

Sairastuminen muuttaa usein elämää ja herättää paljon kysymyksiä.  
Joskus entisiä harrastuksia on vaikea jatkaa ja  
joskus ystävätkin kaikkoavat ympäriltä.  
Yhdistyksestä saat tietoa, tukea ja uusia ystäviä.

## Mikkelin seudun AVH-yhdistys ry

Kokkovaurentie 8, 50150 Mikkel  
p. 044 211 8838  
mikkelinafasia@gmail.com  
www.mikkelinseudunavh.aivoliitto.fi

Löydät meidät Facebookista nimellä:  
Mikkelin seudun AVH-yhdistys ry

Ismo Rahikainen  
puheenjohtaja  
p. 044 017 2208

Marjut Kuosma  
sihteeri  
p. 044 211 8838

Olet lämpimästi tervetullut mukaan toimintaan!



Mikkelin seudun AVH-yhdistys ry on Aivoliitto ry:n jäsenyhdistys.  
Aivoliitto tarjoaa ryhmämuotoisia AVH-vertaiskursseja ja kuntoutus-  
kursseja. Aivoliitto tarjoaa monipuolisia palveluja ja tietoa  
aivoverenkiertohäiriöistä ja kehityksellisestä kielihäiriöstä.

### AIVOLIITTO RY

Vaihde: 02 213 8200 (ma-ti klo 9–15)  
Tukea ja neuvontaa: [aivoliitto.fi/palveluohjaus](http://aivoliitto.fi/palveluohjaus)  
AVH-tietoa ja -materiaaleja: [aivoliitto.fi/verkkokauppa](http://aivoliitto.fi/verkkokauppa)



## MIKKELIN SEUDUN AVH-YHDISTYS RY

Juva • Kangasniemi  
Mikkeli • Pieksämäki



Mikkelin seudun  
AVH-yhdistys ry



[www.mikkelinseudunavh.aivoliitto.fi](http://www.mikkelinseudunavh.aivoliitto.fi)

## Yleistä tietoa aivoverenkiertohäiriöstä

Aivoverenkiertohäiriö (AVH) on yleinen sairaus, joka Suomessa koskettaa noin 100 000 sairastuneen lisäksi lukuisia puolisoita ja läheisiä. Vuosittain 25 000 suomalaista sairastaa aivoverenkiertohäiriön, joka päivä sairastuu 68 henkilöä. Sairastuneista aivoinfarktin saa vuosittain noin 18 000 ja aivoverenvuodon noin 1 800 henkilöä. Ohimenevän aivoverenkiertohäiriön (TIA) saa noin 5 000 henkilöä.

Tieto lisää ymmärrystä. Potilas, omainen, ystävä: Sinua varten on tällä alueella Mikkelin seudun AVH-yhdistys ry.

## Tietoa yhdistyksestämme

Yhdistyksemme toimii kaikkien aivoverenkiertohäiriöön (AVH) sairastuneiden sekä heidän läheistensä ja alan ammattilaisten kanssa Etelä-Savossa Mikkelin ja Pieksämäen ympäristössä. Mikkelin seudun AVH-yhdistys ry on perustettu Mikkelimäessä vuonna 1980. Yhdistyksen jäsenmäärä on noin 180.

Yhdistyksemme toiminnan runko on **vertaistukitoiminta** eri muodoissaan kuten erilaiset kerhot, retket ja neuvonta. Erilaisten kerhojen lisäksi yhdistys tarjoaa säännöllistä ryhmämuotoista vertaistukitoimintaa Mikkelin keskussairaalan neurologisella kuntoutusosastolla. Henkilökohtaista vertaistukihenkilöä voivat hakea sekä sairastuneet että läheiset numerosta 040 515 7246 tai mikkelinafasia@gmail.com ja valtakunnallisesti vertaistuki@aivoliitto.fi.

## Tule mukaan toimintaamme

Osallistu toimintaan, ehdota uutta. Aluekerhoja ja toimintaa on mahdollista laajentaa uusille paikkakunnille, jos innokkaita vetäjiä löytyy. Olet lämpimästi tervetullut toimintaamme mukaan. Älä jää yksin!

## Liity yhdistykseemme

Jäsenmaksu on varsinaiselta jäseneltä 20 euroa ja perheenjäseneltä 9 euroa.

Jäsenetuina saat:

- Tervetuloa jäseneksi -infopaketin
- Yhdistyksen tiedote 2 kertaa vuodessa
- Koulutuksia ja tapahtumia jäsenhintaan
- Aivoliiton neuvonnan ja ohjauksen
- Aivoliiton sähköisen uutiskirjeen (Jäsenkirje)
- Aivoliiton sähköisen jäsenkortin
- Voit osallistua kaikkeen järjestämäämme toimintaan (kerhot, retket, leirit)

Liity jäseneksi:

[www.aivoliitto.fi/jaseneksi](http://www.aivoliitto.fi/jaseneksi)

Vertaistarinoita ja muita AVH-artikkeleita voi lukea tai kuunnella Aivoliiton Aivoterveys-lehden verkkosivulta: [www.aivoterveys-lehti.fi](http://www.aivoterveys-lehti.fi).

## Toimintamme

Toiminta	Yhteyshenkilö	Puhelinnumero
Juvan kerho	Gabi Lampinen	040 739 5266
Kangasniemen kerho	Ritva Alanne	050 325 4939
Mikkelin kerho	Mirja Laamanen ja Helena Valkama	050 404 5722  040 702 9048
Pieksämäen kerho	Hilkka Larinoja ja Inkeri Hiltunen	0400 252 683  050 400 5334
Tarinakammari-ryhmä	Helena Valkama	040 702 9048
Työikäiset-ryhmä	Eija Tuppurainen	044 334 9107
Läheiset-ryhmä	Helena Valkama	040 702 9048