

## **SUOMEN NUORET AMPUTOIDUT RY**

### **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2009**

#### **TOIMINNAN TARKOITUS**

Suomen Nuoret Amputoidut ry:n tehtävänä on välittää tietoa amputaation jälkeisistä mahdollisuuksista niin amputoiduille itselleen, heidän omaisilleen kuin ammattilaisillekin. Toisen amputoidun tuki on usein paras apu silloin, kun sairaus tai vamma panee elämän kuviot uusiksi.

#### **TIEDOTTAMINEN**

Yhdistyksen sisäinen tiedottaminen tapahtuu jäsenkirjeillä, joilla hallitus tiedottaa jäsenistöä tapahtumista. Yhdistyksen kotisivut toimivat myös tiedotuskanavana sekä jäsenille että muille kiinnostuneille. Tiedotusta yhdistyksen vertaistukitoiminnasta ja yleensä toiminnasta kehitetään mahdollisuuksien mukaan.

Yhdistys on mukana proteesiliikunnan yhteistyöverkostossa, jonka tavoitteena on edistää amputoitujen tasavertaisia mahdollisuuksia harrastaa liikuntaan. Amputoidun on vaikeaa saada aktiiviseen urheiluun ja etenkin kilpaurheiluun soveltuvaa proteesia.

#### **JÄSENPALVELUT JA -HANKINTA**

Yhdistys järjestää tapahtumia ja tapaamisia. Erilaiset tapahtumapäivät luovat tilaisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden amputoitujen kanssa, mikä edesauttaa parhaimmassa tapauksessa amputoitua hyväksymään vammansa.

Yhdistyksen hallituksen jäsenet ja vertaistukihenkilöiksi koulutautuneet neuvovat jäsenistöä amputaatioon liittyvissä kysymyksissä. Amputoitu saa halutessaan SNA:n kautta vertaistukihenkilön. Vertaistukea ja vertaistukihenkilötoimintaa kehitetään edelleen tulevana toimintavuotena. Uusia jäseniä pyritään tavoittamaan jakamalla tietoa yhdistyksestä eri tilaisuuksissa.

Vertaistukiryhmä kokoontuu Tampereella kerran kuukaudessa. Ryhmät ovat avoimia kaikille halukkaille. Vastaavanlainen vertaistukiryhmä pyritään tarpeen mukaan järjestämään myös muilla paikkakunnilla.

#### **HARRASTUSTOIMINTA**

Proteesikävely on vaativaa ja raskasta, joten fyysistä kuntoa on koko ajan ylläpidettävä kävelykunnan säilyttämiseksi. Liikunnalla ylläpidetään terveyttä ja yleistä hyvinvointia. Amputoiduilla on täydet edellytykset harrastaa liikuntaa myös kilpailumielessä. Uuden ja itselle mieluisan harrastuksen löytäminen ja toimintaan mukaan lähteminen saattaa kuitenkin olla vaikeaa. SNA pyrkii aktiivisesti tiedottamaan jäseniään erilaisista liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista.

Liikuntatoimintaa toteutetaan paikallisesti. Tampereella kokoontuu viikoittain ohjattu liikuntaryhmä. Liikuntavuoro on toteutettu yhteistyössä Pirkanmaan ammattikorkeakoulun ja Respectan kanssa. Helsingissä kokoontuu viikoittain fysioterapeutin vetämä, Respectan ja Ortonin kanssa yhteistyössä järjestetty liikuntaryhmä. Paikallista liikuntatoimintaa pyritään kehittämään edelleen tavoitteena se, että mahdollisimman monella jäsenellä olisi mahdollisuus osallistua ohjattuun liikuntatoimintaan.

## **HALLINTO JA TOIMITILAT**

SNA:n hallitus koostuu puheenjohtajasta ja kahdeksasta jäsenestä.

Yhdistyksellä ei ole omia toimitiloja.

## **TALOUDELLINEN TOIMINTA**

Jäsenyys yhdistyksessä on maksuton. Kannatus- ja yhteisökannatusjäsenyys ovat maksullisia. Yhdistyksen toiminta rahoitetaan kannatusjäsenmaksuilla ja jäseniltä perittävillä osallistumismaksuilla.

## **TOIMINTAKALENTERI 2009**

- Sääntömääräinen kevätkokous oheisohjelmiseen
- Sääntömääräinen syyskokous oheisohjelmiseen
- Viikoittaiset liikuntavuorot Tampereella ja Helsingissä, sekä jollakin uudella paikkakunnalla, esim. Jyväskylässä
- Kuukausittaiset vertaistapaamiset Tampereella, sekä tarpeen mukaan muillakin paikkakunnilla