

*Forssan seudun Astma- ja Allergiayhdistys*

# JÄSENTIEDOTE

## 2/2020

**ALLERGIA  
ASTMA  
YHDISTYS  
Forssan seutu**



VAPAUDENKATU 5 B 16, 30100 FORSSA P. 03-422 6480

TOIMISTO AVOINNA MA, KE JA PE KLO 9.30-16.30

E-MAIL [ALLERGIA.FORSSA@GMAIL.COM](mailto:ALLERGIA.FORSSA@GMAIL.COM)

[WWW.FORSSAN.ALLERGIA.FI](http://WWW.FORSSAN.ALLERGIA.FI)

*Tervehdys!*

*Syksy on kalenterin mukaan tulossa, mutta vielä on lämpimiä päiviä. Näissä mukavissa loppukesän / alkusyksyn säissä on mukava käynnistellä syksyn toimintaa.*

*Maanantaisin 3.8. alkaen on maksuton ohjattu kuntosaliharjoittelu Heikanrinteen kuntosalilla (Saksankatu 34) klo 18-19. Ohjaajana on liikuntavastaava Jarmo Turunen.*

*Facebook sivut ovat myös avoinna josta näkee ajankohtaisista tulevista tapahtumista tervetuloa mukaan.*

*T: Toiminnanjohtaja Vesa Lepänkoski*

## **Jäsenkortilla alennusta seuraavista yrityksistä:**

- Hannun Kello, Vilppaankatu, Forssa:  
normaalihintaisista tuotteista -15% (ei Kalevala Korut)
- Händy, Hakkapeliitantie 3, Tammela, puh. 0500 930 820:  
alennus koskee suolahuonehoitoa
- Instrumentarium, Torikatu 8, Forssa:  
normaalihintaisista silmälaseista -20%, optikon näöntarkastus 10 €,  
normaalihintaiset Hyvä Olo-tuotteet -10%
- Kutomon Fysioterapia ja Liikuntakeskus, Kutomonkuja 2 A 1, Forssa:  
10-vihkon ostajalle 1 kerta kaupan päälle
- Luontaistuote Helokki, Torikatu 10 ja Prismakeskus, Forssa:  
normaalihintaisista tuotteista -10%

## **Kaikista seudun tapahtumista saatte tietoa netistä osoitteista**

<http://www.forssa.fi/tapahtumakalenteri/>

<http://www.forssa.fi/vapaa-aika- ja-matkailu/wahren-keskus/>

<http://www.bulevardi.fi/>

Valtakunnalliset jäsenedut löydät netistä osoitteesta

<http://www.allergia.fi/jasenyys/valtakunnalliset-jasenedut/>

Yhdistyksen toimistolla on myynnissä PEF-mittareita ja Filtrete Aero – ikkunasuodattimia. Toimistolta voi noutaa myös maksuttomia astma- ja allergiaoppaita sekä voide- ja pesuainenäytteitä.

## **TAPAHTUMAKALENTERI:**

***SEURAA MYÖS KOTISIVUJA Tulevista Tapahtumista, lisäksi olemme myös facebookissa..***

### **Syyskuu**

- Kuntosaliharjoittelu on alkanut Heikanrinteen kuntosalilla maanantaisin klo 18-19.

### **LOKAKUU**

- Tuoksuton Päivä 20.10
- Ihoviikko 9.-15.11

### **MARRASKUU**

- Tulossa tallinnan reissu 3-4.11 20 e/henkilö majoittuminen Hotelli Virussa ennakkoilmoittautumisia otetaan vastaan 20 henkilöä mahtuu mukaan
- Huom ! korona voi muuttaa tilannetta

### **JOULUKUU**

- Vapaaehtoisten päivä 5.12
- Ostosmatka Ideapark-Ikea Lähtö 13.12 Til.ajo.laituri Klo 8:00

# Liikuntaa heikanrinteen kuntosalilla

maanantaisin klo 18-19

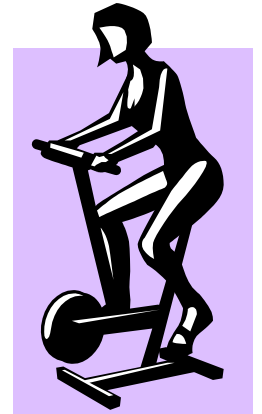


Yhdistyksemme tarjoaa  
jäsenilleen mahdollisuuden  
maksuttomaan ja ohjattuun harjoitteluun.



Tule tutustumaan ja liikkumaan  
kuntosaliharjoittelun merkeissä

Heikanrinteelle.  
(Saksankatu 34)



Ohjaajana toimii yhdistyksemme  
liikuntavastaava

**TERVETULOA!**

**Jäsenpalveluna maksutonta allergia- ja astmanneuvontaa myös sähköpostitse. Kirjaudu palveluun allergia.fi -sivustolta, sivun alaosassa on linkki *jäsenextra*.**

Jäsennumero toimii käyttäjätunnuksena ja postinumero on salasana. Jäsenextra sivujen yläosassa on linkki "Kysy asiantuntijalta" ja sieltä löytyy suora linkki sähköpostiin, mihin kysymyksen voi lähettää. Jäsenextrassa voi käydä lukemassa myös lehden sähköisesti, katsastaa aihepiiristä ilmaantuneet ajankohtaiset lehtijutut tai selvittää tutkija Juha Jantusen kanssa vaikkapa siitepölyihin liittyviä kysymyksiä tai avata keskustelun samassa tilanteessa olevien jäsenten kanssa.



**Kutomon Kauppakeskus**  
**p. (03) 435 5250, fax (03) 435 5241**  
**Palvelemme:**  
**ma-pe 8.30-19.00**  
**la 9.00-16.00**  
**su ja pyhät suljettu**  
**[kutomonapteekki.fi](http://kutomonapteekki.fi)**

# VANHA APTEEKKI

*Ystävällistä palvelua lähelläsi jo vuodesta 1859*

**PRISMA-KESKUS (B sisäänkäynti)**

**Palvelemme: ma-pe 8-20**

**la 9-18**

**su 10-18**

**[www.forssanvanhaapteekki.fi](http://www.forssanvanhaapteekki.fi)**



OP-mobiililla hoidat pankkiasiasi kätevästi ajasta ja paikasta riippumatta.

Omistaja-asiakkaana löydät sieltä myös paikalliset ja valtakunnalliset edut.

Palvelun tarjoaa Osuuspankki

OP Lounaismaa





# **ALLERGIANEUVONTA**

**Forssan yhdistyksen allergianeuvojana toimii  
terveydenhoitaja Niina Aaltonen**

**Päivystys torstaisin klo 19-20 numerossa 044 3311 224**

**Maksullinen allergia- astma- ja ihoneuvontanumero**

**(0,87 €/min + pvm)**

**P. 0600 14419**

Avoinna: ma, ti ja ke klo 9-13 sekä to klo 13-17

Neuvonta palvelee myös sähköpostitse:

[allergianeuvoja@allergia.fi](mailto:allergianeuvoja@allergia.fi)

**Muistathan ilmoittaa  
postiosoite- ja sähköpostiosoitemuutokset ja  
-lisäykset toimistolle tai sähköpostiin  
[allergia.forssa@gmail.com](mailto:allergia.forssa@gmail.com).**

**Yhteydenotot myös nettisivujen kautta**

**[www.forssan.allergia.fi](http://www.forssan.allergia.fi)**

# **HALLITUS 2020**

Puheenjohtaja Tuula Tuura

Varapuheenjohtaja Marja Tuominen

Rahastonhoitaja Jukka Nikula

Varaliikuntavastaaja Sari Jokinen

Jäsen Leena Anttila

Jäsen Anneli Raiskio

Jäsen Riitta Tammiranta

## **Allergianeuvoja**

Niina Aaltonen

## **Liikuntavastaava**

Jarmo Turunen

## **Toiminnanjohtaja**

Vesa Lepänkoski