

TOIMINTAKERTOMUS 2019

**TOIMINTAKERTOMUS
VUODELTA 2019**



**SEINÄJOEN
REUMAYHDISTYS RY.**

TOIMINTAKERTOMUS 2019

1. Johdanto

Seinäjoen Reumayhdistys ry. toimii vuonna 2019 tuki- ja liikuntaelinsairaiden hyväksi Seinäjoella sekä Ilmajoella. Yhdistyksen toiminta-ajatuksen mukaisesti tarjoamme tietoa, tukea ja ystäviä sekä sairastuneelle että hänen lähipiirilleen.

Vuoden 2019 toimintateemana on **Mieli ja minä**. Tuemme toiminnallamme Suomen Reumaliiton valitsemissa teemoissa.

2. Varsinainen toiminta

Hallinto, toimikunnat, jaostot

Yhdistyksen puheenjohtajana toimi Kaija Ikkeläjärvi, hallituksen varsinaiset jäsenet olivat: Tiina Kokkonen (varapuheenjohtaja), Pia Hautala (sihteeri), Mari Aittoniemi (rahastonhoitaja), Henna-Riikka Ohtonen (reumalasten perheiden yhteyshenkilö), Tuula Koskela, Esa Saarimäki sekä varajäsenet Leena Kaunismäki (apuvälineneuvoja) ja Sirkka Ylimäki

Yhdistys järjesti sääntömääräisen kevätkokouksen 27.3.2019 ja syyskokouksen 3.12.2019. Hallitus kokoontui 12 kertaa vuoden aikana. Varsinaisena toiminnantarkastajana toimi Terhi Saunamäki, varatoiminnantarkastajana Helena Haukilahti.

Etelä-Pohjanmaan, Pohjanmaan sekä Keski-Pohjanmaan reumayhdistysten aluetoimikunnassa oli Seinäjoen Reumayhdistyksestä mukana Kaija Ikkeläjärvi puheenjohtajana ja varajäsenenä Leena Kaunismäki (toimikausi 2018-2020). Yhdistyksemme osallistui aluetoimikunnan järjestämiin Aluepäiviin Härmän Kylpylässä 12.10.2019 sekä koulutuksiin.

Ilmajoen kuntajaostossa ei ole ollut omaa toimintaamme kuluneena vuotena. Olemme olleet paikkakunnalla mukana Pieni ele-lipaskeräyksessä, jossa Terttu Huhtakangas toimi Ilmajoella vaaleissa yhdyskuntienamme.

Jäsenhankinta ja muu jäsenoiminta

Yhdistyksemme jäsenmäärä oli 363 jäsentä (31.12.2019).

Hankimme yhdistykseen lisää jäseniä tilaisuuksissamme sekä erilaisten tapahtumien yhteydessä.

Toimintavuoden jäsenmaksu oli 17 € (liiton perimä osuus 7 €/hlö v. 2019).

Yhdistyksen toimisto sijaitsee Järjestötalolla, Kauppakatu 1 (2.krs.). Toimiston aukioloajat ovat olleet ma - to klo 10 - 12 tai sopimuksen mukaan. Toimistolla työskenteli palkkatuella työllistetty toimistonhoitaja ma - to 26 tuntia viikossa. Heinäkuussa toimisto oli kesätauolla.

Sklerodermaa sairastavien vertaistukiryhmä kokoontui kaksi kertaa Siru Kantoniemen ohjaamana. 19.11.2019 Suomen Sklerodermayhdistys järjesti yhdessä Seinäjoen Reumayhdistyksen kanssa vertaistuki-illan Järjestötalolla Seinäjoella. Reumatologi Riitta Luosujärvi luennoi aiheesta "Sklerodermaasta uutta ja vanhaa". Tilaisuus videoitiin.

Seniorikerholaiset kokoontuivat kahdeksan kertaa.

Reumalasten perheet tapaamiset toteutuivat kaksi kertaa. Reumalasten perheet ovat sopineet aktiivisesti tapaamisistaan myös Facebookin kautta.

Kevään allasjumpparyhmä kokoontui 14.1.- 6.5.2019 välisenä aikana yhteensä 15 kertaa. Syyskaudella allasjumppaa ei enää järjestetty.

TOIMINTAKERTOMUS 2019

25.3. yhdistyksemme esittäytyi Friski-pisteellä (hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yksikössä, terveystietokeskus), Y-talolla. Meillä oli mukana päivitetty PowerPoint-esitys, Seireeni 2019, esitteitä ym.

Reumaviikkoa vietimme viikolla 41 (7.-13.10.2019). Toimisto päivitti OLKA-pisteelle uudet diat, jotka lähtivät pyörimään heti viikon alussa. Jaettavana oli esitteet, jäsenkirjeet, Reumalehdet, oppaat, kuntoutusesitteet ja pinssit.

Ilkka-lehti teki Reumaviikolle sunnuntain lehteen haastattelun Kaija Ikkeläjärvestä. ”Tunne lasinsiruista päkiän alla olikin reuman oire”. Haastattelu julkaistiin myös Pohjalaisessa.

Koulutus

Olemme osallistuneet Reumaliiton ja aluetoimikunnan järjestämiin koulutuksiin:

Aluetoimikunnan Tammitalkoot pidettiin Helsingissä 18.-19.1.2019.

Reumaliiton kotisivukoulutus pidettiin Seinäjoella 28.3.2019.

Reumaliiton työpaja - koulutuspäivä oli Tampereella 21.9.2019.

Aluepäivät pidettiin Härmän kylpylässä 12.10.2019, teemalla ”Mieli ja minä”. Yhdistys maksoi jäsenilleen bussikyödin Jalasjärven Reumayhdistyksen bussissa.

Vapaaehtoisten ja vertaisryhmien koulutustilaisuudessa, joka järjestettiin Sokos Hotel Lakeudessa Seinäjoella, oli aiheena: ”Myötätuntoinen kohtaaminen, armollinen itselle ja muille”. Kouluttajana FM Taru Hallikainen.

Tulorekisteri-koulutus koostui kevään ja syksyn kokoontumisesta.

Avoin tulorekisteriluento oli pääkirjasto Apilassa 29.8.

Olemme osallistuneet **YYRYn** (Yhteisöjen Yhdistyksen) tarjoamiin koulutuksiin, luentoihin ja tiedotustilaisuuksiin:

Olimme mukana Järjestömarkkinoilla Seinäjoella 18.5.2019. Markkinoilla oli kävijöitä yli 1000 henkeä. Pisteessämme käväisi paljon väkeä, myös jäsenistöämme. Maskottiamme Puppanaa kävivät lapset, kuin aikuisetkin katsomassa. Puppana kiersi alueella, jakaen lasten kanssa teema-pinsejä. Myös lehtiä, esitteitä ja jumppapohjeita saimme hyvin jakoon.

Järjestötalon Canva-koulutus oli 30.10.

Apuvälinemessut pidettiin Tampereella 8.11.

”Ikääntyvä yhteiskunta -Seniorit palvelujen käyttäjinä” -seminaari oli 14.11.2019

Virkistys ja kuntoutus

Yhdistys osallistui aktiivisesti Järjestötalon ja eri yhdistysten järjestämiin virkistystapahtumiin. esim. TYHY-päivään 13.6. Lapualla sekä Järjestötalon 20-vuotisjuhlaan 1.11.2019.

OLKA-pisteen Juhlaseminaari oli 1.11.2019.

TOIMINTAKERTOMUS 2019

Reumaliiton sauvakävelyiltä järjestettiin 7.5.2019 Seinäjoella Kyrkösjärven maisemissa. Ohjelmassa saimme ohjeita sauva- ja kävelytapoihin. Ohjaavat tahot kävelivät osanottajien kanssa 1 – 6 km opastaen. Kaikkiaan osallistujia oli 70 henkilöä.

Seinäjoen terveyskeskuksen Y-talon vesiterapia-altaassa kokoontuva allasjumpparyhmä kokoontui 15 kertaa kevätkaudella 2019. Aktiivisia osallistujia ryhmässä oli 20.

Tiedotimme jäsenistölle Seinäjoen Kaupungin Erityisliikuntakortista. Erityisryhmiin kuuluvilla henkilöillä on mahdollisuus anomuksesta saada uinti-/kuntosalikortti vuodeksi kerrallaan. Korttia on mahdollista käyttää Seinäjoen uimahallilla (uinti ja kuntosalit), Kirmaushallin kuntosalilla, Nurmohallin kuntosalilla, sekä Ritola-Hallin kuntosalilla.

Osallistuimme ja tiedotimme Järjestötalon Kaikille Avoin kerhotoiminnan kokoontumisista mm. tuolijumppa, Boccian peluu ja korttiaskartelu. Yhdistysten yhteisiä teatteriretkiä oli 3: 10.2. "Ei meidän äiti" Ilmajoen kunnantalolla, 15.3. "Naamakirja" Jalasjärvellä, sekä 9.7. "Kyllä aika tavarankaupitteloo". Fälytteatterissa.

Yhdistys kannusti jäseniään liikkumaan jakamalla tietoa eri liikuntamahdollisuuksista. Järjestimme esittelytunnin Samba Tropicaliin 2.9.2019. Tunti oli tiivis paketti mielekästä liikuntaa, tanssia ja oli muutenkin kiva kokeilla uutta lajia. Teimme myös tutustumiskäynnin Joogakoulu Sanmajaan 7.11.2019.

Tiedotus

Yhdistys tiedotti toiminnastaan ja tapahtumistaan ilmaisilla järjestö- ja yhdistyspalstoilla pääasiassa Ilkka-lehdessä ja maksullisessa Epari-lehdessä.

Kevään Seireeni -jäsentiedote postitettiin helmikuussa, sekä syksyn Seireeni -yhdistyskirje syyskuun alussa, jokaiselle jäsenelle postitettuna. Yhdistys toimitti Seireenistä asiakkaiden saataville kappaleet mm. Seinäjoen keskussairaalaan, OLKA-pisteelle, Seinäjoen pääterveysasemalle Y-taloon, ympäristön terveysasemille, sekä Ilmajoen terveyskeskukseen.

Vertaistukiryhmien kokoontumisista yhdistys tiedotti Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueella lähettämällä sähköpostitse tiedotteet kunkin vastaanottajapisteen reumahoidosta vastaaville, laitettavaksi ilmoitustauluille asiakkaiden nähtäväksi. Tulevista tapahtumista tiedotettiin myös Järjestötalon ilmoitustaululla ja kotisivuilla, reumayhdistyksen omilla kotisivuilla, sekä facebook-sivuilla.

Toiminnan kehittäminen

Teimme OLKA®-pisteelle PowerPoint – esityksiä, jotka pyörivät pisteellä televisioruudussa kertomassa toiminnastamme ja yhdistyksestäme.

Olemme järjestäneet jäsenillemme mahdollisuuden tutustua erilaisiin liikuntalajeihin.

3. Talous ja varainhankinta

Toimenpiteet talouden parantamiseksi

Yhdistyksen varainhankinta koostui jäsenmaksuista, arpatuloista, mainostuloista jäsentiedotteista Seireeniin. Lisäksi yhdistys haki avustuksia Seinäjoen kaupungin liikuntatoimelta sekä Suomen Reumaliitolta.

Olimme mukana Pieni Ele -vaalikeräyksessä 2019 Seinäjoella ja Ilmajoella (eduskuntavaalit ja EU-vaalit). Keräyksestä Seinäjoen Reumayhdistyksen tilille kirjattiin yhteensä 1.348,77 €.

CM-Päivölän joulupaketoinnin tuotto paransi tulosta omalta osaltaan.

Tilikauden tulos oli ylijäämäinen **853,43 €**

4. Yhteistyö

Kevätkokoukseen saimme vieraaksemme palveluohjaaja Ursula Mäkisen, joka kertoi meille **Järjestöalon Palvelukeskuksen** toiminnasta.

Olemme pitäneet säännöllisesti yhteyttä **EPSHP:n** lastenosaston kanssa.

Olemme mukana **OLKA@**-toiminnassa. Toiminta toteutetaan Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ja Yhteisöjen Yhdistys ry:n järjestöjen yhteistoiminnassa. Toiminnan tavoitteena on tarjota mahdollisuus potilaan ja heidän läheisensä kiireettömään kohtaamiseen, sekä antaa tukea sairauteen sopeutumisessa. Yhdistyksellämme on **OLKA@**-pisteellä esittelykansio, sekä PowerPoint-esitys, jota pyritään päivittämään jatkuvasti.

Reumayhdistyksellä oli oma edustajansa **vammaisneuvostossa** vuonna 2019. Puheenjohtajana Markku Mäenpää ja varajäsenenä Pia Hautala.

Teemme **Seinäjoen kaupungin liikuntatoimen** kanssa edelleen tiivistä yhteistyötä. Liikuntatoimelta yhdistys haki ja sai allasjumpparyhmälleen erityisliikuntaryhmien toiminta-avustusta.

Teimme yhteistyötä **Seinäjoen sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksen** kanssa. Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikön fysioterapiaopiskelijat toimivat vetäjinä vesijumpassa kevätkaudella. Oppilaitos ilmoitti lopettavansa ryhmän ohjaamisen kevätkauden jälkeen.

Yhteisöjen yhdistyksen (YYRY) ja sen jäsenjärjestöjen kanssa teemme jatkuvaa ja monipuolista yhteistyötä.

Alueemme yritysten kanssa yhteistyö on monipuolista. Yrityksiä pyydettiin tilaisuuksiin mm luennoimaan, esittelemään tuotteitaan/palveluitaan.

Teimme yhteistyötä **Seinäjoen ja maakunnan muiden kansanterveysjärjestöjen** kanssa yhteisen hyödyn saavuttamiseksi.

Teimme yhteistyötä **Reumaliiton** kanssa entiseen tapaan.

Yhteenvetona

Tulorekisteri sekä tuleva liiton siirtyminen Kilta-rekisterin piiriin on värittänyt kuluvaan vuoteen. Hallituksen jäsenet sekä toimistosihteeri ovat osallistuneet lukuisiin koulutustilaisuuksiin asioihin liittyen. Muutokset ovat valtakunnallisia ja tarpeellisia kehitysaskelaita yhdistykselle. Vaatii kuitenkin mielenkiintoa asiaan ja taitoa omaksua uutta tietoa sekä kykyä tietotekniikan hallintaan – kaikkia näitä ominaisuuksia yhdistyksemme hallitukselta onnekkemme löytyy!

Sosiaalialan oppilaitosyhteistyön loppuminen allasjuman ohjaamiseksi yllätti yhdistyksen hallituksen sekä vesijumppaajat keväällä. Kartoitimme erilaisia vaihtoehtoja, jotka hallitus totesi kaikki liian kalliiksi. Fysioterapiaopiskelijat ovat ohjanneet opinnäytetyönään ryhmää ilmaiseksi ja ulkopuolisen ohjaajan palkkaus olisi nostanut allasryhmän kulut suhteettoman korkeiksi. Osallistumismaksun tulee olla inhimillinen ja saavutettavissa jokaiselle osallistujalle.

Pienenevä jäsenmäärä, avustusten pienuus ja pakollisten kulujen kasvaminen ovat vuosi vuodelta suurempi haaste yhdistyksen toiminnan laadun ja määrän tason säilyttämiseksi. Talkootuntien työmäärä on suunnaton, mutta vielä olemme pystyneet toimimaan näkyvästi alueellamme.

Tarjosimme jäsenillemme lukuisia elämyksiä toteuttaessamme liiton vuoden teemaa ”Mieli ja minä”.