SYDÄNLIITTO

Yhdistysilta 9.11.2026
Tervetuloa!





Turvallisemman tilan periaatteet

Sydänliiton turvallisemman tilan periaatteet - Sydänliitto (sydan.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.

© Sydänliitto

Illan ohjelmassa

- Sydänliiton kurssit
- Piirin ajankohtaiskatsaus
- Jäsenmäärän kehitys
- Toimintatonnit
- Kehittämisohjelmiin haku
- Osallistujien kuulumiset

Tietoa ja tukea

Sydänliiton ja Kelan sydänkurssit



Sydänliiton kurssit

sydan.fi/kuntoutus

- Kursseilla käsitellään sairastumiseen ja hyvinvointiin liittyviä asioita. Osa kursseista painottuu liikkumiseen ja osa mielen hyvinvointiin liittyviin asioihin.
- Tarjolla on eripituisia kursseja sekä lähikursseina että verkkokursseina.
- Kursseille voi hakeutua asuinpaikasta riippumatta. Kaikki kurssit ovat osallistujille maksuttomia. Sydänkurssi vähävaraisille –kursseilla korvataan myös kohtuulliset matkakulut.
- Osalle kursseista voit osallistua läheisen kanssa.
- 2027 kurssit Satakunnassa ovat suunnitellusti maaliskuussa, kesäkuussa ja elokuussa Kunnonlähde Kankaanpäässä ja Ahlströmin ruukissa Noormarkussa

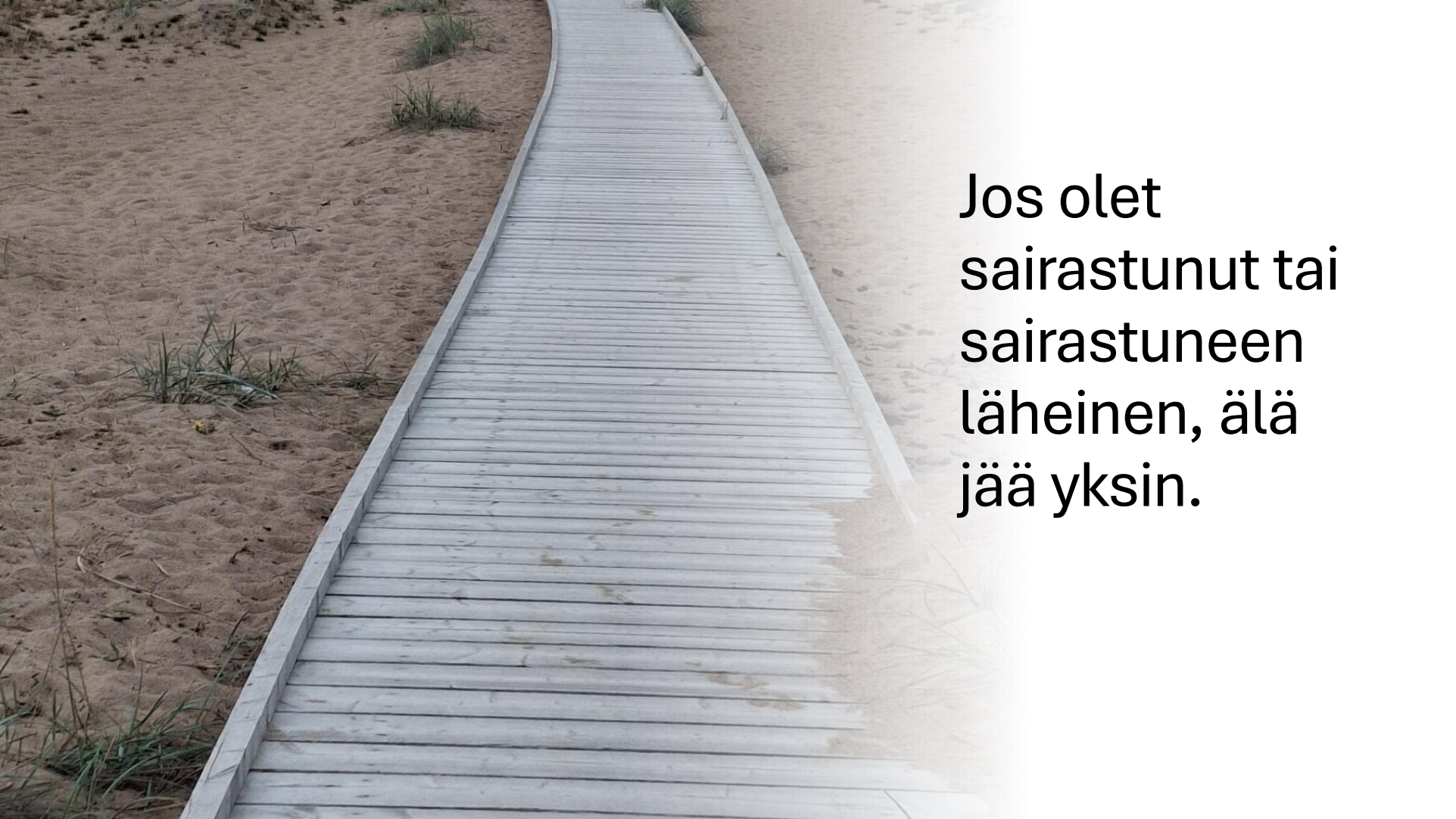


Kelan sydänkurssit

kela.fi/sydansairaus-kuntoutus

- Kuntoutus on tarkoitettu aikuisille, joilla on todettu sydänsairaus.
- Kuntoutus on maksuton.
- Kuntoutus järjestetään ryhmämuotoisena, se kestää 15 vuorokautta ja toteutetaan 3 jaksossa.
- Läheinen voi osallistua kuntoutukseen 2 vrk ajan.
- Hakemuksen (KU 132) liitteeksi tarvitaan lääkäriltä B-lausunto. Hakemus liitteineen toimitetaan Kelaan.
- Kuntoutuksen suunnitteluun ja ohjaamiseen osallistuvat asiantuntijat: kardiologi tai sydänsairauksiin perehtynyt sisätautien erikoislääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti, psykologi ja ravitsemusterapeutti. Lisäksi esim. Kunnonlähde Kankaanpäässä ryhmään kuuluvat sosionomi ja seksuaaliterapeutti.





Jos olet sairastunut tai sairastuneen läheinen, älä jää yksin.

Piirin ajankohtaiset asiat

- Sydän mindfulness –toimintaa tarjolla (Tero)
- Jäsenmäärän kehitys (Tero)

Kysely ikäihmisille suunnatusta liikuntatoiminnasta

Satakunnassa käynnistyi kesällä 2026 Voimaa vanhuuteen -ohjelma, jossa kehitetään ikäihmisten liikuntatoimintaa kuntien, hyvinvointialueen ja järjestöjen yhteistyöllä. Ohjelmaa koordinoi Ikäinstituutti.

Kartoitamme nyt alueen yhdistysten, järjestöjen ja urheiluseurojen ikäihmisille suunnattua liikuntatoimintaa syyslukukaudella 2026. Tietojen avulla saamme paremman kuvan nykyisestä tarjonnasta, tunnistamme kehittämistarpeita ja voimme kohdentaa tulevaa tukea, koulutuksia ja yhteistyötä järjestöjen tarpeiden mukaisesti.

Pyydämme Sinua tai organisaatiosi liikuntatoiminnasta vastaavaa henkilöä vastaamaan oheiseen kyselyyn **viimeistään 15.11.2026.** Yksi vastaus yhdistystä tai seuraa kohden riittää. Kysely on anonyymi ja siihen vastaaminen vie noin 10 minuuttia. Lisätietoa kyselystä antaa Ritva-Liisa Salonen.

Linkki kyselyyn: https://link.webropolsurveys.com/S/EE9EFECBEA21F818

Lämmin kiitos ajastasi ja arvokkaasta työstänne ikäihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi.

Sydänliiton kehittämisohjelmat

Muut ajankohtaiset asiat

- Toimintatonneista; maksatustilanne ja vuoden 2027 avustushaku
- Piirin syyskokous ma 23.11.2026 klo 17.00 piiritoimistolla
- Sydänliiton Yhdistyspalvelun ajankohtaiset:
- https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/ajankohtaista/

Kuulumiskierros