

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2009

Tiivistelmä Alueosasto aloitti jo vuonna 1984 kerhotoiminnalla; keskustelua ja tietoisuuksia. Alueosaston nimi muutettiin vuoden 2009 alusta Kirkkonummen alueosastoksi, koska siuntiolaiset jäsenet siirtyivät Lohjan yhdistykseen Paras-hankkeen aluejoon johdosta. Toiminta on jatkunut entiseen tapaan; pääasiassa keskustellen vertaistuen muodossa ja hoidon kertausta asiantuntijoiden opastuksella. Keskusteluryhmä on kokoontunut kuukausittain.

Liikuntaryhmiä oli koko vuoden kaksi; kuntosali ja sauvakävely. Kevätkauden toimivat lisäksi keilailu- ja bocciaryhmät. Hoidon tehostamiseksi järjestettyihin liikuntaryhmiin osallistuneet olivat hyvin sitoutuneita. Kerhot kokoontuivat viikoittain.

Kirkkonummella on toiminut aktiivisesti perheiden vertaistukiryhmä.

Kirkkonummen alueosasto osallistui Tyypin 1 diabeteksen päivitiespävän järjestelyihin Kirkkonummella yhdessä Espoon alueosaston ja Mendi Ry:n kanssa.

Kirkkonummella ja Siuntiossa toimivat kokeneet diabetesvastaalääkärit, motivoituneet diabeteshoitajat sekä toimiva välinejakelu. Alueosasto selvitti kunnallisen jalkojenhoidon palvelun saatavuutta.

Yleistä Alueosasto toimii Pääkaupunkiseudun Diabetesyhdistys ry:n alueellisena toimintayksikkönä. Näin saavutetaan sekä paikallistuntemuksen ja lyhyempien välimatkojen tuomat hyödyt että koko pääkaupunkiseudulla toimivan yhdistyksen asiantuntemus. Kokoontumispaikka Pappilanmäen Palvelukeskuksessa on todettu hyväksi etelä-kirkkonummelaisille. Pohjoisen alueen ja työikäisten aktivointi on hankalaa, joka johtuu osaksi pitkistä välimatkoista ja julkisen liikenteen rajoituksista.

Yleisötilaisuudet ovat suosittuja; osallistujia 10 – 60 henkilöä. Kuukausitapaamisiin osallistuu 5 -12, kuntosaliin 7 – 9, sauvakävelyn, keilailuun ja bocciaan 4 – 8 henkilöä.

Alueosaston vuosikokous pidettiin 15.1.2009 Pappilanmäen Palvelutalolla. Puheenjohtajaksi valittiin Otto Kangasniemi, sihteeriksi Urpu Hammar sekä rahastonhoitajaksi Reino Altain. Sirpa Urhonen hoiti yhteydenpidon yhdistykseen Malminkadulle. Urpu Hammar erosi sihteerin tehtävistä terveydellisistä syistä johtuen, jonka jälkeen tehtäviä on hoitanut Otto Kangasniemi ja Raili Rissanen.

Alueosaston toimikunta; Otto Kangasniemi, Reino Altain, Raili Rissanen ja Sirpa Urhonen kokoontuivat suunnittelupalaveriin kolme kertaa sekä piti yhteyttä sähköpostitse. Toimikunta osallistui Diabetesliiton järjestöpäiville Joensuussa 7. – 8. 3.2009.

Edunvalvonta

Vanhuus- ja vammaisjärjestöjen keskinäistä yhteistyötä hoitaa Kirkkonummella yhteistyövaltuuskunta. Diabeetikkojen edustajana toimi alkuvuoden Marjatta Suvanto ja hänen varahenkilönä toimi Urpu Hammar, syyskuusta lähtien kokouksiin on osallistunut Otto Kangasniemi ja hänen varajäseneksi valittiin Reino Altain. Vaihdos tehtiin edellisten edustajien pyynnöstä. Otto Kangasniemi on selvittänyt jalkaterapeutin toimen muuttamista kokopäiväiseksi.

Alueosasto ei saanut edustajaa vammaisneuvoston, kaudeksi 2009 – 2010. Valintakriteereitä on muutettu seuraavaan vaalijaksoon niin, että alueosasto saa oman edustajan kaudeksi 2011 – 2012. Vammaisneuvoston kokouksiin on läsnäolo-oikeus, alueosasto valitsi Otto Kangasniemen osallistumaan.

Tiedotus Diabetesliiton tiedotusmateriaalia jaettiin alueosaston ja kerhojen kokouksissa, terveystieteiden ja työterveyshuollon diabeteshoitajat huolehtivat myös tiedottamisesta.

Diabeteshoitaja Marja Salmi jakoi diabetestietoa ja mittasi riskiryhmään kuuluvien verensokeria Kirkkonummi-päivillä 29.8.2009. Mukana terveystieteessä olivat myös Kirkkonummen-Siuntion Sydänyhdistys ry ja Kirkkonummen-Siuntion Hengitysyhdistys ry.

Sirpa Urhonen osallistui nuorille ja lapsille suunnattujen ”Digga Safka” ja ”Terve Elämä”- projektien suunnitteluun.

Vertaistuki, kurssit, kerhot

Keskustelukerho kerran kuukaudessa torstai-iltapäivisin kokoontui kahdeksan kertaa, 19.2., 19.3., 16.4., 14.5., 17.9., 15.10., 19.11. ja 17.12. Ajankohtiin liittyen pidettiin vuosikokous 15.1. Keskustelun aiheina olivat mm terveysneuvonta, ruokavalioasiat, matkailuun liittyvät asiat, jalkojen hoito sekä yhdistyksen järjestämät tilaisuudet. Perinteistä puurojuhlaa vietettiin joulunalusviikolla. Vetäjänä toimi Otto Kangasniemi. Ulkopuolisina asiantuntijoina toimi osastonhoitaja Anne Hilander, ravitsemusterapeutti Katriina Lammi, yhdistyksen diabeteshoitaja Kristiina Toivoniemi sekä Metropolia-ammattikorkeakoulun jalkaterapeutti-opiskelijat.

Liikunta ja virkistystoiminta

Kuntosalivuoro Pappilanmäen Palvelukeskuksessa jatkui tiistai-aamuisin. Palvelukeskus muutti vuoroaikamme yleiseksi. Jäsenet kokoontuivat jatkossakin samaan aikaan kuntosaliryhmään. KKI-projektissa mukana olleet jäsenet huolehtivat tulokkaiden neuvonnasta ja ohjauksesta. Vetäjinä toimivat Urpu Hammar ja Risto Kettunen.

Tiistai-iltainen leppoisatahtinen sauvakävely jatkui kesäkautta lukuun ottamatta. Yhteyshenkilönä toimi Sirpa Urhonen.

Keilaryhmä kokoontui kevätkauden tiistai-päivisin Varuboden-Arenalla. Loppuvuonna keilailijat ohjattiin Espoon alueosaston keilaryhmiin torstaisin Leppävaarassa Vetäjinä toimivat Reino Altain ja Raili Rissanen.

Boccia-ryhmä kokoontui kevätkauden torstai-iltapäivisin Pappilanmäen Palvelukeskuksessa. Risto Kettunen toimi vastuuhenkilönä. Palvelutalolla toimii useita Boccia-ryhmiä eikä omalle ryhmälle ollut enää tarvetta.

Vaalikeräys EU-vaalien aikana toimimme lipasvahteina valvoen vammaisten vaalikeräystä.