

Jäsentiedote 1/2020

Jäsenkyselyn tulokset

Kiitos kaikille jäsenkyselyyn vastanneille. Teitä oli yhteensä 537 ja jokaisen vastaus antaa meille arvokasta tietoa siitä, kuinka kehittää toimintaamme!

Vastaajista suurin osa oli naisia, mikä oli odotettavissa jäsenrakenteen perusteella - yhdistyksen jäsenistä noin 24 % on miehiä. Tervetuloa myös miehet toimintaan mukaan, tapahtumia järjestetään moneen makuun!

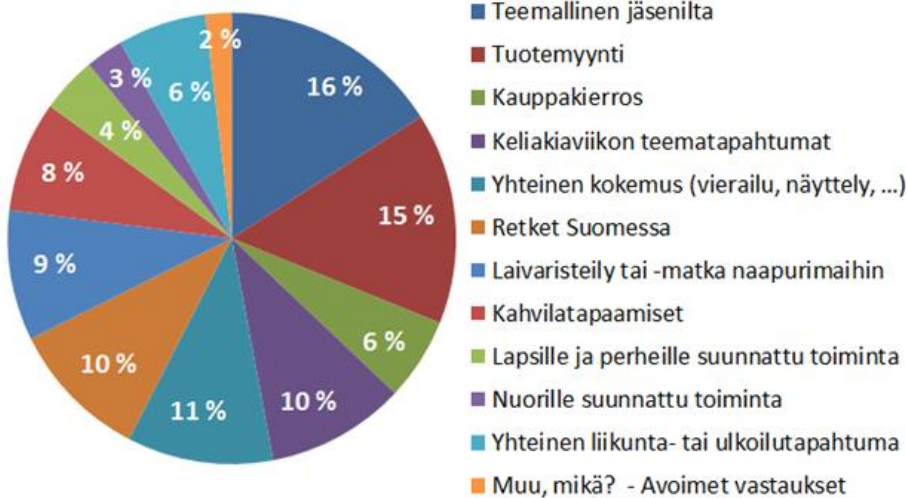
Vastauksia saimme kaikista ikäluokista, ja iloksemme huomasimme, että sähköinen kyselylomake ei karkottanut vanhempiaakaan vastaajia – yli 71-vuotiaita oli n. 12 % vastaajista! Vastaajien ikärakenteesta käy hyvin ilmi yhdistystoiminnassa yleinen trendi, alle 40-vuotiaita oli alle neljäsosa vastaajista ja kaikkein ahkerimmin vastasivat 61-70-vuotiaat jäsenet.

Saamme usein toiveita jäsenkyselyn ulkopuolellakin siitä, että järjestäisimme enemmän toimintaa muualla kuin aivan pääkaupunkiseudulla. Helsinkiläiset tietysti toivoivat tapahtumia keskustaan. Vastaajista kuitenkin n. 65 % oli Helsingistä, Espoosta ja Vantaalta. Toiminta-alueemme, Uusimaa käsittää 26 kuntaa eli alueen Hangosta Loviisaan ja Helsingistä Hyvinkäälle. Haluamme ottaa vastaajien toiveet huomioon, järjestää toimintaa ja olla läsnä niissä paikoissa, joita eniten kyselyssä toivottiin, esim. Järvenpäässä ja Hyvinkäällä.

Kannattaa muistaa, että yhdistyksemme toimii pääosin vapaaehtoisvoimin. Vasta vuoden 2019 alusta apuna on ollut osa-aikainen järjestösihteeri. Tilaisuuksien järjestäminen eri paikkakunnilla vaatii mukaan aktiivisia ihmisiä, vapaaehtoisia kaivataan etenkin pääkaupunkiseudun ulkopuolelta. Onneksi moni teistä jätti yhteystietonsa ja kertoi olevansa valmis olemaan mukana tapahtumien järjestämisessä. Tapahtumat saadaan aikaan yhdessä, vapaaehtoistyöllä. Jos sinua kiinnostaa tulla mukaan toimintaan vaikka lyhyeksikin aikaa, ota yhteys järjestösihteeriin.

Yhdistyksemme jäsenet vaikuttavat olevan varsin lojaalia porukkaa. Noin 75 % vastaajista on ollut yhdistyksen jäsen yli neljä vuotta. Moni kokee Keliakialiiton ja paikallisen yhdistyksen tarpeelliseksi, vaikka ei itse ehtisi osallistua aktiivisesti. Puolet vastaajista ei ollut osallistunut viime vuoden aikana mihinkään Uudenmaan keliakiayhdistyksen järjestämään toimintaan. Suurin osa vastasi syyksi sen, että ei ole aikaa tai että kulkuyhteydet tai sijainti ovat hankalat. Muita syitä olivat mm. seuraavat: Keliakialiiton tarjoamat palvelut riittivät, paikallista toimintaa ei kaivattu tai ei koettu sitä kiinnostavaksi tai tilaisuudet olivat täynnä.

Kun kysyimme, millainen toiminta jäseniä kiinnostaa, kaikille vaihtoehdoille löytyi kannattajansa. Eniten toivottiin kuitenkin teemallisia jäseniltoja ja tuotemyyntiä. Sen lisäksi retket Suomessa, yhteiset kulttuuri- ja virkistykelliset tapahtumat (esim. näyttely, vierailu mielenkiintoisessa kohteessa, teatteri, konsertti, liikunta, yhteinen ruokailu ravintolassa) saivat paljon kannatusta (ks. kuva).



Millaiset teemat /aiheet kiinnostavat vastaajia jäsentapahtumissa? Eniten vastauksissa mainittiin ruoanlaitto, leivonta, reseptit, terveys ja terveellinen ravitsemus, kuidut, uudet tuotteet, tuotetietous yleensä, erityisruokavaliot, ravintolakäynti, matkailu, painonhallinta. Lisäksi liitännäissairauksista, uusimmista tutkimustuloksista ja keliakian seurannasta toivottiin tietoa.

Vertaistukea oli saanut tapahtumissa, viestinnän kautta tai vertaistukihenkilöiltämme noin 35 % vastaajista. Muistutamme, että yhdistyksen vertaistukihenkilöt ovat käytössä. He vastaavat tavallisen ihmisen taidoin kysymyksiinne esim. puhelimitse, sähköpostitse tai kasvokkain. Ottakaa rohkeasti yhteyttä, jos jokin asia askarruttaa! Verkkosivulta uusimaa.keliakiayhdistys.fi/kaipaatuksia/ löytyvät vertaistuen yhteystiedot.

Tapahtumien ajankohdaksi toivottiin viikonloppuja (n. 50 %). Arkena päivällä ja arkena illalla saivat suurin piirtein yhtä paljon kannatusta.

Tietoa jäsentapahtumistamme on saatu niin verkkosivuilta, jäsenlehdestä ja sen välissä olevasta jäsentiedotteesta kuin sähköpostillakin. Nämä viestintäkanavat ovat olleet ilmeisen toimivia ja pidettyjä, sillä suurin osa myös haluaa saada tiedot jatkossakin näiden kanavien kautta.

Vastaajien mielestä tärkeintä Uudenmaan keliakiayhdistyksen toiminnassa on tiedon välittäminen ja vaikuttaminen keliakikkojen etuihin. Itse yhdistyksen ”ydintoimintaan” eli tapahtumien järjestämisen tai vertaistoiminnan tarjoamisen oli valinnut vain n. 25 %. Yksi haaste tulosten tarkastelussa aiheutui juuri siitä, että osa vastaajista antoi palautetta kattojärjestöllemme eli Keliakialiitolle. On enemmän Keliakialiiton rooli jakaa keliakiatietoa, tarjota neuvontaa ja vaikuttaa valtakunnallisesti mm. keliakiakorvauksen saamiseksi takaisin. Toki yhdistyksen on hyvä katsoa avoimin mielin vastauksia - pitäisikö toiminnan painottua enemmän viestintään ja sidosryhmätyöhön ja vähemmän tapahtumien järjestämiseen? Välitimme terveisenne myös liittoon, mm. ruusut varsinkin Gluteeniton elämä -lehdestä ja ansiokkaasta tiedon jakamisesta.

Kysyimme myös, mikä yhdistyksessämme on hyvää tai huonoa, mitä hyötyä on jäsenyydestä ja miten toimintaa pitäisi kehittää. Hyvin paljon tuli kiitoksia, osa niistä oli ilmiselvästi tarkoitettu Keliakialiitolle, mutta myös yhdistykselle. Uudenmaan keliakiayhdistykseltä toivottiin enemmän näkyvyyttä ja vaikuttamista paikallisiin kauppoihin ja ravintoloihin, toivottiin myös paikallisia jäsenetuja. Monissa vastauksissa esitettiin perheiden toive, että lapset tapaisivat ikäisiään keliakikkoja. Varsinkin tukea ja motivaatiota tarvitaan isommille lapsille, jotka eivät vielä ikänsä puolesta kuulu Keliakianuoriin ja lastentapahtumat eivät enää kiinnosta. Mieltä lämmittivät tietenkin palautteet, joissa kerrottiin, että teemme todella arvokasta ja hienoa työtä.

Jäsenkyselyyn vastanneet saivat osallistua halutessaan S-ryhmän lahjakorttien arvontaan. Arpaonni suosi *Emmiä* Hyvinkäältä, *Susania* Helsingistä ja *Elinaa* Helsingistä. Onnea voittajille!

Uudenmaan keliakiayhdistyksen hallitus vuonna 2020

Puheenjohtajana jatkaa vuonna 2020 *Marja Penttilä*. Hallitukseen kuuluvat *Rita Hanhila*, *Irma Hellgren*, *Eila Ihalainen*, *Jorma Kinnunen* (uusi), *Hanna Kunttonen*, *Riina Köykkä*, *Vesa Köykkä*, *Sirpa Lehtinen* (uusi), *Leena Lähdesmäki*, *Anne Rinta-Opas*, *Tarja Salomaa* (uusi), *Sirpa Salonen* ja *Kristiina Ylijoki*. Lämpimästi tervetuloa hallitukseen uudet jäsenet Jorma, Sirpa ja Tarja!

Syyskokouksessa muistettiin aktiivisia vapaaehtoisia

Uudenmaan keliakiayhdistyksen rahastonhoitaja *Rita Hanhila* palkittiin kultaisella ansiomerkillä. Keliakialiiton myöntämän kultaisen ansiomerkin edellytyksenä on pitkäaikainen ja erittäin merkittävä paikallinen ja/tai valtakunnallinen toiminta keliakiatyön hyväksi.

Yhdistys on palkinnut vuoden vapaaehtoistoimijan omien aktiiviansa joukosta vuodesta 2013 lähtien. Tämän vuoden tunnustuksen sai *Irma Hellgren* ja valintaperusteina mainittiin seuraavat asiat: Irma on ollut pitkään aktiivisesti mukana hallituksessa, vertaistukihenkilönä, järjestämässä tapahtumia, pitänyt luentoja ja toiminut tukihenkilönä Keliakialiiton sopeutumisvalmennuksessa. Lämpimät kiitokset molemmille palkituille!

Nuori, oletko tietoinen Keliakianuorten valtakunnallisesta toiminnasta?

Keliakianuoret on Keliakialiiton alainen ryhmä, johon kuuluvat automaattisesti kaikki 16-30-vuotiaat keliakiayhdistysten jäsenet. Keliakianuorilla on useamman kerran vuodessa valtakunnallisia tapahtumia kuten leirejä ja muita vertaistukitapaamisia, joihin matkustaa nuoria ympäri Suomen. Tapahtumissa pääasiassa on muihin gluteenittomiin nuoriin tutustuminen, gluteeniton herkuttelu ja hauskanpito. Keliakianuorilla on myös oma sivu jokaisessa Gluteeniton elämä -lehdessä ja 16-30 -vuotiaille jäsenille lähetetään sähköpostilla tietoa Keliakianuorten tapahtumista, joten olethan tarkistanut, että Keliakialiiton jäsenrekisterissä on toimiva sähköpostiosoitteesi.

Keliakianuorten toiminnasta löydät lisätietoa nettisivuilta (www.keliakialiitto.fi/nuoret) ja somesta: Instagram: keliakianuoret, Facebook: ryhmä ja sivu Keliakianuoret – Finnish Youth Coeliacs Tervetuloa mukaan Keliakianuorten toimintaan! Jos sinulla on kysyttävää, laita rohkeasti viestiä: keliakianuoret@keliakialiitto.fi.

Tapahtumat

To 13.2. klo 17 Opastettu kierros Kaisaniemen puutarhassa ja vohvelikahvila. Saimme ilmoittautumisia puutarhaan ja Happy Waffle -kahvilaan ennätysmäärän, joten lähinnä jonoon voi vielä ilmoittautua.

La 29.2. klo 12-18 Helsinki-päivä yhteistyössä Keliakianuorten kanssa. Tehdään sushia, pelaillaan Megazonessa ja herkutellaan hyvässä seurassa vertaisten kanssa. Päivän hinta on 10 € ja mukaan mahtuu 20 ilmoittautumisjärjestyksessä. Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 21.2. osoitteeseen keliakianuoret@keliakialiitto.fi. Kerrothan yhteystietosi, syntymäaikasi ja muut erityisruokavaliosi. Osallistumismaksu laskutetaan, jos osallistuminen perutaan ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen.

La 14.3. klo 10-13 Uusien jäsenten päivä Keskuskirjasto Oodissa. Luvassa on erikoislääkäri *Kristiina Söderlundin* ja ravitsemusterapeutti *Kirsi Englundin* luennot, yhdistyksen esittely sekä pientä syötävää. Voit ottaa mukaan myös läheisesi. Tarjoilujen vuoksi tilaisuuteen pyydetään ilmoittautumaan viimeistään 10.3.

Ti 31.3. klo 17:30 kevätkokouksessa käsitellään toimintakertomus, vahvistetaan tilinpäätös ja päätetään tili- ja vastuuvapaudesta tilivelvollisille. Kevätkokouksen yhteydessä kahvittelu ja tuote-esittelyä jo klo 16:30 alkaen. Kokouksen jälkeen luennoimassa Veijo Kivistö Aivoliitosta, aiheenaan aivoverenkiertohäiriöiden ennaltaehkäisy.

Lisäksi loppukeväälle ja alkukesälle on suunnitteilla:

- Yhteinen luentotapahtuma Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys UUMU ry:n ja Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistyksen kanssa.
- Herkutellaan yhdessä! Nautitaan gluteenittomasta ruoasta ja toistemme seurasta vapaamuotoisessa illassa yhdessä muiden keliakikoiden kanssa omakustanteisesti.
- Lasten välipalakurssi ja koko perheen retki

Tutustu tapahtumatarjontaan ja seuraa ajankohtaista ilmoittelua verkkosivuillamme ja Facebookissa. HUOM! Silloin, kun ilmoittautuminen vaaditaan, tee se yhdistyksen sähköpostiin tai puhelimella!

Onhan tietosi ajan tasalla?

Tarkistathan, että sinulla on jäsenrekisterissä toimiva sähköpostiosoite. Viestimme tapahtumistamme Gluteeniton elämä -lehden ja nettisivujen lisäksi sähköpostitse. Tee itse muutokset kirjautumalla Keliakialiiton nettisivuille.

Uudenmaan keliakiayhdistyksen yhteystiedot:

Posti- ja käyntiosoite: **Runeberginkatu 15 A 1, 00100 Helsinki**, puhelin: **09 4319 6490**. Tavoitat järjestösihteerin Marjo Yli-Kosken parhaiten keskiviikkoisin klo 10-14. Varmistathan paikallaolon ennen toimistolle tuloasi. Parhaiten tavoitat meidät sähköpostitse, **uudenmaankeliakiayhdistys@outlook.com**