TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2021

(Hyväksytty syyskokouksessa 18.11.2020)

Toiminnan tarkoitus

Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on edistää eläkeläisten terveyden ja toimintakyvyn säilyttämistä, ehkäistä yksinäisyyttä, masennusta sekä syrjäytymistä. Yhdistyksemme kuuluu valtakunnalliseen Eläkeläiset ry:n ja toimintamme on puolueisiin sitoutumatonta toimintaa.

Yhdistys toimii ikäihmisten omaehtoisen harrastustoiminnan, itseilmaisun ja yhteisöllisyyden areenana kunnon kohottamisen puolesta. Näitä tavoitteita tukee monipuolinen viikoittainen kerhotoiminta, harrastekerhot, matkat, retket, teatterissa käynnit, erilaiset tapahtumat ja juhlat.

Eläkeläiset ry:n 21. edustajakokous järjestetään 3. -4.6.2021. Yhdistyksemme saa yhden edustajan kokoukseen. Edustajakokouksessa valitaan mm. uusi valtuusto ja hallitus sekä hyväksytään järjestön strategia.

Kannustamme eläkeläisiä osallistumaan kuntavaaleihin 18.4.2021 ja vaalikeskusteluihin. Yhdistyksemme järjestää huhtikuun alussa vaalipaneelin.

Jäsenhankinta ja huolto

Tavoitteenamme on hankkia 20 uutta jäsentä toimintakauden aikana. Tavoitteen saavuttamiseksi jaetaan Eläkeläinen -lehteä eri tapahtumissa sekä tehdään yhdistykselle esite.

Jokainen jäsen voi osallistua kertomalle ainakin yhdelle ystävälle toiminnastamme ja kutsua mukaan

Yksinäisyyden torjunta, yhteisöllisyyden lisääminen

Keskiviikkokerho ”Iloinen aamupäivä”

Keskiviikkoisin kokoonnumme nuorisotalo Luupissa. ”Iloinen aamupäivä” -kerhossa keskustelemme erilaisista asioista. Kerhoon pyydetään alustaja puhumaan eri aihepiireistä. Keskiviikkokerho alkaa kahvilla jo kello 10.30, ohjelma alkaa klo 11.00.

Kesäkauden aikana keskiviikkoisin toimii kesäkahvila.

Toimintakyvyn säilyminen ja henkisen vireyden ylläpito

Harrastekerhot

Harrastekerhojen toiminta elvytetään huomioiden koronaepidemian vaatimukset. Kerhoissa otetaan huomioon koronaepidemia huolehtimalla osallistujien turvallisuudesta ja tarvittaessa rajoittamalla osallistujamäärää.

Jumppakerho rytmikkäät kokoontuu maanantaisin Kontulan Kuntokellarissa klo 9-10. Ryhmässä on mukana maahanmuuttajia sekä yhdistyksemme jumppareita.

Pelikerho

Keilat kumoon kerho

Lauluryhmä Kipakat

Kädentaidot Näppärät

Senioritanssi yhteisyössä Tanssipivot ry:n kanssa.

Lavis -lavatanssijumppa

Ohjelmakerho

Jooga -kerho

Liikumme luonnossa -kerho
Eläkeläiset ry:n luontoliikunta hanke jatkuu. Liikumme luonnossa -kerho kokoontuu kerran kuukaudessa. Tutustumme lähiympäristöön, pelaamme ulkopelejä. Kutsumme keväällä Kävelypässit Kontulaan.

Juhlat

Kevätkauden päättäjäiset järjestetään toukokuussa Kontula-aukiolla.
Puurojuhlat jäsenistölle joulukuussa.

Matkat ja retket

Toimintakauden aikana järjestetään mm:
- kylpylämatka Haapsaluun huhtikuussa 2021
- tutustumiskäynti uudistettuun Olympiastadioniin
- keväällä päivän retki Heinolaan
- liikunnallinen retki Kisakeskukseen
- tuettu loma elokuussa Solaris -lomien kautta

- osallistutaan Eläkeläiset ry:n järjestämään Syystärräykseen elo-syyskuussa 2021.
- käydään teattereissa, konserteissa ja näyttelyissä.

Osallistutaan aluejärjestön järjestämiin tapahtumiin:
- perinteinen talvirieha 15.2.2021 Vartiokylän työväentalolla
- Oodin tapahtuma
- sieniretki
- ulkoilupäivä
- joulujuhlat

Koulutus

Osallistutaan alueelliselle opinto- ja työpäivälle, joka järjestetään 29.1.2021 KSL:n seminaaritilassa Lintulahdenkatu 10.

Osallistutaan Eläkeläiset ry:n ja aluejärjestön järjestämiin koulutustilaisuuksiin.

Tiedotus

Kuukauden toimintakalenteri tehdään ja jaetaan kuukausittain keskiviikkokerhossa ”Iloinen aamupäivä”.

Yhdistyksellä on kotisivut www.kontulanelakelaiset.com

Jäsenille lähetetään vuosittainen jäsenkirje.

Tapahtumista tehdään mainokset, joita jaetaan Kontulassa laajalti.

Tarpeen mukaan laitetaan ilmoitukset Eläkeläinen -lehteen.

Monikulttuurinen toiminta

Ystävyyskerho kiinalaisten kanssa jatkuu.
- käymme yhdistysvierailulla
- museoissa
- kulttuuritapahtumissa

Kehitetään yhteistyötä maahanmuuttajien kanssa.

Yhteistyö

Yhdistyksemme yhteistyö on monipuolista, kumppaneina on monia erilaisia yhteisöjä

Asukastalo Kivenkolo
Asukastila Wanha Posti
Jade-toimintakeskus
Kontulan kirjasto
Kontulan lähiöasema
Kontulan nuorten toimintakeskus Luuppi
Kontulan Seniorikeskus
Poikien talo
Tanssipivot ry
Vetoa ja voimaa Mellunkylään

Yhteistyö jatkuu eläkeläisyhdistysten kanssa, käydään vierailulla ja järjestetään yhteisiä matkoja / retkiä.

Talous

Järjestämme toimintakauden aikana kahdet myyjäiset.
Haetaan kaupunginavustusta Helsingin Eläkeläisjärjestön ry:n (HEJ) kautta.
Haetaan toimintatonni -avustusta Eläkeläiset ry:ltä.
Tärkein tulonlähde on jäsenmaksut.

Järjestötoiminta

Järjestämme sääntömääräiset kevät- ja syyskokoukset.
Johtokunta kokoontuu keskimäärin kerran kuukaudessa.

Valmistaudumme yhdistyksemme 50 -vuotisjuhliin 12.10.2022. Aloitamme juhlien ideoinnin vuoden alussa.