

Sisällys

1. Yleistä	2
1.1 Yhdistyksen kokoukset	2
1.2 Yhdistyksen hallitus	2
1.3 Yhdistyksen jäsenistö	2
1.4 Yhdistyksen kokoontumispaikka	3
2. Jäsenhankinta ja jäsenhuolto sekä tiedottaminen	3
2.1 Muistamiset	3
3. Yhdistyksen talous, varainhankinta ja yhteistyö	3
3.1 Varainhankinta	3
3.2 Yhdistyksen tuki jäsenille	3
3.3 Yhteistyö	4
3.4 Edustus neuvostoissa ja toimikunnissa	4
4. Varsinainen toiminta	4
4.1 Opintojaksot ja -ryhmät	4
4.1.1 Reuman opintojaksot	4
4.1.1.1 Kerhot ja asiantuntijavieraat	4
4.1.2 Reuman vertaistukiryhmät	6
4.1.2.1 Kädentaidot	6
4.1.2.2 Liikuntaryhmät ja yhdistyksen tuki pääsymaksuista	6
4.1.3 Tapahtumat, retket ja virkistystoiminta	7
4.1.3.1 Teatteri-, konsertti- ja kesäretket	7
4.1.3.2 Muut tapahtumat	7
4.1.3.3 Koulutus ja edunvalvonta	8
4.1.3.4 Osallistuminen toisten yhdistysten ja järjestöjen juhliin	8
5. Virkatut joulukuuset	8

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2023

1. Yleistä

Toimintakertomusvuosi oli yhdistyksen 70. toimintavuosi. Yhdistys on perustettu 24.11.1953. Yhdistyksemme toimii Suomen Reumaliitto ry:n alaisena jäsenyhdistyksenä Outokummun, Liperin ja Viinijärven alueella.

Yhdistys on terveyst-, liikunta-, potilas- ja vammaisjärjestö, joka työskentelee reuma- ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisemiseksi ja on tukena sairastuneille heidän hoitoaan, sosiaaliturvaansa, kuntoutustaan sekä muita etujaan ja oikeuksiaan valvottaessa. Toiminta on vapaaehtoisvoimin tapahtuvaa.

Kuluneena kautena toteutimme Suomen Reumaliiton asettamaa teemaa ”Sairaana hyvä hoitopolku”.

1.1 Yhdistyksen kokoukset

Yhdistyksen kevätkokous pidettiin 3.4. ja syyskokous 27.11. Kokouksissa käsiteltiin sääntöjen mukaiset asiat.

1.2 Yhdistyksen hallitus

Hallituksen jäseniä vuonna 2023 olivat
Hilkka Malinen puheenjohtaja
Kirsti Kesonen varapuheenjohtaja ja kerhoemäntä
Riitta Oinonen sihteeri
Kaija Naumanen matkavastaava
Marita Leskinen jäsenasioiden hoitaja ja senioritanssiohjaaja
Arja Jauhiainen vastuuemäntä ja piirakkavastaava
Pipsa Tanskanen rahastonhoitaja/OK-vastaava ja käsityövastaava
Seija Kinnunen emäntä
Pekka Vikström kerhoisäntä
Jouko Ikonen isäntä
Paavo Räsänen isäntä

Hallitus kokoontui 8 kertaa

Vastuuhenkilöt hallituksen ulkopuolelta
Sirkka Uski vastuuemäntä ja käsityövastaava
Eeva Naumanen emäntä
Eija Koistinen emäntä
Anja Pulli liikuntavastaava ja senioritanssiohjaaja
Anja Ruhtinas tuolijumpan ohjaaja

1.3 Yhdistyksen jäsenistö

Vuoden 2023 lopussa yhdistyksessämme oli jäseniä 288, joista kunniajäseniä oli 8. Uusia jäseniä liittyi vuoden aikana 30, poistuma oli 18 jäsentä ja heistä poisnukkuneita oli 7.

1.4 Yhdistyksen kokoontumispaikka

Yhdistys kokoontui Servon salissa osoitteessa Kummunkatu 26.

2. Jäsenhankinta ja jäsenhuolto sekä tiedottaminen

Jäsentiedote lähetettiin helmikuussa Reumaliiton kautta jäsenlaskun mukana.

Tiedotimme yhdistyksen tapahtumista sähköisesti yhdistyksen kotisivuilla

<https://outokummunreuma.reumaliitto.fi/> ja Facebook sivuilla sekä sähköpostitse ja jonkin verran tekstiviesteillä. Sähköposti- ja tekstiviestitiedotteet lähetetään niille jäsenille, joiden puhelinnumero ja / tai sähköpostiosoite on tallennettu Kilta jäsenrekisteriin.

Tiedotimme myös paikallislehden Seurat palstalla. Yhdistyksen viralliset ilmoitukset julkaistiin Jäsentiedotteessa, syyskokousilmoitus julkaistiin myös Outokummun Seutu lehdessä.

Yhdistyksessämme toimi yksi Reumaliiton kouluttama tukihenkilö, selkärankareumaa sairastaville.

2.1 Muistamiset

Yhdistyksemme iäkkäimpiä jäseniä muistimme onnittelukortilla heidän täyttäessään vuosia, 70 ikävuodesta lähtien, viiden vuoden välein. Muistaminen on mahdollinen, jos syntymäaika on tiedossa ja osoitetieto ajan tasalla.

90 vuotta täyttävät jäsenet kutsuttiin yhdistyksen kunniajäseniksi.

Poisnukkuneita jäseniä kunnioitimme hiljaisella hetkellä kevätkokouksen yhteydessä.

3. Yhdistyksen talous, varainhankinta ja yhteistyö

3.1 Varainhankinta

Jäsenmaksu v. 2023 oli 15 euroa. Reumaliiton osuus jäsenmaksusta oli 9 euroa ja yhdistykselle jäi 6 euroa.

Piirakkatalkoita järjestettiin kaksi kertaa, 22.3. ja 25.10. Talkoolaisia oli 28 molemmilla kerroilla. Piirakkatalkoot ovat tärkeä osa yhdistyksen varainhankintaa.

Kerhojen yhteydessä perimme pienen kahvimaksun ja myimme arpoja. Tuloja on kertynyt jonkin verran käsityökerhon tekemien tuotteiden myynnistä ja lisäksi myimme adresseja.

Yhdistys osallistui Pieni ele lipaskeräykseen eduskuntavaaleissa sekä ennakkoäänestysaikana että vaalipäivänä 2.4.2023.

Saimme Opintokeskus Sivikseltä tukea opintojaksoihin ja vertaistukiryhmiin.

Reumaliitolta saimme tukea toiminta-avustuksena vuoden teemojen toteuttamiseen.

Outokummun kaupungilta saimme tukea yhdistyksen vuosijuhlan järjestämiseen.

3.2 Yhdistyksen tuki jäsenille

Yhdistyksen jäsenille on annettu tukea Outokummun kaupungin kuntosali- ja uimahallimaksuihin. Kaupunki laskuttaa annetut tuet jälkikäteen yhdistykseltä. Lisäksi yhdistys tuki jäsenien osallistumista retkille ja tapahtumiin.

3.3 Yhteistyö

Teimme yhteistyötä Outokummun kaupungin, Outokummun kirjaston, Outokummun seurakunnan ja lähialueen reumayhdistysten kanssa sekä paikallisten yritysten ja yhdistysten kanssa.

Yhdessä outokumpulaisten Marttayhdistysten kanssa toteutimme ”Neulotaan yhdessä apua Ukrainaan” -tapahtumia. Kokoonnuimme Servolla viisi kertaa keväällä ja kaksi kertaa syksyllä. Outokumpulaiset yksityiset ihmiset samoin kuin organisaatiot lahjoittivat runsaasti neulelankoja ja valmiita sukkia ja muita neuleita. Vuoden aikana lähetettiin Ukrainaan armeijan käyttöön käsin neulottuja isokokoisia sukkia yhteensä 209 paria ja liipasinlapasia 24 paria ja lisäksi huomattava määrä neuleita siviiliväestön käyttöön. Keväällä neuleet toimitettiin Ukrainaan Hannu Vähäkosken järjestämien tavarankuljetusten mukana Joensuusta. Syksyllä molempien neulomistapaamisten jälkeen lähti Outokummussa asuvia ukrainalaisia naisia käymään kotimaassaan ja he veivät neuleet mennessään. Syksyllä Ukrainaan toimitetuista sukista saimme palautetta ukrainalaisilta sotilailta, he lähettivät kiitokset videon välityksellä.

Maalaislääkäri Tapani Kiminkinen piti yleisöluennon maanantaina 8.5. Elokuvateatteri Maritassa. Aiheena oli terveydenhoito, esim. sydän- ja reumasairauksien hoito. Luento oli osa Outokummun osallisuusviikkoa ja valtakunnallista Sydänviikkoa. Luento järjestettiin yhteistyössä Outokummun Sydänyhdistyksen, Eläkeliiton Outokummun yhdistyksen ja Outokummun Invalidit ry:n kanssa. Luento oli osa Tapani Kiminkisen Pohjois-Karjalan kiertuetta ja luennon järjestelyissä ja kustannusten jakamisessa tehtiin yhteistyötä laajasti myös muiden Pohjois-Karjalan paikkakuntien yhdistysten kanssa. Osallistujia oli noin 130.

3.4 Edustus neuvostoissa ja toimikunnissa

Yhdistyksestämme oli v. 2023 edustaja varsinaisena jäsenenä Outokummun Vammaisneuvostossa ja Seniorineuvostossa ja varajäsen Pohjois-Karjalan Hyvinvointialueen Vammaisneuvostossa. Osallistuimme myös Reumaliiton Itä-Suomen alueen Hallitustreffit tapahtumaan.

4. Varsinainen toiminta

4.1 Opintojaksot ja -ryhmät

Opintojaksot ja vertaistukiryhmät ovat Opintokeskus Siviksen tukemia ryhmiä.

4.1.1 Reuman opintojaksot

Outokummun Reumayhdistyksen kerho kokoontui parillisen viikon maanantaisin Servon salissa. Kerhoja oli keväällä 9 kertaa ja syksyllä 7 kertaa. Asiantuntijaluennon lisäksi ohjelmaan kuului ajankohtaisista asioista kertominen, kahvit, yhteislaulua, osallistujien esityksiä ja arpajaisia.

4.1.1.1 Kerhot ja asiantuntijavieraat

Kevätkausi:

ma 9.1. Kevätkauden ensimmäinen kerho. Osallistujia 55.

- ma 23.1. Outokummun kaupungin viestintä- ja tapahtumapäällikkö Esko Vihava kertoi omasta työstään ja kaupungin viestinnästä. Osallistujia 69.
- ma 6.2. Elina Niemi Outokummun kirjastosta kertoi ikäihmisille tarjolla olevista kirjastopalveluista. Osallistujia 72.
- ma 20.2. Vieraana Outokummun kaupunginjohtaja Päivi Lintumäki. Vaihdettiin kuulumisia kaupungin asioista. Osallistujia 70.
- ma 6.3. Vieraana muistihoitaja Sari Nykänen-Juvonen / Geriatrinen osaamiskeskus, Pohjois-Karjalan hyvinvointialue, Siun sote. Osallistujia 78.
- ma 20.3. Vieraana Kaisa Vallius Outokummun Matkailijayhdistyksestä. Osallistujia 82.
- ma 3.4. Kevätkokous, käsiteltiin sääntöjen 11 § mukaiset asiat. Vietimme hiljaisen hetken poisnukkuneiden jäsenien muistamiseksi ja lauloimme yhdessä ”Päivä vain ja hetki kerrallansa”, Yhdistys tarjosi kahvit. Kerhossa oli vieraana Tuija Kervinen / Outokummun Invalidit ry, aiheena vammaiskortti. Osallistujia 59.
- ma 17.4. Vieraina kerhossa olivat palvelupäällikkö, fysioterapeutti Sami Sorjonen ja myyntiedustaja Antti Saarivainio Respecta Oy:n Joensuun klinikalta. He kertoivat apuvälineistä ja liikkumisesta. Heillä oli mukana kolmipyörä ja Wingus-sähköpyörätuoli, joita oli mahdollista kerhon jälkeen testata Servon pihalla. Osallistujia 83.
- ma 15.5. Vietimme äitienpäiväjuhlaa ja yhdistys tarjosi kakkukahvit. Helena Puhakka ja Eero Mononen lauloivat ja laulattivat. Osallistujia 87.
- .
- Syyskausi:
- ma 4.9. Vieraana Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen aluevaltuuston puheenjohtaja, terveystieteiden tohtori Merja Mäkisalo-Ropponen. Aiheena Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen tilanne. Osallistujia 83.
- ma 18.9. Vieraana yrittäjä Mirva Kolehmainen / Hius- ja kauneussalonki Kaunis&Komea. Osallistujia 64.
- ma 2.10. Vieraana rakennusmestari, korjausneuvoja Raimo Saarelainen Vanhustyön keskusliitosta. Aiheena korjausneuvonta asumisen muutoksiin ja niiden rahoittamiseen liittyvät mahdollisuudet. Osallistujia 80.
- ma 16.10. Vieraana jalkaterapeutti Eelis Kosonen / Siun Sote, Pohjois-Karjalan hyvinvointialue, Ihotautien poliklinikka. Aiheena jalkojen omahoito, palvelusetelit ja pohjalliset. Osallistujia 74.
- ma 30.10. Vieraana lakiasiantuntija, HTM Sini Nenonen / OP Outokumpu. Aiheena tietotekniikalle vaihtoehtoiset pankkipalvelut ja pankin tarjoamat lakipalvelut, esim. edunvalvontavaltuutuksen laatiminen. Osallistujia 83.
- ma 13.11. Isänpäiväkerho, vieraana Taipaleen ortodoksisesta seurakunnasta rovasti Pertti Ruotsalainen ja hänen puolisonsa Marjatta Ruotsalainen. Yhdistys tarjosi juhlakahvit. Osallistujia 80.
- ma 27.11. Syyskokous, käsiteltiin sääntöjen 10 § mukaiset asiat. Lisäksi käsiteltiin sääntömuutos. Yhdistys tarjosi kahvit. Kerhossa asiantuntijavieraana psykologi, väitöskirjatutkija Marika Kontturi kertoi aiheesta Hyvä uni. Yhdistys tarjosi kahvit. Osallistujia 63.

4.1.2 Reuman vertaistukiryhmät

4.1.2.1 Kädentaidot

Käsityökerho kokoontui 5 kertaa keväällä ja 4 kertaa syksyllä. Osallistujamäärä vaihteli välillä 10 - 17 henkilöä.

Kevätkausi:

- to 19.1. Vuoden ensimmäisessä käsityökerhossa ommeltiin hellyttäviä nalleja eri väreissä.
- to 16.2. Ommeltiin kankaasta monenlaisia pussukoita.
- to 16.3. Keväistä askartelua virkaten tai huovuttaen.
- to 13.4. Tehtiin neulatyynyjä kierrätysastioista, esim. vanhoista kahvikupeista.
- to 11.5. Lähestyvän äitienpäivän tunnelmissa tehtiin kreppipaperista kukkia.

Syyskausi:

- to 14.9. Taiteltiin paperista origamiperhosia tai -lintuja. Lintuja tehtiin pääosin koristeiksi yhdistyksen 70-vuotisjuhlaan, mutta niitä oli mahdollisuus tehdä myös itselle.
- to 12.10. Tehtiin eläin- ja muita hahmoja heijastavasta materiaalista.
- to 9.11. Tehtiin pieniä huovutustöitä, esim. kukkia.
- to 7.12. Tehtiin jouluisia koristepalloja, materiaalina paperisia muffinsvuokia.

Lisätietoja ja kuvia käsityökerhoista löytyy yhdistyksen kotisivuilta osoitteesta:

<https://outokummunreuma.reumaliitto.fi/https-outokummunreuma-reumaliitto-f-4/vuoden-2023-julkaisuarkisto/kasityokerhot-2023-2/>

4.1.2.2 Liikuntaryhmät ja yhdistyksen tuki pääsymaksuista

Ohjattu tuolijumppa maanantaikerhon jälkeen järjestettiin 14 kertaa. Osallistujia oli vuoden aikana 26 henkilöä, Osallistujamäärä / kerta vaihteli välillä 6 – 14.

Senioritanssiryhmä kokoontui Servolla joka toinen torstai, keväällä 9 kertaa ja syksyllä 7 kertaa. Osallistujamäärä vaihteli välillä 11-12.

Sisäcurlingia pelattiin keväällä 8 kertaa ja syksyllä 5 kertaa. Osallistujamäärä vaihteli välillä 7 – 10.

Uimahallissa järjestettiin kaupungin toimesta perjantaisin terveysjärjestöjen yhteinen vesijumppa, joka päättyi vähäisen kävijämäärän vuoksi marraskuussa.

Reumayhdistyksen jäsenillä on ollut mahdollisuus osallistua keskiviikkoisin Outokummun Sydänyhdistyksen järjestämään sauvakävelyyhyn. Tämä jäi syksyllä 2023 tauolle talvikuukausien ajaksi.

Yhdistyksen jäsenet ovat saaneet alennusta Outokummun kaupungin kuntosali- ja uimahallimaksuista. Yhdistys on tukenut uimahallin sarjalippuja ja kuntosalin kuukausikortteja 4

eurolla 4 kertaa vuodessa, kausikortteja 6 eurolla puolivuotiskaudelta ja seniorikortteja 5 eurolla puolivuotiskaudelta. Yhdistys on tehnyt pääsymaksujen tuesta urheilutalo-uimahallin käyttösopimuksen, jossa on sovittu yhdistyksen maksama osuus jäsenien pääsymaksuista.

4.1.3 Tapahtumat, retket ja virkistystoiminta

4.1.3.1 Teatteri-, konsertti- ja kesäretket

Retki Joensuuhun 11.2. Kertokaa se hänelle -konserttiin. Jyrki Anttila esitti pianistivaimonsa Maija Anttilan kanssa kokoamansa upean kavalkadin lauluja. Osallistujia 34.

Kulttuuriretki järjestettiin 29.-30.3. Hämeenlinnassa käytiin teatterissa katsomassa näytelmä Kaksi kuningatar ja litalassa tutustuttiin Lasitehtaaseen. Tätä retkeä markkinoitiin aktiivisesti myös yhdistyksen ulkopuolisille ja retkelle saatiinkin tällä tavalla 50 osallistujaa.

Kesäteatterissa käytiin 18.6. Kermankoskella, esitys oli Tauno & Ansa. Osallistujia 50.

Kesäretki tehtiin 1.-3.8. kolmipäiväisenä, paikkakunnat Porvoo, Kotka ja Hamina. Osallistujia 27.

Retki Varkauden teatteriin 17.11. Esitys oli Ulla Tapanisen Lava-ammuntaa VII. Osallistujia 50.

Retki Ikeaan tehtiin maanantaina 4.12. Osallistujia 41.

4.1.3.2 Muut tapahtumat

Yhdistys järjesti latukahvion Kaunisniemen kahvilassa 25.2. Myytävät kahvileivät leivottiin talkoovoimin ja samoin tehtiin kaikki kahvioon liittyvät järjestelyt talkootyönä.

Outokummun Invalidit ry järjesti matkan esteettömyysmessuille Pieksämäelle lauantaina 22.4. Myös reumayhdistyksen jäsenillä oli mahdollisuus osallistua tälle retkelle.

Kiitostapahtuma hallituksen jäsenille ja yhdistysaktiiveille järjestettiin Valamon luostarissa 16.5. Kuljetukset toteutettiin kimpakyyteinä.

Yhdistyksen ulkoilutapahtuma oli 24.5. Erä Okun majalla. Tapahtuma oli osallistujille maksuton. Yhdistys tarjosi makkarat ja nokipannukahvit kahvileipineen, kuljetukset järjestettiin kimpakyyteinä.

Yhdistyksen 70-vuotista taivalta juhlittiin sunnuntaina 8.10. Kummun koululla. Juhlaan osallistui yhdistyksen jäseniä ja lisäksi kutsuvieraita Itä-Suomen alueen reumayhdistyksistä sekä outokumpulaisista yhdistyksistä. Juhlapuhujana oli toiminnanjohtaja Anu Uhtio Reumaliitosta ja Outokummun kaupungin tervehdyksen esitti kaupunginjohtaja Päivi Lintumäki. Musiikkia juhlassa esittivät Janne Vänskä (harmonikka ja piano) ja Henna Korhonen (laulu ja viulu). Juhlan juontajana toimi Merja Vähäkoski. Osallistujia oli yli 120.

Valtakunnallisella Reumaviikolla sunnuntaina 15.10. vietettiin kirkkopyhää Outokummun kirkossa. Samalla juhlimme vielä kerran yhdistyksen 70-vuotista taivalta. Seurakunta tarjosi täytekkukahvit ja myös tarjoilu hoidettiin seurakunnan toimesta. Kirkkoherra Satu Ruhanen piti juhlapuheen ja kanttori Eero Klaavo säesti lauluja. Seurakuntasalissa yhdistyksen mieslaulajat Paavo, Jouko ja Aimo esittävät laulun ja Hilikka Malinen kertoi reumayhdistyksen toiminnasta ja juhluvuoden

tapahtumista. Messun jälkeen kahvitilaisuuteen osallistui noin 50 henkilöä.

Kaikille avoin yleisöluento oli Elokvateatteri Maritassa 23.11. Yleislääketieteen erikoislääkäri Hilka Tirkkonen luennoi aiheesta "Ajankohtaisia asioita hyvinvointialueen sote-palveluista sekä Outokummun ja Polvijärven terveysasemien toiminnasta hyvinvointialueen osana". Osallistujia oli runsaasti, mutta saliin olisi mahtunut enemmänkin

Pikkujoulua vietettiin Ravintola Kummun tiloissa sunnuntaina 3.12. Juhlissa esitti lauluja Outokummun Sekakuoro, Merja Vähäkoski lausui runon ja yhdistyksen senioritanssiryhmä esiintyi. Juhlissa järjestettiin osallistujille ilmainen arvonta. Osallistujia oli esiintyjät mukaan lukien yli 90.

4.1.3.3 Koulutus ja edunvalvonta

Hallituksen jäsenet osallistuivat Reumaliiton, Opintokeskus Siviksen ja muiden organisaatioiden järjestämiin koulutuksiin ja kokouksiin pääosin sähköisesti Teams-sovelluksella.

Hallituksen jäsenet osallistuivat Reumaliiton järjestämille Hallitustreffeille 10.9. Kunnanpaikassa Siilinjärvellä. Hallitustreffien avulla Reumaliitto haluaa vahvistaa ja tukea jäsenyhdistysten hallituk-
sia sekä tarjota verkostoitumisen paikan alueella.

Siun Soten Joensuun Reumakeskuksen ja Pohjois-Karjalan reumayhdistysten yhteistyötapaaminen järjestettiin Teams-kokouksena 01.12., tähän osallistui yksi hallituksen jäsen.

Osallistuimme vuoden aikana Reumaliiton Itä-Suomen alueen työryhmään, jonka tavoitteena on saada lisää reumahoitajakoulutusta Itä-Suomeen.

4.1.3.4 Osallistuminen toisten yhdistysten ja järjestöjen juhliin

Yhdistyksen hallituksen jäseniä osallistui seuraaviin juhliin:

Sivis ry:n 120-vuotisjuhla 26.5. Joensuussa

Outokummun Invalidit ry:n 60-v juhla 7.10. Turulan ruokalassa Outokummussa.

Juvan Reuma ja Tulesyhdistyksen 20-v juhla to 16.11. Juvan seurakuntasalissa.

5. Virkatut joulukuuset

Virkattuja joulukuusia oli jälleen esillä monissa paikoissa Outokummussa 22.11.2023 - 9.1.2024. Suurin kuusi oli tällä kertaa Outokummun kaupungintalon yläkerran aulassa, josta se näkyi ikkunasta myös ulos. Pienempiä kuusia oli kaupungintalon alakerran aulassa. Muut kuuset olivat uimahallin aulassa, kirjastossa, Servon salissa ja Vanhan postin talossa käsityömyymälässä. Kuusista kerrottiin tälläkin kertaa yhdistyksen kotisivuilla ja Facebook-sivuilla sekä outokumpulaisissa Facebook ryhmissä.

Lämmin kiitos kaikille vuonna 2023 toiminnassa mukana olleille!

Outokummussa 15.4.2024

Outokummun Reumayhdistys ry:n hallitus