

# Joutsan seudun Sydänyhdistys ry

**sydän**  
Tekee hyvää.



# Toimintasuunnitelma 2023

**Yhdistys on perustettu 1972.**

## **Toiminta alue**

**Joutsan Seudun Sydänyhdistys ry:n toiminta-alue on Joutsa, Leivonmäki ja Luhanka.**

## **Toiminnan tarkoitus**

**Toimimme Sydänliiton toimintatarkoituksen mukaisesti,  
jotta mahdollisimman harva sairastuisi ja yhä harvempi kuolisi ennenaikaisesti  
sydän- ja verisuonisairauksiin,  
jotta kukaan sairastunut tai hänen läheisensä ei jäisi yksin.  
Toimintaa suunnataan alueella kaikenikäisille.**

## **Hallinto**

**Yhdistyksen toimintaa johtaa syyskokouksen kolmeksi vuodeksi kerrallaan valitsema hallitus.**

**Yhdistyksen sähköposti: [joutsa@sydan.fi](mailto:joutsa@sydan.fi)**

**Internetsivu: [sydan.fi/joutsanseutu](http://sydan.fi/joutsanseutu)**

## **Hallitus 2023**

<b>Kangas Niina, puheenjohtaja</b>	<b>040 7696154</b>	<b><a href="mailto:niina.kangas70@gmail.com">niina.kangas70@gmail.com</a></b>
<b>Liukkonen Jarmo, varapj.</b>	<b>050 4348704</b>	<b><a href="mailto:jarmo.olavi.liukkonen@gmail.com">jarmo.olavi.liukkonen@gmail.com</a></b>
<b>Loipponen Hannu</b>	<b>040 5062939</b>	<b><a href="mailto:hannu.loipponen@pp.inet.fi">hannu.loipponen@pp.inet.fi</a></b>
<b>Salonen Maija</b>	<b>050 3380102</b>	<b><a href="mailto:maijasalonen.kassila@gmail.com">maijasalonen.kassila@gmail.com</a></b>
<b>Flink Heli</b>	<b>040 7333834</b>	<b><a href="mailto:heli.flink@gmail.com">heli.flink@gmail.com</a></b>
<b>Puttonen Kalevi</b>	<b>0400 960477</b>	<b><a href="mailto:kalevi.puttonen@pp2.inet.fi">kalevi.puttonen@pp2.inet.fi</a></b>
<b>Sarf Riitta</b>	<b>050 61856</b>	<b><a href="mailto:sarfriitta@gmail.com">sarfriitta@gmail.com</a></b>

**Himanen Merja, sihteeri (hallituksen ulkopuolinen) 040 5732689**

**Kuitunen Kristina, rahastonhoitaja (hallituksen ulkopuolinen) 050 3724750**

## Järjestötoiminta

Pyritään osallistumaan piirin ja liiton järjestämiin kehittämis- ja koulutustilaisuuksiin. Tavoitteena on myös kehittää yhteistyötä eri tahojen kanssa sekä toiminta-alueella että naapurikuntien yhdistysten kanssa.

Vuoden 2013 alussa toimintansa aloittavien hyvinvointialueiden ja järjestöjen välisen yhteistyön merkitys kasvaa. Pyrimme olemaan tässä muutoksessa mukana. Koronakriisin keskeyttämän kasvokkaisen toiminnan elpyminen vie aikaa, rinnalle on tullut digikontaktit ja digitaalisia kanavia. Tuemme tarpeen mukaan jäsenistöä näiden palvelujen käytössä.

## Jäsenhankinta

Yhdistys panostaa aktiivisesti jäsenhankintaan. Myös nuorempia henkilöitä toivotaan saatavan jäsenistöön. Yhdistyksen jäsenrekisteriä hoitaa oma rekisterinhoitaja.

Yhdistyksen jäsenmäärä 1.11.2022 on ollut 159. Vuoden 2023 jäsenmaksu on 20 €.

## Liikuntapalvelut

Yhdistys pyrkii aikaansaamaan kuntouttavaa liikuntaa paikallisella tasolla mm. terveydenhuollon, kunnan liikuntatoimen ja muiden järjestöjen kanssa. Suunnitelmissa on myös aktivoitua liikuntapalveluiden tarjoamisessa.

## Sydänpotilaan tukihenkilötoiminta

Yhdistyksen sydäntukihenkilönä toimii Hannu Loipponen puh. 040 5062939.

## Sydäntuntoutukset

Kuntoutuskursseja järjestävät Sydänliitto ja sydänpiirit sekä Kela. Kurssien tiedot ja hakemusohjeet löytyvät Sydänlehdessä ja liiton internet-sivulta. Yhdistys maksaa kurseille osallistuville jäsenille kurssin omavastuuosuudesta puolet v. 2023.

## Virkistystoiminta

Yhdistyksen tavoitteena on järjestää jäsenilleen erilaisia virkistyspalveluja kuten teatteri- ja konserttimatkoja, kuntoretkiä ja liikuntapäiviä.

## Tiedotustoiminta

Yhdistyksen toiminta pyritään tekemään näkyväksi. Tiedottamisessa käytetään paikallislehti Joutsan Seutua. Internetsivu on [sydan.fi/joutsanseutu](http://sydan.fi/joutsanseutu). Yhdistyksellä on omat facebook- ja instagramsivut. Tapahtumista tiedotetaan myös mainostauluilla sekä teksti- ja sähköpostiviestein.

## Talous

Yhdistykselle tuottoja tulee jäsenmaksuista, osallistumismaksuista, adressien myynnistä ja eri tapahtumissa järjestettävistä arpajaisista. Sydänadresseja on myynnissä Joutsan Kukka- Sari Ky:ssä, S-Market Joutsassa, Joutsan Kukatimissä, Luhangan kyläkaupassa, Hyvän Mielen kaupassa Leivonmäellä ja Toivakan Apteekin Leivonmäen toimipisteessä.

## Jäsenedut

### Paikalliset jäsenedut:

- \*Hyvinvointi- ja terveyspalvelu Hanna Ojala, Joutsa (10 % alennus kaikista hoidoista.
- \*Kauneus- ja terveystiete Satu Simola, Joutsa (10 % alennus jalkahoidoista ja kasvohieronnasta.
- \*Eila Aavakare (10 % alennus Dugem terveystyöniistä ja patjoista ja hyvinvointituotteista 10 %)

Valtakunnallisia jäsenetuja tarjoavat monet kylpylät, hotellit, laivayhtiöt, lehtitalot ym. Tietoa näistä löytyy Sydän-lehdestä ja [www.sydan.fi](http://www.sydan.fi).

## Vuoden 2023 toimintakalenteri:

- Kuntosali (Palvelukeskus Jousi) tiistaisin klo 17-18
- Sydänkahvilat
- Sydänmessu Joutsan kirkossa su 19.2.
- Sydänluento (Mikko Pänkäläinen), aikataulu tarkentuu myöh.
- Pieni Ele -keräys (eduskuntavaalit keväällä 2023).
- Musiikkikomedia Niskavuorelaisittain Mäntyharjulla la 29.4.
- Sydänviikko 7.-14.5. teemana liikunta ja yhdessä liikkuminen
- Kesäteatterimatka
- Maailman Sydänpäivä 29.9.2023
- Tutustuminen keskussairaala Novaan (mahdollisesti webinaarina)
- Tutustuminen Joutsan uuteen sotekeskukseen