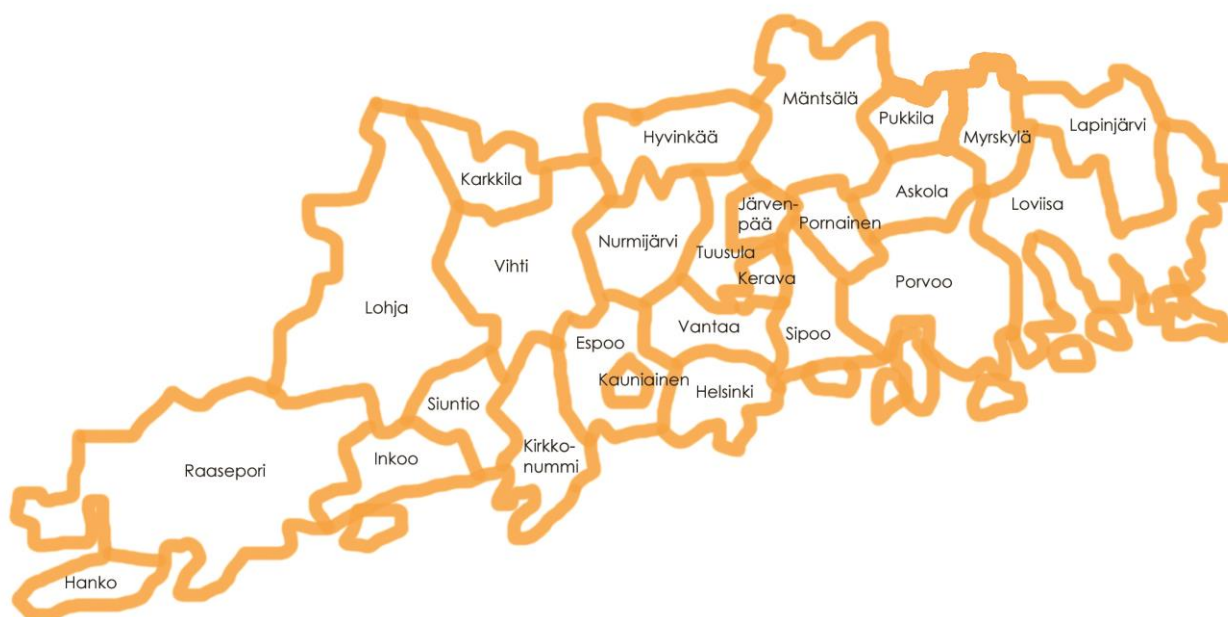




Uudenmaan
keliakiayhdistys

Gluteenittomuuden
asialla jo vuodesta 1991

VUOSIKERTOMUS 2021



1	YLEISTÄ	3
2	JÄSENISTÖ	3
3	TOIMIHENKILÖT	3
	3.1. Hallitus	3
	3.2 Yhdistyksen työntekijät	4
	3.3 Toiminnantarkastajat	4
	3.4 Yhdistyksen työryhmät	4
	3.5 Liittokokousedustajat	4
	3.6 Toiminta Keliakialiitossa	5
4	SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET	5
	4.1 Kevätkokous	5
	4.2 Syyskokous	5
5	TOIMINTA	5
	5.1 Yhdistyksen organisoimat tapahtumat	5
	5.2 Perutut ja vuoteen 2022 siirretyt tapahtumat	6
	5.3 Yhteistyössä muiden kanssa järjestetyt tapahtumat	7
	5.4 Keliakiaviikko	7
	5.5 Muu yhteistyö Keliakialiiton kanssa	7
	5.6 Vertaistoiminta	7
	5.7 Ansiomerkit ja muut tunnustukset	7
6	KOULUTUKSIIN JA TYÖPAJOIHIN OSALLISTUMINEN	8
7	VIESTINTÄ JA TIEDOTTAMINEN	8
	7.1 <i>Gluteeniton elämä</i> -lehti	8
	7.2 Yhdistyksen verkkosivut ja sosiaalinen media	9
	7.3 Esitteet	9
	7.4 Jäsentiedottaminen	9
	7.5 Muu vaikuttamistoiminta viestinnän kautta	9
8	YHTEISTYÖ	9
	8.1 Tieteellinen ja terveydenhuollon yhteistyö	9
	8.2 Kaupallinen yhteistyö ja yhdistystä tukeneet yritykset	10
	8.3 Yhdistysten ja järjestöjen välinen yhteistyö	10
9	TALOUS	10
	9.1 Jäsenmaksu	10
	9.2 Avustukset	10
	9.3 Muut tuotot	10
	9.4 Tilinpäätös	11

1 YLEISTÄ

Uudenmaan keliakiayhdistys ry (yhdistys) on Keliakialiitto ry:n (Keliakialiitto) jäsenyhdistys ja toimii yhteistyössä Keliakialiiton kanssa alueellisena potilasyhdistyksenä ja vaikuttamiskanavana. Vuosi 2021 oli yhdistyksen 30. toimintavuosi. Yhdistyksen kotipaikka on Helsinki ja toimitilana on Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys ry:lta vuokrattu huone osoitteessa Runeberginkatu 15 A, Helsinki.

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.

Vuodesta 2021 mainittakoon erityisesti, että yhdistys toimi koko vuoden aktiivisesti, vaikka koronapandemia rajoitti fyysisiä tapaamisia minimiin. Kokoukset ja luennot toteutuivat verkossa ja verkkoluentoja pidettiin ennätysmäärä, yhteensä 10 kappaletta.

2 JÄSENISTÖ

Uudenmaan keliakiayhdistyksen jäsenmäärä oli vuoden 2021 lopussa 4 436 jäsentä (4 451 jäsentä vuonna 2020). Uusia jäseniä hyväksyttiin vuoden aikana 247 henkilöä (185 henkilöä vuonna 2020) ja maksamattomien jäsenmaksujen takia erotettiin 53 henkilöä.

3 TOIMIHENKILÖT

3.1. Hallitus

Yhdistyksen käytännön toimintaa suunnitteli ja johti yhdistyksen hallituksen puheenjohtaja Marja Penttilä yhdessä 11-jäsenisen hallituksen ja järjestösihteerin kanssa. Hallituksen kokoonpano:

Marja Penttilä, puheenjohtaja, Helsinki
Vesa Köykkä, varapuheenjohtaja, Nurmijärvi
Rita Hanhila, taloudesta vastaava hallituksessa, varajäsen, Helsinki,
Irma Hellgren, Tuusula
Eila Ihalainen, varajäsen, Helsinki
Jorma Kinnunen, Espoo
Hanna Kunttonen, Porvoo
Riina Köykkä, Helsinki
Sirpa Lehtinen, Mäntsälä
Anne Rinta-Opas, Helsinki
Tarja Salomaa, varajäsen, Hyvinkää
Birgitta Starast, Helsinki

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

Hallitus kokoontui vuoden aikana 11 kertaa. Kaikki vuoden hallituksen kokoukset pidettiin joko kokonaan tai osittain etäkokouksina. Etäosallistuminen mahdollisti sen, että kokouksesta poissaoloja oli todella vähän.

Yhdistyksen toiminta perustuu pääasiassa vapaaehtoistyöhön ja yhteistyöhön jäsenten kanssa. Puheenjohtajalle maksettiin kertapalkkio 2 500 € ja hallituksen taloudesta vastaavalle 500 €. Nk. rahastonhoitajan palkkiota pienennettiin aiemmista vuosista, koska järjestösihteeri huolehti useista rahastonhoitajalle kuuluvista tehtävistä toimintavuoden aikana.

3.2 Yhdistyksen työntekijät

Vapaaehtoisten tukena työskenteli osa-aikainen järjestösihteeri, jonka työaika oli 20 h /viikko. Marjo Yli-Koski toimi kuukausipalkkaisena järjestösihteerinä 6.8.2021 saakka ja sen jälkeen tuntityöntekijänä 30.11.2021 saakka, jotta siirtymäaika uuden järjestösihteerin aloittaessa sujui juohevasti. Uusi järjestösihteeri Santra Lacy aloitti 21.9.2021 ja hänen työaikansa on myös 20 h/viikko.

Järjestösihteerin monipuoliseen tehtäväkuvaan kuului hallituksen määräämät tehtävät, mm. viestintä, yhteydenpito jäsenistöön ja sidosryhmiin, tapahtumien organisointi, avustushakemukset, toimistotyöt sekä taloushallinnon työt. Järjestösihteerin esimiehenä on toiminut hallituksen puheenjohtaja, ja kirjanpitoasioissa ohjausta on saanut hallituksen taloudesta vastaavalta, Rita Hanhilalta.

Yhdistyksen järjestämällä luennoilla ja ruokakurssilla käytetyt luennoijat ovat saaneet asiantuntijapalkkiot.

3.3 Toiminnantarkastajat

Yhdistyksen toiminnantarkastajan tehtävät hoiti vuonna 2021 Arja Takala, joka oli valittu varatoiminnantarkastajaksi. Varsinaiseksi toiminnantarkastajaksi valittu Joni Torpo oli tuolloin estynyt. Toiminnantarkastamisesta maksettiin 300 € syyskokouksen päätöksen mukaisesti.

3.4 Yhdistyksen työryhmät

Toiminnan ja hallituksen työn tukena toimivat hallituslaisista, järjestösihteeristä sekä vapaaehtoisista koostuvat työryhmät. Työryhmät työskentelivät kokoontumalla Teams-etäyhteyden kautta ja sähköpostikeskusteluin.

- **Megatyöryhmä** suunnitteli tapahtumia ja otti kantaa avustushakemuksiin. Työryhmä on suurin yhdistyksen työryhmistä ja sen tekemisiä rytmitti *Gluteeniton elämä* -lehden julkaisuaikataulu ja useiden avustushakemusten aikataulut. Megatyöryhmään kuuluivat Irma Hellgren, Eila Ihalainen, Hanna Kunttonen, Riina Köykkä, Vesa Köykkä, Sirpa Lehtinen, Anne Rinta-Opas, Marja Penttilä, Petriina Punna, Birgitta Starast, Kristiina Ylijoki ja järjestösihteeri.
- **Rahoitustyöryhmä / Budjettityöryhmä** auttoi järjestösihteerä kirjanpitolinjauksissa. Työryhmä kävi läpi tilinpäätöksen ja laati vuoden 2022 budjetin. Työryhmään kuuluivat Rita Hanhila, Jorma Kinnunen, Marja Penttilä ja järjestösihteeri.
- **Viestintätyöryhmä** suunnitteli tiedotusta, kommentoi jäsentiedotteita, vuosikertomusta ja toimintasuunnitelmaa. Työryhmään kuuluivat Hanna Kunttonen, Riina Köykkä, Marja Penttilä, Tarja Salomaa, Sirpa Salonen ja järjestösihteeri.
- **Vertaistukityöryhmä**, ks. kohta 5.6
- **30-vuotisjuhlatoimikunta** vastasi yhdistyksen 30-vuotisjuhlan suunnittelusta ja toteutuksesta. Juhlatoimikuntaan kuuluivat Irma Hellgren, Hanna Kunttonen, Riina Köykkä, Anne Rinta-Opas ja järjestösihteeri.

3.5 Liittokokousedustajat

22.5.2021 pidettyyn Keliakialiitto ry:n liittokokoukseen osallistuivat varsinaiset liittokokousedustajat Riina Köykkä, Vesa Köykkä, Sirpa Lehtinen ja Anne Rinta-Opas sekä ensimmäisenä varalla oleva Hanna Kunttonen. Liittokokoukseen osallistuttiin etäyhteydellä.

3.6 Toiminta Keliakialiitossa

Luottamustehtävät:

- Keliakialiiton liittohallituksessa toimi Uudenmaan keliakiayhdistyksestä Annikki Soudunsaari liiton varapuheenjohtajana, Johanna Niemelä liittohallituksen jäsenenä ja Marja Penttilä liittohallituksen yleisvarajäsenenä.
- Keliakialiiton vaalitoimikunnan puheenjohtajana toimi yhdistyksen hallituksen jäsen Hanna Kunttonen.

Yhdistys osallistui Keliakialiitto ry:n työryhmiin seuraavasti:

- Anne Rinta-Opas toimi *Vuoden gluteeniton tuote- ja Vuoden gluteeniton palvelu/yritys* -raadissa.

Keliakialiiton koulutustehtävät:

- Kokemuksia jakamassa -verkkokeskusteluillalla Irma Hellgren piti alustuksen aiheesta *Keliakia monisairaana arjessa*.
- Marja Penttilä esitteli yhdistyksen toimintaa Keliakialiiton järjestämällä sopeutumisvalmennuskurssilla Helsingissä.

4 SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET

4.1 Kevätkokous

Kevätkokous pidettiin 23.3.2021. Kokoukseen osallistui yhdistyksen toimistolla seitsemän henkilöä ja etäyhteydellä 29 henkilöä. Poikkeamislaki salli etäosallistumisen (677/2020, *Laki väliaikaisesta poikkeamisesta osakeyhtiölaista, asunto-osakeyhtiölaista, osuuskuntalaista, yhdistyslaista ja eräistä muista yhteisölaeista Covid-19-epidemian leviämisen rajoittamiseksi*).

Kevätkokouksen yhteydessä kuultiin Johannes Kajavan verkkoluento unettomuudesta ja sen lääkkeettömistä hoitomuodoista.

4.2 Syyskokous

23.11.2021 pidettyyn syyskokoukseen osallistui yhdistyksen toimistolla yhdeksän jäsentä ja järjestösihteeri sekä etäyhteydellä yhdeksän henkilöä. Kohdassa 4.1. mainittua poikkeamislakia (375/2021) oli jatkettu 30.6.2022 saakka. Syyskokouksessa hallitukseen valittiin neljä uutta varajäsentä.

5 TOIMINTA

5.1 Yhdistyksen organisoimat tapahtumat

Yhdistyksen periaatteena on ollut, että jäsenet saavat nauttia jäsenetuna yhdistyksen järjestämistä tapahtumista niin, että ainakin osan tai joskus kaikki tapahtumakustannuksista maksaa yhdistys. Vaikiintuneen käytännön mukaan yhdistys on maksanut kohteiden opastukset ja tilaisuuksien gluteenittomat tarjoilut. Käytännön on mahdollistanut Keliakialiitolta saadut jäsenjärjestöavustukset ja kunnilta saadut avustukset. Joissakin tilaisuuksissa osallistujat ovat maksaneet pienen osallistumismaksun.

Retket, vierailut ja tapahtumat:

- Ulkoilutapahtuma lapsille ja aikuisille Lohjan Liessaareissa syyskuussa.

- Vierailut Suomen ilmailumuseoon Vantaalla lokakuussa ja Espoon modernin taiteen museoon EMMAan marraskuussa.
- Yhdistyksen 30-vuotisjuhlaa vietettiin Helsingissä ravintola Sipulissa 27.11. Juhlaan osallistui n. 100 henkilöä, mm. kaikki yhdistyksen entiset puheenjohtajat, useita perustajajäseniä sekä Keliakialiiton edustajana sosiaaliturvan ja terveydenhuollon asiantuntija Minna Halve.
- Joulukuussa perinteinen Pirjon Pakarissa Nurmijärvellä järjestetty pikkujoulu keräsi kaikenikäisiä osallistujia.
- Konserttievierailu Rajaton joulu -konserttiin Porvoon Taidetehtaaseen toteutettiin joulukuussa.
- Keliakikkoperheille hankittiin kesällä 100 pääsylippua Puuhamaahan ja loppuvuonna 100 pääsylippua Sea Life -näyttelyyn. Perheet maksoivat itse pienen osan lippujen hinnasta.

Verkkoluennot:

Vuoden aikana järjestetyt verkkoluennot, joissa luennoijana oli yhdistyksen ulkopuolinen asiantuntija, toteutettiin suureksi osaksi Keliakialiiton jäsenjärjestöavustuksella. Vaikka tilaisuudet olivat verkossa, osallistujilla oli mahdollisuus kysellä asiantuntijoilta illan teemasta. Jäseniltä saatiin myönteistä palautetta.

- Maaliskuussa aiheena oli anemia ja keliakia, jonka piti lastentauteihin erikoistuva lääkäri, väitöskirjatutkija Marleena Repo.
- Huhtikuussa järjestettiin erityisesti uusille jäsenille suunnattu ravitsemusterapeutti Kirsi Englundin luento keliakiasta ja gluteenittomasta ruokavaliosta.
- Toukokuussa ravitsemusterapeutti Tuuli Westerholmin aiheena oli monipuolinen gluteeniton kasvisruoka ja kuinka toteuttaa kasvisruoka osana arkiruokailua.
- Toukokuussa kuultiin ja keskusteltiin gluteenittomasta kesägrillailusta ravitsemusteknikko Irma Hellgrenin johdattamana.
- Syyskuussa elintarviketieteiden maisteri Niina Kuusisto kertoi aktiiviliikkujan gluteenittomasta ravitsemuksesta.
- Lokakuussa verkkoluennon aiheena oli keliakian ja muiden autoimmuunisairauksien vaikutus suun ja hampaiden terveyteen. Aiheesta esitelmöi hammaslääkäri, HLT Anna Iivari.
- Joulukuussa ravitsemusterapeutti Juhani Sipinen kertoi matala-asteisesta tulehduksesta ja sen vaikutuksesta terveyteen.
- Osa verkossa olleista esityksistä on mainittu kohdissa 4.1 ja 5.3.

Ruokakurssit:

- Kesäkuussa päästiin pitämään vuoden ensimmäinen ruokakurssi. Aiheena oli gluteeniton kasvisruoka ja kurssin piti ravitsemusterapeutti Tuuli Westerholm. Kurssia varten vuokrattiin Uudenmaan Marttojen opetuskeittiö. Elokuulle suunniteltu toinen vastaava kurssi jouduttiin perumaan koronatilanteen huononnutta.
- Marraskuussa järjestettiin koululaisten välipalakurssi Vantaan opistotalolla. Koulutuspaketti osrettiin Vantaan opistotalolta valmiina.

5.2 Perutut ja vuoteen 2022 siirretyt tapahtumat

Haastava koronaviruspandemia toi suunnitteluun ja tiedottamiseen lisäpaineita myös vuonna 2021. Jo tilaisuuksien valmistelussa varauduttiin mahdollisiin rajoituksiin ja niiden muutoksiin. Kauan odotettuja tapahtumia jouduttiin siirtämään moneen otteeseen ja osa perumaan kokonaan. Yhdistys joutui ottamaan huomioon senkin, että osa järjestäjistä ja osallistujista kuuluivat COVID-19-riskiryhmiin.

- Uusien jäsenten päivä korvattiin ravitsemusterapeutin pitämällä verkkoluennolla.
- Gluteeniton kasvisruokakurssi piti toteuttaa kahdesti, mutta syksyn kurssi jouduttiin perumaan.
- Keliakiaviikolle suunniteltu gluteeniton kokkauskurssi Oodissa peruttiin.

- Vierailu Kansallismuseon *Muumit 75* -näyttelyyn ja gluteeniton lounas peruttiin, koska museo oli alkuvuoden kiinni ja toivottu näyttely loppui.
- 30-vuotisjuhlan kunniaksi oli tarkoitus pitää lastenjuhla Nurmijärvellä sijaitsevalla strutsitilalla. Sen korvasi lapsiperheille tarkoitettu ja vahvasti yhdistyksen sponsoroimat Sea Life -liput. Toisin vertaistueksi kaavailtua ryhmävierailua ei voitu järjestää.
- Elokuulle suunniteltu retki Tuusulaan Kellokosken ruukin alueelle peruttiin vuodelta 2021.
- Messut, joihin normaalitilanteessa olisi yhdistyksenä osallistuttu, oli peruttu.

5.3 Yhteistyössä muiden kanssa järjestetyt tapahtumat

- Yhdistys järjesti tammikuussa yhdessä Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys UUMU ry:n ja Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistys ry:n kanssa verkkoluennon potilasturvallisuudesta. Luennon piti Potilas- ja asiakasturvallisuuden kehittämiskeskukseen erityisasiantuntija Tarja Pajunen.
- Yhdistys organisoi keliakiatutkimukseen liittyvän luento- ja esittelytilaisuuden, jossa kerrottiin keliakian lääkehoidon tilanteesta ja alkavasta uudesta lääketutkimuksesta. Luennoijina toimivat emeritusprofessori Markku Mäki ja LT, sisätautien ja gastroenterologian erikoislääkäri Jari Koskenpato. Tilaisuus pidettiin Crown CRO -tutkimusorganisaation ja lääkeyhtiö Dr. Falk Pharma GmbH:n tukemana. Lokakuussa järjestetty tilaisuus pidettiin Helsingissä Pääpostitalolla ja lähetettiin striimattuna etäosallistujille.
- Irma Hellgren kertoi gluteenittomasta leivonnasta Leppävaaran Martoille marraskuussa.
- Helsingiläisille ruoka-apua järjestäville tahoille ja sen yhteistyöfoorumille, Stadin Salfalle pidettiin info keliakiasta ja gluteenittomuudesta. Marja Penttilä ja Anne Rinta-Opas osallistuivat.

5.4 Keliakiaviikko

Yhdistys osallistui 6. - 12.9. pidettyyn valtakunnalliseen keliakiaviikkoon siinä laajuudessa kuin se oli poikkeuksellisenä aikana mahdollista. Viikon teemana oli *Kokataan yhdessä gluteenitonta*, jonka Keliakialiittokin toteutti etupäässä verkossa, mm. julkaisemalla gluteenittoman ruoanlaiton avuksi videoita ja reseptejä.

Keliakiaviikolla yhdistyksen vapaaehtoiset toivat keliakiaviikon teemaa esille seuraavissa kohteissa:

- Vertaistukihenkilö Tarja Kvarnström opasti Hangon K-Supermarketissa pannuleivän paistoa.
- Kahvilatapaaminen Helsingin Lauttasaaressa sijaitsevassa *Gluteeniton unelma* -kahvilassa.

5.5 Muu yhteistyö Keliakialiiton kanssa

Keliakialiiton asiantuntijoita ja 'vapaaehtoistoiminnan tuki' -ryhmää on konsultoitu monissa kysymyksissä ja apua on saatu kiitettävästi. Yhdistyksen luottamushenkilöt ovat osallistuneet lukuisiin Keliakialiiton vapaaehtoisille tarkoitettuihin verkkotyöpajoihin, kehittämiseen tähtääviin kyselyihin ja strategiapohdintaan.

5.6 Vertaistoiminta

Yhdistyksellä on ollut viisi vertaistukihenkilöä, joiden yhteystiedot ovat yhdistyksen verkkosivuilla ja jäsentiedotteissa. Vertaistoiminta on ollut suhteellisen hiljaista ja yhteydenottoja keliakikoilta on tullut harvakseltaan. Ryhmä suunnitteli vertaistuesta kertovaa podcastia. Vertaistoimintaryhmään kuuluivat Irma Hellgren, Eila Ihalainen, Hanna Kunttonen, Tarja Kvarnström, Anneli Paldanius ja Karoliina Salo.

5.7 Ansiomerkit ja muut tunnustukset

Hallituksessa ja vertaistukihenkilönä 10 vuotta toiminut Eila Ihalainen sai hopeisen ansiomerkin, joka luovutettiin hänelle yhdistyksen 30-vuotisjuhlassa.

Yhdistyksen vuoden 2021 vapaaehtoistoimija -tunnustus myönnettiin yhdistyksen pitkäaikaiselle aktiiviselle vertaistukihenkilölle Tarja Kvarnströmille.

6 KOULUTUKSIIN JA TYÖPAJOIHIN OSALLISTUMINEN

Hallitukselle ja muille vapaaehtoisille järjestettiin yhteinen koulutus- ja virkistäytymispäivä Tuusulassa Krapilla lokakuussa. Koulutusosuuden ja ryhmätyön fasilitoinnin toteutti Emilia Osmala *Osana yhteistä ratkaisua Oy*:sta.

Hallitustoimijat ja järjestösihteeri osallistuivat toimintavuoden aikana useisiin koulutuksiin ja seminaareihin, jotka liittyivät vapaaehtoistointaan ja yhdistystoimintaan. Lähes kaikki koulutukset olivat maksuttomia ja ne oli toteutettu verkossa.

Keliakialiitto koulutti yhdistysten hallituslaisia ja vapaaehtoisia runsaasti. Koulutukset oli järjestetty pidempinä verkkokursseina, yksittäisinä webinaareina sekä työpajoina, jotka vaativat myös osallistujilta aktiivisuutta. Keliakialiiton koulutuksista ja työpajoista tärkeimmät, joihin on osallistuttu:

- *Vapaaehtoisten ohjaus ja tuki* -verkkokoulutus (2 kk), joka oli järjestetty Keliakialiiton, Diabetesliiton ja Opintokeskus Siviksen yhteistyönä.
- Uuden hallituksen jäsenen perehdytys
- Yhdistyksen taloudenhoito
- Keliakialiiton strategiatyöpaja
- Johdanto syksyn keliakiaviikkoon
- Vapaaehtoistyö sosiaalisessa mediassa
- Jäsenten toiveet toiminnan perustana -webinaari
- Vapaaehtoisille tarkoitettu keliakiayhteisön vapaaehtoisten verkkotapaaminen
- Keliakiayhdistysten yhteistyökuviot OLKA-toiminnan kanssa
- Kokoustekniikka haltuun
- Tietoturvallisesti yhdistyksessä
- G-fest
- Teamsin tiimit ja kanavat tutuksi
- Keliakialiiton Tanja Laatikainen piti hallitukselle digikoulutusillan toimistolla (ja etäosallistujille)
- Vapaaehtoinen on ykkönen
- Yhdistysten verkkosivujen päivittäminen –työpajat
- Askeleet vapaaehtoisuuteen -verkkokurssi

Muiden järjestäjien kursseille osallistuttiin seuraavasti:

- OLKAN vertaistukisovelluksen TOIVON esittelywebinaari (OLKA)
- Teamsin osallistava käyttö järjestöissä -verkkokoulutus (Fingo)
- Näin toteutat laadukkaan ja osallistavan webinaarin (SOSTE)
- Onnistunut hybridikokous (SOSTE)
- Tietoturvallisesti yhdistyksissä (SOSTE ja KyberVPK)

7 VIESTINTÄ JA TIEDOTTAMINEN

7.1 *Gluteeniton elämä* -lehti

Lehti toimii virallisena ilmoituslehtenä kevät- ja syyskokouksista ilmoitettaessa. Yhdistyksen tapahtumia markkinoitaessa Keliakialiiton *Gluteeniton elämä* -lehti on edelleen tärkeä, mutta lehti ei täysin vastaa aktiivisen yhdistyksen tiedottamisen tarpeita.

Vuoden aikana tehtiin kaksi nelisivuista jäsentiedotetta *Gluteeniton elämä* -lehden välissä jaettavaksi. Tiedotteissa kerrottiin yhdistyksen ajankohtaisista kuulumisista, tapahtumista sekä esiteltiin yhdistyksen toimintaa. Jäsentiedotteet ilmestyivät lehden tammikuun ja elokuun numeroiden yhteydessä.

7.2 Yhdistyksen verkkosivut ja sosiaalinen media

Yhdistyksen blogissa www.gluteenittomiakokemuksia.fi/ julkaistiin yhteensä kuusi uutta kirjoitusta.

Verkkosivuja ja sosiaalista mediaa käytettiin muun muassa yhdistyksen esittelyyn, jäsenten innostamiseen mukaan toimintaan sekä tapahtumien ja ajankohtaisten asioiden tiedottamiseen. Verkkosivuilamme on käynyt 2 858 käyttäjää, sivuilla on ollut 10323 katselua. Yhdistyksellä on Facebook-, Instagram- ja Twitter-tilit, joista erityisesti Facebookia ja Instagramia käytettiin ahkerasti tapahtumamarkkinointiin ja jäsenten aktivointiin. Yhdistyksen Facebook-sivuilla on 851 tykkääjää ja 909 seuraajaa, Twitterissä 102 ja Instagramissa 586 seuraajaa. Verkkosivut löytyvät osoitteesta <https://uusimaa.keliakiayhdistys.fi/>

7.3 Esitteet

Yhdistyksen esite on tarkoitettu kertomaan yhdistyksestä uusille jäsenille ja jaettavaksi eri tilaisuuksissa. Alkuvuodesta 2021 Keliakialiitto on vielä lähettänyt esitettä liiton tervetulo-paketin yhteydessä uusille jäsenille. Yhdistysesite 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.

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

7.5 Muu vaikuttamistoiminta viestinnän kautta

Yhdistyksen jäsentä Sirpa Salosta haastateltiin keliakia-aiheesta maaliskuussa Alfa-TV:ssä ja marraskuussa ilmestyneessä Kotilääkäri-lehdessä.

8 YHTEISTYÖ

8.1 Tieteellinen ja terveydenhuollon yhteistyö

Yhdistys on levittänyt keliakiasta ja yhdistyksestä kertovia esitteitä eri sairaaloiden esitepisteisiin. Yhdistyksen esittäytymistä OLKAN ja Hyvinkään sairaalan Sopin toimipisteissä ei tänä vuonna järjestetty.

HUSin asiakasraatitoiminnassa olivat mukana Marjatta Korpelainen, Anneli Paldanius ja Marja Penttilä sekä yhdistyksen työntekijä Santra Lacy.

8.2 Kaupallinen yhteistyö ja yhdistystä tukeneet yritykset

Yhdistyksen jäsenet ja muut kuluttajat saivat mahdollisuuden osallistua gluteenittomien leipien testaamiseen Makery Oy:n kautta. Yhdistys tiedotti testimahdollisuudesta jäsenille, mistä palkkioksi yhdistys sai 100 euron lahjakortin.

Yhdistys kiittää Ravintoraisio Oy:n ja Fazer Oy:n gluteenittomien tuotteiden lahjoituksista. Tuotteita jaettiin jäsentilaisuuksissa.

Yhdistyksellä ei ollut velvoitetta edellä mainittuja yrityksiä kohtaan.

8.3 Yhdistysten ja järjestöjen välinen yhteistyö

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

Yhdistys tarjosi edustajaansa Helsingin vammaisneuvostoon alkavalle toimintakaudelle, mutta edustus ei toteutunut.

9 TALOUS

9.1 Jäsenmaksu

Yhdistyksen varat muodostuivat pääasiassa jäsenmaksutuotoista. Jäsenmaksu vuonna 2021 oli 28 €. Jäsenmaksusta yhdistyksen käyttöön jäävä osuus oli 11 €, loppuosa jäsenmaksusta oli Keliakialiiton osuutta. Yhdistys sai jäsenmaksutuottoja 41 740 € perustuen vuoden 2020 lopussa maksaneiden jäsenten jäsenmäärään.

9.2 Avustukset

Yhdistys sai toiminta-avustusta Espoon (1 200 €), Helsingin (500 €), Lohjan (100 €), Porvoon (500 €) ja Vantaan (700 €) kaupungeilta sekä Nurmijärven (450 €) ja Tuusulan (100 €) kunnilta, yhteensä 3 550 €.

Jo vuodelle 2020 saatu *Stiftelsen 7:nde Mars Fonden* -säätiön avustus 1 000 € siirrettiin käytettäväksi vuodelle 2021 ja tuli myös käytetyksi.

Yhdistys sai Keliakialiitolta jäsenjärjestöavustusta 2 960 €, joka käytettiin kohdissa 5.1 ja 5.8. mainittuihin kohteisiin. Keliakialiitto toimi STEAn (Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus) avustuksen kohdentajana ja myöntäjänä yhdistykselle.

Avustusten myöntäjille on raportoitu kunkin tahon määräämän aikataulun mukaisesti. Avustaville tahoille on raportoitu myös, jos avustusta ei ole perustellusta syystä voitu käyttää tai se on siirretty seuraavalle vuodelle.

9.3 Muut tuotot

Jäsensuorituksia eli jäsenten maksamia osallistumis- ja tarvikemaksuja yhdistyksen järjestämissä tapahtumissa saatiin 4 724,15 €.

9.4 Tilinpäätös

Tilinpäätös 31.12.2021 osoittaa -2 869,79 € suuruista alijäämää. Vuoden 2021 talousarviossa budjetoitu alijäämä oli -16 074,00 €. Vuoden aikana tavallista useampi tapaaminen ja hallituksen kokoukset toteutettiin verkossa sekä muutaman tilaisuuden peruminen näkyvät tilinpäätöksessä säästöinä. Menoja kasvatti osaltaan yhdistyksen 30-vuotisjuhla, mutta siihen varauduttiin budjetissa ja osa juhlan kuluista kustannettiin illalliskorttimaksuilla.