



Päivämäärä 19.11.2018

## **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2019**

### **Toiminnan tarkoitus**

Yhdistyksen tarkoituksena on toimia jäsentensä edunvalvojana sosiaalisen ja taloudellisen oikeudenmukaisuuden saavuttamiseksi. Tarjota jäsenilleen mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen, ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja yksinäisyyttä järjestämällä viikoittaisia kerho tapaamisia sekä kulttuuri-, harrastus- ja virkistystoimintaa. Edistää jäsentensä fyysistä ja henkistä toimintakykyä sekä tekee toimintaansa tunnetuksi eläkkeelle siirtyvien ja jo eläkkeellä olevien keskuudessa.

Yhdistys kuuluu jäsenenä valtakunnalliseen Eläkkeensaajien Keskusliittoon ja Eläkkeensaajien Keskusliiton Helsingin piiriin.

### **Kerhokokoontumiset ja harrastekerho**

Yhdistys kokoontuu joka maanantai Kaarelantie 86 C-rapun viereisessä kerhuhuoneistossa Kannelmäessä klo 11.00 alkaen. Hallitus kokoontuu joka toinen maanantai klo 10.00-11.00. Hallituksen ylimääräiset kokoukset pidetään erikseen sovittuna aikana ja paikassa.

Yhdistyksen harrastekerho kokoontuu joka toinen maanantai samassa kerhuhuoneistossa.

Hallituksen jäsenet suunnittelevat ja järjestävät ohjelmaa kerhon kokouksiin. Lisäksi yksittäiset jäsenet lausuvat runoja ja kertovat vitsejä, järjestävät tietokilpailuja ja muistitehtäviä.

#### **Kerhon kokoontumiset**

- Sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäiseminen  
Pyydetään kerhoon asiantuntijavieraita esim. kertomaan kotitapaturmista, erilaisista sairauksista, ikääntyvien ruokailusta, lähialueellamme tapahtuvista muutoksista
- Omatoimisuuden lisääminen  
Avustamme tietokoneen ja tabletin käytössä sekä kotisivujen käytön opastuksessa
- Vapaaehtoistoiminta  
Käymme huonokuntoisten jäsenten luona, autamme kauppa-asioissa. Teemme kimppakyydillä retkiä elokuviin, museoihin tai teattereihin.

#### **Harrastekerho**

##### **Terveyden ja toimintakyvyn tukeminen**

- Jokaisen kerhotapaamisen aloitamme esim. tuolijumpalla, tasapainoharjoittelulla, monipuolisella liikuntatuokiolla tai keppijumpalla.
- Pelaamme sisäbocciaa ja bingoa, kesällä ulkona mölkkyä ja petanqueta.
- Pidämme tietokilpailuja sekä muita muistiharjoituksia.

### **Jäsenhankinta ja tiedotustoiminta**

Vuonna 2019 pyrimme edelleen kehittämään jäsenhankintaa ja tiedotustoimintaa. Tavoitteena on saada lisää jäseniä yhdistykseemme, parantaa tiedottamista ja aktivoida nykyisiä jäseniä osallistumaan kokoontumisiin, retkille sekä toimimaan yhdistyksen eri tehtävissä.

Lisäksi hyödynnämme aikaisempaa enemmän yhdistyksemme kotisivuja tiedottamisessa.

### **Kurssit**

Eläkkeensaajien Keskusliitto ja Eläkkeensaajien Keskusliiton Helsingin piirin kursseille lähetämme vastuuhenkilöitä sekä uusia, aktiivisia jäseniä. Näin varmistamme, että yhdistyksellä on käytettävissä osaavia toimihenkilöitä.

Hyödynnämme eri kurssien käyneiden osaamista kerhossamme.

### **Varainhankinta**

Toiminnan ylläpitämiseksi keräämme jäsenmaksua 20 euroa/jäsen/vuosi.

Lisävarojen hankkimiseksi pidämme myyjäiset ja kerhotilaisuuksissa järjestämme arpajaiset sekä retkillä linja-autoarpajaiset. Myös tapaamistemme kahvin myynnillä sekä maksullisella bingon pelaamisella saamme varoja toimintaamme varten.

Helsingin kaupungilta anomme toiminta-avustusta yhdistyksen toiminnan tukemiseksi.

### **Toiminta**

Vuosi 2019 on yhdistyksen 39. toimintavuosi.

Kerhokokoontumisten lisäksi järjestämme kevätjuhlan ja joululounaan. Vuoden lopussa järjestämme syntymäpäiväjuhlan (ns. ruusujuhla) merkkivuotia täyttäneille jäsenillemme.

Lisäksi pyrimme aktiivisesti hankkimaan tilaisuuksiimme vierailijoita ja asiantuntijoita sekä myös Eläkkeensaajien Keskusliitosta ja Eläkkeensaajien Keskusliitto Helsingin piiristä toimihenkilöitä.

Viime vuoden tapaan tulee kitaristi säestämään yhteislaulutilaisuuksiamme.

Helmikuussa järjestämme "Avoimien ovien" päivän.

Käymme kerran kuukaudessa yhdessä ruokailemassa alueemme lounasruokaloissa (omakustanteisesti).

Kesällä pyrimme järjestämään mölkkykilpailun.

Kerhotilaisuuksissa tiedotamme jäsenillemme menovinkkejä lähiössämme järjestettäviin tapahtumiin esim. Kanneltalon tilaisuuksiin.

Lisäksi jaamme jäsenille listan erilaisista ilmaistapahtumista Helsingin alueella.

Poisnukkuneita jäseniä muistamme sytyttämällä muistokynttilän kerhotilaisuudessa ja lähetämme suruadressin omaisille.

### **Matkat ja retket**

Retkiä, matkoja, teatteri- ja museokäyntejä järjestämme kuten ennenkin. Lisäämme yhteistyötä muiden yhdistysten kanssa mm. retkien järjestämisissä.

Osallistumme aktiivisesti myös Eläkkeensaajien Keskusliiton ja Eläkkeensaajien Helsingin piirin järjestämiin tapahtumiin.

HALLITUS