



Saimaan Syöpäyhdistyksen kevääseen mahtuu vertaistukea ja virkistystä

Hyvä jäsenemme!
Tästä kirjeestä löydät tietoa
kevään toiminnastamme.
Kirjeen kääntöpuolelle olemme
koonneet tapahtumia
paikkakuntakohtaisesti.

Sairaanhoitajillamme on
vastaanottopäiviä myös
terveydenhuollon yksiköissä

Kaikilla hoitajillamme on nykyisin vastaanottopäiviä oman alueensa sairaalassa tai sotekeskuksessa:

- Lappeenrannassa sh Jaana Lemetyinen keskussairaalan syöpähoitoyksikössä ma klo 9-14
- Mikkelissä sh Liisa Kautto keskussairaalan OLKA-pisteellä ti klo 9-14
- Pieksämäellä sh Jaana Jormakka sotekeskuksessa OLKA-pisteellä ke 9-12
- Savonlinnassa th Janna Puurunen keskussairaalan OLKA-pisteellä ti klo 9-15

Hoitajan luona voi käydä keskustelemassa, kun oma tai läheisen syöpä aiheuttaa huolta. Hoitajalta voi kysyä myös keskustelumahdollisuutta vertaistukijan kanssa. Vertaistukijat tietävät omasta kokemuksestaan, mitä sairastunut tai läheinen käy läpi.

Norpparisteily Savonlinnassa

Lauantaina 23.5.2026 klo 15-19
Jäsenhintaa 30€, seuralainen (ei-jäsen) 48€
Hinta sis. risteilylipun, lounaan ja kahvit.
Sitovat ilmoittautumiset 24.4. mennessä toimistoon puh. 05 451 3770.
Maksutiedot saa ilmoittautuessa.

Teatterilauantai Lappeenrannassa

Lauantai 11.4.2026 klo 13,
näytös Karjalainen juttu

Jäsenhintaa 34€, seuralainen (ei-jäsen) 40€
Hinta sis. lipun, väliaikatarjoilun sekä tarvittaessa bussikuljetuksen, reitit alla.

Bussireitit ja pysäkit:
Reitti 1) Imatra keskusasema-Joutsenon linja-autoasema-LPR teatteri
Reitti 2) Taipalsaaren kko-Savitaipaleen tori-Lemi K-Särä-LPR teatteri

Sitovat ilmoittautumiset 10.3. mennessä toimistoon p. 05 451 3770. Maksutiedot saa ilmoittautumisen yhteydessä.

VERTAISTUKEA, LIIKUNTAA JA VIRKISTYSTÄ

Heinolan seutu

- Naisten vertaisryhmä Hartola-Sysmä (paikka ja aika tarkentuvat myöhemmin)
- Virkistystä: kevätretki (paikka ja aika tarkentuvat myöhemmin)

Imatra

- Keilausta joka toinen maanantai klo 14, seur.kerran 9.3. (vain jäsenille)
- Paikallisosaston kuukausitapaamiset, seur. tapaaminen 18.3. klo 13
- Vertaistupa syöpään sairastuneille, seur. tapaaminen 7.4. klo 17

Kangasniemi

- Sairaanhoidajan ohjaama vertaisryhmä hiljattain syöpään sairastuneille alkaa 20.4. klo 17

Lappeenranta

- Ensitietopäivä sairastuneille ja läheisille 24.3. klo 9-12.15 keskussairaалalla
- Miesten vertaisryhmä, seur. tapaaminen 3.3. klo 14
- Naisten vertaisryhmä Joutsenossa, seur. tapaaminen 16.3. klo 15
- Avanne- ja vastaavasti leikattujen vertaisryhmä, seur. tapaaminen 10.3. klo 17 (järj. Kasuilco ry)
- Naisten ilta, seur. tapaaminen 31.3. klo 17
- Voimauttavat kädentaidot -ryhmä sairastuneille, seur. tapaaminen 19.3. klo 17
- Lukupiiri sairastuneille ja läheisille, seuraava tapaaminen 25.3. klo 17
- Tuolijooga joka toinen maanantai (vain jäsenille, ryhmä tällä hetkellä täynnä)
- Teatterilauantai 11.4. katso tiedot kääntöpuolelta

Mikkeli

- Naisten vertaisryhmä, seuraava tapaaminen 10.3. klo 16.30
- Miesten vertaisryhmä, seuraava tapaaminen 26.3. klo 14
- Sairaanhoidajan ohjaama vertaisryhmä hiljattain syöpään sairastuneille alkaa 20.4. klo 16.30
- Rentoutusryhmä joka toinen torstai Kansalaisopistolla klo 18.30, seur.kerran 12.3. (vain jäsenille)
- Virkistystä: suunnitteilla kevätretki Raijan Aitalle (paikka ja aika tarkentuvat myöhemmin)

Pieksämäki

- Miesten vertaisryhmä, seuraava tapaaminen 10.3. klo 15.30
- Sairaanhoidajan ohjaama Hyvinvoiva minä -ryhmä syöpään sairastuneille alkaa 14.4. klo 17
- Paikallisosaston kuukausitapaamiset, seur. tapaaminen 3.3. klo 14
- Liikuntaryhmä torstaisin klo 15.30-16.30, seur. kerta 5.3. (vain jäsenille)
- Vierailu Savon Radan museoon 5.5.
- Kesäretki Jyväskylään kohteena Savutuvan Apaja ja Toivolan Vanha Piha (aika tarkentuu myöhemmin)

Savitaipaleen seutu

- Tuolijumppa keskiviikkoisin klo 14, seur. kerta 4.3. (jäsenalennus)
- Allasjumppa joka toinen lauantai klo 10.30-12, seur. kerta 14.3. (jäsenalennus)
- Paperit kuntoon -ilta: testamentti ja edunvalvontavaltuutus 6.5. klo 17, Koulutie 7, Savitaipale

Savonlinna

- Miesten vertaisryhmä, seur. tapaaminen 12.3. klo 13
- Naisten vertaisryhmä, seur. tapaaminen 2.4. klo 17
- Terveystietojen ohjaama Hyvinvoiva minä -ryhmä syöpään sairastuneille alkaa 16.4. klo 17
- Elämäniloa tanssista -ryhmä tiistaisin klo 17, seur. kerta 3.3. (vain jäsenille)
- Paikallisosaston kerho joka toinen tiistai klo 13, seur. tapaaminen 10.3.
- Liikuntaryhmä Easyfitillä perjantaisin (vain jäsenille)
- Norpparisteily la 23.5. klo 15-19, katso tiedot kääntöpuolelta

Taipalsaari

- Surukahvila, Kohtaamispaikka Luoto, seur.kerran 10.3. klo 18 (järj. paikallisosasto Neloset)

Tiedotamme toiminnasta verkkosivuillamme, some-kanavissamme, paikallislehtien järjestöpalstoilla ja sähköisessä uutiskirjeessämme. Lisätietoa saat myös toimistosta puh. 05 451 3770. Huom! Muutokset aikatauluissa ovat mahdollisia. Pidäthän yhteystietosi ajan tasalla! Ilmoittamalla puhelinnumerosi toimistoomme, voit saada juuri omalla alueellasi tapahtuvasta toiminnasta tietoa toisinaan myös tekstiviestinä. Sähköisen uutiskirjeen voit tilata toimistostamme.

Olethan muistanut maksaa vuoden 2026 jäsenmaksusi!



Tutustu toimintaamme ja tule mukaan!

Saimaan Syöpäyhdistyksen väki

SAIMAAN SYÖPÄYHDISTYS RY

Avoinna ma-pe 9-14 (muina aikoina sop. mukaan)
Suosittelemme ajanvarausta
p. 05 451 3770 tai saimaa@sasy.fi (toimisto)
www.saimaansyopayhdistys.fi



[saimaan_syopayhdistys](#)



[Saimaan Syöpäyhdistys ry](#)

Lahjoitukset: Keräystili FI34 5620 0920 5391 02
Keräyslupa RA/2022/293

