



Yhdistysilta 26.1.2026
Tervetuloa!





Turvallisemman tilan periaatteet

[Sydänliiton turvallisemman tilan periaatteet - Sydänliitto \(sydan.fi\)](https://sydanliitto.fi)

Turvallisempi tila tarkoittaa sitä, että jokainen tulee kohdatuksi omana itsenään, eikä kenenkään tarvitse pelätä epäasiallista kohtelua, syrjintää tai häirintää. Siihen sisältyy oleellisesti toisten kunnioittaminen ja tasavertainen kohtaaminen.

Jokainen määrittelee itse itsensä ja oman kokemuksensa. Ole avoin osallistujien moninaisuudelle ja erilaisille mielipiteille.

Jokaisella on oikeus yksityisyyteen ja oikeus rajata, mitä kertoo itsestään.

Ole aktiivisesti läsnä ja mahdollista omalla toiminnallasi myös muiden osallistuminen niin keskusteluun kuin toimintaan.

Kunnioita jokaisen henkilökohtaista fyysistä ja psyykkistä tilaa. Kiinnitä huomioita sanavalintoihisi ja huumorin käyttöön. Sananvapaus sisältää myös vastuun sanomisista. Kysy, ennen kuin esimerkiksi kosket toiseen.

Jos näet, kuulet tai koet epäasiallista kohtelua, puutu siihen ottamalla asia puheeksi rauhallisesti mahdollisuuksien mukaan heti tilanteessa.

Erehtyminen ja kysyminen on sallittua. Kaikkea ei tarvitse tietää ja osata valmiiksi. Tärkeintä on tehdä parhaansa ja olla halukas kantamaan vastuuta, tiedostamaan ja korjaamaan toimintaansa.

Turvallisempi tila on meidän jokaisen vastuulla.

Illan ohjelmassa

- Esittäytymiskierros/osallistujien kuulumiset
- Jäsenmäärän kehitys
- Yhdistysten vastuullisuusohjeistus
- Ajankohtaiskatsaus, mitä tulossa

Esittäytymis- & kuulumiskierros

Jäsenmäärän myönteinen kehitys jo kolmatta vuotta peräkkäin

KIITOS, KIITOS, KIITOS, KIITOS, KIITOS

- Täysin uusia jäseniä saatu vuonna 2025 yhteensä 500 (vuonna 2024 yht. 394)
- Jäsenyyksiä päättynyt toistaiseksi yhteensä 281 (v. 24 yht. 236); huom! Ei sisällä jäsenlajin vaihtajia
- Jäsenmaksunsa maksaneiden kokonaismäärä 3905 (31.12.2024 yht. 3696 jäsentä)
- Microsoft Power BI

Yhdistysten vastuullisuusohjelma



- Satakunnan yhteisökeskus on koonnut vastuullisuusohjeistuksen, jonka avulla yhdistys voi kehittää toimintaansa laadukkaammaksi, kestävämmäksi ja varautua riskeihin.

Yhdistystoiminnan vastuullisuutta voidaan tarkastella ainakin seuraavista näkökulmista:

- 1 turvallinen toimintaympäristö
- 2 yhdenvertaisuus ja tasa-arvo
- 3 ympäristö ja ilmasto
- 4 hyvä hallinto

- <https://www.yhteisokeskus.fi/wp-content/uploads/2023/02/Vastuullisuus-yhdistystoiminnassaA4.pdf>



**Vastuullisuus
yhdistystoiminnassa**

Milja Karjalainen
Satakunnan yhteisökeskus 2025
www.yhteisokeskus.fi

Muut ajankohtaiset asiat

- 12.1.2026 alkaen toimisto avoinna ma-ke klo 9-15, Sydänneuvola avoinna ajanvarauksella keskiviikkoisin 8-14
- Toimintatonneihin liittyvä palautekysely (vastaustilanne 6/11 vastannut), DL 15.2.2026. Vuoden 2026 hakemukset (ml.sopimus) piiriin viimeistään 28.2.2026 mennessä.
- Sydänliiton toimintatiedustelu (vastaustilanne 7/11 vastannut), DL 2.2.2026

Muut ajankohtaiset asiat

- Yhdistyshallinnon koulutus uusille luottamustoimijoille ma 9.2.2026 klo 17-18.30 yhdessä V-S sydänpiirin kanssa
- Sydänpurjehduksen ohjelma (15.-16.4.2026) on julkaistu ja ilmoittautumiset käynnissä.

<https://sydan.fi/satakunta/tapahtuma/syd%C3%A4npurjehdus/105352>

JUHLASYDÄNPURJEHDUS SYDÄNLIITTO VARSINAIS-SUOMI 70-VUOTTA BALTIC PRINCESS 15.-16.4.2026

KESKIVIIKKO 15.4.

17.00–18.00

Lippujen jako terminaaleissa. Terminaali 1, kerroksessa oma lippujen jakopiste.

STARLIGHT (kansi 6–7)

18.30–19.00

Tervetuloa V-S Sydänpiiri 70 -vuotta

Sydänliiton terveiset – kohti uutta strategiaa

Juhani Airaksinen, puheenjohtaja V-S Sydänpiiri

Liisa-Maria Voipio-Pulkki, puheenjohtaja Sydänliitto

KOKOUSTILAT (kansi 5)

19.15–20.45

Minimessut

Kaikki halukkaat Sydänpurjehtijat

TORSTAI 16.4.

6.30–

AAMIAINEN (kansi 7)

STARLIGHT (kansi 6–7)

10.00–10.30

LUENNOT

Liike on lääke

Olli Heinonen Professori, liikuntalääketieteen erikoislääkäri

10.30–10.50

Kulttuuri terveyden ja hyvinvoinnin edistäjänä Sydäntanssi

Sirja McNamara Kulttuurista virkeyttä ja voimaa -hanke, projektisuunnittelija V-S Sydänpiiri

10.50–11.15

Keho ja mieli sydänterveyden kumppanina

Marja Elivuori Yleislääketieteen erikoislääkäri

11.15–11.45

TAUKO

11.45–12.15

Totta ja tarua sydänriskeistä

Juhani Airaksinen Professori

12.15–12.45

Kuulijoiden kysymykset, paneeli

Luennoitsijat, puheenjohtaja Hanna Järvinen

12.45–13.30

Juhlaesiintyjä Pirkko Mannonla – ”Elämä on ihmisen parasta aikaa”

14.00–15.30

BUFFET –LOUNAS (kansi 7)

19.15

Laiva saapuu Turkuun

Hinta/hlö, kun hytissä

1 hlö

2 hlöä

3 hlöä

4 hlöä

DeLuxe

260 €

190 €

asialliset erikoislaamien, hytissä rajoitetusti

A-Premium

155 €

115 €

A-hytti

130 €

105 €

B-hytti

115 €

95 €

100 €

95 €

HUOMI! hinnat + 20 € ei sydänyhdistyksen jäsenille

Hintaan sisältyy 1 hön risteily Turku-Tukholma-Turku, tervetulomaja, aamiaisen, buffetlounas ja ohjelma. Hintoihin sisältyy polttoaine- ja päästölisä 16,60€/hlö. Piiri järjestää satamaan linja-autokuljetuksen (18€/hlö). Lisätietoja ja sitovat ilmoittautumiset viimeistään 16.3.2026. Satakunnan Sydänpiiri, puh. 02-6411406 tai joimisto.satakunta@sydan.fi



Muut ajankohtaiset asiat

- Perehdytys sydänyhdistysten ryhmänohjaajille kulttuurilähtöisen toiminnan hyödyntämiseksi erilaisissa ryhmissä matalalla kynnyksellä.
- Pe 6.3., 13.3., 27.3. ja 10.4. klo 9-11.30 Satakunnan sydänpiirin toimistolla
- Ilmoittautuminen ja lisätiedot: puh. 044 244 0364 tai kirsi.jarvinen@sydan.fi

Perehdytyksen sisältö:

Teoriakerta:

Taidekortit

Johdanto aiheeseen

Lisäksi 3 ryhmäkertaa

Eri kulttuurimuotoihin
tutustumista – tekemällä ja
kokemalla

Kesto: noin 2,5 h/kerta

VERKKOPUNTARI-RYHMÄ



Olisitko kiinnostunut osallistumaan ohjattuun Verkkopuntariin?

Verkkopuntari on ohjelma elintapamuutosten ja painonhallinnan tukeen.

Suunnitteilla maaliskuussa 2026 alkava Verkkopuntari-etäryhmä, jossa on mukana sydänyhdistysten väkeä.

Ota yhteyttä:

Satakunnan sydänpiiri

Johanna Grénman

fysioterapeutti yamk,
verkkopuntari@sydan.fi

050 342 8945

Muut ajankohtaiset asiat

Vertaistukihenkilöiden peruskoulutus (hybridi) 28.3. + 11.4. klo 10-16. Kouluttajana toimii Anna Rikala Sydänliitosta.

Huom! Tehtävästä kiinnostuneen henkilön pitää ensin keskustella oman sydänpiirin vertaistukitoiminnasta vastaavan kanssa ennen koulutukseen hakeutumista. Jos kinnostuit, ota Yhteyttä Terhi Saari-Hannibal, terhi.saari-hannibal@sydan.fi tai puh. 044-243 0779.

Koulutukseen voi osallistua Satakunnan sydänpiirin toimistolla tai kotoa käsin etäyhteydellä.

Lisätietoa, ohjelma ja ilmoittautumislinkki (DL. 20.3.2026):
<https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/artikkeli/vertaistukihenkilon-peruskoulutus-28-3-ja-11-4-2026/>

Muut ajankohtaiset asiat

- ***Elinvoimainen sydänjärjestö – vetoa ja pitoa yhdessä***
- Keskeisiä sisältöjä ovat mm. jäsenhankinta, jäsenedut ja muu ”jäsenhuolto”, varainhankinta (ml. yritysysteistyö) sekä tiedottamisen, viestinnän ja taloushallinnon osaamisen lisääminen.
- Tuetaan sydänyhdistyksiä myös käymään keskustelua yhdistysten välisen yhteistyön lisäämisestä sekä tarpeen mukaan käynnistämään keskusteluja myös juridiseen yhdistymiseen liittyen.

Muut ajankohtaiset asiat

- Sydänliiton Yhdistyspalvelun ajankohtaiset:
- <https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/ajankohtaista/>