



# Vuosikertomus 2014

Hyväksytty kevätkokouksessa 31.3.2015

## Sisältö

1 Yleistä.....	2
2 Toiminta.....	3
2.1 Uutta 2014.....	3
2.2 Vertaistoiminta.....	4
2.3 Liikunta.....	4
2.4 Harraste- ja virkistystoiminta.....	5
2.5 Tiedotus ja koulutus.....	6
2.6. Muu toiminta.....	8
3 Yhteistyö ja hankkeet.....	8
4 Resurssit, henkilöstö ja talous.....	9
5 Toiminnan ohjaus ja seuranta.....	9

## 1 Yleistä

Turun Seudun Nivelyhdistys ry – Åbonejdens Förening för Ledpatienter rf on vuonna 2005 perustettu, itsenäinen kansanterveysjärjestö. Yhdistyksen kotipaikka on Turku ja toiminta-alue kattaa koko Suomen. Yhdistyksen alla toimivat Raision ja Härkätien nivelkerhot. Jäsenrekisterissä oli vuoden 2014 lopussa 2374 maksanutta jäsentä. Vuoden 2014 syyskokouksen päätöksellä poistettiin 520 maksamatonta jäsentä. Yhdistys toimii vuokratiloissa Turun keskustassa osoitteessa Aninkaistenkatu 14 B 3.

Nivelrikko on maailman yleisin nivelsairaus, jota sairastaa yli miljoona suomalaista. Riski sairastua kasvaa iän myötä, joten väestön vanhentuessa myös nivelrikkoisten määrä kasvaa. Esimerkiksi Turussa noin 8 000 yli 65-vuotiasta sairastaa oireilevaa nivelrikkoa. Sairautta ei voi ennaltaehkäistä. Siksi panostamme itsehoitoon ja oireilevien virkistystoimintaan.

Turun Seudun Nivelyhdistyksen tarkoitus on edistää nivelterveyttä: ehkäistä ja torjua nivelvammoja, lisätä nivelrikkoisten hoitoa, itsehoitoa ja kuntoutusta sekä ylläpitää jäsenten sosiaalista toimintaa ja henkistä vireyttä. Käytännössä yhdistys järjestää vertais-, tiedotus ja koulutustoimintaa, järjestää nivelistävällistä liikuntaa, tarjoaa monenlaista virkistys- ja harrastustoimintaa, toimii potilasasioissa edunvalvojana ja neuvottelee sekä tekee yhteistyötä useiden eri tahojen kanssa. Toiminta perustuu ammattilaisten hyväksymiin Käypä hoito -suosituksiin.

Yhdistyksellä ei ole toiminnanjohtajaa. Päivittäisestä toiminnasta vastasi neljä osa-aikaista toimistotyöntekijää ja alkuvuodesta myös tiedottaja sekä vapaaehtoiset. Yhdistyksen hallitus ja yli 60 aktiivista vapaaehtoista tekivät korvaamatonta työtä toiminnan mahdollistamiseksi. Pysyvän rahoituksen puuttuminen on suuri haaste toiminnan kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi.



Kuva: Tyksin ylilääkäri Jan Sundell luennoimassa Raision kirjastossa 13.3.2014.

## 2. Toiminta

### 2.1 Uutta vuonna 2014

Yhdistys jatkoi panostustaan verkkoviestinnän ja tiedottamisen kehittämiseen. Verkkosivustoa ja Facebookia päivitettiin aktiivisesti ja sähköisten kuukausikirjeiden lähettäminen jatkui. Sähköpostin jakelulistalle saatiin noin 500 jäsentä lisää, ja nyt sähköpostilla tavoitetaan yli 1000 henkilöä.

Yhdistys sai rahoitusta uudelle Arthronet – Nivelverkko –verkkoluentohankkeelle vuosille 2014-2015. Tämän myötä viestintä tehostui entisestään.



\* Jäsenmaksua nostettiin vuodelle 2014

\* Luennoista ei tilastotietoja ennen vuotta 2010

Kaksivuotinen RAY:n rahoittama Nivelverkko-projekti käynnistettiin maaliskuussa 2014. Projektin päätavoite on tarjota mahdollisuus hyötyä yhdistyksen luentotarjonnasta verkkopalvelun avulla sellaisille, jotka eivät pysty osallistumaan luennoille paikan päällä. Palvelua varten perustettiin verkkosivusto ja hankittiin vuoden aikana tarvittava välineistö luentojen suoraan lähetystä ja videotallennusta varten. Ensimmäisen toimintavuoden aikana keskityttiin yleisöluentoihin, joita toteutettiin yhteensä yhdeksän. Luennot lähetettiin kaikki suorana lähetyksenä ja verkko-osallistujilla oli mahdollisuus kysyä Viestiseinä-palvelun kautta kysymyksiä luennoitsijalta.

Projektin ohjausryhmän kokoonpano oli seuraava: Puheenjohtaja Marja-Liisa Salminen, TSNY, muut jäsenet Helena Norokallio, Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry, projektikoordinaattori, Reima Suomi, Turun yliopisto, tietojärjestelmätieteen professori, Petri Virolainen, TYKS, tulos-toimialajohtaja, ylilääkäri ja Elina Vuorio, Turun AMK, projektipäällikkö. Sihteerinä toimi Raili Niemelä, TSNY. Ohjausryhmän kokouksiin osallistui myös Vesa Kurikka, RAY:stä.

Verkkopalvelun käyttöön tarjottiin opastusta kolmen avoimen opastustilaisuuden lisäksi luentojen yhteydessä sekä useissa esittelytilaisuuksissa. Yhteistyökumppaneille järjestettiin kaksi aamukahvitilaisuutta ja hankkeesta käytiin kertomassa monissa senioriyhdistyksissä ja -kerhoissa. Luentojen katselutilaisuuksia oli viisi. Joitain yhteistyöluentoja oli vireillä, mutta ne eivät toteutuneet.

Verkkoluentojen palautelomakkeiden kautta saatiin 205 palautetta. Yli 90 prosenttia vastaajista ilmoitti luennon vastanneen heidän odotuksiaan joko hyvin tai erittäin hyvin. Noin 45 prosenttia vastaajista piti katsomaansa luentoa erittäin hyödyllisenä ja toiset 45 prosenttia hyödyllisenä. Teknisiä ongelmia raportoitiin jonkin verran, muuta pääosin tekniseen laatuun oltiin tyytyväisiä.

## 2.2 Vertaistoiminta

Vertaispuhelin toimi joka päivä vuoden ympäri klo 8 -21 ja vertaisryhmissä käytiin yhteensä 153 kertaa. Vertaisryhmiä järjestettiin yhdistyksen tiloissa kerran viikossa (paitsi kesäaikana) eri nivelryhmille: käsi, olkapää, lonkka, nilkka ja jalkaterä, polvi. Tarvittaessa oli mahdollisuus järjestää kokoontumiset lonkan erityisongelmallisille, nuorille ja työikäisille ja ylipainoisille. Ryhmiä ohjasivat koulutetut vapaaehtoiset, jotka saivat tarvittaessa työnohjausta. Vertaiseen sai yhteyden myös sähköpostitse ja vieraillemalla toimistolla. Vertaistoiminnan esitettä painettiin 5000 kpl.

Tekonivelleikkaukseen meneville ja sitä harkitseville järjestettiin neljä ensitietokurssia. Kurssit olivat kaikille avoimia ja maksuttomia, ja niille osallistui 29 henkilöä.

## 2.3 Liikunta

Yhdistys on järjestänyt nivelrikkoisille liikuntaa vuodesta 2004 lähtien. Sopivan liikunnan ansiosta nivelrikkoisen voi tutkitusti vähentää kipulääkityksen tarvetta. Liikuntatoimintaa koordinoi liikuntatoimikunta, jonka vetäjänä toimi vapaaehtoinen liikuntavastaava. Vastaavan käytössä oli yhdistyksen puhelin ja sähköpostiosoite. Kuntoutusongelmiin vastasi vapaaehtoisena fysioterapeutti.

Kevätkokouksessa 27.3.2014 tehtiin sääntömuutos, jossa liikuntatoiminnan järjestäminen lisättiin sääntöjen 3 §:ään. Vuonna 2014 panostettiin liikuntaan, sen suunnitteluun ja kehittämiseen, myös palautteita alettiin kerätä. Palautekyselyyn vastasi 266 jäsentä, joista 99 % oli joko erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen liikuntatoimintaan. Esitetyjä toiveita pyritään toteuttamaan vuoden 2015 aikana mahdollisuuksien mukaan. Käypä hoito -suositukset korostavat myös liikunnan ja painonhallinnan merkitystä nivelrikon hoidossa.

Liikuntaryhmistä vesivoimistelu oli edelleen suosituin ja keräsi hieman yli 16 000 käyntiä. Viikoittaisia ryhmiä oli kevät- ja syyskaudella yhteensä 20 Turussa ja 2 Raisiossa, ja lisäksi Turussa järjestettiin kolme ryhmää kesäkuussa. Turun allasryhmiä ohjasivat fysioterapeutit, ja jokaisessa ryhmässä oli vapaaehtoinen avustaja. Kaksi ryhmistä oli integroituja ryhmiä, joissa oli mukana kehitysvammaisia nuoria; näissä ryhmissä oli myös yhdistyksen järjestämä avustaja Avustajakeskuksen kautta sekä nuorilla henkilökohtaiset avustajat.

Raision nivelkerhon viikoittainen kävelyryhmä oli edelleen hyvin suosittu ja kävelijöiden määrä lisääntyi vuoden aikana, yhteensä kävelijöitä oli 1354.

Vuoden 2014 aikana yhdistys tarjosi mahdollisuuden kuntosalikäynteihin Impivaaran uimahallissa. Kuntosalitoiminta osoittautui hyvin suosituksi. Ensin aloitettiin muutamalla alkeiskurssilla ja vuoden lopussa ryhmiä oli jo seitsemän ja käyntejä yhteensä noin 1700. Myös Kaarinassa oli mahdollisuus käydä kuntosalilla Visiitissä. Samoin aloitettiin uudet liikuntamuodot rentoutusvenyttely ja fysiopilates, jotka samoin kiinnostivat monia jäseniä, ja näin ne jatkuvat vuonna 2015 tärkeänä osana yhdistyksen liikuntatarjontaa

Vuonna 2014 sekä keväällä että syksyllä järjestettiin myös fysioterapeutin vetämä kävelykoulu.

Yhdistys järjesti myös keilailua ja talviurheilutapahtuman Paimion Paipissa sekä osallistui Turun ja lähikuntien liikuntatapahtumiin, esimerkiksi Kepein askelin kesään -tapahtumaan ja Naisten Kuntovitoseen. Lisäksi osallistuttiin perinteisen Hyvän olon liikuntapäivän Ruissalossa toukokuussa.

Liikuntaohjelmasta tiedotettiin Nivelposti-jäsenlehden lisäksi kotisivuilla, sanomalehdissä ja tapahtumakalentereissa. Jäseniä kannustettiin omaehtoiseen liikuntaan myös jäseneduilla Turun Verkahovissa, Kylpylähotelli Caribiassa, Naantalın kylpylässä ja Ruissalon kylpylässä.



Kuva: Kävelykoulu Kupittaalla toukokuussa

## 2.4 Harraste- ja virkistystoiminta

Yhdistyksen tarkoitus on myös lisätä jäsenten sosiaalista toimintaa ja ylläpitää henkistä vireyttä, ja tähän vastataan laajalla virkistystoiminnalla. Virkistystoimintaa organisoii virkistystoimikunta, ja vuoden 2014 retkien käytännön järjestelyt teki jäsen sihteeri. Vuoden aikana järjestettiin 11 retkeä ja teatterimatkaa, joihin osallistui 390 henkilöä. Koko virkistystoimintaan osallistuttiin 986 kertaa. Pitkästä aikaa tehtiin myös ulkomaanmatka; yhdessä Naantalın Matkakaupan kanssa järjestettiin matka Kroatiaan. Kädentaito- ja atk-ryhmiin osallistui 57 henkilöä. Yhdistys järjesti mm. iPad-kursseja sekä kortintekokursseja. Yhteislauluilloissa laulettiin elävän musiikin säestyksellä kaksi kertaa kuukaudessa. Laulajia oli joka kerta paikalla 20–30. Lisäksi yhdistys järjesti teemapäiviä ja juhlia. Tapahtumia oli myös kesällä kuten jazzin kuuntelua Vaakahuoneella ja retkiä lähisaaristoon.

Härkätien Nivelkerhon virkistystoimintaan kuului askartelua, tietovisailua ja yhteisen joulujuhlan viettoa. Tapaamisia Liedossa oli yhdeksän ja niihin osallistui yhteensä 209 henkilöä.

Raision Nivelkerho järjesti kävelyn lisäksi mm. linturetken keväällä ja järjesti niveljumbppaa yhdessä Raision työväenopiston kanssa.

Yhdistyksen kautta oli mahdollista hakea Hyvinvointilomat ry:n (RAY:n tukema) lomalle Karjalohjan Päiväkumpuun keväällä ja Rymättylän Tammilehtoon heinäkuussa. Lomapaikkoja oli yhteensä 86, jotka kaikki täytettiin hakemusten perusteella.

## 2.5 Tiedotus ja koulutus

Yhdistys tiedotti toiminnastaan Turun ja lähikuntien paikallislehdissä, ilmoitustauluilla, terveysasemilla, verkossa, Nivelposti-jäsenlehdessä, jäsenkirjeillä, katutason vitriinissä sekä tapahtumissa. Sähköisinä tiedotusvälineinä toimivat kuukausittain ilmestyvä sähköpostitiedote, yhdistyksen verkkosivut ([www.nivelposti.fi](http://www.nivelposti.fi)) sekä projektin verkkosivut ([www.nivelverkko.fi](http://www.nivelverkko.fi)), ja toimintaa Facebookissa tehostettiin.

Nivelposti-jäsenlehti ilmestyi vuoden aikana kaksi kertaa. Jäsenille lähetettiin lisäksi kaksi kertaa jäsenkirje ajankohtaisista asioista. Yhteensä lehden painosmäärä oli 7000 kpl. Nivelposti on myös luettavissa kotisivuilla PDF-muodossa.

Lehti sisälsi tavalliseen tapaan tietoa ajankohtaisista nivelasioista ja yhdistyksen toiminnasta sekä lääkärin asiantuntija-artikkeleita. Lehti postitettiin jäsenten lisäksi Turun seudun yksityisille ja julkisille terveysasemille, apteekkeihin, palvelutaloihin ja muille yhteistyötahoille. Jäsenille lähetettiin lisäksi tammikuussa ja toukokuussa jäsenkirje.

Kaikille avoimia ja maksuttomia yleisöluentoja, nivelkouluja, järjestettiin yhteensä 27 Turussa, Raisiossa, Liedossa ja Kaarinassa. Kuulijoita oli luennoilla yhteensä 1 654. Nivelkoulujen kuulijakunta väheni hieman edellisvuotisesta, sillä syksyllä Nivelverkko-projektin myötä alettiin luentoja videoida. Luentoja pystyi katsomaan joko suorana tai jälkikäteen videona. Luennoilla käsiteltiin nivelrikkoa yleisesti, lääkitystä, tekonivelten ortopediaa, kipua ja kuntoutusta ja liikunnan merkitystä nivelrikon hoidossa. Yleisöluennot toimivat myös yhdistyksen omien työntekijöiden, hallituksen ja vapaaehtoisten koulutuksena.

Yhdistyksen edustaja kävi pyydettyäessä pitämässä useille alueen yhteisöille neuvontaa nivelrikon itsehoidosta. Yhteensä neuvontatilaisuuksia oli 10, ja niillä tavoitettiin 464 kuulijaa.

Yhdistyksen työntekijöillä ja hallituksella oli tarvittaessa mahdollisuus saada koulutusta toimenkuvaansa liittyvissä asioissa.

## Nivelkoulut 2014

Päivämäärä	Luennon aihe	Osallistujia
Turku 16.1.	Venäjäksi: Nivelrikko ja sen hoito, Ortopedi Pjotr Sarantsin	22
Raisio 22.1.	Uusi injektiohoito polven nivelrikossa. Kirurgian erikoislääkäri Lauri Collan	134
Lieto 29.1.	Asahi itsehoitokeinona, Fysioterapeutti Sari Tuomi	20
Raisio 12.2.	Elämää tekonivelen kanssa, Sh, endoproteesiohittaja Mari Routapohja	55
Turku 20.2.	Lonkan tekonivelleikkaus, Ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri Mika Junnila	57
Lieto 26.2.	Alaraajoihin säteilevä selkäkipu, Ortopedian ja traumatologian Mika Suominen	51
Raisio 13.3.	Lihassoimiharjoittelun terveyshyödyt seniorille, Ylilääkäri Jan Sundell, Tyks	103
Turku 20.3.	Polvi kipeytynyt. Mikä avuksi? Lt, ortopedi Ari Itälä	74
Lieto 26.3.	Akupunktio nivelkivun hoidossa, Fysioterapeutti Tiina Laitala-Leinonen	29
Raisio 10.4.	Alaraajan virheasentojen vaikutus nivelterveyteen, Fysioterapeutti Riikka Huhta	67
Turku 16.4.	Tutustuminen tuki- ja liikuntaelinvammaisten kuntoutusohjaajan palveluihin. Tule-vammaisten kuntoutusohjaaja Pirjo Lähteenmäki, Tyks	22
Lieto 23.4.	Tietoisku lapsen ja nuoren nivelkivusta, Lastentautien erikoislääkäri Milja Möttönen, Härkätien terveyskeskus	10
Turku 5.5.	Tietoisku vanhuspalvelulaista, VTM, kansanedustaja Eeva-Johanna Eloranta	21
Raisio 8.5.	Kuntoutuksen merkitys lonkan nivelrikossa ja jännetulehduksissa, Ortopedian ja traumatologian professori, erikoislääkäri Hannu Aro	116
Raisio 12.5.	Nivelviikon avajaisluento, Ylilääkäri Petri Virolainen, Tyks	80
Turku 13.5.	Olkapään kiertäjäkalvosimen repeämä, Ortopedi Ari Hiltunen	49
Turku 15.5.	Ortopedisien potilaan kivunhoito, Sh, kipuhoitaja Hanna Sjöblom, Tyks	32
Lieto 21.5.	Nilkan ja jalkaterän kiputilat, Nilkka- ja jalkateräortopedi Anne Flink	62
Raisio 4.9.	Nivelrikko - puukkoa vai puntaria?, Maalaislääkäri Tapani Kiminkinen	270
Turku 18.9.	Nivelterveys työelämässä - miten sujuvampi arki?, Fysioterapeutti Seija Sunnarborg	10
Lieto 24.9.	Olkapään nivelrikko, Ortopedi Jari Mokka, Tyks	32
Raisio 9.10.	Nivelrikkoisen jalkahoito, TtT Minna Stolt	48
Turku 16.10.	Elämää tekonivelen kanssa, Sh, endoproteesiohittaja Mari Routapohja	14
Kaarina 22.10.	Iloitse elämästä, seniori! Lääkäri Riitta Hoverfält	50
Lieto 29.10.	Nivelrikon hoito, Fysiatrian erikoislääkäri Jukka Pekka Kouri	180
Raisio 6.11.	Nivelrikon rajoitteet liikenteessä, Liikenneturva	8
Turku 20.11.	Suun hoidon tärkeys, Suuhygienisti Merja Rautio, Tyks	11
Lieto 26.11.	Video: Lihassoimiharjoittelun terveyshyödyt seniorille, Ylilääkäri Jan Sundell, Tyks	27
	<b>Yhteensä 27 luentoa</b>	<b>1654</b>

## 2.6 Muu toiminta

Uusille jäsenille järjestettiin säännöllisesti tutustumistilaisuuksia. Uudet jäsenet saivat myös tervetulopaketin, joka sisälsi jäsenkortin, Nivelrikkaisen itsehoito-oppaan (Orion 2013) ja esitteitä yhdistyksen toiminnasta.

Hyvin suosittuja olivat toimintaterapeutti Johanna Suomen keväällä järjestämät toimintatorstait joissa annettiin tietoja ja keinoja arjessa selviytymiseen. Marraskuussa toteutettiin D-vitamiinipitoisuuden mittausta yhteistyössä Turun AMK:n kanssa.

Nivelviikkoa vietettiin 12.-18.5.2014. Teemaviikkoa on vietetty vuosittain kansainvälisen sairaanhoitajan päivän (12.5.) yhteydessä. Viikon tarkoitus on tuoda nivelasioita tunnetuksi, kiittää ja muistaa nivelhoitajia sekä jalkautua ihmisten pariin. Viikon suojelijana toimi sosiaali- ja terveysministeri Paula Risikko. Raision kirjaston Martinsalissa pidetyssä avajaisjuhlassa luettiin viikon suojelijan tervehdys, juhlapuheen piti Tyksin TULES-toimialajohtaja, ylilääkäri Petri Virolainen. Vuoden 2014 nivelneuvokseksi nimitettiin fysioterapeutti Jenni Jeromaa-Alho. Viikolla jaettiin ruusuja sairaanhoitajille, järjestettiin yleisölle avoimia luentoja sekä järjestettiin liikunta ja neuvontatapahtumia.

Yhdistyksen edustajia osallistui vuoden aikana useisiin yleisötapahtumiin, seminaareihin ja muihin tilaisuuksiin mm. Turussa, Raisiossa ja Sauvossa; esimerkiksi Terveysten edistämisen päivään Runosmäen terveysasemalla 8.4., Sauvon Elopäiville 2.8. Vapaaehtoistoiminnan messuille Turun Hansakeskuksessa 4.9., Eläkeläisfestareille Raisiossa 10.10. ja Järjestöextremeen Turun AMK:lla 23.10. Nivelpäiviä järjestettiin yhteistyössä eri apteekkien kanssa. Ystävänpäivänä ja Turun päivänä toimistollamme oli avoimet ovet.

## 3 Yhteistyö ja hankkeet

**Turun TULE-tietokeskus -kumppanuushanke** jatkuu vuosina 2013–2016. Hankkeen kautta tiivistetään yhteistyötä kolmen muun turkulaisen tule-yhdistyksen kanssa (Turun Seudun Osteoporoosiyhdistys, Turun Seudun Reumayhdistys ja Turun Seudun Selkäyhdistys).

Projektin päätavoitteena on perustaa yhdistysten yhteinen Turun TULE-tietokeskus, joka olisi siirrettävissä myös muualle ja saada TULE-tietokeskus pysyväksi toiminnaksi. Tietokeskuksen tehtävänä on tarjota neuvontaa ja ohjausta tuki- ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisyyn sekä jo sairastuneiden itsehoitoon. Lisäksi tavoitteena on tiivistää tule-yhdistysten välistä yhteistyötä.

Turun keskustassa toimiva TULE-tietokeskus neuvoo ja ohjaa maksutta tule-asioissa.

TULE-tietokeskuksen oman toiminnan lisäksi kumppanuusyhdistykset järjestävät kuukausittain ns. yhdistyspäivän, jolloin valitun teeman lisäksi esitellään yhdistysten toimintaa. Yhdistysten välistä yhteistyötä suunniteltiin useissa toiminnoissa.

Yhdistys on osallistunut MLL:n Varsinais-Suomen piirin hallinnoimaan, ELY-keskuksen ja Turun kaupungin rahoittamaan Työllisty järjestöön -hankkeeseen. Hankkeen kautta yhdistys sai apua rekrytointiin ja työntekijöiden jatkotyöllistymiseen sekä työntekijöiden ja hallituksen kouluttamiseen.

Jäsenyys jatkui Turun Seudun Vammaisjärjestöt TVJ ry:ssä, Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:ssä, Vanhustyön keskusliitossa sekä Salon seudun vammaisyhdistysten yhteistyöyhdistys SYTY ry:ssä.



Yhteistyötä jatkettiin mm. seuraavien tahojen kanssa: Turku ja lähikunnat, Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri VSSHP, Turun Seudun Vammaisjärjestöt TVJ ry, Auralan kansalaisopisto, alueen tule-yhdistykset, Vakka-Suomen Nivelyhdistys ry, Kuntoutuskeskus Petrea, LILE ry, Avustajakeskus, yksityiset terveydenhuollon organisaatiot ja apteekit, Raision työväenopisto, Turun AMK, Turun Ammatti-instituutti ja Turun yliopisto. Yhdistys oli aktiivisesti mukana myös Turun alueen vapaaehtoistoimijoiden VALIKKO-ryhmän toiminnassa.

Raha-automaattiyhdistykseltä saatiin rahoitusta kaksivuotiselle Arthronet – Nivelverkko -hankkeelle, jossa edistetään nivelterveyttä viestintäteknologian keinoin. Hankkeessa perustetaan uusi verkkopalvelu yleisöluentojen seuraamista ja tallentamista varten. Hanke on ajoitettu vuosille 2014–2015.

## 4 Resurssit, henkilöstö ja talous

Jäsenmaksu vuonna 2014 oli 20 euroa. Jäsenmaksutuloja kertyi 47 480 euroa ja kannatusmaksuja 1024 euroa. Toiminta- ja kohdeavustuksia saatiin Turun, Liedon ja Raision kaupungeilta. Yksityisiltä säätiöiltä toiminta-apuraha saatiin Margharetha-säätiöltä. Varainhankintaa tehtiin mm. myymällä arpoja ja liukuestekalosseja.

Yhdistyksen maksuliikenteestä ja valmisteleavasta kirjanpidosta vastasi vapaaehtoinen rahastonhoitaja Sinikka Kirjonen. Varsinainen kirjanpito ostettiin Tilitoimisto Kimmo Heikkinen ky:ltä. Tilintarkastus ostettiin Tilintarkastusyhteisö KPMG Oy:ltä vastuuhenkilönä Eeva Karkkola.

Vuonna 2014 yhdistyksen toimistossa työskenteli neljä osa-aikaista toimistotyöntekijää, ja puoli vuotta palkkalisalla oli myös tiedottaja, jolle kuului liikuntasuunnittelun tehtäviä. Projektin ulkopuolisten työntekijöiden palkkaus oli mahdollista palkkatukien avulla. Rahoitus Arthronet – Nivelverkko -projektille vuosille 2014–2015 saatiin.

Kuitenkin suuri osa toiminnasta toteutettiin edelleen hallituksen ja yli 60 vapaaehtoistyöntekijän voimin. Vapaaehtoiset ohjasivat neljää eri vertaisryhmää, toimivat liikuntaryhmien avustajina, yhteyshenkilöinä ja matkanjohtajina, järjestivät harrastustoimintaa, avustivat nivelkoulujen järjestämisessä ja organisoivat nivelkerhojen toimintaa. Lisäksi he autoivat tiedotuksessa sekä tuottivat sisältöä ja hankkivat ilmoituksia Nivelposti-jäsenlehteen. Vapaaehtoisten työpanos huomioitiin muistamalla heitä jouluna. Vapaaehtoisten talkoovakuutuksen voimassaolo jatkui.

Yhdistys työllisti viisi työkokeilijaa tai -harjoittelijaa. Työllistämässä hyödynnettiin työllistämistukia (TE-keskus), työelämään valmentavia työkokeiluja (Ilmarinen, Verve) ja opiskelijoiden harjoittelujaksoja (Axxell).

Vapaaehtoistyön tuntimäärä vuonna 2014 oli 15700.

## 5 Toiminnan ohjaus ja seuranta

Aiemmin kerättyjä tilastoja ja palautetta käytettiin toiminnan kehittämiseen ja suunnitteluun. Säännöllistä tilastointia sekä osallistujamäärien ja palautteiden keruuta jatkettiin.

Hallitus seurasi edellisten vuosien tapaan talousarvion ja toimintasuunnitelman toteutumista kolmen kuukauden välein.

Yhdistyksen kevätkokous pidettiin Happy Housessa 27.3.2014 ja syyskokous 27.11.2014. Hallitus kokoontui 17 kertaa vuoden aikana, ja kokoukset kestivät keskimäärin kolme tuntia. Hallituksen käytössä oli edelleen yhteinen sähköpostiosoite.

Hallituksen puheenjohtajana toimi Marja-Liisa Salminen, varapuheenjohtajana Jenni Jeromaa-Alho ja sihteerinä Ritva Väsilä. Muut hallituksen jäsenet olivat Anneli Ceder, Monica Halonen, Eeva Hilvanto, Paula Kukkonen Marja Lampio, Meeri Nurminen, Saara Pakula ja Marja-Leena Pulkkinen. Asiantuntijalääkärinä toimi Tyksin tules-toimialuejohtaja, yllilääkäri Petri Virolainen. Työnohjaajana toimi VTM Leila Leimala

## **Kiitos jäsenille, vapaaehtoisille, työntekijöille ja tukijoillemme!**

Tästä jatkamme taas uuteen vuoteen. Muistattehan antaa palautetta toiminnastamme, se on meille arvokasta.

Hallitus



Kuva: Rantamaisemaa tuetulta lomalta Rymättylän Tammilehdosta.