

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2021

TOIMINTA-AJATUS

Uudenmaan keliakiayhdistys ry on Keliakialiitto ry:n jäsenyhdistys. Toimimme yhteistyössä Keliakialiiton kanssa alueellisena potilasyhdistyksenä ja vaikuttamiskanavana Uudellamaalla.

Toimintamme tavoitteena on edistää keliakiaa ja ihokeliakiaa sairastavien sekä muiden gluteenitonta ruokavaliota tarvitsevien ja heidän läheistensä hyvinvointia. Motivoimme sairauden hyvään hoitoon tarjoamalla tietoa ja vertaistukea ja lisäämällä keliakian tunnettuutta.

ARVOPERUSTA

Luotettavuus ja puolueettomuus - Toimintamme on avointa ja puolueetonta. Jakamme terveyteen ja ravitsemukseen liittyvä aineisto pohjaa luotettavaan ja tutkittuun tietoon, lääketieteellisiin ja Keliakialiiton yleisesti hyväksymiin suosituksiin.

Uudistumiskyky ja rohkeus - Etsimme ja otamme käyttöön uusia toimintatapoja.

Suvaitsevaisuus ja moniäänisyys - Yhdistyksessämme on tilaa monenlaisille ihmisille ja ajatuksille. Tuomme toiminnassamme esille jäsentemme yksilöllisyyden. Yhdistyksessämme voi osallistua ja vaikuttaa eri tavoin.

Yhdistys vaikuttaa yhteiskunnassa ja Keliakialiiton kautta jäsenten tarpeiden ja terveyden puolesta. Haluamme kannustaa jäseniä tulemaan mukaan tapahtumiin ja toimintaan koko Uudenmaan alueella.

TOIMINTAVUODEN 2021 PAINOPISTEET

Tuemme osaltamme Keliakialiiton tuottaman keliakiatietouden levittämistä. Ohjaamme kohde-ryhmiä asiatiedon pariin ja siten autamme heitä tunnistamaan mahdollinen diagnoosin ja hoidon tarve. Yhdistyksen tavoitteena on helpottaa myös vastikään diagnoosin saaneita gluteenittoman arjen kysymyksissä.

Yhdistyksen järjestämät tapahtumat, tietoiskut ja vertaistuki ovat edelleen keskeinen osa toimintaamme. Gluteenittomat ruoka- ja leivontakurssit, lasten ja varhaisnuorten tilaisuuksien järjestäminen, jäsenretket ja -tapahtumat sekä keliakiaa ja gluteenittomuutta käsittelevät asiantuntijaluennot kuuluvat vuosittain ohjelmaan. Järjestämme myös muille vapaaehtoistoimijoille tietoiskuja gluteenittomuudesta ja keliakiasta, esimerkkeinä ruoka-apuun osallistuvat tahot ja eläkeläisyhdistykset.

Koronaviruksen aiheuttama riski muuttaa tapahtumien muotoa ja laajuutta valitettavasti vielä vuonna 2021. Tapahtumia järjestetään ottaen huomioon osallistujien terveys ja turvallisuus. Pyrimme keksimään turvallisia keinoja ylläpitää yhteisöllisyyttä ja jäsentemme hyvinvointia haastavana aikana. Yhdistys voi tuottaa iloa ja rohkaisua tavoilla, jotka tässä tilanteessa ovat mahdollisia. Jatkamme myös jo vuoden 2020 aikana aloitettuja verkkoluentoja ja -tapaamisia.

Vuoden 2021 alussa aloittava yhdistyksen hallitus priorisoi toimintavuoden tekemiset tarkemmin. Samoin vuoden 2021 alkupuolella päivittyvä Keliakialiiton strategia otetaan huomioon vuoden toisen puoliskon tekemisissä.

Uudenmaan keliakiayhdistys viettää 30-vuotisjuhlaansa syksyllä 2021. Juhlaan varaudutaan kutsumalla mukaan koko jäsenistö.

JÄSEN- JA VERTAISTOIMINTA

Järjestämme keliakikkoja ja gluteenitonta ruokavaliota tarvitsevien hyvinvointia tukevia tilaisuuksia, joissa on tarjolla tietoa, tukea ja toimintaa. Edistämme gluteenitonta hyvinvointia viestinnän ja vaikuttamisen avulla. Toiminta-alueellamme toteutettavat tapahtumat lisäävät keliakikkojen ja gluteenitonta ruokavaliota terveyssyistä noudattavien tietämystä sairaudesta ja tuovat heidät mukaan voimaannuttavan toiminnan sekä vertaistuen pariin.

Otamme huomioon eri puolilla Uuttamaata asuvat jäsenet järjestämällä tilaisuuksia myös pääkaupunkiseudun ulkopuolella. Järjestämme toimintaa eri-ikäisille keliakikoille ja eri elämänvaiheessa oleville ihmisille. Uudet keliakikot otetaan erityisesti huomioon. Esimerkkinä tästä on vuosittain järjestettävä uusien jäsenten päivä, jonka asiasisällön takaa erikoislääkärin ja ravitsemusterapeutin luento.

Innostamme jäseniämme mukaan yhdistyksen toimintaan vapaaehtoisiksi heidän omista lähtökohdistaan. Kokeilemme uudenlaisia tapahtumia ja toiminnan muotoja jäsenten toiveiden mukaan.

Keräämme palautetta toiminnastamme tapahtumissa, yhdistyksen verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediassa. Hyödynnämme palautteissa ja jäsenkyselyssä tulleita ehdotuksia, jotta toiminta palvelee jäseniä mahdollisimman hyvin.

Yhdistyksen vertaistukihenkilöitä voi tavata henkilökohtaisesti joko tapahtumissamme tai puhelimitse ja sähköpostitse. Lisäksi jäsenet saavat vertaistukea myös toisiltaan erilaisissa jäsentapahtumissa.

Tarjoamme jäsenille, hallitustoimijoille, vertaistukihenkilöille ja muille yhdistyksen vapaaehtoisille mahdollisuuden päivittää osaamistaan sekä keliakiaan että järjestötoimintaan liittyvissä asioissa. Tuemme vapaaehtoistoimijoita löytämään sen toimintamuodon, joka tuntuu omalta ja innostavalta. Hyödynnämme laajasti Keliakialiiton järjestämiä koulutuksia.

Valtakunnallista keliakiaviikkoa vietetään syyskuussa, jolloin teemme keliakiaa ja gluteenitonta elämää tunnetuksi. Keliakialiitto valitsee vuosittain viikon kampanjan teeman, jonka pohjalta toimimme ja toteutamme tapahtumia.

Osallistumme keliakiatoimintaa ja gluteenitonta elämää tukeville messuille ja teemapäiviin. Järjestämme myös tapahtumia, esim. luentoja, yhdessä muiden yhdistysten kanssa.

VIESTINTÄ JA VAIKUTTAMINEN

Välitämme luotettavaa keliakiatietämystä, joka toimii kohderyhmän hyvinvoinnin ja hyvän elämän edellytysten edistäjänä. Viestimme toiminnasta yleisesti yhdistyksen verkkosivuilla ja jäsenille säännöllisesti lähetettävissä jäsentiedotteissa. Kerromme ajankohtaisista tapahtumista omilla ja Keliakialiiton verkkosivuilla, Keliakialiiton valtakunnallisessa *Gluteeniton elämä* -lehdessä, sosiaalisessa mediassa, sähköpostitse ja jäsentiedotteessa. Suuntaamme tapahtumissa ja sosiaalisessa mediassa viestintää myös jäsenistön ulkopuolelle eli niille, jotka voisivat olla kiinnostuneita toiminnastamme.

Yhdistyksen esite on suunnattu erityisesti uusille keliakikoille, ravitsemisalalle, sosiaalitoimeen ja terveydenhuoltoon. Esitteitä ja paperilla ilmestyvää jäsentiedotetta on saatavilla tapahtumissamme. Suurelta osin hyödynnämme Keliakialiiton tuottamaa materiaalia.

Arvioimme toimintaamme ja viestintäämme erilaisin mittarein. Yhdistyksen hallitus seuraa jäsenmäärän kehitystä sekä yhdistyksen verkkosivuilla ja some-kanavilla liikkuvien määrää.

Yhdistys on edustettuna Keliakialiiton liittokokouksessa ja liittohallituksessa. Vaikutamme Keliakialiiton vaalitoimikunnassa ja työryhmissä. Osallistumme pyydettyäessä Keliakialiiton järjestämille, jäsenille tarkoitetuille sopeutumisvalmennuskursseille, joilla tuomme tutuksi vertaistukea ja yhdistystoimintaa.

Yhteistyökumppaneitamme ovat erilaiset verkostot, esimerkiksi Keski-Uudenmaan yhdistysverkosto, Uudenmaan sosiaali- ja terveysjärjestöjen kumppanuusverkosto (KUMAJA), muut keliakiayhdistykset, muut paikalliset potilasyhdistykset, Keliakianuoret, sosiaalitoimen ja terveydenhuollon potilastukipisteet (HUS-alueen OLKA ja SOPPI), yksittäisten kuntien järjestöringit, ammatilliset oppilaitokset sekä ravitsemisalalan ja elintarviketeollisuuden yritykset. Yhdistys haluaa olla selvillä sosiaali- ja terveysalan tulevista muutoksista järjestöjen kannalta ja vaikuttamassa niihin yhteistyöllä muiden järjestöjen kanssa. Yhdistyksen jäseniä on mukana Keliakialiiton kokemustoimijoina sekä HUSin asiakasraati- ja kokemusasiantuntijatoiminnassa.

YLEISTOIMINTA

Toimintavuoden aikana pidetään sääntömääräinen kevät- ja syyskokous. Yhdistyksen hallitus vastaa sääntömääräisten asioiden valmistelusta ja toimeenpanosta sekä suunnittelee ja kehittää yhdistyksen toimintaa. Hallituksen jäsenet ovat vapaaehtoistoimijoita, lisäksi yhdistyksellä on useita hallituksen ulkopuolisia vapaaehtoistoimijoita. Yhdistyksen palkattuna työntekijänä toimii osa-aikainen järjestösihteeri.

Yhdistyksen vuokratuomitala sijaitsee Kampissa, Helsingissä. Toiminnan rahoitus perustuu jäsenmaksutuottoihin ja erikseen tiettyyn tarkoitukseen anottaviin avustuksiin. Keliakialiitto tuolttaa jäsenmaksusta yhdistykselle 11 €/ jäsen (vuonna 2021). Anomme avustusta säätiöiltä ja muutamista kunnista, jotta voimme järjestää myös paikallisia tapahtumia avustusten puitteissa.