

LOUNAIS-SUOMEN ALLERGIA- JA ASTMAYHDISTYS
Sydvästra Finlands Allergi- och Astmaförening r.y.
Aurakatu 22 A 1
20100 TURKU
02-251 5748
info@allergiaturku.com



TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2020 4.11.2019

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksen päätehtävä on allergiaa, astmaa sekä atopiaa sairastavien terveyden edistäminen ja elämänlaadun parantaminen. Yhdistys antaa tietoa ja neuvontaa toimien yhteistyössä valtakunnallisen Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kanssa. Liiton toiminnan painopisteenä vuonna 2020 on jäsenyhdistysten jäsenmäärän lisääminen.

Yhdistys toimii allergiaohjelman mukaistesti, jolloin toiminnan pääviestit ovat:

Tue terveyttä, älä allergiaa.

Vahvista sietokykyä.

Asenoidu allergiaan uudelleen. Älä välttä allergeeneja turhaan.

Tunnista ja hoida vakavat allergiat ajoissa. Estä pahenemisvaiheet.

Paranna ilman laatua. Tupakka pois.

Jäsenille suunnatut allergia- ja astmaneuvoita ja -tiedotus sekä vertaistuki ovat yhdistyksen tärkeimmät peruspalvelut ja niitä toteutetaan käytävissä olevin voimavaroin mahdollisimman tehokkaasti. Peruspalveluita suunnataan erikseen työikäisille, lapsiperheille, nuorisolle ja ikäihmisille. Yhteistyötä tarjotaan alueen eläkeläisyhdistyksille varttuneiden astman omahoidon tehostamiseksi ja urheiluseuroille nuorten astman omahoidon tehostamiseksi. Maahanmuuttajille tarjotaan tietoa suomalaisen elinympäristön tyypillisistä allergioista. Yhdistys järjestää liikuntatapahtumia kaikille jäsenille.

Yhdistyksen hallinto ja toimisto

Yhdistyksen päätösvaltaa käyttää yhdistyksen kevät- ja syyskokous. Toiminnasta vastaa hallitus, jossa on puheenjohtajan lisäksi 10 varsinaista jäsentä ja heillä varajäsenet. Hallitus kokoontuu vähintään 10 kertaa vuodessa. Hallitus nimeää toimikunnat ja työryhmät sekä muut vastuuhenkilöt. Yhdistyksellä on osa-aikainen toiminnanjohtaja, joka toteuttaa hallituksen suunnittelemaa toimintaa. Toiminnanjohtajalla on sairaanhoitajan tai terveydenhoitajan koulutus ja hän antaa myös allergianeuvontaa. Lisäksi 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. Muina aikoina 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.

Perheoimikunta suunnittelee vertaistoimintaa ja ohjausta allergiaperheille. Uudessakaupungissa on oma toimintaryhmä joka kokoontuu muutaman kerran vuodessa ja toimii aktiivisesti Facebookissa. Turussa on anafylaktikoiden vertaisryhmä.

Toiminnasta tiedottaminen

Yhdistyksen jäsentiedote postitetaan tammikuussa ja elokuussa. Tammikuun tiedotteessa on tapahtumat ajalta helmi-elokuu ja elokuun tiedotteessa ajalta syys-tammikuu. Toiminnasta tiedotetaan Allergia, Iho & Astma -lehdessä sekä paikallis- ja ilmaisjakelulehdissä sekä yhdistyksen omilla internet-sivuilla osoitteessa www.lounais-suomi.allergia.fi ja yhdistyksen Facebook-sivuilla ja sanomalehtien sekä Turun kaupungin tapahtumakalentereissa. Allergia- ja Astmaliiton jäsenille kehitetyn 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. Yhdistys varautuu osallistumaan Rakenna ja Sisusta -messuihin yhdessä Sisäilmäyhdistyksen kanssa.

Jäsenpalvelut

Uusille jäsenille järjestetään tervetuloilaisuus kerran vuodessa.

Allergianeuvonta ja tiedotus

Yhdistyksen tärkein jäsenpalvelu on maksuton henkilökohtainen allergia- ja astmaneuvointa. Neuvonnan tavoitteena on lisätä allergiasta, astmasta tai atooppisesta ihosta kärsivän tietoa sairaudestaan, auttaa häntä 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. Sosiaalisen median kautta tehdään 2-3 tietoiskua, esim. siitepölyallergioista tai tilanjatkeiden käytöstä astmalääkkeiden otossa.

Allergianeuvontaa antaa allergiaan perehtynyt terveydenhoitaja, sairaanhoitaja tai lääkäri. Yhdistyksen toimistolla on mahdollisuus varata aika ravitsemusasiantuntijan maksulliselle vastaanotolle tai toimiston tiloissa tapahtuvaan hierontakäsittelyyn. Neuvonnan tueksi toimistolta saa maksutta mm. Allergia-, Iho- ja Astmaliiton oppaita ja julkaisuja allergioista, ihon hoidosta ja astmasta sekä ruokavalio-ohjeita ja perusvoidenäytteitä. 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 yksin ja osin yhteistyössä toisten yhdistysten kanssa sponsorituella ja lisäksi 4-6 tietoiltaa yhdistyksen toimistolla. Allergianeuvoja käy luennoimassa allergia-aiheista mm. kouluissa, päiväkodeissa, yhdistyksissä ja työpaikoilla. Tarpeen mukaan järjestetään ammattihenkilökunnalle suunnattuja koulutuksia sekä luentoja maahanmuuttajille.

Tiedotusyhteistyötä astman omahoidon tehostamiseksi tarjotaan alueen eläkeläisyhdistyksille yhdistyksen luomaa mallia soveltaen. Urheiluseuroille tarjotaan yhteistyötä nuorten astman omahoidon tehostamiseksi yhdistyksen luomaa mallia soveltaen. Yhdistys osallistuu nuorille tarkoitettuun Mimmi Magia -tapahtumaan.

Vertaistoiminta

Vertaistukiryhmissä on mahdollisuus saada tukea toisilta samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta. Ryhmiä vetävät vapaaehtoiset koulutetut vertaistoimijat. Allergisten lasten vanhempien vertaisryhmä kokoontuu Uudessakaupungissa perheiden tarpeiden mukaan. Turkuun yritetään perustaa oma ryhmä. Yhdistys osallistuu tarvittaessa liiton allergiaperheille suunnatun toiminnan käynnistymiseen alueella. Jäseniä kannustetaan ja rohkaistaan osallistumaan liiton järjestämiin koulutuksiin kokemuskouluttajille.

Liikuntatoiminta

Yhdistyksen liikuntavastaava on fysioterapeutti, joka suunnittelee astmaa tai allergiaa sairastavan liikuntatoimintaa. Yhdistys kannustaa jäseniä liikkumaan, järjestää eri liikuntamuotojen kokeiluja sekä luontoliikuntatapahtumia, joissa koko perhe voi liikkua yhdessä. Yhdistys järjestää liikuntaa sekä yksin että yhteistyössä alueen muiden kansanterveysjärjestöjen kanssa.

Virkistystoiminta

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

Yhteistyö terveydenhuollon ja järjestöjen kanssa

Jalkautumista terveydenhuollon pariin jatketaan. Toiminta-alueen astmahoitajille ja lääkäreille lähetetään sähköinen jäsentiedote. Alueen terveydenhoitajille sekä opiskelijoiden terveydenhuoltoon tiedotetaan yhdistyksen toiminnasta ja heille toimitetaan sähköinen jäsentiedote sekä yhdistysesitteitä jaettavaksi asiakkaille. Alueen kuntien sosiaalitoimeen, 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 hyvässä yhteistyössä entisen Iholiiton jäsenyhdistysten kanssa.

Turun Seudun Hengitysyhdistyksen kanssa järjestetään alueellisia tapahtumia sekä liikuntaa. Yhdistysten jäsenille tarjotaan mahdollisuus osallistua vastavuoroisesti Hengitysyhdistyksen ja Allergia- ja Astmayhdistyksen tapahtumiin sekä jatketaan hallitusten välisiä tapaamisia ja yhteistyötä. Toiminnanjohtaja jatkaa tiivistä yhteistyötä Varsinais-Suomen Vammais- ja Pitkäaikaissairausjärjestöt (VAPI ry:n kanssa sekä tapaamisia toiminnanjohtajien kanssa.

Yhdistys on mukana Varsinais-Suomen sosiaali- ja terveysjärjestöjen ammatillisen aluetoiminnan verkostossa, Valikko-työryhmässä sekä järjestää lasten ja nuorten toimintaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Turun Atopiyhdistyksen kanssa.

Yritysyhteistyö

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

Varainhankinta

Yhdistys hakee järjestötyöpalkintoa Allergia-, Iho- ja Astmaliitolta. Kulttuuri- ja tiedotustoimikunta suunnittelee ja toteuttaa muuta varainhankintaa. Yhdistys täyttää Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kriteerit toiminta-avustuksen saamiseksi. Toiminta-avustusta anotaan myös alueen kaupungeilta ja kunnilta. Suuret maksuttomat yleisöluennot ja jäsentiedotteen painatus- ja postituskulut pyritään kattamaan sponsorituella. Yhdistys ottaa vastaan lahjoituksia toimintansa tukemiseen. Jäsenhankintaa tehdään eri tilaisuuksien yhteydessä ja kampanjoimalla näkyvästi mm. Allergiaviikolla sekä Tuoksutko liikaa – päivänä.