

Espoon Reumayhdistys ry. -Esbo Reumaförening rf.

TOIMINTAKERTOMUS 2023

Teemana oli: Ystävällinen yhdistys laajentaa toimintaansa

JOHDANTO

Espoon Reumayhdistys ry on Reumaliittoon kuuluva kaksikielinen, yleishyödyllinen yhdistys, jonka toiminta-alueena on Espoon ja Kauniaisten kaupunki. Vuosi 2023 oli yhdistyksen 39. toimintavuosi.

JÄSENISTÖ

Yhdistyksellä oli 676 jäsentä, joista naisia 581 ja miehiä 95. Jäsenten keski-ikä oli 65 vuotta. Vuonna 2023 liittyi 60 uutta jäsentä ja poistui/erosi 70 jäsentä. (Kilta-rekisteri 31.12.2023)

Vuonna 2023 aloitettiin uudelleen **jäseniltojen** järjestäminen ja **Olka tukipisteen** toiminta sekä tehostettiin jäsenhankintaa korvaamaan jäsenistön luonnollista poistumaa.

Koronapandemian aikana vuosina 2020 ja 2021 toimintaa jouduttiin rajoittamaan merkittävästi. Vuonna 2022 toiminta palasi jo pääpiirteissään aikaisemmalle tasolle.

Vuosi 2023 oli normaali toimintavuosi. Suurin ympäristömuutos oli Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen toiminnan käynnistyminen.

Toiminnan painopisteet ja haasteet vuonna 2023 olivat

1. Mielen ja kehon hyvinvointi – Kukaan ei jää yksin sairautensa kanssa
2. Tasavertaisuus ja oikeudenmukaisuus –Ystävällinen yhdistys – nollatoleranssi syrjintään
3. Sote-uudistuksen tuomat haasteet – Toiminta-alueen laajentaminen ja avustuspolitiikka
4. Hyvinvointipalvelujen laatu ja saatavuus – Reumaliitto 75 v: Sairaalan hyvä hoitopolku

Yhteistyökumppanit ja toimintamuodot

Suomen Reumaliitto	puheenjohtaja valtuustossa kauden 2021-2023
PKSn ja lähialueen reumayhdistykset	Luuvalo -lehti, sopeutumisvalmennus, liikunta, retket
Espoon Nivelipiiri	Vesijumpparyhmät ja muu kuntoliikunta
Reumalääkäri	Vastaanotto yhdistyksen jäsenille
Espoon liikuntatoimi	Liikuntatilat ja -avustus
LUVN Hyvinvointialue	Avustukset
LUVN Vammaisneuvosto	Edunvalvonta, kaupungin esteettömyys
Reumaliitto	Avustukset, koulutus, tiedottaminen (Reumalehti)
Sivis	Koulutus- ja opintoavustukset
HyTe-Espoon järjestöjen yhteisö	Rekrytointi, maahanmuuttajat ym
Omnia ja Laurea	Liikuntaohjaajat ja projektit
Pieni Ele ry.	Lipaskeräys
OLKA tukipisteet	Tietoiskut ja tapaamiset
LUVN senioripalvelut	seniori-info@luvn.fi
(Itäinen alue (Espoo, Kauniainen, Kirkkonummi) p. 029-1512270 klo 9-15	
Läntinen alue (Hanko, Inkoo, Karkkila, Lohja, Raasepori, Siuntio ja Vihti p. 029-1512280)	

1. VAKIINTUNEET TOIMINTAMUODOT - UUDET HAASTEET

Espoon Reumayhdistys toimii vastuullisesti ja ystävällisesti. Jäsenistön vireydestä ja hyvinvoinnista pidetään huolta järjestämällä matalan kynnyksen vertaistukiryhmiä ja ryhmäliikuntaa.

Viikoittain kokoontui 11 liikunnallista ja neljä muuta vertaistuki- ja harrasteryhmää sekä virkistys- ja taideretkiä. Vuoden 2023 aikana toimintaan osallistumiskertoja oli yhteensä 3999. Keskimäärin jokainen jäsen osallistui 5,7 kertaa. Tapahtumakertoja oli yhteensä 354.

Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen vaikutuksia reumasairaiden hoitojärjestelyihin ja yhdistyksen toimintaedellytyksiin seurattiin ja niihin pyrittiin vaikuttamaan.

Reumaliiton kautta vaikutettiin lainsäädäntöön, julkisten terveystalvelujen tarjontaan ja etuisuuksien yhdenvertaiseen saatavuuteen. Tavoitteena on, että jäsenistö ja muut reumasairaat saavat oireidensa mukaista hoitoa ja kuntoutusta, sairauteen kuuluvat etuudet sekä voivat tehdä kyetessään työtä ja elää mielekästä elämää sairaudestaan huolimatta.

Reumaliiton valtuusto

Osallistuttiin aktiivisesti Reumaliiton alueelliseen toimintaan. Reumaliiton valtuustossa oli yhdistyksen edustus vuosina 2021-2023 ja se jatkuu kaudelle 2024-2026 kahden hengen voimin.

2. TOIMINTAMME PERUSTUU VAPAAEHTOISTYÖHÖN

Toiminnan ja yhteistyön laajentaminen Espoon suuralueilla ja lähikunnissa

Vuoden 2023 aikana kehitimme uusia matalan kynnyksen toimintamuotoja, joilla etsimme uusia jäseniä lähialueelta ja erikoisryhmistä kuten maahanmuuttajista.

Tiedonkulun parantaminen ja uusien jäsenten hankinta

Kehitämme edelleen sähköisten viestimien (etäkokoukset ja -tapaamiset, kotisivut ja Facebook) ja Luuvalo-lehden toimintaa. Luuvalo-lehti ilmestyy kaksi kertaa vuodessa Pääkaupunkiseudun reumayhdistysten yhteistyönä. Jatkossa tutkimme Luuvalo-lehden sisällön ja jakelun laajentamista Keravan ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen reumayhdistyksiin jäsenille.

Hallinto

Sääntömääräiset kokoukset: kevätkokous järjestettiin 15.3.2023 Sellon kirjastossa ja syyskokous 14.11.2023 Lippulaivan kirjastossa. Kokousten yhteydessä järjestettiin keväällä luento muistin vaikutuksesta hyvinvointiin ja syksyllä Jorvin Reumahoitajien työn esittely.

Yhdistyksen hallitus: hallitukseen kuuluu sääntöjen mukaan puheenjohtaja sekä vähintään neljä (4) ja enintään kahdeksan (8) varsinaista sekä kaksi (2) varajäsentä. Hallituksessa oli 7 jäsentä ja 2 varajäsentä. Hallitus kokoontui 10 kertaa.

Henkilöstö osa-aikaisen yhdistyssihteerin (ent. toimistonhoitaja) palkkaukseen saatiin valtion työllistämistukea vuodelle 2023 ja tuki jatkuu vuonna 2024. Ilman ko. tukea yhdistyksellä ei ole mahdollisuutta palkata edes osa-aikaisia toimihenkilöitä. Suurin osa kuntoutus- ja liikuntaryhmien ohjaajista toimii yrittäjinä, pari ohjaajaa palkataan määräaikaisina tuntityöntekijöinä. Muiden vertaistukiryhmien vetäjinä toimivat yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijät.

3. VERTAISTUKEA, PALVELUNEUVONTAA JA KUNTOUTUSTA JÄSENISTÖLLE

Vertaistukihenkilöt ja palveluneuvojat Yhdistyksellä on seitsemän (7) koulutettua vertaistukihenkilöä, jotka tukevat ja auttavat sairauden eri vaiheissa. Yhdistyksen oma palveluneuvoja opastaa ja ohjaa laaja-alaisesti eri palveluihin liittyvissä kysymyksissä ja lisäksi jäsenistön käytettävissä ovat Reumaliiton neuvonta- ja vertaistukipalvelut.

Kunto- ja virkistysviikot sekä sopeutumisvalmennus Vuoden aikana toteutettiin kaksi kunto- ja virkistysmatkaa. Sopeutumisvalmennusta ei vuoden aikana järjestetty.

Muut ryhmät, retket ja juhlat Aihepiireiltään erilaisilla, säännöllisesti kokoontuvilla vertaistukiryhmillä oli tärkeä rooli yhdistyksen toiminnassa ja jäsenistön jaksamisen ja elämän laadun ylläpitämisessä.

Reumalääkärin vastaanotto Yhteistyötä yksityisen reumalääkärin kanssa jatkettiin, yhteensä oli 10 ennakkoon ilmoitettua vastaanottopäivää ja myös tarvittaessa pääsy vastaanotolle.

4. YHTEISTYÖ MUIDEN YHDISTYSTEN KANSSA

Keväällä 2023 järjestettiin eduskuntavaalit ja osallistuimme Espoon Mielenterveysyhdistyksen organisoimaan Pieni Ele lipaskeräykseen, jonka tuotto Espoon Reumayhdistykselle oli 1.700 €.

Alueellista yhteistyötä laajennettiin Pääkaupunkiseudun reumayhdistysten lisäksi muihin lähialueen reumayhdistyksiin. Kaikilla yhdistyksillä on ongelmana jäsenistön ikääntyminen. Reumaliiton **Reumaklubi** mahdollistaa etävertaistukea. Puheenjohtaja osallistui ryhmänvetäjänä valtakunnalliseen Reumaliiton Fibrovertaiset toimintaan keväällä ja syksyllä 2023.

5. KOULUTUS

Yhdistys ylläpitää ja kohentaa jatkuvasti jäsentensä tietotason järjestämällä ja lähettämällä jäseniään mm Reumaliiton koulutukseen ja neuvottelupäiville. Yhdistys tuki ryhmäohjaajien ja vertaistukijoina toimivien koulutusta. Koulutusta järjestettiin yhteistyössä Reumaliiton ja pääkaupunkiseudun reumayhdistysten kanssa. Yhdistys on laajentanut toimintaa ja harrasteryhmiin osallistumista etäyhteyksien kautta.

6. TIEDOTTAMINEN

Yhdistys julkaisee kahdesti vuodessa ilmestyvää **Luuvalo-lehteä** yhdessä Helsingin ja Vantaan Reumayhdistysten ja Helsingfors Svenska Reuma Förening'in kanssa. Lehti on osittain kaksikielinen ja painosmäärä 5000 kpl.

Espoon Reumayhdistyksen **kotisivut uudistettiin** ja niillä tiedotettiin toiminnasta ja ajankohtaisista asioista. Vertaistukiryhmät tiedottivat myös **WhatsApp** ryhmissään.

7. TALOUDELLINEN TILANNE - EPÄVARMUUS LISÄÄNTYY

Espoon Reumayhdistyksen taloudellinen tilanne vaikeutuu vuonna 2024.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue leikkasi yli 90 % aikaisemmin myöntämästään toiminta-avustuksestaan, Reumaliitto korotti järjestömaksuaan 22 % ja Espoon asunnot irtisanoi edullisen toimistotilan vuokrasopimuksen päättymään 30.9.2024.

Yhdistyksen toimintaa rahoitetaan pääasiassa jäsenmaksuilla, osallistumismaksuilla ja avustuksin. Jäsenmaksun suuruus on 25 euroa, josta Reumaliiton jäsenmaksu 11 €/jäsen. Reumaliitto laskuttaa jäsenmaksut keskitetysti ja tilitti Espoon Reumayhdistykselle 14 €/jäsen.

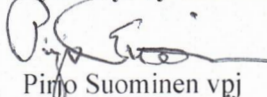
Yhdistys voi vastaanottaa toimintansa rahoittamiseksi avustuksia, lahjoituksia ja testamentteja.

Tervetuloa mukaan toimintaamme, vapaaehtoisuus vahvistaa!

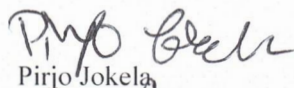
Espoossa 16.3.2024

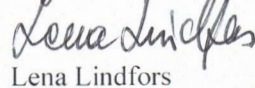
Espoon Reumayhdistys ry hallitus

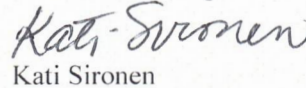

Paula Pöntynen pj

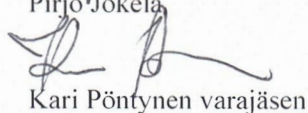

Pirjo Suominen vpj

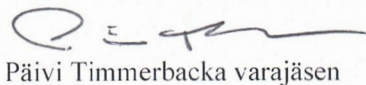

Mirja Hirvijärvi


Pirjo Jokela


Lena Lindfors


Kati Sironen


Kari Pöntynen varajäsen


Päivi Timmerbacka varajäsen

Liite

Toiminta/tapahtumat ja niihin osallistuneet vuonna 2023.