

Hei vertaistukiryhmän ohjaajat,

kevät etenee tohinalla ja tohinaa on ollut myös Lapin Kilpirauhasyhdistyksen ja KERRO JA KUUNTELE -projektin kevässä. Yhdistyksen 15 vuotis- juhlaseminaari on nyt pidetty ja historiikki kirjoitettu ja on aika suunnata katseita tulevaan. Tällä hetkellä yhdistyksellä kirjoitetaan STEA:lle (rahoittaja) väliraporttia vuosien 2017-2018 osalta. Siihen tarvitsemme myös teidän apuanne. Tässä uutiskirjeessä on seuraavana kohtana ”Arviointia tarvitaan nyt!” ja pyydänkin teitä kaikkia täyttämään arvioinnin, niin hyvin kuin mahdollista, jotta saataisiin rahoittajalle tieto siitä, mitä täällä Lapissa on tehty ja vakuutettua rahoittajan siitä, että tarvitsemme edelleen rahoitusta, jotta kilpirauhassairaiden edunvalvonta ja sen kehittäminen säilyisi Lapissa myös tulevaisuudessa.

Lääkäri Ville Pönttynen luento 17.12.2019 on nyt katsottavissa kuukauden ajan internetin kautta vapaasti. Se kannattaa hyödyntää ryhmissä ja jos yhdessä katsominen ei ole mahdollista, niin voitte välittää tietoa tästä katselumahdollisuudesta, jotta jokainen ryhmään osallistuva voi sitten itse hakeutua tallennetta katsomaan.

Vertaistukiohjaajien ideapäivät ovat jälleen toukokuussa ja alla on lisää infoa siitä. Ilmoittakaa minulle, josko pääsette tulemaan mukaan, niin tiedän järjestellä teille majoitusasiat kuntoon 😊 satu.saari@lapinkilpi.com

Valtakunnallinen Lääkehoidon päivä on jälleen 21.3.2019 ja alla siihen liittyen videotallennelinkki, jota myös voi hyödyntää ryhmässä tai ainakin levittää tietoa siitä, mistä tallenteen voi katsella.

Vertaistukiohjaajien työnohjausta on tarjolla vielä huhtikuussa ja ne teistä, jotka haluavat osallistua, voivat ilmoittautua minulle, niin sovimme sitten, kuinka menetellään esim. matkakustannusten osalta.

Jääkarhuheijastimet eivät ole vielä saapuneet, joten niitä kerkeää vielä tilata minulta, ilmoittamalla ryhmissä kävijöiden määrän. Lähetän sitten heijastimet teille ja voitte jakaa ne ryhmäläisille 😊 Olen tähän mennessä saanut vain yhden tilauksen.

Uutena toimintana olemme yhdessä Lapin Sydänpiirin kanssa järjestämässä liikunnallisia työikäisten vertaistukiryhmiä Lappiin. Pilottoimme kuluvan vuoden aikana Rovaniemellä ryhmien toimintaa. Alkuperäisenä ajatuksena oli saada käynnistettyä ryhmät myös Posiolla ja Ranualla, mutta hakemuksia tuli niin vähän näiden kuntien osalta, että jouduimme perumaan ryhmät. Käynnistimme eilen haun Sodankylää ja Kittilään, josko sieltä saisimme ryhmät kokoon. Alla lisäinfoa myös tästä KKI – hankkeesta.

Kokemuksellinen asiantuntijuus seminaari järjestetään Kemissä huhtikuun lopussa. Ne teistä, jotka ovat kiinnostuneet asiasta, niin mukaan vaan! Olkaa yhteydessä minuun, niin mietitään yhdessä jälleen matkakustannusasiat kuntoon. Alla lisätietoa seminaarista. Toukokuun alkuun olemme suunnittelemassa Hyvinvointiseminaaria yhteistyössä Lapin Sydänpiirin ja Rovaniemen Diabetesyhdistyksen kanssa ja tästä tiedotan teitä lisää, kunhan asiat varmistuvat.

KILPI-lehden aineistopäivä huhtikuun lopulla ilmestyvään lehteen on taas käsillä ja kirjoitan projektipalstan kuulumiset ja teen tapahtumakalenterin 20.3.2019. Toivon, että ilmoitatte ryhmienne tapahtumat minulle siihen mennessä. KILPI 3/2019 ilmestyy sitten vasta 12.9.2019, joten tähän seuraavaan lehteen tulisi saada mukaan myös syksyn toiminta. Jos tarvitsette apua syksyn aikataulutuksessa, niin laittakaa minulle viestiä, olen apunanne 😊 Olisi huikeaa saada lehteen myös tarinaa vertaistukiryhmistä – jos joku innostuisi kirjoittamaan tai vaikka kertomaan minulle puhelimesta, niin minä voin auttaa jutun teossa!

Arviointia tarvitaan nyt!

KERRO JA KUUNTELE -projektin väliraportin aika on nyt käsillä ja tarvitsemme STEA:n (rahoittajan) raporttiin arviointia projektin toimista. Palautteesi on tärkeää ja vastaamalla kysymyksiin, autat arvioimaan, seuraamaan ja kehittämään projektin toimintaa ja sen vaikutuksia ja olet omalta osaltasi turvaamassa toiminnan jatkumisen Lapissa.

Ohessa linkki arviointikyselyyn: <https://link.webpolsurveys.com/S/61A41AD19636F16E>

Lääkäriluento 17.12.2018 – nyt katsottavissa 15.4.2019 saakka!

Linkki luentotalenteeseen ohessa: https://www.youtube.com/watch?v=N3n7ayg_MDY&feature=youtu.be

Anna myös palautetta videosta: <https://link.webpolsurveys.com/Participation/Public/2d45172b-b22a-43fa-bbe9-7aa1c863bfe4?displayId=Fin1724147>

15 vuotta alueellista potilasjärjestöytää – vapaaehtoisten voimin!

15.2.2019 pidettiin juhlaseminaari, johon oli mahdollista osallistua myös etäyhteydellä. Lue Kilppariblogista juhlan kulusta: <http://www.lapinkilpi.com/index.php/kilppariblogi>

Juhlapäivänä julkaistiin myös yhdistyksen historiikki, joka löytyy e-lehtenä yhdistyksen nettisivuilta, osoitteesta www.lapinkilpi.com tai tästä linkistä: <https://view.24mags.com/popa/lapinkilpirauhasyhdistyshistoriikki#/page=1>

Vertaistukiohjaajien ideapäivät 10.-11.5.2019

Ideapäivät vertaistukiohjaajille pidetään siis toukokuun toisena viikonloppuna. Tässä ohessa linkit ohjelmaan ja ilmoittautumislomakkeelle. Lapin Kilpirauhasyhdistys järjestää ohjaajilleen päivien ohessa oman koulutuksen ja virkistystä. Järjestämme majoituksen ja maksamme matkustuskorvauksen valtion matkustussäännön mukaan. Kun olet päättänyt osallistua, ilmoita siitä minulle 15.4.2019 mennessä, niin tiedän varata sinulle majoituksen. Tervetuloa!

Ideapäivien ohjelma: http://www.lapinkilpi.com/images/ideap%C3%A4iv%C3%A4t_vertaisryhmien_ohjaajille_2019.pdf Ilmoittautumiset 23.4.2019 mennessä: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdiJBcZZk-Pv_EV-KLd6BQvgYNkrmipv65ZEKcJsmLgD2OIRA/viewform

Valtakunnallinen lääkehoidon päivä 21.3.2019

Alla liitteenä linkki, Valtakunnallisen lääkehoidon päivän luentotalenteeseen, jos haluatte vaikka ryhmässä katsoa <https://youtu.be/XcgJb1AlfNo>

Kuinka monella teistä on mahdollisuus katsella ryhmän kanssa näitä tallenteita? Haluaisin tiedon siitä, onko jokin ryhmä ihan ilman mahdollisuutta katsella näitä tallenteita. Tämä tapa lähettää luentotalenteita on kuitenkin meillä lisääntymässä ja joudumme sitten pohtimaan, kuinka ryhmä voitaisiin varustaa laitteilla, joita tallenteiden katseluun tarvitaan.

Työnohjausta vertaisryhmien ohjaajille

Järjestöpiste Joiku järjestää työnohjausta 16.4.2019 klo 16.30 – 18.00 Rovaniemellä Järjestötalossa, Klubi tilassa 1 krs. Jos haluat mukaan, niin laita minulle viestiä. Projekti maksaa matkat valtion matkustussäännön mukaisesti.

Jääkarhuheijastimet eivät ole vielä tulleet

Joten kerkeät vielä ilmoittaa minulle, montako henkeä ryhmässänne on kulkenut syksyn ja kevään aikana, niin laitan postin mukana teille heijastimet jakoon ryhmissänne 😊

Liikunnallisia työikäisten vertaistukiryhmiä Lappiin!

Lapin Sydänpiiri ry ja Lapin Kilpirauhasyhdistys ry perustavat yhteistyössä liikunnallisia vertaistukiryhmiä Sodankylään ja Kittilään. Perusajatuksena on se, että yhdessä liikkumalla vahvistamme onnistumisen kokemuksia liikunnan parissa ja jaamme kokemuksiamme liikuntaan, sairastumiseen ja elintapoihin liittyen. Omaksumme liikunnan osaksi elämäämme itsellemme sopivin tavoin. Yhdessä on aina mukavampaa kuin yksin!

Kohderymänä ovat työikäiset perussairauden omaavat henkilöt. Tavoitteena on liikunnan kautta vahvistaa työssä jaksamista tai helpottaa työelämään paluuta sairastumisen jälkeen. Tavoitteena on omaksua liikunta osaksi arkielämää. Lue lisää <http://lapinkilpi.com/index.php/vertaistuki>

KKI SODANKYLÄ 2019: <https://link.webropolsurveys.com/S/0190713E4CD7AF53>

KKI KITTILÄ 2019: <https://link.webropolsurveys.com/S/3BFBAFC71C2CC887>

Kokemuksellinen asiantuntijuus seminaari Kemissä 26.4.2019

Katso ohjelma alta ja ilmoittaudu mukaan oheisen linkin kautta 14.4.2019 mennessä! Seminaari on osallistujille maksuton. Seminaarin ohjelma: http://www.lapinkilpi.com/images/26.4.2019_KEMI.JPG

ilmoittautumislinkki: <https://www.webropolsurveys.com/Answer/SurveyParticipation.aspx?SDID=Fra1723450&SID=a5cdfc85-1c34-4a36-be66-f775f25b09fc&dy=408037903>

Oltaisiinko kuulolla?

Pian tulee kuluneeksi vuosi siitä, kun aloitin tässä KERRO JA KUUNTELE -projektissa työntekijänä. Vauhdikas siirtyminen Lapin sairaanhoitopiiriin kehittämisyksiköstä, Lapin Kilpirauhasyhdistyksen palvelukseen tapahtui kahdessa viikossa ja alkuhämmennyksestä selvittyäni olen pyrkinyt tiedottamaan ja palvelemaan teitä vapaaehtoisia ryhmien ohjaajia parhaalla mahdollisella tavalla. Syksyllä 2018 järjestämäni Kuntakierroksen aikana pääsin tapaamaan useita teistä, mutta harmikseni aikaa oli silti liian vähän, jotta olisimme kerenneet jutella syvemmin ryhmänne toiminnasta ja ohjaajan haasteellisesta tehtävästä.

Olenkin tänä vuonna suunnitellut Kuntakierros 2019 viisastumalla edellisestä niin, että kiertäisin ryhmät tulemalla mukaan teidän tapaamisiinne. Toivonkin, että otatte minuun yhteyttä, jotta voisimme sopia tarkemmin, milloin tulisin käymään. Tammikuussa vierailin Kolarin ja Tornion ryhmässä. Liiton kanssa yhteistyössä toteutetut avo-età sopeutusvalmennukset tarjosivat minulle mahdollisuuden olla läsnä myös Kemissä ja Kittilässä. Ensi viikolla olen menossa mukaan Sodankylän ryhmään, samalla kun käymme vierailulla Sodankylän terveyskeskukseen avatussa Järjestöpisteessä. Kemin ryhmän ohjaaja tapaan myös ensiviikolla. Rovaniemen ryhmässä olen vierailut kertomassa projektin kuulumisia silloin tällöin. Tornioon suuntaan matkani 26.3., koska sinne olemme nyt saamassa uuden ohjaajan ja tapaan hänet tuolloin. Kalenterini on loppuvuoden osalta avoinna teille, jos haluatte kutsua minut kylään 😊

Lapin Kilpirauhasyhdistyksen hallitus työstää kokouksissaan tällä hetkellä johtosääntöä yhdistyksen toimintaan liittyen. Yhdistyksen rooli työnantajana velvoittaa miettimään toiminnan tulevaisuutta ja vakuuttavuutta. He laativat yhteisiä ”pelisääntöjä” ja ”roolittavat” vapaaehtoisten toimenkuvia. Johtosäännössä avataan tekstimuotoon kaikkien yhdistyksessä toimivien oikeudet ja velvollisuudet – niin hallituksen osalta, mutta myös muiden toimijoiden osalta, myös vertaistukiohjaajien. Tätä Johtosääntöä vaatii rahoittaja ja jos yhdistys aikoo hakea rahoitusta myös tuleville vuosille, joutuu se vastaamaan rahoittajan velvoitteisiin.

Alla on luonnosvaiheessa oleva tekstiosa vertaistukiohjaajan oikeudet ja vastuu osiosta. Toivomme teidän ottavan osaa tekstiosan avaamisessa – lukekaa luonnos ja lähettäkää minulle mielipiteenne luonnoksesta. Onko jotain mikä puuttuu tekstistä kokonaan? Onko jotain, mitä muuttaisitte luonnoksen tekstissä? Nyt sana on vapaa ja haluamme osallistaa teidät mukaan tähän tärkeään johtosäännön kirjoittamistyöhön. Te olette alueellisten ryhmienne toiminnan asiantuntijoita ja teidän mielipiteenne on tärkeää – **kiitos siitä!!!**

Toivon, että laitate minulle sähköpostia tai soitate mielipiteenne luonnoksesta 15.4.2019 mennessä.

LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS

JOHTOSÄÄNTÖ 2019

Vertaistukiohjaaja

Vertaistukiohjaajan oikeudet ja vastuu

Oikeudet

- ✦ yhdistys perehdyttää ja kouluttaa vertaistukiohjaajan
- ✦ yhdistys mahdollistaa vertaistukiohjaajien osallistumisen työnohjaukseen ja vuosittain järjestettäviin vertaistukiohjaajien ”Ideapäiväiviin”
- ✦ yhdistys tuottaa vertaistukiohjaajan työn helpottamiseksi ”työkaluja” ryhmien ohjaamiseen
- ✦ yhdistys korvaa vertaistukiohjaajan matkat valtion matkustussäännön mukaisesti
- ✦ yhdistys maksaa kulukorvausta vertaistukiohjaajan kuluista, alkuperäisten kuittien mukaan
- ✦ yhdistys huolehtii vertaistukiohjaajien virkistäytymisestä vuosittain
- ✦ yhdistys tiedottaa vertaistukiohjaajiaan Uutiskirjeellä neljännesvuosittain
- ✦ yhdistys avustaa ja tukee vertaistukiohjaajia kaikissa vertaistukiryhmien ohjaamiseen liittyvissä asioissa
- ✦ yhdistys tukee rahallisesti vertaistukiryhmiensä virkistystoimintaa vuosittain
- ✦ yhdistys hakee vuosittain kunta-avustuksia alueellisen toiminnan tukemiseksi

Velvollisuudet

- ✦ vertaistukiohjaaja osallistuu perehdytykseen ja koulutuksiin
- ✦ vertaistukiohjaaja toimii alueensa yhteyshenkilönä
- ✦ vertaistukiohjaaja on vaitiolovelvollinen (salassapitosopimus/tietosuojaja)
- ✦ vertaistukiohjaaja suunnittelee ryhmän kokoontumiset ja ilmoittaa ne yhdistykselle
- ✦ vertaistukiohjaaja suunnittelee ryhmän kanssa vuosittaiset virkistymiset
- ✦ vertaistukiohjaaja ilmoittaa ryhmien tapaamiset paikallislehdessä
- ✦ vertaistukiohjaaja raportoi yhdistykselle ryhmiin osallistuneiden määrän sovitusti
- ✦ vertaistukiohjaaja ilmoittaa yhdistykselle hyvissä ajoin, jos on estynyt ryhmän ohjaamisesta tai haluaa luopua tehtävästä

Vertaistoiminnan pelisäännöt:

Lapin Kilpirauhasyhdistyksen alueellisen vertaistukiryhmän aloittaessa toimintaansa, yhdistys perehdyttää vertaistukiryhmän ohjaajan toimintaan ja tarvittaessa järjestää hänelle koulutusta niin, että hänellä on valmiudet toimia ryhmän ohjaajana. Yhdistys huolehtii myös vertaistukiohjaajalle, hänen ohjautyössään tarvitsemat materiaalit. EU:n tietosuoja uudistuksen vuoksi, vertaistukiohjaaja allekirjoittaa salassapitosopimuksen yhdistyksen kanssa.

Lapin Kilpirauhasyhdistys ry:n alueelliset vertaistukiryhmät kokoontuvat pääsääntöisesti kerran kuukaudessa, kaksi tuntia kerrallaan. Vertaistukiryhmät kokoontuvat iltaisin, että myös työssäkäyvät pääsevät osallistumaan ryhmiin.

Vertaistukiryhmien kokoontumiset suunnitellaan vuosittain niin, että maaliskuussa valmistellaan syksyn ohjelma ja lokakuussa kevään ohjelma. Yhdistys avustaa vertaistukiohjaajaa ryhmien ohjelman suunnittelussa ja toteutuksen valmistelussa.

Ryhmien kokoontumiset pyritään järjestämään sellaisissa paikoissa alueellisesti, missä tilavuokra on pieni tai sitä ei ole ollenkaan esim. erilaiset järjestötoiminnan tilat. Yhdistys avustaa tilojen kartoituksessa ja tekee tilan vuokraajan kanssa tarvittavat sopimukset.

Vertaistukitapaamisista ilmoitetaan KILPI -lehden tapahtumakalenterissa, 4 kertaa vuodessa, sekä paikallislehtien menoksi tai muissa ilmaisissa järjestötoiminnalle suunnatuissa osioissa, sekä yhdistyksen Internet ja Facebook sivuilla, sekä "Lapilaiset.fi" foorumilla. Yhdistys avustaa ilmoitusten teossa, niin sovittaessa.

Yhdistys hakee vuosittain kunta-avustuksia Lapin läänin kunnilta, alueellisen toiminnan rahoittamiseksi. Pääaisassa kunta-avustusten hakemisperusteiksi määritellään virkistysretki ja vertaistukiohjaajan koulutus.

Yhdistykseltä voi myös anoa avustusta erilaisissa virkistysretkissä, jolloin lähetetään avustusanomus yhdistyksen hallitukselle, joka päättää avustuksen annosta ja määrästä kokouksessaan.

LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS LUONNOS

Nyt kun Johtosääntö työstetään valmiiksi, niin myös minulla on selkeät "työkalut" siihen, miten ja kuinka autan ja tuen teitä parhaiten vaativassa vapaaehtoistyössänne! Toivon, että otatte yhteyttä aina, kun jokin asia mieltänne painaa ja jos tuntuu, että tarvitsette apuani jossakin asiassa – olen täällä teitä varten 😊

Ja toivon myös, että mahdollisimman moni teistä pääsisi osallistumaan Ideapäiville, koska siellä käsittelemme sitten myös tätä johtosääntöasiaa käytännössä lauantai aamuna, jollin yhdistysten omien asioiden käsittelyyn on varattu aikaa. Ja tietysti myös virkistysosio perjantai iltana – keksin siihen jotain kivaa 😊

Palaan nyt taas kirjoittamaan STEA:lle maaliskuun lopussa lähtevää väliraporttia ja koetan saada mahdollisimman paljon asioita valmiiksi, ennen kuin jään ansaitusti lomalle 3.-14.4.2019.

Ollaanpa kuulolla!

t.satu 😊