



**Yhdistysilta 5.2.2024**  
**Tervetuloa!**



# Illan ohjelmassa

- Esittäytymiskierros
- Yhteinen Sydäntyömme –asiakirjan jalkautus
- Sydänyhdistysten uudet mallisäännöt
- Jäsenmäärän kehitys
- Sydänliiton kampanjat
- Muut ajankohtaiset asiat (esim. Jäsenetuasiaa, ämpärit/mukit...)

# Yhteinen Sydäntyömme –asiakirjan jalkautus

Yhteistyössä V-S sydänpiirin kanssa järjestetään kolme TEAMS- työpajaa:

- **ti 13.2. klo 15–16.30** I osio: lakien ja sääntöjen määrittämät hallinnolliset tehtävät
- **ti 20.2. klo 15–16.30** II osio: yhteistyötä vahvistavat hallinnolliset tehtävät
- **ti 27.2. klo 15–16.30** III osio: valinnaiset sydänterveysteen liittyvät tehtävät

# Sydänyhdistysten uudet mallisäännöt

- Sydänliitto järjestää koulutuksen uusiin mallisääntöihin liittyen pe 16.2.2024
- Sisältäen myös ohjeita kevennettyyn tilinpitoon siirtymiseen
- Yhdistyspalveluun tulossa ohjeistusta kevennettyyn tilinpitoon siirtymisestä esim. kokouskutsu ja esityslistamalli

# Jäsenmäärän kehitys

- Satakunnan sydänpiirin alueen yhdistyksissä kaikkiaan 102 jäsenmaksunsa maksanutta enemmän kuin vuonna 2022

## Jäsenyyksien koonti piireittäin ja yhdistyksittäin



Yhdistys	Jäsenyyksiä voimassa	Maksanut 2023	Uudet jäsenet 2024	Uudet jäsenet 2023	Eronneet 2024	Eronneet 2023	Uudet jäsenyydet 2024
Kankaanpään Seudun Sydänyhdistys Ry	610	599	4	54	4	44	5
Kokemäen Sydänyhdistys Ry	169	156		19		10	
Euran Sydänyhdistys Ry	290	283		35		25	
Huittisten Sydänyhdistys Ry	188	170	2	30		27	2
Rauman Seudun Sydänyhdistys Ry	518	508	1	45	2	43	4
Noormarkun-Pomarkun Sydänyhdistys Ry	101	94	1	15		9	1
Harjavallan Seudun Sydänyhdistys Ry	345	319	5	27		27	5
Merikarvian Seudun Sydänyhdistys Ry	165	150	1	12		12	1
Ulvilan-Kullaan Sydänyhdistys Ry	162	163		9	2	13	1
Porin Seudun Sydänyhdistys Ry	1042	984	8	83	1	104	9
Säkylän Seudun Sydänyhdistys Ry	153	151		15		22	
<b>Yhteensä</b>	<b>3743</b>	<b>3577</b>	<b>22</b>	<b>344</b>	<b>9</b>	<b>336</b>	<b>28</b>

<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoiaNTk0M2RlMTMtZTZlNC00YTUxLWI1OTItMjBkOWRkZThkZjY5IiwidCI6ImRkNDI1YzA2LWMxNTYtNDgwNy1iY2I1LWY2MjVIMmI2ZTJlOCIsImMiOjhh9>








# Sydänliiton kampanjat 2024

*Markkinoinnin ja viestinnän sisällölliset  
kampanjat tänä vuonna*



# Painopisteet ja toimenpiteet vuosi 2024

KOHDERYHMÄ ja TEEMA	Tammi-Maaliskuu kaikki	Huhti-Kesäkuu Sairastuneet ja läheiset / työikäiset, ikääntyneet ja jäsenet	Heinä-Syyskuu Henkilöt, joilla on sydänterveyden riskitekijä, erityisesti naiset	Loka-Joulukuu Henkilöt, joilla on sydänterveyden riskitekijä
	Ruoka ja Ravitsemus 	Sydänviikko - liikunta 	Stressi, uni ja palautuminen Eteisvärinä  	Verenpaine 
LIITTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valtakunnallinen ruokakampanja (ml. Sydänmerkki)</li> <li>Varainhankinta: arpajaiset, ystävänäpäiväkeräys, maaliskeräys</li> <li>Pieni ele -viestintä</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sydänviikko: valtakunnallinen viestintä</li> <li>Vaikuttamistyö (EU-vaalit)</li> <li>Varainhankinta: kevät- ja kesäkeräys</li> <li>Pieni ele -viestintä</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valtakunnallinen kampanja: stressi, uni ja palautuminen</li> <li>Valtakunnallinen eteisvärinäkampanja</li> <li>Varainhankinta: arpajaiset, syyskeräys</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valtakunnallinen verenpaine kampanja</li> <li>Varainhankinta: arpajaiset, joulukeräys</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>
	Läpi vuoden säännöllistä toimintaa, viestintää ja vaikuttamista. Omat mediat (lehti, verkkopalvelut, somet, uutiskirjeet) Varainhankinta: läpi vuoden testamentti- ja kuukausilahjoittamismarkkinointia			
ALUE/PIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen ruokakampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sydänviikkoon liittyvien tapahtumien ja toimenpiteiden toteuttamisen tukeminen. Osallistuminen Sydänviikon viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen stressi/uni kampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Osallistuminen eteisvärinäkampanjan viestintään omissa kanavissa. Mahdolliset tapahtumat</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen kampanjan viestintään omissa kanavissa. Mahdolliset omaseurannan ohjaustapahtumat.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>
YHDISTYS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen ruokakampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Pieni ele -vaalikeräminen</li> <li>Paikallisvaikuttaminen Sydänmerkki-asioissa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sydänviikkoon liittyvien tapahtumien ja toimenpiteiden toteuttaminen. Jäsenhankinta. Osallistuminen viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Pieni ele -vaalikeräminen</li> <li>Paikallisvaikuttaminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen stressi/unikampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Osallistuminen eteisvärinäkampanjan viestintään omissa kanavissa. Mahdolliset tapahtumat</li> <li>Paikallisvaikuttaminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen kampanjan viestintään omissa kanavissa. Mahdolliset omaseurannan ohjaustapahtumat.</li> <li>Paikallisvaikuttaminen</li> </ul>
VALTAK.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen ruokakampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sydänviikkoon liittyvien tapahtumien ja toimenpiteiden toteuttaminen. Jäsenhankinta. Osallistuminen Sydänviikon viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen stressi/uni kampanjan viestintään omissa kanavissa.</li> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vaikuttamistyö</li> </ul>



# Ruoka- ja ravitsemuskampanja maaliskuussa 2024

Tavoite: Kannustetaan kokeilemaan ja lisäämään kasviruokaa omassa ruokavaliossa.

Tulossa tv-mainontaa ja somemateriaalia. Lisäksi omat mediat (sydan.fi+ sydanmerkki.fi+ neuvokas.fi) vahvasti mukana. Pääkampanjasivu sydan.fi

Kampanjasivujen+somemateriaalin painotus konkreettisiin ohjeisiin.

Verkkoluento 12.3. aiheesta: *Miten siirtyä kasvispainotteisempaan ruokaan?*

Yhdistykset, alueelliset ja valtakunnalliset jäsenjärjestöt voivat osallistua mielellään kampanjan viestintään somessa. Somemateriaalit valmistuvat helmikuun 2024 aikana.



# Sydänviikko – Liikkuen hyvää sydämelle 12.- 19.5.2024

## Tavoite

- Sydänliiton ja erityisesti sydänyhdistyksien toiminta tulee tutuksi
- Yhä useampi kiinnostuu sydänyhdistyksen liikunta- ja muusta toiminnasta, tulee mukaan, liittyy jäseneksi ja innostuu vapaaehtoistoiminnasta
- Yhä useampi innostuu omatoimisesta liikkumisesta

## Kohderyhmä

Sairastuneet ja heidän läheisensä, jotka ovat kiinnostuneita liikkumisesta, voivat hyötyä sydänyhdistyksen palveluista ja olla potentiaalisia jäseniä.

## Painopisteet

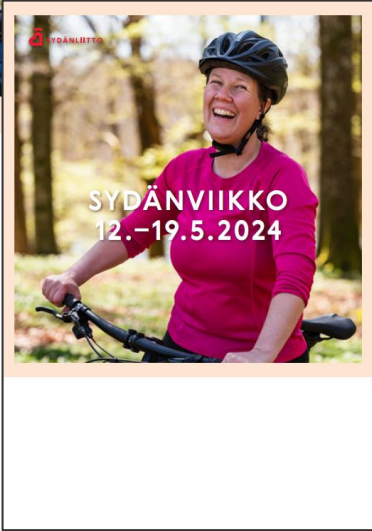
- Liikuntatapahtumat (otsalamppuarvonta)
- Liikkuen hyvää sydämelle - voimaa luonnosta –verkkoluento 14.5.
- Jäsen- ja varainhankinta
- Apteekkien Sydänviikko, Yrityksien Sydänviikko

## Yhdistyksien palkitseminen (Kilta!)

- Eniten osallistujia liikuntatapahtumassa suhteessa omaan jäsenmäärään
- Järjestänyt liikuntatapahtuman Sydänviikolla (arvonta)



# Materiaalia



**SYDÄNLIITTO**

### Pyöräilyviva

**KYSTEVI 1**  
Pöytästä ja haimasta pyöräilyssä tulee kiittää  
A. vaun vakaudesta tai heilasta avaruutta  
B. jalkojen tai heilojen avaruutta kädessä  
C. kädessä pyörän ohjainta  
D. kädessä pyörän ohjainta

**KYSTEVI 2**  
Väliä kulkee alla äännekirjelmä  
A. vika äännekirjelmä  
B. pyörän ohjainten väliä  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä  
D. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 3**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 4**  
Pöytästä on  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 5**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 6**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 7**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 8**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 9**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**KYSTEVI 10**  
Pöytästä tulee olla  
A. vika äännekirjelmä  
B. vika äännekirjelmä  
C. vika äännekirjelmä  
D. vika äännekirjelmä

**SYDÄNLIITTO**

### Porrasviva

**KYSTEVI 1**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 2**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 3**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 4**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 5**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 6**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 7**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 8**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 9**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**KYSTEVI 10**  
Pöytästä tulee olla kiitos heijasta  
A. jalkojen väliä  
B. jalkojen väliä kiitos heijasta  
C. kädessä pyörän ohjainten väliä

**SYDÄNLIITTO**

### Lintuviva

**KYSTEVI 1**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 2**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 3**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 4**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 5**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 6**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 7**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 8**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 9**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä

**KYSTEVI 10**  
Mikä lintu on Suomessa tavallinen?  
A. Pöytästä  
B. Pöytästä  
C. Pöytästä



Tervetuloa mukaan Sydänliiton toimintaan  
Tutustu [sydan.fi/tule-mukaan](https://sydan.fi/tule-mukaan)

---



---



---



---



---

# Kampanja unesta ja palautumisesta elo-syyskuussa 2024

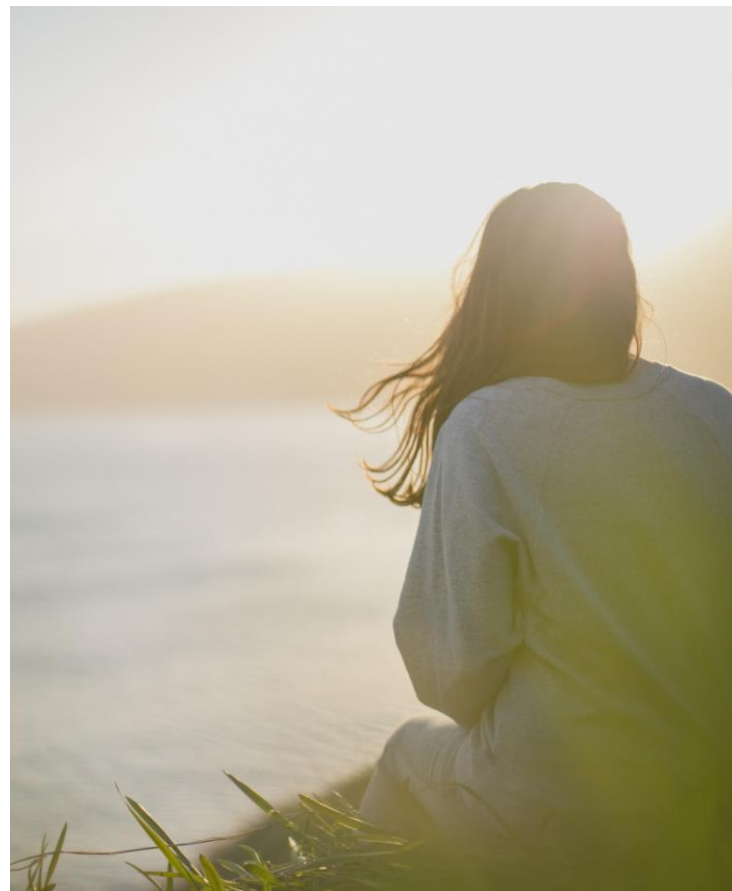
Tavoite on tarjota tietoa ja työkaluja vaihdevuosia lähestyvälle tai vaihdevuosi-ikäiselle naiselle unesta ja palautumisesta.

Kampanja on naisille suunnattu (osana Naisen sydän-hanketta).

Kampanjassa hyödynnetään laajasti omia medioita sekä ostettua mediaa.

Verkkoluento 27.8, jossa työterveyspsykologi ja gynekologi keskustelevat työ- ja vaihdevuosi-ikäisen naisen unesta ja palautumisesta.

Sisällöt, kohderyhmän rajausta ja toimenpiteet tarkentuvat kevään 2024 aikana.





# Eteisvärinäkampanja syyskuu 2024 toimenpiteet

- Omat media: kampanjasivu, sydan.fi, ammattilaispalvelu, uutiskirjeet, some, Sydän-lehti
- Verkkoluentosarja eteisvärinästä, mahdollisuus järjestää katselutilaisuuksia. Neljän luennon sarja, joka käsittelee asiaa eri näkökulmista:
  - 17.9. Eteisvärinä - mitä se tarkoittaa ja miten sitä tutkitaan?
  - 19.9. Eteisvärinän hoito
  - 24.9. Voiko eteisvärinää ehkäistä elintavoilla – vinkkejä rytmihäiriön hallintaan
  - 26.9. Elämää eteisvärinän kanssa – vain saman kokenut tietää, miltä se tuntuu
- Ostettu mediakampanja mediatoimiston tekemän mediasuunnitelman mukaan. Kampanjalle haetaan myös Yle-tietoiskua sekä toteutetaan TV-kampanjaa Discoveryyn kanavilla. Ostettu mediakampanjaa tehdään sekä kuluttajille, että ammattilaisille.
- Mediaviestintä

Kampanja toteutetaan yrityskumppaneiden kanssa



# Verenpainekampanja loppuvuodesta 2024

Tavoitteena on saada naisia kiinnittämään huomiota verenpaineeseensa, sen vaikutuksiin osana omaa terveyttä ja oikeanlaiseen verenpaineen mittaamiseen.

Kampanja on naisille suunnattu (osana Naisen sydän-hanketta).

Kampanjassa hyödynnetään laajasti omia medioita sekä ostettua mediaa.

Verkkoluento 5.11. Verenpaine ja naiset – pre-eklampsia ja vaihdevuodet

Kampanjalle suunnitellaan yrityskumppaneita. Sisällöt, kohderyhmän rajaus ja toimenpiteet tarkentuvat kevään 2024 aikana.

Kampanja toteutetaan osittain yhdessä yrityskumppanin kanssa



# Muut ajankohtaiset asiat

- Toimintatiedustelun DL 4.2. (10/11 vastausta)
- Jäsenjärjestöavustusten palautekysely DL 15.2. (vastanneet 4/11)
- Vastuutoimijoiden tietojen ilmoittaminen
- <https://sydan.fi/satakunta> (lomakkeet)
- Kiinnostaaako ämpärien tilaaminen, ja/tai pahviset sydänmukit
- Osallistujien mietteet?

