



Satakunnan  
Syöpäyhdistys

SYKSY/TALVI 2019

tietoa  
tukea  
toimintaa



Yrjönkatu 2, 2. kerros, 28100 Pori | Puh. 02 6305 750

Toimisto on avoinna arkipäivisin klo 9–15

[toimisto@satakunnansyopayhdistys.fi](mailto:toimisto@satakunnansyopayhdistys.fi) | [www.satakunnansyopayhdistys.fi](http://www.satakunnansyopayhdistys.fi)

Satakunnan Syöpäyhdistyksen toiminnan tavoitteena on vähentää syöpäsairauksista aiheutuvia uhkia ja haittoja yhteiskunnassa ja tukea syöpäpotilaita ja heidän läheisiään sairauden hoidon ja kuntoutumisen aikana.

*Hyvä elämä ilman syöpää ja syövästä huolimatta*

**Työn perustana ovat Syöpäjärjestöjen arvot:**

**Tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus –Saavutettavuus – Luotettavuus – Yhteisöllisyys**

## Sinua palvelevat

Sairaanhoitajien toimintaan on saatu STEA:n tukea.

### **MARJA-LIISA ALA-LUOPA**

Toiminnanjohtaja

**Gsm 044 5023 900**

### **OILI VENERANTA**

Palvelusihteeri

**Puh. 02 6305 752**

### **TOMMI OJALA**

Ryhmätaideterapeutti,  
työnohjaaja

**Puh. 044 7347 500**

### **PÄIVI RIEKKINEN**

Syöpäsairaanhoitaja /  
rintaproteesivastaava

**Gsm 0400 592 983**

**Toiminta-alue:**

Pori, Ulvila, Nakkila ja Eura

**Vastaanotot:** Pori ja Eura

### **PÄIVI HORPPU**

Sairaanhoitaja

**Gsm 044 5927 400**

**Toiminta-alue:**

Pori, Kankaanpää, Jämijärvi, Pomarkku,  
Karvia, Honkajoki, Siikainen ja Merikarvia.

**Vastaanotot:** Pori, Kankaanpää ja Merikarvia

### **LIISA ANTILA**

Syöpäsairaanhoitaja, seksuaaliterapeutti

**Gsm 044 5380 288**

**Toiminta-alue:**

Rauma, Pori, Luvia, Eurajoki

**Vastaanotot:** Rauma, Eurajoki, Luvia

### **EIJA ELO**

Syöpäsairaanhoitaja,  
työnohjaaja

**Gsm 040 7770 821**

**Toiminta-alue:**

Pori, Harjavalta, Huittinen,  
Kokemäki, Köyliö, Säskylä

**Vastaanotot:** Pori, Harjavalta,  
Huittinen, Säskylä, Kokemäki



**Ota yhteyttä  
palveluja saadaksesi!**

Ajanvaraus ja tiedustelut  
02 6305 750 ark. klo 9–15.

**Sähköpostit:**

etunimi.sukunimi@  
satakunnansyopayhdistys.fi

Välitämme alueemme rinnan koko- ja säästävän leikkauksen läpikäyneiden naisten rintaproteesit. Meidän kauttamme voit uusia vanhan rintaproteesisi. Ajanvaraus 02 6305 750. Rintaproteesi on sinulle maksuton.

# Hyvinvoinnin edistämiseksi

## Lokakuu - Roosa nauha -kuukausi



Vuoden 2019 Roosa nauhojen myyntiä.

### STEA:N (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) tukemaa kuntoutusta

**Surusta tie eteenpäin** -viikonloppu syöpäpotilasläheisensä menettäneille 18. – 20.10. Kylpylähotelli Yyteri Pori. Hakuaika päättyy 18.9.

### Avoin yleisötilaisuus Porissa 4.11. klo 17 ”Mitä eturauhassyöpä on ja miten se vaikuttaa miehen elämään?”

Yrjönkatu 2. Luennoitsija Suomen eturauhassyöpäyhdistyksen toiminnanjohtaja Kimmo Järvinen.

**Syöpykät – lapsisyöpöpotilasperheiden kerho**  
Yhteisiä kokoontumisia ja virkistystapahtumia.  
Kummitukihenkilötoimintaa. Pj Emilia Jokinen, puh. 045 131 6082

## Taideterapia

Uudet taideterapiaryhmät. Seuraa ilmoittelua [www.satakunnansyopayhdistys.fi](http://www.satakunnansyopayhdistys.fi). Taideterapiaryhmiin tiedustelut ja ilmoittautumiset p. 044 7347 500, [tommi.ojala@satakunnansyopayhdistys.fi](mailto:tommi.ojala@satakunnansyopayhdistys.fi). Voit tiedustella myös yksilöaikoja.

## Tanssia ja joogaa

ohjaana tanssi-liiketerapeutti, joogaopettaja (RYT200) ja sosionomi Kaisa Selin. Ilmoittautumiset: Kaisa Selin, p. 045 645 0366, [kaisa@piuma.fi](mailto:kaisa@piuma.fi)

## Lasten tanssiterapia

Lasten tunneilla liikutaan luovasti pelien, leikkien ja tanssin avulla. Tunneilla liikutaan musiikin vaikuttamana ja liikkumiseen yhdistetään myös kuvan tekemistä. Lopuksi rentoudutaan ja rauhoitutaan. Tunti on tarkoitettu syöpään sairastuneille lapsille ja ryhmien koosta riippuen myös sisarille.

## Jooga

Lempeästi virtaavaa joogaa ja rauhallisia yin-venytyksiä yhdistävä tunti sopii kaikentasoisille eikä aiempaa kokemusta joogasta tarvita. Tunnit on tarkoitettu syöpäkuntoutujille.

**Syöpäsairaanhoitajien vastaanotot:** Porissa, Raumalla, Merikarvialla, Harjavallassa, Huittisissa, Eurassa, Eurajoella, Kankaanpäässä, Kokemäellä, Luvialla ja Säkylässä.

**Ajanvaraus Porin toimistosta**  
puh. 02 6305 750  
ark. klo 9 – 15.

**Annamme ohjausta, neuvontaa, syöpätietoa sekä psykososiaalista tukea potilaille ja läheisille vastaanotoilla ja potilaan kotona.**

**Ota yhteyttä yhdistykseen palveluja saadaksesi.**

**Myös koulutetut tukihenkilöt ovat käytettävissäsi.**

**Vastaanotot ja kotikäynnit ovat maksuttomia.**

## Ryhmissä saat tietoa ja vertaistukea

### **Gynekologisten syöpäpotilaiden ryhmä**

kokoontuu Porissa 9.10. klo 18 (syöpäsh Eija Elo ja tukihenkilö Asta Koskinen) sekä 11.12. klo 18 (gynekologi Sinikka Oksa, Eija Elo ja Asta Koskinen) Yrjönkatu 2.

### **Ohjattu vesijumppa:**

**Porissa** naisille torstaisin 5.9. – 12.12. klo 18.15 - 19 Länsi-Suomen Diakonialaitoksen tiloissa, Metsämiehenkatu 2.

**Harjavallassa** yhteinen naisille ja miehille torstaisin klo 17, Harjavallan uimahalli.

**Huittisissa** yhteinen naisille ja miehille torstaisin klo 14, Huittisten uimahalli.

**Kankaanpäässä** yhteinen naisille ja miehille keskiviikkoisin 21.8. – 11.12. klo 15 - 15.45, Kuntoutuskeskus Kankaanpää, Kelankaari 10.

**Raumalla** yhteinen naisille ja miehille maanantaisin klo 13 – 13.30 ja torstaisin klo 17.30 – 18.15 tai 18.30 – 19.30. Tilaussauna varattuna rintasyöpäpotilaille maanantaisin klo 12.30 – 14.30 ja torstaisin klo 17 – 20. Rauman uimahalli

### **Naisten vertaistukiryhmät**

**Porissa** ryhmä kokoontuu kuukauden viimeinen tiistai klo 18-19.30. (27.8., 24.9., 29.10. ja 26.11.) Ryhmänohjaaja tukihenkilö Tarja Silfver, Yrjönkatu 2, 2. krs.

**Raumalla** kokoontumisista ilmoitetaan Raumalainen -lehdessä.

**Harjavallassa** ryhmä kokoontuu 17.9., 15.10, 12.11. ja 10.12. klo 17 Harjavallan terveyskeskuksen kokoushuone 1. Ryhmänohjaaja Eija Elo p. 040 7770 821. Seuraa ilmoittelua Sydän-Satakunta lehdessä.

**Huittisissa** ryhmä kokoontuu kuukauden 1. maanantai klo 16.30 - 18 (2.9., 7.10., 4.11. ja 2.12.) Huittistupa, Lauttakylänkatu 2. Ryhmänohjaajat Henna Stenfors ja Eija Elo p. 040 7770 821. Huittistupa, Seuraa ilmoittelua Sydän Satakunta -lehdessä.

**Eurassa** ryhmä kokoontuu torstaisin 26.9., 31.10., 21.11. ja 12.12. klo 17.30. Euran kirjaston kokoushuone, Satakunnankatu 33. Ryhmänohjaaja tukihenkilö Tuija Viikkilä p. 040 5008 799. Seuraa ilmoittelua Alasatakunta lehdessä.

### **Miesten vertaistukiryhmät**

**Eurassa** ryhmä kokoontuu torstaisin 26.9., 31.10., 21.11. ja 12.12. klo 15.30 – 17. Euran kirjaston kokoushuone, Satakunnankatu 33. Ryhmänohjaaja tukihenkilö Jyrki Esko, p. 0400 123 159. Seuraa ilmoittelua Alasatakunta lehdessä.

Potilasverkostot [www.syopapotilaat.fi](http://www.syopapotilaat.fi)

### **Muutokset mahdollisia**

Tarkistathan aina mahdolliset muutokset

**Harjavallassa** ryhmä kokoontuu kuukauden toinen maanantai 9.9., 14.10., 11.11. ja 9.12. klo 17.30 – 19. Harjavallan uimahallin neuvotteluhuone. Ryhmänohjaaja tukihenkilö Antti Haukkaniemi p. 040 5108 231. Seuraa ilmoittelua Sydän-Satakunta lehdessä.

**Huittisissa** ryhmä kokoontuu maanantaisin 16.9., 21.10., 18.11. ja 16.12. klo 16.30 – 18. Huittistupa, Lauttakylänkatu 4. Ryhmänohjaaja syöpäsairaanhoitaja Eija Elo p. 040 7770 821.

## **Naisten ja miesten yhteinen vertaistukiryhmä Kankaanpäässä**

Ryhmä kokoontuu kuukauden 2. tiistai klo 18 – 19.30. (10.9., 8.10., 12.11. ja 10.12.) Kasevan tilat, Taipaleenkatu 5. Tiedustelut ryhmänohjaaja Annikki Jussila p. 050 5866 920. Seuraa ilmoittelua Kankaanpään Seudussa.

## Tukitoiminta

**Tukihenkilö** on koulutuksen käynyt vapaaehtoinen.

- Tukihenkilö on sitoutunut Syöpäjärjestöjen arvoihin, toiminnan periaatteisiin ja sääntöihin.
- Tukihenkilö voi toimia sairastuneen tai läheisten tukena ja saattohoidon tukihenkilönä.

**Vertaistukihenkilö** on koulutuksen käynyt vapaaehtoinen, joka on sairastanut itse tai on syöpään sairastuneen läheinen.

- Vertaistukihenkilö toimii sairastuneen tai läheisen tukena sairauden eri vaiheissa kuunnellen, tukien ja jakaen vertaiskokemusta tuettavan ehdoilla.

### **Muutokset mahdollisia**

Tarkistathan aina mahdolliset muutokset

## **Eturauhassyöpöpotilaiden ryhmä Raumalla**

Ilteryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa. Tiedustelut tukihenkilö Urpo Nieminen p. 0440 684 303. Seuraa ilmoittelua Raumalainen ja Länsi-Suomi –lehdissä.

## **Eturauhassyöpöpotilaiden ryhmä Porissa**

Kokoontuu 13.8., 17.9., 1.10., 2.12. klo 17 Yrjönkatu 2:ssa. Ryhmän vetäjä Suomen eturauhassyöpöyhdistyksen toiminnanjohtaja Kimmo Järvinen.

**Avoin yleisötilaisuus** Porissa 4.11. klo 17 "Mitä eturauhassyöpä on ja miten se vaikuttaa miehen elämään?" Yrjönkatu 2. Luennoitsija toiminnanjohtaja Kimmo Järvinen.

Lisätietoja myös verkkosivuiltamme  
[www.satakunnansyöpayhdistys.fi](http://www.satakunnansyöpayhdistys.fi)

Tukitoiminnassa olevat vapaaehtoiset ovat säännöllisessä ammattihenkilön toiminnanohjauksessa ja he ovat allekirjoittaneet kirjallisen vaitiololupauksen.

**Kummi-tukihenkilö** on perheiden tukena, joissa joko vanhempi tai lapsi on sairastunut syöpään.

Yhteydenotot Satakunnan Syöpäyhdistykseen puh. 02 6305 750 ark. klo 9 – 15. Soita tai tule käymään ja sovi tapaaminen tukihenkilön kanssa.

### **Haluatko toimia tukihenkilönä?**

**Tiedustelut toiminnanjohtaja**

**Marja-Liisa Ala-Luopa**

**p. 044 5023 900.**

## Satakunnan Syöpäyhdistyksellä on kirpputori FiiniTori Porissa Kiertokatu 13:ssa.

**Kirpputori on avoinna maanantaista perjantaihin  
klo 10 – 17. Tule tekemään edullisia löytöjä.  
Näinkin voit tukea syöpätyötä.**

## Virkistystoiminta

**Posliininmaalausta** Porissa  
Yrjönkatu 2, 2 krs tiistaisin klo 10 – 13.  
Ryhmän ohjaaja Satu Airaksinen.

**Maijan neulekahvila** Porissa Yrjönkatu 2, 2.  
krs aina parillisen viikon torstai klo 12 – 14. Oma  
neuletyö mukaan. Ryhmän ohjaaja tukihenkilö  
Maija Mahlamäki.

**Kädentaitopaja** Taitokeskus Satakunta  
aina kuukauden 1. keskiviikko klo 14 – 16.15  
(7.8., 4.9., 2.10., 6.11. ja 4.12.) Iltäpuisto 13.  
Ostavastuu 5 €.

### Porin seudun paikallisosasto

**Maanantaitreffit** klo 15 alkaen. Vapaata  
keskustelua – tarjolla kahvia. Kohtaamispaikka.  
Yrjönkatu 2. 2. krs. Pj Jorma Kuusiluoma  
p. 050 412 5407.

### Rauman seudun paikallisosasto

Raum Paikk, Satamakatu 3 A, 26100 Rauma.  
Tiedustelut p. 040 8495 795. Pj Hanna Hamara  
p. 050 374 1974 / hanna.hamara@elisanet.fi

**Kerhoilta** kerran kuukaudessa.

**Ohjattu vesijumppa**, yhteinen miehet ja  
naiset, maanantaisin klo 13-13.30, torstaisin klo  
17.30-18.15 tai 18.30-19.30. Tilausauna naisille  
maanantaisin klo 12.30-14 ja torstaisin klo 17-20.

### Tukihenkilöiden päivystys

2 x kuukaudessa keskiviikkoisin klo 10-12.

**ATK-neuvontaa** päivystyksen yhteydessä.

Seuraa ilmoittelua Raumalainen -lehdessä.

Katso myös  
[www.satakunnansyopayhdistys.fi](http://www.satakunnansyopayhdistys.fi)

### Huittisten seudun paikallisosasto

Huittistupa, Lauttakylänkatu 4,  
Pj Irja Törmä p. 050 4044 781  
irja.torma@gmail.com.

**Murkinakahveet** tiistaisin  
klo 10 – 12. Vapaata keskustelua – tarjolla  
kahvia. Kohtaamispaikka.

Mahdollisuus tukihenkilöiden tapaamiseen.  
Tapaamiset myös muuna sovittuna aikana.

**Kuntosali** torstaisin klo 17 – 18 miehille  
ja naisille, Palvelukeskus Kaariranta.

**Vampulassa** Annalan kuntosali  
tiistaisin klo 18 – 19.

**Avoin kerho** kerran kuukaudessa.

**ATK-kerho** perjantaisin klo 10.30 – 12.30.

**Ohjattu vesijumppa**, yhteinen miehet ja  
naiset, torstaisin klo 14, Huittisten uimahalli.

Seuraa ilmoittelua Lauttakylä- ja  
Alueviesti-lehdissä.

Seuraa ilmoittelua maakunnan  
lehdissä, kotisivuiltamme  
[www.satakunnansyopayhdistys.fi](http://www.satakunnansyopayhdistys.fi)  
tai kysy lisää toimistosta  
puh. 02 6305 750.

## Liity jäseneksi

Satakunnan Syöpäyhdistyksen jäsenenä saat maksutta Syöpä Cancer –lehden. Vuonna 2019 lehti ilmestyy 4 kertaa. Voit liittyä alla olevalla lomakkeella, jonka postimaksu on maksettu. Voit myös soittaa yhdistyksen toimistoon puh. 02 6305 750 ark. klo 9-15 tai ilmoittautua verkkosivuilla: [www.satakunnansyopayhdistys.fi](http://www.satakunnansyopayhdistys.fi)

## Syöpäpotilaiden jäsenkorvaukset

Syöpäyhdistys maksaa jäsenavustusta 3 euroa/erikoissairaanhoidopäivä. Lymfahoidosta maksetaan 10 hoitokäyntiä 3 euroa/käynti. Nuorille 18-30 v. ja lapsille on omat avustuksensa. Kysy lisää puh. 02 6305 750.

Taita ja postita

## Uusien jäsenten henkilökohtainen ilmoittautuminen

Haluan liittyä Satakunnan Syöpäyhdistys r.y.:n jäseneksi.  
Vuosijäsenmaksu on 22 euroa.

Nimi: \_\_\_\_\_

Synt.aika: \_\_\_\_\_

Lähiosoite: \_\_\_\_\_

Postinumero: \_\_\_\_\_

Kotipaikka: \_\_\_\_\_

Sähköposti: \_\_\_\_\_

Haluan, että  
minulle lähetetään  
Syöpä Cancer –lehti  
(jäsenille maksuton)

Kyllä  Ei



**Voit tarvittaessa ottaa yhteyttä  
Syöpäyhdistykseen  
puh. 02 6305 750  
[toimisto@satakunnansyopayhdistys.fi](mailto:toimisto@satakunnansyopayhdistys.fi)**

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

Huom. jäsenyys alkaa siitä päivästä kun jäsenmaksu on kuittaantunut yhdistyksen tilille.

# Syöpätyötä voit tukea

## Asioimalla kirpputorikauppa Fiinitorilla

Kiertokatu 13, 28130 Pori  
Puh. 02 6350 204  
Avoinna ma – pe klo 10-17

Fiinitori vastaanottaa  
myyntikelpoista tavaraa ja vaatetta.  
Tuotto syöpätyöhön Satakunnassa.

## Lahjoittamalla

Länsi-Suomen Osuuspankki  
FI67 5700 0240 1090 76

Mikäli haluat keskustella esim. merkkipäivä-,  
muistoraha- tai testamenttilahjoituksesta,  
ole hyvä ja ota yhteyttä toiminnanjohtaja  
Marja-Liisa Ala-Luopa p. 044 5023 900.

## Liittymällä

Satakunnan Syöpäyhdistyksen jäseneksi,  
vuosijäsenmaksu on 22 euroa.

*Lämmin kiitos tuestasi!*



- Satakunnan Syöpäyhdistys,  
Yrjönkatu 2, toinen kerros.

Satakunnan  
Syöpäyhdistys  
maksaa  
postimaksun

Satakunnan  
Syöpäyhdistys R.Y.

Tunnus 5005916  
00003 vastauslähetys