

## Kirkkonummen alueosasto, vuosikertomus vuodelta 2016

### Alueosaston toiminta

Alueosaston puheenjohtajana toimi yhdistyksen varapuheenjohtaja Päivi Parviainen, hallituksessa mukana Jukka Heikkinen ja taloudenhoitajana Pekka Hallikainen.

### Vertaistuki

Keskustelukerhoa kokoontui edelleen kerran kuukaudessa kuukauden 3 torstaina iltapäivisin, josta tiedotettiin paikallislehdessä ja pääkaupunkiseudun diabetesyhdistyksen julkaisussa Kide.

### Tapahtumia ja luentoja

Toukokuussa järjestettiin kiinnostava villiyrttiretki vanhan kunnantalon läheisyyteen. Kurssilla opittiin useita luonnosta yleisesti löytyviä syötäväksi kelpaavia kasveja ja maisteltiin niitä.

Syyskuussa järjestettiin yhteinen ruokakurssi Heikkilän Marttayhdistyksen kanssa, kurssin teemana oli diabeetikolle sopiva kasvispainotteinen ruokailu. Lisätietoja löytyy nettisivuiltamme.

Kirkkonummipäivillä elokuussa mitattiin verensokereita ja jaettiin diabetesinformaatiota. Joulukuussa järjestettiin keskustelukerhon puurojuhla.

### Tiedottaminen

Alueosaston nettisivuille ylläpidettiin tapahtumatietoja ja lisättiin kuvia ja kertomuksia tapahtumista