

### Perusta

Toimintasuunnitelman perustana ovat yhdistyksen säännöt ja yhdistyksen 40v. juhlavuosi.

Yhdistys jatkaa yhteistyöyhdistys Salon SYTY ry:n toiminnassa. Oikeuksien ja etujenvälvontaa hoidetaan Salon Vammaisneuvoston ja yhteistyöyhdistys Salon SYTY ry: n kanssa.

Yhdistyksen tunnettavuuden lisääminen juhlavuoden aikana on yksi päätavoitteista.

Yhdistys julkaisee oman lehden maaliskuussa, Valtakunnallisen REUMAVIIKON avajaiset järjestetään Salossa lokakuun 7 päivä. Yhteistyötahoille ja jäsenille järjestetään erilaisia tapahtumia pitkin vuotta.

### Toiminnot

#### 1. JÄSENTOIMINTA

Uusille jäsenille järjestetään keväällä tutustumisilta, esitellään toimintaa ja jaetaan materiaaleja. Yhdistys järjestää erilaisia jäsenoimintoja, kuten matkoja, retkiä, kuntoutumisvoimistelua, vesivoimistelua, rivitanssia, koulutuksia, vertaistukikerhoja sekä on mukana Suomen Reumaliiton ReSurf hankkeessa ”Joka mummi ja vaari nettiin”. Yhdistyksen palvelupiste on avoinna joka kk. II ja IV tiistai Salon SYTY:n tiloissa.

#### 2. VERTAISTUKITOIMINTA

Yhdistyksen kaikki vertaistukiryhmät kokoontuvat Salon SYTY ry:n tiloissa Helsingintie 6, tilat ovat katutasossa ja esteettömät. Vertaistukea pyritään jakamaan myös sähköisten välineiden mm. www- sivujen ja facebookin kautta myös skybe valmiuksia on olemassa.

Vertaistuki toimintana yhdistyksessä on myös oma Suomen Reumaliiton kouluttama palveluasiamies ajanvarauksella.

Kaikessa toiminnassa ja vertaistukiryhmissä huomioidaan juhlavuosi.

##### 2.1 Kaikille avoimet vertaistukiryhmät.

Kerran kuukaudessa kokoontuu kaikille jäsenille tarkoitettu vertaistukiryhmä, joka sisältää myös alustajan.

Kädentaitoja harrastava ja keskusteleva Salmen Virikeryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa. HyväOlo ryhmä kokoontuu kaksi kertaa kuukaudessa, ryhmän tarkoituksena on keskustella ja tuottaa joitain palveluja jokaisen hyvän olon parantamiseksi sekä antaa valmiuksia itsestään huolehtimiseen sairaudesta huolimatta hyvään oloon.

Kirjapiiri järjestetään kerran kuukaudessa, ryhmä valitsee luettavat ja keskusteltavat kirjat. Ryhmän tarkoituksena antaa vaihtoehto harrastukselle jossa ei tarvita fyysistä kuntoa eikä sorminäppäryyttä.

##### 2.2 Sairausryhmäkohtaiset vertaistukiryhmät

Fibromyalgia-, sidekudossairaiden-, selkärankareuma ja selkäsairaiden-, nivelreuma- ja nivelrikkovertaistukiryhmät kokoontuvat 1-4 toimintakauden aikana.

Reumalasten ja heidän vanhemmilleen järjestetään omaa vertaistukitoimintaa.

Järjestetään avoin tilaisuus Harvinaisten sairauksienpäivänä 28.2.2018.

### 3. LIIKUNTATOIMINTA

Järjestetään kuntoutumisvoimistelua ryhmämuotoisena sekä ollaan mukana yhteishankkeissa, joita järjestetään Salon kaupungin erityisliikuntatoimen kanssa. Jatketaan yhdistyksemme jäsenille vesivoimistelua neljässä ryhmässä Salon uimahallissa. Vesivoimisteluryhmiä ohjaavat ammattilaiset. Rivitanssi ryhmän toimintaa jatketaan. Osallistutaan Suomen Reumaliiton hankkeiden toteutukseen paikallis- ja aluetasolla. Järjestetään valtakunnallisen keltaisennauhantapahtuma myös Saloon.

Osallistutaan Salon SYTY ry:n yhteistyötoimintaan, sekä yhteistyöhön muiden Sytyn jäsenyhdistyksien kanssa.

### 4. VIRKISTYSTOIMINTA

Järjestetään kevätretki peruskorjattuun eduskuntataloon. Teatteri- ja/tai konserttimatkoja tehdään myös juhluvuoden aikana. Perinteinen virkistyspäivä Salon kansalaisopiston Opiskelijakunnan Rantapirtillä järjestetään juhluvuoden puitteissa kesäjuhlanä. Järjestetään jäsenille perheineen 40 vuotisjuhla. Yhdistyksen vapaaehtoistoimijat osallistuvat Salon SYTY ry:n virkistystoimintaan.

### 5. KOULUTUS

Osallistutaan Reumaliiton järjestämiin koulutuksiin tarpeen mukaan. Reumaliiton Resurf hankkeen ”joka mummi ja vaari nettiin” hankkeen koulutus järjestetään tammi-helmikuussa. Vertaistukiryhmänohjaajat osallistuvat valtakunnallisiin ja paikallisiin tapahtumiin sekä koulutuksiin. Muuta koulutusta järjestetään ja tuetaan tarpeen mukaan. Uusia vapaaehtoistoimijoita sekä jo toiminnassa olevia koulutetaan tarpeen mukaan. Tuetaan ja kannustetaan yhdistyksen vapaaehtoisten osallistumista yhteistyöyhdistys Salon SYTY ry:n koulutuksiin, tilaisuuksiin ja tapaamisiin.

### 6. TIEDOTUS

Yhdistys julkaisee oman lehden 20.3.2018 12- sivuisena liitteenä Salon Seudun Sanomissa, lehdellä on n. 64000 lukijaa. Liitettä jaetaan kaikissa tapahtumissa pitkin vuotta. Kaikille jäsenille tilataan Reuma-lehti.

Yhdistyksen jäsentiedote postitetaan kaikille jäsenille joulukuussa 2017, huhtikuussa ja elokuussa. Tiedotetta lähetetään myös sähköisesti terveydenhoidon yhteyshenkilöille, terveystoimien eri pisteisiin. Tilaisuuksista ja tapahtumissa ilmoitetaan Salon Seudun Sanomissa ja Salonjokilaakso-lehden yhdistyspalstalla sekä Salon kaupunkitiedotteessa, joka jaetaan jokaiseen kotiin. Tiedotusta kehitetään yhdistyksen facebookin sivujen kautta. Lähetetään myös sähköposti tietoa sähköpostiosoitteensa ilmoittaneille jäsenille. Laitetaan ilmoitus yhdistyksen perustiedoista keväällä ilmestyvään SYTY:n Sanomiin. Yhdistyksen yleisesitettä on esillä sosiaali- ja terveystoimen eri toimipisteissä ja sitä jaetaan erilaisissa tapahtumissa, joissa ollaan mukana. Perustietoesite postitetaan kaikille uusille jäsenille. Yhdistyksen kerhojen ja tapahtumien aikataulut ja ohjelmat päivitetään yhdistyksen FACEBOOK sivuille päivittäin.

Yhdistyksellä on omat WWW-sivut osoitteessa: [www.salonreumayhdistys.fi](http://www.salonreumayhdistys.fi), sivut uudistetaan siten, että ne julkaistaan joulun ja uudenvuoden välillä.

### 7. HALLINTO JA TALOUS

#### 7.1 Hallinto

Yhdistyksen sääntöjen mukainen kokous on vuosikokous, joka pidetään 22.2.2018. Yhdistyksen hallitus kokoontuu tarpeen mukaan 8 -10 kertaa vuoden aikana.

#### 7.2 Talous

Yhdistyksen talous rakentuu jäsenmaksuista, myyjäis-, myynti-, ja arpajaisuotoista. Osallistutaan ainakin yhdistysten yhteisiin joulumyyjäisiin sekä Salon Vilpas Koripallon kotiotteluihin Salohallissa, myyjäispöydällä sekä arpajaisilla. Osallistutaan Hyvänmielentori

tapahtumaan. Pidetään tammikuussa yhdistyksen myyjäiset, joissa pidetään arpajaiset sekä kahviomyyntiä.

Juhlalehden kustannuksista ainakin 80% pyritään saamaan mainostuloista.

Anotaan toiminta-avustusta Reumaliitolta, Salon kaupungin liikuntatoimelta sekä perusturvalautakunnalta. Vertaistukitoimintaan ja liikuntatoimintaan Opintokeskus Sivikseltä.

Jäsentiedotteeseen myydään mainoksia kattamaan jäsentiedotteen postitus ja kopiointikuluja. Anotaan avustuksia mahdollisuuksien mukaan hyväntekeväisyys yhteisöiltä.

Osallistutaan muihinkin paikallisiin tapahtumiin mahdollisuuksien mukaan arpajaisilla ja/tai myyntituotteilla. Osallistutaan presidentinvaalin ja maakuntavaalien yhteydessä

järjestettäviin vaalikeräykseen. Järjestetään juhluvuoden keräys.

Talousarvio on 5000€ tappiollinen juhluvuoden kuluista johtuen

## 8. Edustukset ja yhteistyö

Yhdistys on jäsenenä Suomen Reumaliitossa ja Salon SYTY ry:ssä.

Salon Syty ry:ssä on jäsenenä 36 salolaista yhdistystä. Se toimii VEIKKAUS ry:n ja Salon kaupungin rahoituksella tarjoten kokoontumistilat, erilaista koulutusta mm. Atk- ja muuhun uuteen teknologiaan liittyvää. Se tuottaa tukea, apua ja neuvoja yhdistyksen vapaaehtoisille ATK tarpeisiin ja yhdistystoiminnan tehtäviin.

Yhdistyksellä on edustaja ja varajäsenedustaja Suomen Reumaliiton Varsinais- Suomen, Satakunnan ja Ahvenanmaan aluetoimikunnassa.

Yhdistyksen puheenjohtaja on Salon vammaisneuvoston neuvottelukunnassa.

Yhdistys on osakkaana Salon Työkeskus Oy:ssä ja yhdistyksellä on paikka Työkeskus Oy:n hallituksessa.

Yhdistys on osakkaana Salon Palvelutalosaatiössä.

