



**TOIMINTASUUNNITELMA
JA TALOUSARVIO
VUODELLE 2021**

JOHDANTO

Koska vuosi 2020 on ollut poikkeuksellinen johtuen korona-viruksen tuomista rajoituksista, toteutamme vuonna 2021 vuodelta 2020 siirtyneitä tapahtumia. Painopisteenä vuodelle 2021 on yhdistystoiminnan nostaminen, vertaistukitoiminta, yhteistyösuhteiden ylläpitäminen muihin järjestöihin, viestinnän tehostaminen ja paikallinen toimiminen diabeetikoiden hyväksi. SOTE:n seuraaminen ja siinä vaikuttaminen on myös yhdistyksemme tärkeä painoalue. Tarvitsemme myös uusia rahoituslähteitä.

1. TARKOITUS JA TEHTÄVÄT

Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistys ry toimii kaikkien pääkaupunkiseudulla asuvien diabeetikoiden, heidän läheistensä ja riskiryhmään kuuluvien henkilöiden edunvalvojana.

Yhdistys työskentelee toimialueellaan diabeteksen aiheuttamien haittavaikutusten ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi sekä valvoo diabeetikoiden yhteiskunnallisia etuja. Yhdistyksen toimialue on Helsinki, Espoo, Vantaa, Kirkkonummi ja Kauniainen.

Tukea, ohjausta ja koulutusta
Vastaanotto- ja neuvontapalveluja
Diabetesoppaiden ja hoitovälineiden myyntiä
Vertaistukea ja kerhotoimintaa

Tavoite

Jäsenmäärän nousun edistäminen. Pyritään lisäämään näkyvyyttä. Yhdistyksemme vahvuus on suuri jäsenmäärä. Nyt meidän pitää valjastaa tämä vahvuus käyttöön aktiivisella toimimisella. Me-hengen luomisella.

2. YHDISTYSTOIMINTA

Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistys on ollut toiminnassa yli 70 vuotta. Yhdistyksellä on mahdollisuus olla vahva vaikuttaja. Edunvalvontatyötä tehdään vammais- ja vanhusneuvostojen sekä muiden sairaus- ja vammaisjärjestöjen kanssa.

2.1 Henkilökunta

Yhdistyksessä työskentelee kokoaikainen toiminnanjohtaja Raila Sulasalmi, jonka työaika jakautuu hallinnollisiin tehtäviin, tapahtumien organisointiin ja toteutukseen. Lisäksi yhdistyksessä työskentelee osa-aikainen työntekijä (30h/viikko) terveydenhoitaja Ella Pirttinen. Ellan tehtävänä on antaa diabetesohjausta ja neuvontaa ja tehdä mittauksia yhdistyksessä, hoitaa yhdistyksen diabetesmyymälän tarvikemyyntiä, osallistua tapahtumiin ja pitää diabeteshoitajan vastaanottoa. Diabeteshoitaja Riitta Linnamäki-Rinne työskentelee yhdistyksessä kerran viikossa, keskittyen diabetesneuvonta toimintaan.

2.2 Alueosastojen toiminta

Yhdistys toimii aktiivisesti alueosastojen kanssa. Alueellisesti järjestetään tapahtumia ja tilaisuuksia, joihin myös yhdistys osallistuu.

2.3 Virkistystoiminta

Yhdistys täydentää alueosastojen virkistystoimintaa järjestämällä yhden isomman retken kotimaassa tai ulkomailla. Yhdistys järjestää avoimet ovet vähintään kaksi kertaa vuodessa.

2.4 Viestintä

Yhdistys julkaisee omaa jäsentiedotetta, KIDE-lehteä. Lehti ilmestyy paperisena neljä kertaa vuodessa. Lisäksi lehti on luettavissa verkkoversiona yhdistyksen kotisivuilla. Julkaistaan myös uutiskirje noin kerran kuukaudessa jossa markkinoidaan tulevia tapahtumia. Tehostetaan SOME-kanavien (Facebook ja Instagram) käyttöä, julkaisemalla tapahtumia ja ajankohtaisia asioita. Ylläpidetään ja kehitetään omia verkkosivuja ja autetaan alueosastoja omien verkkosivujen ylläpidossa tarvittaessa. Käytetään myös maksuttomia ”meno-palstoja” tapahtumien markkinoinnissa. Tiedotuksellisesti tärkeä päivä on Maailman Diabetespäivä 14.11.. Muita huomion arvoisia päiviä ovat Unelmien liikuntapäivä keväällä ja Unelmien työpäivä syksyllä.

Tiedottamisen apuna käytetään myös Diabetesliiton valmista materiaalia

2.5 Myymälä

Yhdistyksen myymälä on avoinna maanantaista torstaihin ja myös sovituksi. Myymälässä on terveydenhuollon ammattilainen vastaamassa diabeteskysymyksiin, antaa ohjausta ja neuvontaa mittaamiseen liittyvissä asioissa, tekee verensokerin, HbA1c- ja verenpaineen mittausta. Myymälässä järjestetään teemapäiviä kolme keväällä ja kolme syksyllä.

Aiheet:

verenpaine

uni

verensokerimittarit

jalat

terveysmittauspäivä

ravitsemuspäivä.

2.6 Vertaistuki

Yhdistys panostaa erityisesti tavoitteelliseen vertaistukitoimintaan vuonna 2021. Etsitään uusia innostuneita toimijoita ja koulutetaan uusia vetäjiä tarpeen mukaan. Tavoitteellinen vertaistukiryhmä kokoontuu sopimuksen mukaan neljästä kahdeksaan kertaan. Jokaiselle tapaamiskerralle on asetettu aihe. Käytetään olemassa olevaa valmista materiaalia, esim. Ikäinstituutin Voimapakka ja Mielen hyvinvointia -materiaalia. Autetaan alueosastoja omien vertaisryhmien perustamisessa ja ylläpitämisessä.

Vertaisryhmät vuodelle 2021:

- Työikäisten Ykkösten ryhmä
- Työikäisten Kakkosten ryhmä

2.7 Yhdistyksen ja liiton kokoukset, järjestöpäivät ja alueelliset neuvottelupäivät

Kevät kokous maaliskuussa

Järjestöpäivät keväällä

Alueelliset neuvottelupäivät syksyllä

Syyskokous loka-marraskuussa

Liiton kokous syksyllä

3. YHTEISTYÖ

3.1 Kaupunkien kanssa tehtävä yhteistyö

Ollaan aktiivisesti yhteydessä alueen terveysasemiin. Tiedossa on, että alueemme diabeetikot saavat heikkoa ohjausta sairautensa hoitoon, lisäksi useimmat kunnat ovat luopuneet liuskojen antamisesta tyyppin 2 diabeetikoille.

Yhdistys voi tarjota terveydenhuoltoa täydentävää palvelua tältä osin. Tavoitteena saada yhdistyksen toiminta tunnetuksi terveydenhuollon ammattilaisille, jotta he osaavat ohjata vastasairastuneet yhdistykseen. Päivitetään terveydenhuollon ammattilaisverkosto, pidetään yhteyttä heihin.

3.2 Yksi Elämä yhteistyö

Yhdistyksellä on edustus Uudenmaan Yksi Elämä -verkostossa. Verkostolla on edustus Uusimaa2019-organisaatiossa. Uusimaa2019 kokosivat yhdessä Kumajan kanssa yhteistyöelimen kehittämään maakunnan ja järjestöjen välisiä yhteistyörakenteita ja toimintamuotoja. Maakunnan ja järjestöjen yhteistyöelin toimii sote- ja maakuntauudistuksen valmisteluvaiheen kumppanina tulevaan Uudenmaan maakuntaa valmistelevalle Uusimaa2019-organisaatiolle. Jatketaan yhteistyötä myös vuonna 2021, osallistutaan aktiivisesti verkoston tapaamisiin ja tapahtumiin.

3.3 Toimintaa yli järjestörajojen

Yhteistyötä tehdään myös muiden kuin Yksi Elämään kuuluvien järjestöjen kanssa. Maahanmuuttajilla on usein ennakkoluuloja koskien terveydenhuollon palveluita. Vuonna 2019 on alkanut yhteistyö maahanmuuttajien kanssa, Moniheli ry. Heidän kanssaan suunnitellaan pidettäväksi tapahtuma Helsingissä maahanmuuttajille. Lisäksi tehdään yhteistyötä Suomen Venäjänkielisten kanssa, diabetestietouden lisääminen.

Diabeteksen liitännäissairauksiin lukeutuvat ongelmat munuaisten kanssa. Uudenmaan munais- ja maksayhdistyksen (UUMU) kanssa pidetään yhteisluento aiheesta diabetes ja munaisairaudet.

3.4 Oppilaitosyhteistyö

Alueen oppilaitoksista pyritään saamaan opiskelijoita mukaan tapahtumiin. Osallistutaan Laureassa järjestettäviin yhdistystori tapahtumiin, jota kautta voidaan saada yhdistykselle projektimuotoista toimintaa.

3.5 Diabetesliitto

Käytetään aktiivisesti liiton tuottamaa materiaalia omissa tapahtumissa. Markkinoidaan liiton järjestämiä koulutuksia jäsenistölle. Ollaan mukana Ykkösklubi toiminnassa.

4 TERVEYDENEDISTÄMINEN

Toiminnan painopiste vuodelle 2021 on hyvinvoiva diabeetikko. Eryteisesti huomioidaan ikääntyvät ja lapset ja nuoret. Yhdistyksen järjestämä toiminta on kaikille avointa. Pyritään pitämään mahdollisimman moni toiminta maksuttomana.

4.1 Diabetes tietouden lisääminen

Tehdään diabetesasiaa näkyväksi siellä missä olemme, valmiin materiaalin jakaminen ja tiedon antaminen. Pyynnöstä osallistutaan muiden järjestöjen tapahtumiin, esim. Yksi Elämä järjestöt, eläkeläisjärjestöt, Lion Club. Ollaan aktiivisesti esillä omissa tapahtumissa, jossa on mahdollista tavoittaa myös muita kuin omaa jäsenistöä – materiaalin jakaminen. Diabetes on valtimosairaus, huomioidaan myös verenpaine ja kolesteroli asiat.

4.2 Liikunta

Jatketaan liikuntatapaamisten järjestämistä. Liikuntatapaamisessa kerätään ideoita ja työstetään niistä toteuttamiskelpoisia. Tapaamiin ovat tervetulleita kaikki aiheesta kiinnostuneet. Varsinaista liikuntatoimikuntaa ei ole perustettu vaan tapaamisia järjestetään pari kertaa vuodessa.

4.3 Lapset ja nuoret

Alueellamme asuu noin 1300 tyyppin 1 diabetesta sairastavaa 0-19 -vuotiasta. Lapsille ja nuorille ei ole Diabetesliiton tai Kelan puolesta tarjolla kurssitoimintaa alueellamme. Olemme aktiivisesti yhteydessä Jorvin ja Uuden lastensairaalan diabeteshoitajiin, mietitään toimintaa yhdessä heidän kanssaan. Aiemmin alueella järjestetty HUS:n maksusitoumuksella lasten diabetesleiri, HUS ei enää maksusitoumuksia myönnä. Yhdistys järjestetään oman alueellisen diabeteslasten perheleirin kesällä 2021 yhteistyössä Hyvinvointilomat ry:n kanssa. Keväällä olemme mukana järjestämässä HUS Camp-tapahtumaa joka on tarkoitettu pitkäaikaissairautta sairastaville nuorille. Diabetesliiton kanssa ollaan yhteistyössä Ykkösclubi toiminnan myötä.

4.4 Ikääntyvät diabeetikot

Ikääntyviä diabeetikoita on määrällisesti koko ajan enemmän. Heidän hoitonsa on haasteellista. Tarjotaan koulutusta ikäihmisten diabeteksen hoitoon alueen palvelukeskuksille sekä tietoa omaisille ja diabeetikoille itselleen.

4.5 Väestökamppanjointi

4.5.1 Luennot

Vuoden 2020 Korona tilanne toi mukanaan haasteita yleisötilaisuuksien järjestämiseen. Järjestämme luentoja myös virtuaalisesti verkönvälityksellä. Luentotilaisuudet pidetään, jos palvelukeskus on siihen toimintaan avoinna. Facebookin välityksellä voimme järjestää erilaisia kysy-levelähetyksiä.

- Facebook-livessä aiheena
 - o Diabetes ja uniapnea
 - o Kysy diabeteshoitajalta
 - o Kysy ravitsemuksesta
 - o Diabetes ja verenpaine
 - o Lisäksi kaksi pyydettyä aihetta otetaan käsittelyyn
- Kampin palvelukeskuksessa pidetään kolme luentoa keväällä ja kolme syksyllä.
 - o Keväällä: jalkojenhoito, sosiaalisuudet, tyyppin 2 diabeteksen hoito
 - o Syksyllä: tyyppin 1 diabetes ikääntyvällä, diabetes ja liitännäissairaudet, kysy diabeteksestä - ilta

4.5.2 Tapahtumat

- Terveystapahtumat
 - o Osallistutaan yhdessä Yksi Elämä -järjestöjen kanssa Terveystapahtumiin tarjoamalla verensokerimittausta
- Diabeteskävely toukokuussa
 - o Yhdessä Lions-järjestön, Yksi Elämä järjestöjen ja Uudenmaan munais- ja maksayhdistyksen kanssa.

4.6 Ryhmät

- Omahoidon tukiryhmät:
 - o tyyppin 2 diabeetikoiden ryhmä
 - o tyyppin 1 diabeetikoiden ryhmä
 - o tyyppin 1 diabeteslasten vanhempien ryhmä
- Elämäntapamuutos ryhmä
 - o työikäiset tyyppin 2 diabeetikot, ryhmätapaamiset ja verkkokurssi

5 TALOUS JA HALLINTO

5.1 Talous

Yhdistys rahoittaa toimintaansa jäsenmaksuilla. Vuoden 2021 jäsenmaksu säilyy ennallaan 25€. Tästä liiton osuus on 7€ ja yhdistyksen osuus 18€. Lisäksi saadaan kaupungin avustuksia alueellisen toiminnan järjestämiseen, Helsinki, Espoo, Vantaa ja Kirkkonummi

5.2 Oma varainhankinta

Yhdistys toteuttaa omaa varainhankintaa tekemällä yhteistyötä eri yritysten kanssa. Lisäksi yhdistyksellä on omaa diabetestarvikkeiden, adressien ja diabetesmateriaalien myyntiä.

5.3 Myytävät palvelut

Uudenmaan AVH-yhdistys ostaa yhdistykseltämme sihteeripalveluita. Uudenmaan AVH-yhdistyksen palveluista vastaa Ella Pirttinen ja Raila Sulasalmi yhdessä.

4.4. Diabetesneuvonta

Yhdistys aloitti diabetesneuvonta toiminnan syksyllä 2020. Neuvonta toiminnassa diabeteshoitaja Riitta Linnamäki-Rinne pitää vastaanottoa kerran viikossa. Neuvontaan voivat hakeutua diabeetikot, pre-diabeetikot ja muuten diabeteksestä kiinnostuneet asiakkaat. Palvelu on maksullista toimintaa. Yhdistyksen jäsenet saavat palvelut edullisemmin. Diabetesneuvonnassa on mahdollista tehdä kahden viikon Libre-sensorointi tehostamaan hoidonohjausta. Yhdistys tekee yhteistyötä lääkäripalveluiden osalta Töölön Mehiläisen kanssa.

5.4 Talousarvio

Talousarvion tuotot ovat 264.060 €. Talousarviossa on huomioitava, että haettavien avustusten päätökset tulevat myöhemmin. Talousarvio on tämän toimintasuunnitelma liitteenä.

5.5 Toimintasuunnitelman ja talousarvion päivittäminen

Syyskokous myöntää Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistykselle oikeuden päivittää toimintasuunnitelma ja talousarvio myönnettyjen avustus- ja hankepäätösten mukaiseksi.

6 Alueosastojen toimintasuunnitelmat 2021

Espoon toimintasuunnitelma

Yleistä

Espoon alueosaston tehtävä on jakaa tietoa, tukea ja toimintaa jäsenilleen, alueen muille diabeetikoille, sairastumisriskissä oleville sekä heidän läheisilleen. Espoon alueosaston kaikessa toiminnassa korostuu terveyden edistäminen, sairauden ehkäisy ja jo sairastuneiden elämän laadun parantaminen ja turvaaminen. Espoon alueosastolla on vertaistukikerhoja ja liikuntaryhmiä eri puolilla Espoota. Vertaistukikerhojen ja liikuntakerhojen merkitys on tärkeä, koska kerhotoiminta tukee diabeetikon jaksamista ja omahoitoa, kerhossa voi vaihtaa omia hoitokokemuksia kavereiden kanssa. Kerhoissa luennoi asiantuntijoita eri aihepiireistä.

Edunvalvonta

Osallistutaan Espoon Vammaisneuvoston toimintaan. Tehdään yhteistyötä Diabetes-, Aivo-, Sydänliittojen sekä Parkinson- ja Reuma yhdistyksien kanssa.

Tiedotus

Toiminnasta tiedotetaan Kide lehdessä, joka ilmestyy 4 kertaa vuodessa.

Vertaistuki

Betes kahvila Espoon keskuksessa jatkaa toimintaansa samoin perhekerhot. Lisäksi vertaistukitoimintaa erikoissairaanhoidossa potilastukipiste Olkassa Meilahden sairaalassa. Leppävaarassa, Tapiolassa ja Espoonlahdessa suunnitellaan ryhmiä alkavaksi vuonna 2021.

Verkostoituminen

Verkostoituminen jatkuu vuoden 2021 aikana edelleen. Toimintaan osallistuu yhdistyksiä pääkaupunkiseudulta yli kuntarajojen. Sydän-, Muisti- ja Allergia/Astmayhdistyksen kanssa yhteisiä luentoja.

Muuta suunniteltua toimintaa Espoossa

Maailman Diabetespäivä 14.11., jota vietetään eri tempauksin alueella.

Osallistutaan apteekkeissa esitteiden jakoon ja verensokerimittauksiin.

Sieni retki pyritään järjestämään loppukesästä tai alku syksystä. Sokkomatka / retki tehdään keväällä tai syksyllä.

Lisäksi järjestämme ruokaluennon tai kurssin ”Diabeetikon ruoka”. Liikuntaryhmiä on alueella useita, muun muassa keilailu, kuntosali ja vesijumpat. Kierrämme palvelutaloissa, terveysasemilla ja apteekkeissa jakamassa materiaalia ja tietoa diabeteksestä. Pyrimme järjestämään kaikille avoimia luentoja.

Helsingin toimintasuunnitelma vuodelle

Yleistä

Helsingin alueosaston yksi tärkeimpiä tehtäviä on jäseniensä vertaistuen mahdollistava toiminta sen eri muodoissaan ja yhteistoiminnassa muitten alueyhdistysten ja pääyhdistyksen (Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistys ry.) kanssa. Suurin osa yhdistyksen jäsenistä on helsinkiläisiä ,3563 koko jäsenistön määrän ollessa (tilanne syyskuu 2020).

Talous

Alueyhdistys saa käyttövaroja pääasiassa pääyhdistyksen budjetista, jonka tulot muodostuvat jäsenmaksuista ja Helsingin kaupungin avustuksesta sekä lisäksi vaalivuonna Pieni Ele – keräyksen tuotosta, joka vaihtelee vuosittain paljon.

Tiedotus

Helsingin alueosasto tiedottaa tapahtumistaan Kide-lehdessä ja yhdistyksen Facebook-sivuilla ja muissa yhteisissä tiedotuskanavissa.

Edunvalvonta

Tällä hetkellä Helsingin alueosastolla ei paikkaa vammaisneuvostossa. Edunvalvontaa hoidetaan yhdessä Helsingin Sydänyhdistyksen kanssa. Myös tarvikejakelua seurataan, jotta mahdollisilta ongelmilta vältytään. Eduskunnan diabeteskerhoon olisi myös syytä pitää yhteyttä esim. Kela – korvausten suhteen; politiikka vaikuttaa edellisiin.

Matkat, reissut, muut virkistystapahtumat

Muitten alueosastojen kanssa varaudutaan lisäämään budjetin salliessa mm. yhteisiä retkiä ja matkoja, esim, Helsingin saaristo, koska pidemmät kuljetukset busseilla edellyttävät tiettyä minimi osallistujia määrää ollakseen mahdollisia, vaikkakin suurelta osin omakustanteisina. Pyritään ainakin pariin teatteri – esitykseen. Toivomme ensi kevääksi suunnitellun Kroatian matkan toteutuvan.

Messuille, kuten Sydänmessut, Vapaaehtoistoiminnan messut Wanhalla, Maailman Diabetespäivä jne., osallistutaan

Liikunta

- Vesivoimistelua Mäkelänrinteen uimahallissa tiistaisin

- Lentopallo-kerho kokoontuu kerran viikossa Kisahallilla
- Asahi kerran kuussa maanantaikerhon puitteissa Kampin palvelukeskuksessa

Kerhot

Maanantai - kerho Kampin palvelukeskuksessa

Tiistai - kerho yhdistyksen tiloissa

Malmin kerho

Perhekerhon toiminnan toivotaan jälleen käynnistyvän

Vantaan toimintasuunnitelma

Yleistä

Vantaan alueosasto pyrkii vaikuttamaan hyvän omahoidon toteutumiseen sekä tyyppin 1 että 2 diabeteksessa. Teemme myös ennaltaehkäisevää diabetestyötä jakamalla tietoa eri tilaisuuksissa. Yritämme auttaa ihmisiä ja heidän läheisiään jaksamaan tämän elinikäisen sairauden kanssa, pyrimme parantamaan sairastuneiden elämänlaatua. Vertaistukea tarjotaan kaikissa tilaisuuksissamme.

Perustoiminta

Vertaistukiryhmät

Tikkurilassa toimii vertaistukiryhmä, jonka toimintaa tuomme aktiivisesti esille mm. lehti-ilmoituksilla. Ohjelmassa luentoja diabetesta lähellä olevista asioista, teatterissa käyntejä ja muita kulttuuritapahtumia, tuote-esittelyitä, retkiä. Kokoontuu kerran kuussa.

Länsi-Vantaan vertaistukiryhmä kokoontuu Monitoimitila Arkissa Myyrmäessä kerran kuussa. Tuote-esittelyitä, luentoja, retkiä, keskustelua ravitsemuksesta ja liikunnasta.

Hakunilan vertaistukiryhmä kokoontuu kerran kuussa Hakunilan kirkon tiloissa, ohjelmassa käsitöitä, askartelua, luentoja, retkiä.

Perhekerho kokoontuu erillisen sopimuksen mukaan.

Kaikissa ryhmissä on aina vertaistukikeskustelua.

Vesivoimisteluryhmä Myyrmäen uimahallissa 14 kertaa sekä keväällä että syksyllä.

Asahi-terveysliikunta Kansalaistoiminnan keskus Leinikissä perjantaisin.

Tiedotus

Vantaan alueosaston esite, joka ilmestyy vuonna 2021 KIDE-lehden joka numeron välissä, sisältää tietoja alueosaston toiminnasta, yhteystiedot alueosaston toimikunnan jäsenistä. Alueosastolla on myös omat nettisivut ja Facebook-sivut. KIDE-lehteä ja Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistyksen esitettä jaetaan terveyskeskuksiin, apteekkeihin, messuilla ja muissa tapahtumissa. Toiminnasta tiedotetaan myös Vantaan Sanomissa.

Edunvalvonta

Tehdään yhteistyötä terveysasemien kanssa, pyritään sitä kautta vaikuttamaan kaupungin toimintaan diabetesasioissa, mm. välinejakelussa.

Muu toiminta

- Osallistutaan Diabetesliiton koulutuksiin ja järjestöpäiville
- Käydään yhdessä elokuvissa ja museoissa, teatterissa ja kesäteatterissa
- Osallistutaan mahdolliseen Vantaan terveysasemien Hyvinvointiviikkoon keväällä tai syksyllä
- Vantaan Hyvinvointimessut lokakuussa 2021
- Osallistutaan PSDY:n järjestämiin tapahtumiin ja tilaisuuksiin
- Maailman Diabetespäivä 14.11.2021, ollaan apteekkeissa päivään liittyvissä tapahtumissa
- Tehdään retkiä, Kuusijärvelle ja Håkansbölen kartanoon, alustavasti suunniteltu kevätkaudella käyntiä Sjundeån linnaan tai Pokrovaan
- Diabetesliiton, Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistyksen ja Vantaan alueosaston esittelyä Vantaan terveyskeskusten järjestämällä hoidonohjaukskursseilla
- Yhteistyötä Lions-ryhmien ja Vantaan Sydän ry:n kanssa, olemme mukana myös Vantaan Järjestöringissä

Kirkkonummen toimintasuunnitelma vuodelle 2021

Alueosaston toiminta

Kirkkonummen alueosasto ei ole tällä hetkellä aktiivinen. Yhdistys vastaa Kirkkonummella pidettävästä toiminnasta. Ollaan yhteydessä alueen diabeteshoitajiin.

Vertaistuki

Vertaistuki toiminnan elvyttäminen yhteistyössä Kirkkonummi-Siuntion Sydänyhdistyksen kanssa

Tapahtumia ja luentoja

- Kirkkonummipäivät
- Ruokakurssi yhdessä Marttojen kanssa
- Yksi isompi Diabetes-luento vuonna 2021
- Tehdään yhteistyötä alueen muiden järjestöjen kanssa:
 - o Syöpäyhdistys
 - o Sydänyhdistys
 - o Martat

Tiedottaminen

Omalla verkkosivulla tiedotetaan alueosaston tapahtumista ja myös pääkaupunkiseudun yhdistyksen tapahtumista. Verkkosivujen ylläpitokustannukset tulee huomioida.

Sähköisellä uutiskirjeellä voidaan tiedottaa paikallisille jäsenille Kirkkonummen tapahtumista

Tiedotetaan yleisesti ajankohtaisia diabetekseen liittyviä asioita. Lisätään tapahtumat Meno palstoille.