

# Meikäläiset

Me Itse ry:n jäsentiedote 1•2020

Kohtaa  
mut

## Irti köyhyydestä. Työstä palkkaa.

Tule mukaan yhdistyksen tapahtumiin 2020

 Me Itse



Sosiaali- ja  
terveysministeriö  
tukee toimintaamme  
Veikkauksen tuotolla.

# Sisältö

Vuosikokous siirtyi koronan takia syyskuulle Toimeentulo aiheena syksyn tapahtumissa .....	3
<b>Seminaari ja vuosikokous 2020 Hämeenlinnassa</b> Ohjeita niille, jotka tulevat 26.–27.9.2020 seminaariin ja kokoukseen Hämeenlinnaan.....	4
<b>Ilmoittautuminen seminaariin ja vuosikokoukseen</b> Ilmoittautumislomake, palauta lomake 6.9. mennessä.....	8
<b>Seminaarin ohjelma</b> Työ ja toimeentulo -seminaari lauantaina 26.9.2020 Hämeenlinnassa .....	10
<b>Vuosikokouksen ohjelma</b> Me Itse ry:n vuosikokous sunnuntaina 27.9.2020 Hämeenlinna.....	11
<b>Me Itse -ryhmät</b> Ministerin mielestä työssä jaksaminen on tärkeää .....	12
Kaipaatko juttukaveria? .....	13
Teemaviikko. Toimeentulo puheenaiheena .....	14
Best Buddies -kavereita .....	15
Tukiliiton apurahat.....	15
Yhteystiedot.....	16

Me Itse ry:n toimiston väki  
on lomalla 22.6. – 9.8.2020.



Vuosikokous siirtyi koronan takia syyskuulle

# Toimeentulo aiheena syksyn tapahtumissa

**Me Itse on yhdistys.  
Yhdistyksen vuosikokous  
pidetään vasta syyskuussa.**

Tervetuloa  
Hämeenlinnaan 26.–27.9.2020.  
Lauantaina on seminaari,  
sunnuntaina vuosikokous.

Paikkana on  
Scandic Aulanko -hotelli,  
Aulangontie 93, Hämeenlinna.

Yhdistyksen jäsenet voivat  
ilmoittautua kokoukseen.  
Löydät ohjeet  
tästä jäsentiedotteesta.

Vuosikokouksen seminaarissa  
puhumme toimeentulosta ja työstä.  
Ne ovat aiheena myös  
jouluukuussa, kun vietämme  
yhteistä teemaviikkoa.

## **Johtoryhmän terveiset**

Hei  
kaikki Me Itsen jäsenet!

Vaikka elämme nyt vaikeata aikaa,  
niin yhdessä voitamme  
tämän koronan.  
Muistetaan pestä käsiämme.



**Vaikutamme työasioihin vuonna 2020.  
Jaana Nordlund on Me Itse ry:n puheenjohtaja.**

Pidetään itsestämme  
ja läheistämme huolta.

Kyllä me vielä tavataan, monta kertaa,  
kun se on taas mahdollista.  
Haluamme johtoryhmänä toivottaa  
teille kaikille oikein hyvää ja  
aurinkoista kesää!

Jaana Nordlund, Me Itse ry:n  
puheenjohtaja  
Sami Korhonen, Me Itse ry:n  
varapuheenjohtaja  
Sanna Sepponen  
Sakari Lehto  
Suvi Ontto-Panula  
Päivi Lähtinen  
Janne Siltanen

# Ohjeita niille, jotka tulevat 26.–27.9.2020 seminaariin ja kokoukseen Hämeenlinnaan

**Tämä kutsu on virallinen kokouskutsu**

**Me Itse ry:n vuosikokoukseen 27.9.2020 Hämeenlinnaan.**

**Lauantaina on seminaari, sunnuntaina on vuosikokous.**

Me Itse ry:n vuosikokous jouduttiin siirtämään syksyyn koronaviruksen takia. Kokous piti järjestää maaliskuussa.

Yhdistyslaki sanoo, että yhdistyksen vuosikokous on pidettävä kerran vuodessa, viimeistään 30.9.

## **Vuosikokous järjestetään syyskuussa Hämeenlinnassa**

Me Itsen vuosikokous pidetään Me Itse -päivien yhteydessä 26.–27.9.2020.

Lauantaina 26.9. on Me Itse -seminaaripäivä, jonka aiheena on ”Työ ja toimeentulo”  
Sunnuntaina 27.9 on vuosikokous.  
Katso viikonlopun ohjelma jäsentiedotteen sivulta 10 ja 11.

Vuosikokouksessa Me Itsen jäsenet päättävät yhdistyksen toiminnasta.

## **Vuosikokousaloitteet**

Jäsenet päättävät myös tulleista vuosikokousaloitteista, joiden tarkoituksena on kehittää Me Itsen toimintaa.

Vuoden 2020 vuosikokoukselle tuli kolme aloitetta.

Lapin Metkoilta tuli kaksi aloitetta. Toinen aloite koskee Me Itse -edustajien määrää Tukiliiton liittokokouksessa. Toisessa aloitteessa toivotaan alueille palkattua työparia, joista toinen olisi meikäläinen ja toinen taustatuki. Kolmas aloite on Espoon ryhmältä. Siinä toivotaan ”Työstä palkkaa”-kansalaisaloitetta ja näkyvää kampanjointia.

Mikäli Me Itse -ryhmät haluavat tehdä aloitteen ensi vuoden 2021 vuosikokoukseen, sen laatiminen kannattaa aloittaa jo tulevana syksynä.

Aloite tarkoittaa sitä, että Me Itse -ryhmät ehdottavat, mitä yhdistys voisi tehdä. Aloitteen avulla jäsenet voivat vaikuttaa yhdistyksen toimintaan.

## **Ilmoittautuminen Me Itse -seminariin ja vuosikokoukseen päättyy 6.9.2020**

Voit ilmoittautua vuosikokoukseen ja seminaariin lomakkeella, joka on sivuilla 8–9.

Jos olet tulossa kokoukseen,  
toimi näin:

**1)**

Täytä keskiaukeamalla  
oleva lomake.

**2 a)**

Jos kuulut Me Itse -ryhmään,  
toimita lomake ryhmäsi  
taustatukihenkilölle.  
Hän lähettää ilmoittautumiset  
yhdistykselle 6.9. mennessä.  
Vastauskuoren postimaksu  
on jo maksettu.

**2 b)**

Jos et kuulu Me Itse -ryhmään,  
lähetä ilmoittautuminen itse  
6.9. mennessä osoitteeseen:  
Me Itse ry  
Pinninkatu 51  
33100 Tampere

Ilmoittautua voi  
myös kotisivujemme kautta,  
sähköisellä lomakkeella.

Taustatukihenkilö voi lähettää  
ilmoittautumiset myös sähköpostilla,  
kunhan viestistä selviävät  
kaikki samat tiedot,  
joita lomakkeessakin kysytään.

**Tarvitsetko tukea?**

**Ota apua mukaasi**

Me Itse vastaa ohjelmasta  
ja yleisistä järjestelyistä.  
Me Itsen henkilökunta  
ei voi ottaa vastuuta  
pitkäaikaissairauksista  
tai esimerkiksi lääkityksistä.

Tämän takia jokaisella apua  
ja tukea tarvitsevalla  
pitää olla esimerkiksi  
henkilökohtainen avustaja mukana.  
Henkilökohtaista avustajaa  
voi hakea omasta kotikunnasta.

**Yleisiä tietoja tulijoille**

Vuosikokous ja seminaari  
ovat maksullisia,  
koska yhdistyksemme  
täytyy säästää rahaa.  
Osallistujat maksavat  
myös majoituksen ja matkat.

Majoitus ja muut kulut maksetaan  
jälkikäteen laskulla.

Linja-autoja kulkee  
Hämeenlinnan rautatieasemalta  
hotelli Aulangolle.

Tarvittaessa taustatukihenkilöt  
voivat pyytää taksikortteja  
Me Itsen toimistolta  
hyvissä ajoin ennen tapahtumaa,  
mikäli on tarvetta esimerkiksi  
invataksiin.

Tarkempia ohjeita  
lähetetään kokousmateriaalin  
mukana kaikille ilmoittautuneille.  
Tietoja päivistä julkaistaan syksyllä  
myös kotisivullamme.

Kotisivujen osoite on  
[www.meitse.fi](http://www.meitse.fi)

**Myöhästyneitä ilmoittautumisia  
ei voida ottaa vastaan.**

# Vuosikokous 27.9.2020: Uudet säännöt ovat voimassa ja muuta ajankohtaista asiaa

## Vuosikokouksessa esitellään Me Itsen sääntöuudistus ja sen käyttöönotto.

Yhdistyksellä on säännöt. Säännöissä määritellään, mitä tarkoitusta varten yhdistys on olemassa ja ketkä ovat sen jäsenet ja ketkä voivat äänestää vuosikokouksessa.

Me Itse ry:n vuosikokous vuonna 2019 hyväksyi neljä muutosta sääntöihin. Muutokset ovat, että

1. Kehitysvammaisen-sanasta luovutaan eli sitä ei käytetä yhdistyksen säännöissä.
2. Yhdistyksen kokoukseen voisi osallistua etäyhteyden kautta,
3. Yhdistys voi osallistua yhdistyksen tarkoitusta edistävään tutkimustoimintaan.
4. Tukiliiton liittokokousehdokkaat tulee ilmoittaa 21 päivää ennen vuosikokousta.

Vuosikokouksessa 2019 hyväksyttiin nämä neljä sääntömuutosehdotusta.

Kun patentti- ja rekisterihallitus hyväksyi ehdotetut sääntöjen muutokset, uudet säännöt astuivat voimaan.

Vuosikokouksessa esitellään uusien sääntöjen ottaminen yhdistyksen käyttöön.

## Strategian mukaiset teemat ja alueet

Strategia tarkoittaa suunnitelmaa, jolla pyritään saavuttamaan tavoiteltu päämäärä.

Me Itsen tavoitteena on, että olemme vuonna 2021 vahva ja aktiivinen yhdistys koko Suomen alueella.

Haluamme, että Me Itse on tunnettu ja arvostettu kumppani, jolla on paljon annettavaa.

Me Itsen toiminta on jaettu lähivuosien ajaksi erilaisiin teemoihin. Lisäksi toiminta painottuu eri vuosina eri alueille.

Teemat ja toiminnan pääalueet jakautuvat lähivuosina näin: Vuonna 2020 teemana on toimeentulo, työn kirjo ja opiskelu. Toiminnan pääalueena on tänä vuonna eteläinen Suomi.

Ensi vuonna teemana ovat ihmissuhteet (yksinäisyys). Toiminnan alue on Itä-Suomi.

### **Tukiliiton liittokokous**

Me Itse ry on Tukiliiton jäsenyhdistys, joten Me Itsen vuosikokous valitsee vuosittain yhdistyksen edustajat Tukiliiton liittokokoukseen.

Tänä vuonna Me Itsen vuosikokousta ei voitu pitää maaliskuussa koronaviruksen takia. Me Itsen hallitus päätti lähettää kaikki ennakkoon ilmoittautuneet ehdokkaat edustamaan yhdistystä Tukiliiton liittokokoukseen.

Me Itsen kokousedustajat ovat:  
Sami Korhonen, Lahti,  
Vili Korhonen, Rovaniemi,  
Tapio Krekola, Kurikka,  
Pirjo Kähkönen, Rovaniemi,  
Päivi Lähtinen, Hyvinkää,

Jaana Nordlund, Vanha-Ulvila,  
Suvi Ontto-Panula, Kauhajoki,  
Esa Peltonen, Helsinki,  
Pasi Pumperi, Jyväskylä ja  
Ulla Topi, Salo.

Koronan takia myös Tukiliiton liittokokous siirtyi syksylle. Se järjestetään lauantaina 26.9.2020 Tampereella eli samana päivänä kuin Me Itsen seminaari on Hämeenlinnassa.

Kukin edustaja päättää itse, osallistuuko hän liittokokoukseen vai Me Itsen omaan seminaariin. Edustajat saivat asiasta kirjeen toukokuussa Me Itsen toimistolta.

### **Palautekysely**

Me Itse -seminaariin tai vuosikokoukseen osallistuvat henkilöt voivat antaa palautetta. Palautteiden perusteella voimme kehittää Me Itsen toimintaa tai jatkaa samaan malliin niissä asioissa, missä olemme onnistuneet.

## **Me Itse ry:n teemat ja alueet 2020 – 2021**

Me Itsen toiminta painottuu eri vuosina eri alueille.

**2020** Teema: Toimeentulo, työn kirjo, opiskelu  
Toiminnan alue: Eteläinen Suomi

**2021** Teema: Ihmissuhteet (yksinäisyys)  
Toiminnan alue: Itäinen Suomi



## Ilmoittautumislomake (palauta 6.9. mennessä)

Me Itse ry:n seminaari ja vuosikokous

Hämeenlinnassa 25.–27.9.2020

### Osallistujan tiedot

- Olen Me Itse ry:n jäsen \_\_\_\_\_
- Olen taustatukihenkilö, ryhmän nimi on \_\_\_\_\_
- Olen henkilökohtainen avustaja, avustan \_\_\_\_\_

Etunimi \_\_\_\_\_

Sukunimi \_\_\_\_\_

Ruoka-aineallergiat \_\_\_\_\_

### Osallistun vuosikokouksessa

- Osallistun seminaariin lauantaina.  
Se maksaa 20 euroa, hinta sisältää tulokahvin ja pienen suolapalan.
- Osallistun päivälliselle lauantai-iltana.  
Päivällinen maksaa 40 euroa.
- Osallistun vuosikokoukseen sunnuntaina.  
Se maksaa 20 euroa, hinta sisältää lounaan ja lähtökahvit.

### Avustajat ja tuki

Kokoukseen tulee kanssani henkilökohtainen avustaja

- Ei
- Kyllä, hänen nimensä on \_\_\_\_\_



## Majoitus Scandic Aulanko -hotellissa (Aulangontie 93, 13220 Hämeenlinna)

Valitse yksi vaihtoehto:

- En tarvitse majoitusta.
- Varaan yhden hengen huoneen perjantain ja lauantain väliseksi yöksi.  
Huone maksaa 109 euroa.
- Varaan yhden hengen huoneen perjantaista sunnuntaihin.  
Huone yhdelle ihmiselle kahdeksi yöksi maksaa yhteensä 218 euroa.
- Varaan kahden hengen huoneen perjantain ja lauantain väliseksi yöksi.  
Huone maksaa 119 euroa.  
Toivon huonetoverikseni \_\_\_\_\_
- Varaan kahden hengen huoneen perjantaista sunnuntaihin.  
Huone kahdelle ihmiselle kahdeksi yöksi maksaa yhteensä 238 euroa.  
Toivon huonetoverikseni \_\_\_\_\_

### Laskutus (täytä tiedot huolellisesti)

Laskun maksajan nimi \_\_\_\_\_

Osoite \_\_\_\_\_

Puhelin \_\_\_\_\_

Sähköposti \_\_\_\_\_

Hyväksyn, että henkilö- ja yhteystietojani käytetään tapahtuman järjestelyjä varten.

**Lomakkeen lähettämisohjeet ovat sivuilla 4–5.**

### Lisätietoja laskun maksajalle

Hotelli varataan tällä lomakkeella.  
Me Itse ry:n toimisto hoitaa kaikkien  
Scandic Aulanko -hotellissa  
majoittuvien varaukset.

Vuosikokouksen jälkeen  
hotellilasku lähetetään postissa  
laskun maksajan osoitteeseen.  
Laskutustiedot tulee täyttää huolellisesti.



Lisätietoja antaa  
Me Itse -yhdistyksen  
Mia Saranen,  
mia.saranen@meitse.fi

Mian puhelin on 0400 426 535.  
Hänelle voi soittaa  
tiistaina, keskiviikkona  
tai torstaina klo 9–13.

# Työ ja toimeentulo -seminaari

## lauantaina 26.9.2020 Hämeenlinnassa

Yhdistyksemme vuoden 2020 teema on toimeentulo, työn kirjo ja opiskelu.

Tervetuloa Hämeenlinnaan 26.–27.9.2020.

Lauantaina on seminaari, sunnuntaina vuosikokous.

Paikkana on Scandic Aulanko -hotelli, Aulangontie 93, Hämeenlinna

Ohjelma on alustava, joten muutokset ovat mahdollisia.

Taustatuille on osittain oma ohjelma (kello 12–15).

### Lauantai 26.9.2020

Seminaaripäivä, jonka teemana on toimeentulo, työn kirjo ja opiskelu.

- 9.30 Päivien avaus, Jaana Nordlund, puheenjohtaja Me Itse ry
- 9.45 Tervehdyspuhe  
Sosiaali- ja terveysministeri Aino-Kaisa Pekonen
- 10 Me itse -ryhmien toiminnan esittelyt  
Jokainen ryhmä esittäytyy vuorotellen ja kertoo toiminnastaan yleisölle
- 11 Lounas
  
- 12 Ryhmien toiminnan esittely jatkuu tarpeen mukaan
- 12.30 Me Itse vaikuttamme -hanke  
Hankkeen koulutussuunnittelija Jaana Nordlund
- 12.45 Aula työkotitoiminta esittäytyy
- 13.15 Työstä palkkaa  
Työelämän asiantuntija, Mari Hakola, Kehitysvammaisten Tukiliitto
- 14 Kahvitauko
  
- 14.30 Vaikutetaan yhdessä, Selkeästi meille -hankkeen esittely  
Hankkeen työntekijät Satu Timperi ja Petra Saarinen, Kvtuki 57
- 15.00 Yhteinen keskustelu päivän aiheista? Mikä on meikäläisille tärkeää?  
Jaana Nordlund ja Merja Hakala
  
- 15.45 Vapaa-ajan ohjelma alkaa  
Aulangon kauniissa maisemassa voit ulkoilla ja tutustua ympäristöön.  
Scandic Aulangolta löytyy myös kylpylä – eikun uimaan!!
  
- 18 Päivällinen niille, jotka ovat sen varanneet  
ilmoittautumisen yhteydessä.

# Me Itse ry:n vuosikokous sunnuntaina 27.9.2020 Hämeenlinna

## PAIKKA

Scandic Aulanko -hotelli  
Aulangontie 93  
13220 Hämeenlinna

## ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen Me Itse ry:n vuosikokoukseen  
alkaa sunnuntaina 27.9.2020  
aamulla klo 8.30.

Kokous alkaa kello 9.30 ja päättyy noin klo 15.  
Lounas syödään noin kello 11.

## ESITYSLISTA

Kokouksessa käsitellään asiat, jotka kerrotaan esityslistassa.  
Käsiteltävät asiat § 1 – 15.

### Me Itse ry:n vuosikokouksen esityslista

- 1 § Kokouksen avaus
- 2 § Kokouksen järjestäytyminen
- 3 § Kokouksen laillisuuden  
ja päätösvaltaisuuden toteaminen
- 4 § Kokouksen esityslistan hyväksyminen
- 5 § Toimintakatsaus vuodelta 2019
- 6 § Tuloslaskelma ja tase sekä tilintarkastuskertomus  
vuodelta 2019
- 7 § Tuloslaskelman ja taseen vahvistaminen  
sekä vastuuvapaudesta päättäminen
- 8 § Vuoden 2021 jäsenmaksujen määrääminen
- 9 § Toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2021
- 10 § Tilintarkastajan ja varatilintarkastajan valitseminen vuodelle 2021
- 11 § Päätetään yhdistyksen hallituksen puheenjohtajan ja jäsenten palkkiosta  
seuraavaksi kalenterivuodeksi
- 12 § Vuosikokoukselle tehdyt aloitteet
- 13 § Me Itsen sääntöuudistus
- 14 § Muuta asiat
- 15 § Kokouksen päättäminen



## Ministerin mielestä työssä jaksaminen on tärkeää

**Kohti täyttä elämää -seminaari järjestettiin helmikuussa Joensuussa.**

Pohjois-Karjalan alueellinen Me Itse -ryhmä järjesti helmikuussa Kohti täyttä elämää -seminaarin Joensuussa.

Tänä vuonna seminaarin aiheina olivat Me Itsen tavoiteohjelman mukaisesti työasiat, opiskelu ja toimeentulo.

### **Työnteon pitää olla kannattavaa**

Seminaari sai harvinaiset terveiset eduskunnasta ja valtioneuvostolta. Kansanedustaja Merja Mäkisalo-Ropponen lähetti kirjeen. Hän pitää tärkeinä asioina oppisopimuksen parantamista ja oikean palkkatyön saamista.

Kansanedustaja kirjoittaa, että kaikilla ihmisillä tulee olla oikeus osallistua taloudelliseen toimintaan, tehdä työtä ja kokea, että hänen työpanoksensa on tärkeä ja hyödyllinen yhteiskunnalle.

Kansanedustaja kirjoittaa, että työnteon pitää olla kannattavaa. Työn saamista auttaa, kun alueilla parannetaan työhönvalmentajien saatavuutta.

Ympäristö- ja ilmastoministeri Krista Mikkonen lähetti seminaariimme videotervehdyksen. Ministerin kiitti aluksi kaikkia niitä Pohjois-Karjalan Me Itsen jäseniä, jotka olivat järjestäneet hyvin tärkeän seminaarin.

Ministeri Mikkosen mielestä tärkeitä asioita olivat työssä jaksaminen, opiskelu ja oikeus valita itselle sopiva ja hyvä asunto. Lisäksi hän kertoi videolla, että ”on tärkeää, että pidämme toisistamme huolta ja kysymme toisiltamme, mitä kuuluu.”

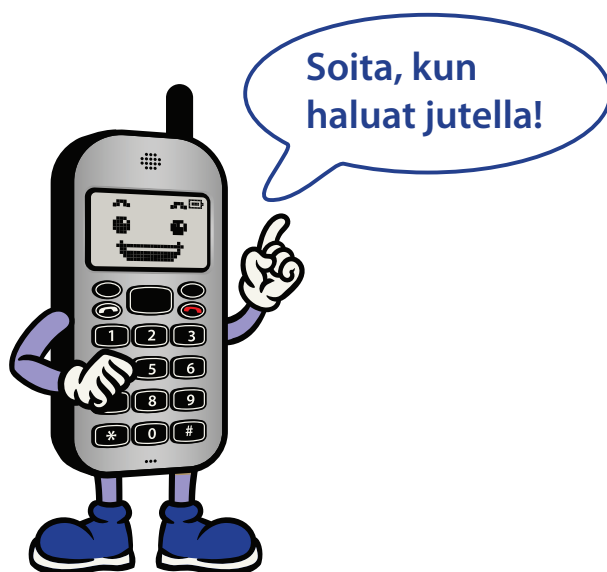
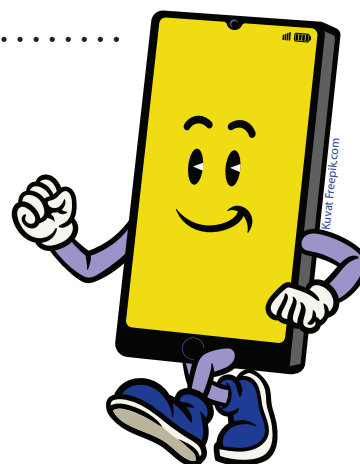
Katso lisää netistä Me Itse ry:n sivulta osoitteesta [www.meitse.fi](http://www.meitse.fi)

Seminaarissa kiitettiin pitkäaikaista Me Itse -ryhmän perustajaa, Eeva Lakkaa.

# Kaipaatko juttukaveria?

Jos tunnet olosi yksinäiseksi, voit soittaa juttupuhelimeen. Me Itse -yhdistyksellä on uusi puhelinpalvelu, jonne voit soittaa, jos kaipaat juttuseuraa.

Juttu-puhelimen numero on 050 407 0833. Voit jutella omista harrastuksistasi, omasta tilanteestasi karanteenin aikana tai vaikkapa säästä.



Puhelimeen vastaavat tutut Me Itsen jäsenet:

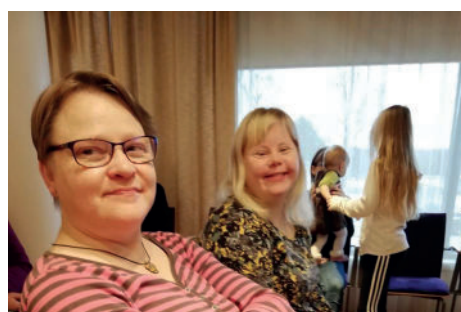
Jaana Nordlund vastaa maanantaista perjantaihin kello 12–15

Esa Peltonen vastaa maanantaista perjantaihin kello 15–18.

Heinäkuussa vastaa Esa Peltonen kello 15–18.

Eeva Lakka kertoi jättävänsä Me Itse -ryhmän ja vetäytyvänsä päätoimiseksi eläkeläiseksi.

Eeva Lakka ja Kaisu Leinonen Kajaanista muistelivat sitä päivää, kun Pohjois-Karjalan Me Itse -ryhmä perustettiin. Se perustettiin aiemmin, mitä varsinainen Me Itse -yhdistys.



Oikaisu. Nimet oikein: Sari Vanttaja ja Sanna Paakkunainen ovat mukana Haukiputaan Me Itse -ryhmässä.

# Toimeentulo puheenaiheena

**Teemaviikkoa vietetään aina joulukuun ensimmäisellä viikolla eli 1. – 7.12.**

Valtakunnallista teemaviikkoa vietetään joulukuun ensimmäisen viikon aikana eli 1. – 7.12.2020 Teemaviikon aiheena ovat Opiskelu, toimeentulo ja työn kirjo. Viikon slogan eli tunnuslause on ”Irti köyhyydestä. Työstä palkkaa.”

Me Itse on koonnut aiheesta julkilausuman, jota teemaviikolla voi käyttää tapahtumissa ja tempauksissa. Julkilausuma käsittelee kehitysvammaisten ihmisten toimeentuloa.

Löydät julkilausuman elokuun Leijasta.

## Irti köyhyydestä. Työstä palkkaa.

KEHITYSVAMMAISTEN IHMISTEN  
OIKEUKSIEN VIIKKO 1. – 7.12.

**Viikon slogan eli tunnuslause on ”Irti köyhyydestä. Työstä palkkaa.”**

Se on julkaistu myös Tukiliiton kotisivulta netissä. Kirjoita netissä otsikkoriville sanat ”tukiliitto teemaviikko”, niin saat lisää tietoa. Tietoja päivitetään myös Facebookin Me Itse -ryhmään.

Monilla paikkakunnilla Me Itse -ryhmät ja paikalliset tukiyhdistykset järjestävät teemaviikolla yhdessä tapahtuman.

### Taloudellinen tuki haussa

Teemaviikon tempauksia ja tapahtumia varten voi hakea taloudellista tukea Tukiliitolta syksyllä. Teemaviikon taloudellisen tuen hakuaika päättyy lokakuun viimeinen päivä.

Jos käytät nettiä, löydät lisätietoja ja taloudellisen tuen hakulomakkeen netistä osoitteesta [www.tukiliitto.fi](http://www.tukiliitto.fi) Sivun ylälaudassa on haku. Kirjoita hakuun sana ”teemaviikko”.

Teemaviikon julisteita voi tilata sähköpostilla osoitteesta [teemaviikko@tukiliitto.fi](mailto:teemaviikko@tukiliitto.fi)

Kerromme myös mielellämme lisätietoja tapahtumista ja tuesta.

# Best Buddies -kavereita

Järjestämme nyt valtakunnallista digikaveri-toimintaa. Digikaveruudessa kaksi ihmistä tutustuu ja pitää toisiinsa yhteyttä omilla digitaalisilla yhteydenpitovälineillä.

Toisella vapaaehtoisella on kehitysvamma tai vastaava tuen tarve, toisella ei. Tuomme siis ihmisiä yhteen.

Nettisivumme on [www.tukiliitto.fi/toiminta/best-buddies-kaveritoiminta/kaveritoiminta/digikaveri](http://www.tukiliitto.fi/toiminta/best-buddies-kaveritoiminta/kaveritoiminta/digikaveri)

## Tukiliiton apurahat

**Tukiliitto myöntää apurahoja kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille.**

Apuraha tukee osallisuutta. Yksittäinen hakija voi saada apurahan esimerkiksi harrastukseensa tai tapahtumiin osallistumiseen. Apurahaa voi hakea myös Me Itse -yhdistyksen tapahtumiin osallistumista varten.

Ryhmiä apuraha tukee ryhmien osallisuutta ja harrastuksia, kuten tanssia, teatteria, musiikkia, urheilua tai liikuntaa.

Haku on kaksi kertaa vuodessa. Kevään haku päättyy 30 huhtikuuta. Syksyn haku päättyy 30. lokakuuta. Apurahaa haetaan lomakkeella.

Lisätietoja antaa Soilikki Alanne Tukiliitosta. Hänen puhelinnumerossa on 040 4839 318 ja sähköpostinsa [soilikki.alanne@tukiliitto.fi](mailto:soilikki.alanne@tukiliitto.fi)



# Ota yhteyttä Me Itse -yhdistykseen

Yhdistyksen toimiston osoite on  
Me Itse ry  
Pinninkatu 51  
33100 Tampere

Kotisivumme on osoitteessa  
[www.meitse.fi](http://www.meitse.fi)  
Sähköpostiosoitteemme on  
[meitse@meitse.fi](mailto:meitse@meitse.fi)

Meille voi soittaa puhelinaikoina.  
Toimiston numero on 0400 426 535.  
Toimiston puhelinajat ovat  
tiistaisin kello 9–13, keskiviikkoisin kello 9–13 ja torstaisin kello 9–13  
Voit myös jättää viestin puhelinvastaajaan,  
niin otamme yhteyttä sinuun.

## Yhdistyksen työntekijät



**Merja Hakala**, vammaistyön suunnittelija  
puhelin 050 4286 050,  
[merja.hakala@meitse.fi](mailto:merja.hakala@meitse.fi)



**Sirkka Nikulainen**, suunnittelija  
puhelin 050 4654 656,  
[sirkka.nikulainen@meitse.fi](mailto:sirkka.nikulainen@meitse.fi)



**Mia Saranen**, järjestösihteeri  
puhelin 0400 426 535,  
[mia.saranen@meitse.fi](mailto:mia.saranen@meitse.fi)

Yhdistys ottaa vastaan merkkipäivä- ja testamenttilahjoituksia.  
Me Itse ry:n tilinumero on IBAN FI61 1146 3001 0311 91  
BIC NDEAFIHH      Lahjoitus viitenumero on 4006.

Symbolikuvat Icomonst  
Henkilökuvat Laura Vesa

**Meikäläiset**  
**Me Itse ry:n jäsentiedote**  
Julkaisija on Me Itse ry  
Painopaikka on Eura Print, 2020



Sosiaali- ja  
terveysministeriö  
tukee toimintaamme  
Veikkauksen tuotolla.