

## TOIMINTASUUNNITELMA 2019

**JOHDANTO** Keravan Diabetesyhdistys ry toimii yhteistyössä Suomen Diabetesliitto ry:n kanssa diabeteksen haittavaikutuksien vähentämiseksi Keravalla ja sen lähiympäristössä. Yhdistyksen jäsenmäärä oli 31.10.2018 399 henkilöä. Kela-tilaston mukaan pelkästään keravalaisia diabeetikkoja oli 31.12.2017 yhteensä 2117. Tästä syystä hallitus on päättänyt ottaa toimintansa päätavoitteeksi vuonna 2019 edelleen jäsenten aktivoimisen ja jäsenmäärän kasvattamisen. Tämä tavoite on yhdenmukainen Diabetesliiton tavoitteiden kanssa.

## YHDISTYSTOIMINTA

## Päivätapaamiset

Päivätapaamiset on tarkoitettu kaikille yhdistyksen jäsenille. Se kokoontuu pääsääntöisesti kaksi kertaa kuukaudessa Viertolan toimintakeskuksessa tammi – toukokuussa ja syys – joulukuussa. Tilaisuuksissa keskustellaan ajankohtaisista asioista, tehdään retkiä ja tutustumiskäyntejä. Kevään ja syksyn lopulla käymme yhdessä lounaalla.

**Perhekerho** on tarkoitettu kaikille yhdistyksen jäsenille, joilla on pieniä diabeetikkolapsia. Se kokoontuu Untolan toimintakeskuksessa. Kerhoilloissa askarrellaan, keskustellaan ja annetaan ja saadaan vertaistukea.

**Liikunta** Viikoittaiset kävelytapahtumat jatkuvat.

**Vertaistuki** Aloitetaan vertaistukitoiminta. Lisäksi tavoitteena on kouluttaa lisää vertaistukihenkilöitä, jotka voisivat tarvittaessa toimia joko vertaistukiryhmien vetäjinä tai yksittäistapauksessa olla tuen antajina joko uusille diabeetikoille tai kaikille, jotka kokevat tukea tarvitsemansa.

## Jäsentilaisuudet ja jäsenhankinta

Yhdistys järjestää diabeetikon omahoitoa tukevia asiantuntijavetoisia ja muita jäsentilaisuuksia, teatterikäyntejä, retkiä ja tapahtumia toimintavuoden aikana.

Olemme esillä Keravalla ja lähialueilla erilaisissa tapahtumissa. Mahdollisuuksien mukaan pyrimme esittäytymään erilaisille järjestöille.

**Yhteistyö** Tiivistetään yhteistyötä alueen muiden Yksi Elämä-yhdistysten kanssa eli Keravan Sydänyhdistyksen ja Keski-Uudenmaan aivohalvausyhdistyksen kanssa.

## TIEDOTTAMINEN JA HALLINTO

### Tiedottaminen

Toimitetaan jäsenkirje keväällä ja syksyllä jäsenille ja yhteistyökumppaneille.

Pidetään yhdistyksen kotisivut ajan tasalla.

Lähetetään uusille jäsenille Tervetuloa yhdistykseen - kirje.

Yhdistyksen toiminnasta ilmoitetaan paikallislehtien yhdistyspalstoilla ja yhdistyksen kotisivuilla sekä sähköpostitse niille jäsenille, joiden sähköpostiosoitteet ovat tiedossamme.

Pidetään valistusmateriaalia, jäseneksi ilmoittautumislomakkeita ja Diabetes-lehteä yleisön saatavilla Keravan Terveyskeskuksessa, jäsentilaisuuksissa ja muissa tiloissa, kuten Viertolan toimintakeskuksessa.

Osallistutaan Maailman Diabetespäivän viettoon 14.11.2019.

### Hallinto

Toiminnasta vastaa hallitus, johon kuuluu puheenjohtajan lisäksi 4 – 8 jäsentä. Yhdistyksen kevätkokous pidetään maaliskuu – huhtikuussa ja syyskokous loka – marraskuussa.

Yhdistyksen jäsenrekisteriä ylläpitää Diabetesliitto yhteistyössä yhdistyksen jäsenasioiden hoitajan kanssa.

Osallistutaan Liiton kokoukseen toukokuussa 2019.

Osallistutaan Liiton määrittelemän alueen neuvottelupäiville.

### TALOUS

Jäsenmaksu pidetään ennallaan eli 15 EUR/vuosi, josta yhdistyksen osuus on 8 EUR ja Liiton 7 EUR.

Osallistutaan erilaisiin myyjäisiin.

Haetaan vuosivastusta Keravan kaupungilta ja Sipoon ja Tuusulan kunnilta. Keravan kaupungilta haetaan lisäksi toimitilojen tilatukea.

Vuosi 2019 on eduskunta-, europarlamentti- ja mahdollisesti maakuntavaalivuosi. Olemme mukana vaalikeräyksessä sekä Keravalla että Tuusulassa osana Pieni Ele-hanketta.

### YHTEENVETO

Olemme luotettava, avoin, ihmistä ymmärtävä, vaikuttava ja keskusteleva yhdistys, joka ajaa diabeetikkojen asiaa.