

Liekku ry Toimintasuunnitelma vuodelle 2015

1 Liekku ry:n arvopohja ja toiminnan periaatteet

1.1 Perustehtävä

Liekku ry:n tavoitteena on vahvistaa lasten ja perheiden asemaa ja hyvinvointia sekä edistää lapsentahtisen, luonnonmukaisen ja ekologisen ajattelu- ja elämäntavan asemaa yhteiskunnassamme. Yhdistyksen keskeisin tehtävä on vanhemmuuden tukeminen.

1.2 Toiminnan periaatteet

Yhdistys toimii vapaaehtoisuuteen perustuen. Toiminnassa keskeisintä on vertaistuki, sen antamisen ja saamisen mahdollistaminen. Suurin osa yhdistyksen toiminnasta on avointa kaikille kiinnostuneille.

Vertaistuen lisäksi Liekku ry kokoaa ja jakaa vauvojen ja lasten hoitoon ja kasvatukseen liittyvää tietoa, taitoa ja tukea, jota kaikki vanhemmat eivät koe saavansa riittävästi neuvolatoiminnan tai muun lapsiin liittyvän toiminnan kautta. Esimerkkejä asioista, joihin liittyen Liekku tarjoaa tietoa ja käytännön opastusta, ovat imetys, ergonomisten kantovälineiden ja kestovaippojen käyttö, sormiruokailu, synnytykseen valmistautuminen, luonnonmukaiset kivunlievitystavat synnytyksessä sekä erilaiset lapsentahtiset ja ympäristöystävälliset toimintamallit ja tuotteet.

Yhdistyksen keskeisiin arvoihin kuuluvat suvaitsevaisuus ja avoin asenne perheiden erilaisille ratkaisuille. Vanhempia kannustetaan etsimään ja toteuttamaan omannäköistään vanhemmuutta. Yhdistyksen toimintaan voi osallistua laajemman tai suppeamman kiinnostuksen pohjalta.

Liekun järjestämä toiminta on pääasiassa vanhemmille suunnattua. Lapset ovat kuitenkin tervetulleita lähes kaikkeen järjestettyyn toimintaan. Tällä pyritään helpottamaan pienten lasten vanhempien osallistumismahdollisuuksia ja rohkaisemaan heitä toimimaan myös kodin ulkopuolella. Samalla halutaan vahvistaa lapsen ja vanhemman suhdetta yhdessäolon avulla sekä luoda toimintakulttuuria, jossa lapset nähdään osana yhteisöä.

2 Kehittämisen painopisteet ja tavoitteet vuonna 2015

Vuonna 2015 vietetään Liekku ry:n 10-vuotis juhluvuotta. Tämän takia tulevalle vuodelle ei valita erityistä teemaa, kuten parina aiempina vuosina. Liekku ry:n 10-vuotista taivalta sen sijaan pyritään tuomaan esiin ja juhlistamaan pitkin vuotta erilaisissa tapahtumissa, tilaisuuksissa ja tempauksissa.

Kehittämisen painopisteenä on yhteistyö muiden järjestöjen ja toimijoiden kanssa. Yhteistyötä on jo aiempina vuosina tehty, mutta nyt siihen pyritään panostamaan entistä enemmän. Yksi yhteistyön kehittämiseen liittyvä isompi tapahtuma on kesäkuussa 2015 järjestettävä

tapaaminen Tampereen Napapiirin, Turun Mammakeitaan ja Kiintymysvanhemmuusperheet ry:n kanssa.

Aktiivien hyvinvointiin ja koulutukseen kiinnitetään edelleen erityistä huomiota järjestämällä koulutusta ja virkistäytymistä.

3 Toiminta

Liekku ry:n ryhmätoiminnot ja vaikuttamistoiminta jatkuvat vuonna 2015 totuttuun tapaan.

3.1 Vertaistukiryhmät

Vanhempien vertaistukiryhmät ovat yhdistyksen keskeisin toimintamuoto. Kaikille avoimet ryhmät kokoontuvat pääsääntöisesti kerran viikossa. Ryhmissä voi tavata muita samassa tilanteessa olevia ja saada tukea vanhemmuuteen. Ryhmiä ohjaavat pääasiassa vapaaehtoiset vertaistukijat, ja lisäksi keskustelun alustajina vierailee toisinaan asiantuntijoita. Ryhmät on jaoteltu teemojen mukaan, ja ryhmien aiheet suunnitellaan kausittain jäsenten ja ryhmänvetäjien toiveiden perusteella.

Kuormikkaat on vertaistukiryhmä odottajille ja heidän puolisoilleen sekä odotusvaiheesta muuten kiinnostuneille.

Maitomammoissa tavoitteena on tarjota vertaistukea ja jakaa tietoa ja kokemuksia imetyksestä äidiltä äidille sekä vahvistaa imetyksmyönteisyyttä yhteiskunnassamme.

Maamoissa keskustellaan vanhemmuuden ja lapsiperheiden iloista ja haasteista. Maamot ryhmien painopistettä siirretään vuonna 2015 erityisesti taapero- ja leikki-ikäisten suuntaan.

Lietsut on perheiden kohtauspaikka, jossa on vapaamuotoista jutustelua, toisinaan ergonomisten kantovälineiden ja kestovaippojen esittelyjä tai kirpputoreja.

Riekku on isille ja lapsille suunnattu liikuntaryhmä. Ryhmässä on mahdollista tavata muita isiä ja lapsia vapaan liikkumisen merkeissä.

Käsikkäät on vapaamuotoinen käsityöryhmä, jossa on mahdollista mm. käyttää Liekun käsityövuokraamon välineitä.

Aamuryhmät ovat vapaamuotoisia yhteisen oleskelun rentoja hetkiä.

3.2 Doulapalvelu

Liekku ry aloitti doulapalvelun tarjoamisen vuoden 2014 syksyllä. Doulapalvelua tarjotaan edelleen ja sitä mainostetaan aktiivisesti ryhmissä, internetsivuilla ja erilaisissa tapahtumissa. Liekku ry:n doulille järjestetään säännöllisesti työnohjauksellisia doulailtoja sekä koulutusta.

3.3 Vuokraamot

Liekku ry:llä on useita vuokraamoja, joiden toimintaa jatketaan ja kehitetään tarpeen mukaan. Toiminnassa on vuonna 2015 kantoväline-, kestovaippa-, imetysapuväline- ja käsityövuokraamot sekä jäsenille tarkoitettu kirjalainaamo. Synnytyskivun lievitykseen

vuokrataan TENS-laitetta sekä Guasha-kampaa. Suurin osa vuokraamoista on tarkoitettu sekä jäsenille, että ei-jäsenille, mutta käsityövuokraamon saumuria vuokrataan vain jäsenille.

3.4 Tapahtumat

Liekku ry:n vuoden suurin tapahtuma Kiekkujaiset järjestetään vuonna 2015 syksyllä. Kiekkujaiset on kaikille avoin ja maksuton lapsiperhetapahtuma. Tapahtumassa on kävijöille tarjolla tietoa Liekun edistämistä asioista monin eri tavoin. Kiekkujaisissa kävijöillä on muun muassa mahdollista saada opastusta kestovaippailuun ja ergonomiseen kantamiseen sekä saada imetystukea. Mukana on myös tapahtuman luonteeseen sopivia myyjiä ja näytteilleasettajia. Liekku ry:n 10-vuotis juhluvuosi tuodaan myös näkyvästi esille Kiekkujaiset tapahtumassa.

Kesällä järjestetään yhteistyötapaaminen Tampereen Napapiirin, Turun Mammakeitaan ja Kiintymysvanhemmuusperheet ry:n kanssa. Samana viikonloppuna juhlitaan myös yhdistyksen synttäreitä koko perheelle suunnatussa tapahtumassa. Vuonna 2015 synttärیتapahtumasta on tarkoitus tehdä hieman totuttua isompi tilaisuus juhluvuoden kunniaksi.

Kaikille jäsenille suunnatun synttärیتapahtuman lisäksi Liekku ry:n 10-vuotista taivalta juhlistetaan jo keväällä kutsuvierastilaisuuden muodossa. Tilaisuuteen kutsutaan vanhoja hallituksen jäseniä ja Liekun historian kannalta merkittäviä henkilöitä. Tarkoituksena on laatia juhlaan eräänlainen Liekun historiikki ja tuoda tilaisuutta varten yhteen liekkulaisia koko yhdistyksen historian ajalta ja jakaa muistoja ja ajatuksia yhdistyksen nykyisestä tilanteesta ja tulevaisuuden suunnasta.

Vuonna 2015 on eduskuntavaalit, joiden johdosta Liekku ry järjestää keväällä lapsiperheiden asioihin liittyvän vaalipaneelitalaisuuden.

Liekku ry järjestää myös muita tapahtumia tai osallistuu muiden tahojen organisoimiin tapahtumiin ja tempauksiin intressien ja käytettävissä olevien resurssien mukaan.

3.5 Koulutus ja virkistys

Vuonna 2015 Liekku järjestää vapaaehtoistoimijoiden tukemiseksi ja virkistämiseksi työnohjauksellisia tapaamisia ja koulutusta tarpeen mukaan.

Liekku on edelleen avoin jäsenistön keskuudesta nouseville toiminta-aloitteille. Jäsenvetoisia harrasteryhmiä ja kursseja mahdollistetaan ja tuetaan resurssien mukaan.

3.6 Internetsivut, keskustelufoorumi ja Facebook

Yhdistyksen internetsivut (<http://www.liekku.net>) uudistettiin vuonna 2014. Sivut ovat tärkeä viestintäkanava. Monet uudet Liekun ryhmiin ja tapahtumiin tulijat ovat saaneet tietoa Liekusta internetsivujen kautta. Sivuston tieto pidetään ajantasaisena, ja uusimmat tiedotteet päivitetään etusivulle mahdollisimman pikaisesti.

Liekun jäsenille tarkoitettu suljettu keskustelualue internetissä on Liekkufoorumi (<http://www.liekku.net/foorumi>). Uudet jäsenet ohjataan jatkossakin liittymään keskustelufoorumille.

Liekku ry:n tapahtumista tiedotetaan aktiivisesti myös sosiaalisessa mediassa Facebook-ryhmän kautta.

3.7 Jäsentyö

Koska yhdistyksellä on kokoonsa nähden runsaasti toimintaa ja se perustuu pääasiassa vapaaehtoistyöhön, jäsenten aktivointi ja sitouttaminen on välttämätöntä. Jäsenten työpanosta tarvitaan mm. tilaisuuksien ja tapahtumien onnistuneeseen järjestämiseen. Aktiivijäsenistössä ja hallituksessa on myös vaihtuvuutta, jolloin yhdistyksen perustoimintaan ja rutiineihin on perehdytettävä ja osaamista siirrettävä uusille toimijoille. Jäseniä aktivoidaan ja tiedotetaan internetissä olevalla Liekun jäsenten keskustelufoorumilla, internetsivuilla, yhdistyksen Facebook-sivustolla ja jäsenkirjeellä. Vuonna 2015 panostetaan edelleen vapaaehtoisten toimijoiden perehdytykseen, koulutukseen ja sitouttamiseen.

3.8 Yhteiskunnallinen vaikuttaminen

Useat Liekku ry:n jäsenet seuraavat aktiivisesti lasten ja perheiden asemaa yhteiskunnassa ja osallistuvat siitä käytävään keskusteluun. Liekku tukee lapsi- ja perhepolitiikkaan osallistumista tarjoamalla mahdollisuuden avoimeen keskusteluun. Tärkeimpiä keskustelupaikkoja ovat vertaistukiryhmät ja jäsenten keskustelufoorumi internetissä. Yhdistys voi halutessaan ottaa kantaa edistämiinsä asioihin myös julkisesti.

Yhdistyksen yhtenä tavoitteena on edistää lapsentahtista ja ekologista elämäntapaa. Tavoitteeseen pääsemiseksi yhdistyksen järjestämässä tapahtumissa ja tilaisuuksissa on tarjolla imetystukea sekä ergonomiseen kantamiseen ja kestoaiappailuun liittyviä tuotteita ja niiden käyttöopastusta. Lisäksi yhdistyksellä on vuokrattavana esimerkiksi Tens-laitteita, rintapumppuja, ergonomisia kantovälineitä ja monipuolisia kestoaiappapaketteja. Vuokraamojen toimintaa jatketaan ja kehitetään kokemusten ja käyttäjiltä saatujen palautteiden ja toiveiden perusteella.

Liekku ry jakaa tietoa Sosiaali- ja terveysministeriön imetyssuosituksesta, jota esimerkiksi neuvolat noudattavat. STM suosittelee puolen vuoden täysimetystä ja osittaisimetyksen jatkamista vuoden ikään. Omalta osaltaan Liekku edistää täysimetyssuosituksen toteutumista antamalla imetystukea ja -neuvontaa. Lisäksi yhdistys jakaa tietoa taaperoimetyksestä ja tukee myös niitä äitejä, jotka haluavat noudattaa WHO:n suositusta ainakin kahden vuoden osittaisimetyksestä.

4 Henkilöstöresurssit

Yhdistyksen keskeinen voimavara on jäsenten kokemukseen, harrastuneisuuteen ja ammatillisuuteen pohjautuva osaaminen. Yhdistyksen toimintaa järjestetään sellaisessa

laajuudessa kuin aktiivisten jäsenten on sitä mahdollista toteuttaa. Lisäksi yhdistys käyttää asiantuntijoita luennoitsijoina tilaisuuksissa ja toisinaan vertaisryhmätapaamisten alustajina. Ulkopuolisiin asiantuntijoihin otetaan yhteyttä tarpeen vaatiessa myös esim. konsultointiasioissa. Välillä toiminnassa on mukana yhdistyksen ulkopuolisia vapaaehtoisia ja opiskelijoita.

4.1 Jäsenistö

Yhdistyksessä on vuoden 2014 loppupuolella 104 jäsentä. Jäsenmäärää pyritään maltillisesti kasvattamaan.

4.2 Hallitus

Hallitus koostuu syyskokouksessa valitusta puheenjohtajasta, 2-7 muusta varsinaisesta jäsenestä ja 1-3 varajäsenestä.

4.3 Työryhmät

Yhdistyksen toiminnan organisoimiseksi perustetaan tulevaisuudessa tarpeen mukaan työryhmiä aihealueittain. Työryhmät voivat suunnitella, kehittää ja toteuttaa toimintaa hallituksen päättämässä rajoissa. Työryhmiin osallistumisen kynnys pyritään saamaan mahdollisimman matalaksi. Vuonna 2015 toimii ainakin kesän yhteistyötapaamista organisoiva työryhmä.

5 Yhteistyö

Liekku ry jatkaa yhteistyötä Joensuun kaupungin kanssa. Kaupungilta haetaan edelleen taloudellista tukea toiminnan järjestämiseen. Vastineena tästä tarjotaan julkista sektoria täydentävää toimintaa kaupungin ja lähiseudun asukkaille.

Liekku ry toimii mukana Joensuun Perheentalossa, ja yhdistyksen edustaja on perheentalon ohjausryhmässä. Liekku ry:n vertaistukiryhmät järjestetään Joensuun Perheentalon tiloissa.

Liekku ry tekee yhteistyötä terveydenhuoltoalan ammattilaisten (mm. PKSSK ja neuvolat), sekä lähialueen oppilaitosten ja muiden julkisten toimijoiden kanssa. Yhteistyötä tehdään myös paikallisten ja valtakunnallisten yhdistysten, mm. Sanaratas ry:n ja Karjalan kätilyyhdistyksen sekä Imetyksen tuki ry:n, Aktiivinen synnytys ry:n ja Kiintymysvanhemmuusperheet ry:n kanssa. Vuonna 2015 järjestetään myös yhteistyötapaaminen muiden vertaisjärjestöjen (Napapiiri, Mammakeidas ja KiVa ry) kanssa.

Jäsenjärjestötoimintaa Kotikartanoyhdistyksessä jatketaan. Kotikartanoyhdistyksen jäsenjärjestönä Liekku ry:llä on mahdollisuus käyttää Kotikartanon tiloja mm. kokouksiinsa.

Liekku ry tekee tarpeen mukaan yhteistyötä myös muiden yhdistyksen arvoihin ja toimintaan sopivien järjestöjen kanssa. Liekku osallistuu resurssiensa mukaan myös hyödyllisiksi katsomiinsa muiden järjestämiin tapahtumiin ja koulutuksiin.

6 Talous

Lieku ry saa tuloja pääasiassa jäsenmaksuista (jäsenmaksu 15 euroa, perheen toinen jäsen 5 euroa, kannatusjäsenmaksu vähintään 25 euroa) ja saamistaan avustuksista. Liekun toimintaan osallistuminen on pääasiassa ilmaista. Yhdistyksen järjestämällä kursseilla on mahdollista periä osallistumismaksu kouluttaja-, materiaali- ja/tai tilakustannusten kattamiseksi.