

VUOSIKERTOMUS 2025



1	YLEISTÄ	3
2	JÄSENISTÖ	3
3	TOIMIHENKILÖT	3
	3.1. Hallitus	3
	3.2 Yhdistyksen työntekijät ja henkilöstöasiat	4
	3.3 Toiminnantarkastajat.....	4
	3.4 Yhdistyksen työryhmät	4
	3.5 Liittokokousedustajat	5
	3.6 Toiminta Keliakialiitossa	5
4	SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET	5
	4.1 Kevätkokous.....	5
	4.2 Syyskokous.....	5
5	TOIMINTA	6
	5.1 Yhdistyksen organisoimat tapahtumat	6
	5.2 Yhteistyössä muiden kanssa järjestetyt tapahtumat	7
	5.3 Keliakiaviikko	7
	5.4 Muu yhteistyö Keliakialiiton kanssa.....	8
	5.5 Vertaistoiminta.....	8
	5.6 Ansiomerkit ja muut tunnustukset	8
	5.7 Sisäinen kehittämistyö ja toiminnan arviointi	8
6	KOULUTUKSIIN JA TYÖPAJOIHIN OSALLISTUMINEN	9
7	VIESTINTÄ JA TIEDOTTAMINEN	10
	7.1 <i>Gluteeniton elämä</i> -lehti	10
	7.2 Yhdistyksen verkkosivut ja sosiaalinen media	10
	7.3 Esitteet.....	10
	7.4 Jäsentiedottaminen	10
	7.5 Markkinointi.....	10
8	YHTEISTYÖ	11
	8.1 Terveystenhoito	11
	8.2 Kaupallinen yhteistyö ja yhdistystä tukeneet yritykset.....	11
	8.3 Yhdistysten ja järjestöjen välinen yhteistyö	11
9	TALOUS	11
	9.1 Jäsenmaksu	11
	9.2 Avustukset	11
	9.3 Muut tuotot	12
	9.4 Tilinpäätös.....	12

1 YLEISTÄ

Uudenmaan keliakiayhdistys ry (yhdistys) on Keliakialiitto ry:n (Keliakialiitto) jäsenyhdistys ja toimii yhteistyössä Keliakialiiton kanssa alueellisena potilasyhdistyksenä ja vaikuttamiskanavana. Vuosi 2025 oli yhdistyksen 34. toimintavuosi. Yhdistyksen kotipaikka on Helsinki ja toimitilana on Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys ry:ltä vuokrattu huone osoitteessa Runeberginkatu 15 A, Helsinki. Vuoden 2025 aikana päivitettiin vuokrasopimus tilanteen tasalle.

Toimintamme edistää keliakikoiden, ihokeliakikoiden ja muiden gluteenitonta ruokavaliota tarvitsevien ja heidän läheistensä hyvinvointia ja motivoi sairauden hyvään hoitoon tarjoamalla tietoa ja vertaistukea. Yhdistyksemme lisää keliakian tunnettuutta toiminta-alueellamme.

2 JÄSENISTÖ

Uudenmaan keliakiayhdistyksen jäsenmäärä oli vuoden 2025 lopussa 4 216 jäsentä (4 461 jäsentä vuonna 2024). Uusia jäseniä hyväksyttiin vuoden aikana 221 (244 jäsentä vuonna 2024).

Yhdistyksen uudet säännöt, jotka astuivat voimaan 1.1.2025, mahdollistavat uusien jäsenten hyväksymisen delegoimisen Keliakialiitolle. Hallitus päätti delegoimisesta tammikuun kokouksessa sillä perusteella, että liitto ottaa vastaan liittymislomakkeet ja lisäksi liitto ylläpitää myös jäsenrekisteriä.

Uudet säännöt muuttivat myös 18-vuotta täyttävien jäsenten kohtelua. Aiemmin perhejäsenet muutettiin automaattisesti varsinaisiksi jäseniksi, mutta sääntöuudistuksen jälkeen tarvitaan henkilön oma suostumus. Keliakialiitto ilmoitti ottavansa yhteyttä näihin henkilöihin ja kertovansa heille miten omaa jäsenyyttään voi jatkaa.

Maksamattomien jäsenmaksujen takia vuoden 2025 lopussa erotettiin 176 jäsentä. Lukumäärä on poikkeuksellisen suuri, koska vuonna 2024 ei erotettu yhtään jäsentä Keliakialiiton jäsenrekisteriuudistuksen takia. (Vuonna 2023 erotettiin 49 jäsentä.)

Jäsenhankintaa yhdistys suoritti kaikissa tapahtumissa, joita yhdistys järjesti itse tai joissa olimme muuten läsnä.

3 TOIMIHENKILÖT

3.1. Hallitus

Hallituksen puheenjohtajana jatkoi Jorma Kinnunen. Puheenjohtaja johti ja suunnitteli yhdistyksen käytännön toimintaa yhdessä 16-jäsenisen hallituksen ja järjestösihteerin kanssa. Hallituksen kokoonpano:

Kinnunen Jorma, puheenjohtaja, Espoo
Köykkä Vesa, varapuheenjohtaja, Nurmijärvi
Friman-Reinikka Marjukka, Porvoo
Hallila Lauri, Helsinki
Lehtinen Sirpa, Mäntsälä
Lindqvist Angelica, Espoo
Näkyvä Sirpa, Järvenpää
Penttilä Marja, Helsinki
Rinta-Opas Anne, Helsinki

Hellgren Irma, varajäsen, Tuusula
Köykkä Riina, varajäsen, Helsinki

Näkyvä Aurelia, varajäsen, Järvenpää
Salomaa Tarja, varajäsen, Hyvinkää
Starast Birgitta, varajäsen, Helsinki
Talvensaari Kari, varajäsen, Helsinki
Toukola Markku, varajäsen, Helsinki
Vartiainen Eijariina, varajäsen, Helsinki (25.2.2025 asti)

Järjestösihteeri osallistui hallituksen kokouksiin ja toimi kokousten sihteerinä. Hallituksen varajäsenet osallistuivat hallituksen toimintaan varsinaisten jäsenten tapaan.

Hallitus kokoontui vuoden aikana kaikkiaan 11 kertaa. Kymmenen kokouksista pidettiin joko kokonaan tai osittain etäkokouksina. Yhteen kokouksista yhdistettiin työpajatyöskentelyä ja seuraavan vuoden toiminnan suunnittelua. Tämä lauantaikokous pidettiin Tuusulassa Krapilla.

Yhdistyksen toiminta perustuu pääasiassa vapaaehtoistyöhön ja yhteistyöhön jäsenten kanssa. Puheenjohtajalle maksettiin yhdistyksen syyskokouksen päätöksellä kertapalkkio 2 500 €.

3.2 Yhdistyksen työntekijät ja henkilöstöasiat

Vapaaehtoisten tukena työskenteli osa-aikainen järjestösihteeri Santra Lacy, jonka työaika oli 20 h/viikko. Järjestösihteerin työtunnit tehdään lähtökohtaisesti normaalin työajan puitteissa. Ilta-, lauantai- ja sunnuntaitöistä maksetaan sosiaalialan järjestöjen työehtosopimuksen mukaiset lisät.

Järjestösihteerin monipuoliseen tehtävänkuvaan kuuluivat viestintä, yhteydenpito jäsenistöön ja sidosryhmiin, tapahtumien organisointi, avustushakemukset, toimistotyöt sekä taloushallinnon työt. Järjestösihteerin esimiehenä on toiminut hallituksen puheenjohtaja.

Järjestösihteerin työterveyspalvelut on hankittu Lääkärikeskus Aavasta ja eläkevakuutus Ilmarisesta. Lakisääteinen työtaturmavakuutus sekä etätyöskentelyä turvaava vapaaehtoinen vapaaajan tapaturmavakuutus on hankittu OP Pohjolasta.

Yhdistyksen järjestämillä luennoilla ja kursseilla käytetyt asiantuntijat saivat luentopalkkiot.

3.3 Toiminnantarkastajat

Yhdistyksen toiminnantarkastuksen teki vuonna 2025 Joni Torpo. Varatoiminnantarkastaja oli yhdistyksen entinen rahastonhoitaja Tarja Koskenpato. Toiminnantarkastamisesta maksettiin 300 euron palkkio syyskokouksen päätöksen mukaisesti.

3.4 Yhdistyksen työryhmät

Toiminnan ja hallituksen työn tukena toimivat hallituslaisista, järjestösihteeristä sekä muista vapaaehtoisista koostuvat työryhmät. Työryhmät työskentelivät kokoontumalla pääsääntöisesti Teams-etäyhteydellä. Työryhmillä oli laaja suunnittelu- ja toteutusvastuu, mutta erityisesti kustannuksia vaativissa linjauksissa pyydettiin hallituksen suostumus.

- **Tapahtumatyöryhmä** suunnitteli tapahtumia ja otti kantaa avustushakemuksiin. Työryhmä on suurin yhdistyksen työryhmistä ja sen tekemisiä rytmittivät sekä *Gluteeniton elämä* -lehden julkaisuaikataulu että eri avustusten hakuajat. Tapahtumatyöryhmään kuuluivat Markku Friman-Reinikka, Lauri Hallila, Irma Hellgren, Lea Huuppola, Jorma Kinnunen, Hanna Kuntonen, Riina Köykkä, Vesa Köykkä, Sirpa Lehtinen, Angelica Lindqvist, Aurelia Näkyvä, Sirpa Näkyvä, Kristiina Piehl, Petriina Punna, Sanna Pyy, Anne Rinta-Opas, Virpi Riissanen, Birgitta Starast, Markku Toukola ja järjestösihteeri.

- **Taloustyöryhmä** auttoi järjestösihteeriä kirjanpitolinjauksissa ja pohti yhdistyksen laskutus-käytäntöä sekä sähköisiä allekirjoituspalveluja. Työryhmä kävi läpi tilinpäätöksen ja laati vuoden 2026 budjetin. Työryhmään kuuluivat Jorma Kinnunen, Angelica Lindqvist, Birgitta Starast ja järjestösihteeri.
- **Viestintätyöryhmä** päivitti yhdistyksen nettisivut perusteellisesti ja ylläpiti some- ja blogi-sivuja sekä suunnitteli tiedotusta ja ulkopuolisille suunnattua markkinointia. Työryhmään kuuluivat Marjukka Friman-Reinikka, Lauri Hallila, Minna Gardemeister, Jorma Kinnunen, Marja Penttilä, Tarja Salomaa ja järjestösihteeri.
- **Vertaistukiryhmä**, ks. kohta 5.5.
- **Verkostotyöryhmä** koordinoi yhteydenpitoa eri järjestöihin, verkostoihin, sairaaloihin (OLKA-pisteet) ja muihin yhteistyötahoihin. Työryhmään kuuluivat Jorma Kinnunen, Vesa Köykkä, Sirpa Näkyvä, Anne Rinta-Opas ja Eijariina Vartiainen (25.2.2025 asti).

3.5 Liittokokousedustajat

24.5.2025 pidettyyn Keliakialiitto ry:n liittokokoukseen Tampereella osallistui yhdistyksen edustajina Irma Hellgren, Vesa Köykkä, Sirpa Lehtinen, Anne Rinta-Opas ja Markku Toukola. Lisäksi kokoukseen osallistui Jorma Kinnunen liiton vaalitoimikunnan puheenjohtajana, Sirpa Näkyvä liittohallituksen jäsenenä ja Marja Penttilä liittohallituksen yleisvarajäsenenä.

3.6 Toiminta Keliakialiitossa

Luottamustehtävät:

- Keliakialiiton liittohallituksen jäsenenä toimivat Sirpa Näkyvä (2024-2025) ja Sirpa Salonen (2024-2025). Sirpa Salosen kaksivuotiskausi liittohallituksen jäsenenä päättyi vuoden 2025 lopussa.
- Keliakialiiton liittohallituksen yleisvarajäsenenä toimivat Elina Ala-Nikkola (2024-2025) ja Marja Penttilä (2025-2026). Penttilän kolmas kausi jatkuu vielä vuoden 2026 loppuun.
- Keliakialiiton vaalitoimikunnan puheenjohtajana toimi Jorma Kinnunen.

Vuoden 2025 liittokokous teki seuraavat valinnat Uudenmaan keliakiayhdistyksestä vuosiksi 2026-2027:

- Sirpa Näkyvä valittiin toiselle kaksivuotiskaudelle
- uudeksi liittohallituksen jäseneksi valittiin Angelica Lindqvist
- yleisvarajäseneksi valittiin Elina Ala-Nikkola.

4 SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET

4.1 Kevätkokous

Kevätkokous pidettiin uusien sääntöjen salliessa vasta huhtikuussa 23.4.2025 Järvenpään kaupunginkirjaston Tyyni Tuulio -salissa. Kokoukseen osallistui yhteensä 25 jäsentä, paikan päällä 24 ja etäyhteydellä yksi jäsen. Kokousta edelsi tutustuminen Järvenpään taidemuseon "Hiljaisuus ja metsä" -näyttelyyn. Siihen osallistui 16 jäsentä.

4.2 Syyskokous

Yhdistyksen konttorilla Runeberginkadulla 27.11.2025 pidettyyn syyskokoukseen osallistui yhteensä 28 jäsentä – paikan päällä 22 ja etäyhteydellä kuusi jäsentä. Etäosallistuminen kevät- ja syyskokouksiin on mahdollista uusien sääntöjen nojalla. Syyskokouksen info-osuuden piti kehittämisspäällikkö Tiina Nurmela Helsingin biopankista. Biopankin toiminta ja yhteydet suolistosairauksiin kiinnostivat kovasti yleisöä.

5 TOIMINTA

5.1 Yhdistyksen organisoimat tapahtumat

Yhdistys järjesti tapahtumia keskimäärin kahden tapahtuman kuukausivauhtia. Vuoden 2025 tapahtumat jatkoivat tapahtumatyöryhmän idearikkaalla linjalla. Mukaan mahtui sekä uusia että perinteisiä – hyväksi havaittuja – tapahtumia. Erilaisten vierailukohteiden yhteyteen sisällytettiin aina kohteen opastus ja gluteeniton tarjoilu, jotka tarjottiin osallistujille pienellä sitouttavalla omavastuumaksulla. Lasten osallistumista tuettiin suhteessa enemmän. Tapahtumien runsaan tarjonnan mahdollistivat yhdistyksen jäsenmaksuosuus sekä erilaiset avustukset eri tahoilta.

Vuoden 2025 viimeisessä hallituksen kokouksessa päätettiin ottaa käyttöön Eventio -lippupalvelu vuoden 2026 alusta lähtien helpottamaan järjestösihteerin työtä eri tapahtumien ilmoittautumisten ja osallistumismaksujen keräämisessä. Tämän nettipalvelun käyttökokemuksista tiedämme enemmän vuoden 2026 aikana.

Retket, vierailut ja tapahtumat vuonna 2025:

- Talvisirkus Fantasia Kaapelitehtaalla
- Hohtokeilaus ja burgeri Ruusulankadun keilahallilla
- Blinit Lasipalatsissa
- La Strada -konsertti Nurmijärvellä
- Katja Honkasen Kipunäytelmä, teatteriryhmä SUMU
- Soiva urkuesittely Musiikkitalossa
- Keliakiapäivän kaupunkikävely "Taiteiden Töölö"
- Porvoon kesäretki, Brunbergin tehdas ja Kråkön panimo
- Pentalan saaren kesäretki
- Gluteeniton ryhmällallinen Fat Lizardissa Töölössä
- Super Park, Vantaa
- Koko perheen pikkujoulut Pirjon Pakarissa Nurmijärvellä
- Kari Tapio 80-vuotta juhlakonsertti Espoossa
- Tonttu -elokuva KinoTapiolassa

Yllä luetellut tapahtumat saivat liikkeelle yhteensä 679 osallistujaa. Vuoden selvästi suurimmat tapahtumat olivat Talvisirkus ja Tonttu -elokuva, joten taiteet kiinnostivat jäseniä vuonna 2025.

Keliakiaa ja gluteenittomuutta koskevat infotilaisuudet:

- Hanna Kunttonen oli puhumassa keliakiaan liittyvistä kokemuksistaan Keliakialiiton verkko-keskusteluillalla 4.2.2025
- Keliakiaviikon yleisötilaisuudesta tarkemmin kohdassa 5.3.
- Keliakialiitto järjesti iltakurssin kaikille keliakiasta ja gluteenittomasta ruokavaliosta kiinnostuneille 2.-4.12.2025 hotelli Presidentissä. Kurssin vetäjänä toimi Keliakialiiton ravitsemus-asiiantuntija Miika Wynne-Ellis. Jorma Kinnunen kävi esittelemässä yhdistyksemme toimintaa.
- Keliakialiitto järjesti vuoden aikana useita webinaareja, joihin jäseniä ohjattiin.

Gluteenittomat ruoanvalmistuskurssit:

Ruokakurssien haasteita ovat aina pitopaikka ja opettaja - ja näihin haasteisiin löydettiin toimit ratkaisut vuonna 2025, sillä yhteistyö Espoon työnväenopiston ja Vantaan aikuisopiston kanssa tuotti vihdoon hedelmää. Espoossa järjestettiin keväällä kaksi ja syksyllä neljä

ruokakurssia yhdistyksemme toiveesta. Vantaalla vastaavat lukemat olivat keväällä kaksi ja syksyllä yksi.

Kaksi yhdistyksen vapaaehtoista – Sanna Pyy ja Petriina Punna – järjestivät lisäksi Vantaalla kaksi ruoanlaittokurssia lapsille. Ensimmäisen aikana leivottiin mm. minipizzoja ja askarreltiin hedelmillä. Toinen kurseista keskittyi joululeivontaan.

Hallituksen ja vapaaehtoisten yhteiset tilaisuudet:

Yhdistys järjesti 1.2.2025 hallitukselle ja aktiivisille vapaaehtoistoimijoille yhteisen tutustumislaisuuden, nk. vahdinvaihdon, missä perinteisesti siirrettiin yhdistyksen vetovastuuta vanhalta hallitukselta uudelle. Lisäksi tilaisuudessa muistettiin yhdistyksen pitkäaikaista aktiivia Hanna Kuntosta hänen jättäytyessä hallitustyöskentelyn ulkopuolelle 35 vuoden aktiiviuran jälkeen.

Lokakuun hallituksen kokous venytettiin tällä kertaa puolen päivän mittaiseksi ja normaalin kokouksen lisäksi erillisissä pienryhmätyöpajoissa keskityttiin mm. miettimään seuraavan vuoden tapahtumia, jäsenviestintää sekä yhdistyksen nettisivujen ylläpitoa.

Edellä mainitut tilaisuudet ateriointeen oli tarkoitettu myös kiitokseksi ja kannustukseksi vapaaehtoistyöstä.

5.2 Yhteistyössä muiden kanssa järjestetyt tapahtumat

Uudenmaan keliakiayhdistys osallistui vapaaehtoistyön muodossa *Lautasella* -messuille, missä Keliakialiitto oli yhtenä järjestäjänä.

5.3 Keliakiaviikko

Valtakunnallista keliakiaviikkoa (vko 36) vietettiin 30. kertaa 1.–7.9.2025 teemalla "Hyvät kaupat gluteenittomasti". Viikon tavoitteena oli parantaa gluteenittomien tuotteiden saatavuutta ja valikoida eri puolilla Suomea. Viikolla haettiin myös valtakunnallisesti Suomen parhaita gluteenittomia ruokakauppoja. Yhdistys järjesti viikon aikana seuraavat tapahtumat:

- Avoin yleisötilaisuus Kampin palvelukeskuksessa 2.9.2025. Tilaisuuden tietopaketin "Tuoteselosteet tutuiksi" tarjoili ravitsemusterapeutti Emma Hindsberg. Vapaamuotoisempaa keliakietietoutta oli tarjolla Elina Ala-Nikkolan vetämässä keskustelupaneelissa, johon osallistuivat: Senni Ala-Nikkola (nuori keliakikko), Lauri Hallila (vasta diagnosoitu), Maiju Hannolin (Pinkit korkokengät -somevaikuttaja) ja Jorma Kinnunen (vanha keliakikko).
- Kauppakierrokset kuudessa eri kaupassa: K-Citymarket Ruoholahti, K-Citymarket Lohja, K-Citymarket Malmi, K-Citymarket Tammisto, K-Supermarket Hanko ja K-Supermarket Torpparinmäki. Kauppakierrokset keräsivät kaikkiaan noin 80 osallistujaa.
- Perhetapahtuma Ali-Ollin alpakkatilalla Nurmijärvellä, missä osallistujat pääsivät silittämään monia pörröisiä ja pehmeitä eläimiä sekä samalla nauttimaan Hodarifillarin maukkaasta gluteenittomasta tarjonnasta ulkoilmassa.

Keliakialiiton järjestämään kilpailuun Suomen parhaista gluteenittomista kaupoista lähetti ehdotuksensa yli 2 100 ihmistä. Eri hyvinvointialueilta voittajakaupoiksi valittiin äänimäärän perusteella 17 K-Citymarketia, 4 Minimania ja 2 K-Supermarketia. Uudenmaan keliakiayhdistyksen alueella voittajiksi äänestettiin seuraavat viisi kauppa: K-Citymarket Easton (Helsinki), K-Supermarket Tarmola (Porvoo), K-Citymarket (Järvenpää), K-Supermarket Lippulaiva (Espoo) ja K-Citymarket Tammisto (Vantaa). Yhdistys muisti voittajia – omaan piikkiin – kunniakirjalla ja kukilla. (Kansikuvassa Tammiston palkitsemistilaisuus)

5.4 Muu yhteistyö Keliakialiiton kanssa

Keliakialiitossa alkoi vuonna 2023 uusi kolmivuotinen hanke "K65 – Kohdataan gluteenittomasti", jonka avulla oli tarkoitus lisätä yli 65-vuotiaiden keliakiaa sairastavien ihmisten voimavaroja ja taitoja toteuttaa gluteenitonta ruokavaliota. Vuosina 2023–2025 hankkeen rahoitus on tullut Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA:lta. Uudellamaalla tämä toiminta on ollut aktiivista erityisesti Järvenpäässä – kiitos innostavien ja aktiivisten vetäjien – ja siksi yhdistys pyrkii vastaamaan toiminnan rahoituksesta vuodesta 2026 alkaen.

Keliakialiiton järjestämään vapaaehtoisten koulutustapahtumaan G-festiin osallistui kuusi hallituksen jäsentä vuonna 2025. Tapahtuman teemana oli innostu ja voimaannu yhteisöllisyydestä.

Eduskunnan keliakiaverkosto kutsui kaikki yhdistykset mukaan kokoukseensa 6.3.2025 Teams-yhteyden välityksellä. Uudenmaan yhdistys järjesti konttorille "kisakatsomon", mihin osallistui kahdeksan hallituksen jäsentä.

Keliakialiiton liittohallituksen puheenjohtaja, kansanedustaja Timo Suhonen, kutsuttiin yhdistyksen kokousvieraaksi marraskuussa. Timo kertoi hallitukselle Keliakialiiton ja eduskunnan keliakiaverkoston ajankohtaiset kuulumiset. Vapaa keskustelu pyöri arjen asioissa niin Suomessa kuin maailmankin.

Keliakialiiton liittohallitukselle ja Gluteeniton elämä -lehden toimitusneuvostolle toimitettiin hallituksen nimissä syksyllä kaksi esitystä: 1. Toivottiin kaikkien keliakiayhdistysten esittelyjä juhluvuoden 2026 GE-lehdissä ja 2. Toivottiin, että GE-lehdessä olisi jatkuvasti esillä mainos/toive siitä, että yhdistykset toivovat jäsenten pitävän sähköpostitiedot ajan tasalla. Liittohallitus ja lehden toimitusneuvosto suhtautuivat suopeasti jälkimmäiseen esitykseen.

Yhdistyksen aloitteesta Keliakialiitto tuotti Power Point -esityspohjan kaikkien yhdistysten käyttöön.

5.5 Vertaistoiminta

HUS-yhtymän ja HyTe ry:n johtaman OLKA-toiminnan TOIVO-vertaistukisovelluksen vertaistukijoina tarjosivat apuaan ja neuvojaan Sirpa Lehtinen, Anne Rinta-Opas ja Birgitta Starast. TOIVO toimii valtakunnallisesti ja tarjoaa verkossa vertaistukea useille eri potilasryhmille. TOIVO järjestää vapaaehtoistoimijoille kuukausittaiset palaverit, joissa he voivat jakaa kokemuksiaan.

Yhdistyksellä on lisäksi kolme vertaistukihenkilöä, joiden yhteystiedot ovat esillä yhdistyksen verkkosivuilla: Irma Hellgren, Hanna Kunttonen ja Tarja Kvarnström. Neljäs vertaistukihenkilö – Anneli Paldanius – lopetti tukitoiminnan vuonna 2025. Hallituksen perustamaan vertaistukiryhmään kuuluivat em. henkilöiden lisäksi myös Maarit Hyytiäinen, järjestösihteeri ja puheenjohtaja.

Suoraa vertaistukea Hyvinkään sairaalan OLKA-pisteellä kävivät antamassa Sirpa Näkyvä ja Anne Rinta-Opas 9.4.2025. Kontakteja saatiin parikymmentä.

5.6 Ansiomerkit ja muut tunnustukset

Yhdistyksen vuoden 2025 vapaaehtoistoimija -tunnustus myönnettiin sekä yhdistyksen että sen jäsenten ulkoasuun isosti vaikuttaneelle viestinnän ammattilaiselle Minna Gardemeisterille.

5.7 Sisäinen kehittämistyö ja toiminnan arviointi

Toiminnassa on korostunut eri kohderyhmille tarkoitettut tapahtumat ja tietopuolinen viestintä jäsenistön ulkopuolelle. Tapahtumat ovat olleet kysytyjä ja yleensä ne ovat tulleet täyteen todella nopeasti. Osallistujat ovat olleet hyvin tyytyväisiä ja kokeneet, että ovat saaneet vastinetta

jäsenmaksuilleen. Tapahtumia on pyritty järjestämään eri puolilla Uttamaata, mutta painopiste on selvästi Helsingissä.

Tapahtumat ovat mahdollistaneet osallistujille virkistäytymistä, virikettä vapaa-aikaan ja sosiaalista yhdessäoloa gluteenittomasti. Tapahtumat ovat tuoneet myös järjestäjille onnistumisen kokemuksia. Keräsimme kahdestatoista tapahtumistamme palautetta osallistujilta. Kyselyihin vastasi 225 henkilöä. Kysymykseen *"kuinka tyytyväinen olit tapahtumaan?"* asteikolla 1–5 annettujen vastausten keskiarvo oli 4,7. Tapahtumien tarjoiluista annettiin palautetta erillisellä kysymyksellä *"kuinka tyytyväinen olit tarjoiluihin?"*, ja tähän kysymykseen annettujen vastausten keskiarvo oli 4,5. Lisäksi kysyttiin *"kuinka hyvin sain tietoa tapahtumasta?"*, ja tämän kohdan keskiarvo oli 4,8. Osallistujat antoivat usein palautetta myös spontaanisti. Vastaisuudessakin palautetta kerätään järjestelmällisesti.

Viestinnän vaikuttavuutta arvioitaessa jäsenen on hankala erottaa Keliakialiiton ja yhdistyksen viestintää toisistaan. Pääasia lienee, että jäsen kokee saavansa tarpeellisen tiedon keliakiasta, gluteenittomasta elämästä ja tarjolla olevista tapahtumista hänelle sopivalla tavalla.

Yhdistyksen tulee tarkastella nykyistä enemmän toimintansa vaikuttavuutta yhteiskunnassa ja toimia keliakikoiden etujen puolesta sen verran kuin vapaaehtoisvoimin on mahdollista. Yhdistykseen kuulumattomien, potentiaalisten keliakikkojen ja muuten gluteenittomuudesta kiinnostuneiden henkilöiden tavoittaminen on yhdistykselle suuri haaste. Ns. suuren yleisön saavuttamisessa yhdistys joutuu turvautumaan mahdollisimman edullisiin kanaviin kuten some, verkkosivut ja ilmaisjakelut.

Toiminnan onnistumisen yhtenä mittarina voi käyttää uusien jäsenten liittymisaktiivisuutta ja jäsenmäärän kehitystä. Sekä jäsenmäärä että liittyneiden määrä on pysynyt Uudenmaan keliakiayhdistyksessä kutakuinkin samalla tasolla viimeisimmät viisi vuotta.

Yhdistyksen toiminnan kehittämistä ja erityisesti toiminnan vaikuttavuuden arviointia edellytetään nykyisin myös monissa avustushakemuksissa.

6 KOULUTUKSIIN JA TYÖPAJOIHIN OSALLISTUMINEN

Helsingin kaupungin järjestöyhteistyöhön ja kumppanuustoreille/-foorumiin ovat osallistuneet Lauri Hallila, Sirpa Näkyvä, Anne Rinta-Opas ja Marja Penttilä.

Angelica Lindqvist osallistui Keliakialiiton (yhteistyössä Sivis) järjestämään Vapaaehtoisjohtajakoulutukseen.

Anne Rinta-Opas ja Santra Lacy osallistuivat Kansalaisareena-päivään 7. - 8.5.2025.

Järjestösihteeri Santra Lacy on aloittanut merkonomin ammattitutkinnon opiskelun työn ohessa. Hallitus on tukenut opintoja ja hyväksynyt työajan joustavan käytön, jotta työtehtävät ja jäsenpalvelu sujuvat normaalisti.

Lisäksi Santran osaamista on täydennetty vuoden aikana useilla yhdistystoimintaa tukevilla koulutuksilla. Hän osallistui Nettitiimin Tekoälyn perusteet yhdistyksille -kurssille 15.9.2025 sekä Kansalaisareenan Yhdistysten viestintä ja tekoäly -kurssille 30.10.2025.

Viestintäryhmä osallistui Keliakialiiton järjestämiin kahteen viestintäsparraukseen.

Usea jäsen hallituksesta osallistui vuoden aikana Keliakialiiton teemallisiin verkkovalmennuksiin ja myös eri järjestäjien leivontakursseille.

7 VIESTINTÄ JA TIEDOTTAMINEN

7.1 *Gluteeniton elämä* -lehti

Lehti toimi virallisena ilmoituslehtenä kevät- ja syyskokouksista ilmoitettaessa ja yhtenä kanavana tapahtumatiedottamisessa. Säännöllisesti sähköpostilla lähetetyt uutiskirjeet, yhdistyksen verkkosivut ja some-kanavat toimivat painettua lehteä paremmin ajankohtaisista asioista tiedottamisessa.

Yhdistyksen jäsen Tuula Mäkinen kuuluu *Gluteeniton elämä* -lehden lukijaraatiin.

7.2 Yhdistyksen verkkosivut ja sosiaalinen media

Yhdistyksen verkkosivuille tehtiin päivitys Keliakialiiton sparrauksen innoittamana. Verkkosivujen ilme kirkastui ja toiminnallisuus parani. Verkkosivut löytyvät osoitteesta <https://uusimaa.keliakiayhdistys.fi/>.

Verkkosivuja ja sosiaalista mediaa käytettiin muun muassa yhdistyksen esittelyyn, jäsenten innostamiseen mukaan toimintaan sekä tapahtumien ja ajankohtaisten asioiden tiedottamiseen. Yhdistyksen Facebook-sivuilla on 1180 (1053) seuraajaa. Instagramissa seuraajia on 797 (695). Viesti-palvelu X:n tili lopetettiin vuonna 2025. Facebookia ja Instagramia käytettiin aktiivisesti tapahtumamarkkinointiin ja jäsenten aktivointiin.

Yhdistyksen blogissa www.gluteenittomiakokemuksia.fi/ julkaistiin yksi uusi kirjoitus vuonna 2025. Kirjoituksessa hallituksen jäsen Riina Köykkä kertoi Japanin matkasta.

7.3 Esitteet

Yhdistyksemme esite kertoo yhdistyksestä uusille jäsenille ja se on tarkoitettu jaettavaksi eri tilaisuuksissa. Esite ja yhdistyksen kirje menee uusille jäsenille Keliakialiiton kautta muun uuden jäsenen materiaalin ohessa. Esite löytyy osoitteesta <https://uusimaa.keliakiayhdistys.fi/yhdistyksemme/yhdistysesite/>

7.4 Jäsentiedottaminen

Jäsensähköposteja lähetettiin noin kerran kuukaudessa niille henkilöille, jotka ovat ilmoittaneet sähköpostiosoitteensa jäsenrekisteriin. Jäsensähköposteissa kerrottiin yhdistyksen omista ajankohtaisista asioista ja mainostettiin Keliakialiiton koulutuksia. Sähköpostitiedottaminen oli välttämätöntä jo senkin takia, että tapahtumat ja muutokset tapahtumatietoihin tavoittivat jäsenet ajoissa. Jäsenkyselyssä saadun palautteen mukaan yhdistyksen viestintä on vastannut jäsenistön toiveisiin.

Yhdistys hyödynsi myös Keliakialiiton tapahtumasivuja, jotka on tarkoitettu paikallisten tapahtumien ilmoitteluun. Yhdistyksen omien verkkosivujen ja sosiaalisen median kanavien on tarkoitus tavoittaa niin jäsenet kuin muutkin kiinnostuneet.

7.5 Markkinointi

Yhdistys toteutti Facebookissa useita markkinointikampanjoita, joiden tavoitteena oli saada näkyvyyttä yhdistykselle ja yhdistyksen järjestämille tapahtumille. Mainoskampanjat tavoittivat näkyvyydellään arviolta 20 500 ihmistä ja saivat lähes 600 ihmistä sitoutumaan tai reagoimaan mainontaan jollain tavalla.

8 YHTEISTYÖ

8.1 Terveydenhuolto

Yhdistys on jakanut keliakiasta ja yhdistyksestä kertovia esitteitä eri sairaaloiden esitepisteisiin. *Gluteeniton elämä* -lehti tulee sairaaloiden OLKA-pisteisiin Keliakialiiton maksamana.

Jäsensähköpostissa jaettiin tietoa CRST:n keliakiatutkimuksesta, johon haettiin vapaaehtoisia.

8.2 Kaupallinen yhteistyö ja yhdistystä tukeneet yritykset

Yhdistys kiittää keliakiaviikon yleisötilaisuuteen tuotteitaan lahjoittaneita Schäriä ja Valo 24:ää. Vuoden aikana yhdistys pääsi tutustumaan myös seuraavien valmistajien gluteenittomaan tarjontaan: Järvenpään Kulmakonditoria (kevätkokous), Kampin palvelukeskuksen Amica-ravintola (keliakiaviikon yleisötilaisuus), Kakuttaa (syyskokous), Pirjon Pakari (pikkujoulut) ja Konditoria pH7 (merkkipäivät). Yhdistys kiittää myös näitä valmistajia laadukkaista tuotteista ja erityisesti annetuista alennuksista.

Yhdistyksellä ei ole velvoitteita edellä mainittuja yrityksiä kohtaan, mutta heidän tuotteitaan jaettiin eri jäsenilaisuuksissa ja yritykset tuotiin esille myös yhdistyksen some-viestinnässä.

8.3 Yhdistysten ja järjestöjen välinen yhteistyö

Uudenmaan keliakiayhdistys on Keski-Uudenmaan Yhdistysverkosto ry:n jäsen. Vesa Köykkä on toiminut Yhdistysverkoston hallituksessa.

Järvenpään vammaisneuvosto haki riveihinsä uusia jäseniä ja varajäseniä vuonna 2025. Yhdistys esitti varsinaiseksi jäseneksi Sirpa Näkyvää ja varajäseneksi Jorma Kinnusta, mutta neuvoston vaalissa valituksi tuli ainoastaan Sirpa Näkyvä ja hänkin varajäseneksi.

Helsingin järjestöneuvottelukunnan taustaryhmän kokouksiin on osallistunut Jorma Kinnunen.

Marja Penttilä ja Santra Lacy vierailivat asiantuntijoina kertomassa keliakiasta ja yhdistyksestä African Caren tilaisuudessa Itäkeskuksessa.

9 TALOUS

9.1 Jäsenmaksu

Yhdistyksen varat muodostuivat pääasiassa jäsenmaksutuotoista. Jäsenmaksu vuonna 2025 oli 28 €. Jäsenmaksusta yhdistyksen käyttöön jäävä osuus oli 11 €. Loppuosa jäsenmaksusta jäi Keliakialiitolle. Yhdistys sai jäsenmaksutuottoja 46 233 € (vuonna 2024 45 815 €) perustuen maksaneiden jäsenten lukumäärään vuoden 2024 lopussa.

9.2 Avustukset

Yhdistys sai toiminta-avustusta Helsingin (1 000 €) ja Järvenpään kaupungeilta (300 € + 300 € vuosille 2025 ja 2026) sekä Nurmijärven kunnalta (200 €). Vantaan kaupunki takaisinperi 120 € vuoden 2024 käyttämätöntä avustusta. Hyvinvointialueista ainoastaan KeuSote suhtautui myönteisesti hakemukseemme ja myönsi 1 500 €:n avustuksen vertaistuellisten tapahtumien järjestämiseksi. *Stiftelsen 7:nde Mars Fonden* -säätiöltä saatiin avustusta 1 000 € lasten ja nuorten sekä heidän perheidensä hyvinvointia edistävien tapahtumien järjestämiseksi.

Keliakialiitto toimii STEAn (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) avustuksen kohdentajana ja myöntäjänä yhdistyksille. Yhdistyksemme sai Keliakialiitolta jäsenjärjestöavustusta maksimimäärän eli yhteensä 2 500 € kolmeen eri tapahtumaan: luentosarja aiheena keliakia ja FODMAP (400 €), leivontakurssisarja lapsille (1 000 €) ja joulukonsertti tai teatteri lapsiperheille (1100 €).

Uudenmaan keliakiayhdistys valitti yhdessä Helsingin seudun psoriasisryhmä ry:n, pääkaupunkiseudun diabetesyhdistys ry:n, Vantaan sydän ry:n ja Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys ry:n kanssa Vantaan kaupungin tekemästä avustuspäätöksestä sillä perusteella, että päätös ei ollut tasapuolinen kaikkia potilasyhdistyksiä kohtaan. Valitus ei tuottanut tulosta eikä yhdistys saanut hakemaansa toiminta-avustusta.

Avustusten myöntäjille on raportoitu kunkin tahon määräämän aikataulun mukaisesti.

9.3 Muut tuotot

Jäsensuorituksia eli jäsenten maksamia osallistumis- ja tarvikemaksuja yhdistyksen järjestämissä tapahtumissa saatiin 12 536 € (vuonna 2024 7 999,00 €). Kasvanut euromäärä kertoo kasvaneista osallistujamääristä.

9.4 Tilinpäätös

Tilinpäätös 31.12.2025 osoittaa 7 150,98 € suuruista alijäämää. Vuoden 2025 talousarviossa budjetoitu alijäämä oli 5 890,00 €, joten ennakoitujen tuotot ja kulut eivät täysin toteutuneet. Kaikki tuotot (jäsensuoritukset, jäsenmaksut ja avustukset) ylittivät budjetoidut arvionsa, mutta niin kävi myös valitettavan monelle kuluerälle. Kuluissa prosentuaalisesti suurimman budjetin ylityksen aiheutti jäsen- ja vertaistoiminta, mikä tarkoittaa sitä, että tapahtumia järjestettiin aiottua enemmän ja ne saivat enemmän väkeä liikkeelle.