

TOIMINTASUUNNITELMA 2009

YLEISTÄ

Päijät-Hämeen MS-yhdistys ry:n tavoitteena on toimia alueellisena MS- ja harnes-tietokeskuksena ja jäsentensä tukiverkkona.

Vuonna 2009 toimintaa jatketaan pääosin vuonna -08 toteutuneiden periaatteiden mukaisesti.

HALLINTO

Yhdistyksen yleiset kokoukset, syys- ja kevätkokous, pidetään sääntöjen määräämänä ajankohtana. Yhdistyksen hallitus huolehtii toimintasuunnitelman ja muiden yhdistyksen kokouksen tekemien päätösten toteuttamisesta. Hallitus kokoontuu aina kun asiat niin vaativat.

JÄSENTOIMINTA

Yhdistys pitää vähintään neljä yhteistä teemallista jäseniltä kaikille jäsenille, eri paikalliset kerhot pyrkivät pitämään jäsenillan kuukausittain. Kokouksen sisällön ne päättävät itsenäisesti.

Nykyisiä liikuntaryhmiä ja –tapahtumia jatketaan kuten ennenkin.

Vertaistukiverkostoa kerhotoiminnan muodossa pyritään laajentamaan Lahteen ja Orimattilaan.

Omaisten-, miesten- ja harnes- sekä rupattelukerhojen toimintoja jatketaan kuten vuonna 2008.

Samoin nuorten- ja kädentaitokerho jatkavat toimintaansa kuten vuonna 2008.

Yhdistykseen liittyneet **uudet jäsenet** yritetään saada entistä **paremmin mukaan toimintaan** sekä tulemaan aktiivisesti jäseniltoihin mukaan.

SOSIAALINEN KUNTOUTUS, LIIKUNTA JA SEN EDISTÄMINEN

Hyvän vastaanoton saanutta **ratsastusta pyritään jatkamaan**. Yhdistyksen jäseniä osallistuu Lahden työväenopiston järjestämään MS-jooga- kurssille ja yhdistyksen järjestämään venytysvoimisteluun. Pilatesta jatketaan tänäkin vuonna sekä vesivoimistelua, jos saadaan ryhmä kokoon, järjestetään kaikille halukkaille siihen mahdollisuus. Lisäksi jatkamme yhteistyötä Hämeen avokuntoutuskeskuksen kanssa. Jäsenistön halukkuutta melontaan tutustumiseen selvitetään, jos halukkuutta ilmenee, järjestetään heille siihen mahdollisuus. Paikallisten oppilaitosten kanssa jatketaan hyvin alkanutta yhteistyötä. Yhdistys pyrkii olemaan tietoinen kuntien järjestämistä erityisryhmien liikuntatapahtumista. Myös kerhot jatkavat yhteistyötä paikallisten terveyskeskusten kanssa itsenäisesti esim. perustamalla liikuntaryhmiä. Lisäksi kartoitamme jos saamme järjestettyä jäsenille kognitioon liittyvän muisti kurssin.

Yhdistys jatkaa Hämeen avokuntoutuskeskuksen kanssa aloitettua 60 vuotta täyttäneiden jäsenten **kuntoutustapahtumia**. Yhteistyötä muiden paikallisten vammais- ja kansanterveysjärjestöjen kanssa yritetään luoda liikunta- ja kuntoutustapahtumien muodossa.

TIEDOTUSTOIMINTA

Yhdistys lähettää jäsenilleen jäsenkirjeet, joissa tiedotetaan tulevista tapahtumista ja tilaisuuksista. Myös kaikille jäsenille tulevaa Avain-lehteä sekä Viikkouutisten järjestöpalstaa käytetään tiedottamiseen. Invakeskuksen sivuilla olevaa nettipalstaa päivitetään ja siinä ilmoitetaan tapahtumista.

Sairaudesta ja sen hoidosta tiedotetaan jäsenistölle ja yleisölle paikallisesti vertaistukihenkilöiden, jäsenkirjeiden, jäseniltojen ja MS-liiton Avain-lehden kautta.

Yhdistyksessä toimii MS-liiton koulutuksen saanut potilasluennoitsija, joka kutsuttaessa tulee kertomaan kuntien ja oppilaitosten asiasta kiinnostuneille ryhmille sairaudesta, sen hoidosta, kokemisesta ja vaikutuksista.

MS-viikolla yhdistyksen tulee näkyä aikaisempaa enemmän ja laajemmin esim. tapahtuma toimistolla. Ulkoiseen tiedotukseen pyritään panostamaan kaikkien tapahtumien kohdalla.

VARAINHANKINTA

Kesätapahtuma on tärkeä varainhankinnan muoto vuonna 2009. Pyrimme panostamaan tänä vuonna tähän asiaan. Jatkamme yhteistyötä Liipolan Lähiöseuran kanssa. Osallistumme myös kesäkuussa oleviin Europarlamenttivaaleihin lipasvahteina.

Yhdistys pyrkii myymään testamenttilahjoituksena saatuja taideteoksia.

Perinteisesti yhdistys järjestää kaikissa tapahtumissaan pienarpajaisia.

Yhdistys hakee toiminta-avustuksia toimialueensa kunnilta ja yleishyödyllisiltä järjestöiltä sekä yrityksiltä tiettyyn toimintaan tai harrastukseen kohdistettuina.

VERTAISTUKIHENKILÖTOIMINTA

Yhdistys toimii sairastuneiden, heidän omaistensa ja muiden sairastuneiden ongelmista kiinnostuneiden yhdyssiteenä. Yhdistyksessä toimii kolme koulutettua jäsentä vertaistukihenkilöinä ja heidän lisäksi kaksi omaisyhdyshenkilöä. Uusia vertaistukihenkilöitä pyritään saamaan toimintaan mukaan varsinkin nuoria jäseniä.

Alueellisten pienryhmien muodostamisen keskeisenä tavoitteena on saada aikaan yksittäisen jäsenen lähellä toimiva vertaistukiverkosto, jonka avulla kyetään auttamaan jäsenistöä perinteisen vertaistukitoiminnan lisäksi myös paikallisissa ja alueellisissa ongelmissa.

EDUNVALVONTA

Yhdistys tiedottaa jäsenistölleen sairauteen, kuntoutukseen ja yhteiskunnan tarjoamiin etuisuuksiin liittyvistä säännöksistä ja niiden toteutumisesta toimialueella sekä neuvoo ja avustaa säännösten tulkinnassa. Hallituksen nimeämät kaksi edunvalvojaa vastaavat tästä toiminnasta

YHTEISTYÖ

Yhdistys toimii yhteistyössä Suomen MS-liitto ry:n ja Hämeen Avokuntoutuskeskuksen kanssa ja osallistuu hallituksensa päätösten mukaan liiton järjestämiin toiminnallisiin ja taloudellisiin projekteihin.

Yhdistys on Lahden Invakeskus ry:n jäsenjärjestö, ja toimii yhteistyössä Invakeskuksen ja sen jäsenjärjestöjen kanssa virkistystoiminnassa sekä alueellisissa ja edunvalvonnallisissa hankkeissa.

Yhteistyön jatkamisesta keskustellaan syyskokouksessa koska Invakeskus korottaa ensi vuonna jäsenmaksua.

Yhdistys pyrkii syventämään yhteistyötään toimialueensa kuntien vammaisneuvostojen kanssa niin, että mahdollisimman monessa vammaisneuvostossa on myös yhdistyksemme edustaja.

Lisäksi aloitamme yhteistyön muiden MS-yhdistysten kanssa esim. kutsumalla heitä kesätapahtumaan ja jäseniltoihimme. Yhdessä voimme vaikuttaa paljon enemmän.

LOPUKSI

Yhdistys toivoo jäsenistöltä **aktiivista** ja **rakentavaa** palautetta, jotta se osaisi kohdentaa yhdistyksen toimintaa mahdollisimman hyvin jäsenistöään palvelemaan suuntaan. Kaikki tätä koskevat aloitteet hallituksen sisä- ja ulkopuolelta ovat tervetulleita ja otetaan hallituksen käsittelyyn.

Lahdessa 1.10.2008

Hallitus