

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 2022

hyväksytty 15.11.2021

Lounais-Suomen Allergia- ja Astmayhdistyksen päätehtävä on allergiaa, astmaa sekä atopiaa sairastavien terveyden edistäminen ja elämänlaadun parantaminen. Yhdistys antaa tietoa ja neuvontaa yhteistyössä valtakunnallisen Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kanssa. Liiton toiminnan painopisteenä vuonna 2022 on siitepölyyn liittyvien asioiden esille tuominen.

Yhdistys toimii allergiaohjelman mukaisesti, jolloin toiminnan pääviestit ovat:

Tue terveyttä, älä allergiaa.

Vahvista sietokykyä.

Asennoidu allergiaan uudelleen. Älä välttä allergeeneja turhaan.

Tunnista ja hoida vakavat allergiat ajoissa. Estä paheneminen.

Paranna ilman laatua. Tupakka pois.

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 linjaamaa toimintaa. Toiminnanjohtajalla on sairaanhoitajan koulutus ja hän antaa myös allergianeuvontaa. Lisäksi yhdistyksellä on tuntipalkkainen ravitsemusasiantuntija ja liikuntavastaava. Yhdistyksellä on palkattuna osa-aikainen toimistos sihteeri.

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.

Yhdistys täyttää 50 vuotta. Juhlavuoden teemaksi on valittu: *Tue terveyttä, älä allergiaa*. Yhdistyksen 50-vuotisjuhlavuonna 2022 yhdistyksen painopiste tulee olemaan allergiassa. Siitä kaikki alkoi 22.9.1972 kun Turun Seudun Allergiayhdistys perustettiin. Valistaminen ja allergiatiedon jakaminen oli yhdistyksen tavoitteena 50 vuotta sitten. Juhlavuonna palataan varmasti muistelemaan menneitä vuosia mutta tarkoituksena on etenkin erilaisissa yleisötilaisuuksissa ja Pääskyissä jakaa uusinta tutkimustietoa allergian hoidosta. *Juhlatoimikunta* suunnittelee juhlavuoden ohjelmaa.

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.

Perhetoimikunta suunnittelee vertaistoimintaa ja ohjausta allergiaperheille.

Toiminnasta tiedottaminen

Yhdistyksen jäsentiedote postitetaan tammikuussa ja elokuussa. Tammikuun tiedotteessa on tapahtumat ajalta helmi-elokuu ja elokuun tiedotteessa ajalta 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. 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.

Jäsenpalvelut

Jäsenille suunnatut allergia- ja astmaneuvoita ja tiedotus sekä vertaistuki ovat tärkeimmät peruspalvelut. Peruspalveluita suunnataan erikseen työikäisille, lapsiperheille, nuorisolle ja ikäihmisille. Maahanmuuttajille tarjotaan tietoa suomalaisen elinympäristön tyypillisistä allergioista. Yhteistyötä tarjotaan alueen muille yhdistyksille, jotka voivat vaikuttaa Allergia- ja astmayhdistyksen tavoitteiden toteutumiseen. Yhdistys pyrkii löytämään terveysturvallisia toimintatapoja, jotka mahdollistavat toiminnan poikkeusoloissa esim. COVID19- epidemian aikana. Uusille jäsenille järjestetään tervetuloilaisuus kerran vuodessa.

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. Neuvoita 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 tai fysioterapeutin vastaanotolle. 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 astmaatikkoille tarpeellisia ja/tai hankalasti muutoin saatavia tuotteita, kuten laadukasta siitepölysuodatinkangasta, hengitysilmän lämmittämiä, pef-mittareita ja nenähuuhtelukannuja.

Yhdistys järjestää yleisöluentotilaisuuksia yksin ja osin yhteistyössä muiden yhdistysten kanssa, mahdollisuuksien mukaan sponsorituella ja lisäksi 4-6 tietoiltaa yhdistyksen toimistolla. Allergianeuvoja käy pyynnöstä luennoimassa allergia-aiheista mm. kouluissa, päiväkodeissa, yhdistyksissä ja työpaikoilla. Tarpeen mukaan järjestetään ammattihenkilökunnalle suunnattuja koulutuksia sekä luentoja maahanmuuttajille.

Yhdistys varautuu tekemään tiedotusyhteistyötä muiden yhdistysten ja järjestöjen kanssa.

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 rohkaistaan 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. 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 tiedotustoimikunta 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 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 osallistuu liiton vaikuttamiskiertueeseen.

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. Toiminnanjohtaja jatkaa tiivistä yhteistyötä Varsinais-Suomen Vammais- ja Pitkäaikaissairausjärjestöt VAPI ry:n kanssa sekä tapaamisia toiminnanjohtajien kanssa.

Yhdistys on mukana Varsinais-Suomen sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisen aluetoiminnan verkostossa, Valikko-työryhmässä sekä järjestää jäsenilleen 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 apteekkeissa antamassa neuvontaa. Yhteistyötä apteekkien kanssa tehdään erityisesti Allergiaviikolla. Apteekkien astmayhdyshenkilöille lähetetään sähköinen jäsentiedote.

Varainhankinta

Yhdistys täyttää Allergia-, Iho- ja Astmaliiton kriteerit toiminta-avustusten saamiseksi. Toiminta-avustusta anotaan myös alueen kaupungeilta ja kunnilta. Yhdistys hakee järjestötyöpalkintoa Allergia-, Iho- ja Astmaliitolta. Kulttuuri- ja tiedotustoimikunta suunnittelee ja toteuttaa muuta varainhankintaa. Suuret maksuttomat yleisöluennot ja jäsentiedotteen painatus- ja postituskulut pyritään kattamaan sponsorituella.

Vuoden 2022 lopun jäsenmäärätavoite on vähintään 1100 (14.10.2021 jäseniä oli 1052). Jäsenhankintaa tehdään eri tilaisuuksien yhteydessä ja kampanjoimalla näkyvästi. Yhdistys osallistuu Varsinais-Suomen Pieni ele –keräykseen tammikuun aluevaaleissa, mikä vaatii runsaasti vapaaehtoistyötä. Yhdistys ottaa vastaan lahjoituksia toimintansa tukemiseen.