

Hyvää alkanutta uutta vuotta 2026!

Vuosi 2026 on jo hyvässä vauhdissa. Satakunnan Sydänpiirin hallitus piti järjestäytymiskokouksen ja uutena puheenjohtajana aloitti Minna-Maarit Ampio Porista. Ensimmäisenä varapuheenjohtajana jatkaa Minna Grönman Pomarkusta ja toiseksi varapuheenjohtajaksi valittiin Teuvo Viitanen Huittisista. Muut hallituksen jäsenet ovat Heidi Kuusenoja Porista, Kauko Kerola Kankaanpäästä, Anu Mäkinen Porista, Kyllikki Naskali Ulvilasta, Eija Kynkäänniemi Porista, Hilikka Silèn Säskylästä, Tapani Syrjänen Kokemäeltä, Tiina Tervo Merikarvialta, Sari Vaittinen Raumalta ja Jaakko Virtanen Eurasta.

Muistakaa päivittää Kiltaan yhdistysten luottamushenkilöiden tiedot ja ilmoittaa myös piiriin yhdistyksen vastuutoimijat, niin postit ym tiedotteet pystytään osoittamaan oikeille henkilöille.

Onnistuimme kasvattamaan jäsenmäärää jo kolmatta vuotta peräkkäin

Onnistuimme jälleen viime vuonna hienosti jäsenhankinnassa. Vuoden loppuun mennessä jäsenmaksunsa maksoi kaikkiaan 3905 henkilöä, mikä on 209 jäsentä enemmän kuin vuonna 2024. Täysin uusia jäseniä liittyi mukaan yhteensä 500 (v.2024 yht. 394 jäsentä), Vuoden aikana päättyi yhteensä 281 jäsenyyttä. (v. 24 yht. 236). Lämpimät kiitokset kaikille ahkerasta jäsenhankinnasta.

Monipuoliset jäsenedut ovat edelleen hyvä valttikortti jäsenhankinnassa. Jäsenetuja päivitämme säännöllisesti verkkosivuillemme <https://sydan.fi/satakunta/jasenedut/>

Sydänpurjehduksen 15.-16.4.2026 ohjelma on julkaistu ja ilmoittautuminen on käynnissä

Sydänpurjehduksen (15.-16.4.2026) ohjelma on valmistunut. Luvassa on jälleen mielenkiintoisia luentoja ja mukavaa yhdessäoloa hyvässä seurassa. Ilmoittautuminen on käynnistynyt vilkkaana. Toivotaan että kaikki halukkaat pääsevät mukaan. Ilmoittautumisaikaa on aina 16.3. asti, ellei purjehdus jo sitä ennen ole "loppuunvarattu". Tutustu ohjelmaan ja ilmoittautumisohjeisiin [tästä linkistä.](#)

Sydänviikkoa vietetään 17.-24.5.2026

Sydänviikkoa 2026 vietetään teemalla "Hyvinvointia lounaasta". Sydänviikon vinkkivihko on postitettu yhdistykseen puheenjohtajille ja sihteereille. Sydänviikon teemapaketti (1kpl/yhdistys) on tilattavissa Sydänkaupasta postikulujen hinnalla. Tilaus tulee tehdä viimeistään 28.3.2026.



Lisätietoja Sydänviikosta löydät [Yhdistyspalvelusta](#)

Hankeyhteistyö mahdollistaa tukea yhdistysten sydäntyöhön

Satakunnan sydänpiirissä on käynnissä tällä hetkellä useita hankkeita, jotka tarjoavat yhteistyön myötä tukea ja mielekästä tekemistä myös yhdistyksille.

Kiertävä Sydänneuvola -hanke mahdollistaa erilaisten teemaluentojen ja Sydänneuvola-pisteiden toteuttamisen yhdessä. Toivottuja teemoja ovat esim. sydänterveellinen ravinto, uni hyvinvoinnin tukena, sepelvaltimotaudin ennaltaehkäisy ja hoito, verenpaine, naisen sydän - sekä elvytysopastus.

Sydänmielellä -hankkeessa voimme myös toteuttaa yhdessä erilaisia sydän- ja mielenterveyteen liittyviä luentotilaisuuksia, sekä tukea yhdistysten elinvoimaa yhdistyskoulutuksin. Elinvoiman tuessa keskeisiä sisältöalueita ovat: jäsenhankinta, jäsenedut ja muu ”jäsenhuolto”, varainhankinta (ml. yritysyhteistyö) sekä tiedottamisen, viestinnän ja taloushallinnon osaamisen lisääminen.

Kulttuurista virkeyttä ja voimaa -hankkeessa voidaan toteuttaa Kulttuurikurkistus-ryhmiä, tai vierailta vaikka sydänyhdistyksen kerhossa virkistämässä osallistujia toiminnallisin ja kulttuurin osallistavin keinoin.

Lisäksi tarjoamme yhdistysten vapaaehtoisille ryhmänohjaajille perehdytystä kulttuurilähtöisen, matalan kynnyksen toiminnan hyödyntämiseksi omissa ryhmissä. Seuraava perehdytys toteutetaan Satakunnan sydänpiirin toimistolla maaliskuussa; pe 6.3., 13.3., 27.3. ja 10.4. klo 9-11.30. Lisätiedot ja ilmoittautumiset kirsi.jarvinen@sydan.fi tai puh. 044-2440364.

Perehdytyksen sisältö:

Teoriakerta:

Taidekortit

Johdanto aiheeseen

Lisäksi 3 ryhmäkertaa

Eri kulttuurimuotoihin tutustumista – tekemällä ja kokemalla

Kesto: noin 2,5 h/kerta

Verkkopuntarilla tukea elintapoihin ja painonhallintaan

Verkkopuntari on ohjelma elintapamuutosten ja painonhallinnan tukeen. Ohjelman pääteemoina ovat ravitsemus, liikkuminen, voimavarat ja lepo. Verkkopuntari-etäryhmä (Teams) sydänyhdistysten välle alkaa 11.3.2025 klo 14-15.30. Ilmoittaudu mukaan tästä: Lisätietoa: Johanna Grénman puh. 050 342 8945.

Verkkosivuiltamme löydät henkilökunnan yhteystiedot, joten älä epäröi ottaa yhteyttä.

Aurinkoisia talvipäiviä toivotellen!

Susanna Lehtimäki

toiminnanjohtaja
Satakunnan Sydänpiiri ry
puh. 044 734 7300
susanna.lehtimaki@sydan.fi

HUOM!

**Satakunnan sydänpiirin toimiston aukioloajat ovat muuttuneet:
Toimisto (Antinkatu 9 B 26,28100 Pori) on avoinna ma-ke klo 9-15.
Sydänneuvola on avoinna ajanvarauksella keskiviikkoisin klo 8-14.
Toimiston puh. 02-6411406**