

# TOIMINTAKALENTERI 2024

2024	Sydänyhdistyksille - mahdollisuuksia osallistua ja toimia
<b>Tammikuu</b>	<b>Painopistealue: Ruoka ja ravitsemus</b> Järjestötyöpalkinnon haku 1.1-29.2. Toimintatiedustelun täyttö 8.1-6.2. Sydänlehden 1/2024 lisätilaus 15.1. mennessä.
16.1.	Verkkoluento: Rasvanlaatu kohdalleen - miksi ja miten? / liitto
20.1.	Sähköinen järjestötiedote ilmestyy (tilaus sähköpostiin yhdistyspalvelusta)
25.1.	Sähke sydänalueelta
31.1.	Sydän-lehti 1/2024 ilmestyy (etuliitteessä jäsenlaskut)
<b>Helmikuu</b>	<b>Järjestötyöpalkinnon haku 1.1-29.2.</b> <b>Toimintatiedustelun täyttö 8.1-6.2.</b>
7.2.	Sydänyhdistysten puheenjohtajien iltakahvit / alue
11.2.	112-päivä
13.2.	Sydänalueen hallitus
14.2.	Ystävänpäivä
16.2.	Sydänyhdistyksen mallisäännöt -koulutus / liitto
20.2.	Uusien jäsenten webinaari / liitto Järjestötiedote 2/2024
<b>Maaliskuu</b>	<b>Jäsenjärjestöavustuksen haku 1.3. alkaen (sydänalueen verkkosivulla ohjeet ja lomakkeet)</b> <b>Sydänlehden 2/2024 lisätilaus 21.3. mennessä.</b> <b>Jäsenmaksumuistutus tekstiviestillä lähtee 25-31.3.</b>
4.3.	Liikunnan verkkotapaaminen: Ideoita yhdistyksen liikuntatoiminnaksi / liitto
5.3.	Jäsenhankinta verkkokoulutus / liitto
11.3.	Sydänyhdistysten vastuunkantajien verkkotapaaminen / alue
11.3.	Liikunnan verkkotapaaminen: Jäsenkysely liikuntatoiveista / liitto
12.3.	Verkkoluento: Miten siirtyä kasvispainotteisempaan ruokaan? / liitto
14.3.	Terveysneuvontakoulutus sydänyhdistysten terveysneuvontavastaaville / liitto
20.3.	Järjestötiedote 3/2024
22.3.	Sähke sydänalueelta / alue
<b>Huhtikuu</b>	<b>Painopistealue: Sydänviikko - Liikunta</b>
3.4.	Sydänyhdistysten puheenjohtajien iltakahvit / alue
8.4.	Liikunnan verkkotapaaminen: Luontoelämyspolku ja Mielipakka / liitto
9.4.	Sydänalueen hallitus
10.4.	Sydänlehti 2/2024
15.4.	Liikunnan verkkotapaaminen: Helppo liikepankki liikuntatuokion tueksi/ liitto
20.4.	Järjestötiedote 4/2024
<b>Toukokuu</b>	
4.5.	Sydänalueen aluepäivä ja kevätkokous
6.5.	Sydänyhdistysten vastuunkantajien verkkotapaaminen / alue
12-19.5.	Sydänviikko: Liikkuen hyvää sydämelle
14.5.	Verkkoluento: Liikkuen hyvää sydämelle / liitto
20.5.	Järjestötiedote 5/2024
29.5.	Sydänalueen hallitus

<b>Kesäkuu</b>	
?	Jäsenhankinta verkkokoulutus / liitto
17.6.	Kesäkirje sydänalueelta
20.6.	Järjestötiedote 6/2024
<b>Heinäkuu</b>	<b>Painopistealue: Stressi, uni ja palautuminen</b> Sydänliiton ja sydänalueen toimistot suljettu heinäkuun ajan.
<b>Elokuu</b>	Sydänlehden 3/2024 lisätilaukset 20.8. mennessä.
20.8.	Järjestötiedote 8/2024
27.8.	Verkkoluento: Psykologinen palautuminen, vaihdevuodet (aihe tarkentuu)
29.8.	Sähke sydänalueelta / alue
<b>Syyskuu</b>	<b>Eteisvärinä-kampanja</b>
4.9.	Sydänlehti 3/2024, Sydänalueen hallitus
11.9.	Sydänyhdistysten puheenjohtajien iltakahvit / alue Uusien jäsenten webinaari / liitto
17.9.	Verkkoluento: Eteisvärinä – mitä se tarkoittaa ja miten sitä tutkitaan? / liitto
19.9.	Verkkoluento: Eteisvärinän hoito / liitto
20.9.	Järjestötiedote 9/2024
24.9.	Verkkoluento: Voiko eteisvärinää ehkäistä elintavoilla – vinkejä rytmihäiriön hallintaan / liitto
26.9.	Verkkoluento: Elämää eteisvärinän kanssa – vain saman kokenut tietää, miltä se tuntuu / liitto
29.9.	Maailman sydänpäivä
<b>Lokakuu</b>	<b>Painopistealue: Verenpaine</b>
8.10.	Järjestötiedote extra (syyskokouksen materiaalit)
9.10.	Sydänalueen syyskokous, etäkatsomot Sjk, Tre, Hml? / alue
17.10.	Kansainvälinen vertaistuen päivä
20.10.	Järjestötiedote 10/2024
21.10.	Sydänyhdistysten vastuunkantajien verkkotapaaminen/ alue
<b>Marraskuu</b>	<b>Jäsenjärjestöavustuksen tilitys 11</b>
5.11.	Verkkoluento: Verenpaine ja naiset – pre-eklampsia ja vaihdevuodet
6.11.	Sydänlehti 4/2024
13.11.	Sydänyhdistysten puheenjohtajien iltakahvit / alue
20.11.	Järjestötiedote
?	Jäsenhankinnan koulutus, päivämäärä vahvistuu. / liitto
<b>Joulukuu</b>	
5.12.	Vapaaehtoisten päivä
9.12.	Sydänyhdistysten vastuunkantajien verkkotapaaminen / alue
20.12.	Järjestötiedote 12/2024