

## **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2024**

### TOIMINTA-AJATUS

Yhdistyksen tarkoituksena on eläkeläisten ja eläketurvaa tarvitsevien henkisten ja aineellisten etujen ja oikeuksien valvominen sekä heidän sosiaalisen turvallisuutensa ja hyvinvointinsa edistäminen.

### SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN TOIMINTA

Kerhot pidetään joka toinen tiistai parittomina viikkoina Sonkajärven seurakuntatalolla, ei kuitenkaan kesällä kesä-elokuussa. Kerhotapaamisissa toteutetaan erilaisia teemoja, kutsutaan luennoitsijoita, kerrotaan Eläkeliiton toiminnoista, pelataan bingoa, jumpataan, jäsenet esittävät omaa ohjelmaa, pidetään tietokilpailuja ja tietenkin kahvitellaan ja seurustellaan.

Pidetään yhdistyksen omat sääntömääräiset vuosi- ja syyskokoukset. Hallituksen kokouksia pidetään tarpeen mukaan.

Osallistutaan Ylä-Savon piirin sääntömääräisiin kokouksiin.

Osallistutaan Eläkeliiton Liittokokoukseen ja kesäjuhlaan Sotkamossa 12-13.6.

Vaikutetaan aktiivisesti vanhus- ja vammaisneuvostossa.

Toimitaan yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa.

### KOULUTUS- JA KURSSITOIMINTA

Osallistutaan liiton ja piirin järjestämiin koulutuksiin. Tarvittaessa järjestetään myös omia koulutuksia. Perehdytetään ja innostetaan hallituksen ja yhdistyksemme uusia jäseniä toimimaan aktiivisesti.

### JUHLAT JA MUUT YHTEISET TILAISUUDET

Osallistutaan piirin kirkkopyhään, kesätapahtumaan ja muihin piirin järjestämiin tapahtumiin.

Osallistutaan vanhusten viikon juhlan järjestelyihin ja juhlaan.

Yhdessä Sonkajärven Invalidien ja Eläkeliiton Sukevan yhdistyksen kanssa vietetään jo perinteeksi muodostunutta Kekrijuhlaa Sukevalla.

Joulupuuro ikäihmisille järjestetään yhteistyössä Sonkajärven seurakunnan kanssa srk-talolla.

### RETKEILYTOIMINTA

Järjestetään teatterimatkoja yhdessä muiden paikallisten yhdistysten kanssa.

Tehdään ainakin yksi sokkoretki.

Pikkujoulumatka järjestetään johonkin lähialueen kylpylään / lomakeskukseen.

## HARRASTUSTOIMINTA

Innostetaan jäsenistöämme kaikenlaiseen liikuntaan, täytetään aktiivisesti Eläkeliiton kuntokorttia. Sonkajärven kunta tarjoaa eläkeläisjärjestöille maksuttomat vuorot kuntosalin lisäksi myös Liikuntahalliin, jossa sunnuntaisin on varattu vuorot boccialle, ratacurlingille ja TonkKumille, tennistä tiistaisin, perjantaisin ja sunnuntaisin sekä lentopalloa perjantaisin.

Kasperissa perjantaisin tuolijumppa.

Nuotiopannukahvit keitellään totutussa paikassa Lepokankaantien ja Viertotien risteyksen lähellä Erkin laavulla pannun ollessa kuumana parillisten viikkojen torstaina klo 13.30-15.00.

Saunavastoja tehdään tilauksesta.

Kurssi- ja koulutustoimintaa järjestetään kysynnän ja voimavarojen mukaan.

## KILPAILUTOIMINTA

TonkKumin MM-kisa järjestetään heinäkuun alussa yhteistyössä Sonkajärven Eukonkannon kanssa. TonkKumi-kisoja järjestetään erilaisten tapahtumien yhteydessä.

Tarjotaan jäsenille mahdollisuus osallistua eri lajien Eläkeliiton mestaruuskilpailuihin.

## VAPAAEHTOISTOIMINTA

Toteutetaan avustavaa vapaaehtoistoimintaa, koulutetaan toimijoita.

Avustetaan eri tapahtumien järjestelyissä, vieraillaan laitoksissa ja yksinäisten luona.

Kesä-heinäkuussa Sonkajärven kirkon esittelyä seurakunnan kanssa sovittavalla tavalla.

## JÄSENISTÖN HUOMIOIMINEN

Merkkipäivien ja poisnukkuneiden muistaminen, tervehdyskäynnit.

Jäsenhankinta on jatkuvaa perustuen henkilökohtaisiin yhteydenottoihin ja erilaisissa tilaisuuksissa tapahtuvaan toimintamme esittelyyn.

Opastetaan ja perehdytetään uudet jäsenemme yhdistyksemme toimintaan.

Jos mahdollista, jatketaan jäsenistömme avustamista arkisissa askareissa Kelan tuella palkatun henkilön voimin.

## TIEDOTUSTOIMINTA

Ilmoitetaan kerhon kokoontumiset ja muut tapahtumat Miilussa ja yhdistyksemme kotisivuilla.

Sähköpostilla ja puhelimeen lähetettävällä tekstiviestillä muistutetaan tulevista tapahtumista.

Tapahtumista kerrotaan myös sosiaalisen mediassa.

Käydään erilaisissa tilaisuuksissa esittelemässä yhdistyksen toimintaa.

Pidetään omat ja piirin kotisivuilla olevat yhdistystämme koskevat tiedot ajan tasalla.

## TALOUS

Kunnossa oleva talous mahdollistaa monipuolisen toimintojen tarjoamisen jäsenillemme.

Jäsenmaksut ovat yhdistyksemme toiminnan perusta. Tuloja saadaan myös kerhokahvittelusta, arpajaisista, välitettävien tuotteiden myynnistä ja kilpailujen osallistumismaksuista.

Käytetään MSL:n tukea aktiivisesti tapahtumien rahoituksessa.

Haetaan kunnalta toiminta-avustusta.