminen. Mikä saa ihmisen ryhtymään luovuttajaksi? Syitä voi olla monia, silti kaiken taustalla on hyvyys toista ihmistä kohtaan.



Kuinka Juhan terveys sitten muuttui, kun munuainen ei enää toiminut? Hänellä oli taustalla perussairaus, joka oli alun perin munuaisia vaurioittanut. Sama tauti vaikutti myös siirto-munuaiseen. Juha kävi kymmenen vuotta dialyysissä, jonka jälkeen hän sai toisen siirteen. Vuosi 2013 oli raskas perheelle, kun Juha kuoli vähän yli 40-vuotiaana. Samana vuonna kuoli myös Juhan isä ja Marja-Leenan puoliso, joten vuosi oli jäähyväisten ja surutyön aikaa.

Entä tänään? Eläkepäivät sujuvat lenkkeillessä ja ristisanatehtäviä ratkoessa. Marja-Leena on työskennellyt jonkin aikaa pankissa ja sitten 39 vuotta Kelan virkailijana. Mielessäni on vielä kaksi kysymystä: mikä yhdistystoiminnassa on vuosikymmenten saatossa muuttunut ja mikä on auttanut jaksamaan sairauksien ja kuoleman edessä? Vuosikymmenten muutoksissa Marja-Leena mainitsee nuoret. Ennen lapsia ja nuoria oli enemmän toiminnassa mukana. Juha oli sairastuessaan nuori, ja hänkin toi mukanaan toisia nuoria yhdistyksen piiriin.

Mikä sitten on auttanut raskaina päivinä? Marja-Leena mainitsee läheiset ihmiset; perhe, ystävät ja yhdistyksen. Lapset tuovat iloa ja toivoa: neljä lasta, kahdeksan lastenlasta ja viimeksi juuri vuoden täyttänyt lapsi neljännessä polvessa! Vanhat ystävät ovat myös ottaneet mukaan uusiin harrastuksiin. Se, että saa jakaa elämän iloja ja suruja toisten kanssa, on pieni asia, mutta kuitenkin niin suuri! Tulee tunne, että yksin ei tarvitse elämää elää, vaan sitä saa tehdä yhdessä toisten kanssa.

Pien ele keräys

Kun miuakin pyydettiin ottamaan osaa pien ele keräykseen istumaan lipasvahtina. Lähdin myös istumaan omaa osuuttani. Ensimmäinen paikka oli tuolloa toimintojen talolla. Mukavahan siellä oli istuskella ja katsella kun ihmiset kävivät äänestämässä. Ajankuluksi olin ottanut mukaani ristikkolehden jota siinä sitten hiljalleen täyttelin. Täällä toimintojen talolla sitä tuli sitten istuttua muutaman kerran. Siitä tämä juttu alkoi. Ilmajoelta vapautuitämä maksa-ja munuaisyhdistyksen vastuu henkilön paikka, joten otin sen vastaan ja nyt sitten olen istunut itse ja hommannut myös muita innokkaita istumaan ja keräämään rahaa meidän yhdistyksellemme. Kohta taas on uudet vaalit joten haastan myös sinut mukaan istumaan vaalikeräykseen hyvän asian puolesta

Tuomo Ketola





OTA YHTEYS kaikissa yhdistyksen jäsenyyttä koskevissa asioissa yhdistyksen puheenjohtajaan Matti Kristolaan (yhteystiedot tiedotteen lopussa).

JÄSENMAKSU 20 € vuonna 2025, laskutetaan Munuais- ja maksaliiton kautta.

VALTAKUNNALLISTEN jäsenetujen lisäksi saat neljä kertaa vuodessa ilmestyvän Elinehto-lehden, joka on jäsenistölle kattava luku-, tieto- ja elämäntarinapaketti. Yhdistyksen toiminnasta kertova jäsentiedote ilmestyy kaksi kertaa vuodessa. Kotisivulta www.epmuma.fi löytyy tietoa yhdistyksen toiminnasta ja sielläkin voi liittyä jäseneksi. Kotisivulta pääsee yhdistyksen Facebook-sivulle. Toiminnasta ilmoitetaan myös Epari-lehden seuratoimintapalstalla ja Ilkka Pohjalainen lehden yhdistysten toimintapalstalla.

Munuais- ja maksaliiton kotisivut www.muma.fi ovat laaja tietopankki valtakunnallisesta toiminnasta.

Facebook ryhmä



<https://www.facebook.com/profile.php?id=100071970581018>



Nuotti APTEEKKI

KAUHAJOKI

YHTEYSTIEDOT

Oma Säästöpankki FI52 4108 0010 5136 64

Puheenjohtaja

Matti Kristola
mattik754@gmail.com
040 549 6947

Varapoheenjohtaja

Tuomo Salo
tuomo.salo@evl.fi
050 528 8221

Sihteeri

Päivi Paavola
paivi.j.paavola@gmail.com
040 509 3273

Rahastonhoitaja

Päivi Kutinlahti
paivi.kutinlahti@gmail.com
050 521 9564