

Laadukasta sydäntyötä

Sydän-Suomen alue ry

Syyskokouksen alustus 29.10.2022





**VAIKUTTAMINEN
HYVINVOINTIALUEILLA**

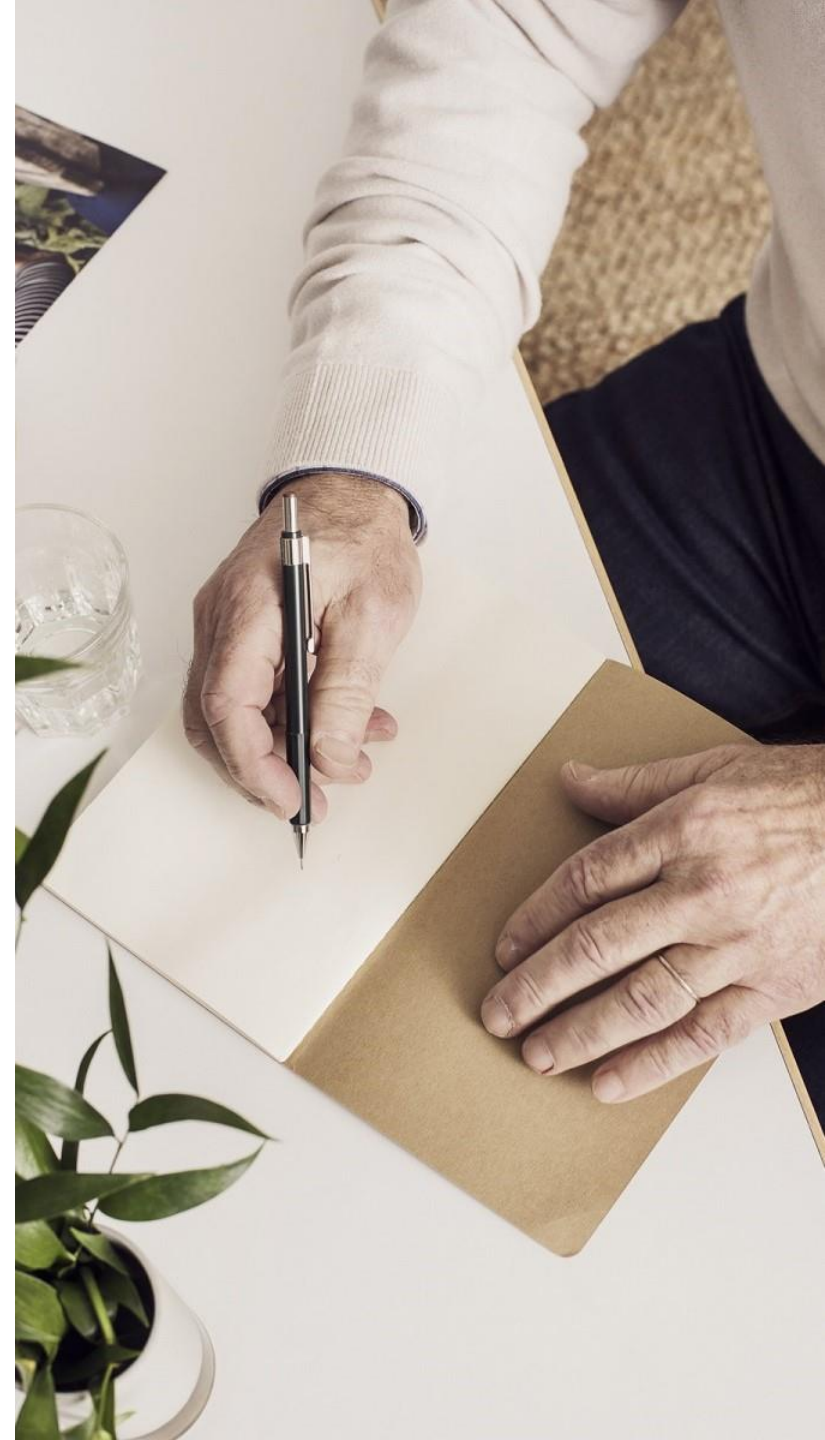
Mitä tavoittelemme vaikuttamistyöllä?

Päätavoite:

- Sydänjärjestön asiantuntemus, järjestölähtöiset matalan kynnyksen toiminnot, työkalut ja toimintamallit ovat tunnustettu, tunnustettu ja niillä on sija hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä hyvinvointialueilla ja kunnissa.

Osatavoitteet:

- Sydänjärjestön toiminnot ovat osa sydänsairastuneen hoitopolkua tai toimintojen pariin ohjataan ammattilaisten toimesta.
- Hyvinvointialueen asukkailla on mahdollisuus saada järjestölähtöistä tukea tai sydänjärjestön tuottamia ratkaisuja osana terveyden edistämistä.
- Hyvinvointialueiden ja kuntien järjestöyhteistyö on näkyvää ja systemaattista.



Sydän-Suomen alueen hyvinvointialueet

- Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue
 - 59 valtuutettua
 - Lautakuntamalli:
 1. Tarkastuslautakunta
 2. Yhdyspintatyön sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta
 3. Henkilöstö- ja kehittämislautakunta
 4. Talous- ja investointialue lautakunta
 5. Turvallisuuslautakunta
 6. Aluevaalilautakunta
 7. Yksilöjaosto

- Kanta-Hämeen hyvinvointialue
- 59 valtuutettua
 - Lautakuntamalli:
 1. Terveysten ja toimintakyvyn edistämisen lautakunta
 2. Lasten, nuorten ja perheiden lautakunta
 3. Turvallisuuslautakunta
 4. Yksilöjaosto
- Lautakuntien toiminta käynnistyy lokakuussa.

- Pirkanmaan hyvinvointialue
 - 79 valtuutettua
 - Valiokuntamalli:
 1. Tulevaisuusvaliokunta
 2. Hyvinvointi- ja kokonaisturvallisuusvaliokunta
 3. Paljon palveluita käyttävien asiakkaiden valiokunta
 4. Vähän palveluita käyttävien asiakkaiden valiokunta
 - → Päätöksenteon sujuvoituminen (vaatii poliittista keskustelua jo valmisteluvaiheessa)



Huomioita matkan varrelta

- Jokaisella hyvinvointialueella järjestöjen organisoitumisen rakenne ja vaikuttamisen mahdollisuudet ovat erilaisia. Myös hyvinvointialuevalmistelujen tilanne on alueilla erilainen.
- Valmistelussa keskitytty ”isoihin linjoihin” ja vähemmän substanssiasioihin. Henkilövalintoja tehty syksyn aikana.
- Tapeetilla: avustusmallit järjestöjen avustamiseksi, vaikuttamistoimielimet
- Hoitopolkutyön pienet resurssit valmistelussa.
- ”Sydämellisten” aluevaltuutettujen valjastaminen = tällä hetkellä vielä näkymätön resurssi, joka tulisi hyödyntää.
- Sydänyhdistyksissä olevien resurssien valjastaminen = yhdistyksissä toimivien ihmisten verkostot ja kontaktit hyödynnettäväksi paikallisvaikuttamistyössä.



SYDÄNTURVALLISUUS

**Sydänturvallisuus on varautumista
henkeä
uhkaavaan sydänpysähdykseen**

Elvytysosaamisen edistämistä: tieto, taito ja
rohkeus

Sydänturvallisuuden edistämisen tarpeeseen on saatavana vahvaa tietoa

- ✓ <https://sydanturvallinenensuomi.sydan.fi> verkkopalvelu
 - ❖ Viiden mittarin avulla saadaan tietoa koko Suomen, maakunnan ja paikkakunnan tilanteesta: 5 mittaria
 - ❖ Taulukko: Maakunnittainen vertailu
- ✓ www.defi.fi rekisteri
 - ❖ Sydäniskurit tarkentuvat kartalla (Kuva)
- ✓ Tilannekuvat (taulukot):
 - ❖ Etelä-Pohjanmaa
 - ❖ Kanta-Häme
 - ❖ Pirkanmaa
- ✓ Erilaisia keinoja ja toimia toteuttaa sydänturvallisuusteemaa.
- ✓ sydan.fi sivuilta löytyy paljon materiaalia ja Sydän-Suomen alue opastaa ja tukee tarvittaessa.

Sydänturvallinen Suomi verkkopalvelu, 5 MITTARIA

Sydänturvallisuuden kokonaistaso / maksimi 100

- ☐ Hyvä > 66,67
- ☐ Parannettava 33,33 – 66,67
- ☐ Heikko < 33,33

Hyvinvointialueiden ja koko maan kokonaistaso
Lasketaan alueen kuntien keskiarvosta.

2. Sydäniskurien sijoittelu riskialueluokittain

Iskuri pitää saada käyttöön alle 5 minuutissa.
Riskialueluokat perustuu siihen, miten nopeasti
ensihoito hälytystilanteessa keskimäärin saapuu paikalle.
Riskialueluokkajako 1 km x 1 km kokoiset väestöruudut,
näistä luokitellut taajamaluokat (Suomen Ympäristökeskus)

Riskialueluokat/ taajamaluokat:

1. Ydintaajama
2. Muu taajama
3. Muu asuttu alue

Painoarvo 30 %
Maksimiarvo 30

- ☐ Hyvä > 20
- ☐ Parannettava 10-20
- ☐ Heikko < 10

1. Sydäniskurien määrä 1000 asukasta kohti

www.defi.fi rekisteriin rekisteröidyt sydäniskurit

Painoarvo 40 %

Maksimiarvo 40

- ☐ Hyvä > 26
- ☐ Parannettava 13-26
- ☐ Heikko < 13

3. Sydäniskurien sijoittelu 65 + väestön asuinympäristöön

Sydänpysähdyspotilaiden keski-ikä on 65vuotta.
Sijoittamalla sydäniskureita alueelle, jossa asuu
runsaasti 65+ ikäisiä, parannetaan sydänturvallisuutta.
Mittari kertoo, mikä on kohderuutujen osuus kaikista alueen
kohderuuduista. Alue on jaettu 1 km x 1 km väestöruutuihin.

Painoarvo 20 %
Maksimiarvo 20

- ☐ Hyvä > 13,34
- ☐ Parannettava 6,67-13,34
- ☐ Heikko < 6,67

**Kohderuudussa
asuu vähintään 75
jo 65 vuotta
täyttänyttä asukasta**

SYDÄNTURVALLINEN SUOMI VERKKOPALVELU, 5 MITTARIA – TIETOA SYDÄNTURVALLISUUDEN KEHITTÄMISEEN

4. Sepelvaltimotauti-indeksi

Tavallisin sydänpysähdyksen aiheuttaja on sepelvaltimotauti.

Sepelvaltimotauti-indeksi kuvaa sepelvaltimotautitapahtumien määrää sairaanhoitopiirin alueella.

Mittari perustuu THL indeksiin 1063 eli **ikävakioituun** sepelvaltimotauti-indeksiin =

sepelvaltimotautitapahtumat 35-79 vuotiailla suhteutettuna 100 000:een vastaavan ikäiseen.

Tällä hetkellä v.2017 tilaston mukaan.

Painoarvo 10 %

Maksimiarvo 10

- ☐ Hyvä > 6,52
- ☐ Parannettava 2,17-6,52
- ☐ Heikko < 2,17

**Sydänterveiden edistämisen toimilla:
valistus, ohjaus, neuvonta, opastus, tukeminen
-edistämme myös sydänturvallisuutta.**

5. EA-koulutukset (SPR)

EA koulutuksen käynyt toimii nopeammin ja varmemmin sydänpysähdystilanteissa.

Koulutus lisää rohkeutta aloittamiseen ja lisää maallikkoelvytyksen määrää kriittisten ensimmäisten minuuttien aikana.

Mittari perustuu SPR:n rekisteröimien vuosittaisten EA-koulutusten määrään kunnan 1000 asukasta kohti.

Toistaiseksi ei vaikuta sydänturvallisuuden kokonaistason, koska koulutusten raportointi on kehitysvaiheessa.

Tähän tulee jatkossa mahdollisuus lisätä muidenkin koulutusten järjestäjien koulutusmääriä. Painoarvo 0 %

Sydänturvallisuuden taso maakunnittain

Maakunta	Sydän- turvalli- suuden taso- luokka	Asukas- määrä	Sydän- iskurien määrä 1000 as. kohti 40%	Iskurien sijoittelu riskialue Luokat 30%	Iskurien sijoittelu 65+ väestön mukaan 20%	Sepelvaltim- otauti- indeksi 10%	EA Koulu- tukset 0%
Etelä- Pohjanmaa	45/100 (P)	191 762	302 (P)	12,1 (P)	11,2 (P)	3,6 (P)	2,4
Pirkanmaa	40/100 (P)	527 478	501 (He)	11,7 (P)	7,5 (P)	8,5 (Hy)	2,4
Kanta- Häme	36/100 (P)	170 213	182 (He)	10,2 (P)	6,9 (P)	8,5 (Hy)	3

Lähde: <https://sydanturvallisuus.fi> - verkkopalvelu (tilanne 28.10.2022)

www.defi.fi

www.defi.fi

Etelä-Pohjanmaan kuntien sydänturvallisuuden tasotilanne yhteenvetotaulukko										
1.10.2022										
Paikkakunta	Asukas- määrä	Sydän-iskurit paikka- kunnittain www.defi.fi 7.10.2022	Sydän-iskurit sydän- turvallinen suomi 7.10.2022	Sydän- turvallisuuden tasoluokka 7.10.2022	Iskurien määrä 1000 asukasta kohti	Sydäniskurien sijoittelu riskialueluokkien mukaan	Sydäniskurien sijoittelu 65 + väestön mukaan	Sepelvaltimotauti- indeksi	EA koulutukset 100 as kohti	Iskurien saatavuus 24/7 7.10.2022
Alajärvi	9 311		20	54/100 (P)	21,5 (P)	12,8 (P)	16,7 (Hy)	3,6 (P)	1,7	
Alajärvi		17								1
Lehtimäki		3								1
Alavus	11 197		8	29/100 (He)	7,1 (He)	12,2 (P)	5,7 (He)	3,6 (P)	2	
Alavus		4								1
Töysä		4								1
Evijärvi	2 404		6	63/100 (P)	25 (P)	14,2 (P)	20 (Hy)	3,6 (P)	0	1
Ilmajoki	12 366		12	35/100 (P)	9,7 (He)	11,3 (P)	10 (P)	3,6 (P)	1,3	1
Isojoki	1 891		2	47/100 (P)	10,6 (He)	12,5 (P)	20 (Hy)	3,6 (P)	0	2
Isokyrö	4 480		9	37/100 (P)	20,1 (P)	13,1 (P)	0 (He)	3,6 (P)	1,3	3
Karjajoki	1 192		3	63/100 (P)	25,2 (P)	14,2 (P)	20 (Hy)	3,6 (P)	0	2
Kauhajoki	12 890		21	40/100 (P)	16,3 (P)	12,9 (P)	7,5 (P)	3,6 (P)	0,8	3
Kauhava	15 312		37	51/100 (P)	24,2 (P)	10,9 (P)	12,3 (P)	3,6 (P)	1,8	
Kauhava		11								1
Kortesjärvi		5								1
Alahärmä		8								0
Ylihärmä		13								1
Kuortane	3 528		6	36/100 (P)	17 (P)	9,2 (He)	6,7 (P)	3,6 (P)	0,9	1
Kurikka	20 197		18	33/100 (He)	8,9 (He)	12,4 (P)	8 (P)	3,6 (P)	0,7	
Kurikka		11								3
Jalasjärvi		6								2
Jurva		2								1
Lappajärvi	2 866		4	45/100 (P)	14 (P)	13,8 (P)	13,3 (P)	3,6 (P)	0,7	0
Lapua	14 203		22	44/100 (P)	15,5 (P)	12,5 (P)	12 (P)	3,6 (P)	0,8	2
Seinäjoki	64 736		92	39/100 (P)	14,2 (P)	9 (He)	11,8 (P)	3,6 (P)	1,6	
Seinäjoki		69								2
Ylistaro		7								0
Peräseinäjoki		6								0
Nurmo		10								0
Soini	1 997		4	46/100 (P)	20 (P)	11,9 (P)	10 (P)	3,6 (P)	0,5	3
Teuva	4 952		13	62/100 (P)	26,3 (Hy)	11,7 (P)	20 (Hy)	3,6 (P)	0,8	2
Vimpeli	2 756		5	31/100 (He)	18,1 (P)	9,5 (He)	0 (He)	3,6 (P)	0	4
Ähtäri	5 484		13	48/100 (P)	23,7 (P)	13,9 (P)	6,7 (P)	3,6 (P)	0,5	5
Yhteensä			295							44
Etelä-Pohjanmaa										15 %
	191 762		295	44/100 (P)	17,6 (P)	12,1 (P)	11,2 (P)	3,6 (P)	0,9	24/7 saatavilla

OPASTAJIA 11

Sydänyhdistyksen toiminnassa:

Sydäniskurin ja elvytyksen esittely- ja opastustoimintaan innostuneita vapaaehtoistoimijoita.

Henkilö on osallistunut Sydäniskurin toiminnan ja elvytykseen liittyvien asioiden kertaamiseen ryhmässä

He = Heikko,
P= parannettava,
Hy= hyvä

KELTAISELLA
paikkakunnalla
olevia **heikkoja**,
kehittämisen kohtia

Lähteet:

<https://sydanturvallinensuomi.sydan.fi>
ja www.defi.fi

Kanta-Hämeen kuntien sydänturvallisuuden tasotilanne yhteenvedotaulukko

He = Heikko, P= parannettava, Hy= hyvä

27.10.2022

Paikkakunta	Asukas- määrä	Sydän-iskurit paikka- kunnittain www.defi.fi	Sydän- iskurit sydän- turvallinen suomi	Sydän- turvallisuuden tasoluokka	Iskurien määrä 1000 asukasta kohti	Sydäniskurien sijoittelu riskialueluokkien mukaan	Sydäniskurien sijoittelu 65 + väestön mukaan	Sepelvaltimotauti- indeksi	EA koulutukset 100 as kohti	Iskurien saatavuus 24/7
Forssa	16 573		28	38/100 (P)	16,9 (P)	4 (He)	8,3 (P)	8,5 (Hy)	5,1	3
Tammela	5 967		5	37/100 (P)	8,4 (He)	13,5 (P)	6,7 (P)	8,5 (Hy)	2	0
Humppila	2 166		2	30/100 (He)	9,2 (He)	12,5 (P)	0 (He)	8,5 (Hy)	0,5	0
Ypäjä	2 282		5	52/100 (P)	21,9 (P)	12 (P)	10 (P)	8,5 (Hy)	1,3	1
Jokioinen	5 046		4	32/100 (He)	7,9 (He)	10,6 (P)	5 (He)	8,5 (Hy)	2,8	0
Hämeenlinna	67 971		72	36/100 (P)	10,6 (He)	8,2 (He)	9,1 (P)	8,5 (Hy)	4,2	4
Lammi		3								0
Tuulos		3								0
Hauho		3								0
Hattula	9 405		6	28/100 (P)	6,4 (He)	6,3 (He)	6,7 (P)	8,5 (Hy)	2,6	0
Parola		2								0
Janakkala	16 340		15	32/100 (He)	9,2 (He)	9,3 (He)	5,5 (He)	8,5 (Hy)	4,2	0
Yhteensä	125 750	11	137							8
Kanta-Häme										5 %
	170 213		182	36/100 (P)	10,8 (He)	10,2 (P)	6,9 (P)	8,5 (Hy)	3	24/7 saatavilla
		puuttuu Riihimäki (iskuria 31), Hausjärvi (iskuria 6) ja Loppi (iskuria 8)								

Lähteet: <https://sydanturvallisuus.fi> ja www.defi.fi

Pirkanmaan kuntien sydänturvallisuuden tasotilanne yhteenvetotaulukko

He = Heikko, P= parannettava, Hy= hyvä

27.10.2022

Paikkakunta	Asukas- määrä	Sydän-iskurit paikka- kunnittain www.defi.fi	Sydän- iskurit sydän- turvallinen suomi	Sydän-turvallisuuden tasoluokka	Iskurien määrä 1000 asukasta kohti	Sydäniskurien sijoittelu riskialueuokkien mukaan	Sydäniskurien sijoittelu 65 + väestön mukaan	Sepelvaltimotauti- indeksi	EA koulutukset 100 as kohti	Iskurien saatavuus 24/7
Kangasala	32 622		9	26/100 (He)	2,8 (He)	11,1 (P)	3,3 (He)	8,6 (Hy)	2,4	
Pälkäne	6 439		9	43/100 (P)	14 (P)	13,4 (P)	6,7 (P)	8,6 (Hy)	6,7	
Ikaalinen	6 877	1	3	32/100 (He)	4,4 (He)	15,9 (P)	3,3 (He)	8,6 (Hy)	0,9	
Viljakkala		2								1
Hämeenkyrö	10 337	2	4	33/100 (He)	3,9 (He)	13,8 (P)	6,7 (P)	8,6 (Hy)	2,1	
Kyröskoski		2								
Lempäälä	24 164		20	34/100 (P)	8,3 (He)	10 (P)	7,1 (P)	8,6 (Hy)	3,5	
Vesilahti	4 444		1	23/100 (He)	2,3 (He)	12,5 (P)	0 (He)	8,6 (Hy)	4,6	
Nokia	34 884		24	31/100 (He)	6,9 (He)	7,8 (He)	8,2 (P)	8,6 (Hy)	2,7	
Orivesi	8 978		8	38/100 (P)	8,9 (He)	11,6 (P)	8,6 (P)	8,6 (Hy)	1,7	1
Parkano	6 286		10	44/100 (P)	15,9 (P)	13 (P)	6,7 (P)	8,6 (Hy)	0,8	
Kihniö	1 808		5	70/100 (Hy)	27,7 (Hy)	13,5 (P)	20 (Hy)	8,6 (Hy)	0,6	
Pirkkala	20 206		29	42/100 (P)	14,4 (P)	7,8 (He)	10,9 (P)	8,6 (Hy)	2,8	
Sastamala	23 998		35	42/100 (P)	14,6 (P)	12,2 (P)	7,1 (P)	8,6 (Hy)	4,1	
Tampere	244 223		229	33/100 (He)	9,4 (He)	5,4 (He)	9,5 (P)	8,6 (Hy)	3,4	
Valkeakoski	20 695		20	30/100 (He)	9,7 (He)	7,4 (He)	4,6 (He)	8,6 (HY)	4,8	
Akaa	16 467		9	37/100 (P)	5,5 (He)	12,5 (P)	10 (P)	8,6 (Hy)	3,2	
Toijala		8								
Viiala		1								
Virrat	6 465		13	57/100 (P)	20,1 (P)	13,5 (P)	15 (Hy)	8,6 (Hy)	1,4	1
Ylöjärvi	33 533		21	31/100 (He)	6,3 (He)	11,8 (P)	4,2 (He)	8,6 (Hy)	1,9	
Mänttä-Vilppula	9 563		25	54/100 (P)	26,1 (Hy)	12,4 (P)	6,7 (P)	8,6 (Hy)	2,9	
kuhmoinen			3							
Yhteensä	511 989		477							3
Pirkanmaa										
	527 478		500	40/100 (P)	12,5 (He)	11,7 (P)	7,5 (p)	8,5 (Hy)	2,4	24/7 saatavilla

Puuttuu Kuhmoinen (3 iskuria), Juupajoki (3 iskuria), Urjala (5 iskuria), Punkalaidun (7 iskuria) ja Ruovesi (8 iskuria)

Sydänturvallisuuden edistämisen erilaisia keinoja ja toimia

Sijoittelu

- Rekisteröimättömien löytäminen
- Lisää uusia sydäniskuria
- Rahoittajien löytäminen

Saatavuus

- Opastemerkinnot
- Rekisteröintiin kannustaminen
- 24/7

Saavutettavuus

- Sinne missä on aktiivista toimintaa ja missä ihmiset ovat
- Nopeasti 5 minuutissa

Tietoa, taitoa ja rohkeutta

- Verkkoluentoja sydänturvallisuudesta,
- Youtubevideoita sydäniskurilaitteiden käytöstä ja elvytyksestä
- Elvytysesitteet, rollupit
- Elvytysaiheiset kyselykortit
- kampanjamateriaalia
- Kesämarkkinoilla, apteekki-, kauppa-, tori- tapahtumissa
- Toisten yhdistysten tutustuttaminen asiaan
- Sydäniskurikävelyt
- Teemapäivät: 112 päivä, Sydänviikko, Maailman elvytyspäivä, Maailman sydänpäivä
- 112 suomisovelluksen lataamisen ja käytön opastus
- **Lisää mahdollisuuksia kuulla, nähdä ja kokeilla**

Muistetaan nämäkin

- Viestinnälliset mahdollisuudet ja julkaisuja ja tee kotisivuille uutisia
- Lähde mukaan **opastajatoimintaan**, opiskellaan yhdessä opastamaan muita arjen sydänturvallisuudessa
- Etsi rahoituskanavia hankia harjoitussydäniskuri ja Anne nukke
- Etsi ja kokeile uusia tapoja edistää asiaa, uusille kohderyhmille

Kirjataan sydänturvallisuus toimintasuunnitelmaan 2023 ja miten toteutetaan



TOIPUMISEN TUKI

Toipumisen tavoite

Kuntoutuksen ja läheisten monitahoinen toimintakyky säilyy

Sydäntilanteen ymmärtäminen

Tieto miten sydänsairautta hoidetaan ja mikä on omahoidon osuus

Sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen

Aktiivisuus hoitoketjussa ja elinympäristössä

Vertaistuki -> askeleet eteenpäin

”Toivon ja tulevaisuuden löytäminen”

Sydänliiton kurssit

Valtakunnallisia kursseja

Osallistujat valitaan hakemusten perusteella sosiaaliset, terveydelliset ja taloudelliset seikat huomioiden.

Rahoitus STEA:lta (sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) Sydänliiton kautta

Sydän-Suomen alue järjestää Sydänliiton keskisen alueen kurssit (Häme, Pirkanmaa, Keski-Suomi ja Etelä-Pohjanmaa)

- kurssipaikkoina tänä vuonna Peurunka, Kuortane, Janakkala ja Tampere
- yhteistyö kurssipaikkojen kanssa, ohjelmat, vastuuvetäjä ja vertaisvetäjä, yhteyshenkilö, muut vierailijat, kurssilaisten valinnat, kurssien alku- ja loppumittarit, palautteet, kehittäminen, koulutus,
- yksi osa Sydänliiton kurssitoiminnan joukkoa

Sydänyhdistys markkinoi valtakunnallisesti kursseja, jakaa tietoa.

Tulppa-kuntoutus

- diagnoosina sepelvaltimotauti, aivoverenkiertohäiriö tai useita sydän- ja verisuonisairauksien riskitekijöitä
- tulppa-kuntoutus on Sydänliiton kehittämä kuntoutuksen toimintamalli, jota terveydenhuollon toimijat toteuttavat
- mukana koulutettu vertainen
- ryhmäkuntoutuksena sekä verkkovalmennuksena Terveyskylän verkkoalustalla

Sydän-Suomen alue: vertaiset, jakaa tietoa, yhteistyö Sydänliiton kanssa

Sydänyhdistys: jakaa tietoa, toimii tässä asiassa yhteistyössä Sydän-alueen kanssa

PSHP:n sopeutumisvalmennuskurssit

Pirkanmaalaisille, äskettäin sydänsairastuneille henkilöille ja heidän läheisilleen

Potilaat, joilla sairastumisen jälkeen on ongelmia palata normaaliin elämään ja joille sairastuminen aiheuttaa ahdistusta ja pelkoa, sairauteen sopeutuminen on vaikeaa tai viivästynyttä

- Sepelvaltimotautiin sairastuneille
- Ohitusleikatuille
- Rytmihäiriötahdistimen saaneille
- Sydänlihassairautta sairastaville
- Potilaat ja valinnat Sydänsairaalan kautta

Sydän-Suomen alue: yhteistyö kurssipaikan kanssa, ohjelmat, luennoitsijat, vastuu- ja vertaisvetäjä, palautteet

Kelan kurssit

Sydänkuntoutuskurssit aikuisille:

Lääkäriltä B-lausunto kuntoutusta varten. Hakemus KU 132

Tarkoitettu yli 18 vuotiaille sydänsairaille, joilla on esivaiheen hoitajakso päättynyt ja tilanne vakiintunut.

Yli 68-vuotiaat voivat hakea sydänkuntoutuskurssille, jos heillä on haasteita omahoidon ylläpitämisessä tai sairauden säännöllisessä seurannassa

Kuntoutuksen kokonaispituus 12-24kk, johon sisältyy ryhmäjaksot 5+5+5 vrk (kurssilla 6-12 kuntoutujaa). Ryhmäjaksot toteutuu 9 - 12 kk aikana

Maksetaan matkakorvaukset (omavastuu 25 e/suunta) sekä kuntoutusraha työssäkäyville

Sydän-Suomen alue: mahdollisuuksien mukaan sydänkursseille kertomaan Sydänliitosta ja sen tarjoamasta tuesta

Sydänyhdistys: jakaa tietoa

Lomajärjestöt / Tuetut lomat

- lomia ihmisille, joilla ei muuten olisi mahdollisuutta lomaan kodin ulkopuolella, myönnetään taloudellisin, sosiaalisin ja terveydellisin perustein
- lomaan kuuluu majoitus, täysihoito ja ohjelma
- lomailija maksaa omavastuuosuuden ja matkat lomapaikalle.
- viisi lomajärjestöä järjestää lomia, osa tuetuista lomista järjestetään yhteistyössä eri kohderyhmiä tavoittavien kansalaistoimijoiden, esimerkiksi potilasyhdistysten tai eläkeläisyhdistysten kanssa

Sydänliitto / Sydän-Suomen alue: kurssien hylkykirjeessä maininta ja linkki sivustolle

Sydänyhdistys: mainostaa lomia, vertaisuus lomalla, sydänyhdistyksen oma loma?

Mitä muuta toipumisen tuki on?

Jokaisen sydänyhdistyksen ja Sydän-Suomen alueen jokainen toimija on yhteisen sydäntyön sanansaattaja, sydämen asialla

-kasvokkain, puhelimessa, sähköpostitse, ohikulkiessa

Sydäntyössä ei ole minää vaan me <3

Kuuntele, Kuule, Välitä, Pysähdy, Pyydä mukaan, Ota huomioon, Kerro....

Sydänyhdistykset

Sydän-Suomen alue, Olohuone Tampere

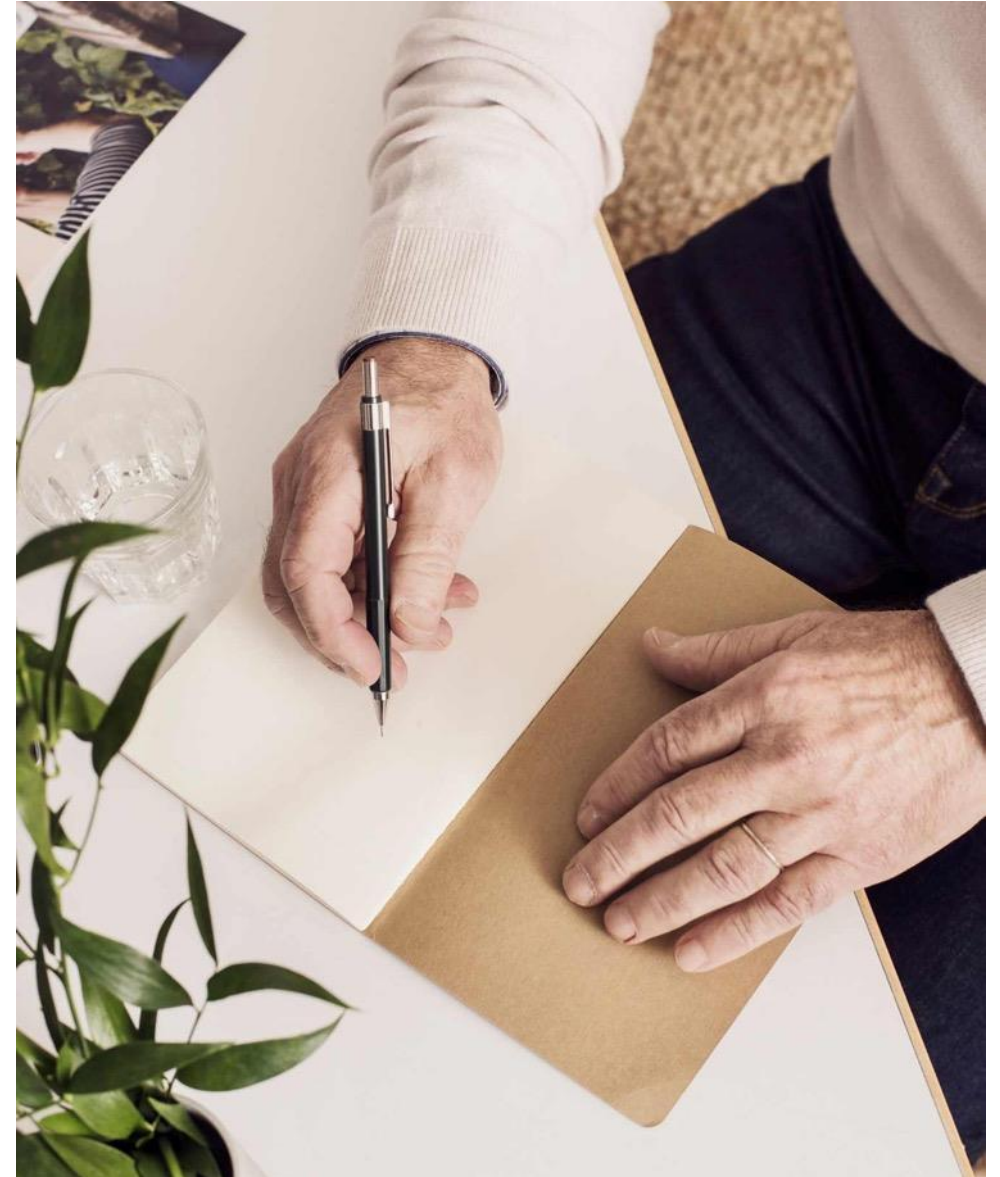
Sydänliitto



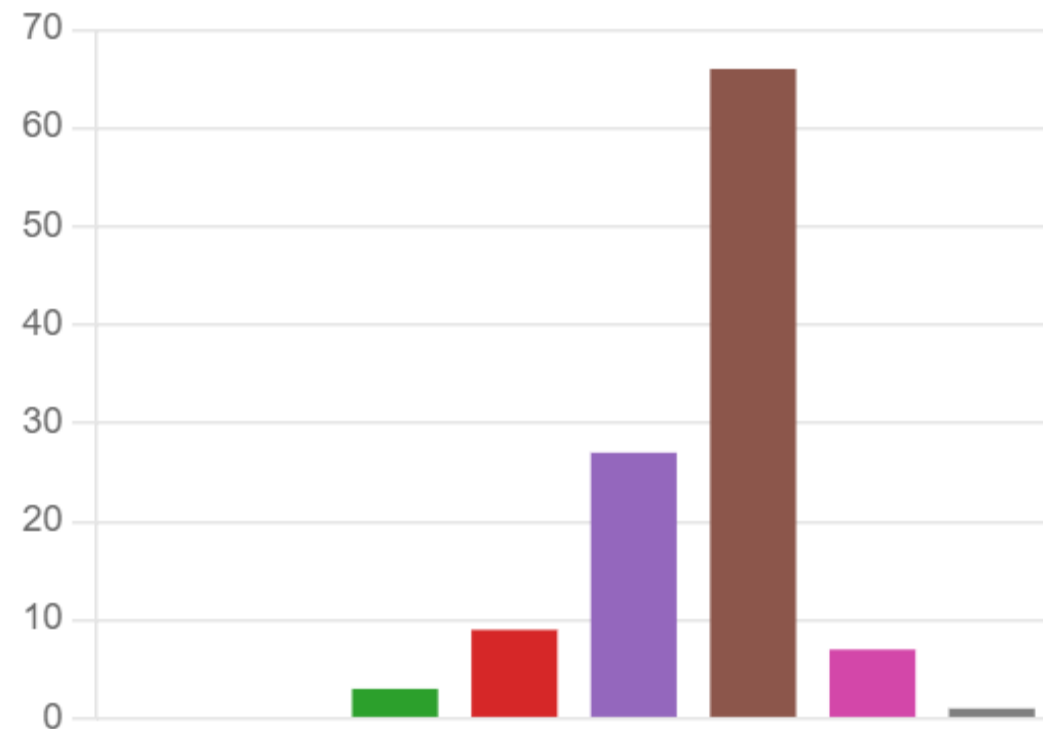
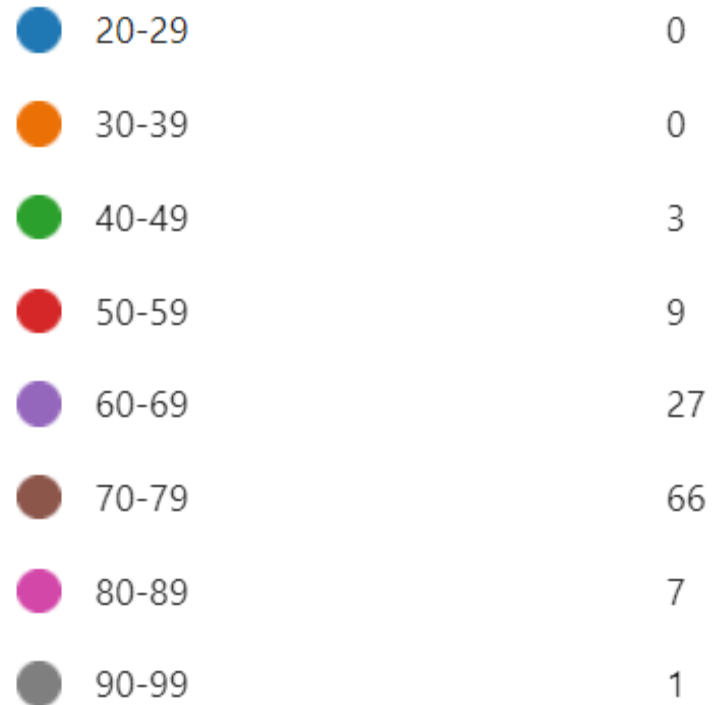
VERTAISTUKI

Taustatietoa

- Haastattelut ovat osa Sydäimestä sydämeen –voimaa vertaistuesta hanketta(STEA).
- Haastateltavat henkilöt toimivat vertaistukihenkilöinä Keski-Suomen sydänpiirin ja Sydän-Suomen alueella.
- Haastattelut toteutettiin pääosin keväällä 2022.
- Haastattelut tehtiin puhelinhaastatteluina(yksi ryhmähaastattelu).
- Keskimääräinen haastattelu-aika oli noin 1h30min.
- Haastatteluihin osallistui 113 vertaistukihenkilöä(tilanne 24.10.2022).



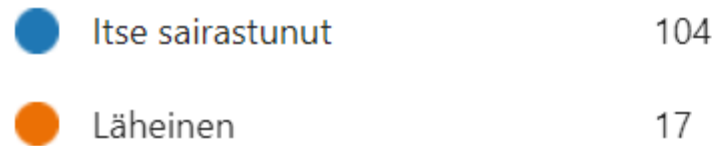
Vertaistukihenkilöiden ikä



Vertaistukihenkilöiden sukupuoli



Vertaistukihenkilöiden kohderyhmä



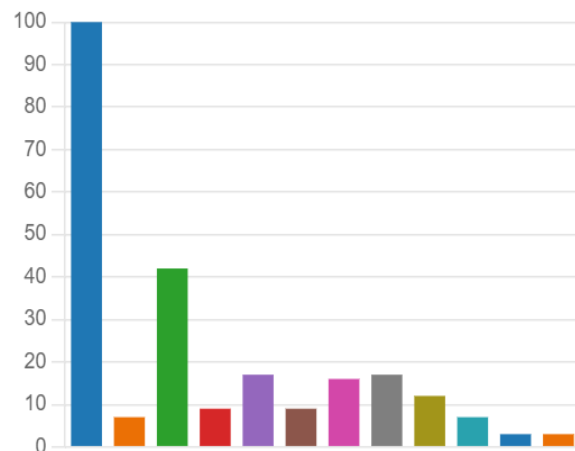
Kiinnostus jatkamaan vertaistukihenkilönä



Vertaistukihenkilöiden toimintamuodot

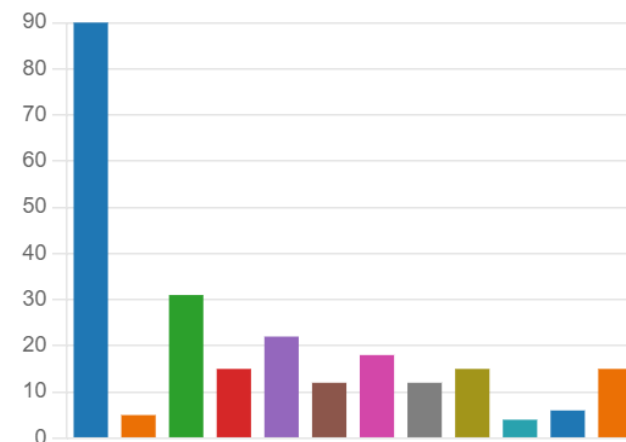
Minkälaisissa tehtävissä olet toiminut?

Vertaistukihenkilö	100
Verkkovertainen	7
Sairaalavertainen	42
Terveyskeskusvertainen	9
Kurssivertainen	17
Sydänliiton kurssien vertaisohjaaja	9
Tulppa-vertaisohjaaja	16
Vertaisryhmän ohjaaja	17
Pop-up-vertainen	12
Mediavertainen	7
Vertaiskouluttaja	3
Kokemustoimija/kokemusasiant...	3



Missä tehtävissä haluaisit toimia?

Vertaistukihenkilö	90
Verkkovertainen	5
Sairaalavertainen	31
Terveyskeskusvertainen	15
Kurssivertainen	22
Sydänliiton kurssien vertaisohjaaja	12
Tulppa-vertaisohjaaja	18
Vertaisryhmän ohjaaja	12
Pop-up-vertainen	15
Mediavertainen	4
Vertaiskouluttaja	6
Kokemustoimija/kokemusasiant...	15



Vertaistukihenkilöiden toiminnan säännöllisyys ja kontaktimuodot

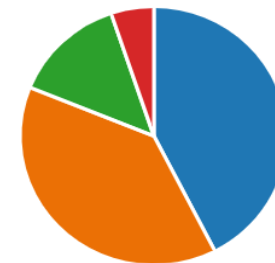
Kuinka usein toimit vertaistukihenkilönä?

Päivittäin	4
Viikoittain	12
Kuukausittain	39
Muutaman kerran vuodessa	39
Harvemmin	6



Millaisia kontakteja sinulla on ollut?

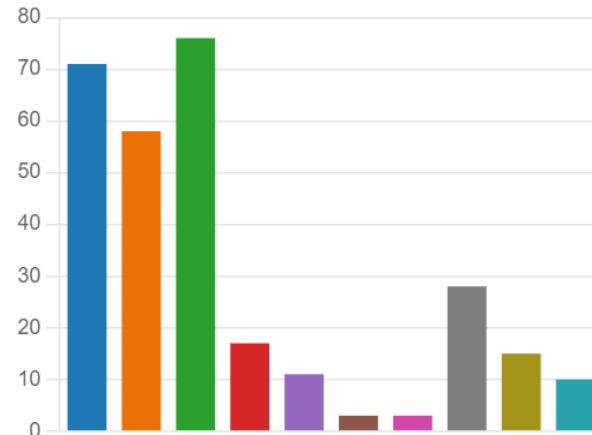
Kasvokkain	90
Puhelin	82
Sähköposti	29
Some	11



Vertaistukihenkilöiden digitaidot

Digitaitosi?

Teams	71
Facebook	58
WhatsApp	76
Instagram	17
Twitter	11
LinkedIn	3
Snapchat	3
Zoom	28
Google meet	15
Google chat	10



Koetko digitaitojen kehittämisen tärkeänä osana vertaistukitoimintaa?

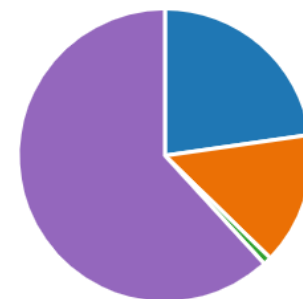
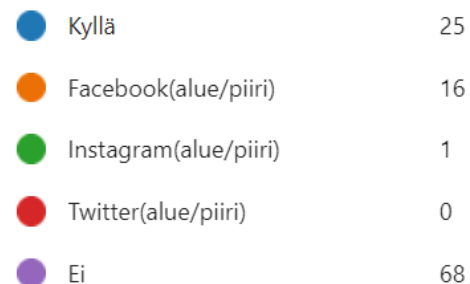


Vertaistukihenkilöiden suhtautuminen mediayhteistyöhön

Haluatko kertoa itsestäsi/kokemuksestasi mediassa(printti)?



Halutako kertoa itsestäsi/kokemuksestasi mediassa(some)?



Vertaistukihenkilöiden työnohjaus

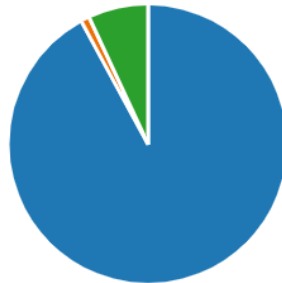
Oletko saanut/toivotko työnohjausta vertaistukityöhösi?



Vertaistukihenkilöiden kokemus arvostuksesta ja osaamisen hyödyntämisestä

Koetko, että sinua arvostetaan vertaistukihenkilönä?

Kyllä	93
Ei	1
En osaa sanoa	7



Oletko saanut hyödyntää riittävästi osaamistasi vertaistukihenkilönä?

Kyllä	77
Ei	10
En osaa sanoa	13



Avoimet kysymykset/kolmen kärki

Motiivi lähteä vertaistukihenkilöksi?

Halu olla hyödyksi/auttaa, joku suositteli/pyysi mukaan, oma kokemus vertaistuesta

Koulutusta digitaitoihin?

Vain muutama toivoi

Millaista tukea toivoi itselleen?

Tukea toisilta vertaistukihenkilöiltä(yhteiset tapaamiset jne.), ei tarvitse tukea, tiedon saanti(mm. sydänsairaudet, hyvinvointialueet).

Millä tavalla tulisi kehittää?

Näkyvyyttä lisää, markkinointia lisää, vertaistuen oikea-aikaisuus/tavoitettavuus

Millaista matalan kynnyksen vertaistukea tarvittaisiin juuri nyt?

Pienet tapahtumat/pop up, toiminnallisia ryhmiä, vertaistuki sinne missä kohderyhmätkin

Avoimet kysymykset/kolmen kärki

Vinkkisi vertaistukihenkilöiden virkistystoimintaan?

Koulutus, tavata livenä, yhdessä syömään

Millaista vertaistukitoiminta olisi mielestäsi parhaimmillaan?

Kun se on molemminpuolista, helposti lähestyttävää, saatavilla, näkyvää, sopivasti vapaaehtoista

Haastatteluista nousseet asiat & hankesuunnitelman toteutus loppuvuodelle -22

- **Työikäisten kouluttaminen** vertaistukihenkilöiksi(peruskoulutus 30-9-1.10/ 3 työikäistä koulutettavaa joka maakunnasta). ->3 uutta työikäistä vertaistukihenkilöä jokaiseen maakuntaan.
- **Työnohjaus**(kohdennetaan sairaalavertaisille Pirkanmaalla ja Kanta-Hämeessä, aloitus lokakuussa). -> käynnistynyt sairaalavertaisille Tampere&Hämeenlinna, 1 yksilötyönohjaus.
- **Vertaistukitoiminnan näkyvyys**->sairaalavertaiset sydänosastoilla viikoittain Tampere&Hämeenlinna, käynnistymässä Seinäjoella(sairaalavertaiset perehdytetty). Vertaistuki osana hoito- ja palvelupolkusuunnittelua/Sydänsairaala(sepelvaltimotauti), "Voimakortti" kohdatuille(sairaalavertaiset) suunnittelu etenee. Kv. Vertaistuen päivä->vertaistukihenkilöitä Sydänsairaalan aulassa potilaat&ammattilaiset(monikanavaisesti).
- **Vertaistukihenkilöiden aluetapaamiset:** Etelä-Pohjanmaa 19.11, Pirkanmaa ja Kanta-Häme 3.12->ilmoittautumiset käynnissä