



SALON REUMAYHDISTYS RY.

TOIMINTAKERTOMUS v.2020

Vuosi 2020 tullaan muistamaan Korona-epidemian alkamisesta. Se tuli Suomeenkin helmikuussa ja maaliskuussa tartuntoja oli maailmalla niin paljon, että Suomessakin oli tehtävä rajuja toimenpiteitä, jotta taudin leviämistä täällä saataisiin estetyksi. Rajat suljettiin, matkustaminen ulkomaille kiellettiin ja myös maahan saapumista rajoitettiin. Samalla Suomessa tuli rajoituksia kokoontumisiin, liikkumiseen eri alueiden välillä, yleisiä tiloja kuten uimahallit ym. suljettiin. Varsinkin ikäihmisten tekemisiä, kanssakäymistä ym. rajoitettiin tartuntojen välttämiseksi. Siirryttiin etätöihin ja -kouluun.

Rajoitukset olivat kovia, mutta niillä saatiin tartunnat pysymään maltillisina. Näin turvattiin terveydenhuollon toiminta, kaikki sairastuneet saivat tarvittavan hoidon, myös tehohoidon.

Näiden rajoitusten vuoksi yhdistyksemme toiminta oli vähäisempää kuin aiempina vuosina.

1. JÄSENTOIMINTA

Uusille jäsenille lähetettiin tietopaketti yhdistyksen toiminnasta **31.12.2020** yhdistyksen jäsenmäärä oli 430. Jäsenmaksu henkilöltä 20€.

Suomen Reumaliitto siirtyi keskitettyyn jäsenrekisteriin toukokuussa ja jo syksyn aikana liitto laskutti uudet jäsenet. uusi KILTA- jäsenrekisteri tulee käyttöön v kokonaisuudessaan vuoden 2021 alusta.

Yhdistyksen jäsenille tilattiin Reumalehti, joka ilmestyy 4 kertaa vuodessa. Lisäksi jäsenille lähetettiin 3 jäsentiedotetta, joissa oli tietoa yhdistyksen järjestämästä toiminnasta. Jäsenille on lähetetty liitosta ym. tullutta tietoa sähköpostilla sekä lisäksi eri sairausryhmille on lähetetty kohdennettuja sähköposteja.

Palvelupiste toimii ja on avoinna joka kuukauden II ja IV tiistai kello 12 – 14. Palvelupisteellä on aina joku hallituksen jäsen.

2. VERTAISTUKITOIMINTA

Yhdistyksen vertaistukiryhmät kokoontuivat Salon SYTY ry:n tiloissa, Helsingintie 6.

2.1 KAIKILLE JÄSENILLE AVOIMET VERTAISTUKIRYHMÄT

2.1.1 Kuukausikerho

Kokoontuu joka kuukauden 4. torstai ja se on tarkoitettu kaikille jäsenille yhteiseksi tiedonsaanti- ja vertaistukitilaisuudeksi. Tilaisuuden aluksi on alustus, jonka jälkeen keskustellaan ko. asiasta.

Kuukausikerhon ryhmänohjaajana toimi Pirjo Randell.

Kerhoa ehdittiin pitää vain yksi ennen koronaa. Syksyllä kerhoa ei aloitettu uudelleen. 23.1. Hanna Kaisa Järvinen kertoi talvi-ihon hoidosta ja erilaisista kynsiongelmista ja niiden hoidosta. Mukana oli 17 henkilöä. Kokoontumisia oli 1 ja osallistumisia 17.

2.1.2 Salmen Virikeryhmä

Salmen Virikeryhmä on kädentaitoja harrastava ja keskustelevala kerho, ryhmänohjaajana toimi Salme Säilä.

Kerho kokoontui 7 kertaa. Osallistumisia oli 92. Vuoden aikana askarreltiin esim. erilaisia kortteja, tehtiin makramea. Tehtiin lehtiruusuja ja kukkia. Tuunattiin eri materiaaleista valmistettuja astioita servettitekniikalla. Tehtiin käpytonttuja.

2.1.3 HyväOlo-ryhmä

HyväOlo-ryhmässä keskustellaan yleisesti tavoista, miten hyvinvointia voidaan edistää ja miten tuodaan itselleen hyvää oloa. Kerho kokoontuu joka toinen tiistai.

Ryhmävastaavana toimi Pirjo Randell. Kokoontumisia oli 10, osallistumisia 130.

14.1. Vertaistukikeskustelua.

28.1. Ammattijärjestäjä Miia Nurmio Järjestyksen Koodista kertoi tavarain ja ajanhallinnan keinoista. Järjestyksellä luodaan kotiin toimivuutta ja turvallisuutta.

11.2. Tuija Maula kertoi magneettikoruista.

25.2. Laskiaistiistain merkeissä tarjoiltiin laskiaispullat ja kahvi.

Yhdistyksen rivitanssiryhmä esitti ohjelmistoaan

10.3. Yhteislaulua. Laulattajina Liisa Tuovinen ja Tuula Saari säestäjänä Vesa-Matti Tastula, kanttori.

13.3. Koronavirusepidemian takia kaikki kevätkauden ryhmät peruttiin.

22.9. Syksyn ensimmäinen kerho, vertaistukikeskustelua.

13.10. Reumaviikon teemassa, osa ryhmästä lähti kävelemään.

Katsottiin reumaliikuntaohjeita, joita tehtiin yhdessä.

27.10. Salme piti kerhon. Aivojumbppaa. Vertaistukikeskustelua.

10.11. Salme piti kerhon. Tietokilpailuja eri aiheista.

24.11. Keskustelua.

8.12. Ryhmää ei voitu pitää koronarajoitusten tiukentumisen takia.

2.1.4 Kirjapiiri

Kirjapiiri on kirjoista ja lukemisesta kiinnostuneiden vertaistukiryhmä, jossa keskustellaan kirjoista, kirjailijoista ja osallistujien lukukokemuksista.

Kirjapiiri on kokoontunut kuukauden kolmantena tiistaina kello 12-14.

Vastuuhenkilönä oli Eila Saarni. Kokoontumisia oli 4, osallistumisia 19.

21.1. Keskusteltiin Joulun- ja vuodenvaihteen lukukokemuksista. Kirjailijoita oli mm.

Raija Oranen, Sofi Oksanen, Rakel Lingnell, Pajtin Statovci.

18.2. Keskusteltiin viime aikoina luetuista kirjoista. Lucinda Rileyn tuotantoa, Enni Mustosta, Joel Haahtelaa ja Olli Jalosta.

Korona viruksen takia peruutettiin maaliskuu-, huhti- ja syyskuun lukupiirit.

20.10. Keskusteltiin Celia-kirjastosta eli äänikirjoista lukemisesteisille. Koronatauon aikana oli luettu omasta kirjahyllystä kirjoja, koska myös kirjastot olivat suljettuina jonkin aikaa.

17.11. Keskustelun aiheena olivat Finlandia-ehdokkaat ja voittajat kautta aikojen.

Monta kirjaa tältä listalta oli luettu vuosien varrella. Margit Laine piti tämän kirjapiirin.

2.2 SAIRAUSRYHMÄKOHTAISET VERTAISTUKIRYHMÄT

2.2.1 Fibromyalgiaryhmän ryhmävastaavana toimi Margit Laine. Se kokoontui 2 kertaa, 5.2. ja 8.10. Osallistumisia oli 12.

2.2.2 Nivelrikkoryhmän vastaavana toimi Margit Laine. Kokoontui 3 kertaa 16.1., 5.3. ja 5.11. Osallistumisia oli 18.

2.2.3 Sidekudosryhmän ryhmävastaavana toimi Helena Saalop. Ryhmä kokoontui 13.2. ja 3.12. Osallistumisia oli 6.

Valtakunnallinen harvinaisten sairauksien päivä 29.2. Salon SYTY:ssä. Päivän aiheena oli ”Ravitseminen hyvinvoinnin tukena” vierailijana diplomiravintoneuvoja Hanna Varjonen. Vastuuhenkilönä Helena Saalop, osallistujia 20.



2.2.4 Reumalasten ja vanhempienryhmän ryhmänjärjestelijänä toimi Anna Salminen. Ryhmä ei kokoontunut koronan takia.

3. LIIKUNTA ja KUNTOUTUS

3.1 Vesivoimistelut

Yhdistyksen vesivoimisteluryhmät kokoontuivat Salon uimahallissa, Vesivoimisteluryhmien vastaavana toimi Marita Lönnberg. Terapia-altaiden perjantairyhmiä ohjasivat fysioterapeutit ja kilpa-altaan ja maanantain terapia-allasryhmää liikunnanohjaaja. Yhdistyksellä oli kolme terapia-allasryhmää, jotka kokoontuivat toimintavuonna yhteensä 59 kertaa. Kilpa-altaan ryhmä kokoontui 18 kertaa.

3.2 Voimistelu

Yhdistyksen voimisteluryhmä kokoontui vuonna 2020 maanantaisin Salon Urheilutalossa. Ohjaajana toimi liikunnanohjaaja. Ryhmävastaavana toimi Marita Lönnberg. Ryhmä kokoontui 18 kertaa.

3.3 Rivitanssi

Yhdistys järjesti rivitanssia Hermannin koulun tanssisalissa. Kokoontumisia oli 21. Ryhmävastaavana toimi Riitta Nurmi.

3.4 Kuntosali

Salon kaupungin erityisliikuntatoimi on antanut käyttövuoron Salohallissa tiistaisin klo 11- 12.30 ja torstaisin klo 16 – 17. Ryhmä on avoin ja siellä ei ole ohjaajaa. Yhdistyksen jäseniä käy jonkin verran, mutta ohjauksen puute haittaa käyttöä.

4. VIRKISTYSTOIMINTA

Virkistystoiminnan vastaavana toimi Pirjo Randell. Teatterimatkoja järjestettiin 2. 16.2. Slaavilaisen musiikin iltapäivä teatteri Provinssissa. Mukana 29 henkilöä. 10.10. Suurmusikaali My Fair Lady teatteri Provinssissa. Mukana 16 henkilöä.

5. KOULUTUSTOIMINTA

24.-25.1. Margit Laine osallistui Helsingissä Reumaliiton Tammitalkoihin, jotka oli tarkoitettu Aluetoimikuntien jäsenille.

8.2. Ritva Jokinen ja Margit Laine osallistuivat Turussa Reumaliiton järjestämään Kiltarekisterin käyttöönottokoulutukseen.

11.2. Ritva Jokinen ja Margit Laine osallistuivat Salon kaupungintalolla pidettyyn rahoitusiltaan.

7.-8.3. järjestöpäivät Tampereella puheenjohtajille ja sihteereille, Pirjo Randell ja Margit Laine osallistuivat.

6.10. SYTY:ssä SeniorSurf-päivä, Eila Saarni osallistui.

7.10. Reumaliiton järjestämä Digikoulutus Teamsina, Margit Laine osallistui.

27.-30.10. "Vapaaehtoistyössä jaksaminen"-kurssi Lehmiraannassa, Riitta Nurmi osallistui.

11.11. Margit Laine on osallistunut SYTY:n järjestämään Teams-koulutukseen.

14.11. ja 21.11. Helena Saalop on osallistunut Sjögrenliiton järjestämään vertaistukikoulutukseen. Molemmat toteutettiin Zoomin välityksellä.

6. TIEDOTUSTOIMINTA

Kaikille jäsenille lähetettiin yhdistyksen jäsentiedote tammikuussa, huhtikuussa ja syyskuussa, joista tammikuun tiedote postitettiin jo joulukuussa 2019.

Jäsentiedotteita lähetettiin TYKS reumaortopedian poliklinikalle ja lasten reumapoliklinikalle sekä Salon Aluesairaalaan reumapoliklinikalle. Jäsentiedotteita postitettiin myös Suomen Reumaliiton Kuntoutumiskeskus Apilaan ja Suomen Reumaliittoon. Tammikuun tiedotteita vietiin myös eri terveydenhoidon toimipisteisiin Salossa, koronaepidemian takia syksyllä tiedotteita ei voitu viedä. Jäsentiedotetta lähetetään myös sähköpostilla eri yhteistyötahoille.

Yhdistyksen tiedotteissa on ollut myös tietoa Salon SYTY:n kaikille avoimista koulutuksista ja toiminnoista, kuten maksuttomista ATK- opastuksesta.

Salon kaupungin Hyvinvointipisteellä oltiin 25.2. Harvinaisten sairauksien päivän merkeissä. Helena Saalop ja Margit Laine olivat paikalla.

Vuosikokouskutsu julkaistiin Salonjokilaaksolehdessä. Kaikille avoimista tilaisuuksista ja kerhoista ilmoitettiin myös Salonjokilaakso- lehden yhdistyspalstalla, yhdistyksen Facebook sivulla sekä Salon kaupunkitiedotteessa ja sähköisessä tapahtumakalenterissa. Avoimista tilaisuuksista ilmoitellaan myös Salon Seudun Sanomien "päivittäistä" palstalla.

Laitettiin ilmoitus yhteistyökumppani Salon Vilpas Koripallon vuosijulkaisuun.

Yhdistyksen Internet-kotisivut ovat ositteessa www.salonreumayhdistys.fi

Sivujen päivitykset ostettiin IT-tykki Aaltoselta.

Yhdistyksen Facebook-sivuja päivittää varapuheenjohtaja. Sivua käytetään nopean tiedotuksen välineenä, tilaisuuksien muistutusvälineenä sekä valokuvien ja tapahtumien palautesivuna. Facebook-sivustolla oli tykkäyksiä 158. Tavoitettujen henkilöiden lukumäärää ei saatu yhdistyksen Facebook sivujen ongelmien takia.

Niille jäsenille, joilla on sähköpostiosoite ja jotka pitävät sähköpostinsa ajan tasalla, on lähetetty sähköpostia. Kaikille lähetettävä posti sisältää Reumaliiton lähettämää tietoa, erilaisia sairauskohtaisia info- tiedotteita tai hyviä apuväline- tms. tietoa.

7. HALLINTO JA TALOUS

7.1 Hallinto

Yhdistyksen puheenjohtajana vuonna 2020 on toiminut Margit Laine, varapuheenjohtajana ja hallituksen jäsenenä Pirjo Randell, hallituksen jäsenenä ja jäsenasiainhoitajana Tanja Söderström, hallituksen jäsenenä ja sihteerinä Anna Salminen, hallituksen jäsenenä ja emäntänä Riitta Nurmi ja hallituksen jäseninä Salme Säilä, Heikki Tuominiemi, Lasse Lehtiö ja Eila Saarni, hallituksen varajäseniä olivat Aila Kallas ja Ulla Kakko-Paajanen. Liikuntavastaavana hallituksen ulkopuolelta on toiminut Marita Lönnberg. Kunniapuheenjohtaja Ritva Jokisella on oikeus osallistua hallituksen kokouksiin ja hän on toiminut rahastonhoitajana ja kirjanpitolpalvelut on ostettu Tilitoimisto Aarno Jokinen.

Yhdistyksen hallitus piti 8 kokousta, joista yksi oli sähköpostikokous.

Yhdistyksen sääntömääräinen vuosikokous pidettiin 27.2.2020. Salon SYTY:n salissa. Kokouksessa käsiteltiin sääntömääräiset asiat. Osallistujia kokouksessa oli 10 yhdistyksen jäsentä.

Yhdistyksen toiminnantarkastajana toimi Hannu Rauhala ja varatoiminnantarkastajana Leevi Näreharju.

7.2 Talous

Yhdistyksen kaikkien toimintaa, myös talouteen vaikutti varsin voimakkaasti maaliskuussa puhjennut maailman laajuinen koronaviruspandemia. Yhdistyksen tilinpäätös muodostuikin tappiolliseksi 1799,54€.

Poikkeusolot aiheuttivat myös uusia kuluja liikuntatoiminnassa. Kevään ryhmät jäivät kesken ja niistä palautettiin osallistumismaksuja. Liikunnanohjaajan palkkaa ei kuitenkaan haluttu leikata, vaan se maksettiin sovitusti. Jäsenistöä haluttiin pitää ajan tasalla poikkeusolojen tilanteesta ja siksi tiedotusta lisättiin lehdissä ja www sivuilla, näistä aiheutui ylimääräisiä kuluja.

Yhdistyksen varainhankinnan suurin tuotto tuli jäsenmaksuista, se oli kulujen jälkeen 5535 €. Jäsenmaksua perittiin 20 €/jäsen ja Reumaliiton jäsenmaksua maksettiin 7€/jäseneltä yhteensä 3150€.

Reumaliiton välittämää STEA:n toiminta-avustusta yhdistys sai perustoimintaan 900 € ja kehittämisavustusta 800 €. Salon kaupungin liikuntalautakunnalta yhdistys sai toiminta-avustusta 751,75 €.

Salon kaupungin sosiaali- ja terveystoimelta emme saaneet toiminta-avustusta lainkaan.

Suomen Reumaliiton adresseja, joiden myyntituotosta osa jää yhdistykselle, on ollut myynnissä Salon Hautaustoimisto Oy Saustilalla ja Salon Syty ry:n toimistolla sen aukioloaikana.

Toiminta vuoden ainoa oma varainhankinta tilaisuus ”Talvitapahtuma” ehdittiin järjestää 1.2. Salon Sytyn tiloissa. Myynnissä oli käsitöitä ja ”kirppis”-käsitöitä sekä tuoreita munkkeja, myös muita leivonnaisia ja pastanttipuuroa. Kahviossa oli

myynnissä sämpylöitä, munasillivoileipiä, kahvia sekä lämmintä paistettua pullaa. Pidettiin myös arpajaiset ja myytiin erilaisia SRL:n logo- tuotteita.

Salon Vilpas Vikings -koripalloseuralla on VILPAS VÄLITTÄÄ -projekti, yhdistys pääsi Salohalliin seuran kotipeliin 29.2. esittelemään toimintaansa ja myymään arpoja sekä Reumaliiton LOGO-tuotteita.

Vuoden 2020 tiedotteen mainostajia olivat SSO, Salon Nappi ja Passeli- auto.

Tiedotetta painettiin jäsenille lähtevien lisäksi 500 kpl /vuodessa, jaettavaksi terveydenhuollon eri pisteille erilaisissa tilaisuuksissa sekä uusille jäsenille.

8. EDUSTUKSET JA YHTEISTYÖ

8.1 Salon SYTY ry

Salon SYTY ry:n vuosikokous pidettiin 10.3.2020. Kokouksessa yhdistystä edustivat Pirjo Randell ja Margit Laine.

Salon SYTY ry:n hallitukseen on valittu vuoden 2021 vuosikokoukseen asti Lasse Lehtiö

26.8. SYTY:ssä oli toiminnanjohtajan Eija-Riitta Hilskan eläkkeelle siirtymiskahvit ja samalla uuden toiminnanjohtajan Veera Hällin tulokahvit. Pirjo Randell ja Margit Laine osallistuivat.

8.2 Suomen Reumaliitto

VASSAT-alue toimikunnan jäsenenä kolmevuotiskautena 2018-2020 on ollut Margit Laine, joka on valittu alue toimikunnan sihteeriksi ja varajäsenenä on ollut Ritva Jokinen. Toimikunnan kokoukset pidettiin koronan takia Teams-kokouksina, 1.6., 31.8., 5.10. ja 16.11. Aluekokous pidettiin myös Teams:llä 17.10. Aluekokouksessa valittiin uusi alueellinen työryhmä vuodeksi 2021.

8.3 Muut yhteistyötahot

8.3.1 Salon Seudun Työkeskus Oy:n yhtiökokous oli 12.6.2020.

Yhtiökokousedustajana oli Ritva Jokinen. Pirjo Randell valittiin uudelleen Työkeskus Oy:n hallitukseen Salon Reumayhdistyksen edustajana yhtiökokousten 2020-2021 väliseksi ajaksi.

9. HUOMIONOSOITUKSET

Hallituksen jäsentä ja yhdistyksen emäntää Riitta Nurmea muistettiin syntymäpäivän johdosta Reumaliiton viirillä ja kukilla.

Yhdistyksessämme vierailleita luennoitsijoita sekä yhteistyökumppaneita muistettiin joulukorteilla sekä sähköisellä muistamisella.

Tilintarkastajalle toimitettiin joulumuistaminen.

10. SUOMEN REUMALIITON KEHITTÄMISAVUSTUKSELLE TEHTY TOIMINTA

Jäsenistön aktivointi ja innostaminen toimintaan uusin tavoin

Tarkoituksena oli järjestää vuoden 2020 aikana 4 eri tilaisuutta entisiin kuntakeskuksiin. Näin pyrimme tavoittamaan ja palvelemaan jäseniämme paremmin myös kauempana keskustasta. Ehdimme lähettää ensimmäisen tapaamisen kutsut Perniön alueella asuville jäsenille, tilaisuus oli tarkoitus pitää keltaisennauhan päivänä. Tilasimme Suomen Reumaliitolta nauhat.

Tilaisuus peruttiin Koronaepidemian takia.

Tämän toiminnan toteuttamiseksi on haettu 2021 kehittämisavustusta.

Uuden vertais- ja/ tai ryhmätoiminnan käynnistäminen

Aloitetaan uusi ”*Ihminen ihmiselle yhdessä enemmän*” suljettu 10 hengen vertaistukiryhmä joka kokoontuu 3 kertaa. Myös tämän ryhmän aloittaminen peruuntui ja käynnistämiseen on haettu vuoden 2021 kehittämisavustusta.

Yhdistyksen tunnettuuden lisääminen (mm. osallistuminen uusiin tapahtumiin tms.)

Yhdistyksen tunnettuuden lisäämiseksi esiintymis- ja myyntitilaisuuksiin hankittiin yhdistyksen logolla varustetut paidat ja vihreät liivit.

Kehittämisavustusta myönnettiin yhdistykselle 800 €, josta 300 € kirjattu siirtovelaksi Suomen Reumaliitolle.

