

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2025

Yhdistyksen teema 'Vaali hyvinvointiasi'

Yleistä

Yhdistys jatkaa monipuolisten ja ajankohtaisia teemoja sisältävien tapahtumien ja retkien järjestämistä jäsenilleen. Painopiste on kotimaan matkailussa ja lähialueen tapahtumissa.

Runsaalla kulttuuri- ja monipuolisten liikuntaohjelmien tarjonnalla on suuri merkitys yhdistyksen toiminnassa. Jäsenemme ovat pääosin eläkeläisiä ja suurin osa heistä 65–80-vuotiaita. Kulttuuritapahtumat tarjoavat tilaisuuden nähdä ja kokea jotakin uutta ja tukevat näin jäsentemme hyvinvointia ja mielenvireyttä. Neljässä viikoittain toimivassa liikuntaryhmässä voi pitää yllä fyysistä kuntoaan.

Varsinainen toiminta

Yhdistys järjestää luento- ja esitelmätilaisuuksia kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävästä ajankohtaisista aiheista kerran kuussa pidettävillä päiväkahveilla, jotka ovat avoimia kaikille, myös ei-jäsenille. Päiväkahvitilaisuudet ovat Myllytien toimintakeskuksessa ja kaikkien saavutettavissa.

Päiväkahveilla järjestetään terveysalan ammattilaisten luentoja. Vuoden 2024 aikana on esimerkiksi kuultu silmä- ja reumalääkäriä, ravitsemusterapeuttia, fysioterapeuttia ja liikunnanohjaajia. Asiantuntijat ovat joko yksityissektorilta tai Keusoten ammattilaisia. Lisäksi järjestämme kulttuuritapahtumia mm. kirjailijavierailijoita, musiikkiesityksiä, pienoishäytelmiä (draamaesityksiä), taiteilijavierailuja. Bingoa pelaamme muutaman kerran vuodessa. Toimimme läheisessä yhteistyössä kaupungin eri toimialojen kanssa sekä koulujen ja muiden oppilaitosten kanssa.

Kaksi vesijumpparyhmää, tuolijooga ja keilaaminen kuuluvat yhdistyksen vakituiseen viikko-ohjelmaan, joihin voi osallistua myös ei-jäsen. Kevät- ja syyskaudelle suunnitellaan yksi pidempi retki (kylpylä tai jokin muu). Retkiin liittyy usein ulkoilua ja liikuntaa kunkin voimavarojen mukaan. Yhdenpäivän virkistys- ja kulttuuriretkiä (teatterit ja konsertit) järjestämme useita vuodessa. Lukupiiri kokoontuu kerran kuukaudessa aina uuden kirjan äärellä.

Huomioimme kestävän kehityksen liikkumalla bussilla, junalla tai kimpakyydillä kaupungin ulkopuolella sijaitseviin kohteisiin.

Tiedottaminen

Hallitus tiedottaa yhdistyksen asioista ja tapahtumista kotisivuillaan, Keski-Uusimaa lehden "Yhdistykset"-palstalla sekä jäsenkirjeessä. Tulostettava tapahtumakalenteri on kotisivuilla ja saatavilla paperisena yhdistyksen päiväkahveilla. Päiväkahvimainos on esillä Myllytien toimintakeskuksen TV-näytöllä ja eteisaulassa. Vuosikokouksesta

tiedotetaan jäsenkirjeessä, kotisivuilla sekä Keski-Uusimaa lehdessä. Tavoitteena on hoitaa jatkossa yhä suurempi osa tiedottamisesta kotisivujen kautta. Suositellaan tapahtumiin ilmoittautumista kotisivujen lomakkeella. Yhdistys on esillä Järvenpää-päivän tapahtumassa kävelykadulla toukokuun alussa. Lisäksi osallistumme joulukauden avajaisiin toimintakeskuksessa sekä muihin yhdistysten yhteisiin tapaamisiin (messut).

Kehitys ja koulutus

Uudet hallituksen jäsenet perehdytetään yhdistyksen toimintaan. Tuetaan mahdollisuuksien mukaan hallituksen jäsenten osallistumista yhdistyksen varsinaisen toiminnan eri aihepiireihin liittyviin koulutus- ja luentotilaisuuksiin.

Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on motivoida jäseniä innostumaan ja tulemaan rohkeasti mukaan yhdistyksen aktiiviseen toimintaan uusin ideoin.

Talous

Yhdistys ei kuulu mihinkään kattojärjestöön. Yhdistys on taloudellisesti, poliittisesti ja uskonnollisesti riippumaton. Talouden perustana ovat jäsenmaksut. Päiväkahvitilaisuuksissa on käytössä kahden (2) euron kahvimaksu, joka kattaa vain pienen osan todellisista kuluista. 1.1.2025 alkaen kaupunki perii tilavuokraa yhdistykseltä kokoushuoneiden ja liikuntasalin käytöstä. Terveyskasvatusseura saa vuosina 2025 ja 2026 Järvenpään kaupungilta Hyvinvointia ja terveyttä edistävää hyte-avustusta 600 €/v sekä liikunta-avustusta 293 €/v. Näillä avustuksilla katetaan retkiä, luennoitsijavierailijoiden palkkioita ym. sekä tuetaan liikunnan kausimaksuja.

Yhteistyö

Yhdistys on Keski-Uudenmaan yhdistysverkosto ry:n jäsen.

Yhdistys pyrkii tarpeen mukaan laajentamaan ja kehittämään yhteistyötä muiden samoja arvoja ja toimintaperiaatteita kunnioittavien yhteisöjen kanssa.

HALLITUS