

17.2.2025

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2024**YLEISTÄ**

Vuosi 2024 oli yhdistyksen 39. toimintavuosi. Varsinaisia jäseniä oli vuoden lopussa 361 (2023: 372) henkilöä, joista keravalaisia 276 (280), tuusulalaisia 39 (41), sipoolaisia 20 (19) ja muualla asuvia 26 (32). Yhdistyksen jäsenten keski-ikä oli 68,3 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

Kirsi Tolonen, varapuheenjohtaja, pieni ele-keräyksen vastaava, tiedotustoimikunta

Leena Kirmanen, sihteeri

Hanna Ikonen, rahastonhoitaja, ohjelmatoimikunta

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

Ritva Pöyliö, tiedotusvastaava, ohjelmatoimikunta

Arja Selenius, tilavastaava, päivätapaamisten vastaava, ohjelmatoimikunta, tiedotustoimikunta

Anja Tuominen, jäsensihteeri, ohjelmatoimikunta

Marjut Vuori, ohjelmatoimikunta

Hallituksen ulkopuolella:

Irma Lahti, kirjanpitäjä

Marja Honkanen, päivätapaamiset

Tuula Ryhänen, kävelyryhmän vetäjä

Sirkka Korhonen, pieni ele-keräys Tuusulassa

Eeva Salminen, ohjelmatoimikunta

Kalervo Salmi, tuki tiedottamisessa ja talousasioissa

Toiminnantarkastajat: Aarne Kiiski ja Irma Kiiski

Varatoiminnantarkastajat: Sirkka Korhonen ja Ari Mensola

Lisäksi useita muita vapaaehtoisia toimi yhdistyksessä mm. tapahtumissa sekä lipasvahteina pieni ele-keräyksessä. Erilaisissa vapaaehtoistehtävissä toimi yhteensä noin 30 henkilöä.

TIEDOTUS

Jäsenkirje on ilmestynyt kaksi kertaa vuoden aikana. Olemme tiedottaneet tapahtumista paikallisissa sanomalehdissä, kotisivuillamme sekä facebook- ja instagramisivuillamme. Lisäksi olemme lähettäneet uusille jäsenille Tervetuloa yhdistykseen -kirjeen ja uusimman jäsenkirjeen. Tapahtumista tiedotimme myös Keravan kaupungin tapahtumakalenterissa ja Diabetesliiton tapahtumakalenterissa sekä Diabeteslehdessä. Lähellä.fi -palvelu on otettu käyttöön. TERVE <3 KERAVA 100 -tapahtumaa sekä luento- ja keskustelutilaisuuksia Tuusulassa ja Sipoossa mainostimme myös julistein ja flyerein.

Olemme lähettäneet monenlaista informaatiota jäsenillemme sähköpostilla. Tiedottamisen lähtökohta on ollut tiedon välittäminen jäsenille ajantasaisesti.

VARSINAINEN TOIMINTA

Toimintavuosi oli erittäin aktiivinen. Yhdistys on järjestänyt diabeetikon omahoitoa tukevia asiantuntijavetoisia ja muita jäsentilaisuuksia, teatterikäyntejä, retkiä ja tapahtumia. Luentoja järjestettiin osin etänä ja lähes kaikkiin yhteistyökokouksiin osallistuttiin etänä. Luentoja järjestettiin Keravalla, Tuusulan Hyrylässä ja Sipoon Nikkilässä. Jäsentapahtumat ovat tarkemmin tämän toimintakertomuksen liitteessä. Toimintaamme osallistui yli 700 henkilöä toimintavuoden aikana. Verensokerin mittauksia tehtiin kaksi kertaa, yhteensä 255 henkilölle.

Merkittävä ponnistus oli 27.4. tapahtuma TERVE <3 KERAVA100 Kansanterveysjärjestöt hyvinvoinnin tukijoina, johon osallistui runsaat 440 kävijää ja noin 80 vapaaehtoista. Tapahtuma suunniteltiin ja toteutettiin yhdistyksemme johdolla yhteistyössä 11 muun Keravalla toimivan kansanterveysjärjestön kanssa. Tapahtuman vastaavana toimi Leena Kirmanen ja talousvastaavana Kari Salminen. Tapahtumaan osallistui myös Keravan kaupungin liikuntapalvelut ja Vantaan ja Keravan hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyö sekä suun terveydenhuolto. Tapahtuma toteutettiin Keravan kaupungin 100 -vuotisjuhlavuoden kunniaksi ja Keravan kaupungin tuella. Diabeteslehti teki artikkelin tapahtumasta.

Valtakunnallisena Diabetespäivänä 14.11. esittelimme yhdistyksen toimintaa ja järjestimme verensokerin mittauksen Keravan Citymarketissa sekä haastoimme diabeteskävelyille Keravan Sydänyhdistyksen. Keuda -talo valaistiin siniseksi.

Yhdistyksen 40-vuotisjuhlan historiatoimikunta jatkoi työtään.

Yhdistyksessämme on ollut haasteena aktiivitoimijoiden saaminen esim. hallitustehtäviin. Hallitus on yrittänyt rekrytoida uusia jäseniä hallitukseen monin tavoin, mm. sähköposteilla yhdistyksen jäsenille. Lisäksi yhdistyksen puheenjohtaja ja toiminnantarkastaja ovat lähettäneet vetoamiskirjeitä jäsenille. Järjestimme 10.9. myös jäsenillan teemalla ”Yhdistyksemme nyt ja tulevaisuudessa”.

Päivätapaamiset

Päivätapaamiset ovat kaikille avoimia ja niitä järjestettiin kaksi kertaa kuukaudessa kesäkautta lukuun ottamatta.

Päivätapaaminen on vertaistukea ja virkistystä, yhdessäoloa, keskustelua ja tutustumista

toisiinsa. Tilaisuuksien teemat ovat vaihdelleet osanottajien kiinnostuksen mukaan. Teemoina on ollut mm. muistelua, bingoa ja tuolijumppaa. Lisäksi on tutustuttu lääkehuoltoon, sydäniskurin käyttöön ja turvallisuuteen Keravalla.

Normaalien Viertolassa tapahtuvien tapaamisten lisäksi on toteutettu retket Helsinkiin Rahamuseoon ja Riihimäelle Lasimuseoon, Haviin ja Ullan Pakariin, makkaranpaistoretki Keravan kartanolle, ulkoilutapahtuma Keinukalliolla ja Kuusijärvellä sekä Puurojuhla.

Osanottajamäärien perusteella arvioiden päivätapaamiset ovat olleet pääsääntöisesti erittäin suosittuja.

Perhekerho ja nuorisotoiminta

Kumpaakaan toimintaa ei ole pystytty toteuttamaan, koska ei ole löydetty vetäjää.

Liikunta

Kävelyryhmässä tutustuttiin kotikaupunkiimme kävelen. Kävelyryhmä on ollut liikkeellä tiistaisin kesäkautta lukuun ottamatta, vuoden aikana yht. 31 kertaa.

Liikuntaa olemme harrastaneet myös retkillä, kuten Keinukalliolla ja Kuusijärvellä sekä retkillä lähiympäristöön. Merkittävä liikuntatapahtuma oli 14.11. Maailman Diabetespäivänä haastekävelymme Keravan Sydänyhdistyksen kanssa. Siihen osallistui 27 henkilöä.

Vertaistuki

Yhdistyksellä ei ollut vertaistukihenkilöä vuoden 2024 aikana, joten vertaistuki tapahtui lähinnä osana muuta toimintaa eli tapaamisissa yhdessäolon merkeissä. Yhdistys ohjasi jäseniä Diabetesliiton tarjoaman vertaistuen piiriin.

Diabetesliiton tapahtumat

24.-25.2. Uudet toimijat -koulutus, johon yhdistyksemme edustajia ei osallistunut.

20.-21.4. Diabetesliiton liittokokous ja järjestöpäivät Tampereella, Kari Salminen osallistui.

21.5. Diabetesliiton Hyvinvointialueiden toimijat palaveri, Kari Salminen osallistui

27.5. Vantaan ja Keravan hyvinvointialueella toimivien diabetesyhdistysten kokous, jossa oli mukana myös Diabetesliiton edustaja, Kari Salminen osallistui

12.10. Etelä-Suomen aluepäivä Kouvolassa, Kari Salminen osallistui.

Lisäksi hallituksen jäsenet ovat osallistuneet teemoiltaan erilaisiin liiton järjestämiin koulutuksiin ja työkokouksiin, jotka kaikki ovat olleet verkkotapaamisia.

Yhdistyksemme on raportoinut koko vuoden 2024 toiminnan Diabetesliiton jatkuvan raportoinnin nettipohjaiseen järjestelmään. Liitteenä on tiivistelmä tuosta raportoinnista.

Yhteistyö

Keravan vammaisneuvostossa 2021-2025 Keravan Diabetesyhdistys ry:n varsinaisena

edustajana on Kari Salminen ja varaedustajana Aarne Kiiski. pieni ele -keräyksen kokouksiin ovat osallistuneet Keravalla Kirsi Tolonen ja Tuusulassa Sirkka Korhonen.

Yhdistys on osallistunut Vantaan ja Keravan hyvinvointialueen järjestämään järjestöjen toiminnan esittelyyn Keravan terveysasemalla Anja Tuomisen vetämänä. VAKE hyvinvointialueen järjestämiin kokouksiin koskien hyvinvointikiertueita ovat osallistuneet Anja Tuominen, Kirsi Tolonen ja Leena Kirmanen. Diabetesbarometrin tulosten esittelyyn VAKE HYVÄN näkökulmasta ovat osallistuneet Kirsi Tolonen ja Anja Tuominen, HYTE-palvelutarjotin työpajaan järjestöille osallistui Kari Salminen.

Lisäksi on tehty yhteistyötä erilaisten järjestöjen kanssa mm.osallistumalla Keski-Uudenmaan yhdistysverkostossa Keravan Järjestötreffeille ja tekemällä yhteistyötä Keravalla toimivien kansanterveysjärjestöjen kanssa TERVE <3 KERAVA 100 - tapahtumaan liittyen. Keravan Järjestötreffeillä 25.3. yhdistyksemme toimi isäntänä. Keudassa näytteenottoa opiskelevat lähihoitajat ovat mitanneet verensokereita osana opiskeluun kuuluvaa näyttöä.

Yhdistys on osallistunut myös Keravan kaupungin Yhdistysfoorumiin ja Järjestöfoorumiin. Osallistujina Kari Salminen ja Leena Kirmanen. Avustusten hakua koskeviin infoihin Keravalla ja Tuusulassa ovat osallistuneet Leena Kirmanen ja Kirsi Tolonen.

Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen diabeteksen ensitietoryhmän tapaamisiin on osallistunut Kari Salminen.

Yhdistys onnitteli hallituksen pitkäaikaista toimijaa Kalervo Salmea, 80v. sekä muita pyöreitä vuosia täyttäneitä jäseniään. Yhdistys onnitteli 60v Keravan Sydänyhdistystä.

VARAINHANKINTA

Tärkeä varainhankinta oli piene ele -vaalikeräyksen tuotto presidentinvaalien ja EU-vaalien yhteydessä. Tuotto oli historiallisen merkittävä. Varoja on hankittu myös adressien myynnillä.

TALOUS

Yhdistyksen taloudellinen tila on hyvä. Omatoiminen varainhankinta, jäsenmaksutulot ja saadut avustukset Keravan kaupungilta, Tuusulan kunnalta sekä Itä-Uudenmaan hyvinvointialueelta mahdollistivat toiminnan ja tapahtumien toteuttamisen.

| | Tilaisuuden/ryhmän nimi | Ajankohta | Tapaamis kertojen määrä |
|----|---|------------------|-------------------------------|
| 1 | Uudet ja vanhat jäsenet -tapaaminen | 12.2.2024 | 1 |
| 2 | Päivisryhmä | 29.02.2024 | 1 |
| 3 | Hyvinvointitoimijat tutuksi | 29.02.2024 | 1 |
| 4 | Etäluento "Diabeteksen kehittyvä hoito - tavoitteet ja keinot" | 11.3.2024 | 1 |
| 5 | Retki Rahamuseoon Helsinkiin | 14.3.2024 | 1 |
| 6 | Hämeenlinnan teatteri "Ei kertonut katuvansa" | 23.3.2024 | 1 |
| 7 | Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous | 11.4.2024 | 1 |
| 8 | Konsertti "Lapin taikaa" Keudassa | 12.4.2024 | 1 |
| 9 | Sydäniskurin toiminnan esittely | 18.4.2024 | 1 |
| 10 | Asiantuntija-alustus "Diabeetikon kokonaisvaltainen hyvinvointi" | 23.4.2024 | 1 |
| 11 | TERVE KERAVA100 -tapahtuma | 27.4.2024 | 6 |
| 12 | Virkistyspäivä | 16.5.2024 | 1 |
| 13 | Kevät lounas | 23.5.2024 | 1 |
| 14 | Ulkoilupäivä Kuusijärvellä Vantaalla | 12.9.2024 | 1 |
| 15 | Päiviksen makkaranpaistoa Keravan kartanolla | 26.09.2024 | 1 |
| 16 | Umpimähkäretki | 24.8.2024 | 1 |
| 17 | "Yhdistyksemme nyt ja tulevaisuudessa". Luento- ja keskustelutilaisuus "Hyvää elämää Diabeteksen kanssa" Sipoon Nikkilässä | 10.9.2024 | 1 |
| 18 | Etäluento "Diabetes ja ikääntyminen" | 30.9.2024 | 1 |
| 19 | Retki Riihimäelle Lasimuseoon, Keskuskirkkoon ja Havin tehtaanmyymälään | 2.10.2024 | 1 |
| 20 | Operetti "Valkoinen hevonen" Keravan Keudatalossa | 10.10.2024 | 1 |
| 21 | Etäluento ja keskustelutilaisuus "Kevein askelin hyvinvointiin" Tuusulan Hyrylässä | 27.10.2024 | 1 |
| 22 | Aiheena "Turvallisuus" | 30.10.2024 | 1 |
| 23 | Diabetesviikon haastekävely | 7.11.2024 | 1 |
| 24 | Yhdistyksen toiminnan esittely ja verensokerin mittaus | 12.11.2024 | 1 |
| 25 | Keravan Citymarketissa | 14.11.2024 | 1 |
| 26 | Yhdistyksen sääntömääräinen syyskokous | 21.11.2024 | 1 |
| 27 | Puurojuhla | 28.11.2024 | 1 |
| 28 | Vapaaehtoisten lounas | 4.12.2024 | 1 |
| 29 | Joululounas | 11.12.2024 | 1 |
| 30 | Ylimääräinen jäsenkokous | 16.12.2024 | 1 |
| 31 | Musikaali "Joulupukin kuuma linja" Keuda-talossa Keravalla | 19.11.2024 | 1 |
| 32 | Päivätoiminta eli Päivis | 18.1.-7.11.2024 | 5 |
| 33 | Kävelyryhmä | 9.1.-10.12.2024 | 31 |
| 34 | Ohjelmatoimikunta | 2.1.-16.9.2024 | 3 |
| 35 | Hallitus | 11.1.-12.12.2024 | 14 |