



Keski-Espoon seniorit (KES)

Toimintasuunnitelma vuodelle 2024

Yhdistys on perustettu 17.1.2011. Se on Kansallisen senioriliiton ja Uudenmaan senioripiirin jäsen (1.12.2016). Yhdistyksen nimenmuutos astui voimaan 1.6.2020. Yhdistys toimii Espoon keskuksen alueella. Yhdistys on poliittisesti sitoutumaton.

Toiminnan tarkoitus

Yhdistyksen tavoitteena on edistää ikääntyvien sosiaalista turvallisuutta ja hyvinvointia sekä toimia eläkeläisten edunvalvojana. Yhdistys järjestää henkisen ja fyysisen kunnon ylläpitämiseksi monipuolista toimintaa niin tiedon kuin aktiivisen toiminnan muodossa. Säännöllinen yhdessäolo on omiaan vähentämään yksinoloa ja syrjäytymistä. Monipuolinen kerhotoiminta edesauttaa jäseniä selviytymään nopeasti muuttuvassa, uutta osaamista vaativassa arkielämässä.

Kansallisen senioriliiton arvot ”Elämänmyönteisyys, Itsensä ja toisten arvostaminen, Vastuu itsestä ja muista, Suoraselkäisyys, Perinteiden kunnioittaminen” ovat toiminnan pohjana. Digitaidot ja sähköinen viestintä ovat myös painopisteitä.

Toiminnan peruspilarit

Jäsenistö on se pilari, jota ilman yhdistystä ei ole. Jäsenistöä varten toimintaa tehdään. Jäsenistöä kuunnellaan herkäällä korvalla ja toiveita toteutetaan mahdollisuuksien mukaan. Toiminnan ylläpitämiseen ja kehittämiseen vaikuttaa myös toimivat suhteet päättäjiin. Toimintaamme vaikuttaa myös Senioriliitto ja Uudenmaan piiri sekä yhteistyö muiden espoolaisten yhdistysten kanssa.

Säännölliset jäsentapaamiset ja vilkas kerhotoiminta ovat ne elementit, joihin panostamme. Eri alojen asiantuntijaluennot ovat toiminnan keskiössä. Aiheet pyritään valitsemaan siten, että ne toteuttavat jäsenistön toiveita monipuolisesti. Yhteiset matkat, retket ja kulttuuritilaisuudet ovat tärkeä osa toimintaamme. Elämysten lisäksi ne aikaansaavat uusia ystävyys-suhteita ja ovat osa yksinäisyyden poistamista. Kotisivut ovat niin ikään yksi pilareista ja sen ajan tasalla pitäminen on tärkeätä.

Tietotekninen osaaminen

Digiaika on tullut jäädäkseen ja niin myös meidän ikäihmisten on totuttava käyttämään tietokoneita ja älypuhelimia. Siihen panostaminen tulee edelleen olemaan merkittävässä osassa yhdistyksemme toimintaa. Senioriliiton KILTA- jäsenrekisterijärjestelmä helpottaa toimintaamme. Sen kautta ilmoitaudutaan myös matkoihin, retkiin ja kulttuuritapahtumiin. Niin ikään jäsenmaksuliikenne ja tapahtumien osallistumismaksut hoidetaan sitä kautta. Jäsentilaisuuksissa säilyy kuitenkin mahdollisuus ilmoittautua. Jäsentilaisuuksissa, mutta ennen kaikkea digikerhossa saa apua mm. älypuhelimien käyttöön. Kaikilla ei ole kuitenkaan välineitä eikä taitoa toimia digivälineiden kautta, mutta heitäkään ei unohdeta. Yhteydenpito heihin hoidetaan perinteisin menetelmin. Välitetään tietoa kirjastojen ja työnväenopiston digi- pajoista. Myös Enterin tarjoamia palveluita hyödynnetään.

Eduvalvonta

Eduvalvonta on tärkeä osa yhdistyksen toimintaa. Osallistuminen Espoon kaupungin ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vanhusneuvostojen ja vastaavien toimijoiden informaatio- ja keskustelutilaisuuksiin edesauttaa ajankohtaisen, jäsenistöä koskevan tiedon saamista ja mahdollistaa vuorovaikutuksen. Vuodesta 2023 alkaen on oltu osa Länsi - Uudenmaan hyvinvointialuetta ja meidän on aktiivisesti seurattava ikääntyneiden palveluiden kehittymistä. On tärkeätä olla mukana rakentamassa sellaisia sosiaali- ja terveystalvveluja, jotka ottavat huomioon senioreiden tarpeet.

Yhdistyksessä toimii eduvalvontaryhmä. Tehtävänä on paneutua senioreita koskettaviin epäkohtiin, viestittää saamistaan toiveista antaa palautetta ja lausuntoja Espoon kaupungin ja vanhusneuvostojen edustajille. Vaaleissa äänestämällä voimme vaikuttaa.

YHDISTYKSEN SISÄINEN TOIMINTA

Viralliset kokoukset

Yhdistys pitää sääntömääräiset kevät- ja syyskokouksensa maaliskuu- ja marraskuussa. Kevätkokouksessa tarkastellaan toimintasuunnitelman ja talousarvion toteutumista. Syyskokous päättää tulevan vuoden toiminnan suuntaviivoista ja antaa taloudelliset raamit toiminnalle.

Kokoontumistilat

Yhdistys kokoontuu jäsentapaamisiin Espoon kaupungin valtuustotalon kahviossa. Jäsenmäärän kasvaessa kahvion tilat käyvät kuitenkin ahtaiksi. Eri kerhojen toimitilat ovat Sellon keilahallissa ja Espoontorin palvelukeskuksessa. Hallitus kokoontuu Kaksoiskiventie 49:n kerhotiloissa.

Jäsenet

Jäsenmäärä oli vuoden 2023 alussa 345 henkilöä. Marraskuun 2023 alussa jäseniä oli 380 henkilöä. Jäsenmäärän nousuun vaikuttavia tekijöitä on vaikea yksilöidä. Yhdistyksemme vireä toiminta saattaa olla yksi syy ja toinen lienee koronapandemian rajoitusten päättyminen. Toimintaa tehdään tutuksi kampanjoimalla tuttavien keskuudessa, paikallislehdistön välityksellä sekä espoolaisissa yleisötapahtumissa.

Jäsentapaamiset

Jäsentapaamiset pidetään parillisten viikkojen tiistaina. Vierailijat ja luennoitsijat edustavat laajalti eri ammattialoja tai ovat yhteiskunnallisia vaikuttajia. Erityisesti keskitytään ikäihmisten arkea helpottaviin, terveyteen ja elämän laatuun liittyviin asioihin. Syntymäpäivä- ja joulujuhla sekä ulkoilupäivä ovat perinteisiä erillistapahtumia ja ovat ohjelmassa myös vuonna 2024.

Matkatarjonta

Jäsenistölle tarjotaan useita kotimaan matkoja ja retkiä sekä mahdollisuuksien mukaan 1–2 ulkomaan matkaa.

Kulttuuri

Teatteria, konsertteja ja museokäyntejä järjestetään toiveiden ja olemassa olevan tarjonnan mukaan.

Kerhotoiminta

Keilakerho kokoontuu viikoittain Sellossa. Kirjallisuuskerho, käsityökerho, aivojumperkerho ja pelikerho kokoontuvat joka toinen viikko Espoontorin palvelukeskuksessa. Digikerho sitä vastoin kerran kuukaudessa. Lounaskerho kokoontuu kerran kuukaudessa Omnian ravintola Henricuksessa. Golf-kerho toimii kutsusta. Minigolf-kerho kokoontuu kerran viikossa Season Golfin tiloissa Finnoossa. Kuntosalikerho kokoontuu kerran viikossa Keski-Espoon uimahallin

kuntosalissa. Näytelmäkerhon tarkoituksena on saada aikaan ohjelmia yhdistyksen juhliin ym. tilaisuuksiin. Liikuntamahdollisuuksia on Espoon kaupungin liikuntatoimen järjestäminä mm. Kannussillassa ja Keski-Espoon uimahallissa. Leffoja järjestetään Kannukinossa.

Edustus ja koulutus

Yhdistys nimeää edustajat Uudenmaan piirin kevät- ja syyskokouksiin. Yhdistyksen edustaja on Uudenmaan piirin hallituksen jäsen sekä Senioriliiton liittovaltuuston varajäsen. Hallituksen jäsenet ja muut yhdistyksen edustajat osallistuvat sekä Kansallisen senioriliiton että Uudenmaan senioripiirin järjestämiin koulutustilaisuuksiin.

Tiedottaminen

Yhdistyksen ohjelma on nähtävissä kotisivuilla ja saatavilla jäsentilaisuuksissa. Kotisivut ovat tärkeä osa toimintaamme ja sen ajan tasalla pitäminen on meille ensisijaista. Tiedottamista tehdään myös sähköpostitse ja tekstiviestein suoraan jäsenille. Kerhojen vastaavat esittelevät toimintaansa jäsentilaisuuksien yhteydessä. Yhdistyksen toimintaa esitellään myös Keski-Espoon sanomissa ja senioriliiton valtakunnallisessa Patina-lehdessä. Yhdistyksen kotisivut ovat osoitteessa: www.espoo.senioriyhdistys.fi. Yhdistyksen facebook osoite on www.facebook.com/espoonseniorit.

lahella.fi on verkkopalvelu, jonka avulla löytyy tietoja toiminnasta ja osallistumismahdollisuuksista.

Toiminnan kehittäminen

Kerhot ovat tärkeä osa yhdistyksemme toimintaa. On jopa jäseniä, jotka osallistuvat ainoastaan kerhotoimintaan. Kerhojen vetäjille järjestetään liiton ja piirin taholta koulutusta. Koulutusta järjestetään myös muille yhdistyksen toimijoille. Suositellaan osallistumista tarjolla olevaan koulutukseen. Uusia kerhoja on mahdollista perustaa toiveiden pohjalta, mikäli löydetään kerholle vetäjä. Mm. sauvakävelykerho lopetti toimintansa vetäjän puutteessa. Panostetaan vetäjän löytämiseen ja sauvakävelykerhon käynnistymiseen uudelleen. Syyskauden 2024 aikana tehdään jäsenkysely. Sen pohjalta hyödynnetään jäsenistön toiveita ja ideoita toimintaa suunniteltaessa.

Talous

Yhdistyksen tulot kertyvät jäsenmaksuista ja jäsentilaisuuksien osallistumismaksuista. Yhdistys maksaa voimassa olevan päätöksen mukaan kustakin jäsenestä 15 euroa senioriliitolle. Liitto päättää mahdollisesta jäsenmaksun korotuksesta joulukuussa. Mikäli senioriliitto korottaa oleellisesti yhdistykseltä perittävää jäsenmaksua, syyskokous päättäne antaa hallitukselle valtuudet päättää tarvittavasta korotuksesta yhdistyksen syyskokouksessa päätettyyn vuoden 2024 jäsenmaksuun. Yhdistys anoo Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelta järjestöavustusta toimintaansa.

Espoossa 14.11. 2023

Keski-Espoon seniorit ry