

Yhdistystoiminnan ABC 8.2.2024

Aino Loikkanen, Mia Teerikangas



Illan ohjelma

- Aloitus ja tutustuminen
- Liiton esittely
- Liiton tuki yhdistyksille
- Liiton muut palvelut



Illan tavoitteena

- Yhdistystoimijat tunnistavat toimintaympäristön ja yhdistyksen roolin kokonaisuudessa
- Tietävät, missä asioissa voi saada tukea ja apua liitosta
- Osaavat ohjata jäseniä liiton palveluiden pariin



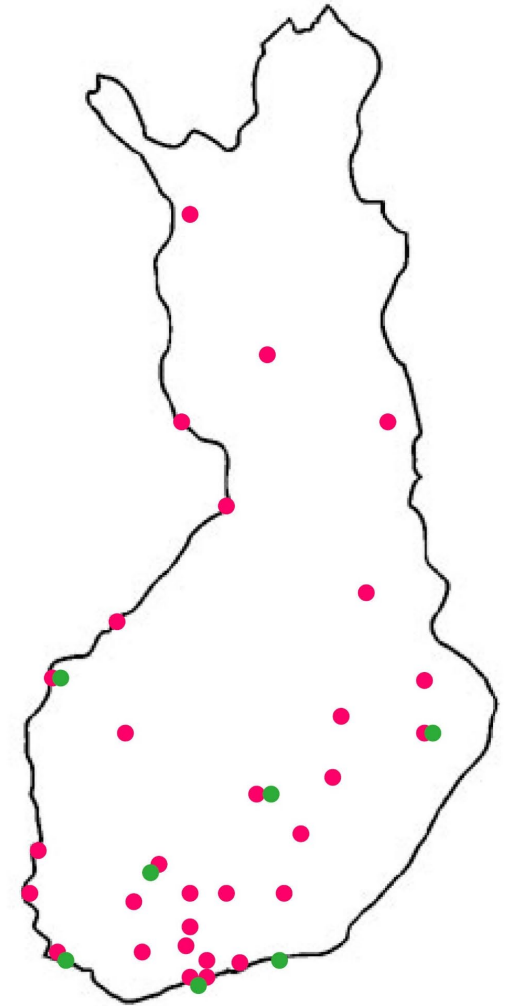
Tervetuloa mukaan ABC-koulutukseen!

- Illan vetäjinä järjestöasiantuntijat Aino ja Mia
- Napakka esittäytymiskierros: kerro oma nimi, paikkakunta ja yhdistys
- Kirjoita chatiin, mikä motivoi sinua olemaan mukana yhdistyksen toiminnassa
- Saa puhua ja kysyä!
- Puheenvuoroa voi pyytää nostamalla käden tai chatissa. Pidä mikrofoni kiinni, kun et puhu. Kamera voi olla koko ajan auki.



Allergia-, iho- ja astmaliitto

- Valtakunnallinen potilas- ja terveysjärjestö, jonka tehtävänä on mm. parantaa kohderyhmän ja heidän läheistensä elämänlaatua ja valvoa heidän yhteiskunnallista etuaan.
- Kohderyhmä allergiset, astmaatikot, atopiaa ja muita yleisiä ihosairauksia sairastavat, harvinaista ihotautia sairastavat sekä palovamman kokeneet.
- Järjestöön kuuluu 45 yhdistystä, 14 000 jäsentä perheineen ja n. 500 vapaaehtoistoimijaa yhdistyksissä ja liiton toiminnassa. Liitossa työskentelee 17 henkilöä.
- Perustettu vuonna 1969. Allergia- ja Astmaliitto ja Iholiitto yhdistyivät 2017.
- www.allergia.fi



ALLERGIA-, IHO- JA ASTMALIITON STRATEGIA 2021–2025

Allergia-, iho- ja astmaliitto edistää ja tukee ihmisten arjen sujuvuutta sekä toimii aktiivisena ja näkyvänä yhteiskunnallisena vaikuttajana.

Toiminnan perustana
asiantuntijuus ja tieto

Tiedon ja tietoisuuden
lisääminen pitkäaikaissairauksien
vaikutuksista elämänlaatuun

Yhdessä tekeminen
ja toimiminen

Vapaaehtois- ja vertais-
toiminnan edellytysten turvaaminen

Allergiaa, ihotautia ja astmaa
sairastavien aseman vahvistaminen
terveydenhuollossa

STRATEGIAN PAINOPISTEET

Pitkäaikaissairauksien
aiheuttaman taloudellisen taakan
keventäminen

Ihmiskeskeisyys ja arjessa
mukana oleminen

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Parempaa elämää puolesta.

Arvot ja toimintamuodot

- Toiminnan perustana asiantuntijuus ja tieto
- Yhdessä tekeminen ja toimiminen
- Ihmiskeskeisyys ja arjessa mukana oleminen
- Strategian toteuttamiseksi teemme mm. edunvalvontaa ja vaikuttamistoimintaa, vapaaehtois- ja vertaistoimintaa, neuvontaa, kursseja, soveltavaa tutkimusta, kampanjoita, viestintää

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Allergia-, iho- ja astmaliitto ry

- Liitolla ei ole henkilöjäseniä vaan yhdistykset ovat liiton jäseniä.
 - Allergia-, iho- ja astmayhdistykset (30 kpl)
 - Atopiayhdistykset (7 kpl)
 - Harvinaisyhdistykset (8 kpl)
- Yhdistykset ovat itsenäisiä toimijoita, jotka toimivat hyvin vaihtelevilla toimialueilla ja resursseilla.
- Yhdistysten tehtävänä on toimia jäsentensä edun mukaisesti edistäen yhteistä hyvää.

IHO
YHDISTYS

ALLERGIA
IHO ASTMA
YHDISTYS
Etelä-Savo

ATOPIA
YHDISTYS
Pohjanmaa

ALLERGIA
ATOPIA ASTMA
YHDISTYS
Oulun seutu

ALLERGIA
ASTMA
YHDISTYS
Helsinki

Liitolla on moninainen kohderyhmä



- Astmaatikot, allergiset ja atoopikot ovat liiton suurimmat ryhmät
- Eri diagnooseja pyritään huomioimaan monella tasolla

Allergia-, iho- ja astmaliitto ry

Päätösvalta
yhdistyksessä kuuluu
jäsenille.

- Liiton ylin päättävä elin on liittokokous, jossa jäsenyhdistysten edustajat mm. valitsevat toimintaa johtavan liiton hallituksen sekä hyväksyvät toimintasuunnitelman ja budjetin.
- Jäsenyhdistykset muodostuvat henkilöjäsenistä. Jäsenet valitsevat yhdistyksen asioita hoitavan ja yhdistystä edustavan hallituksen.

Itsenäiset jäsenyhdistykset, 45 kpl



Nimeävät kokousedustajat.

Liittokokous 2 krt / vuodessa



Valitsee liittohallituksen syyskokouksessa.

Liittohallitus



Valvoo ja ohjaa liiton toimintaa ja toimii toiminnanjohtajan esimiehenä.

toiminnanjohtaja

AIA toimisto

Harvinaisyhdistykset AIA-liitossa

- Suomen EB-yhdistys
- Suomen Iktyoosiyhdistys
- Suomen HAE-yhdistys
- Palovammayhdistys
- Valoihottumayhdistys
- Etelä-Suomen Alopecia- ja vitiligoyhdistys
- Pohjois-Suomen Alopecia- ja vitiligoyhdistys
- Ihoyhdistys (niille, joille ei ole diagnoosin mukaista yhdistystä)
- Yhdistykset ovat pieniä (pienimmissä alle 100 jäsentä) ja toiminta-alueet laajoja



Harvinaiset ihosairaudet

- Harvinaisia ihosairauksia arvioidaan olevan satoja. Lisäksi on monia harvinaisia sairauksia, joissa ihon oireet ovat vain yksi sairauteen liittyvistä oireista.
- Ihosairaudet ilmenevät yksilöllisesti ja niiden vaikeusaste vaihtelee.
- Harvinaisten haasteena on mm. diagnosoinnin viivästyminen ja oireiden moninaisuus -> vertaistuen tarve korostuu.
- Liitto on Harvinaiset-verkoston jäsen.



**HARVINAISTEN
SAIRAUKSIEN PÄIVÄ**
29.2.2024

TULE MUKAAN: [ALLERGIA.FI/TAPAHTUMAT](https://allergia.fi/tapahtumat)

**ALLERGIA
IHO
ASTMA**

**Millaista tukea yhdistys voi
saada liitosta?**

**ALLERGIA
IHO
ASTMA** 

Tukea moneen



Järjestöasiantuntijat sinua varten

- Jäsenyhdistysten toimintaedellytysten vahvistaminen yksi liiton strategian painotuksista
- Tuen kohdistaminen niihin yhdistyksiin, jotka sitä erityisesti kaipaavat
- Yksilöllistä tukea, motivointia, kehittämistä ja koulutusta -> järjestöasiantuntijat aina käytettävissä
- Emme voi tehdä puolesta, mutta voimme auttaa monessa!
- Aina voi olla yhteydessä pienissä ja suurissa asioissa.
- [Allergia.fi/yhteystiedot](https://allergia.fi/yhteystiedot)



Kilta-jäsenrekisteri

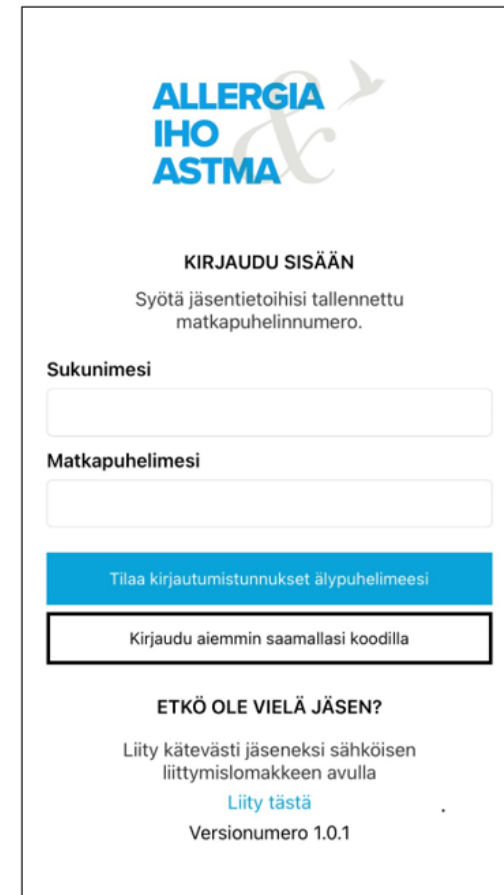
- Liitto ylläpitää jäsenyhdistysten puolesta jäsenrekisteriä, sekä hoitaa jäsenmaksujen laskutuksen, keräämisen ja tilityksen jäsenyhdistyksille.
- Jäsenmaksu 27 euroa/vuosi jakaantuu 50-50 yhdistykselle ja liitolle, tilitetään yhdistyksille 4 kertaa vuodessa
- Rinnakkaisjäsenyys liiton toisessa yhdistyksessä 10 euroa/vuosi, jakautuu 7 eur yhdistykselle, 3 eur liitolle
- Jäsenyys kattaa kaikki samassa taloudessa asuvat!
- Liittyessä tärkeä saada mm. sähköposti, diagnoosit, iät, perheenjäsenet. Mitä paremmin tunnemme jäsenemme, sitä paremmin pystymme palvelemaan heitä kohdennetusti!

Kilta-jäsenrekisteri

- Yhdistyksillä mahdollisuus hyödyntää jäsenrekisteriä. Yhdistykseltä valtuutus, 2 henkilöä/yhdistys
- Tunnuksilla pääsee selaamaan oman yhdistyksen jäsentietoja. Huom! jäsentietojen muutokset ja päivitykset jasenet@allergia.fi kautta!
- Tunnuksilla saa myös haettua jäsenrekisteristä ajantasaisen osoitteiston esim. jäsenkirjettä varten, sekä lähettää sähköpostia jäsenille.
- Sähköistä jäsenpostia lähetetään myös yhdistysten puolesta. Voimme myös tulostaa tarrapohjia.
- Kysy lisää järjestöasiantuntijoilta.

Mobiilijäsenkortti ja jäsenedut

- Jäsenille ei lähetetä enää erillisiä jäsenkortteja (paitsi pyydetessä). Mobiilijäsenkortti toimii jäsenyyden tunnistusvälineenä.
- Ladattavissa AppStoressa ja Play-kaupassa.
Kirjautuminen vaatii puhelinnumeron omiin jäsentietoihin.
- Sovelluksesta löytyy:
 - Omat tiedot (mahdollisuus päivittää niitä itse)
 - Jäsenyhdistys
 - Jäsenedut (yhdistyksen ja liiton)
 - Allergia.fi -tapahtumakalenteri
 - Liiton uutiset
- Ongelmatilanteissa ota yhteyttä: jasenet@allergia.fi



**ALLERGIA
IHO
ASTMA**

KIRJAUDU SISÄÄN
Syötä jäsentietoihi tallennettu matkapuhelinnumero.

Sukunimesi

Matkapuhelimesi

Tilaa kirjautumistunnukset älypuhelimeesi

Kirjautu aiemmin saamallasi koodilla

ETKÖ OLE VIELÄ JÄSEN?
Liity kätevästi jäseneksi sähköisen liittymislomakkeen avulla
[Liity tästä](#)
Versionumero 1.0.1

Yhdistystoiminnan kehityskeskustelu, YKE

- Yhdistystoiminnan kehittämiskeskustelu käydään tarpeen mukaan jokaisen yhdistyksen kanssa
- Yhteinen keskustelu yhdistyksen hallituksen, työntekijöiden ja järjestöasiantuntijan kanssa
- Arvioidaan mennyttä toimintaa ja suunnitellaan tulevan toiminnan linjauksia
- Mahdollisuus kehittää yhdistyksen toimintaa jäsenistön tarpeiden ja resurssien mukaisesti



Muista myös
säännölliset
jäsenkyselyt!

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Yhdistysavustus (Stea)

- 1000-3000 € avustus toimintaan STEAlta (liiton kautta)
- Haku edellisen vuoden 1.9. mennessä, selvitys seuraavan vuoden 13.1. mennessä
- Avustuksella on tarkoitus edistää jäsenyhdistysten kehittämistyötä sekä tukea vapaaehtoisia. Jäsenjärjestö voi hakea avustusta
 - yhdistyksen **perustoimintaan** (mm. vuokrat tai pienikokoiset hankinnat) - kannattaa kirjata aina tämä!
 - **kohdennettuun toimintaan**, kuten esimerkiksi vertaistuki- tai vapaaehtoistoiminnan tukemiseen
 - erilaisten **tapahtumien** järjestämiseen

Kevään 2024 järjestökoulutukset



[Allergia.fi](https://allergia.fi) > [Yhdistykset](#) > [Tietoa yhdistystoimijoille](#)

Hyödynnä vanhat
Teams-koulutukset,
isot koulutukset
verkostoitumisen
paikkoja!

Tammikuu

17.1. Näin järjestät kiinnostavan tapahtuman Allergia- ja Astmatietoviikolla

24.1. Tule vapaaehtoiseksi -koulutus

Helmikuu

8.2. Yhdistystoiminnan ABC -ilta 1

15.2. Yhdistystoiminnan ABC -ilta 2

Maaliskuu

Koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa:

14.3. mahdollisesti pohjoisen koulutus

16.3. koulutustilaisuudet Turussa, Oulussa ja Kuopiossa

Huhtikuu

4.4. Astma-koulutus yhdistyksille

Koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa:

10.4. koulutusillat Helsinki, Seinäjoki, Jyväskylä

18.4. koulutusilta Tampere

25.4. Uusien jäsenten ilta

27.4. Liittokokous

Kesäkuu

8.-9.6. Vapaaehtoisten kesäpäivät

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Tule verkostoitumaan ja oppimaan uutta

Kehitetään yhdessä
yhdistyksen vapaaehtoistoimintaa!

Löydä uusia vapaaehtoisia -koulutuskiertue 2024

to 14.3. klo 17.30–20.00 Kemi

la 16.3. klo 10.30–15.30 Kuopio, Oulu, Turku

la 23.3. klo 10.30–15.30 Lappeenranta

ke 10.4. klo 17.30–20.00 Helsinki, Jyväskylä, Seinäjoki

to 18.4. klo 17.30–20.00 Tampere, Kuusamo

Lisätietoa koulutuksista:

allergia.fi/tapahtumat & keliakialiitto.fi/tapahtumat



Keliakialiitto



Opintokeskus Sivis

ALLERGIA IHO & ASTMA

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Tammikuu

- Käyttämättömien STEA-avustusten selvitykset ja palautukset liittoon
- Tieto loka-marraskuun uusista jäsenistä yhdistyksille
- Tilaa liiton kautta oppaita maksutta 31.1. mennessä
- **Lapsen atooppisen ihottuman hoito -verkkoluento ke 31.1.**
- *Teemapäivien yhdistystapahtumien suunnittelua 17.1.*
- *Uusien vapaaehtoisten koulutus 24.1.*

Helmikuu

- **Anafylaksiapäivä 11.2.** verkkoluento ke 14.2. teemalla Anafylaksia ja pelko
- **Harvinaisten sairauksien päivä 29.2.**
- Allergia, Iho & Astma -lehti 1/24 ilmestyy 9.2.
- Jäsenmaksujen tilitykset liitosta yhdistyksille
- Jätä kevätkokoukseen esitettävät aloitteet liittohallitukselle helmikuun loppuun mennessä
- *ABC-koulutus uusille yhdistystoimijoille 8. ja 15.2.*

Maaliskuu

- **Allergiaviikko 18.-24.3.** Siitepölyallergia eri ikäkausina - verkkoluento ke 20.3.
- STEA-avustuksen 1. erä maksetaan sitä saaville yhdistyksille
- *Löydä uusia vapaaehtoisia yhdistystoimintaan – koulutuskierros eri puolella Suomea maaliskuuhun:* Kemi, Kuopio, Oulu, Turku, Lappeenranta, Helsinki, Jyväskylä, Seinäjoki, Tampere, Kuusamo

Huhtikuu

- Puheenjohtajan virtuaalihakvit
- **Liittokokous la 27.4.**
- Liiton järjestämä uusien jäsenten ilta 25.4.
- Allergia, Iho & Astma -lehti 2/24 ilmestyy 26.4.
- Tieto tammi-maaliskuun uusista jäsenistä yhdistyksille
- *Paikallisia yhdistyskoulutuksia eri puolella Suomea 10. ja 18.4*
- *Astmakoulutus yhdistyksille*

Toukokuu

- **Astmatietoviikko 6.-12.5.**
- Astmapäivä ja Astma ei ole este -luento ti 7.5.
- Jäsenmaksujen tilitykset liitosta yhdistyksille
- STEA-avustuksen 2. erä maksetaan yhdistyksille

Kesäkuu

- *Vapaaehtoisten koulutuspäivät 8.-9.6. Tampere*
- Toimita yhdistyksen viralliset kokouspaperit liittoon

Heinäkuu

- Tieto huhti-kesäkuun uusista jäsenistä yhdistyksille

Elokuu

- STEA-avustusten haku seuraavalle vuodelle
- *Syksyn startti yhdistyksille ke 21.8.*
- Suomen luonnon päivä la 31.8.
- Jätä syyskokoukseen esitettävät aloitteet liittohallitukselle elokuun loppuun mennessä
- Tilaa liiton kautta oppaita maksutta 30.8. mennessä

VUOSIKELLO 2024

Syyskuu

- **Atopiapäivä 14.9.** Atopiapäivän verkkoluento to 12.9.
- Allergia, Iho & Astma -lehti 3/24 ilmestyy 13.9.
- Jäsenmaksujen tilitykset liitosta yhdistyksille
- *Uusien vapaaehtoisten koulutus 4.9.*
- *Ruoka-allergiakoulutus yhdistyksille 18.9.*

Lokakuu

- **Ruoka-allergiapäivä 13.10.** Ruoka-allergisena ravintolassa, verkkoluento to 10.10.
- Tieto uusista jäsenistä yhdistyksille

Marraskuu

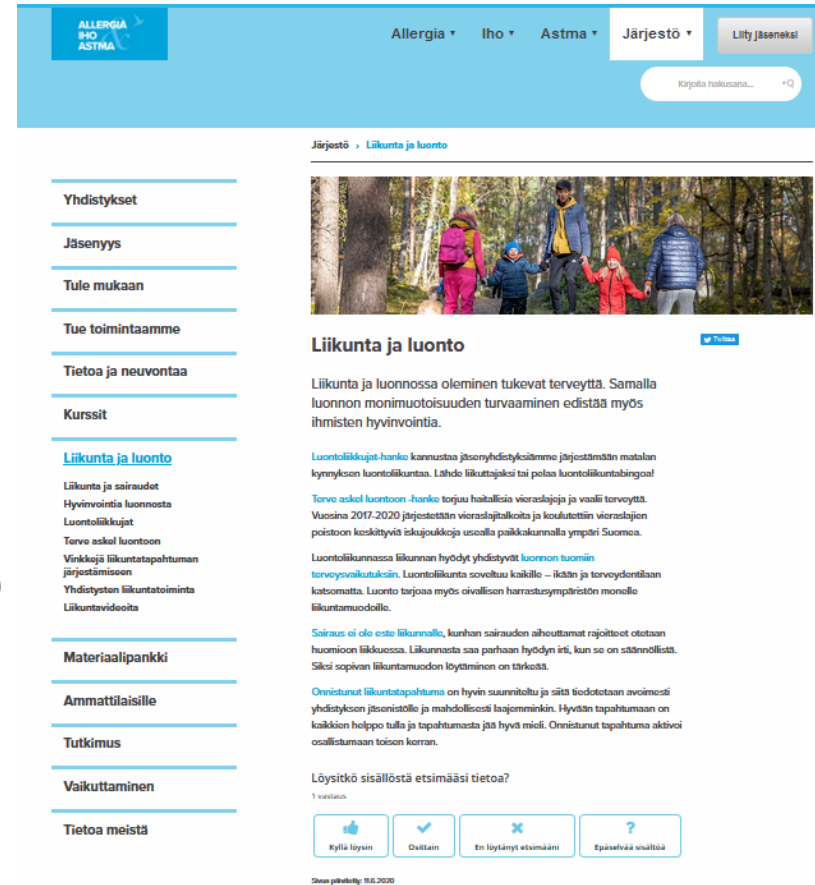
- Allergia, Iho & Astma -lehti 4/24 ilmestyy 1.11.
- **Ihoviikko 4.-10.11.**, Ihorauha, verkkoluento to 7.11.
- **Juhlavuoden tapahtuma, Allergia-, iho- ja astmapäivä,** pe 15.11. Tampere
- **Järjestöpäivät ja liittokokous 16.11.** Tampere
- **Astman hoito eri ikäkausina - verkkoluento ke 27.11.**

Joulukuu

- Jäsenmaksujen tilitykset liitosta yhdistyksille
- **Toimita yhdistyksen viralliset kokouspaperit liittoon**

Tietoa toiminnasta monesta kanavasta

- Kotisivut: allergia.fi
 - Paljon tietoa eri sairausryhmistä
 - Tapahtumakalenteri: allergia.fi/tapahtumat
 - Vertaistarinoita: allergia.fi/live
 - Opasvideoita mm. liikuntaan ja lääkkeenottoon
- Sosiaalinen media
 - Facebook: Allergia-, Iho- ja Astmaliitto
 - X: allergia_astma
 - Instagram: Allergiajaastmaliitto
 - YouTube: Allergiajaastma
- Liiton uutiskirje jäsenille n. 5 kertaa vuodessa.
- Tietoa omasta yhdistyksestä sähköpostitse tai jäsenkirjeellä



The screenshot shows the website's navigation bar with 'Allergia', 'Iho', 'Astma', and 'Järjestö' menus, along with a 'Liity jäseneksi' button and a search bar. A sidebar on the left lists various services like 'Yhdistykset', 'Jäsenyys', and 'Tule mukaan'. The main content area features an article titled 'Liikunta ja luonto' with a photo of a family walking in a forest. The article text discusses the benefits of outdoor activities for health and well-being, mentioning specific projects like 'Luontoliikujat-hanke' and 'Terve askel luontoon-hanke'. It also provides information on how to join the organization and participate in events.

Hyödynnä oppaat ja materiaalit

- Allergia, Iho & Astma -lehti
 - Uusin numero luettavissa myös digitaalisesti
 - ehdota aiheita: toimitus@allergia.fi
- Maksuttomat oppaamme ja muu materiaali
 - alan asiantuntijoiden kirjoittamia laadukkaita tietopaketteja
 - Lataa ilmaiseksi allergia.fi/oppaat tai tilaa tilausjärjestelmästäme: <https://allergia.omapumu.com/>
 - Yhdistykset voivat tilata maksutta materiaaleja liiton kautta 2 krt/vuodessa (tammikuu/elokuu)



Lasten astma



TUOKSUTKO
LIIKAA
?

Hajusteet aiheuttavat monille päänsärkyä ja pahoinvointia.
Käytä tuoksuja mallillisesti. Joka kolmas suomalainen on tuoksuherkkä.

www.allergia.fi

© MINA SILLANPÄÄN SÄÄTIÖ

Pysy ajan tasalla

- Liity yhdistysaktiivien FB-ryhmään
- Yhdistysaktiivien **uutiskirje** kerran kuussa
-> Tilaa: paula.lehtomaki@allergia.fi
- Yhdistyksien neuvojille -> ammattilaisrekisteri
- Yhdistystoimijoiden omat sivut:
www.allergia.fi/jarjesto/yhdistykset/tietoa-yhdistystoimijoille
- Liiton **intranet** allergia.fi/intra/
Tunnus: yhdistykset, salasana:
Mansikka1Karpalo9?



Yhteisellä viestillä näkyvyyttä

- Kolme teemaviikkoa: Allergiaviikko 18.-24.3.2024, Astmatietoviikko 6.-12.5.2024 ja Ihoviikko 4.-10.11.2024
- Lisäksi osallistumme valtakunnallisiin ja kansainvälisiin teemapäiviin: Anafylaksipäivä 11.2., Harvinaisten sairauksien päivä 29.2., Atopiapäivä 14.9. ja Ruoka-allergiapäivä 13.10.
- Tavoitteena nostaa esiin meille ja kohderyhmillemme tärkeitä asioita, lisätä tietoisuutta sairauksista ja niiden vaikutuksista elämänlaatuun.



Hyödynnä kampanjat ja teemapäivät

- Yhdistysten kannattaa järjestää kiinnostuksen/resurssien mukaan tapahtumia ja toimintaa teemapäivien ja kampanjaviikkojen ympärille
- Liitosta toimitetaan materiaalia ja vinkkejä tapahtumien järjestämiseen
- Suunnitellaan tulevia kampanjoita yhdessä yhdistysten kanssa
- Idea - Järjestä Astmapäivän toritapahtuma!
- Jaa ainakin somessa kampanjan postauksia



**ASTMA
EI OLE
ESTE**

Verkkoluento työikäisten astmasta
ti 7.5.2024 klo 18–19.30

astmatietoviikko.fi

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Astmatieto-
viikko
6.–12.5.



ALLERGIA
IHO
ASTMA

ÄLÄ SIEDÄ – siedäty!

ALLERGIIVIIKKO 18.–24.3.2024

Neuvontaa ja ohjeita Allergia-, iho- ja astmaliiton jäsenyhdistyksistä.
Liity jäseneksi ja tule mukaan!

allergiviikko.fi

Astmatietoviikko 6.-12.5.2024

- Suomessa 300 000 astmaa sairastavaa
- Teemana: Astma ei ole este
- Tunnista astman oireet ja opi hoitamaan sitä entistä paremmin. Tietoa, tukea ja mahdollisuuksia astman hoitoon on.
- Kohderyhmä: 20-60-vuotiaat perusastmaa sairastavat, jolla vain joskus pahenemisvaiheita.



ALLERGIA
IHO
ASTMA

ASTMA
EI OLE
ESTE



Astmatietoviikko
6.-12.5.2024

**LIITY JÄSENEKSI
JA TULE MUKAAN!**



www.astmatietoviikko.fi

Näkyvyyttä!

- Somekampanjointia
 - Jaetaan Astma ei ole este -tarinoita
 - Ilmianna itsesi tai hyvä tyyppi tarinankertojaksi
- Toritapahtumat ti 7.5. Helsinki ja ke 8.5. Tampere
- Ulkomainontaa Helsingissä, Tampereella, Turussa, Oulussa, Jyväskylässä, Rovaniemellä ja Kuopiossa
- Mediatiedote



ALLERGIA
IHO
ASTMA

Verkkoluennot kevät 2024



Kaikille
avoimet
verkkoillat

TIETOA JA TUKEA SAIRAUDEN KANSSA ELÄMISEEN!

- KE 31.1.** Lapsen atooppisen ihottuman hoito
- KE 14.2.** Anafylaksia ja pelko
- KE 28.2.** Harvinainen ihosairaus ja jalkojen hoito
- KE 20.3.** Siitepölyallergia eri ikäkausina
- TO 4.5.** Astma ei ole este!

allergia.fi/tapahtumat

- Verkkoluentoja mm. teemapäiviin liittyen
- Ilmaisia ja kaikille avoimia
- Tallenteet katsottavissa jälkikäteen
- Mainosta ja markkinoi
- Hyödynnä kisakatsomona

Muista viestinnässä myös:

- Yhdistysten nettisivuihin käytettävissä Yhdistysavain-palvelu
 - Olisiko aika päivittää nettisivunne uuteen version?
 - Pienin paketti on maksuton, Start 16,20 eur/kk
 - www.yhdistysavain.fi/liitot/allergia-iho-ja-astmaliitto-ry/
- Liiton nettisivuilla yhdistyksillä oma sivu: allergia.fi/yhdistykset
- Allergia.fi/Tapahtumat -> Lisänäkyvyyttä yhdistyksen toiminnalle yhteisestä kalenterista



Jäsenedut

- Liitolla on etuja kaikille jäsenille
 - www.allergia.fi/jarjesto/jasenyys/jasenedut/
- Yhdistyksillä voi olla myös omia jäsenetuja
 - Ovatko ajan tasalla mobiilikortissa?



Mitä palveluita liitto tarjoaa sairastaville?

Allergia-, iho- ja astmaliiton kurssit

- Järjestämme maksuttomia kursseja allergiaa, astmaa ja ihon sairauksia sairastaville ja heidän läheisilleen.
- Kurssien ohjelmassa on tietopainotteisia luentoja sekä erilaista ohjattua ryhmämuotoista toimintaa, kuten keskustelu-, rentoutus ja liikuntaryhmiä.
- Kurseilla tapaa muita allergiaa, astmaa tai ihon sairautta sairastavia, joiden kanssa voi jakaa kokemuksia ja saada vertaistukea.
- www.allergia.fi/kurssit



Neuvonta

- Allergia-, iho- ja astmaneuvoonta, Katariina Ijäs
 - puh. 044 773 2052, allergianeuvoja@allergia.fi
- Sosiaaliturvaneuvonta, Risto Heikkinen
 - puh. 045 114 4459, risto.heikkinen@allergia.fi
- Ajantasaiset yhteystiedot ja ajat: allergia.fi/neuvonta
- Siitepöly- ja ympäristöneuvonta
 - instituutti@allergia.fi



Erimenu ja Kosmetiikkaneuvonta



- **Erimenu.fi** - reseptit ruoka-allergioihin, keliakiaan ja erityisruokavalioihin
- Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen ruoka-allergianeuvonta: ma - to klo 10 - 14, p. 045 235 2861
- **Kosmetiikka-allergia.fi** - palvelu kosmetiikka-allergisille
- Helsingin allergia- ja astmayhdistyksen iho- ja kosmetiikkaneuvonta palvelee valtakunnallisesti: Farmaseutti, kosmetologi Merike Laine, p. 010 2790991, kosmetiikka@allergiahelsinki.fi

Edunvalvontaa yhdessä

- Tiedotteet ja kannanotot
- Selvitykset
- Sosiaaliturvaluennot (yhdistyksissä)
- Erityisasiantuntija Risto Heikkiseltä sosiaaliturvaneuvontaa & ohjausta vaikuttamistoimintaan
- Yhdistykset ovat alueensa parhaita asiantuntijoita ja heillä on mahdollisuus vaikuttaa paikallisesti.
- <https://www.allergia.fi/jarjesto/vaikutamme/ohjeistukset-lausunnot-kannanotot/#6cfa78ee>



Tuetut lomat 2024

- Tuetut lomat antavat matalan kynnyksen mahdollisuuden saada tauko arjesta, virkistyä ja saada vertaistukea.
- Lomahakemus täytetään MTLH:n verkkosivuilla www.mtlh.fi.

VIRKISTÄYDY TUETUILLA LOMILLA!

10.–16.6.2024

Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio

21.–26.7.2024

Tanhuvaaran Urheiluopisto, Savonlinna

13.–18.10.2024

Rokua Health & Spa, Rokua

Lue lisää ja hae mukaan:
allergia.fi/tuetutlomat

Vertaislomaa
lapsiperheille
ja muille!



Vertaistoiminta on toimintamme ydin

- Vertaistoiminta on kaiken toiminnan ydin potilasjärjestöissä
- Yhdistysten tärkein tehtävä on saattaa saman kokeneita yhteyksiin toistensa kanssa
- Vertaistuki perustuu samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten haluun jakaa kokemuksia ja tietoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä.



Vertaistreffit

- Valmis konsepti, johon liitto kouluttaa vapaaehtoisia vetäjiä
- Matalan kynnyksen tapahtumia, joita on helppo järjestää ja joihin on helppo tulla mukaan
- Tunti jutustelua vertaisten kesken keskustelukorttien kanssa
- Verkossa, livenä, liikkuen



www.allergia.fi/vertaistreffit

ALLERGIA
IHO
ASTMA

Kokemustoiminta



- Liitolla on 28 koulutettua kokemustoimijaa, eri diagnooseja, itse sairastavia ja läheisiä
- Kokemustoiminnan tarkoituksena on tuoda pitkäaikaissairaahan/läheisen ääni ja kokemukset näkyviksi ja kuuluviksi, sekä yhteiseksi hyödyksi
- Kokemustoimijat voivat toimia esim. luennoitsijoina/puheenvuoron pitäjinä terveydenhoitoalan oppilaitoksissa, haastateltavina mediassa jne.
- Kokemustoimijat ovat hyödynnettävissä myös yhdistysten tapahtumissa ja toiminnassa esim. puhujina tai vaikuttamistyössä
- <https://kokemustoimintaverkosto.fi/>

Luontoterveyden osaamiskeskus



**LUONTOTERVEYDEN
OSAAMISKESKUS**

- Perustettu vuoden 2024 alussa -> toimi aikaisemmin nimellä Etelä-Karjalan Allergia- ja ympäristöinstituuttina
- Tavoitteena jakaa tietoa, kouluttaa ja lisätä tietoa ja tietoisuutta luontoterveydestä.
- Kansallinen luontoterveysohjelman (2023-2026) tavoitteena pysäyttää luontokatoa niin väestössä kuin luonnossa ja parantaa ihmisten luontoyhteyttä.



**ALLERGIA
IHO
ASTMA**

ABC-koulutus, osa 2 to 15.2.2024



- Teemoina
yhdistys- ja kirjanpitolaki,
yhdistyksen kokoukset,
hallituksen tehtävät
- Ilmoittaudu mukaan:
<https://link.webropol.com/ep/abckoulutukset2024>

Lopuksi - kiitos mukanaolosta!

- Minkä uuden oivalluksen kanssa lähdet tästä illasta?
- Palautelomake:
<https://link.webropol.com/s/koulutus2024>



Kiitos!

**ALLERGIA
IHO
ASTMA** 