

# KESKI-SUOMEN NEUROYHDISTYS RY

## JÄSENTIEDOTE 6/2024

Tässä jäsentiedotteessa seuraavia asioita:

Syyskokous 20.11 klo 17

Toiminnansuunnittelupäivä 4.12.

Vammaiskortin etätietoisku 29.10. klo 17.30

Viiden kerran tanssikurssi 23.10.-20.11.

### KOKOUSKUTSU

#### **Syyskokous 20.11. klo 17.00 Matarassa**

Keski-Suomen neuroyhdistys ry:n sääntömääräinen syyskokous pidetään **keskiviikkona 20.11.2024 klo 17.00** Kansalaistoiminnakeskus Mataran Talvikki -tilassa (Matarankatu 6A1, Jyväskylä). Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat. Kokoukseen voi osallistua myös etäyhteydellä. Osallistumislinkki toimitetaan ilmoittautuneille myöhemmin. **Läsnäolijoille kahvitarjoilu.**

Pyydämme ilmoittamaan osallistumisesta ja kertomaan osallistumistavan **17.11. mennessä** osoitteeseen [ksmsyhdistys.sihteeri@gmail.com](mailto:ksmsyhdistys.sihteeri@gmail.com) tai numeroon 046 953 0098.

#### **Toiminnansuunnittelupäivä 4.12. klo 15**

Tule mukaan suunnittelemaan Keski-Suomen neuroyhdistyksen toimintaa vuodelle 2025.

Hallitus, yhdessä muiden aktiivien kanssa, suunnittelee yhdistyksen toimintaa vuodelle 2025 Hotelli Albassa [Ahlmaninkatu 4](#)) keskiviikkona 4.12. klo 15 alkaen. Voit ilmoittautua mukaan suunnitteluun, tai jättää toiveita toiminnasta tällä lomakkeella:

<https://forms.gle/r8awcDLbTgroxZDD6> tai

numeroon 046 953 0098. Ilmoittaudu mukaan 27.10. mennessä. Tilaisuudessa ruokailu.

## **Luovan tanssin kurssi 23.10.-20.11.**

Jyväskylän tanssiopistolla (Vapaudenkatu 48-50) järjestetään viiden kerran luovan tanssin kurssi 23.10.-20.11. aina keskiviikkoisin klo 16-17.

Tunneilla keskitytään oman kehon huoltoon monipuolisesti ja lempeästi, sekä kehitetään kehon ydintukea, lihastasapainoa ja linjausta. Vahvistetaan lihasvoimaa ja toiminnallista liikkuvuutta dynaamisella ja tanssillisella liikekielellä. Aivoja aktivoidaan koordinaatio- ja somaattisin liikeharjoituksin. Harjoituksissa hyödynnetään mm. Pilates- ja eri tanssimuotojen menetelmiä. Tunnit soveltuvat niin vasta-alkajille kuin tanssia harrastaneillekin. Tunnin jälkeinen rentouden ja vapauden kokemus palkitsee.

Kurssin hinta on 10€. Lisätietoja ja ilmoittautuminen sähköpostilla osoitteeseen elina.i.sievanen@gmail.com **20.10. mennessä**. Kurssin voi maksaa **20.10 mennessä** Keski-Suomen neuroyhdistys ry:n tilille FI21 5290 0240 1063 26. Viitteeksi TANSSI oma nimesi.

## **Etätietoisku EU:n vammaiskortista ti 29.10.**

Tiistaina 29.10. on yhdistyksemme jäsenille tarjolla etätietoisku EU:vammaiskortista klo 17.30. Ilmoittaudu tilaisuuteen su 27.10. mennessä sähköpostilla osoitteeseen [ksmsyhdistys.sihteeri@gmail.com](mailto:ksmsyhdistys.sihteeri@gmail.com). Ilmoittautuneille toimitetaan osallistumislinkki sähköpostitse. Tilaisuuden kesto noin tunti. Voit lukea jo ennakkoon EU:n vammaiskortista osoitteesta <https://vammaiskortti.fi/>.

Muista myös yhdistyksen 50-vuotisjuhlat 26.10. Ravintola Priimuksessa. Lisätietoja ja ilmoittautuminen [täältä](#).

**Keski-Suomen neuroyhdistys ry**

[ksms.yhdistys@gmail.com](mailto:ksms.yhdistys@gmail.com)

**046 953 0098**