

LOUNAIS-SUOMEN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYS
Sydvästra Finlands Allergi- och Astmaförening r.y.
Aurakatu 22 A 1
20100 TURKU
040 541 3310
info@allergiaturku.com



TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2024 Hallituksen hyväksymä 23.10.2023

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksen päätehtävä on allergiaa, astmaa sekä atopiaa sairastavien terveyden edistäminen ja elämänlaadun parantaminen. Jäsenille suunnatut allergia- ja astmaneuvoita sekä vertaistuki ovat yhdistyksen tärkeimmät peruspalvelut ja niitä toteutetaan käytettävissä olevin voimavaroin. Peruspalveluita suunnataan sekä lapsiperheille että aikuisväestölle ja huomioidaan tiedon jakamisessa myös maahanmuuttajien saavutettavuus. Yhdistys antaa tietoa ja neuvontaa yhteistyössä valtakunnallisen Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kanssa. Liiton toiminnan painopisteenä vuonna 2024 ovat mm. tiedon ja tietoisuuden lisääminen pitkäaikaissairauksien vaikutuksista elämänlaatuun ja vapaaehtois- ja vertaistoiminnan edellytysten turvaaminen.

Vuonna 2024 Liiton Astmatietoviikon teemana ovat työikäiset. Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistys pyrkii alueellisessa toiminnassaan ottamaan huomioon Liiton painopisteet.

Yhdistyksen hallinto ja toimisto

Yhdistyksen päätösvaltaa käyttää yhdistyksen kevät- ja syyskokous. Yhdistyksen hallitukseen kuuluu kahdeksi (2) vuodeksi valitut yhdistyksen puheenjohtaja ja kymmenen (10) muuta varsinaista jäsentä ja kahdesta (2) kymmeneen (10) yhdeksi (1) vuodeksi valittua yleisvarajäsentä. Hallitus valitaan syyskokouksessa ja sen toimikausi alkaa valintaa seuraavan kalenterivuoden alusta. Hallitus kokoontuu vähintään 10 kertaa vuodessa. Hallitus nimeää toimikunnat ja työryhmät sekä muut vastuuhenkilöt. Taloustilanteen salliessa yhdistykselle palkataan osa-aikainen toiminnanjohtaja. Toiminnanjohtajalla pitää olla sairaanhoitajan tai terveydenhoitajan koulutus, hän voi antaa myös allergianeuvontaa. Yhdistyksellä on tuntipalkkainen ravitsemusasiantuntija ja liikuntavastaava. Yhdistyksellä on palkattuna osa-aikainen toimistosihteeri.

Yhdistyksen toimisto Turussa osoitteessa Aurakatu 22 A 1 on avoinna maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin klo 11–16. Muiksi ajoiksi voi sopia tapaamisia ottamalla yhteyttä toimistoon.

Yhdistyksen neuvonta- ja tiedotustoimikunta suunnittelee yleisöluentojen ja ammattihenkilöstölle tarjottavien koulutustilaisuuksien sisältöjä, kehittää jäsentiedotetta sekä kotisivujen sisältöä ja yhdistyksen näkyvyyttä.

Kulttuuri- ja virkistystoimikunta järjestää myyjäisiä, viihteellisiä yleisötilaisuuksia ja kulttuurimatkoja keräten varoja yhdistyksen toimintaan.

Perheteroimikunta suunnittelee vertaistoimintaa ja ohjausta allergiaperheille.

Maahanmuuttajat-toimikunta järjestää yhteistyössä Daisy Ladies kanssa info-tilaisuuksia maahanmuuttajille allergioihin, astmaan ja atopiaan liittyen sekä jakaa tietoa yhdistystoiminnasta.

Toiminnasta tiedottaminen

Yhdistyksen jäsentiedote postitetaan tammikuussa ja elokuussa. Tammikuun tiedotteessa on tapahtumat ajalle helmi-elokuu ja elokuun tiedotteessa ajalle syys-tammikuu. Toiminnasta tiedotetaan paikallis- ja ilmaisjakelulehdissä sekä yhdistyksen omilla internet-sivuilla osoitteessa www.lounais-suomi.allergia.fi ja

yhdistyksen Facebook-sivuilla ja sanomalehtien sekä Turun kaupungin tapahtumakalentereissa. Noin kerran kuukaudessa jäsenille lähetetään sähköinen jäsenkirje, jossa kerrotaan mm. yhdistyksen lähipäivien ja -viikkojen toiminnasta. Allergia-, Iho- ja Astmaliiton jäsenille kehitetyt jäsenextra - verkkosivuston kautta jäsenistö saa tietoa liiton ja yhdistysten asioista. Ajankohtaiset Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry:n järjestötoimintaa koskevat asiat, uutiset, koulutukset ja tapahtumat kootaan järjestöaktiivien käyttöön intranettiin. Sosiaalisen median hyödyntämistä allergiasta ja astmasta sekä yhdistyksen toiminnasta tiedottamisessa lisätään edelleen.

Jäsenpalvelut

Jäsenille suunnatut allergia- ja astmaneuvoita ja tiedotus, vertaistuki sekä liikunta- ja virkistystoiminta ovat tärkeimmät peruspalvelut. Yhteistyötä tarjotaan alueen muille yhdistyksille, jotka voivat vaikuttaa Allergia- ja astmayhdistyksen tavoitteiden toteutumiseen. Yhdistys pyrkii löytämään terveysturvallisia toimintatapoja, jotka mahdollistavat toiminnan poikkeusoloissa esim. epidemioiden aikana. Uusille jäsenille järjestetään tervetuloilaisuus kerran vuodessa ja heitä muistetaan pienellä tuotenäytteellä.

Allergianeuvonta ja tiedotus

Yhdistyksen jäsenpalveluna tarjotaan maksutonta henkilökohtaista allergia- ja astmaneuvoita, jonka tarkoituksena on lisätä allergiasta, astmasta tai atooppisesta ihosta kärsivän tietoa sairaudesta, auttaa sopeutumaan siihen ja ohjata aktiiviseen omahoitoon. Ohjausta annetaan atooppisen ihottuman, allergisen nuhan ja astman hoidossa, astma- ja allergialääkkeiden ottotekniikassa, pef-mittaustekniikassa ja kotiseurannassa. Lisäksi kerrotaan eri hoitomahdollisuuksista ja etuuksista. Neuvontaa annetaan puhelimitse, henkilökohtaisesti sekä sähköpostitse ja sosiaalisen median kautta. Sosiaalisessa mediassa tehdään tietoisuuksia, esim. anafylaksiasta, huoneilman laadusta tai siitepölyallergioista.

Allergianeuvontaa antaa allergiaan perehtynyt terveydenhoitaja, sairaanhoitaja tai lääkäri. Yhdistyksen toimistolla on mahdollisuus varata aika ravitsemusasiantuntijan maksulliselle vastaanotolle. Neuvonnan tueksi toimistolta saa maksutta mm. Allergia-, Iho- ja Astmaliiton oppaita ja julkaisuja allergioista, ihon hoidosta ja astmasta sekä ruokavalio-ohjeita ja anafylaksia -rannekkeita, sekä perusvoideäytteitä. Lisäksi toimistolta voi ostaa allergisille ja astmaatikoille tarpeellisia ja/tai hankalasti muutoin saatavia tuotteita, kuten laadukasta siitepölysuodatinkangasta, hengitysilman lämmittämiä, pef-mittareita ja nenähuuhtelukannuja.

Yhdistys järjestää yleisöluentotilaisuuksia osin yhteistyössä muiden yhdistysten kanssa, mahdollisuuksien mukaan sponsorituella ja lisäksi 4-6 omaa tietoiltaa yhdistyksen toimistolla. Allergianeuvoja käy pyynnöstä luennoimassa allergia-aiheista mm. kouluissa, päiväkodeissa, yhdistyksissä ja työpaikoilla. Tarpeen mukaan järjestetään ammattihenkilökunnalle suunnattuja koulutuksia. Maahanmuuttajille tarjotaan luennoilla tietoa suomalaisen elinympäristön tyypillisistä allergioista.

Vertaistoiminta

Vertaistukiryhmissä on mahdollisuus saada tukea toisilta samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta. Ryhmiä vetävät vapaaehtoiset koulutetut vertaistoimijat. Allergisten lasten vanhempien vertaisryhmä toimii Uudessakaupungissa ja Turussa perheiden tarpeiden mukaan ainakin sosiaalisen median välityksellä. Yhdistys osallistuu tarvittaessa liiton allergiaperheille suunnatun toiminnan käynnistymiseen alueella. Jäseniä kannustetaan ja rohkaistetaan osallistumaan liiton järjestämiin kokemuskouluttajien koulutuksiin.

Liikuntatoiminta

Yhdistys järjestää liikuntaa sekä yksin että yhteistyössä alueen kansanterveys- ja muiden järjestöjen kanssa. Yhdistyksen liikuntavastaava on fysioterapeutti, joka suunnittelee astmaa tai allergiaa sairastavan liikuntatoimintaa. Liiton myötävaikutuksella tehdään ohjattuja pitempiä vaellus- ja luontoretkeä mm

lähimaakuntien kansallis- ja luonnonpuistoihin. Yhdistys kannustaa jäseniä liikkumaan, järjestää eri liikuntamuotojen kokeiluja sekä luontoliikuntatapahtumia, joihin perheet voivat yhdessä osallistua.

Virkistystoiminta

Yhdistys järjestää jäsenilleen erilaisia vapaa-ajan tapahtumia, esim. teatterikäyntejä, matkoja ja retkiä. Aikuisille suunnattua virkistystoimintaa suunnittelee ja toteuttaa kulttuuri- ja virkistystoimikunta ja lapsiperheiden toimintaa perhetoimikunta ja toimiston henkilökunta.

Yhteistyö terveydenhuollon ja järjestöjen kanssa

Jalkautumista terveydenhuollon pariin jatketaan. Toiminta-alueen astmahoitajille ja lääkäreille lähetetään yhdistyksen jäsentiedote. Alueen terveydenhoitajille sekä opiskelijoiden terveydenhuoltoon tiedotetaan yhdistyksen toiminnasta ja heille toimitetaan jäsentiedote sekä yhdistysesitteitä jaettavaksi asiakkaille. Alueen päiväkodeille, vanhustenhuoltoon, maahanmuuttajille ja omaishoitajille sekä heidän yhteyshenkilöilleen tiedotetaan yhdistyksen toiminnasta. Allergia-, Iho- ja Astmaliiton järjestämistä koulutuksista tiedotetaan terveydenhuoltohenkilökunnalle. Turun yliopistollisen keskussairaalan keuhkopoliklinikan, ihopoliklinikan ja lastenklinikan astmavastaanoton sekä astmalasten kuntoutusohjaajan kanssa tehdään tiivistä yhteistyötä. Yhdistys toimii yhteistyössä Turun Seudun Hengitysyhdistyksen, Varsinais-Suomen Sydänpiiri ry:n ja Turun Latu ry:n kanssa järjestäen alueellisia tapahtumia sekä liikuntaa. Yhdistysten jäsenille tarjotaan mahdollisuus osallistua vastavuoroisesti Hengitysyhdistyksen ja Allergia- ja Astmayhdistyksen tapahtumiin sekä jatketaan hallitusten välisiä tapaamisia ja yhteistyötä. Yhteistyötä Varsinais-Suomen Vammais- ja Pitkäaikaissairausjärjestöt VAPI ry:n kanssa jatketaan.

Yhdistys pyrkii järjestämään jäsenilleen lasten ja nuorten toimintaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Turun Atopiayhdistyksen kanssa.

Yhdistys on liittynyt yleiseen palvelutietovaranto-tietopankkiin (PTV), joka kokoaa yhdistysten ja muiden kolmannen sektorin toimijoiden palvelutarjonnan kuntien ja valtion vastuulla olevien palvelujen rinnalle yhteen osoitteeseen. Tätä varten mietitään sopivia palvelumuotoja ja -paketteja, jotka pystytään pitämään ajan tasalla ja toimivina. Yhdistys koulutautuu palvelutietovarannon kuvaamiseen, säilyttämiseen ja hyödyntämiseen. Tietojen säännöllinen päivittäminen takaa sen, että tarjontakuvaukset ovat ajan tasalla. Yhdistys panostaa PTV:n hyödyntämiseen ja käyttöön yhteistyön tehostamiseksi hyvinvointialueen terveydenhuollon toimijoiden kanssa.

Yritysyhteistyö

Yritysyhteistyötä tehdään erityisesti sellaisten yritysten kanssa, jotka toimivat allergiaa ja astmaa sairastavien hyväksi, tarjoavat jäsenetuja ja/tai tukevat yhdistystä. Yritysten kanssa tehtävällä yhteistyöllä on oltava allergianäkökulma. Yhteistyötä yksityisten terveysasemien kanssa jatketaan. Apteekkien kanssa tehdään yhteistyötä teemapäivien merkeissä, jolloin allergianeuvoja voi olla apteekkeissa antamassa neuvontaa. Yhteistyötä apteekkien kanssa tehdään erityisesti Allergiaviikolla. Niille apteekkien astmayhdyshenkilöille, jotka sellaisen haluavat, lähetetään sähköinen jäsentiedote.

Varainhankinta

Yhdistys täyttää Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kriteerit toiminta-avustusten saamiseksi. Toiminta-avustusta anotaan Varsinais-Suomen hyvinvointialueelta. Kulttuuri- ja virkistystoimikunta suunnittelee ja toteuttaa muuta varainhankintaa. Suuret maksuttomat yleisöluennot ja jäsentiedotteen painatus- ja postituskulut pyritään kattamaan mainosmyynnillä sekä sponsorituella.

Jäsenmaksut ovat suurin tuloerä. Vuoden 2024 jäsenmäärätavoite on 1100. Jäsenhankintaa tehdään eri tilaisuuksien yhteydessä ja kampanjoimalla näkyvästi. Yhdistys osallistuu Varsinais-Suomen Pieni ele - keräykseen tammikuussa ja kesäkuussa 2024 pidettävien valtakunnallisten vaalien yhteydessä, mikä vaatii runsaasti vapaaehtoistyötä. Yhdistys ottaa vastaan lahjoituksia toimintansa tukemiseen.