



Lappeenrannan Seudun
Diabetesyhdistys

LAPPEENRANNAN SEUDUN DIABETESYHDISTYS RY

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2018

JOHDANTO

Toimintavuoden aikana yhdistys toteutti sääntöjensä mukaista toimintaa voimavarojensa mukaan, jäsenistön hyvinvoinnin tukemiseksi. Yhdistys tarjosi edellisten vuosien tavoin vaikean jalkojenhoitotilanteen helpottamiseksi jalkojen tarkastus- ja hoitomahdollisuutta jäsenetuutena Tmi Hellevi Piikin, Tmi Paula Kaikkosen ja Fysiowire Oy:n jalkojenhoitaja Pasi Salon palveluja käyttäen. Tietoa diabeteksestä on jaettu yhdistyksen kerhoilloissa sekä muulloinkin tavattaessa. Diabetesyhdistys järjesti kuluneena toimintavuonna tutustumis- ja virkistysmatkoja. Kolmen kopian eli Imatran Seudun -, Joutsenon - ja Lappeenrannan Seudun Diabetesyhdistysten yhteistyö on ollut aktiivista ja tuonut vaihtelua yhteisiin tapahtumiin. Lisäksi tehtiin yhteistyötä muiden järjestöjen kanssa. Yhteishanke ”Käsi kädessä”, johon olemme saaneet STEAn tukea, jatkui Kaakkois-Suomen Sydänpiirin kanssa vuoden loppuun.

Jäsentilanne vuoden 2018 lopussa oli 691 jäsentä. Yhdistyksemme toiminta-alueeseen kuuluvat Lappeenrannan lisäksi Luumäki, Lemi, Taipalsaari, Savitaipale sekä Suomenniemi, joka kuntaliitoksen jälkeen kuuluu Mikkeliin.

YHDISTYSTOIMINTA

VALISTUS- JA OPINTOTOIMINTA

Vuoden aikana olemme osallistuneet liiton järjestämiin tilaisuuksiin, kuten Liiton kokoukseen, järjestöpäiville ja Etelä-Suomen alueellisille neuvottelupäiville. Myös omissa jäsenilloissamme oli mielenkiintoisia aiheita ja alustuksia.

YHTEISTYÖ VIRANOMAISTEN JA MUIDEN JÄRJESTÖJEN KANSSA

Yhteistyötä olemme tehneet alueemme terveyskeskusten ja apteekkien kanssa. Sammonlahden apteekissa olimme sekä keväällä että Maailman diabetespäivänä kertomassa yhdistyksestä ja Diabetesliitosta ja samalla mittasimme verensokereita. Sokeriarvo tarkistettiin molemmilla kerroilla n.50 henkilöltä. Myös Yliopiston Apteekissa oli Maailman Diabetespäivänä yhdistyksen esittelypöytä. Yhdistystä esittelivät Helena Salomies ja Marja Liisa Nordlund. Lokakuussa myös Simpeleen apteekissa mittailtiin sokeriarvoja yhdessä Imatran Seudun Dy:n kanssa. Yli 70 henkilöä halusi silloin tarkistuttaa sokeriarvonsa. Käsi kädessä-hankkeen merkeissä yhteistyö Sydänyhdistysten kanssa on ollut enimmäkseen kerhotoimintaa. ”Kolmen kopa”

kokoontui tammikuussa Joutsenossa, toukokuussa Lappeenrannassa ja syyskuussa Imatralla. Savusaunailta Joutsenon Diabetesyhdistyksen kutsusta oli 14.8. Esittely- ja herkkupöytä Sydänyhdistyksen kanssa oli esillä Kalamarkkinoilla Lappeenrannan satamassa 15 - 16.9. Yhdistysten tapahtumapäivänä 18.8. Rakuunamäellä yhdistyksen esittelyn hoitivat Arja, Tarja ja Pekka. Arja ja Leena olivat lokakuussa Saga Torilinnassa pitämässä diabetesiltaa asukkaille. Alueelliseen Diabetestyöryhmään on yhdistyksestämme kuulunut Martti Alander. Diabetesliiton sote-yhteyshenkilönä Eksoten alueella on yhdistyksestämme toiminut Leena Härkönen. Myös Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kanssa tehtiin yhteistyötä. Opinnäytetyöt ”Kun lapsi sairastuu diabetekseen” ja ”Tyypin 1 diabeteksen hoitoväsymyksen arviointi hyvinvointianalyysin, glukosisensoroinnin ja itsearviointin avulla” valmistuivat.

TIEDOTUSTOIMINTA

Tammikuun lopulla postitettiin kaikille jäsenille vuoden 2018 Etelä-Karjalan Diabetesyhdistysten yhteinen jäsentiedote, jossa kerrottiin vuoden ajalle suunnitelluista tapahtumista. Tiedotetta jaettiin myös alueen terveystieteisiin, hyvinvointiasemille ja Keskussairaalaan lasten diabetespoliklinikalle jaettavaksi asiakkaille.

Jäsenilloista ja muista ajankohtaisista tapahtumista tiedotettiin myös Lappeenrannan Uutisten järjestöpalstalla ja yhdistyksen kotisivuilla.

PALVELUTOIMINTA

Yhdistyksemme vertaistukihenkilöinä on toiminut Arja Räsänen.

Vertaistukitoiminta on löytänyt paikkansa ja potilaat ovat löytäneet tukihenkilöt Keskussairaalan sydänosastolla. Keskustelu-uokiot ovat olleet keskiviikkoisin ja tukihenkilöitä on ollut aina paikalla kaksi. Tukihenkilökeskusteluihin osallistuminen on kirjattu myös potilastietoihin. Keskustelut ovat saaneet positiivista palautetta niin potilailta kuin henkilökunnaltakin ja tilaisuudet on koettu tarpeellisiksi.

Yhdistyksellä on ollut myynnissä diabetestunnuksia, adresseja erilaisiin muistamisiin ja tuubihuiveja.

KERHOTOIMINTA

KERHOILLAT JA TAPAHTUMAT

Kerhoillat pidettiin kuukausittain erilaisin aihein. Tammikuun jäseniltä vietettiin tutustumalla Saga Torilinnaan ja sen palveluihin. Mukana oli 17 yhdistyksemme jäsentä. Helmikuun jäsenillä Päivi Jukkara Etelä-Karjalan Martoista oli kertomassa aiheesta ”Kotivara kaiken varalta”. Läsä oli seitsemän henkilöä. Maaliskuussa pidetyssä kevätkokouksessa oli paikalla 14 jäsentä. Ennen kokousta Jan-Erik Palviainen Eksotelta esitteli meille defibrillaattorin eli sydäniskurin käyttöä. Lauantaina 24.3. vietimme koko perheen ulkoilupäivää Tapavainolan Seurojentalolla ja laavulla. Mukaan oli toivottu

erityisesti lapsiperheitä. Lapsille oli varattu virpovitsojen koristelua ja taikurin vierailu. Tapahtumaan osallistui 19 henkilöä. Huhtikuun jäsenillan aiheena oli matkailu, josta meille kertoi toimistopäällikkö Noora Turku Pohjolan Matkalta. Läsä oli 14 henkilöä. Toukokuussa jäsenillan korvasi 10.5. ”Unelmien liikuntapäivä” bocciaa pelaten Vanhalla kentällä. Paikalla oli 10 henkilöä. Kesätauon jälkeen syyskauden aloitimme 16.9. esittelemällä Kalamarkkinoilla herkkupöydän tuotteita ja kertomalla D-liitosta ja yhdistyksestämme. Sokkoretki toteutui 22.9. ja retken kohde oli Kotkaniemi Luumäellä. Osallistujia oli 26. Lokakuun jäsenillan aiheena oli sote-tilanne Eksoten alueella ja aihetta valotti meille sote-maakuntaverkostojen yhteyshenkilö Marjukka Ervelius. Läsä oli 16 jäsentä sekä Eksoten alueen maakuntasoten yhteyshenkilö Tuula Ensala. 12.11. oli Lappeenranta-salissa Käsi kädessä-seminaari, joka oli päätöstapahtuma ”Käsi kädessä” hankkeelle. Tilaisuus oli kaikille avoin ja maksuton ja keräsi paikalle lähes täyden salin, n.500 henkeä. Esittelimme toimintaamme ja kerroimme Maailman Diabetespäivän hengessä liitosta, yhdistyksestä ja maailman valtavasta diabeetikoiden määrästä pienen tietokilpailun avulla. Syyskokoukseen marraskuussa osallistui 15 jäsentä. Pikkujoulutapahtumana teimme teatteriretken Lemille katsomaan Shakespearen ”Myrskyä”. Osallistujia oli 34 henkilöä.

VERTAISTUKIKERHO VETUKE

Kerholla oli kolmas kokonainen toimintakausi, jonka aikana saatiin uusia kerholaisia sekä lisävoimia toiminnan pyörittämiseen. Marja Liisa Nordlund osallistui tukihenkilöiden peruskoulutukseen toukokuussa. Vuoden aikana kokoonnuimme yhdeksän (9) kertaa. Kolmesti tapasimme Sydänpiirin kokoustiloissa ja kuusi (6) kertaa tutustumiskäyntien merkeissä: Vierailimme Lappeenrannan Reumayhdistyksessä, Marttalassa, Lehmus Roasteryssä, Saimaan Kriisipalvelussa ja Urheilutalolla. Kevätretki suuntautui satamatorille. Vetukkeessa on käynyt 20 eri henkilöä ja käyntikertoja on ollut 75. Kerho on kokoontunut toimintakaudella kuukauden viimeisenä torstaina. Lisäksi vertaistukihenkilöillä on ollut vuoden aikana puhelinkontakteja, henkilökohtaisia tapaamisia sekä spontaaneja kontakteja. Vertaistukihenkilöt osallistuivat Kaakkois-Suomen Sydänpiirin järjestämiin koulutustilaisuuksiin ja tsemppipäiviin.

PERHEKERHO

Perhekerho on kokoontunut joitakin kertoja erilaisin teemoin ja -kokoonpanoin: Kevätkaudella käytiin isolla porukalla Lappeenrannan HopLopissa. Uusi kerhon vetäjä aloitti toiminnan ja tultiin tutuiksi puolin ja toisin. Hallituksen jäseniä oli paikalla ”kummeina” ja tutustumassa nuorisojäseniin. Yhteiset ruokatreffit olivat Pizza Raxissa ja kiipeilytaitojaan voi kokeilla Boulder Saimaassa. Pikkujoulut pidettiin Willi Kidissä yhdessä leikkien ja herkutellen. Tapahtumissa on ollut kahdeksan (8) – 20 osallistujaa. Perhekerhon koollekutsujana ja vetäjänä on toiminut Sini Hulkkonen.

LIIKUNTA- JA MUUT HARRASTUSKERHOT

Bocciaa on pelattu torstaisin klo 14-16 Lpr:n Urheilutalon käytävässä ja kesäisin Vanhalla kentällä. Osallistumiskertoja on ollut miehillä 241 ja naisilla 50. Liikuntatoimen järjestämään bocciaturnaukseen osallistuimme kahdella joukkueella. Keilausvuoro on ollut tauolla Urheilutalon remontin vuoksi.

KÄSITYÖ- JA ASKARTELUKERHO

Kaikille avoin, ”Käsi kädessä”-hankkeen ja matalan kynnyksen periaatteella toimiva käsityö- ja askartelukerho toimi aktiivisesti koko toimintavuoden. Kokoontumiset olivat aina parillisten viikkojen maanantaina. Kerhoissa keskityttiin omien töiden tekemiseen ja ”maailman parantamiseen”. Vuoden aikana oli 18 kokoontumista, joihin osallistui 15 eri henkilöä ja käyntikertoja kertyi 185. Kerhoja ovat vetäneet Arja Räsänen ja Tarja Lindh. Samat kerholaiset osallistuivat myös ”Kudo ja kuntoile”-kerhoon, joka kokoontui kerran kuukaudessa.

VIRKISTYS JA YHDESSÄOLO

Yhdistyksemme jäseniä on osallistunut risteilymatkalle Tallinnaan ja kylpylämatkalle Pärnuun. Vastuullinen matkanjärjestäjä on ollut Pohjolan Matka ja ryhmät on koonnut Tuula Haiko.

JÄSENHUOLTO

Yhdistyksen jäsenet ovat voineet käyttää toimintavuoden aikana 15€:n suuruista jäsenetuutta jalkojen tarkastukseen ja hoitoon aiemmin mainituissa hoitopaikoissa. Ikääntyviä jäseniä on muistettu onnittelukortein ja uusille jäsenille on lähetetty jäsentiedote ja tervetuliaiskirje.

HALLINTO

HALLITUS JA KOKOUKSET

Hallitus kokoontui vuoden aikana kahdeksan (8) kertaa.

Yhdistyksen asioista vastaavaan hallitukseen kuului puheenjohtajana Leena Härkönen ja hallituksen jäsenet Martti Alander (vpj) / rahastonhoitaja, Pekka Lecklin sihteeri, Olavi Trygg liikuntakerho, Tuula Haiko jäsenasioidenhoitaja, Arja Räsänen vertaistukihenkilö, Marja Liisa Nordlund vertaistukihenkilö, Tarja Lindh käsityökerho-ohjaaja, Eila Pöllönen ja Erja Saarimies. Eila ja Marja Liisa ovat vastanneet kerhoiltojen tarjoiluista. Toiminnantarkastajina ovat olleet Kyllikki Sopanen ja Lea Kuisma-Hirvonen.

KOKOONTUMISPAIKKA

Kerhoillat sekä syys- ja kevätkokoukset on pidetty Sydänpiirin tiloissa Snellmaninkatu 10, 2 krs.

TALOUDELLINEN TOIMINTA

VARAINHANKINTA

Yhdistyksen taloudellinen toiminta perustui suurelta osin liitolta saatuun 8580 €:n jäsenmaksupalautteeseen. Vuoden tilinpäätös oli 302,33 € ylijäämäinen.

Hallitus