

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2022**YLEISTÄ**

Vuosi 2022 oli yhdistyksen 37. toimintavuosi. Varsinaisia jäseniä oli vuoden lopussa 374 (2021: 365) henkilöä, joista keravalaisia 287 (263), tuusulalaisia 38 (46), sipoolaisia 17 (20) ja muualla asuvia 32 (36). Yhdistyksen jäsenten keski-ikä oli 67 vuotta.

Yhdistyksen tarkoituksena on toimialueellaan

- työskennellä diabeteksen voittamiseksi yhteistyössä Suomen Diabetesliiton kanssa,
- työskennellä diabeteksen aiheuttamien haittavaikutusten ennalta ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi,
- valvoa diabeetikoiden yhteiskunnallisia etuja sekä
- toimia diabeetikoiden yhdyssiteenä.

TOIMIJAT

Hallituksen jäsenet:

Kari Salminen, puheenjohtaja

Kalervo Salmi, varapuheenjohtaja ja tiedotusvastaava

Leena Kirmanen, sihteeri

Hanna Ikonen, tiedotustoimikunta

Anne Levanen, ohjelmatoimikunnan vastaava (matkat, teatterit, myyjäiset, arpajaiset)

Eeva Salminen, jäsensihteeri, päivätapaamisten vastaava, ohjelmatoimikunta

Arja Selenius, tilavastaava, ohjelmatoimikunta

Milla Sorvoja, rahastonhoitaja

Helmi Westgren, nuorisotoiminnan vastaava 1.1.- 11.3.2022

Hallituksen ulkopuolella:

Irma Lahti, kirjanpitäjä

Marja Honkanen, päivätapaamiset

Tuula Ryhänen, kävelyryhmän vetäjä

Tiina Anttila, vertaistukihenkilö.

Toiminnantarkastajat: Aarne Kiiski ja Irma Kiiski

Varatoiminnantarkastajat: Sirkka Korhonen ja Ari Mensola

TIEDOTUS

Jäsenkirje on ilmestynyt kaksi kertaa vuoden aikana. Olemme tiedottaneet tapahtumista paikallisissa sanomalehdissä, kotisivuillamme sekä facebook- ja instagramsivuillamme. Lisäksi olemme lähettäneet uusille jäsenille Tervetuloa yhdistykseen -kirjeen ja uusimman jäsenkirjeen. Olemme lähettäneet monenlaista informaatiota jäsenillemme sähköpostilla. Tiedottamisen lähtökohta on ollut tiedon välittäminen jäsenille ajantasaisesti.

VARSINAINEN TOIMINTA

Yhdistys on järjestänyt diabeetikon omahoitoa tukevia asiantuntijavetoisia ja muita jäsentilaisuuksia, teatterikäyntejä, retkiä ja tapahtumia toimintavuoden aikana. Vuoden 2022 toimintaa sävytti edelleen jossain määrin korona, mutta toimintaa voitiin kuitenkin jo kohtuullisen hyvin järjestää terveysturvallisuus huomioon ottaen. Luentoja järjestettiin osin etänä ja lähes kaikkiin yhteistyökokouksiin osallistuttiin etänä. Yhdistyksen oma toiminta pystyttiin kuitenkin järjestämään jo lähes normaalisti.

Valtakunnallisena Diabetespäivänä 14.11. valaistiin siniseksi Ali-Keravan vesitorni ja sekä Keuda -talo.

Jäsentapahtumat

- 2.3. Nuorten tutustumisilta sekä nuorisotoiminnan ideointi ja info Viertolassa Keravalla
- 15.3. Luento ”Diabeteksen omahoito” Tuusulan kirjastossa, toiminnanjohtaja Raila Sulasalmi Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistyksestä
- 19.3. Teatteriesitys Menopausi, Riihimäen Teatteri
- 7.4. Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous Viertolassa, Luento Kotivarautumista, Eeva Salminen, Keravan Diabetesyhdistys
- 10.4. Konsertti Onnelliset, Keuda-talo Keravalla
- 10.5. Ulkoilupäivä Nuottakodossa
- 18.5. Kevätlounas Mamma Mezessä Keravalla
- 11.6. Kesäretki Umpimähkä suuntautui Turkuun
- 5.9. Kuusijärven kierros
- 11.10. Luento ”Diabetes ja jalat” Tuusulan kirjastossa, jalkojen hoitaja Jaana Huhtanen Diabetesliitosta
- 18.10. Luento ”Diabetes ja jalat” Viertolassa, fysioterapeutti Juha Iikkanen Keravan terveyskeskuksesta
- 26.10. Etäluento ”Terveelliset elintavat” Viertolassa, diabeteshoitaja Kaja Normet Diabetesliitosta
- 30.10. Musikaali Viulunsoittaja katolla, Keravan Ooppera
- 24.11. Yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous Viertolassa. Etäluento Diabetesliiton ajankohtaisesta toiminnasta ja diabetesyhdistykseen kuulumisen hyödyistä, suunnittelija Marianne Pelho Diabetesliitosta
- 25.11. Vapaaehtoisten lounas Viertolassa
- 9.12. Joululounas Viertolassa

Päivätapaamiset

Päivätapaamiset ovat kaikille avoimia ja niitä järjestetään kaksi kertaa kuukaudessa kesäkautta lukuun ottamatta. Koronan takia toiminta alkoi vasta helmikuussa, jolloin oli yksi tapaaminen.

Päivätapaaminen on vertaistukea ja virkistystä, ja tilaisuuksien teemat vaihtelevat osanottajien kiinnostuksen mukaan. Teemoina on ollut mm. ystävänpäivä, aivojumppa, vappu, kahvibingo ja levyraati. Osanottajamäärien perusteella arvioiden päivätapaamiset ovat olleet pääsääntöisesti erittäin suosittuja. Normaalien Viertolassa tapahtuvien tapaamisten lisäksi on toteutettu:

- 12.4. Lähiluontoretki Keravan kartanolle

15.9. Kuusijärven kierros
 29.9. Ollilanlammen retki
 30.11. Puurojuhla

Perhekerho

Perhekerho on tarkoitettu kaikille yhdistyksen jäsenille, joilla on 0-12-vuotiaita diabeetikkolapsia. Kerhoilloissa mm. askarrellaan, keskustellaan sekä saadaan ja annetaan vertaistukea. Perhekerho on ollut tauolla vuoden 2022 aikana.

Nuorisotoiminta

Vuonna 2022 yritettiin käynnistää vertaistukitoimintaa 14-18-vuotiaille Diabetesliitolta saadun STEA-avustuksen turvin. Toiminnalla oli vetäjä alkuvuodesta ja ohjelmassa oli kiipeilyretki, joka ei kuitenkaan toteutunut liian vähäisen osanottajamäärän vuoksi. Lisäksi järjestettiin ideointi- ja infotilaisuus nuorille ja heidän perheilleen, mutta myöskään se ei kiinnostanut riittävästi. Toimintaa ei pystytty jatkamaan, koska vetäjää ei enää ollut.

Liikunta

Kävelyryhmässä tutustumme kotikaupunkiimme kävellen. Aina löytyy jotain uutta. Kävelyryhmä on ollut liikkeellä maanantaisin kesäkautta lukuun ottamatta.

Liikuntaa olemme harrastaneet myös retkillä, kuten Kuusijärven kierroksella, ulkoiluretkellä Nuottakotoon sekä retkillä lähiympäristöön.

Vertaistuki

Vuoden aikana yhdistys tarjosi vertaistukea 2- tyypin diabeetikoille.

Diabetesliiton tapahtumat

5.2. Uusien toimijoiden kurssiin osallistui Leena Kirmanen etänä.

23.4. Liittokokoukseen osallistui Leena Kirmanen etänä.

8.10. Etelä-Suomen aluepäiviin Kouvolassa osallistuivat Kari Salminen ja Kalervo Salmi.

Lisäksi hallituksen jäsenet ovat osallistuneet useaan, teemoiltaan erilaisiin liiton järjestämiin koulutuksiin ja työkokouksiin, jotka ovat kaikki tapahtuneet etänä.

Vuoden loppupuoliskolla on harjoiteltu raportoimaan toiminnasta liiton käyttöön ottaman uuden, nettipohjaisen jatkuvan raportoinnin järjestelmän kautta.

Yhdistyksemme on ollut mukana myös jatkuvan raportoinnin kehittämisessä.

Yhteistyö

Keravan vammaisneuvostossa (2021-2023) Keravan Diabetesyhdistys ry:n varsinaisena edustajana on Kari Salminen ja varaedustajana Aarne Kiiski.

pieni ele -keräyksen kokouksiin ovat osallistuneet Keravalla Kari Salminen ja Tuusulassa Sirkka Korhonen.

Vantaan ja Keravan hyvinvointialueen järjestötyön kehittämisryhmään on osallistunut Leena Kirmanen.

Lisäksi on tehty yhteistyötä erilaisten järjestöjen kanssa mm.osallistamalla keravalaisten järjestöjen yhteistyöverkostoon eli Järjestötreffeille.

Uutena jäsenetuliikkeenä on aloittanut Tmi FYS IIKKANEN, fysioterapeutti ja jalkaterapeutti Juha Iikkanen

Yhdistys onnitteli entistä sihteeriä ja hallituksen jäsentä Riitta Jääskeläistä, 80v.

VARAINHANKINTA

Tärkeimmät varainhankinnat olivat yhdistysten joulumyyjäiset 11.12. Keravan lukiolla sekä eri yhteyksissä kokoontumisissa järjestetyt arpajaiset ja myyjäiset. Lisäksi saimme tuloja adressien myynnillä.

Yhdistys lahjoitti myymättä jääneitä villasukkia Keravalle tulleille ukrainalaisille.

TALOUS

Yhdistyksen taloudellinen tila on hyvä. Omatoiminen varainhankinta, jäsenmaksutulot ja saadut avustukset Keravan kaupungilta, Sipoon ja Tuusulan kunnilta sekä Diabetesliitolta mahdollistivat toiminnan ja tapahtumien toteuttamisen.