JÄSENKIRJE I SYKSY 2026

Hei, Etelän-SYLIn jäsen!

Tässä kirjeessä kerromme suunnitelmista vuodelle 2027, syömishäiriöiden tilanteesta ja yhdistyksen roolista, Taiteiden yön syömishäiriöaiheisesta taidenäyttelystä, työntekijätiimistä ja syksyn 2026 ohjelmasta.

Suunnitelmia vuodelle 2027

Yhteiskunnan ja maailman nykytilanne aiheuttaa huolta, ahdistusta ja stressiä. Elämän peruspilarit saattavat järkkyä. Etelän-SYLI tarjoaa toivoa antavan turvasataman; matalan kynnyksen paikan, jonne tulla kaikenlaisissa tilanteissa ja tunteissa.

Yhdistys vastaa rahoituskriteereihin muun muassa vahvistamalla kohtaamistyötä, vakauttamalla vertaistukitoimintaa ja vapaaehtoisresurssia sekä panostamalla toipumista ja kohtaamista tukevaan sisällöntuotantoon.

Etelän-SYLI on saavuttanut pitkäjänteisellä työllään asiantuntija-aseman. Yhdistys jakaa ammattilaisille tietoa kohtaamisesta sekä toipumista tukevasta työotteesta ja valjastaa näin ammattilaisia kohtaamaan sairastavia ja oirehtivia syömishäiriösensitiivisellä otteella.

”Etelän-SYLI on antanut luvan olla oma itseni ja muistuttanut, ettei tarvitse hävetä enkä ole yksin.”

Miksi Etelän-SYLIn toimintaa tarvitaan?

- Syömishäiriöt ovat yleisiä, oirekuvaltaan ja vaikeusasteeltaan monimuotoisia häiriöitä, joihin liittyy jopa 6-kertainen kuolemanriski muuhun väestöön nähden (1/5 itsemurhista). Kuka vain voi sairastua painoon, sukupuoleen tai ikään katsomatta. Ulkonäköihanteet lisäävät sairastumisriskiä.
- Noin 10 % suomalaisista sairastuu johonkin syömishäiriöön varhaisaikuisuuteen mennessä. Terveydenhuollossa syömishäiriöistä tunnistetaan 1/3 ja vain 1/5 saa hoitoa. Esiintyvyys yli 40-v naisilla 3,5 % ja miehillä 1–2 %.
- HUSissa vuonna 2024 erikoissairaanhoidon potilasmäärät ovat nousussa. Uudellamaalla 15–19-vuotiaista tytöistä yli kolmanneksella on sairastumisriski.
- Varhainen puuttuminen parantaa toipumisennustetta. Vaikuttavimmat preventiointerventiot ovat ammattilaisen ja vertaisen tarjoamia.
- Hoidon rinnalle tarvitaan laadultaan erityistä vertaistukea. Tarjoamme tukea toipumista tukevien muutosten tekemiseen, arjessa selviytymiseen ja hoitoon hakeutumiseen. Toimimme Uudenmaan hyvinvointialueilla ainoana toimijana.

Syömishäiriöaiheinen taidenäyttely

Osallistuimme Kaapelitehtaan Taiteiden yöhön 20.8. syömishäiriöaiheisella näyttelyllä *Itseni puolella – tarina toipumisesta*. Tekstit ja kuvat oli luonut Etelän-SYLIn vapaaehtoinen Ruska Kotilainen.

”Lempeys ei ollut päämäärä tai tunne, joka poistaisi elämäni myrskyn. Se oli työkalu, matkaopas ja ystävä. Ystävä, jonka avulla pystyin hyväksymään sen, että myrsky jatkuisi – mutta minä selviäisin siitä.”

Näyttelyyn kävi illan aikana tutustumassa 69 ihmistä. Se kirvoitti useita keskusteluja kehosta ja syömishäiriöstä toipumisesta.

Työntekijätiimi

- Vastaava toiminnanohjaaja Kaisa Lehtonen (kuvassa keskellä) palasi vanhempainvapaalta 17.8.
- Vapaaehtois- ja vertaistukitoiminnan koordinaattorina työskentelee Suvi Ala-Venna (kuvassa oikealla).
- Toiminnanohjaaja Taija Kuula (kuvassa vasemmalla) on vastuussa viestinnästä, tapahtumista ja luennoista.

Kaisan terveiset

Terveiset taas työpisteeltä! Olen palannut hoitovapaalta. Keväällä teinkin jo pikavisiitin Kaapelille, ja nyt täällä taas neljänä päivänä viikossa. Kahdessa ja puolessa vuodessa on tapahtunut järjestökentällä paljon, vaikka suurimmat muutokset ovatkin tainneet tapahtua nyt viimeisen kuukauden aikana.

Töihin paluu on sisältänyt monenlaisia kohtaamisia, tunteita ja kokemuksia. Moni kantaa huolta tulevasta, ymmärrettävästi, ja toki mekin Etelän-SYLIssä tiedostamme vaikean tilanteen. Kaiken myrskyn keskellä koitamme kuitenkin keskittyä ja panostaa siihen, mihin kaikkeen itse ja yhdistyksenä pystymme vaikuttamaan. Kaikki alkaa huolella mietitystä rahoitushakemuksesta, johon tehotiimimme paraikaa lataa paljon faktaa, perusteluja sekä suuren määrän tärkeistä kohtaamisista ammennettua kultaakin kalliimpaa kokemusta. Kiitos siis teille jokaiselle, jotka teette kohtaamisista erityisiä. <3

Kohdataan jatkossakin, esimerkiksi maanantain jo tutuksi tulleessa kahvihetkessä – tuu mukaan!

Poimintoja syksyn 2026 ohjelmasta sairastaville/toipuville

Läheisten retriitti la 7.11.

Tämä maksuton päivä on omistettu sinulle, joka olet syömishäiriöstä sairastavan läheinen.

Paikka: Etelän-SYLIn tilat, Kaapelitehdas, Helsinki
Aika: La 7.11.2026 klo 10–16
Ilmoittautuminen tästä viim. su 1.11.

Ohjelmassa on ohjattua luovaa kirjoittamista, lempeää joogaa, äänimaljarentoutusta sekä yhteinen ruokailu ja iltapäiväkahvi.

Retriitti järjestetään yhteistyössä Syömishäiriöliiton kanssa.

Pikkujoulut pe 11.12.

Tervetuloa koristelemaan kuusi, nauttimaan jouluisia ruokia ja laulamaan joululauluja!

Maksuttomiin pikkujouluihin ovat tervetulleita sairastavat/toipuvat, läheiset, vapaaehtoiset ja ammattilaiset.

Paikka: Etelän-SYLIn tilat, Kaapelitehdas, Helsinki
Aika: Pe 11.12.2026 klo 16–18
Ilmoittautuminen tästä viim. ma 7.12.

Kaikille osallistujille on luvassa pienet joulumuistiaiset.

Tunnelmallisia syyspäiviä!

Etelän-SYLI ry
Tallberginkatu 11 C 115
00180 Helsinki
(käynti B-rappu, 4. krs)
040 535 1626 / 045 841 6853
info@etelansyli.fi
www.etelansyli.fi

Kiitämme sinua lämpimästi toimintamme tukemisesta!
Etelän-SYLI ry:n työntekijät ja hallitus