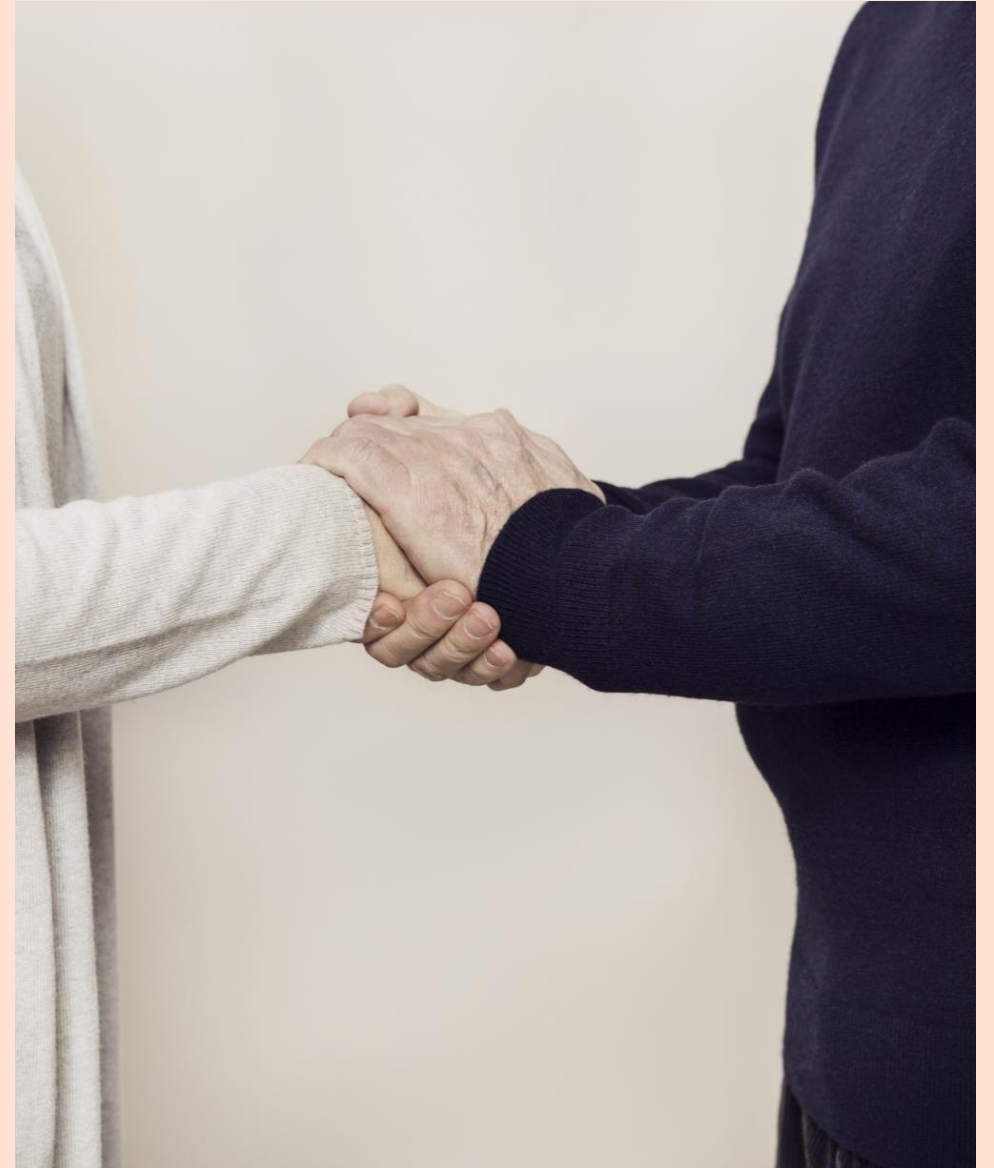




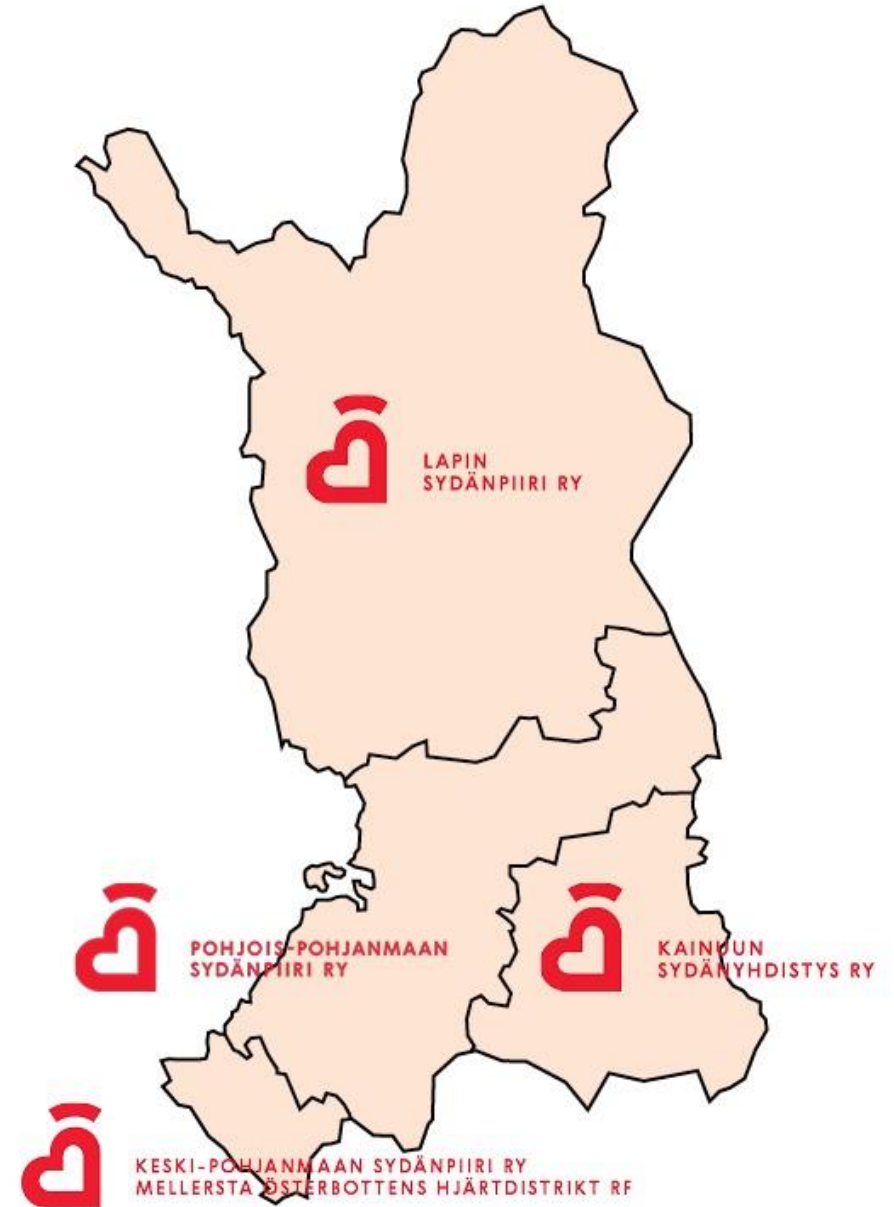
**Tervetuloa
pohjoisen sydänalueen
hoitajien ja
sydänyhteisön
Teamsiin**

11.10.2023



Pohjoinen sydänalue

- Pohjoinen sydänalue kattaa Lapin sydänpiirin, Pohjois-Pohjanmaan sydänpiirin, Keski-Pohjanmaan sydänpiirin sekä Kainuun sydänyhdistyksen alueet.
- Lappi: www.sydan.fi/lappi, toiminnanjohtaja Salla-Mari Koistinen, hanketyöntekijä Anna-Reetta Kulppi
- Pohjois-Pohjanmaa: www.sydan.fi/pohjoispohjanmaa, toiminnanjohtaja Tiina Jurvelin
- Kainuu: www.sydan.fi/kainuu, toiminnanjohtaja Tuula Väyrynen, hanketyöntekijä Seija Vilmi
- Keski-Pohjanmaa: www.sydan.fi/keskipohjanmaa, puheenjohtaja Kaija Jestoi, hanketyöntekijä Anne Saarikettu
- etunimi.sukunimi@sydan.fi



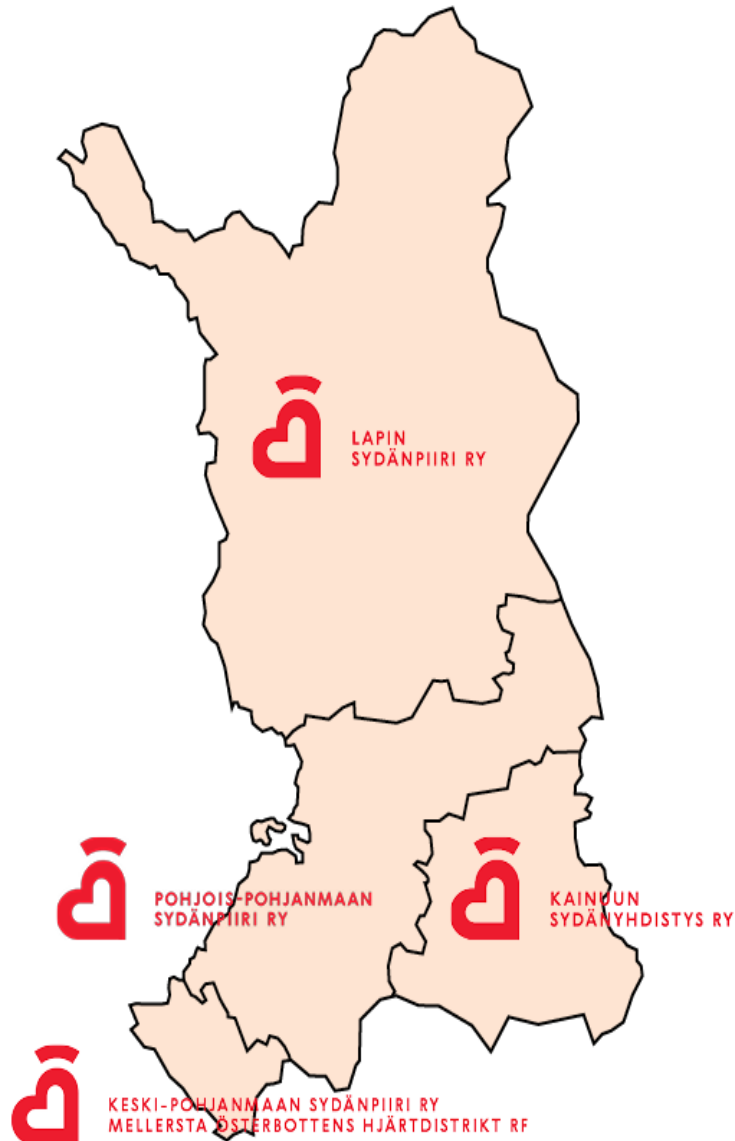


Sydämeltä sydämelle-hanke

SYDÄMELTÄ  SYDÄMELLE
vertaistuki

Sydämeltä sydämelle-hanke STEA 2021-2023

- Sydämeltä sydämelle toiminta on matalan kynnyksen vertaistukitoimintaa.
- Kohderyhmänä ovat Lapin, Pohjois-Pohjanmaan, Kainuun ja Keski-Pohjanmaan sydänyhdistyksissä toimivat vapaaehtoiset vertaistukihenkilöt, vertaistukihenkilötoiminnasta kiinnostuneet, valtimotautipotilaat, heidän läheisensä ja valtimoterveydestä kiinnostuneet.
- Keskeistä toiminnassa on pohjoisen sydänaalueen vertaistukitoiminnan yhdenmukaistaminen, kehittäminen, koordinointi sekä vapaaehtoisten vertaistukitoimijoiden tarvelähtöinen tukeminen.
- Mukana kaikki pohjoisen sydänaalueen piirit: Lappi, Pohjois-Pohjanmaa, Kainuu ja Keski-Pohjanmaa



Vertaistuki-mahdollisuus jakaa kokemuksia ja ajatuksia

- Sairastuminen voi tulla äkillisesti, muuttaa oman ja läheisten elämän kertaheitolla. Joskus nimen saaminen pitkään vaivanneille oireille voi olla helpotus, silti elämä uuden sairauden kanssa mietityttää.
- Vertaistukihenkilöt ovat itse sairastuneet sydänsairauteen tai ovat sairastuneen läheisiä. Heidän kanssaan voit jutella omista ajatuksistasi, tunteistasi ja kokemuksistasi.
- Sydänliiton Etsi vertaistukihenkilö-hakukone: <https://sydan.fi/apua-ja-tukea/vertaistukihaku>
- Vertaistuki verkossa: Facebook-ryhmät <https://sydan.fi/apua-ja-tukea/vertaistuki/>
- Yhdistysten vertaistuelliset ryhmät

sydan.

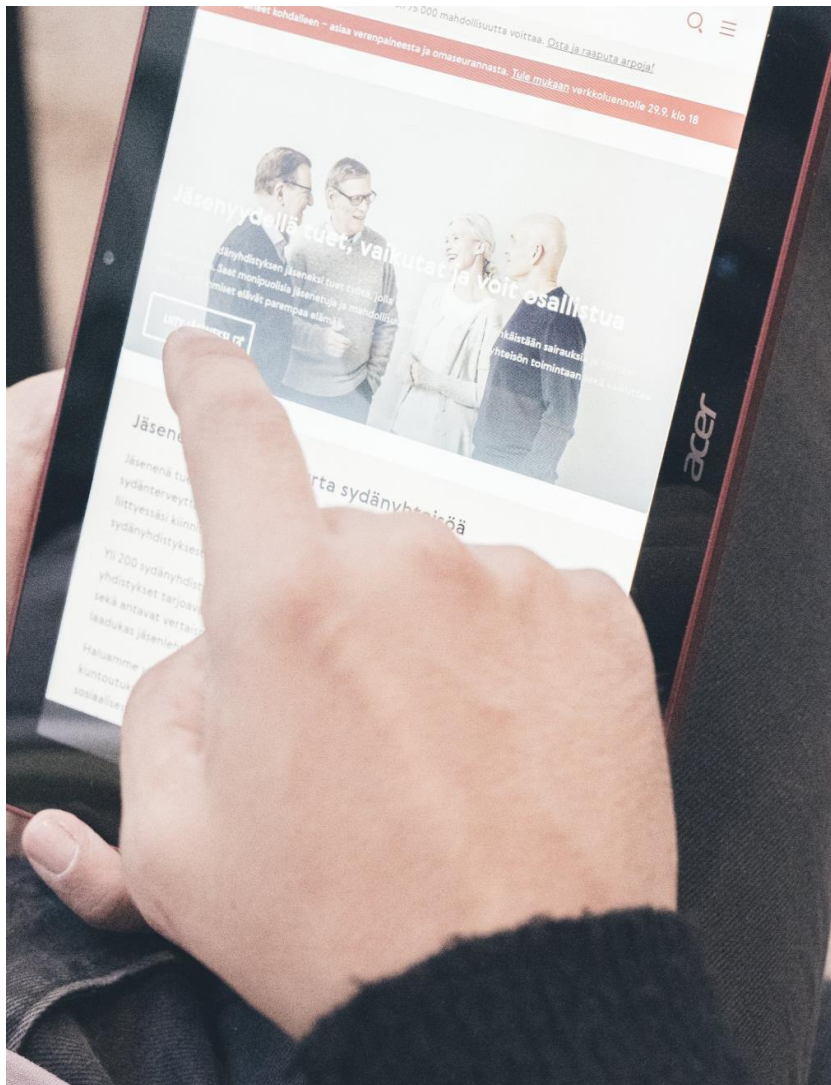




Sydänliiton kurssit

A photograph of two elderly women sitting side-by-side, eyes closed, in a meditative or focused state. The woman on the left has short, wavy brown hair and is wearing a white t-shirt under a light grey cardigan. The woman on the right has short, wavy grey hair and is wearing a white ribbed t-shirt. The background is a plain, light-colored wall. The text 'Sydänliiton verkkoluennot' is overlaid in the center in a white, sans-serif font.

Sydänliiton verkkoluennot



Sydänliiton verkkoluennot vuonna 2023

Ajankohdat ja aiheet

- 28.11. Arjen suolamyymit – faktoja suolasta

Uni ja rauhoittuminen lapsiperheen arjessa -sarja:

- 31.10. Ruuhkavuosien stressi ja unen haasteet
- 7.11. Vauvan uni
- 14.11. Leikki-ikäisen uni ja yhteistyö päiväkodin kanssa
- 21.11. Kouluikäiset, ruudut ja uni

<https://sydan.fi/verkkoluennot/>

Linkki luentotallenteeseen lähetetään ilmoittautuneiden sähköpostiin automaattisesti luennon jälkeen.

Sydämeltä sydämelle- hankkeen verkkoluennot

Verkkoluento:

Sydän ja mieli, ti 10.10.2023 klo 13-14

Luennoitsija: Sari Marita Ikäheimo, työnohjaaja,
lyhytterapeutti

Ilmoittaudu: toimisto.lappi@sydan.fi

Järjestetään Teamsillä.

Luennoista tehdään tallenne.



A photograph of a woman with short, light-colored hair, wearing a grey long-sleeved top. She is shown from the chest up, with her hands clasped over her chest. The background is a plain, light color. The text 'Sydänpotilaan hoitopolku' is overlaid on the image in a bold, black font.

Sydänpotilaan hoitopolku

Sydänliiton ja alueellisten sydänpiirien selvitys sepelvaltimotautipotilaiden jatkohoidon järjestämisestä eri hyvinvointialueilla

- Selvitys paljasti merkittäviä alueellisia eroja potilaiden mahdollisuuksissa ohjautua suositusten mukaiseen jatkohoitoon esimerkiksi sydäninfarktin tai pallolaajennuksen jälkeen.
- 21:stä hyvinvointialueesta parhaiten menestyivät Pohjois-Pohjanmaa, Pohjois-Savo, Pirkanmaa ja Pohjois-Karjala.
- Heikoimman arvion selvitys antoi Uudenmaan hyvinvointialueille sekä Satakunnalle, Kanta-Hämeelle, Kymenlaaksolle, Etelä-Savolle, Kainuulle ja Lapille. Näillä alueilla ei ollut lainkaan julkisesti kuvattuja rakenteita sepelvaltimotaudin jatkohoidolle.
- Hoitopolut -raportti
<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoiZDU3ZTdlYjItNmJjNS00NzBkLTlhZmItMTY5NzEwZTg3NzE5IiwidCI6ImRkNDI5YzA2LWxNTYtNDgwNy1iY2I1LWY2MjVIMmI2ZTJIOCIsImMiOjh9>



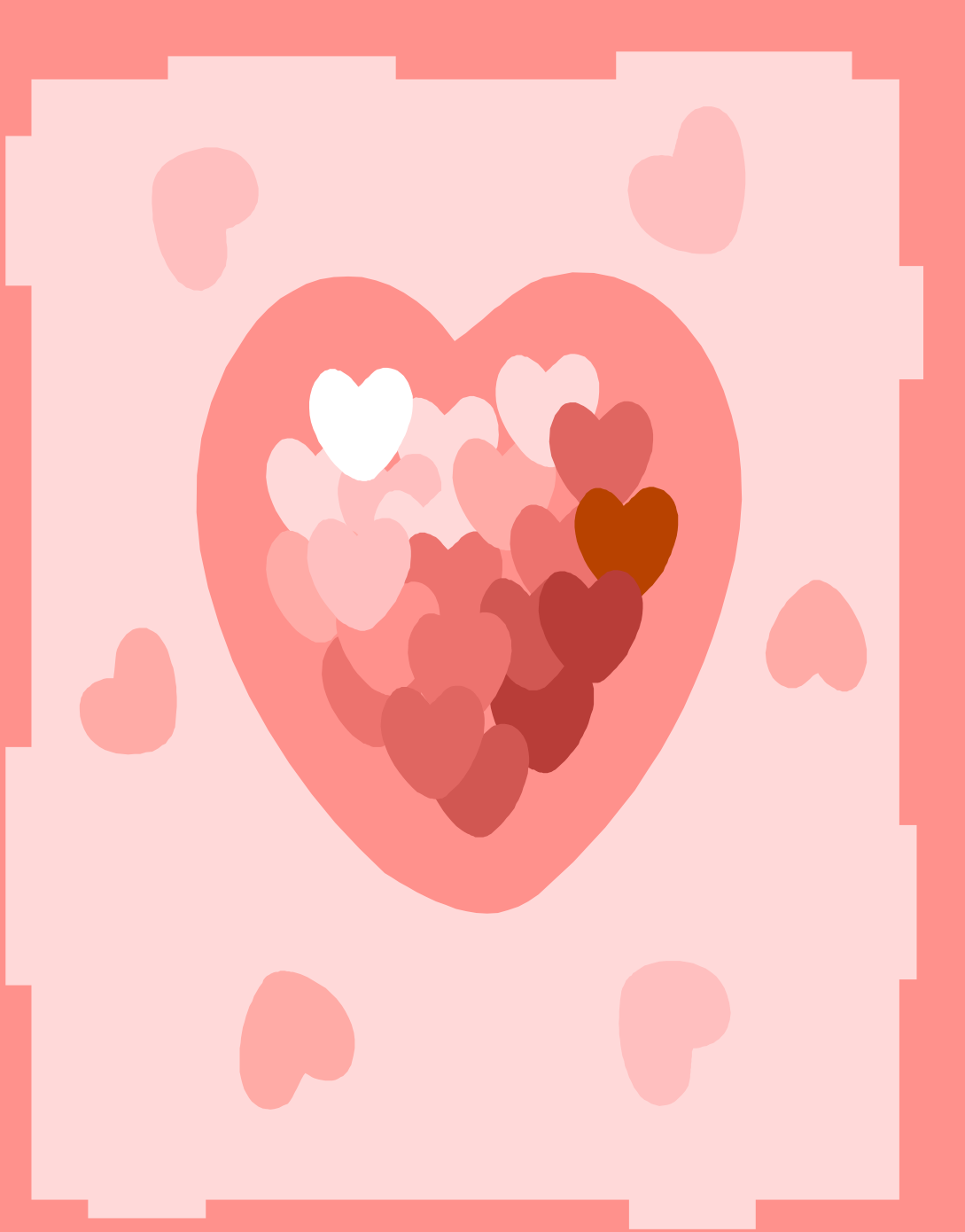


Sydänsairastunut hoitopolulla – kompastuuko vai löytääkö suunnan?

Sydänliiton webinaari hoitopoluista yhteistyössä eduskunnan sydänryhmän kanssa 27.9.

Viime viikolla järjestetyn webinaarin tallenne löytyy Sydänliiton YouTube -kanavalta:

<https://www.youtube.com/watch?v=Fzfb6ZQshTI&t=131s>



SYDÄMELTÄ  SYDÄMELLE
vertaistuki

KIITOS