

Sydänviikko ja muut kevätkauden tapahtumat alkavat olla takana päin ja pikku hiljaa käännetään katseet jo kohti ansaittua kesälomaa. Kiitos kaikille vapaaehtoisille, jotka olette jälleen tehneet ansiokasta ja merkityksellistä sydäntyötä. Tämä näkyy myös jäsenmäärän myönteisessä kehityksessä. Tammi-toukokuun aikana sydänyhdistykseemme on liittynyt kaikkiaan 206 täysin uutta jäsentä, mikä on jälleen kerran hieno saavutus, suurkiitos myös siitä. Laadukas ja monipuolinen toiminta houkuttelee ihmisiä mukaan. Rahanarvoiset jäsenedut ovat myös yksi hyvä syy liittyä jäseneksi. Päivitettyt jäsenedut löytyvät piirin verkkosivuilta.

Sydänliiton kurssit syksyllä 2026

Järjestämme syksyllä seuraavat Sydänliiton kurssit:

- 17.-19.9. Elämää sydänlihassairauden kanssa - tunne itsesi - voi hyvin. Kalajoella Santa's Resort & Spa Hotel Sanissa. Kurssi on tarkoitettu sydänlihassairautta sairastaville.
- 22.-24.10. Elämää sydänsairauden kanssa- tunne itsesi ja voi hyvin. Kunnonlähde Kankaanpäässä. Kurssi on suunnattu mitä tahansa sydänsairautta sairastaville.
- 12.-14.11.2026 Elämää sydänsairauden kanssa. Kunnonlähde Kankaanpäässä. Kurssi on suunnattu mitä tahansa sydänsairautta sairastaville.

Lisätietoa Sydänliiton kursseista ja hakuohjeet löytyvät verkkosivuilta Sydänliiton kurssitarjonta. Kursseista lisätietoa voit myös kysyä terhi.saari-hannibal@sydan.fi tai puh. 044-2430779.

Lisäksi olemme mukana järjestämässä Kelan sydänkurseja Kunnonlähde Kankaanpäässä. Kelan sydänkurseja käynnistyy syksyllä (aloittavat jaksot): 10.8., 7.9., 28.9., 12.10., 26.10., 16.11. ja 14.12.

Lisätietoa Kelan sydänkurseista, kuntoutusajankohdista ja hakemisesta: Kunnonlähde Kankaanpää, kuntoutussihteeri, p. 050 394 7524 tai lue lisää: <https://www.kela.fi/sydansairaus-kuntoutus>

Suomi Areena -viikolla piiritoimistolla avoimet ovet ke 24.6. klo 10-14

Tervetuloa piipahtamaan piiritoimistolle Suomi Areena -viikon keskiviikkona. Kahvipannu on kuumana klo 10-14 ja tarjolla on myös pientä purtavaa. Paikalla on myös Kulttuurista virkeyttä ja voimaa -hankkeemme työntekijöitä, jotka kertovat hankkeen kuulumisia. Toivottavasti nähdään kesäkuussa!

Yhdistysilta ma 7.9. klo 17.00 TEAMS:illa

Syksyn ensimmäinen Yhdistysilta järjestetään ma 7.9. klo 17.00 TEAMS:in välityksellä. Tervetuloa kuulemaan syksyn suunnitelmista. Linkki Yhdistysiltaan toimitetaan Killan kautta yhdistysten aktiivitoimijoille elokuussa.

Sydänpiirillä tarjolla monipuolista toimintaa

Käynnissä on nyt useita hankkeita, jotka tarjoavat monipuolista tukea ja toimintaa eri kohderyhmille, sekä samalla myös yhteisen tekemisen paikkoja sydänyhdistysten kanssa.

Kiertävä Sydänneuvola rantautuu eri puolille Satakuntaa tarjoten tukea ja ohjausta sydänsairauksien ennaltaehkäisyyn ja omahoitoon.

Kulttuurista virkeyttä ja voimaa -hankkeen puitteissa pystymme puolestaan järjestämään ikäihmisille mielekästä toimintaa matalan kynnyksen taide- ja kulttuuritoimintaa hyödyntämällä.

Sydänmielellä -hankkeessa kehitetään työvälineitä maaseudun väestön sydän- ja mielenterveyden osaamisen ja terveystaitojen vahvistamiseen liittyen ja toteutetaan avoimia Sydänmielellä- luento- ja yleisötapahtumia, joissa osallistujien terveystaitoja vahvistetaan luentoalustusten ja erilaisten toiminnallisten harjoitusten avulla.

Verkkopuntari tarjoaa tukea hyvinvointiin ja pysyvien elintapamuutosten tekoon. Tarjolla on myös yksilövalmennusta. Verkkopuntariin voi osallistua ajasta ja paikasta riippumatta. Ohjelman pääteemoina ovat ravinto, liikunta, voimavarat ja lepo.

Tulevista tapahtumista, niin hankkeisiin kuin muuhunkin piirin ja sydänyhdistysten toimintaan liittyen, saat lisätietoa myös Tapahtumakalenterista.

Piiritoimisto suljettuna 18.6.-2.8.

Piiritoimisto on suljettuna 18.6.-2.8. (poikkeuksena avoimet ovet) ja henkilökunta lomailee sulun aikana vaihtelevasti.

Mansikanmakuista kesää toivotellen !

Susanna Lehtimäki

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



*"Pään painan ruohikolle ja oion jalkeja.
En jaksaa pohdiskella, mä tahdon olla vain.
Sen viisaammat voi tehdä, mä päivän kultaan jään.
Mä tunnen kaikki tuoksut ja luonnon loiston nään."*

(Ote Tove Janssonin Muumipeikon juhannusrunosta)