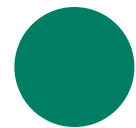


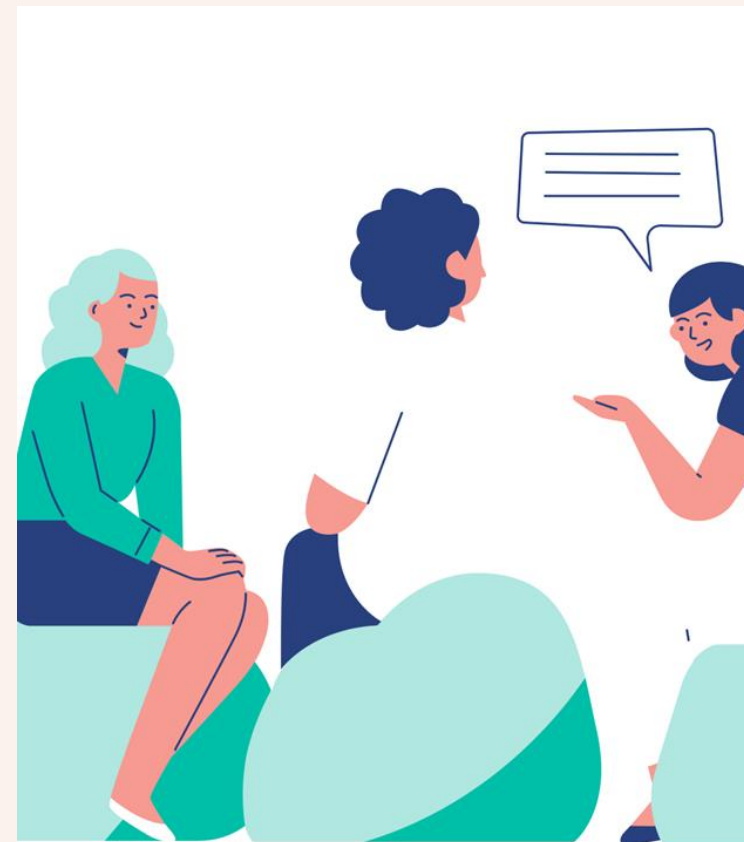
Hallitustreffit 2025



Hallitustreffit

- Hallitusten tukeminen, osallisuuden lisääminen ja verkostoituminen
- Reumaliiton strategia lähemmäksi yhdistysten arkea
- 2024 Hallitustreffit: 9 tilaisuutta, 317 osallistujaa, 82 yhdistystä
- Vuosittainen tapahtuma, paikka vaihtuu alueen sisällä

tutustuminen – yhdessä olo – verkostoituminen –
oppiminen – oivallus – virkistys



Kehitämme
reumayhteisöä



Yhdenvertaisuus on yksi Reumaliiton arvoista, sekä vuositeema 2024- 26

[Yhdenvertaisuus-
materiaalit löydät
täältä](#)

Reilu
Reumaliitto

Reilun käytöksen kymppi

Reumaliitto on yhdenvertainen ja tasa-arvoinen sekä syrjinnästä vapaa järjestö



Reilun käytöksen kymppi

Reumaliitto on yhdenvertainen ja tasa-arvoinen sekä syrjinnästä vapaa järjestö





1 ■

Yhteinen asiamme on edistää reuma- ja tule-sairaiden asioita. Poliittinen kanta ja uskonnollinen vakaumus ovat kunkin henkilökohtaisia asioita.





2.

Voimme vitsailla ja tehdä pilaa omista ominaisuuksistamme, toisista emme.





3



Hyväksymme erilaisuuden ja vältämme ihmisten ja ihmisryhmien leimaamista. Huomioimme kaikkia diagnoosiryhmiä ja annamme kaikille mahdollisuuden toimia yhdistyksessä.





4. Hyväksymme toistemme poikkeavat mielipiteet silloin kun ne eivät loukkaa yksittäisen ihmisen ihmisarvoa. Erimielisyydet sovimme saman tien keskustelemalla.





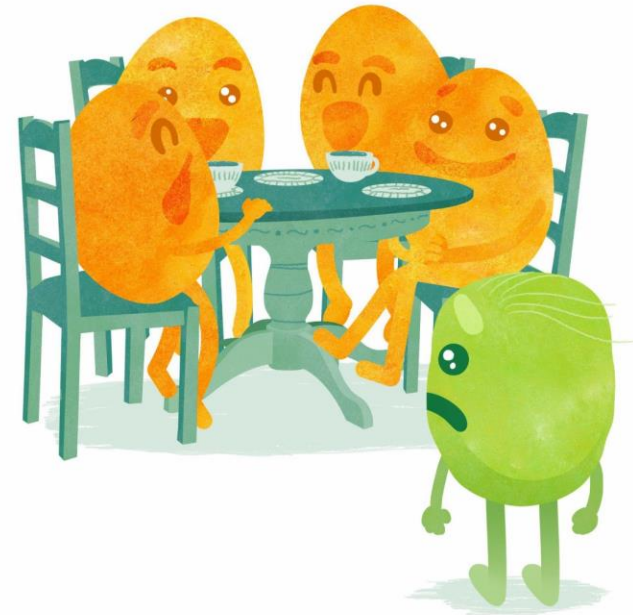
5.

Seksuaalinen häirintä ja epäasiallinen käytös ei ole missään tilanteessa hyväksyttävää. Puutemme siihen heti ja annamme sen kohteeksi joutuneelle halutessaan mahdollisuuden puhua kokemuksistaan esimerkiksi yhdistyksen hallituksen jäsenen kanssa.





6 ■ Huomioimme kaikki mukana olevat, toivotamme uudet ihmiset tervetulleiksi ja huomioimme, että he pääsevät toimintaan mukaan.





7



Ilmoitamme ajoissa, jos emme pysty hoitamaan tehtävää, jonka olemme ottaneet hoitaaksemme.





8. ■

Ylläpidämme luottamusta, emme kerro eteenpäin asioita, joista olemme luottamuksellisesti puhuneet.





9.

Huomioimme sen, että kaikki saavat halutessaan puheenvuoron.





10.

Toimimme avoimesti ja jaamme tietoa kaikille tietoa tarvitseville.



Ohjelma

- 9.30 Aamukahvit
- 10.00 Tervetuloa Hallitustreffeille!
Tutustuminen
Tehtävänkuvaus – ryhmätyö
Reumaliiton ajankohtaiset
- 12.00 Lounas
- 13.00 Ryhmätyön purku
- 13.30 Yhdenvertaisuuden edistäminen
liikunnan avulla
Hyvinvointia edistävään toimintamalliin
tutustuminen
- 14.30 Palautteet päivästä
Iltapäiväkahvit
- 15.00 Tilaisuus päättyy
Kiitos ja hyvää kotimatkaa!

ARVOT



Hyvinvointi

Lisäämme ihmisten
kokonaisvaltaista
hyvinvointia.



Luotettavuus

Olemme luotettava
ja asiantunteva
kumppani.



Yhteisöllisyys

Toimimme ja
vaikutamme
yhdessä, pidämme
toisistamme huolta.



Yhdenvertaisuus

Toiminnassamme
kaikki ihmiset ovat
yhdenvertaisia.



Välitämme hyvinvoinniasi



**Kannustamme
mikrotaukoihin ja siksi
aina aiheen vaihtuessa
nousemme
jaloittelemaan, mikäli
mahdollista.**



Hyvinvointi



**Yli tunnin mittaisissa
tilaisuuksissa pidämme
erillisen virkistystauon.**

Tauot tänään klo:

12-13 lounas

**Aamu- ja iltapäivän ohjelmassa
huomioituna yhteiset
virkistystauot**

Jokainen osallistuu oman
toimintakykynsä mukaan.

Hallitustoimijoiden roolien kirkastaminen



Luotettavuus



Edellytyksiä hyvään ja sujuvaan hallitustoimintaan



- Työnjako roolit, vastuut, tasapuolisesti jaetut tehtävät
- Tehtävänkuvaukset kaikkien tiedossa → luottamus lisääntyy
- Kaikki osallistuvat aktiivisesti
- Uusien toimijoiden mukaan saaminen helpottuu, kun yllä olevat ovat kunnossa

"Hallituksessa on mukava olla ja työtehtävät ovat mielekkäitä."

"Yhdistyksessä toimiminen on hauskaa ja tunnen itseni tarpeelliseksi."

"Jokaisella on jotakin tehtävää ja kaikki auttavat toisiaan."

"Jokaisella hallituksen jäsenellä ja varajäsenellä oma vastuualue, joka on toiminut hyvin ja ihmiset pitävät siitä. Kaikki hoitavat omaa aluettaan ja on aktiivisia."



Rooleja ja nimettyjä tehtäviä yhdistystemme hallituksissa

- Puheenjohtaja (lakimääräinen)
- Varapuheenjohtaja, sihteeri ja rahastonhoitaja (sääntömääräiset, tarkista yhdistyksen omat säännöt)
- Jäsenasioiden hoitaja
- Liikuntavastaava
- Muut tarvittavat, esim. viestintävastaava, matkavastaava, arpajaisvastaava jne.

Kaikilla hallituksen jäsenillä tai varajäsenillä ei välttämättä ole erikseen nimettyä roolia tai tehtävää. Tehtävät voivat vaihdella paljonkin yhdistyksestä riippuen.

Vapaaehtoistehtäviä saa ja kannattaakin jakaa myös hallituksen ulkopuolelle!



Roolien sisältämät tehtävät

- Rooleihin kuuluvat tehtävät vaihtelevat yhdistyksittäin
- Tehtävien määrittely ja kuvaus tärkeää
- Jokaisen toimijan on hyvä tietää, mitä tehtäviä rooleihin sisältyy → luottamus
- Tehtäviä ei pidä olla liikaa, mutta niitä on hyvä olla
- Puheenjohtajan tehtäviin kuuluu lakimääräisiä ja mahdollisesti sääntömääräisiä tehtäviä
- Roolisidonnaisia tehtäviä

Tutustumistehtävä pöydissä



- Kerro nimi, yhdistys, oma rooli ja kuinka kauan olet roolissasi toiminut
- Tutustumista varten pöydissä on apukysymyksiä, joihin vastaamalla voit kuvata omaa tilannettasi
- Pitäkää pöydässä huolta, että jokainen pääsee ääneen



Itsenäinen tehtävä



- Kirjoita annetulle paperille yhdistyksesi nimi sekä 1-2 asiaa, **mistä haluat kiittää oman yhdistyksesi hallitusta ja sen toimijoita.**
- Nämä paperit kerätään talteen.





Yhteinen virkistystauko: naurujooga



Myönteisen mielen harjoite: naurujoogahetki



Hyvinvointi



Tehtävänkuvauks hallituksen roolista

- Tehtävänkuvauksen tekeminen helpottaa...
 - roolin haltijaa, mutta myös kaikkia muita hallituksen jäseniä
 - uuden toimijan rekrytointia
 - uuden toimijan perehdyttämistä
 - uutta toimijaa
 - tehtävien tasapuolista jakamista
 - roolin sisällön kehittämistä ja tekijänsä mukaan räätälöimistä
 - reagoimista erikoistilanteisiin (esim. äkillinen tuuraaminen).

Hissipuhe jäsenyydestä



”Jäseneksi liittyminen kannattaa, sillä yhdistyksestä saat tietoa, tukea ja voit osallistua toimintaan, esimerkiksi harrastusryhmiin ja retkille.

Pääset osaksi yhteisöä, joka tarjoaa vertaistukea sinulle ja läheisillesi.

Jäsenetuna saat Reuma-lehden vuosikerran ja olet mukana tukemassa sairastavien etujen valvomista.

Liittyminen on helppoa ja jäsenmaksu edullinen. Tule ihmeessä mukaan!”





Tehtäväkuvauksen teko pöytäkunnittain

Pöydille on jaettu jokaiselle oma valkoinen **tehtäväkuvauslomake**

- 1) Jokainen täyttää ensin omaa lomakettansa. Kirjaa lomakkeeseen oma nimesi.
- 2) Keskustelkaa yhdessä kirjauksistanne ja kirjatkaa tärkeimmät ja parhaat asiat yhteiseen lomakkeeseen (värillinen), joka kerätään talteen.
Näistä värillisten lomakkeiden kirjauksista tehdään kaikkien Hallitustreffien jälkeen kooste Reumaliiton verkkosivuille, julkaistaan loppuvuoden aikana.
- 3) Jatkaa oman lomakkeenne kirjaamista ja muistakaa täydentää omaa lomakettanne äskeisillä yhteisillä kirjauksilla (jotta ne jäävät itsellenne muistiin).



Työkaluja tehtävänkuvaukseen liittyen

- Pikaperehdytykset
- Motivaatiokirje
- Hallituksen itsearviointi
- Tehtävästä kiinnostus –lomake
- Uuden hallituksen jäsenen perehdyttämisen muistilista
- Kilta-rekisterissä uuden jäsenen ilmoittama kiinnostus vapaaehtoistyöstä

reumaliitto.fi > Yhdistyksille > Yhdistystoiminnan hallinto > Yhdistyksen johtaminen ja kehittäminen



Reumaliiton ajankohtaiset



Reumaviikko 4.-12.10.2025



Yhteisöllisyys

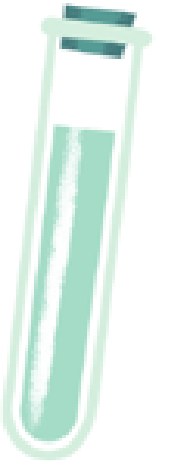
Reumaviikkoa vietetään teemalla

Missä menee reuman hoito – toteutuuko yhdenvertaisuus?

La 4.10. Reumaviikon avajaiset Turussa

To 9.10. klo 9-10 Webinaari teemalla: Missä menee reuman hoito – toteutuuko yhdenvertaisuus?

Yhdistyskirjeessä ja somessa tiedotetaan tarkemmin webinaarista ja somemateriaaleista.



Anna lusikka kauniiseen käteen -somekampanja

Monipuolistamme
rahoitus pohjaa



Lusikkateorian mukaan meillä kaikilla on tietty määrä "lusikoita" eli voimavaroja käytettävänä päivän aikana. Reumasairautta sairastava joutuu harkitsemaan tarkkaan miten lusikoita eli voimavarojaan päivän aikana käyttää.

Lahjoittamalla voi tukea Reumaliiton työtä mahdollistaa jaksamista tukevia palveluja sairastaville.

Kampanja alkoi toukokuussa ja jatkuu syksyn aikana.





2026 on Reumaliiton vaalivuosi

Valtuusto on liiton ylin päättävä elin ja se valitaan kolmivuotiskaudeksi, eli tällä kertaa vuosiksi 2027-29. Valtuuston jäseneksi voi tulla valituksi korkeintaan kolmeksi kolmivuotiskaudeksi peräkkäin.

Yleensä valtuustolla on kaksi kokousta vuodessa. Ensimmäisen vuoden tammikuussa on lisäksi kokous liiton hallituksen valitsemiseksi.

Vaalit järjestetään loka-marraskuun aikana. On tärkeää ajoissa lähteä kartoittamaan kiinnostuneita ehdokkaita. Vuonna 2023 ehdokkaat nimettiin helmi-toukokuussa. Vain riittävällä määrällä ehdokkaita voidaan taata valtuuston alueellinen kattavuus.

Edellisessä uudistuksessa uudistettiin yhdistysten äänimäärät. Nyt jokaisella yhdistyksellä on yhtä suuri painoarvo.

Huom. Erittäin tärkeää äänestyksen sujuvoittamiseksi, että yhdistyksen ja hallituksen jäsenten sähköpostiosoitteet ovat Killassa ajan tasalla.

[Edellisten vaalien osviittaa löytyy verkkosivuilta](#)



Luotettavuus

Oman hyvinvoinnin polku – verkkosivusto

www.reumaliitto.fi/hyvinvoinnin-tueksi

- Vinkkejä, vertaistukea ja harjoitteita oman hyvinvoinnin tueksi:
 - Asiantuntijaluentoja
 - Harjoitteita videoina ja tekstinä
 - Vertaiskokemuksia Hyvinvoinnin polulla –podcastin jaksoissa
- Tänä syksynä tulossa myös painettu opas
- Verkkosivuston esitteen löydätte materiaalikassista



Hyvinvointi

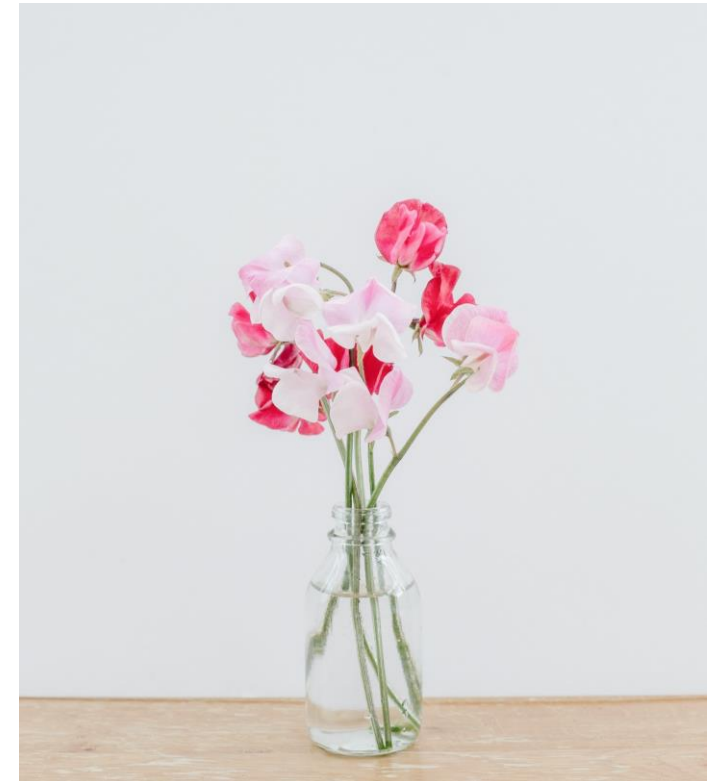


Omahoitopolku

Muuta ajankohtaista



- Toiminta-avustushaku 15.10.-15.12.2025. Teams-infoja aiheesta, katso [tapahtumakalenterista](#). Lisätietoa toiminta-avustuksesta [verkkosivuilta](#).
- Yhdistystoimijoille ja muille vapaaehtoisille suunnatut tapaamiset, koulutukset ja infotilaisuudet kootusti [verkkosivuilla täällä](#). Syksyllä tulossa mm. vertaistukijoiden peruskoulutus, [tutustu](#) ja tule mukaan!
- Maksamattomat jäsenmaksut – jäsenyydet tulee päättää mahdollisimman pian (lisää tietoa Killassa)
- Hallitustreffien materiaalit tulevat [verkkosivuille tänne](#)
- Olethan meihin yhteydessä matalalla kynnyksellä, [yhteystiedot verkkosivuilla](#) 😊





Ohje ryhmätyön purkuun

- Vuorotellen jokainen pöydässä pitää hissipuheen (1 minuutti) omasta roolistaan
- Hissipuheen tavoitteena on saada toinen henkilö innostumaan tehtävästä / roolista ja hakeutumaan mukaan aktiivitoimijaksi
- Hyödynnä puheessa ennen lounasta tekemiäsi kirjauksia ”tehtävänkuvaus” – lomakkeelle
- Harjoitellaan, kokeillaan, testataan tässä porukassa! Jatkossa voitte oman yhdistyksen toiminnassa hyödyntää täällä tehtyjä kuvauksia.
- Huolehtikaa pöydässä siitä, että jokainen hissipuheen esittäjä saa ainakin 1-2 kommenttia itselleen. Saatuja kommentteja kannattaa kirjata myös itselleen ylös!