

# Meikäläiset

Me Itse ry:n tiedote 2023 / 2024

Kuvaaja Merja Hakala



**Itsenäinen päätöksenteko on vuoden teema.**

# Sisältö

Uusi hanke alkaa .....	3
Me Itsen jäsenmaksut lähetetään tammikuussa 2024.....	3
<b>Vuosikokous</b>	
Me Itse ry:n vuosikokous 16.3.2024.....	4
Osallistuminen vuosikokoukseen .....	6
Vuosikokouksen majoitus .....	10
Peruutukset .....	10
Vuosikokous lauantaina 16.3.2024, esityslista .....	11
<b>Me Itse -ryhmät</b>	
Me Itse -ryhmien terveisiä .....	12
Me Itsen ja Tukiliiton tapahtumia: Teemaviikko.....	13
Itsemääräämisoikeuden teema jatkuu vielä vuonna 2024.....	14
Me Itsen oma kauppa netissä .....	15
Ota yhteyttä Me Itse -yhdistykseen .....	16

**Meikäläiset-jäsentiedotteen piirroksat**  
**Papunetin kuvapankki (Sergio Paolo / ARASAAC)**  
**ja Freepik.com**



# Uusi hanke alkaa

**Me Itse sai hankerahoituksen vuosille 2024–2026.  
Uudessa hankkeessa koulutetaan  
meikäläisiä vapaaehtoistoimijoiksi.**

Me Itse haki rahoitusta hankkeelle STEAlta ja sai rahoituksen uudelle hankkeelle. STEA on Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus. Hankkeen nimi on Kehitysvammaiset tulevaisuuden tekijöinä.

Hanke on aiheeltaan ja kestoaltaan rajattua toimintaa. Se lähtee jostakin tarpeesta kokeilla ja toteuttaa jotakin uutta toimintaa.

Me Itsen hankkeessa koulutetaan meikäläisiä vapaaehtoistoimijoiksi, esimerkiksi auttamaan erilaisissa tehtävissä Me Itse -ryhmissä.

Koulutukset alkavat vuoden 2024 aikana ja niistä tiedotetaan lisää ryhmien taustatukihenkilöille. Me Itse tiedottaa aiheesta myöhemmin myös Facebookin Me Itse -ryhmässä ja Me Itsen nettisivulla.

# Me Itsen jäsenmaksut lähetetään tammikuussa 2024

Jatkossa Me Itse ry:n jäsenmaksulasku lähetetään jo tammikuussa.

Haluatko laskun sähköpostiisi? Voit pyytää laskun sähköpostiisi tai edunvalvojan sähköpostiin. Jos haluat laskun sähköpostilla, ilmoita asiasta sähköpostilla Tukiliiton jäsenpalveluun osoitteeseen [jasenpalvelu@tukiliitto.fi](mailto:jasenpalvelu@tukiliitto.fi). Muista ilmoittaa myös sähköpostiosoite sinne.

Tämän jälkeen ei lähetetä enää paperista laskua postin mukana.

Jatkossa voit tilata myös e-laskun. Kun olet saanut ensimmäisen paperi- tai sähköpostilaskun vuodelle 2024, voit sen jälkeen ottaa itse käyttöön omasta pankistasi e-laskun.

Muistathan hoitaa jäsenmaksusi ajoissa. Jos Me Itsen jäsen ei ole maksanut jäsenmaksuaan, hänet voidaan erottaa yhdistyksestä.



## Me Itse ry:n vuosikokous 16.3.2024

**Tämä on virallinen kokouskutsu  
Me Itse ry:n vuosikokoukseen 2024.**

Vuosikokous pidetään  
lauantaina 16.3.2024  
Tampereen Yliopiston  
Päätalolla, jonka osoite on  
Kalevantie 4, Tampere.  
Tampereen Yliopistolla  
kokous on Auditorio D11:ssä.

Vuosikokouksen  
ilmoittautuminen alkaa  
lauantaina 16.3.2023 kello 8.30  
Varsinainen kokous alkaa kello 9.30  
ja päättyy noin kello 15.

Vuosikokouksessa  
Me Itsen jäsenet päättävät,  
millaista yhdistyksen toiminta  
on vuonna 2025.

Vuosikokouksen  
esityslistan löydät sivulta 10.  
Ja ilmoittautumislomakkeen  
vuosikokoukseen sivulta 12.

### **Vuosikokousaloitteet**

Vuosikokouksessa käsitellään  
kaikki aloitteet,  
jotka ovat tulleet  
Me Itsen toimistolle  
perjantaihin 16.2.2024 mennessä.

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

Aloitteen voi lähettää  
sähköpostilla tai kirjeenä.  
Lähetä aloite sähköpostilla  
meitse@meitse.fi  
tai postissa  
Me Itse ry  
Pinninkatu 51  
33100 Tampere

Aloitteen on oltava  
Me Itsen toimistossa  
perjantaihin 16.2.2024 mennessä.

### **Me Itsen puheenjohtajat valitaan vuosikokouksessa**

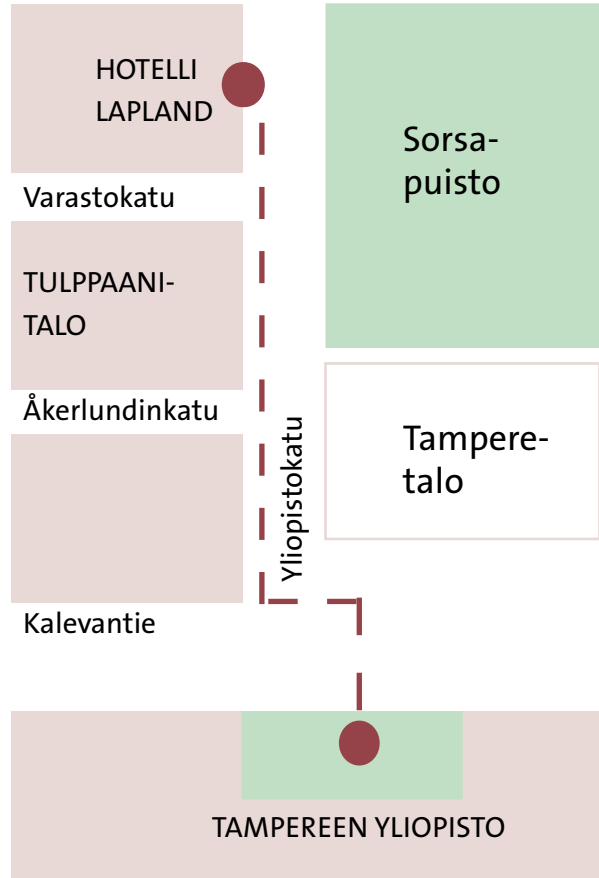
Kokouksessa valitaan Me Itse ry:n  
puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja.  
Ilmoittaudu mukaan  
puheenjohtajavaaliin etukäteen.

Oman esittelyn voi lähettää  
sähköpostitse osoitteeseen  
meitse@meitse.fi

Tampereen  
Rautatieasema



Tullikatu



tai  
kirjeenä yhdistyksen toimistolle  
16.2.2024 mennessä.  
Toimiston osoite on  
Me Itse ry  
Pinninkatu 51  
33100 Tampere  
Liitä mukaan oma valokuvasi.

### Edustajan valinta Tukiliiton liittokokoukseen

Vuosikokouksessa valitaan  
Me Itse ry:n edustaja  
Kehitysvammaisten Tukiliiton  
liittokokoukseen.  
Liittokokous on 8.6.2024 Tampereella  
ja se voidaan järjestää etäkokouksena.

Me Itse ry:n edustaja Tukiliiton  
liittokokoukseen  
valitaan äänestämällä  
vuosikokouksessa.  
Ehdokkaiksi asettuvat  
ilmoitetaan ennakkoon  
perjantaihin 16.2.2024 mennessä.  
Ehdokkaaksi voi asettua  
ainoastaan henkilö,  
joka on Me Itse ry:n jäsen.

Ehdokas voi lähettää esittelyn  
joko sähköpostilla tai kirjeellä

Jos haluat ehdokkaaksi Me Itsen  
edustajaksi Kehitysvammaisten  
Tukiliiton liittokokoukseen  
lähetä itsestäsi esittely.  
Esittelyssä pitää olla  
-Yhteystietosi  
-Valokuvasi  
-Kerro, miksi asetut ehdokkaaksi.

**Majoitus on järjestetty lähelle yliopistoa.  
Kävelymatkaa on noin 7 minuuttia.**

Esittely lähetetään  
Me Itsen toimistolle.  
Sen voi lähettää  
joko sähköpostissa  
tai kirjeessä.  
Sähköpostissa osoite on  
meitse@meitse.fi

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

Kirjeen on oltava perillä toimistossa  
16.2.2024 mennessä.





## Osallistuminen vuosikokoukseen

Kokous järjestetään Tampereella. Ilmoittautuminen päättyy 16.2.2024. Tällä kertaa kokousta ei voi seurata etänä.

Jos haluat ilmoittautua vuosikokoukseen, toimi näin:

**1.**

Jos haluat osallistua vuosikokoukseen, täytä huolellisesti lomake, joka on sivuilla 8 ja 9.

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

**2.**

Voit ilmoittautua myös Me Itsen kotisivujen kautta. Siellä on sähköinen lomake ilmoittautumista varten.

**3.**

Taustatukihenkilöt voivat ilmoittaa kokoukseen kaikki osallistujat Samalla sähköisellä lomakkeella. Kaikki osallistujat voi ilmoittaa samalla kertaa.

Jokaiselle kokoukseen ilmoittautuneelle kokouspaperit jaetaan Tampereella.

Vuosikokoukseen ilmoittautuminen pitää tehdä 16.2.2024 mennessä. Ilmoittaudu ajoissa, koska myöhästyneitä ilmoittautumisia emme voi ottaa vastaan!

### Kokouspäivän hinta ja muut kulut

Osallistuminen vuosikokoukseen lauantaina 16.3.2024 maksaa 70 euroa. Osallistumisesta lähetetään lasku kokouksen jälkeen.

Osallistuja maksaa itse myös matkat ja majoituksen. Ilmoittautuminen päättyy 16.2.2024 mennessä. Ilmoittaudu ajoissa, sillä myöhästyneitä ilmoittautumisia ei voida ottaa vastaan!

Osallistuja maksaa itse myös matkat ja hotellimajoituksen.

### Majoitus

Vuosikokoukseen osallistuvat varaavat itse hotellihuoneen. Huoneen voi varata esimerkiksi Lapland-hotellilta. Huone maksetaan heti hotellilla, kun saavut vuosikokoukseen.

Tarkempia ohjeita hotellin varaamisesta on sivulla 10.

Jos et pääsekään vuosikokoukseen, muista peruuttaa huonevaraus. Soita hotellille ja peruuta varaus. Jos et peruuta varausta, niin hotelli laskuttaa siitä sinua.

Samoin osallistuminen vuosikokoukseen pitää peruuttaa. Soita silloin Me Itsen toimistolle.



Jos tarvitset tukea, ota apua mukaasi.

### 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.

### Vuosikokouksen kulut

Tampereella osallistuminen

- Kokous maksaa 70 euroa.
- Tämän lisäksi osallistuja maksaa itse matkat ja majoituksen.

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.

Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy perjantaina 16.2.2024

### Lisätietoja

Lisätietoja antaa Me Itse -yhdistyksen toimisto [meitse@meitse.fi](mailto:meitse@meitse.fi)

Puhelin 0400 426 535.  
Toimistolle voi soittaa keskiviikkona klo 12–16.

**Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy 16.2.2024.**



# Ilmoittautumislomake

(palauta 16.2.2024 mennessä)

Me Itse ry:n vuosikokous 16.3.2024 Tampere

## Osallistujan tiedot

Etunimi \_\_\_\_\_

Sukunimi \_\_\_\_\_

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

Olen Me Itse ry:n jäsen, ryhmän nimi on \_\_\_\_\_

Olen taustatukihenkilö, ryhmän nimi on \_\_\_\_\_

Olen henkilökohtainen avustaja, avustan \_\_\_\_\_

## Osallistun

Osallistun vuosikokoukseen  
lauantaina 16.3.2024  
Se maksaa 70 euroa,  
hinta sisältää lounaan ja lähtökahvit.

## Avustajat ja tuki

Kanssani osallistuu henkilökohtainen avustaja

Ei

Kyllä, hänen nimensä on \_\_\_\_\_



## Majoitus

Jokainen varaa itse majoituksensa 16.2.2024 mennessä.  
Majoitus maksetaan hotellilla.  
Ohjeet sivulla 10.

## Laskutus (täytä tiedot huolellisesti)

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

Osoite \_\_\_\_\_

Puhelin \_\_\_\_\_

Sähköposti \_\_\_\_\_

Lisätietoja \_\_\_\_\_

**Lomakkeen lähettämishjeet ovat sivulla 6.**

## Peruutukset

Jos et pääse vuosikokoukseen,  
muista perua osallistumisesi  
Me Itsen toimistolle.  
Jos et ole perunut osallistumistasi  
Me Itsen toimistolle,  
niin siitä lähetetään lasku sinulle.  
Osallistumismaksu on 70 euroa.

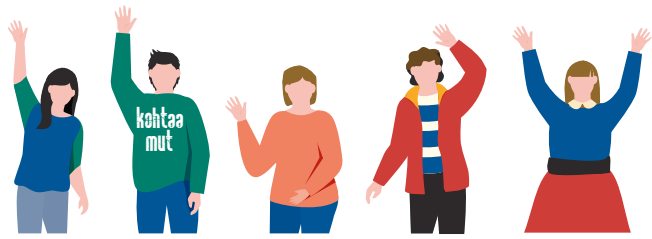
Jos et pääse vuosikokoukseen,  
muista perua myös majoitus.  
Majoitus perutaan suoraan hotellille.



Lisätietoja antaa  
Me Itse -yhdistyksen  
toimisto, sähköposti on  
meitse@meitse.fi

Puhelin 0400 426 535.  
Toimistolle voi soittaa  
keskiviikkoisin  
kello 12–16.

**Vuosikokoukseen ilmoittautuminen päättyy 16.2.2024.**



## Vuosikokouksen majoitus

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

Yhden hengen huone maksaa 134 euroa yhdeltä yöltä.  
Kahden hengen huone maksaa 154 euroa yhdeltä yöltä.  
Majoitus maksetaan hotellilla.

### Ohjeet hotellihuoneen varaamiseen

Varaa hotellihuone 16.2.2024 mennessä. seuraavan ohjeen mukaan

- 1) Soita hotellille numeroon 03 383 0000  
tai lähetä sähköpostia osoitteeseen  
tampere@laplandhotels.com
- 2) Kerro varauksen yhteydessä koodi, joka on Me Itse ry.
- 3) Kerro nimesi  
ja millaisen huoneen haluat varata.  
Yhden hengen huoneen,  
vai kahden hengen huoneen.
- 4) Jos majoitut kaverin kanssa,  
kerro myös kaverin nimi.

## Peruutukset

Jos et pääse vuosikokoukseen,  
muista perua huonevaraus suoraan hotellille.  
Jos et peru varaustasi,  
hotelli lähettää sinulle laskun hotellihuoneesta.

Muista perua samalla osallistumisesi Me Itsen toimistolle.  
Jos et ole perunut osallistumistasi Me Itsen toimistolle,  
niin siitä lähetetään lasku sinulle.  
Vuosikokouksen osallistumismaksu on 70 euroa.



## Vuosikokous lauantaina 16.3.2024

Vuosikokousilmoittautuminen alkaa  
lauantaina 16.3. klo 8.30  
Varsinainen kokous alkaa klo 9.30 ja  
päättyy noin kello 15.

Esityslistassa esitellään kokouksessa käsiteltävät asiat.  
Niitä on yhteensä 17 kappaletta.

### Vuosikokouksen esityslista 2024

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



## Me Itse -ryhmien terveisiä

### Hyvinkään Sankarit Me Itse -ryhmän ajatuksia itsemääräämisoikeudesta.

Hyvinkään Me Itse -ryhmä pohti sitä, mitä itsemääräämisoikeus tarkoittaa ja miten se parhaiten toteutuu?

Itsemääräämisoikeus tarkoittaa sitä, että jokaisella on oikeus tehdä omia päätöksiä ja hallita omaa elämäänsä.

Itsemääräämisoikeus liittyy moniin eri asioihin. Voi päättää missä asuu, mitä syö, mihin aikaan menee nukkumaan ja mitä tekee vapaa-ajallaan ystävien tai avustajan kanssa.

Oman rahankäytön päätökset kuuluvat itsemääräämisoikeuteen, ja edunvalvojan tehtävänä on tukea päätöksenteossa tarjoamalla tarvittavaa tietoa.

Itsemääräämisoikeutta pitää kunnioittaa henkilökohtaisten asioiden, kuten esimerkiksi terveystietojen säilyttämisessä yksilön omana tietona.

Yksityisyyden kunnioittaminen on tärkeä osa itsemääräämisoikeutta.

Parhaiten itsemääräämisoikeus toteutuu silloin, kun ohjaajat tai tukihenkilöt kuuntelevat ja kunnioittavat meitä.

On tärkeää, että ohjaajilla on tarpeeksi aikaa ja he eivät ole liian kiireisiä, jotta he voivat tarjota tukea päätöksentekoon.

Ohjaajia pitää perehdyttää itsemääräämisoikeuteen liittyvissä asioissa.

Jokaisella on oikeus tulla kuulluksi, ja kaikkien mielipiteitä tulisi kunnioittaa.

On myös tärkeää huomata, että kaikki eivät välttämättä pysty puolustamaan itseään tai ilmaisemaan mielipiteitään. Siksi meidän muiden tulee auttaa ja tukea niitä, jotka tarvitsevat apua.

Hyvinkään Sankarit  
Me Itse -ryhmä 13.11.2023

# Me Itsen ja Tukiliiton tapahtumia: Teemaviikko 1. – 7.12.2023

**Valtakunnallista Kehitysvammaisten ihmisten oikeuksien viikkoa eli Teemaviikkoa vietettiin joulukuun ensimmäisellä viikolla 2023.**

Viikon tunnuslause oli Itsemääräämisoikeudesta pitää huolehtia.

Olemme kaikki varmasti samaa mieltä siitä, että aihe on tärkeä. Jokainen saisi itse päättää asioistaan.

## **Julkilausuma kertoi viikon teemasta**

Keski-Suomen alueen Me Itse ryhmissä oli koottu aiheesta julkilausuma. Julkilausumaa käytettiin teemaviikolla.

Monilla paikkakunnilla Me Itse -ryhmät ja paikalliset tukiyhdistykset järjestivät teemaviikolla erilaisia tapahtumia ja tekivät teemaviikosta näkyvän tapahtuman.

Voit käydä katsomassa Tukiliiton nettisivuilla, millaisia tapahtumia järjestettiin. Teemaviikon nettisivun osoite on [www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/tuemme-yhdistyksia/teemaviikko](http://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/tuemme-yhdistyksia/teemaviikko)



Me Itse -ryhmien tapahtumia, joita oli päivitetty Tukiliiton nettisivuille:

1. Kohtaa Mut -tapahtuma Espoossa
2. Syyskokous ja pikkujoulut Joensuussa
3. Kirjetempaus Kajaanissa
4. Oman elämän ohjaksissa -pelipaja Kauhajoella
5. Jouluruokaa ja tietoutta Kotkassa
6. Pinssien askartelua Oulaisissa
7. 29.11.–5.12.2023 Satavarmaa kokemustietoa -kiertue Satakunnassa
8. Elokuva- ja teatteriseminaari Porissa.

# Itsemääräämisoikeuden teema jatkuu vielä vuonna 2024

**Ajatuksia vuoden 2024 teemasta:  
Itsemääräminen omassa elämässä  
ja itsenäinen päätöksenteko.**

Vuoden 2023 teemana oli itsemääräämisoikeudesta pitää huolehtia.



Itsemääräämisoikeuden teema jatkuu vielä vuonna 2024. Aiheena on itsemääräminen omassa elämässä ja itsenäinen päätöksenteko.

Me Itsen johtoryhmä tekee teemasta julkilausuman vuoden 2024 alussa.



Haastattelemme vuoden 2024 aikana joitakin Me Itse -ryhmiä siitä, mitä heidän mielestään itsemääräämisoikeus tarkoittaa.

Kun julkilausuma on valmiina, se julkaistaan Me Itsen nettisivuilla.



Julkilausuma esitellään Me Itsen vuosikokouksessa ja se ilmestyy Leija-lehdessä.

**Me Itse -ryhmät  
voivat keskustella julkilausumasta**

Julkilausumaa voi käydä läpi vaikka omassa Me Itse -ryhmässä. Mitä ryhmäläiset ajattelevat julkilausumasta ja itsemääräämisoikeudesta?

Julkilausumaa voi käyttää Me Itse -ryhmän vaikuttamistoiminnassa ja esimerkiksi teemaviikon 2024 tapahtumissa hyödyksi.

Ryhmä voi lähettää julkilausuman esimerkiksi kuntapäätäjille tai vammaispalveluista päättävälle työntekijälle.



# Me Itsen oma kauppa netissä

Tuotteet tilataan nettikaupasta.  
Sen osoite on  
[shop.spreadshirt/me-itse-kauppa](https://shop.spreadshirt/me-itse-kauppa).

Kaupasta löytyy tällä hetkellä  
t-paitoja, huppareita,  
lippalakkeja, jumppakasseja  
ja Me Itse-paitaan  
pukeutunut nallekin.

Tuotteissa on  
yhdistyksen tunnus eli logo  
ja teksti Me Itse.

Jotkut Me Itse -ryhmät  
ovat tilanneet kaupasta  
omat t-paidat tai hupparit.

Me Itse -kaupasta  
ei voi ostaa laskulle.



Yhdistyksen  
kaupan tuotteet ovat  
myynnissä vain netissä.

## Yhdistyksen Facebook-sivu



Käytätkö nettiä?  
Oletko mukana Facebookissa?

Löydät Me Itse -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 omia live-lähetystyksiä.

**Tuttu Me Itse -ryhmä  
on avoin omille lähetyksille**

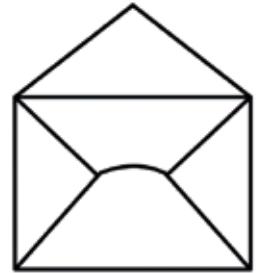
Yhdistyksen Facebook-sivun lisäksi  
Facebookissa toimii edelleen  
tuttu Me Itse -ryhmä.

Me Itse -ryhmässä  
jokainen voi tehdä  
omia live-lähetystyksiään  
ja jakaa omia julkaisujaan.

# 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)



## Puhelinajat

Yhdistyksen toimistoon voi soittaa puhelinaikoina.

Toimiston puhelinaika on  
keskiviikkoisin kello 12–16.  
Toimiston numero on 0400 426 535.



## Yhdistyksen toiminnan tukeminen

Me Itse -yhdistys ottaa vastaan  
merkkipäivälahjoituksia 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

## Meikäiset

### Me Itse ry:n tiedote

Julkaisija on Me Itse ry

Painopaikka on Kirjapaino Kari, Jyväskylä 2023

Sosiaali- ja  
terveysministeriö  
tukee toimintaamme