



## Toimintasuunnitelma vuodelle 2021

Hyväksytty syyskokouksessa 17.11.2020

### Yhdistyksen tavoitteena koronapandemiasta huolimatta on

- Vaikuttaa yhteiskunnallisiin tulevaisuuden ratkaisuihin ja osallistua aktiivisesti eläkeläisten asioista käytävään keskusteluun sekä kansalaistoimintaan.
- lisätä ikäystävällisyyttä, ikäihmisten arvostamista ja ikääntymisnäkökulman näkyvyyttä yhteiskunnallisessa päätöksenteossa ja palveluiden toteuttamisessa lähipalveluina
- ehkäistä yksinäisyyttä, edistää eläkeläisten toimintakykyä ja välittää tietoa
- turvata ikäihmisten palvelujen toimivuus niin, että lähipalvelut tulevaisuudessa muodostavat saumattomasti toimivan kokonaisuuden uusien palvelumuotojen kanssa
- parantaa eläkeläisten valmiuksia osallistua kansalaisyhteiskuntaan mm. digitaalisia valmiuksia parantamalla.

### Tavoitteittensa pohjalta yhdistys

- tekee aloitteita vähävaraisten eläkeläisen palvelujen parantamiseksi eri tahoille
- kehittää edelleen yhteistyötä mm. kaupunginosayhdistysten, kansalais- ja eläkeläisjärjestöjen kanssa
- osallistuu Helsingin vanhusneuvoston ja Helsingin Eläkeläisjärjestöt HEJ ry:n toimintaan, Stadin ikäohjelman toimeenpanoon sekä seuraa sote- ja muiden palvelujen muutoksia
- järjestää aajasti kaikille avointa edunvalvonta- ja tiedotustoimintaa sekä hyvinvointia tukevaa liikunta- ja virkistystoimintaa
- kannustaa ja tukee jäseniä koulutukseen, joka antaa ikäihmisille taitoja osallistua kansalaiskeskusteluun ja kykyä pitää ikääntyvien näkökulma esillä päätöksenteossa
- pyrkii vaikuttamaan myös siihen, että kasvokkain tapahtuvien palvelujen tarpeet tunnistetaan ja niitä lisätään tarpeen mukaan sekä avopalveluissa, kotona että hoitopaikoissa
- järjestää mahdollisuuksien mukaan tilaisuuden, jonka aiheena on kunnallisvaalit.

Yhdistys kuuluu jäsenenä Eläkeläiset ry:een ja Eläkeläisten Helsingin aluejärjestö ry:een.



## Toimialue ja jäsenistö

Yhdistyksen toimialueena on Helsingin kaupunki ja pääkaupunkiseutu. Yhdistyksellä on noin 130 jäsentä.

## Toimitilat

Yhdistyksen toimintaa järjestetään koronapandemian mukaisesti Kinaporin seniorikeskuksessa, Hämeentie 58-60, ja Helsingin Seudun Sairaus- ja Tapaturmainvalidien Liiton (HSST) toimitilassa Kulmavuorenkatu 5, sekä Hermannin kerholla, Hämeentie 67. Lukupiiri kokoontuu Kallion kirjaston Dekkarikellarissa, Viides linja 11. Koskela-kerho kokoontuu Koskelan seniorikeskuksessa, Käpyläntie 11, ja mahdollisesti Kampissa ja asukastalo Hannassa sekä Elokolossa, Kolmas linja 28.

## Toimintaa

Yhdistyksellä on kerran kuussa **kerho** Kinaporissa, jossa tarjotaan sekä tietoa että virkistystä. Kerhossa pelataan bingoa, järjestetään arpajaisia ja kerrotaan retkistä ja kulttuuritapahtumista.

**Ohjattua perusvoimistelua ja venyttelyjumppaa** järjestetään kerran viikossa Kinaporin liikuntasalissa.

**Tanssia** musiikin tahdissa on kerran kuussa Kinaporin liikuntasalissa.

**Koskela-kerho** kokoontuu Koskelan seniorikeskuksen N-kabinetissa keskustelemaan ja kuulemaan Käpylän ja Koskelan uudisrakentamisesta, liikennejärjestelyistä, asumisympäristöstä ja eläkeläisten asioista.

Yhdistys järjestää **kotiseutu- ja luontoretkiä**. Retkillä harjoitellaan myös valokuvaamista.

**Valokuvauskerho** kokoontuu kerran kuussa Kinaporin seniorikeskuksen kerhotilassa tai HSST:n toimitilassa. Kerhossa annetaan ohjausta valokuvaamisessa ja kuvankäsittelyssä. Kuukausittain sovitaan yhteisesti kuvausaihe ja otoksia arvioidaan yhdessä myönteisen, kannustavan palautteen kera. Tilanteen mukaan järjestetään eri tiloissa valokuvanäyttelyjä.

**Lukupiiri** kokoontuu kerran kuussa Kallion kirjaston Dekkarikellarissa. Kallion kirjasto varaa lukupiiriläisille kirjat.

**Lausuntakerho Hapset** kokoontuu HSSTL:n toimistossa, Kulmavuorenkatu 5:ssä ja valmistelee yhdistyksen historiikin julkaisemista mahdollisesti kirjana ja netissä, myös videoiden kera 60-vuotisjuhlasta.

Yhdistys järjestää **käyntejä** teatteriesityksiin, elokuvaan, konsertteihin, näyttelyihin, museoihin sekä virkistys- ja **kulttuurimatkoja** omakustannushintaan.



**Yhdistyksen omaa esitettä jaetaan** yleisötilaisuuksissa ja sitä hyödynnetään jäsenhankinnassa.

**Jäseniä tuetaan ja kannustetaan osallistumaan** tietoja ja taitoja kartuttaville tietotekniikan, järjestötoiminnan, liikunnan sekä terveyden ja vireyden ylläpitämisen **kursseille**.

**Yhdistys postittaa jäsenilleen kevät- ja syystiedotteen.**

**Yhdistys ylläpitää kotisivuja [www.kallio-vallila-el.net](http://www.kallio-vallila-el.net).** Niillä kerrotaan yhdistyksen tulevista tapahtumista sekä muista ikäihmisille ajankohtaisista asioista.

**Tapahtumatiedotteita julkaistaan ilmoitustauluilla** Kinaporissa, Hermannin kerholla sekä Kallion ja Vallilan kirjastoissa. Yhdistys lähettää jäsenille myös sähköpostia.

**Toimintatonna haetaan** vuodelle 2021.

**Toimintavuoden aikana järjestetään** alueen palveluista tilaisuuksia Kinaporin ja Koskelan seniorikeskuksessa ja Kalasataman tapahtumatorilla **Ikäystävällisen** teeman ja liikunnan merkeissä.

**Yhdistyksen jäsenet osallistuvat** Kinaporin sekä eräiden muiden yhteisöjen **vapaaehtoistoimintaan**. Tätä työtä jatketaan, sillä näin olemme auttamassa koko toimialueen eläkeläisiä.

## **Kokoukset**

Yhdistyksen sääntömääräiset kokoukset ovat syyskokous loka-joulukuussa ja kevätkokous tammi-maaliskuussa. Kokoukset pidetään Kinaporin palvelukeskuksessa tai muualla.

Johtokunta kokoontuu Hermannin kerholla kerran kuussa paitsi kesäisin.

## **Yhdistyksen talous**

Toiminnan rahoitus koostuu:

1. jäsenmaksuista (2021 18 €)
2. kaupungin sosiaali- ja terveystoimen avustuksesta
3. HOK-Elannon järjestöavustuksesta
4. arpajaisten ja bingon tuotosta
5. Eläkeläiset ry:n mahdollisesti myöntämästä toimintatonnituesta