

Sähke sydänelueelta

4/2025



Kesän jälkeen kohti syksyn sykettä

Kesän vapaat on nyt vietetty, ja toiminta meillä Sydänelueella on päässyt jälleen täyteen vauhtiin. Viime viikolla vietimme henkilöstön kanssa kaksi antoisaa kehittämispäivää Ähtärisä, ja tällä viikolla osallistumme Sydänliiton järjestöpäiville, jossa aiheena on Sydänliiton uuden strategian työstäminen. Myös ensi vuoden toiminnan suunnittelu on jo hyvässä vauhdissa.

Syyskuussa onkin jo kovasti tohinaa. Silloin starttaavat koordinoimamme Sydänliiton kurssit, joille syksyn aikana osallistuu noin 60-70 kurssilaista saamaan tietoa ja tukea arkeen sydänsairauden kanssa. Sydänliiton olohuone Tays Sydänsairaalaossa avaa ovensa kesäkauden jälkeen 3.9. Olohuone tarjoaa keskiviikkoisin klo 10-14 kohtaamispaikan tuen tarvitsijoille. Vertaistukihenkilöiden syyskausi käynnistyy täydennyskoulutuksella, ja syyskuu on samalla vertaistuen kampanjakuukausi. Tällöin nostamme vertaistukea esiin aktiivisesti somessa, pop up -tilaisuuksissa sekä tarjoamme alueemme apteekeille mahdollisuuden osallistua kampanjaan.

Kanta-Hämeessä sydänturvallisuuden edistämishanke etenee hienosti. EU:n maaseuturahaston tukemana alueelle on jo sijoitettu 12 uutta sydäniskuria lämpökaappeineen, ja syksyn aikana määrä kasvaa vielä 19 laitteella. Jokaisella sijoituspaikalla järjestetään sydänturvallisuustilaisuus, jossa alueen asukkaat voivat tutustua sydäniskuriin ja harjoitella elvytystaitoja. Kiitos Kanta-Hämeen yhdistyksille mukanaolostanne näissä tilaisuuksissa! Anne keskittyy tällä hetkellä pääosin tämän tärkeän hankkeen edistämiseen.

Tänä vuonna saamme ilolla juhlistaa sydäntyötä ja yhdistystemme aktiivisia toimijoita – useat alueemme sydänyhdistykset viettävät pyöreitä vuosia. Jo vietetyt juhlat ovat olleet lämminhenkisiä ja juuri yhdistystensä näköisiä. Syksyn mittaan juhlia on tulossa vielä useita – niissä yhteisöllisyys ja sydämellisyys näkyvät ja tuntuvat!

Sydänelueen syyskokous ke 22.10.2025

Sydän-Suomen alue ry:n sääntömääräistä syyskokousta vietämme ke 22.10.2025 Tampereella Sydänsairaalaossa (kokoustila Valtimo) ja etäyhteyksin Seinäjoella Hotelli-Ravintola Almassa (Pollarin talo). Kokoukseen on mahdollista osallistua myös verkossa Teamsin välityksellä.

klo 17.00 Kokoustarjoilu

klo 18.00 Kokous alkaa

klo 19.30 Kokous päättyy

Ilmoittautumis- ja erityisruokavaliotiedot kokoukseen 10.10.2025 mennessä (myös Teams-osallistujat) webropol-linkin kautta: [KLIKKAA TÄSTÄ ILMOITTAUTUMISEEN](#). Ilmoittautumislinkki löytyy myös verkkosivujemme yhdistyksille-osiosta, josta löytyvät myös yhdistysten äänimäärät <https://sydan.fi/sydansuomi/varsinaiset-kokoukset/>. Lähetämme ilmoittautumisaajan päätyttyä viralliset kokousasiakirjat sähköpostitse kaikille ilmoittautuneille sekä yhdistysten puheenjohtajille.

Kohtaamme verkon välityksellä

Sydänyhdistysten puheenjohtajien iltakahvit Teamsin välityksellä jatkuvat nyt syksyllä 17.9 ja 3.12 klo 17-19. Iltakaffien tavoitteena on tarjota puheenjohtajille vertaistuellinen kohtaamis- ja verkostoitumispaikka. Keskustelun aiheet nousevat puheenjohtajilta, yhdistyksen hallintoon liittyvää koulutusta ei iltakaffilla ole. Lähetämme kutsun ja teams-linkin noin viikkoa ennen puheenjohtajan sähköpostiin. Kaffeilla mukana on Carita.

Ullan tukitorstai on varattu yhdistysten tuelle, jolloin on erityisen hyvä hetki olla Ullaan yhteyksissä eri tavoin erilaisissa yhdistystoiminnan asioissa. Ullan tavoittaa puhelimitse, sähköpostitse ja voitte esimerkiksi varata Ullalta teams-tapaamisen torstai-päivään. Hienosti olettekin jo hyödyntäneet tätä torstaita.

Sydänturvallisuus

Etelä-Pohjanmaan sydänyhdistysten sydänturvallisuusvastaavien yhteistapaaminen pidetään ke 3.9. klo 12-16 Seinäjoella Järjestötalolla (Ruukintie 1, 3. kerros, kokoustila Pelto). Tilaisuudessa saamme ajankohtaista tietoa Etelä-Pohjanmaan kuntien sydänturvallisuuden nykytilanteesta. Lisäksi keskustelemme yhdessä sydänyhdistysten paikallisista toimenpiteistä ja ideoista sydänturvallisuuden edistämiseksi. Päivän aikana harjoittelemme käytännössä opastukseen liittyviä asioita – erityisesti paineluelvytystä. Sydänyhdistykset, joilla on omia elvytysnukkeja ja harjoitussydäniskureita, voivat tuoda ne mukanaan. Samalla pääsemme tutustumaan erilaisiin harjoitussydäniskureihin ja jakamaan kokemuksia. Lämpimästi tervetuloa mukaan sekä uudet opastustoiminnasta kiinnostuneet että jo aiemmin mukana olleet opastajat! Kahvitarjoilu. Ilmoittauduthan Annelle pe 22.8. klo 16 mennessä (yhteystiedot alla).

Nostot Sydänliiton ajankohtaisista

Sydänliiton ajankohtaista osioon <https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/ajankohtaista/> kerätään ajankohtaisia asioita järjestömmen toiminnasta. Voit tilata sieltä myös järjestötiedotteen, joka lähetetään joka kuun 20. päivä.

- **Suomen Sydänliitto juhlistaa 70-vuotista taivaltaan juhlaseminaarilla 3.10.2025.** Tilaisuus striimataan ja yhdistykset voivat halutessaan järjestää katselutilaisuuden. Lisätietoa <https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/artikkeli/liitto-tukee-70-vuotisjuhlaseminaarin-katselutilaisuuksien-jarjestamista/>
- **Sydänliitto järjestää koulutuksia yhdistysten aktiiveille** syksyn aikana jäsenhankinnasta, Kilta-järjestelmään tietojen päivittämisestä, kotisivujen käytöstä ja päivittämisestä. Lisäksi uusien jäsenten webinaariin kutsutaan suoraan sähköpostilla. Lisätietoa koulutuksista: <https://sydan.fi/yhdistyspalvelu/artikkeli/vuoden-2025-koulutukset-yhdistyksille/>

Muistilista:

Sydänaalueen syyskokouksen ilmoittautuminen 10.10.2025 mennessä. Linkki ilmoittautumiseen löytyy sähkösen ensimmäiseltä sivulta tai sydänaalueen verkkosivujen yhdistyksille-osiosta.

Toivotamme sinulle hyvää alkanutta syyskesää ja mukavia hetkiä sydäntyön parissa! Ollaan yhteyksissä!
t. Anne, Carita, Heidi, Tuula ja Ulla



Anne Kettula
sydänturvallisuus/
Kanta-Häme
050 5405577

Carita Sinkkonen
vertaistoiminta
040 556 3320

Heidi Karjanlahti
kehittämistoiminta
040 587 5799

Tuula Vimpeli
toipumisen tuki
040 843 2876

Ulla Harala
yhdistysten tuki
050 387 0420

Sähköpostimme ovat muotoa etunimi.sukunimi@sydan.fi

www.sydan.fi/sydansuomi | Facebook: [sydansuomenalue](https://www.facebook.com/sydansuomenalue) | Instagram: [sydansuomen_alue](https://www.instagram.com/sydansuomen_alue)