

Etelän-SYLI ry
Tallberginkatu 1 C 115
(käynti B-rappu, 4. krs.)
00180 Helsinki
info(at)etelansyli.fi
www.etelansyli.fi
Y-tunnus: 1953728-9



JÄSENKIRJE

Hei, Etelän-SYLI ry:n jäsen!

Yhdistyksen syksy on jo pitkällä. Vertaistukiryhmät ovat täydessä käynnissä, ja kursseista Läheisten lauantai ja Kehopositiivisuusryhmä ovat jo päättyneet. Vielä on kuitenkin paljon yhteisiä tapaamisia, luentoja ja kursseja jäljellä ennen joululomia. Luvassa on myös virkistysilta teatterissa ja pikkujoulut puurokattilan äärellä.

Muutoksia toimistolla

Elokuun alusta lähtien meitä on ollut Etelän-SYLI:n toimistolla kolme työntekijää. Työkoneen ääreen palasi kahden vuoden tauon jälkeen **Kaisa Lehtonen**. Puolikas työaika, jota Kaisa tekee seuraavan vuoden, mahdollistaa sen, että hän saa jakaa vielä hetken pidempään arvokasta arkea pienen poikansa kanssa kotona. Käytännössä Kaisa hoitaa yhdistyksen taloutta ja hallinnollisia hommia sekä tekee tukityötä. ”Oli ihanaa palata töihin, tärkeiden ja arvokkaiden asioiden ja ihmisten pariin”, Kaisa kommentoi työhön paluuta.

Toisen puolikkaan työajan hoitaa **Taija Kuula**, jonka vastuualueita on yhdistyksen viestintä ja tapahtumien organisointi. Taijalla on yli 20 vuoden tausta viestinnän alalta niin toimittajana, suomentajana kuin viestinnän suunnittelijana. Hän on ammatiltaan myös tanssi-liiketerapeutti ja tehnyt terapiatyötä työikäisten, kehitysvammaisten, syömishäiriötä sairastavien, uupuneitten ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien kanssa. ”Haluan lisätä tietoa syömishäiriöistä ja sen eri muodoista, pitää yhdistyksen jäsenet ja some-seuraajat ajan tasalla tapahtumista ja tavoittaa myös niitä ihmisiä, jotka eivät ole mukana toiminnassa”, Taija kertoo omista tavoitteistaan.

Viestinnän uusia tuulia

Olemme perustaneet Etelän-SYLI:lle oman YouTube-kanavan, jossa on katsottavissa **Monica Ålgarsin** suosittu *Itsemyötätunto ja hyväksyntä syömishäiriöistä toivuttaessa* -luento. Jatkossa kanavalla jaetaan ajankohtaisia videoita kaikille yhdistyksemme kohderyhmille. Kanava löytyy YouTubesta nimellä *Etelän-SYLI ry*. Käy tilaamassa se itsellesi, niin saat ilmoituksen, kun julkaisemme uutta sisältöä!

Lokakuussa lähetämme jäsenillemme kyselyn, jossa kartoitamme, mitä viestintäkanavia jäsenet seuraavat, missä kanavissa toivotaan aktivoitumista ja millaista sisältöä kaivataan lisää. Kaikkien vastanneiden ja sähköpostiosoitteensa jättäneiden kesken arvotaan **Katarina Meskasen** kirja *Rakas keho*. Tarkkaile siis sähköpostiasi!



Näkyvyyttä ja tiedon jakamista

Yhdistyksemme on tänä syksynä ollut näkyvästi esillä Helsingin Messukeskuksessa 17.–18.9. järjestetyllä Hyvinvointiarenalla ja Tampereen Käypä hoito -suositusta käsittelevässä seminaarissa 4.10. Kulttuuritalon Mielenterveystapahtumilla 19.–20.11. olemme yhdessä Syömishäiriöliitto-SYLI:n kanssa kertomassa toiminnastamme. Messuosastolla päivystämisen lisäksi pidämme messuilla tietoisuuden aiheesta *Sullakin on superkeho – asiaa erilaisista kehoista, kehosuhteesta ja siitä miten se vaikuttaa terveyteen*. Tervetuloa juttelemaan ständille!

Loppuvuoden kohokohtia

Etelän-SYLI:n toimitiloissa on luvassa vertaistukiryhmien lisäksi keskusteluilta pakkohoidon kriteereistä (30.10.) sekä luennot voimavaralähtöisestä liikunnasta (27.11.) ja miesten syömishäiriöistä (18.12.). Tarjoamme myös *Hengitys ja syvärentoutuminen* -kurssin sekä kaksi Katarina Meskasen ohjaamaa työpajaa tunnesyömisestä (9.11.) ja ahdistuksen hallinnasta (23.11.).

Järjestämme ensimmäistä kertaa Ammattilaisten aamukahvit Helsingin Tiedekulmassa to 21.11. klo 9–10.30. Tapahtuman tavoitteena on tuoda yhteen syömishäiriöitä työssään kohtaavat ammattilaiset ja tarjota heille mahdollisuus yhteiseen ajatustenvaihtoon ja verkostoitumiseen.

Pikkujoulusesongin lähestyessä voit tilata itsellesi edullisen teatterilipun Ryhmäteatteriin (Helsinginkatu 25) to 14.11. klo 19.00 alkavaan näytökseen *Onnellisten saari – kaupunginosakomedia radikalisoitumisesta*. Okko Leon uusi kotimainen näytelmä on komedia yhtenäiskulttuurin katoamisesta, kaupunginosanationalismista, pelosta, vihasta ja rajojen kaipuusta. Lipun hinta Etelän-SYLI:n jäsenille on 15 € ja ei-jäsenille 20 € (norm. 37 €). Muistathan tilata lippusi osoitteesta [kaisa.lehtonen\(at\)etelansyli.fi](mailto:kaisa.lehtonen@etelansyli.fi).

Pikkujouluja vietetään Etelän-SYLI:n toimitilassa Kaapelitehtaalla (Tallberginkatu 1, B-rappu, 4.krs) ma 2.12. klo 15–17.30. Tarjolla on joulupuuroa ja muuta pikkupurtavaa. Tapahtuma on maksuton ja mukaan ovat tervetulleita sairastavat/toipuvat, läheiset, vapaaehtoiset ja ammattilaiset.

Lisää tietoa

Muistathan, että kotisivuiltamme (www.etelansyli.fi) löytyy **sairastavalle** tietoa hoidosta, kurseista, vertaiskaveritoiminnasta ja sähköpostituesta. **Läheiselle** sieltä löytyy tietoa vertaistukiryhmistä, suositellusta kirjallisuudesta ja luennoista. **Ammattilaiselle** tarjoamme yhteistyötahoja, asiantuntijaluentoja ja toipumistarinoita.

Kiitämme sinua yhdistyksemme jäsenyydestä ja toimintamme tukemisesta. Olethan yhteydessä, jos sinulla on kysyttävää tai ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi.

Tunnelmallisia syyspäiviä!
Etelän-SYLI ry:n väki

