

Meikäläiset

Me Itse ry:n jäsentiedote 2 • 2021

Kohtaa
mut



Meidän jutut
sujuvat myös etänä



Vuoden 2022 teemana ovat asenteet

Sisältö

Johtoryhmän terveiset	3
Yhdistyksen materiaaleja	3
Me Itse ry:n vuosikokous 2021.....	4
Yhdistys toimii.....	6
Vuosikokous lauantaina 19.3.2022	
Me Itse ry:n vuosikokous	8
Osallistuminen vuosikokoukseen	10
Vuosikokouksen esityslista	13
Ilmoittautumislomake.....	14 ja 15
Me Itse -ryhmät	
Satakunnan meikäläisten kuulumisia	16
Me Itse -päivät järjestettiin netissä lokakuussa.....	18
Juttuseuraa, juttelua ja tietoa.....	19
Yhdistyksen Facebook-sivu.....	19
Tammikuussa valitaan uusien hyvinvointialueiden päättäjät.....	20
Poljento-hanke.....	21
Arki digittää -hanke	22
Tukiliiton apurahat	23
Toimintaa vapaa-aikaan Pohjois-Pohjanmaalla ja Lapissa	24
Tarvitsetko tukea osallistumiseen?	26
Me Itse ry:n työntekijät.....	27
Ota yhteyttä Me Itse -yhdistykseen	28

Kannen kuvassa etäosallistumisen kuvia eri Me Itse -ryhmiltä (yhdistyksen Facebook-julkaisut)
Meikäläiset-jäsentiedotteen piirroksia: Freepik.com

Me Itse ry:n toimiston väki
ja Me Itse -juttupuhelin
ovat joululomalla 20.12.2021–7.1.2022



Johtoryhmän terveiset

Me Itsen johtoryhmä toivoo,
että vuosikokous voidaan pitää normaalisti maaliskuussa 2022.
Kyllä me vielä tapaamme!

Johtoryhmäläiset toivovat,
että kaikki halukkaat pääsisivät
paikalle vuosikokoukseen.

Me Itsen vuosikokous pidetään 18.–19.3.2022.
Perjantaina on seminaari ja lauantaina vuosikokous.
Lisätietoa vuosikokouksesta on sivuilla 8–15.

Me Itse -yhdistyksen johtoryhmä

Yhdistyksen materiaaleja

Tammikuussa järjestetään aluevaalit.
Vaaleissa 23.1.2022 valitaan
hyvinvointialueiden aluevaltuustot.

Me Itse -yhdistyksen kortit ovat käytössä.
Voit antaa kortteja vaalien ehdokkaille
ja muistuttaa heitä tärkeistä asioista.

Kortteja voi tilata Me Itse -yhdistykseltä.

Voit kysyä yhdistykseltä
myös aluevaalien selkoesitteitä.





Me Itse ry:n puheenjohtajat vuoden 2022 alusta.
Kuvassa vasemmalla varapuheenjohtaja Janne Siltanen Rovaniemeltä.
Oikealla Me Itsen puheenjohtaja Jaana Nordlund Vanha-Ulvilasta.

Me Itse ry:n syksyllä pidetyn vuosikokouksen kuulumisia

Yhdistyksen puheenjohtajana jatkaa Jaana Nordlund.
Varapuheenjohtajana aloittaa Janne Siltanen.

Me Itsen sääntömääräinen vuosikokous järjestettiin lauantaina 11.9.2021.

Vuosikokoukseen osallistuttiin etäyhteyden kautta. Etäyhteys tarkoittaa sitä, että Me Itse -yhdistyksen vuosikokoukseen osallistuttiin tietokoneen avulla yhdessä oman Me Itse -ryhmän ja taustatukihenkilön kanssa.

Kokousta pystyi seuraamaan myös Facebookin ja kotisivujen kautta.

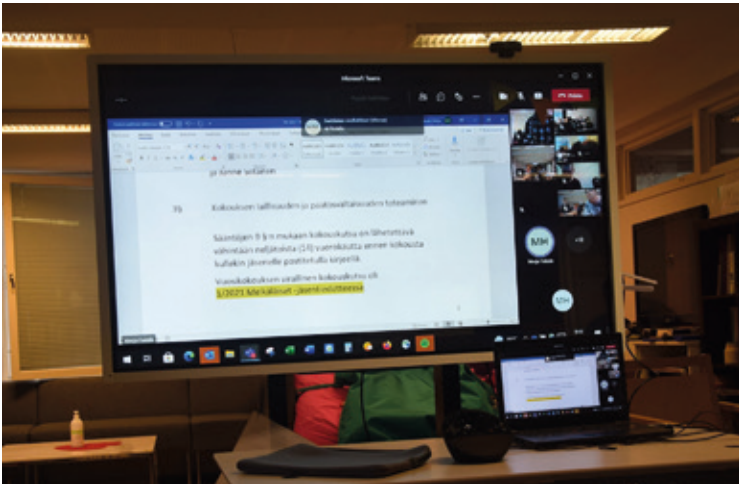
Vuosikokouksessa esiteltiin vielä uudestaan julkilausuma vuodelle 2021.

Sen aihe on kiusaamisesta selviytyminen. Julkilausumaa oli tehnyt Pohjois-Karjalan Me Itse -ryhmä.

Julkilausumaa käytetään esimerkiksi joulukuun kehitysvammaisten ihmisten teemaviikon aikana. Teemaviikko on vuosittain 1. – 7.12.

Vuosikokoukseen tullut aloite käsiteltiin

Vuosikokouksessa käsiteltiin yksi aloite. Siinä ehdotettiin muun muassa, että yhdistyksen jäsenmaksu nousee ja muut maksut jäävät pois.



Eri puolilta Suomea osallistuttiin vuosikokoukseen etäyhteyden kautta.

Johtoryhmä käsitteli aloitetta kokouksessaan. Yhdessä suunnittelijoiden kanssa aloitteeseen vastattiin.

Vastauksessa aloitteeseen johtoryhmä sanoi, että jäsenmaksuja ei nosteta. Osallistumismaksuja tarvitaan edelleen, sillä tapahtumien järjestäminen on kallista. Vastaus aloitteeseen hyväksyttiin vuosikokouksessa.

Kokouksessa päätettiin myös, että vuonna 2022 varsinaisen jäsenen jäsenmaksu on edelleen kymmenen euroa. Kannatusjäsenen jäsenmaksu on 32 euroa.

Puheenjohtajat 2022–2024

Vuosikokouksessa valittiin Me Itse ry:n puheenjohtajat vuosille 2022–2024.

Eniten ääniä sai Jaana Nordlund Vanha-Ulvilasta. Hän jatkaa puheenjohtajana vuoteen 2024 asti.

Toiseksi eniten ääniä sai Janne Siltanen Rovaniemeltä. Janne Siltanen aloittaa varapuheenjohtajana vuoden 2022 alussa.

Uudet hallituksen jäsenet

Vuosikokouksessa ei tarvinnut äänestää Me Itsen hallitusjäsenistä, sillä hallitukseen ilmoittautui vain tarvittavat neljä ehdokasta.

Hallituksessa toimivat vuoden 2022 alusta alkaen: Kaarina Lehto, Kauhajoelta, Veijo Lehtonen, Yläneeltä, Sinikka Niemi, Ylöjärveltä ja Maritta Tuominen, Huittisista.

Vuosikokouksessa valitut henkilöt toimivat tehtävissään kolme vuotta.

Yhdistys toimii

Tällä aukeamalla kerromme yhdistyksen toiminnasta. Tutustu koulutuksiin ja uuteen tavoiteohjelmaan.

Me Itse -ryhmien koulutukset

Ensimmäisenä on koulutus Mikkelissä, se pidetään lauantaina 15.1.2022. Sinne kutsutaan Itä-Suomen Me Itse -ryhmäläisiä.

Seuraava Me Itse -ryhmien koulutus Tampereella. Se on perjantaina 4.2.2022 Tampereen ja Valkeakosken Me Itse -ryhmille.

Sitten seuraavaksi on koulutus Helsingissä, lauantaina 5.2.2022. Helsinkiin kutsutaan Vantaan, Helsingin, Turun ja Espoon Me Itse -ryhmät.

Tilattavat koulutukset

Jos sinä tai Me Itse-ryhmäsi olette kiinnostuneita digi- tai vaikuttamiskoulutuksesta, ole yhteydessä Me Itsen toimistoon. Toimiston yhteystiedot löydät tämän jäsentiedotteen lopusta.

Järjestämme etäkoulutusta ja lähikoulutusta 5–7 hengen ryhmille.

Me Itse 2022

- Vuoden 2022 painopistealue on läntinen Suomi.
- Vuoden teema on ”Asenteet vammaisuutta kohtaan.”
- Me Itse -päivät pidetään Seinäjoella 22.–23.10.2022.

Pidämme koulutuksia myös Me Itse -ryhmien toiminnasta.

Me Itsen uusi tavoiteohjelma

Me Itsen uusi tavoiteohjelma ”Minä ja me – kaikki kansalaisia!” hyväksyttiin Me Itsen vuosikokouksessa syyskuussa 2021.

Tavoiteohjelma tarkoittaa sitä, että Me Itsen toimintaa varten on laadittu suunnitelma. Me Itse tavoiteohjelmassa tärkeitä asioita ovat esimerkiksi Me Itse -ryhmien tukeminen ja ryhmien toiminnan tukena olevien vapaaehtoisten taustatukien kouluttaminen. Me Itse pitää tärkeänä, että yhdistyksen jäsenille järjestetään koulutuksia ja erilaisia tapahtumia.

Uusi tavoiteohjelma otetaan käyttöön heti vuoden 2022 alussa. Uuden tavoiteohjelman voi tilata Me Itsen toimistolta.

Ensi vuoden teema on
”Asenteet vammaisuutta kohtaan”.
Vuoden 2022 julkilausumaa
tekevät läntisen Suomen ryhmät,
johon kuuluvat seuraavat:
Eurajoki, Harjavalta/Kiukainen,
Huittinen, Kankaanpää,
Kauhajoki, Merikarvia,
Pori, Rauma ja Seinäjoki.

Julkilausuma julkaistaan Leijassa,
Me Itsen nettisivuilla, Facebookissa
ja Me Itsen vuosikokouksessa.
Julkilausumaa voi tilata
Me Itsen toimistolta.

Julkilausumaa voi käydä läpi
vaikkapa omassa Me Itse -ryhmässä.
Mitä ryhmäläiset ajattelevat
asenteista vammaisuutta kohtaan?

Julkilausumaa voi käyttää
Me Itse -ryhmän
vaikuttamistoiminnassa
ja esimerkiksi teemaviikon 1. – 7.12.
tapahtumissa hyödyksi.

Ryhmä voi lähettää julkilausumaa
esimerkiksi kuntapäätäjille
tai vammaispalveluista
päättävälle työntekijälle.

Me Itse ottaa kantaa muun muassa työelämän asioihin

Lausunto tai kannanotto
tarkoittaa mielipidettä
jostakin asiasta.

Me Itse oli mukana
tekemässä lausuntoa
Kehitysvammaisten Tukiliiton
ja Ihmisoikeusliiton kanssa.

Lausunnon aiheena on
”Loppu kehitysvammaisilla ihmisillä
teetettävälle palkattomalle työlle.”
Yhdistys on ottanut kantaa
myös Vanen lausuntoihin.
Vane on vammaisten henkilöiden
oikeuksien neuvottelukunta.

Lausunnot voivat käsitellä
esimerkiksi lakien valmistelua.
Lausunnot ja kannanotot
ovat saaneet hyvin julkisuutta.

Lausunnot ja kannanotot
tehdään niin, että kootaan
koko Me Itsen johtoryhmän
mielipiteet asiasta.
Joskus olemme mukana
Kehitysvammaisten Tukiliiton
tai muiden yhteiskumppaneiden
kanssa yhteisessä lausunnossa.

Me Itsen edustajia on jäsenenä
myös monissa yhteistyöverkostoissa.

Me Itse lähetti TEM:lle
(työ- ja elinkeinoministeriö)
koonnin osatyökykyisten
työllistymistä koskevaan
lakivalmisteluun.
Koonnin pohjana oli johtoryhmän
haastattelu palkkatöihin pääsystä.

Johtoryhmän jäsenet toivat esille,
että monella yhdistyksen jäsenellä
on suoritettuna ammattitutkinto,
osalla jopa kaksi ammattitutkintoa.
Usealle sopisi myös osa-aikainen työ.
Johtoryhmä muistutti myös,
miten toimintakeskuksen
työosuusraha päivässä
on vähemmän kuin mitä ruokailu
maksaa päivässä.



Me Itse ry:n vuosikokous 2022

**Tämä kutsu on virallinen kokouskutsu
Me Itse ry:n vuosikokoukseen 2022.**

Perjantaina 18.3.2021
on Me Itsen seminaari.
Vuosikokous pidetään
lauantaina 19.3.2021.
Vuosikokoukseen voi osallistua
myös etäyhteyksien avulla.

Paikka on Tampere-talo,
Yliopistonkatu 55, 33100 Tampere.

Seminaari alkaa
perjantaina 18.3. kello 15,
ja seminaari päättyy kello 18.30.

Vuosikokous on
lauantaina 19.3.2022.
Ilmoittautuminen alkaa kello 8.
Varsinainen kokous alkaa kello 9.30
ja päättyy noin kello 15.

Esityslista on sivulla 13.
Vuosikokouksessa
Me Itsen jäsenet päättävät,
millaista yhdistyksen toiminta
on vuonna 2023.

Vuosikokousaloitteet

Vuosikokouksessa käsitellään
kaikki aloitteet, joita sille on lähetetty
määräaikaan mennessä.

Aloite tarkoittaa sitä, että
yhdistyksen jäsenet tai
Me Itse -ryhmät voivat ehdottaa,
mitä toimintaa Me Itsen pitäisi tehdä.
Aloitteen tarkoitus on
parantaa Me Itsen toimintaa.

Mikäli Me Itse -ryhmät
haluavat tehdä aloitteen
vuoden 2022 vuosikokoukseen,
aloitteen on oltava
Me Itsen toimistossa
31.1.2022 mennessä.

Aloitteen voi lähettää
sähköpostilla tai kirjeenä
yhdistyksen toimistolle
31.1.2022 mennessä.
Toimiston osoite on
Me Itse ry
Pinninkatu 51
33100 Tampere

Toimiston sähköposti on
meitse@meitse.fi

Uuden johtoryhmän valinta

Vuosikokouksessa valitaan
Me Itse johtoryhmän jäsenet
vuosille 2023–2025.

Jos haluat asettua ehdolle,
ilmoita tietosi
Me Itsen toimistolle
maanantaihin 31.1.2022 mennessä.

Ehdokas voi lähettää esittelyn
joko sähköpostilla tai kirjeellä.
Esittelyssä pitää olla
–Yhteystietosi
–Valokuvasi
–Kerro, miksi asetut ehdokkaaksi.

Me Itse ry:n johtoryhmän jäsenet
valitaan äänestämällä
vuosikokouksessa.

Edustajien valinta Tukiliiton liittokokoukseen

Vuosikokouksessa
pidetään myös toinen vaali.
Kokouksessa valitaan
myös Me Itse ry:n edustajat
Kehitysvammaisten Tukiliiton
liittokokoukseen.

Liittokokous on 11.6.2022 Tampereella
ja se voidaan järjestää etäkokouksena.
Me Itse ry on Tukiliiton
suurin jäsenyhdistys.

Jos haluat asettua ehdolle,
ilmoita tietosi Me Itsen toimistolle
maanantaihin 31.1.2022 mennessä.

Ehdokas voi lähettää esittelyn
joko sähköpostilla tai kirjeellä.
Esittelyssä pitää olla
–Yhteystietosi
–Valokuvasi
–Kerro, miksi asetut ehdokkaaksi.

Liittokokouksen edustajat
valitaan äänestämällä
vuosikokouksessa.

Esittelyn lähettäminen

Vaalissa voi asettua ehdolle,
kun lähettää itsestään esittelyn
Me Itsen toimistolle.

Esittelyn voi lähettää
joko sähköpostissa tai kirjeessä.
Sähköpostissa osoite on
mia.johansson@meitse.fi

Jos lähetät esittelysi kirjeenä,
laita kirje yhdistyksen toimistolle
osoitteeseen
Me Itse ry
Pinninkatu 51
33100 Tampere

Kirjeen on oltava perillä toimistossa
31.1.2022 mennessä.

Myöhästyneitä ilmoituksia
ei voida ottaa huomioon.

**Jos haluat asettua ehdolle johtoryhmän vaalissa,
ilmoituksen on oltava perillä toimistolla 31.1.2022.**



Osallistuminen vuosikokoukseen

Kokoukseen voi osallistua etänä tai tulla paikan päälle Tampereelle.
Ilmoittautuminen päättyy 31.1.2022.

Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy 31.1.2022.
Jos haluat ilmoittautua vuosikokoukseen, toimi näin:

1.

Täytä huolellisesti lomake, joka on sivuilla 14 ja 15.
A) Voit antaa lomakkeen ryhmäsi taustatukihenkilölle.
B) Tai voit lähettää lomakkeen itse postissa Me Itsen toimistolle.

2.

Tai voit ilmoittautua itse Me Itsen kotisivujen kautta. Siellä on sähköinen lomake ilmoittautumista varten. Täytä tiedot huolellisesti.

3.

Taustatukihenkilö voi ilmoittaa kokoukseen osallistujat myös sähköpostissa. Siinä ilmoitetaan samat tiedot, joita kysytään lomakkeessa.

Voit osallistua vuosikokoukseen paikan päällä tai etänä. Etäosallistuminen vuosikokoukseen ei maksa mitään.

Seuraavaksi ohjeita niille, jotka osallistuvat etäyhteyden kautta.

Etäosallistujien ilmoittautuminen vuosikokoukseen

Jos haluat etäosallistua vuosikokoukseen ilmoita etäosallistumisesta ryhmäsi taustatukihenkilölle.

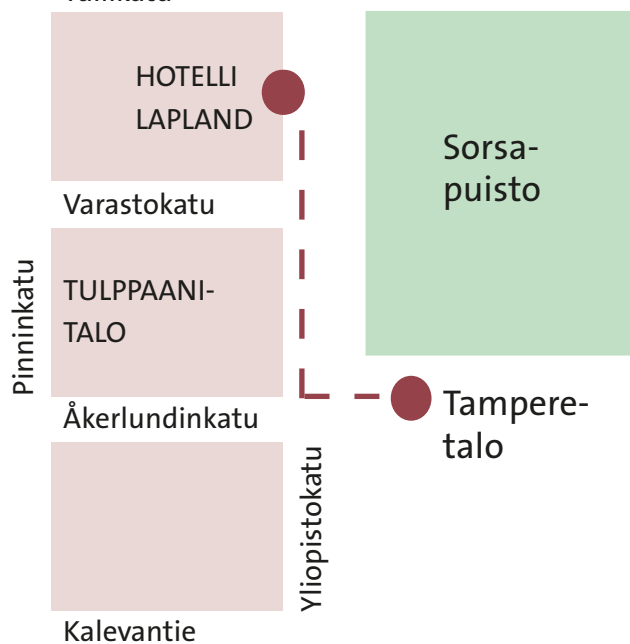
Voitte ryhmänä osallistua vuosikokoukseen yhdessä etänä tietokoneen avulla. Taustatukihenkilöt ilmoittavat kokoukseen osallistujat sähköpostitse Me Itsen toimistolle 31.1.2022 mennessä.

Voit osallistua vuosikokoukseen myös yksin. Sinulle lähetetään sähköposti. Sähköpostissa on linkki, sen kautta voit osallistua Me Itsen vuosikokoukseen.

On tärkeää, että ilmoittaja ilmoittaa osallistujien tiedot selkeästi ja oikein. Me Itsen toimisto tarvitsee osallistujien etu -ja sukunimen, jotta jäsenten äänioikeus voidaan tarkistaa jäsenrekisteristämme.

Tampereen
Rautatieasema

• • • • • • • • • • Tullikatu



Äänioikeutettuja ovat kaikki jäsenmaksunsa maksaneet Me Itsen jäsenet. Samoin sähköpostiosoite on tärkeä tieto! Sähköpostiin lähetämme kokousohjeet ja osallistumislinkin etäkokoukseen.

Majoitus on järjestetty lähelle Tampere-taloa.

Paikan päällä osallistujien ilmoittautuminen vuosikokoukseen

Jos haluat osallistua vuosikokoukseen paikan päällä, täytä huolellisesti lomake, joka on sivuilla 14 ja 15. Kokous järjestetään Tampere-talossa Tampereella.

Voit antaa lomakkeen ryhmäsi taustatukihenkilölle. Hän lähettää ryhmänne lomakkeet Me Itsen toimistoon 31.1.2022 mennessä.

Osallistuminen vuosikokoukseen paikan päällä Tampereella maksaa 30 euroa. Seminaari maksaa myös 30 euroa.

Jos osallistut molempiin se tarkoittaa yhteensä 60 euroa osallistumismaksua. Tämän lisäksi osallistuja maksaa itse matkat ja majoituksen.

Vuosikokouksen kulut

Etäosallistuminen

- Etänä ei maksa mitään.

Paikan päällä osallistuminen

- Seminaari maksaa 30 euroa.
- Kokous maksaa 30 euroa.
- Tämän lisäksi osallistuja maksaa itse matkat ja majoituksen.

Majoitus on Lapland-hotellissa. Hotellin osoite on Yliopistonkatu 44, 33100 Tampere.

Näet majoituksen hinnat sivulta 15.

JATKU

Vuosikokous 2022



JATKOA

Majoitus ja muut kulut maksetaan jälkikäteen laskulla.

Kaikki ilmoittautuneet saavat postia

Kokoukseen ilmoittautuneille jäsenille lähetetään postissa lisätietoa.

Jokaiselle kokoukseen ilmoittautuneelle lähetetään kirje, jossa on kokouspaperit ja tarkemmat kokousohjeet.

Kokouspaperit ja ohjeet julkaistaan myös Me Itsen kotisivulla. Kotisivujemme osoite on www.meitse.fi

Tarvitsetko tukea? Ota apua mukaasi

Me Itse vastaa ohjelmasta ja yleisistä järjestelyistä. Me Itse ei vastaa henkilökohtaisen avun palveluista, joten jos tarvitset tukea, ota apua mukaasi.

Tämä tarkoittaa, että jos tarvitset paljon apua esimerkiksi liikkumisessa tai jos sinulla jokin pitkäaikaissairaus, kuten epilepsia tai diabetes, sinun pitää ottaa mukaan henkilökohtainen apu tai tuki.

Taksikortit

Taustatukihenkilöt voivat pyytää tarvittaessa taksikortteja Me Itsen toimistolta. Kortit on pyydettävä hyvissä ajoin ennen tapahtumaa, mikäli on tarvetta esimerkiksi INVA-taksiin.

Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy 31.1.2022. Ilmoittaudu ajoissa, koska myöhästyneitä ilmoittautumisia emme voi ottaa vastaan.

Lisätietoja

Lisätietoja antaa Me Itse -yhdistyksen Mia Johansson, sähköposti mia.johansson@meitse.fi

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

Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy 31.1.2022.



Vuosikokous lauantaina 19.3.2022

Me Itse ry:n vuosikokouksen ohjelma

kello 8 Ilmoittautuminen alkaa

9.30 Vuosikokous alkaa

Tervetulosanat

Hiljainen hetki poisnukkuneiden muistoksi

11–12 Lounas

12–15 Vuosikokous

Vuosikokous päättyy noin kello 15.

Esityslistassa esitellään kokouksessa käsiteltävät asiat.

Niitä on yhteensä 16 kappaletta.

Vuosikokouksen esityslista

- 1 § Kokouksen avaus
- 2 § Kokouksen järjestäytyminen
- 3 § Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen
- 4 § Kokouksen esityslistan hyväksyminen
- 5 § Toimintakatsaus vuodelta 2021
- 6 § Tuloslaskelma, tase ja tilintarkastuskertomus vuodelta 2021
- 7 § Tuloslaskelman ja taseen vahvistaminen sekä vastuuvapaudesta päättäminen
- 8 § Yhdistyksen johtoryhmän valinta vuosille 2023–2025
- 9 § Vuoden 2023 jäsenmaksujen määrääminen
- 10 § Toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2023
- 11 § Valitaan Me Itsen edustajat Kehitysvammaisten Tukiliiton liittokokoukseen Tampereelle
- 12 § Tilintarkastajan ja varatilintarkastajan valitseminen
- 13 § Päätetään yhdistyksen hallituksen puheenjohtajan ja hallitusjäsenien kokouspalkkiosta vuodelle 2023
- 14 § Vuosikokoukselle tehdyt aloitteet
- 15 § Muut asiat
- 16 § Kokouksen päättäminen



Ilmoittautumislomake (palauta 31.1.2022 mennessä)

Me Itse ry:n vuosikokous

19.3.2022 Tampere (myös etäyhteydellä)

Osallistujan tiedot

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

Etunimi _____

Sukunimi _____

Ruoka-aineallergiat _____

Osallistun seuraaviin tapahtumiin

- ☐ Osallistun etäyhteyden kautta
Me Itse -ryhmän kanssa.
Ryhmän nimi on _____
Etäosallistuminen on maksutonta.
- ☐ Osallistun seminaariin perjantaina 18.3.2022 paikan päällä.
Se maksaa 30 euroa, hinta sisältää kahvin ja suolaista tarjottavaa.
- ☐ Osallistun vuosikokoukseen lauantaina 19.3.2022 paikan päällä.
Se maksaa 30 euroa, hinta sisältää lounaan ja lähtökahvit.

Avustajat ja tuki

Kanssani osallistuu henkilökohtainen avustaja

- ☐ Ei ☐ Kyllä, hänen nimensä on _____

Majoitus (Hotelli Lapland, Yliopistonkatu 44, 33100 Tampere))

Valitse yksi vaihtoehto:

- ☐ En tarvitse majoitusta.
- ☐ Varaan yhden hengen huoneen perjantain ja lauantain väliseksi yöksi.
Huone maksaa 102 euroa.
- ☐ Varaan yhden hengen huoneen perjantaista sunnuntaihin.
Huone yhdelle ihmiselle kahdeksi yöksi maksaa yhteensä 204 euroa.
- ☐ Varaan kahden hengen huoneen perjantain ja lauantain väliseksi yöksi.
Huone maksaa 117 euroa.
Toivon huonetoverikseni _____
- ☐ Varaan kahden hengen huoneen perjantaista sunnuntaihin.
Huone kahdelle ihmiselle kahdeksi yöksi maksaa yhteensä 234 euroa.
Toivon huonetoverikseni _____

Laskutus (täytä tiedot huolellisesti)

Laskun maksajan nimi _____

Osoite _____

Puhelin _____

Sähköposti _____

Lisätietoja _____

Lomakkeen lähettämisohteet ovat sivulla 8. Palauta lomake 31.1.2022 mennessä.

Lisätietoja laskun maksajalle

- 1) Hotelli varataan tällä lomakkeella.
- 2) Me Itse ry:n toimisto hoitaa kaikkien Lapland-hotellissa majoittuvien varaukset.
- 3) Vuosikokouksen jälkeen hotellilasku lähetetään postissa laskun maksajan osoitteeseen.



Lisätietoja antaa
Me Itse -yhdistyksen
Mia Johansson,
mia.johansson@meitse.fi
Puhelin 0400 426 535.
Hänelle voi soittaa
tiistaina, keskiviikkona
tai torstaina klo 9–13.



Satakunnan meikäläisten kuulumisia

**Läntinen Suomi on Me Itse -yhdistyksen painopistealue vuonna 2022.
Satakunnan alueen meikäläiset tekevät paljon yhteistyötä.**

Satakunnassa toimii
seitsemän Me Itse paikallisryhmää
ja alueellinen
Satakunnan meikäläiset.
Ryhmät toimivat itsenäisesti,
mutta ne tekevät myös
paljon yhteistyötä.
Me Itse -jäseniä Satakunnassa
on yhteensä yli 100.



Satakunta on Länsi-Suomea.

Korona on rajoittanut
Satakunnan toimintaa paljon.
Toimintaa ollaan kuitenkin
pystytty järjestämään
pienissä ryhmissä ja etänä.

Satakunnassa toimii
erityistaide-, elokuva- ja
sosiaalinen mediatoiminta
sekä vaikuttamistoiminta yhdessä,
joten toimintaa riittää
aina vaikka muille jakaa.

Tulossa muun muassa MEKA TV:n juhlavuosi

Kaikki Satakunnan meikäläisryhmät
odottavat kovasti vuotta 2022.
Valmistaudumme siihen,
että silloin MEKA TV:n
elokuva- ja mediatoiminta
täyttää 30 vuotta.

Satakunnassa suunnitellaan
myös Myötätuulen viestin
30-vuotisjuhlakiertuetta.

Myötätuulen viesti
on järjestetty useana vuonna
Satakunnan kunnissa, jossa
meikäläiset ovat
vieneet tärkeää sanomaa
Meikäläisyydestä
Satakunnan päättäjille.

Valtakunnallisella Me Itse
-yhdistyksellä on joka vuosi
eri alue painopisteenä.
Vuonna 2022 se on läntinen Suomi.



Terveisiä Satakunnasta. Toivottavasti nähdään vuonna 2022.

Keskitytään myös siihen, että tuomme silloin hyviä toimintamallejamme kaikkien tietoon.

Hyvää yhteistyötä kumppanien kanssa

Kaikki ryhmät osallistuivat 2021 Tukiliiton KIITOS -kiertueen toteuttamiseen kaikissa Satakunnan kunnissa, missä on Me Itse -toimintaa ja tukiyhdistystoimintaa. Yhteistyötä tehdään Satakunnan Tukipiirin kanssa.

Kiertueen merkittävin yhteistyökumppani ja ohjelmien järjestäjä on Porin meikäläisten Osallisuus teatteri.

KIITOS-tapahtumia on yhteensä 12. Teemaviikon suurin KIITOS-tapahtuma oli Osallisuus teatterin musikaalin ensi-ilta 30.11.2021.

Musikaalin nimi on Riittävän hyvä elämä. Järjestimme myös 7.12.2021 samannimisen valtakunnallisen elokuva- ja teatteriseminaarin.

Toivottavasti pääsemme ensi vuonna muuallekin päin Suomea. Tuomme erityistaidetoiminnan ja hyvinvointikulttuurin ilosanomaa erilaisissa koulutuksissa ja tapahtumissa.

Teksti

Jaana Nordlund (Me Itse)

Tiia Takala (Osallisuus teatteri, TAITEESTA TYÖTÄ)

Ari Impola (MEKA TV, Me Itse -ryhmien taustatuki)



Me Itse -päivä järjestettiin netissä lokakuussa

Kuulumisia Me Itse -päivän webinaarista eli nettikokouksesta, joka pidettiin lauantaina 23.10.2021.

Me Itse -päivään osallistui 9 ryhmää ja muutamia yksittäisiä osallistujia kotikoneiltaan.

Yhteensä osallistujia oli 127.

Päivä alkoi mukavasti Juha Tapio Kärjen lauluesityksellä. Hän lauloi ”Anna kaikkien kukkien kukkia”. Laulun sanojen myötä pääsimme hienosti siirtymään päivän teemaan.

Pääteemana oli ihmissuhteet. Pohdimme päivän aikana kiusaamisesta selviytymistä ja ikääntymistä.

Itä-Suomen alueen Me Itse -ryhmät olivat tehneet videotervehdyksiä ja aiheista käytiin keskustelua. Kati Natunen luki Me Itsen vuoden 2021 julkilausuman. Sen aiheena on kiusaamisesta selviytyminen. Kati Natunen piti myös puheenvuoron kiusaamisesta.

Rantasalmen Me Itse -ryhmä oli tehnyt koskettavan videon.

Videon aihe on ”Minä löydän, minä nousen, minä voitan!”

Muita videotervehdysten esiintyjiä olivat Esko Hiltunen, Anniina Hirvonen, Pasi Ikäheimonen, Niko Lavikainen, Pasi Muikku, Jari Tanskanen, Anne Regalado, Jarkko Rissanen ja Aino-Maija Silvennoinen. Kouvolan Virkeet veijarit -ryhmältä oli myös videotervehdys kiusaamisesta ja siitä selviytymisestä.

Mitä on hyvä ikääntyminen? Lempi Hyttinen kertoi ikääntymisestä. Häntä haastatteli Pohjois-Karjalan Me Itse -ryhmän vapaaehtoinen taustatukihenkilö Ritva Silvennoinen.

Päivän loppuksi kuulumme vielä Jarkko Pajarisen lauluesityksen. Hän oli valinnut laulun Maaailma on kaunis.

Ensi vuonna Me Itse -päivät pidetään 22. – 23.10.2022 Seinäjoella. Aiheesta kerrotaan lisää seuraavassa jäsentiedotteessa.

Juttuseuraa, juttelua ja tietoa

Jos tunnet olosi yksinäiseksi,
voit soittaa juttupuhelimeen.
Me Itse -yhdistyksellä
on puhelinpalvelu,
jonne voit soittaa,
jos kaipaavat juttuseuraa.
Voit jutella omista harrastuksistasi,
omasta päivästäsi
tai vaikkapa säästä.

Juttupuhelimeen vastaa
Me Itsen jäsen
ja nykyinen työntekijä
Elina Jääskeläinen.
Numero on 050 407 0833.
Saa soittaa!

Livelähetykset jatkuvat Facebookissa

Livelähetykset lähetetään
edelleen joka tiistai ja torstai.

Tiistaisin kello 20–21 ja
torstaisin kello 18–19.

Mukaan pääsee
Me Itsen Facebookin kautta.
Laita hakukenttään sana
Me Itse ry.

Jaana Nordlundin Me Itse -infopuhelin

Jos sinulla on kysyttävää
Me Itsen toiminnasta,
koulutuksista
tai vuosikokouksesta,
voit soittaa yhdistyksen
puheenjohtajalle.

Puheenjohtaja Jaana Nordlund
vastaa arkipäivisin kello 17–18
Me Itsen puhelimeen.
Numero on 050 472 4701.



Yhdistyksen Facebook-sivu



Löydät yhdistyksen
sivun Facebookissa, kun
kirjoitat hakukenttään sanat
Me Itse ry.

Klikkaa sivulla ”Tykkää”,
niin saat tietoa Me Itsen
ja sen yhteistyökumppaneiden
ajankohtaisista asioista.
Sivulla tiedotetaan
Me Itse -yhdistyksen asioista.

Sivulla voi nähdä myös
Me Itsen omat livelähetykset.

Tuttu Me Itse -ryhmä jatkaa

Yhdistyksen Facebook-sivun lisäksi
Facebookissa toimii edelleen
tuttu Me Itse -ryhmä.
Me Itse -ryhmässä jokainen
voi tehdä omia livelähetyksiään
ja jakaa omia julkaisujaan.

Tammikuussa valitaan uusien hyvinvointialueiden päättäjät

**Aluevaalit pidetään tammikuussa, 23.1.2022.
Silloin valitaan aluevaltuustot,
jotka päättävät uusien hyvinvointialueiden toiminnasta.**



Soteuudistus toteutuu viimeinkin.
Se tarkoittaa, että
sosiaali- ja terveyspalvelujen
järjestäminen siirtyy pois kunnilta.
Esimerkiksi kehitysvammapalveluja
järjestävät tulevaisuudessa
hyvinvointialueet.

Palvelut toimivat kuten ennenkin,
mutta niiden järjestäminen muuttuu.
Tammikuussa 23.1.2022
valitaan aluevaltuustot.
Aluevaltuustot päättävät
hyvinvointialueiden toiminnasta
ja palvelujen järjestämisestä.

Me Itse -yhdistyksen
puheenjohtaja Jaana Nordlund
pitää tärkeänä, että
kaikki äänestäisivät aluevaaleissa.

Hänen mielestään
uusien valtuutettujen
pitää muistaa nämä asiat
1) kiusaamisen ehkäisy
2) itsemääräämisoikeus
3) työllisyyteen liittyvät asiat

Kiusaamisen ehkäisy

Jaana Nordlund sanoo, että
kiusaamiseen pitää aina puuttua.
Kaikille pitää tiedottaa,
että ketään ei saisi kiusata.

Itsemääräämisoikeus

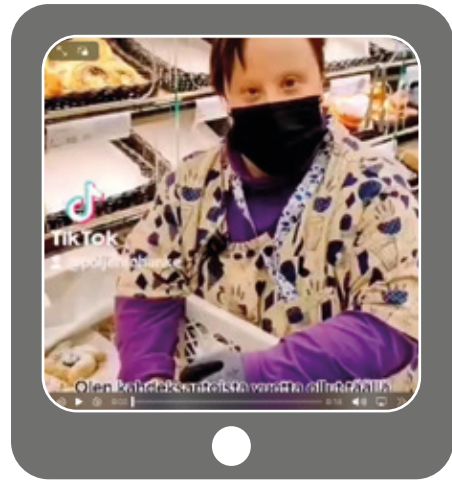
Itsemääräämisoikeus kuuluu kaikille.
Se tarkoittaa sitä, että
itse saa päättää omista asioistaan.
Esimerkiksi siitä, kenen kanssa asuu
tai millaisia vaatteita käyttää.

Työllisyyteen liittyvät asiat

Jaana Nordlund pitää tärkeänä,
että kaikille, jotka sitä haluavat,
tarjotaan mahdollisuus
oikeaan palkkatyöhön.
Avotyön saisi lopettaa.

Jaanan mielestä pitää muistaa
myös vaikeimmin vammaiset.
Heille pitää tarjota myös
kivaa ja mieluista toimintaa.
Kaikki eivät pysty työntekoon.

Jaanan mielestä korvaus,
jota maksetaan esimerkiksi
työkeskuksissa pitää olla niin suuri,
että sillä pystyy maksamaan
päivän ruokailun.
Lisäksi korvauksesta pitää jäädä rahaa
myös omaan käyttöön.



Kun kirjoitat hakuun tunnisteeseen #poljentohanke, löydät hankkeen kivoja juttuja.

Poljento-hanke tarjoaa yhteisöllisyyttä ja yhdessä tekemistä verkossa

**Some kuuluu meille kaikille.
Uusi hanke neuvoo, miten se onnistuu.**

Poljento-hankkeen tarkoituksena on, että juuri sinä voit olla aktiivinen sisällöntuottaja sosiaalisessa mediassa, kuten Instagramissa.

Poljento-hankkeessa haluamme tuottaa verkkoon vertaistukea arjen asioihin, luoda yhteisöllisyyttä ja pitää hauskaa yhdessä. Sosiaalinen media kuuluu kaikille.

Me neuvomme, miten käytät sosiaalista mediaa turvallisesti. Neuvomme myös ohjaajia avustamaan palvelujen käytössä.

Käymme myös pyydettäessä pitämässä erilaisia työpajoja someen ja digiasioihin liittyen.

Hankkeen kotisivun osoite on www.poljento.fi
Sieltä pääset helposti katsomaan, mitä hankkeessa tehdään.
Hanke on saavutettava, joten voit osallistua toimintaan, vaikka sinun olisi vaikea lukea tai kirjoittaa.

Poljento-hanke toimii sosiaalisen median kanavissa, kuten Facebook, Instagram, Snapchat, YouTube ja TikTok. Pääset mukaan toimintaan seuraamalla Poljentoa näissä kanavissa. Voit laittaa työntekijöille kaveripyynnön tai viestin.

Me Itse ry on yksi Poljento-hankkeen yhteistyökumppaneista.

Arki digittää -hanke on käynnistynyt

Digilaitteiden ja digipalveluiden käyttämiseen tarvitaan digitaitoja.

Moni meistä käyttää digilaitetta kuten älypuhelinta, tietokonetta tai tablettia. Digilaitteiden avulla pääsee nettiin. Netistä löytyy tietoa ja erilaisia palveluita. Digilaitteista ja digipalveluista on paljon apua arjessa.

Digilaitteiden ja digipalveluiden käyttämiseen tarvitaan digitaitoja. Digitaitoja ovat esimerkiksi sähköpostin käyttäminen ja tiedon etsiminen netistä. Digitaitojen avulla digipalveluita voi käyttää turvallisesti. Taitojen avulla voi osallistua ja vaikuttaa netissä. Digitaaloista on hyötyä myös työelämässä.

Meillä kaikilla on oikeus saada hyötyä digilaitteista ja digipalveluista. Meillä kaikilla on oikeus olla digikansalaisia, jos niin haluamme.

Arki digittää -hanke vahvistaa meikäläisten mahdollisuuksia toimia ja osallistua digiyhteiskunnassa. Hanke toimii koko Suomen alueella.

Hankkeessa on monenlaista toimintaa

Digihautomossa saa vaikuttaa ja kehittää Arki digittää -hankkeen toimintaa.

Digihautomossa oppii uusia digitaitoja ja oman mielipiteen kertomista. Toiminnassa harjoitellaan erilaisten sosiaalisen median kanavien käyttöä. Sosiaalisen median kanavia ovat esimerkiksi Facebook, Twitter ja Instagram.

Kutsu digi asumaan! -toiminnassa yhteisöt saavat apua digilaitteiden ja digipalveluiden käyttämisessä.



Yhteisö voi olla esimerkiksi
Me Itse-ryhmä tai asumisyhteisö.

Verkkokurssi on
netissä tapahtuvaa opiskelua.
Hankkeessa kehitetään
verkkokurssia, jonka avulla
voi oppia digitaitoja
ja turvallista netin käyttöä.
Verkkokurssi suunnitellaan yhdessä
toimintaan osallistuvien kanssa.

Tule mukaan toimintaan

Ajankohtaista tietoa
hankkeen toiminnasta saat netistä.

Käytä hakusanaa
”arkidigittaa” Facebookissa,
Instagramissa ja Twitterissä.

Voit lukea lisää nettisivuilta
osoitteesta
[www.honkalampi.fi/](http://www.honkalampi.fi/kehittamistoiminta/arkidigittaa)
kehittamistoiminta/arkidigittaa
Löydät sieltä
myös esittelyvideon.

Me Itse ry on
yksi hankkeen yhteistyökumppaneista.
Hanketta rahoittaa
Sosiaali -ja terveystieteiden
avustuskeskus eli STEA.

Me Itse -ryhmä voi hakea Tukiliiton apurahaa

Tukiliitto myöntää apurahoja
nuorille ja aikuisille,
joilla on kehitysvamma.
Apuraha tukee osallisuutta.

Apurahaa voi hakea
myös ryhmä, kuten
paikallinen Me Itse -ryhmä.
Jos kuulut Me Itse -ryhmään,
voitte pohtia yhdessä
apurahan hakemista.

Apurahoja voi hakea
keväällä ja syksyllä.
Kevään hakuaika päättyy
huhtikuun lopussa.
Syksyn hakuaika päättyy
lokakuun lopussa.



Kuva Freepik.com

Tukiliiton apurahaa voi hakea vaikka retkeä varten.

Lisätietoja antaa
Wilma Karikko Tukiliitosta.
Hänen puhelinnumerosa
on 040 6743 631 ja
sähköpostinsa
wilma.karikko@tukiliitto.fi

Toimintaa vapaa-aikaan Pohjois-Pohjanmaalla ja Lapissa

Tukiliiton alueellinen Elämä omaksi -hanke järjestää kohtaamispaikka- ja kokemustoimintaa nuorille ja aikuisille Pohjois-Pohjanmaalla ja Lapissa.

Kerromme ensin
Kohtaa mut -kahviloista.

Kohtaa mut -kahvila

Toiminta on tarkoitettu
sinulle, jos:

- Kaipaavat vapaa-aikaasi tekemistä, uusia taitoja ja kokemuksia
- Haluat tavata uusia ihmisiä
- Olet nuori tai aikuinen
- Sinulla on kehitysvamma tai tarvitset tukea oppimisessa ja ymmärtämisessä

Kohtaa mut -kahvilassa
teemme yhdessä
osallistujien valitsemia asioita.
Voimme harjoitella
esimerkiksi digitaalisia taitoja ja
tutustua yhdessä paikkoihin,
joissa voi viettää vapaa-aikaa.

Yhteisten asioiden lisäksi
voit saada tukea sinulle
tärkeisiin asioihin.
Toiminta on vapaaehtoista
ja maksutonta.

Kohtaa mut -kahviloita
järjestetään tällä hetkellä:

- Pudasjärvellä
lisätietoja Jenna Jakku-Hiivala
puhelin 040 5232 516

- Haukiputaalla
lisätietoja Heidi Similä
puhelin 040 5235 712

- Rovaniemellä
lisätietoja Maria Onnela
puhelin 040 5241 467



Verkkokahvila

Lisäksi Verkkokahvila
aloitti marraskuussa.
Jos sinun paikkakunnallasi,
Pohjois-Pohjanmaalla tai Lapissa
ei toimi Kohtaa mut -kahvilaa,
voit osallistua netissä toimivaan
Verkkokahvilaan.

Verkkokahvilassa
voit kohdata uusia ihmisiä ja
voit keskustella toisten kanssa
videopuhelun kautta.

Verkkokahvilassa käsitellään
osallistujien toivomia aiheita ja
ohjelmassa voi olla myös viihdettä.

Löydät verkkokahvilan toiminnasta ja tapaamisista tietoa nettisivuiltamme.

Voit osallistua haluamillesi kerroille. Osallistumiseen tarvitset tietokoneen, tablet-tietokoneen tai älypuhelimien.

Tarvitset laitteeseesi myös nettiyhteyden. Verkkokahvila toteutetaan Teams-etäyhteydellä. Ohjeet osallistumiseen löydät Verkkokahvilan nettisivulta.

Nettisivun osoite on www.tukiliitto.fi/verkkokahvila

Kokemustoiminta Pohjois-Pohjanmaalla ja Lapissa

Kehitämme myös tukea tarvitsevien ihmisten kokemustoimintaa yhteistyössä Me Itse ry:n kanssa. Siihen voi osallistua Oulun ja Rovaniemen seudulta nuoret ja aikuiset, joilla on halu vaikuttaa yhteisiin asioihin.

Kokemustoiminnassa järjestämme koulutusta, jossa harjoittelemme kertomaan omia näkemyksiä ja kokemuksia. Vahvistamme yhdessä vaikuttamisen taitoja ja otamme selvää vaikuttamisen paikoista.

Koulutus toteutetaan ensi keväänä Oulussa ja Rovaniemellä.

Koulutuspäivät ovat lauantaisin kerran kuukaudessa. Koulutuspäivien lisäksi on pieniä välitehtäviä, joiden tekemiseen saat tukea työntekijältä.

Koulutuksen päivämäärät ovat:
lauantaina 22.1.
lauantaina 19.2.
lauantaina 26.3.
lauantaina 23.4.
lauantaina 21.5.
lauantaina 11.6.

Koulutukseen mahtuu 10 osallistujaa Oulun seudulta ja 10 osallistujaa Rovaniemen seudulta. Koulutukseen pitää sitoutua koko koulutuksen ajaksi. Koulutus on osallistujalle ilmainen.

Kokemustoimijakoulutukseen haetaan täyttämällä hakulomake. Hakuaika päättyy 12.12.2021.

Hakulomakkeen saat Kohtaa mut -kahvilasta tai pyytämällä sen Jenna Jakku-Hiivalalta. Jennan sähköposti on jenna.jakku-hiivala@tukiliitto.fi ja puhelin 040 5232 516.

Lisätietoja koulutuksesta antaa Riikka Manninen, riikka.manninen@tukiliitto.fi puhelin 040 6374 968

Tarvitsetko tukea osallistumiseen?

Jos tarvitset tukea osallistumiseen, sinulla voi olla oikeus henkilökohtaiseen avustajaan tai kuljetuspalveluun tai tulkkipalveluun.

Henkilökohtaisen avustajan kanssa voit osallistua Me Itsen koulutuksiin ja muuhun toimintaan.



Kuljetuspalvelun avulla voit kulkea matkat esimerkiksi Me Itse -ryhmän tapaamisiin.

Tulkkipalvelun avulla voit saada asiasi ymmärretyksi.



Henkilökohtaista apua ja kuljetuspalvelua haetaan oman kunnan sosiaalitoimesta.

Ensin pidetään palvelusuunnitelmatapaaminen. Tapaamisen järjestää kunnan vammaispalveluista vastaava henkilö.



Sinun pitää ottaa yhteyttä vammaispalveluihin omassa kunnassasi ja kertoa omasta tilanteestasi.

Tapaamisessa selvitetään, mihin tarvitset henkilökohtaista apua. Siellä selvitetään myös, mihin matkoihin kuljetuspalvelua käyttäisit.



Tulkkipalvelua haetaan Kelasta.

Ota yhteyttä

Me Itse ry:n työntekijät

Merja Hakala

vammaistyön suunnittelija

Sähköpostiosoite on merja.hakala@meitse.fi

Puhelinnumero on 050 428 6050

Sirkka Nikulainen

suunnittelija

Sähköpostiosoite on sirkka.nikulainen@meitse.fi

Puhelinnumero on 050 465 4656.

Mia Johansson

järjestösihteeri

Sähköpostiosoite on mia.johansson@meitse.fi

Puhelinnumero on 0400 426 535.

Maritta Ekmark

suunnittelija (osa-aikainen)

Sähköpostiosoite on maritta.ekmark@meitse.fi

Puhelinnumero 041 319 4095

Elina Jääskeläinen

Juttupuhelin (osa-aikainen)

Sähköpostiosoite on elina.jaaskelainen@meitse.fi

Puhelinnumero 050 407 0833

Jaana Nordlund

aluetyöntekijä (osa-aikainen)

Sähköpostiosoite on jaana.nordlund@meitse.fi

Puhelinnumero 050 472 4701 (arkipäivisin kello 17–18)

Suvi Ontto-Panula

FB-livelähetysten vetäjä

Sähköpostiosoite on suvi.ontto-panula@meitse.fi

Puhelinnumero 044 975 8379

Suvi-Päivikki Laitinen

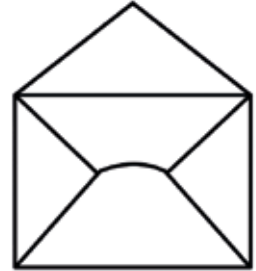
FB-livelähetysten vetäjä

Puhelinnumero 044 236 1014

Ota yhteyttä Me Itse -yhdistykseen

Yhdistyksen toimiston osoite on
Me Itse ry
Pinninkatu 51
33100 Tampere

Kotisivumme on osoitteessa
www.meitse.fi
Sähköpostiosoitteemme on
meitse@meitse.fi



Puhelinajat

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.

Loma-aika

Me Itsen toimisto on talviloman aikana
suljettu 20.12.2021 – 7.1.2022.

Yhdistyksen toiminnan tukeminen

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

Symbolikuvat Icomonst, Freepik.com, Papunet

Meikäläiset

Me Itse ry:n jäsentiedote

Julkaisija on Me Itse ry

Painopaikka on Kirjapaino Kari, Jyväskylä 2021



Sosiaali- ja
terveysministeriö
tukee toimintaamme
Veikkauksen tuotolla.