





SYDÄN-SUOMEN ALUEEN ALUEPÄIVÄ

25.4.2026



Päivän ohjelma:

- 9.00-10.30 Brunssi ravintolasalissa
- 10.30-13 Kohtaamisia ja merkityksiä – nostoja vuosikertomuksesta (kokoustila Simuna)
- 13-14 Lounas ravintolasalissa
- 14-15.30 Sydän-Suomen alue ry:n kevätkokous (kokoustila Simuna)
- 15.30 Iltapäiväkahvit





KEHITTYVÄ SYDÄNLIITTO

Toiminnan tuki ja kehittäminen

Taustatiedoista ja kyselytuloksista on tunnistettu kuusi Sydänliitolle keskeistä muutostekijää



1. Sote-järjestöjen julkisrahoituksen pieneneminen



2. Sydänterveyden ja riskitekijöiden muutokset



3. Väestön muutokset, kaupungistuminen, ihmisten eriarvoistuminen



4. Jäsenyyden ja vapaaehtoisuuden muutokset



5. Hallinnolliset ja poliittiset muutokset



6. Digitalisaatio ja teknologinen kehitys

Ainekset

1. Sydänliiton strategia vuosille 2027-2030

2. Sydänalueen oman toiminnan jatkuva kehittäminen

3. Vaikuttamistyömme

4. Tuki yhdistyksillemme

- Arjen tuki
- Kohtaamiset ja tapahtumat
- Jäsenjärjestöavustus
- Viestintä



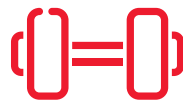
Vaikuttamistyömme tavoitteet

1. Mahdollisuus toteuttaa laadukasta sydäntyötä alueella
2. Mahdollisuus saada laadukasta vertaistukea
3. Mahdollisuus saada laadukasta tukea kuntoutumiseen ja toipumiseen
4. Mahdollisuus kokea elinympäristönsä sydänturvalliseksi

Vaikuttamistyömme perustuu sydänsairastuneiden ja heidän läheistensä arjen tuntemiseen, alueen hyvinvointialueiden kanssa tehtävään yhteistyöhön sekä Sydänliiton vaikuttamistyön lähtökohtiin.

PAINOPISTEET			
KEHITTYVÄ SYDÄNLIITTO	SYDÄNSAIRASTUNEEN JA LÄHEISEN TUKI		SYDÄNTURVALLINEN ARKI
TOIMINNAN TUKI JA KEHITTÄMINEN	TAVOITTEELLINEN VERTAISTUKI	TOIPUMISEN TUKI	SYDÄNTURVALLISUUDEN EDISTÄMINEN
<p>Mahdollisuus toteuttaa laadukasta sydäntyötä alueella.</p> <p>1) Tuki vastuunkantajille ja vapaaehtoistoiminnan sisältöjen tukeminen 2) Sydänalueen vahvistaminen ja kehittäminen 3) Kehittämistoiminta Sydänliitossa. Omarahoitus.</p>	<p>Mahdollisuus saada laadukasta vertaistukea.</p> <p>1) Vertaistuen toimintamuotojen mahdollistaminen sekä sairastuneiden ja läheisten tavoittaminen. 2) Vertaistukihenkilöiden toiminnan tukeminen. 3) Vertaistukihenkilöiden valmiuksien ja toiminnan jatkuvuuden mahdollistaminen. STEA C-avustus (2025-2027).</p>	<p>Mahdollisuus saada laadukasta tukea kuntoutumiseen ja toipumiseen.</p> <p>1) Aktiivinen rooli sydänpotilaiden hoitopolulla ja niiden kehittämisessä. 2) Sydänliiton kurssiin koordinoiti ja toteuttaminen. 3) Sopeutumisvalmennuskurssi-toiminnan toteuttaminen Pirkanmaalla. 4) Olohuone-palvelu sekä henkilökohtaisen tukipalvelun varmistaminen. STEA AK (Sydänliitto), C-hanke Ostopalvelu (Pirha), omarahoitus.</p>	<p>Mahdollisuus kokea elinympäristönsä sydänturvalliseksi.</p> <p>1) Sydäniskureiden määrän ja saavutettavuuden lisääminen. 2) Asukkaiden auttamisvalmiuksien lisääminen. 3) Asukkaiden omaehtoisen varautumisen vahvistaminen. Hämeen ELY-keskus, maaseuturahaus (Kanta-Häme 2024-2026), omarahoitus.</p>
VAIKUTTAMISTOIMINTA			
TALOUS, KUMPPANUUDET			
HALLINTO, HENKILÖSTÖ			

Verkostotyö



Suora
vaikuttaminen



Ennaltaehkäisevä
työ



Yleiseen
mielipiteeseen
vaikuttaminen



Ammattilais-
vaikuttaminen



SYDÄNSAIRASTUNEEN JA LÄHEISEN TUKI

Tavoitteellinen vertaistuki

Toipumisen tuki

Tavoitteellinen vertaistuki

- Vertaistuki perustuu kokemusten jakamiseen. Se on aina ehdottoman luottamuksellista.
- Tavoitteellinen vertaistuki: aika ja paikka sovittu, koulutettu vertaistukihenkilö
- Sydänalue vastaa vertaistukihenkilöiden peruskoulutuksesta, tuesta ja sydänalueella toteutettavan vertaistukitoiminnan koordinaatiosta.
- Tavoitteellista vertaistukea yhteistyössä sydänyhdistysten kanssa
 - Vertaistukihenkilöt ovat sydänyhdistysten jäseniä ja sydänyhdistyksillä on mahdollisuus hyödyntää vertaistukihenkilöitä omassa toiminnassaan, kuten Sydänkahvilassa, vertaistukiryhmissä ja verkkoluentotilaisuuksissa.
 - Sydänalue tukee toiminnan käynnistämisessä. Sydänyhdistys vastaa toiminnasta.
- Sydänalue hakee vertaistukitoiminnan rahoituksen ja raportoi tavoitteellisen vertaistuen osalta toiminnasta.
- Sydän-Suomen alueella koulutettuja vertaistukihenkilöitä 76.



Spontaani vertaistuki

- Spontaani vertaistuki: missä vain mahdollista
- Sydänyhdistykset järjestävät monenlaisia tapahtumia ja tapaamisia, joista sairastuneet ja läheiset voivat löytää samankaltaista kokeneita ja jutella heidän kanssaan.
- Useissa sydänyhdistyksissä toimii myös vertaistuellisia ryhmiä.
- Vertaistukihenkilöiden sopimuksen kesto on 4 vuotta, jonka jälkeen tulee käydä päivityskoulutus. Mikäli haluaa päättää vertaistukihenkilönä voi jatkossa toimia sydänyhdistyksessä Arjen vertaisena. Henkilö, jolla ei ole voimassa olevaa sopimusta, ei voi käyttää nimitystä vertaistukihenkilö.



JALOITTELUVAUKKO

15 min

Toipumisen tuki

Sydänliiton kurssit

Polku: www.sydan.fi -> Apua ja tukea -> Kuntoutus -> Sydänliiton kurssit -> tutustu kurssitarjontaan eli [Sydänliiton kurssit - Sydänliitto](#)

Kurssien rahoitus tulee STEA:n kautta Sydänliitolle, joka edelleen jakaa eri alueille ja valtakunnallisille toimijoille. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus (STEA) on sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä toimiva valtionapuviranomainen. Suurin osa "Elämää sydänsairauden kanssa" kursseista. Kurssin tiedoista selviää, onko kurssi tarjottu tietyille sydänsairastuneiden ryhmälle ja onko läheiskurssi vai ei. Järjestämme myös teemakursseja "Teemana liikkuminen", "Tunne itsesi ja voi hyvin" sekä työikäisten kursseja erikseen. Testamenttilahjoituksella järjestetään "Sydänkursseja vähävaraisille" ja Sydänliitto järjestää verkossa "Ruokailoa sydämelle"- kursseja. Kurssien kriteerit.

Sydänyhdistys voi kertoa kursseista erilaisissa tilaisuuksissa, kerhoissa jne. Mikäli hakeminen sähköisesti hankalaa, voi aina ottaa yhteyttä kurssin järjestäjään (tai toisen alueen järjestäjään) ja voidaan täyttää hakemus puhelimesta.

"Kurssi ylitti kyllä odotukseni totaalisesti. Kaikki osa-alueet toimivat hyvin. Paljon tarttui mukaan ja näillä mennään eteenpäin taas pitkän aikaa. Vertaistukea kurssilla sain todella kiitettävästi ja hyvän kaverisuhteenkin sieltä sain. Iso kiitos kaikille kurssin vetäjille yhteisesti ja jokaiselle erikseen 😊"

"Kurssi-muotoinen lähitapahtuma oli todella hyödyllinen ja varsinkin sen jälkeen arvioituna hyvin tarpeellinen. Lähitapahtuma mahdollisti niin vertaistuen kuin vaikeiden sairauteen liittyvien faktojenkin käsittelyn luottamuksellisessa ja turvallisessa ympäristössä."

"Kurssilla oli positiivinen ilmapiiri. Luennot olivat sujuvia ja tiedollinen anti oli hyvää. Kurssista jäi miellyttävä ja rohkaistunut olo. Kurssipaikka ja majoitus olivat erinomaiset. Ruoka erittäin hyvää. Sain inspiraatiota omaan jaksamiseen ja treenaamiseen."

"Kurssin päivät valoa loistivat, sanat selkeät Tuulan virtaavat, sydämellisyys kantoi kuulijaa, kuin lämmin käsi, joka tukee ja suojaa. Riikka ja Ari rinnalla kulkivat, vertaistuen sillat rakentivat, osaavina, lämpiminä, vahvoina, antoivat toivoa arjen polkuihin. Emmiina nousi luennoimaan, asiantuntijan varmuus soi kuin kirkas laulu, sanoista syntyi voimaa ja rauhaa, ajatuksiin uutta näköalaa. Yhdessä syntyi matka kaunis, oppimisen ja ymmärryksen juhla, kiitollisuus jää sydämeen, kuin syksyn aurinko, joka vielä viiptyy."



SYDÄNTURVALLINEN ARKI

Sydänturvallisuuden edistäminen

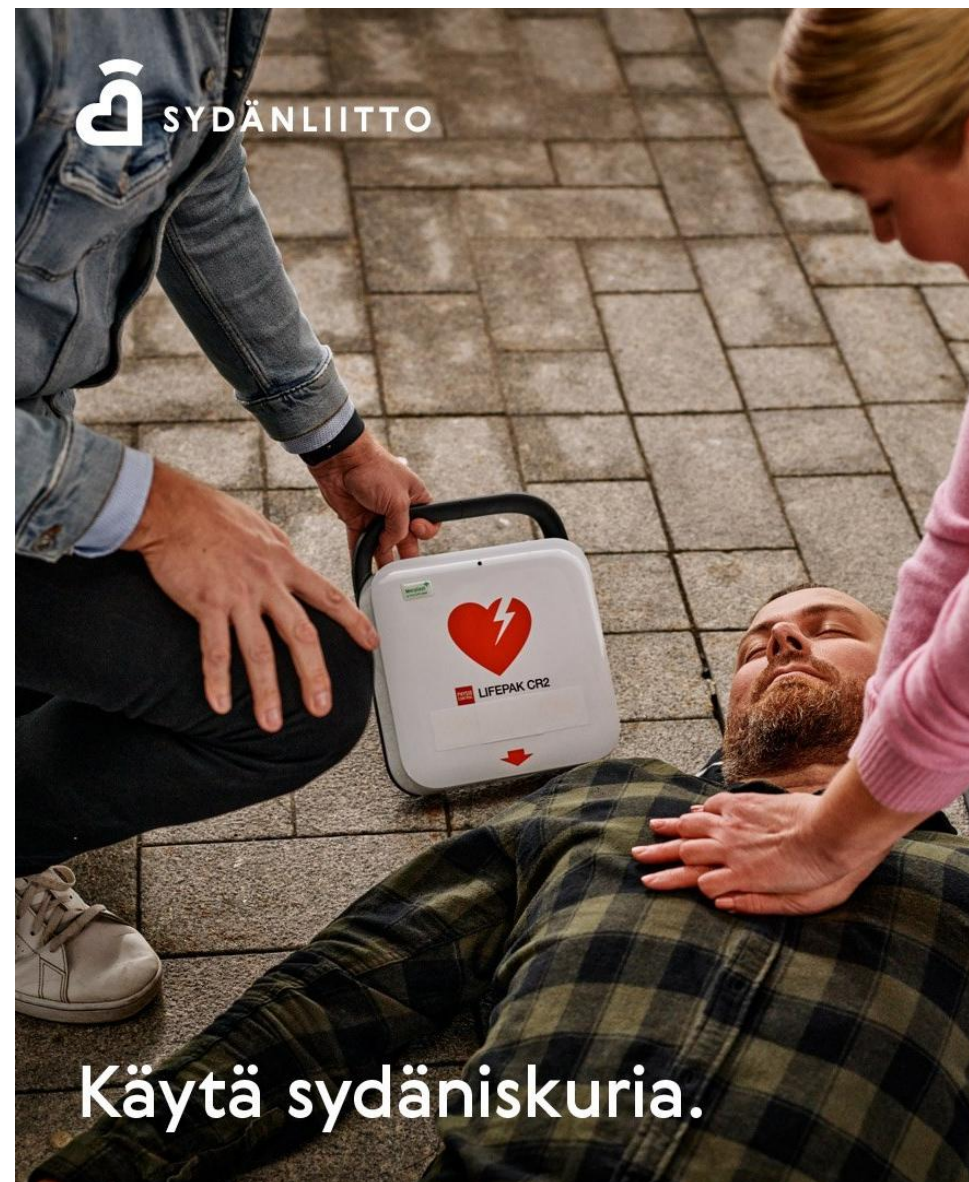
Jokaisella on oikeus ja velvollisuus auttaa sydänpysähdystilanteessa

Kun sydän on pysähtynyt on kiire auttaa. Mitä nopeammin elvytys ja sydäniskurin käyttö aloitetaan, sitä paremmat mahdollisuudet on selvitä.

Vapaaehtoisryhmien avusta luopuminen osana organisoitua ensihoidon palvelua ei tarkoita, että sydäniskureita ei saisi enää käyttää.

Sydäniskuri ovat edelleen kaikkien meidän käytettävissä!

Omaehtoinen varautuminen sydänpysähdystilanteisiin on edelleen yksi tärkeimmistä turvallisuusteoista, joita meistä jokainen voi oman elinympäristönsä sydänturvallisuuden edistämiseksi tehdä.



Käytä sydäniskuria.

Sydänturvallisuutta Kanta-Hämeeseen

- ❑ **Rahoittajana** Hämeen ELY-keskus (nyt Sisä-Suomen elinvoimakeskus)
- ❑ **Kumppanina** 5 Sydänyhdistystä
- ❑ **Vuoden 2025 isoja kokonaisuuksia**
 - ❖ Sydäniskurien ja lämpökaappien hankinta kilpailutuksen ja hankinnan päättäminen
 - ❖ Avoin hakuprosessi ja valintaprosessi
 - ❖ Välineiden saajatahoille aikataulutuksen ja jatkotehtävien koordinointi ja seuranta
 - ❖ Sydänturvallisuustilaisuuksien sopiminen ja toteuttaminen



Vuoden 2025 aikana

- ❑ **Toteutimme:** 31 Sydänturvallisuustilaisuutta ja 14 muuta
- ❑ **Kohtasimme:** 1229 maaseudun asukasta
- ❑ **Toiminnan juurtumiseen:** Sydänturvallisuusvastaavien /elvytystoiminnan opastajien rohkaisu ja tukeminen
- ❑ **Maallikko-opastajia:** 13 yhdistyksessä, yhteensä 36 henkilöä
 - Etelä-Pohjanmaalla: 8 yhdistystä, 23 henkilöä
 - Kanta-Hämeessä: 4 yhdistystä, 12 henkilöä
 - Pirkanmaalla: (v.2026 1 yhdistys, 4 henkilö)

Yhdistysten omia kokemuksia

- ❑ Hanketoiminnan jälkeen Etelä-Pohjanmaalta
- ❑ Hankkeen aikana Kanta-Hämeestä





Klo 13.15-14.15 Lounas ravintolasalissa
klo 14.15 kevätkokous, kokoustila Simuna