

Sairastuminen muuttaa usein elämää ja herättää paljon kysymyksiä.  
Joskus entisiä harrastuksia on vaikea jatkaa.  
Kerhoihimme ja retkille voit tulla sellaisena kuin olet.

## Aivoliiton Jokilaaksojen AVH ry

Leeni Rautakoski  
puheenjohtaja  
p. 040 770 9476  
leeni.rautakoski@hotmail.com

Armi Parviainen  
jäsenvastaava  
p. 040 847 8071  
pipopaa1@outlook.com

Marja Isokääntä  
sihteeri  
p. 040 845 8804  
sihteeri.jokilaaksojenavh@gmail.com

Yhdistyksen verkkosivut:  
jokilaaksojenavh.aivoliitto.fi  
  
Löydät meidät Facebookista:  
Jokilaaksojen AVH ry

Olet lämpimästi tervetullut mukaan toimintaan!



Aivoliiton Jokilaaksojen AVH ry on Aivoliitto ry:n jäsenyhdistys. Aivoliitto tarjoaa sopedumisvalmennuskursseja ja kuntoutuskursseja. Aivoliitto tarjoaa monipuolisia palveluja ja tietoa, jotka liittyvät aivoverenkiertohäiriöihin ja kehitykselliseen kielihäiriöön.

**AIVOLIITTO RY**  
p. 02 213 8200  
info@aivoliitto.fi  
www.aivoliitto.fi



## AIVOLIITON JOKILAAKSOJEN AVH RY

Ylivieska • Alavieska • Kalajoki • Nivala  
Sievi • Haapajärvi • Pyhäjärvi • Reisjärvi  
Haapavesi • Merijärvi • Oulainen • Kärsämäki  
Pyhäjoki • Vihanti • Piippola • Eskola



**Aivoliiton  
Jokilaaksojen AVH ry**  
jokilaaksojenavh.aivoliitto.fi

## Tietoa yhdistyksestämme

Yhdistyksemme toimii kaikkien aivoverenkiertohäiriön kokoneiden, afaattisten henkilöiden, heidän läheistensä ja alan ammattilaisten kanssa Oulun eteläisellä alueella. Myös muut vapaaehtoiset ovat tervetulleita mukaan!

## Tule mukaan toimintaamme

### Aivovoimaa-kuntosaliryhmä, Ylivieska

Kotikartano 2, Ratakatu 4, kuntosali joka torstai kello 15–16, jäsenille maksuton

Liikuntavastaavat:

Helena Sarlin, p. 044 545 1154

Terttu Moilanen, p. 040 757 8923

### Aivoriihi-kuntosaliryhmä, Nivala

Kotikeskus, Vapaudentie 29 joka torstai klo 12–13.30, jäsenille maksuton

Liikuntavastaava:

Jari Vierimaa p. 044 066 7766

## Liity yhdistykseemme

Vuonna 2021 jäsenmaksu on 20€. Perheenjäseneltä ilman lehteä 10 €. Jäsenetuina saat:

- Aivoliiton Aivoterveys -lehden
- Tervetuloa jäseneksi -infopakettin
- Koulutuksia ja tapahtumia jäsenhintaan
- Aivoliiton järjestösuunnittelijoiden neuvontapalvelut sekä muut Aivoliiton palvelut
- Aivoliiton sähköisen uutiskirjeen (Jäsenkirje)
- Sosiaalityöntekijän neuvontapalvelut
- Aivoliiton sähköisen jäsenkortin
- Voit osallistua kaikkeen järjestämäämme toimintaan

Liity jäseneksi:

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

## Yhteystietomme

Leeni Rautakoski  
puheenjohtaja  
p. 040 770 9476  
[leeni.rautakoski@hotmail.com](mailto:leeni.rautakoski@hotmail.com)

Jari Vierimaa  
varapuheenjohtaja  
p. 044 066 7766  
[jari.vierimaa@kotinet.com](mailto:jari.vierimaa@kotinet.com)

Marja Isokääntä  
sihteeri-rahastonhoitaja  
p. 040 845 8804  
[sihteeri.jokilaaksojenavh@gmail.com](mailto:sihteeri.jokilaaksojenavh@gmail.com)

Armi Parviainen  
jäsenvastaava  
p. 040 847 8071  
[pipopaa1@outlook.com](mailto:pipopaa1@outlook.com)

Tauno Yli-Hukka  
vertaistukivastaava  
p. 044 263 6290  
[taneylihukka@gmail.com](mailto:taneylihukka@gmail.com)

Helena Sarlin  
liikuntavastaava, Ylivieska  
p. 044 545 1154

Terttu Moilanen  
liikuntavastaava, Ylivieska  
p. 040 757 8923

Jari Vierimaa  
liikuntavastaava, Nivala  
p. 044 066 7766

## Tarjoamme vertaistukea

Yhdistys tarjoaa vertaistukea. Ota yhteyttä:  
Tauno Yli-Hukka  
vertaistukivastaava  
p. 044 263 6290  
[taneylihukka@gmail.com](mailto:taneylihukka@gmail.com)

Voit hakea henkilökohtaista vertaistukihenkilöä myös Aivoliiton kautta sähköpostilla  
[vertaistuki@aivoliitto.fi](mailto:vertaistuki@aivoliitto.fi)

## Tule meille vapaaehtoiseksi

Olisitko kiinnostunut esimerkiksi kerhon vetämisestä? Retkien ja tapahtumien järjestämisestä? Varainhankinnasta? Tai haluaisitko toimia kokemusasiantuntijana, kun hoitoja ja kuntoutusta kehitetään?

Tehtäviä on eri paikkakunnilla, erilaisia ja eri kestoisia, etsitään sinulle sopiva!

Tule rohkeasti mukaan!